

OPOWIEM CI O MOIM ŚWIECIE

Przewodnik dla rodziców i opiekunów:
jak zapobiegać seksualnemu wykorzystywaniu
dzieci w cyberprzestrzeni i jak na nie reagować



AUTORKA

Katarzyna Staciwa

AUTORZY WYPOWIEDZI

Uczniowie z klas II–IV Społecznego Liceum „Startowa 4K” im. Wojciecha Młynarskiego w Warszawie

Wszystkie przytoczone wypowiedzi pochodzą od dziewięciorga nastolatków, którzy uczestniczyli w czterech spotkaniach z autorką przewodnika, zorganizowanych we wrześniu i październiku 2025 r. na terenie szkoły.

Podczas spotkań uczniowie odnosili się zarówno do ogólnej koncepcji przewodnika, jak i do zawartości jego poszczególnych części. Konsultacje miały charakter swobodnej dyskusji, którą uzupełniono krótką ankietą. W ten sposób uczestnicy współtworzyli publikację i mieli realny wpływ na jej ostateczny kształt. W spotkaniach brała również udział psycholożka szkolna, pani Aleksandra Katarzyna Paderewska.

PKDP składa podziękowania dyrektorce szkoły, pani Ewie Kurman-Grzybko, za wsparcie udzielone projektowi na wszystkich etapach jego realizacji, począwszy od fazy koncepcyjnej.

KONSULTACJA

Zespół Edukacji i Prewencji PKDP

KOORDYNACJA PRODUKCJI

Marta Taras

KOREKTA

Magdalena Bogdańska-Maciak

OPRACOWANIE GRAFICZNE

Fesido Sp. z o.o., Katarzyna Staciwa

ISBN

978-83-970364-2-0

© Copyright by Urząd Państwowej Komisji do spraw przeciwdziałania wykorzystaniu seksualnemu małoletnich poniżej lat 15, Warszawa 2026

Sposób cytowania: **Staciwa, K., (2026)**, *Opowiem Ci o moim świecie. Przewodnik dla rodziców i opiekunów: jak zapobiegać seksualnemu wykorzystywaniu dzieci w cyberprzestrzeni i jak na nie reagować*. Urząd Państwowej Komisji do spraw przeciwdziałania wykorzystaniu seksualnemu małoletnich poniżej lat 15.

W pracy nad publikacją autorka korzystała z narzędzia Microsoft Copilot, aby wyszukiwać informacje i edytować tekst.

““

Oni nie wiedzą, co
jest **niebezpieczne**
w internecie.

““

Jesteśmy **cholernie**
samotni, często
szukamy tam znajomych.

““

Próbujemy **zrozumieć**
samyh siebie.

““

Inni ludzie **nie**
myślą tak jak my.

““

Polegać na tym, że
rodzice czy opiekunowie
są nieomylni, to **najgorsza**
rzecz, jaką można zrobić.

““

Potrzebujemy **dużo**
miłości, uwagi, walidacji
ze strony społeczeństwa.

““

Dzieci są
relatywnie **mądre**.

SPIIS TREŚCI

WSTĘP	6
ROZDZIAŁ I: O moim świecie	9
1.1. Trochę o mnie w wieku szkolnym i w wieku dojrzewania	10
1.2. Kilka słów o seksualizacji w cyberprzestrzeni	14
1.3. Jak korzystam z cyberprzestrzeni	16
1.4. Jak gram online	21
1.5. Ja i inne rozwiązania technologiczne	24
ROZDZIAŁ II: Zagrożenia w moim świecie online	33
2.1. Zachowania o podłożu seksualnym, które mogą mnie dotyczyć	34
2.1.1. Seksting	35
2.1.2. Uwodzenie i manipulacja	38
2.1.3. Szantaż na tle seksualnym	41
2.2. Materiały przedstawiające seksualne wykorzystywanie dzieci dostępne w cyberprzestrzeni	45
2.2.1. Kiedy samodzielnie wytwarzam takie treści	48
2.2.2. Treści generowane przy użyciu sztucznej inteligencji	49
2.3. Treści, które mi szkodzą, czyli o dostępie do pornografii	51
ROZDZIAŁ III: Kto jest po drugiej stronie ekranu?	56
3.1. Kiedy krzywdzi dorośli	57
3.2. Kiedy krzywdzą inne dzieci	63

