

## ZAGROŻENIA W SIECI

Każdy internauta, ten zaawansowany w swoich umiejętnościach, jak również ten początkujący, z pewnością bez wahania wymieniłby korzyści korzystania z Internetu. Jednak przy opisie zagrożeń wynikających z eksploracji sieci pojawia się pewna trudność. Zdarza się, że zmiany te są dla nas zaskakujące, ale może być również tak, że tych zmian sobie nie uświadamiamy.

Na przestrzeni ostatnich lat obserwujemy, że coraz młodsze dzieci korzystają z takich dobrodziejstw cywilizacji, jak Internet. Dziś już nikogo nie zdziwi widok 3 czy 4 – latka z tabletem w ręku. Nie możemy zabronić dziecku korzystania z Internetu, musimy być jednak bardzo ostrożni, bo zagrożeń w sieci jest wiele. Zazwyczaj dotyczą one trochę starszych dzieci i młodzieży, ale już rodzice przedszkolaka powinni być wyczuleni na pewne sprawy, ponieważ w tym zakresie bardzo ważna jest profilaktyka. Sam w sobie Internet nie jest ani dobry ani zły. Jest pomocnym narzędziem, tak jak np. samochód, który ułatwia i przyspiesza komunikację. Jednak z jego używaniem wiąże się pewne ryzyko. Dotyczy to głównie osób o nie wyrobionym jeszcze światopoglądzie, a więc dzieci i młodzieży kształtującej swój obraz świata w oparciu o zdobywaną ciągle wiedzę, również za pośrednictwem Internetu.

Nadmierne korzystanie, nadużywanie Internetu, nazywane potocznie **uzależnieniem**, to sytuacja, kiedy spełnione są podstawowe warunki: czas spędzany w Internecie i intensywność poszukiwanych doznań wymykają się spod kontroli; korzystanie z sieci prowadzi do zaniedbywania relacji z rodziną, rówieśnikami, obowiązków szkolnych, a nawet potrzeb fizjologicznych; dziecko odczuwa silną potrzebę lub przymus korzystania z Internetu-na próby ograniczenia dostępu reaguje rozdrażnieniem, a nawet agresją.

Jak rozpoznać, że dziecko nadmiernie korzysta z Internetu?

- zatracenie poczucia czasu,
- apatyczność, obojętność na życie, ożywienie tylko przy komputerze,
- trudności z koncentracją przy każdej czynności oprócz tych, które wiążą się z komputerem.

Skutki nadmiernego korzystania z komputera mają charakter:

- fizyczny (ból i zmęczenie oczu, wady postawy, nadwyręzenie mięśni karku i nadgarstka, bóle głowy);
- psychologiczny (zaburzenia koncentracji uwagi, skłonność do fantazjowania i kłamania, wyższy poziom agresji, częsty niepokój i stany lękowe, spadek nastroju, a nawet depresja w sytuacji niemożności korzystania z komputera, zmiana języka – zubożenie);

- moralny (łatwy dostęp do pornografii, informacji o sektach, przemoc słowna, erotyka, zatracenie granicy między dobrem a złem);
- społeczny (zanik więzi emocjonalnych, zaniechanie obowiązków szkolnych i domowych, rezygnacja z ruchu i aktywnego wypoczynku na świeżym powietrzu, utrata dotychczasowych zainteresowań);
- intelektualny (utrata zainteresowania nauką przez dzieci, niezdolność do racjonalnej selekcji danych, z jakimi człowiek spotyka się w sieci – tzw. szok informacyjny, spadek koncentracji uwagi, zaburzenia pamięci).

Wiele platform internetowych nie jest wolnych od tzw. **cyberprzemocy**. Często prześladowcami są rówieśnicy, a przemoc polega np. na publikowaniu ośmieszających treści, podszywaniu się lub obmawianiu. Dzieci z reguły nie przyznają się przed dorosłymi, że spotykają się z cyberprzemocą – boją się nasilenia problemu, niekiedy milczenie wynika z szantażu.

**Kradzież danych osobowych** to kolejne zagrożenie czyhające w sieci. Dziecko w internecie, nieświadome niebezpieczeństwa, z łatwością dzieli się takimi danymi jak adres zamieszkania, nazwa przedszkola/szkoły, do której uczęszcza, lokalizacje, w których spędza wolny czas. Dzięki ujawnieniu tych informacji dziecko staje się obiektem zainteresowań przestępców, którzy korzystają z naiwności swoich ofiar.

W sieci bardzo łatwo podszyć się pod kogoś innego, zdobyć sympatię dziecka, a następnie umówić się z nim w realnym świecie i wykorzystać. Jest to tzw. **grooming** – uwodzenie w sieci w celu nawiązania więzi emocjonalnej i późniejszego wykorzystania np. seksualnego.

Jak chronić dzieci w sieci?

Każdy rodzic chce dbać o bezpieczeństwo swojego dziecka. Wymierne efekty przyniesie jedynie przemyślana edukacja dziecka, jak bezpiecznie korzystać z internetu. Warto stosować się do poniższych wskazówek:

1. Staraj się rozmawiać z dzieckiem na temat tego, czego nie warto publikować w sieci. Ważne, żeby wiedziało, że w internecie nic nie ginie, a tym samym, żeby przemyślało, którym zdjęciem faktycznie chce się podzielić z innymi. Przekonaj dziecko do większej anonimowości w sieci.
2. Pomóż dziecku odkrywać świat internetu razem z Tobą, w bezpiecznych warunkach. Zaproponuj mu wartościowe strony internetowe, serwisy i aplikacje. Wybierz te, które przyczynią się do rozwoju dziecka.
3. Zawsze rodziców obowiązuje zasada ograniczonego zaufania. Wy tłumacz dziecku, że ludziom nie zawsze można bezgranicznie ufać. Informuj o możliwych zagrożeniach, dostosowując język do wieku dziecka. Spróbuj przekonać dziecko, by informowało Cię o planach spotkania z osobami poznanymi w internecie.
4. Nie złość się i nie karaj dziecka, jeśli przyłapiesz je na oglądaniu treści dla dorosłych. Wyjaśnij sytuację, wysłuchaj dziecka. Okaż wsparcie i gotowość pomocy w sytuacjach, gdy jakieś treści je zawstydziły, przestraszyły, zasmuciły. Rozważ zainstalowanie tzw. blokady rodzicielskiej.

5. Naucz dziecko netykiety, czyli savoir-vivre'u w komunikacji w sieci. Zapoznaj ze zjawiskiem hejtu w sposób adekwatny do wieku dziecka. Pamiętaj, że Twoje dziecko może się stać nie tylko ofiarą prześladowań internetowych, ale również może stać się ich prowodyrem. Zapobiegaj!



Opracowanie:

Karolina Bienia-Uryga  
Hanna Fiołka