ROZDZIAŁ IV: Regulacje prawne	74
4.1. O przestępstwach seksualnych	75
4.1.1. Seksting a materiały przedstawiające seksualne wykorzystywanie dzieci	77
4.1.2. Elektroniczna korupcja seksualna małoletniego	78
4.1.3. Szantaż na tle seksualnym	79
4.2. O demoralizacji i czynach karalnych	81
4.3. O ochronie prywatności (w internecie)	83
ROZDZIAŁ V: O zapobieganiu i reagowaniu	87
5.1. Działania proaktywne	88
5.1.1. O dostępie do internetu	88
5.1.2. O kluczowych kompetencjach społecznych	89
5.1.3. Zasady bezpieczeństwa i narzędzia cyfrowe	90
Dodatkowe źródła	92
5.2. Działania reaktywne	93
5.2.1. Reagowanie na zachowania	94
5.2.2. Reagowanie na treści	97
5.2.3. Reagowanie na naruszenie prywatności dziecka w internecie	98
ZAKOŃCZENIE	99



WSTĘP

Przewodnik porusza wymagający emocjonalnie temat, przez co niektóre jego fragmenty mogą być trudne w odbiorze lub wywoływać silne emocje, zwłaszcza jeśli odnoszą się do dziecka, które znasz lub które jest Ci bliskie. W razie potrzeby skorzystaj z pomocy opisanej w rozdziale V.

Według raportu „Internet dzieci”¹ w ostatnim kwartale 2024 r. w Polsce z internetu korzystało **2,7 miliona** dzieci w wieku **7–14 lat**. Główny Urząd Statystyczny podaje, że w tym czasie wszystkich dzieci w tym wieku było **3,2 miliona**. Oznacza to, że **85,6%** z nich miało dostęp do internetu. To bardzo dużo, prawda? W tym samym okresie **91,54%** dzieci w tej grupie wiekowej (spośród tych korzystających) przynajmniej **raz dziennie** połączyło się z internetem i spędziło tam średnio prawie **4,5 godziny**. Zdecydowana większość (**prawie 90%**) używała do tego telefonu lub tabletu (Bigaj i in., 2025).



*Jesteś moim rodzicem, opiekunem, więc **chcę ci opowiedzieć o moim świecie**. Nie ma w nim podziału na to, co offline, a co online. Ja takiego podziału nie znam.*

Powyższe ustalenia powinny pomóc Ci zrozumieć, jak wygląda cyfrowa codzienność dzieci w Polsce. Być może Tobie również zdarza się nazywać swoje dziecko „cyfrowym tubylcem” albo nawet korzystać z jego obycia w cyberprzestrzeni? Nie zmienia to jednak faktu, że w wirtualnym świecie Twoje dziecko nadal potrzebuje wsparcia i mądrego przewodnictwa dorosłych, szczególnie w zakresie ochrony przed zagrożeniami o charakterze seksualnym.



***Cyberprzestrzeń to moja codzienność**. To wymiar, w którym spędzam mnóstwo czasu. Mają w nim miejsce zachowania seksualne, które są dla mnie szkodliwe i niebezpieczne – podobnie jak treści, z którymi się w tej przestrzeni stykam.*

1 Raport bazuje na danych z panelu badawczego Gemius oraz badania Mediapanel za ostatni kwartał 2024 r. Uwaga: inicjatywa stałego monitoringu obecności dzieci i młodzieży w internecie pod nazwą „Internet dzieci” została powołana w 2024 r. przez cztery podmioty: Fundację „Instytut Cyfrowego Obywatelstwa”, Polskie Badania Internetu, firmę Gemius oraz Państwową Komisję do spraw przeciwdziałania wykorzystaniu seksualnemu małoletnich poniżej lat 15. Warto śledzić kolejne raporty, aby być na bieżąco.

Instytucje i organizacje zajmujące się ochroną dzieci wskazują, że przenikanie się zjawiska seksualnego wykorzystywania dzieci i technologii wywołało poważne zagrożenie dla zdrowia publicznego (np. Childlight, 2025). Osoby o złych intencjach wobec dzieci wykorzystują możliwości technologiczne, by krzywdzić je w środowisku online, tworzyć materiały dokumentujące ten proceder oraz formować społeczności służące wymianie i handlowi takimi treściami. Dodatkowo dzielą się wskazówkami, często zachęcając do coraz brutalniejszych aktów przemocy. Technologie cyfrowe umożliwiają wyszukiwanie dzieci w cyberprzestrzeni w celu ich seksualnego wykorzystywania, w tym nakłaniania i zmuszania do wykonywania nagich zdjęć, a nawet szantażowania w kontekście seksualnym, by uzyskać korzyści finansowe. Coraz częściej przestępcy sięgają po sztuczną inteligencję do generowania materiałów związanych z krzywdzeniem dzieci (Thorn, 2025).



Seksualne wykorzystywanie jest zagrożeniem, które obecnie **nie dotyczy wyłącznie rzeczywistego świata**. Możesz mnie przed nim uchronić.

Jesteś rodzicem lub opiekunem dziecka w wieku **10–15 lat**? Nasza publikacja jest adresowana właśnie do Ciebie. Opowiemy Ci w niej o zjawisku seksualnego wykorzystywania dzieci w internecie. Zrobimy to, łącząc wiedzę ekspercką z komentarzami nastolatków. Wierzymy, że takie podejście pomoże Ci lepiej poznać i zrozumieć rzeczywistość Twojego dziecka.



Korzystanie z internetu, zwłaszcza za pośrednictwem urządzeń mobilnych, jest nieodłącznym elementem codziennego życia dzieci w Polsce. Oznacza to, że przestrzeń, w której funkcjonuje Twoje dziecko, wykracza poza tradycyjne rozumienie ograniczone do domu i rodziny, szkoły i grupy rówieśniczej. Pomożemy Ci lepiej odnaleźć się w tej przestrzeni, a także dostrzec powiązania między rozwiązaniami technologicznymi a zjawiskiem seksualnego wykorzystywania dzieci.



ROZDZIAŁ I

O moim świecie

1.1 | Trochę o mnie w wieku szkolnym i w wieku dojrzewania

W zrozumieniu zagadnień dotyczących np. zachowań o podłożu seksualnym w internecie przydatna będzie dla Ciebie garść podstawowych informacji na temat rozwoju psychoseksualnego dziecka. Ten złożony proces rozpoczyna się już w okresie niemowlęcym, a nabywane na kolejnych etapach doświadczenia odgrywają ogromną rolę w funkcjonowaniu dziecka w późniejszym życiu.

Jakie przejawy seksualności dotyczą dzieci w wieku 10–15 lat?

OKRES OD 7 DO 11 ROKU ŻYCIA

(okres wczesnoszkolny)

- **Powszechne:**

Dziecko silnie identyfikuje się z własną płcią. Przyswaja sobie charakterystyczne dla niej zachowania społeczne.

- **Zdarza się:**

Zainteresowanie płciowością (np. dziewczynki interesują się powiększającym się biustem, sprawami związanymi z miesiączką, chłopcy porównują wygląd swoich narządów płciowych, oczekują pierwszego zarostu).

Tematy związane z rozwojem psychoseksualnym na ogół są omawiane we własnej grupie płciowej.

OKRES OD 12 DO 16 ROKU ŻYCIA

(okres dorastania/dojrzewania)

- **Powszechne:**

Pytania dotyczące obyczajów seksualnych, podejmowania decyzji dotyczących związków. Masturbacja w miejscach prywatnych, fantazje seksualne.

Eksperymentowanie z rówieśnikami, m.in. pocałunki erotyczne, pieszczoty i dotykanie intymnych części ciała.

Częste i nietrwałe zakochania, tworzenie par.

Źródło: Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, 2019.

W wieku **10–15 lat** dzieci przechodzą przez czwarte i piąte stadium rozwoju psychoseksualnego człowieka, tj.:

- wiek szkolny, czyli stadium latencji (**od ok. 6 do ok. 12 roku życia**), w którego centrum leży zdobywanie kompetencji. W tym okresie obserwuje się również przesunięcie uwagi rozwojowej dziecka na osoby z jego otoczenia oraz budowanie relacji z nimi;
- wiek dojrzewania, czyli stadium dojrzewania płciowego (**między 13 a 22 rokiem życia**), podczas którego w ciele zachodzą liczne zmiany, w tym przemiana dziecięcych genitaliów w narządy płciowe osoby dorosłej. To także stadium, w którym dziecko dojrzewa poznawczo, emocjonalnie i społecznie, a po przejściu przez kryzys dojrzewania kształtuje swoją tożsamość na podstawie przyjętych wzorców (Beisert, 2023).

W omawianym przedziale wiekowym dziecko zaczyna zadawać pytania o to, kim jest, jak postrzega siebie i jak chce być postrzegane przez innych. Kształtują się jego granice emocjonalne, czyli zdolność do rozpoznawania i wyrażania własnych uczuć, a także do ochrony siebie w relacjach z innymi. Uczy się, czym jest bliskość, zaufanie, szacunek i intymność, choć często jeszcze nie potrafi ich w pełni zdefiniować. Jego rozumienie relacji międzyludzkich dopiero się rozwija, jest zatem szczególnie wrażliwe na wzorce i przekazy płynące z otoczenia, także ze świata online. Dopiero zdobywa i rozwija zasoby oraz zdolności do krytycznej

oceny zachowań i treści, co czyni je podatnym na presję i manipulację. Bódcze związane z erotyką i seksualnością mogą wywoływać silne emocje, budzić ciekawość, ale też powodować dezorientację i lęk.



*Bardzo ważną rzeczą jest również **zbudowanie relacji, kiedy dziecko jest dzieckiem**. W momencie, w którym przestało nim być, to znaczy jest już nastolatkiem, nie zbudujemy już tej relacji. Nie będzie nam się zwierzać ze wszystkiego. Trzeba również zbudować relację, która jest bardziej partnersko-współpracująca.*

Warto, aby rodzic lub opiekun znał podstawy rozwoju psychoseksualnego dziecka. Dzięki temu łatwiej może ocenić, które zachowania seksualne mieszczą się w normie przypisanej poszczególnym stadium. Odwoływanie się do norm rozwojowych będzie dla Ciebie pomocne w weryfikacji pojawiających się wątpliwości – nieodłącznego elementu podążania przez dziecko drogą rozwoju, z zachowaniem jego własnego, indywidualnego tempa.



*Fajnie byłoby **nie upupiać dzieci**.*

Ważne jest również, aby Twoja interpretacja zmian towarzyszących rozwojowi seksualnemu dziecka nie opierała się na potocznej wiedzy. Korzystanie z informacji pochodzących z naukowych źródeł pozwoli Ci uniknąć nadmiernej kontroli, zakazów, a zwłaszcza traktowania jego zachowań jako czegoś złego. Brak odpowiedniej wiedzy lub bazowanie na stereotypach może prowadzić nie tylko do wyciągania błędnych wniosków, ale także do niewłaściwej reakcji lub jej zaniechania w sytuacjach, gdy dziecko szczególnie potrzebuje Twojego wsparcia.



Wszystko zależy od tego, jak podchodzi się w domu do tematów tabu.

Twoim zadaniem jest stworzenie bezpiecznej, pełnej zaufania przestrzeni do rozmowy o rozwoju psychoseksualnym dziecka – bez oceniania, z otwartością i szacunkiem. Warto pamiętać, że dzieci, które mają możliwość swobodnej rozmowy z dorosłymi o emocjach, ciele i relacjach, zwłaszcza w wieku dojrzewania, znacznie rzadziej poszukują odpowiedzi na pytania dotyczące seksualności w nieodpowiednich miejscach, takich jak internetowe serwisy pornograficzne.



Zauważ, że zmiany świadczące o dojrzewaniu biologicznym dziecka mogą być widoczne już na wczesnym etapie omawianego przedziału wiekowego: najczęściej rozpoczynają się między 11 a 12 rokiem życia. Tymczasem jego dojrzałość psychoseksualna rozwija się wolniej i mniej jednoznacznie. Ten proces może trwać do późnej adolescencji, a nawet wczesnej dorosłości. Dziecko może więc wyglądać dojrzałe fizycznie, ale nadal być niedojrzałe poznawczo, emocjonalnie i społecznie.





***Dziecko może nie chcieć współpracować.
Założenie, że chętnie podzieli się swoimi
doświadczeniami, jest optymistyczne.***



„Praca domowa” – tym razem dla Ciebie

1

Nie obawiaj się rozmawiać z dzieckiem o seksualności. Choć temat ten może być dla Ciebie trudny, jest niezwykle istotny dla jego prawidłowego rozwoju. Nie unikaj pytań, nie odsyłaj do innej osoby. Odpowiadaj wprost, starając się dopasować przekaz do wieku i zasobów dziecka. Warto też upewnić się, czy wszystko jest dla niego zrozumiałe.

2

Trudno jednoznacznie określić najlepszy moment na poruszenie zagadnień związanych z seksualnością, dlatego dobrze jest wprowadzać tę tematykę stopniowo, budując jednocześnie u dziecka poczucie bezpieczeństwa i komfortu.

3

Zauważ, że jeśli dziecko nie zadaje pytań, to nie znaczy, że ich nie ma. Postaraj się więc wyjść potrzebom pociechy naprzeciw. Ważne, aby nie odkładać takich rozmów na moment, gdy dziecko zacznie już wkraczać w wiek dojrzewania. Bądź pierwszym źródłem informacji i uzupełniaj je, uprzedzając zmiany, których będzie doświadczać.

4

Zapoznaj się z wykazem obszarów wiedzy i umiejętności, które powinno posiadać dziecko we wskazanej grupie wiekowej, zamieszczonym w rozporządzeniu Ministra Edukacji dotyczącym przedmiotu edukacja zdrowotna². Wykorzystaj te informacje, aby sprawdzić, jaką wiedzę oraz jakie umiejętności posiada Twoje dziecko. W ten sposób łatwiej ocenisz, jakimi kwestiami należy zająć się w pierwszej kolejności.

2 Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 6 marca 2025 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej, <https://dziennikustaw.gov.pl/D2025000037801.pdf> [dostęp: 19.03.2026]. Uwaga: w czasie, gdy wydajemy tę publikację, trwają prace nad jego nowelizacją. Według zapowiedzi obowiązkowe będą takie działy, jak: bezpieczeństwo, higiena cyfrowa, odżywianie, profilaktyka uzależnień, zdrowie psychiczne, fizyczne i społeczne oraz pierwsza pomoc. Nieobowiązkowe będą natomiast zagadnienia dotyczące zdrowia seksualnego, <https://www.gov.pl/web/edukacja/edukacja-zdrowotna-od-1-wrzesnia-bedzie-przedmiotem-obowiazkowym> [dostęp: 18.06.2026].



*Seksualizacja to wyraźne skupienie przekazu wokół ciała i jego atrakcyjności. Rodzice lub opiekunowie mogą inaczej ten przekaz odbierać, ponieważ w międzyczasie **zmienił się stosunek do tematów tabu, takich jak seks.***

Jednym z ważnych zagadnień, o których warto pamiętać, gdy myślimy o środowisku, w którym dorasta dziecko, jest seksualizacja. Pomocne w zrozumieniu tego zjawiska może być wyjaśnienie Marii Beisert, która mówi, że może ono dotyczyć trzech powiązanych ze sobą obszarów: społeczno-kulturowego, interpersonalnego oraz samoseksualizacji. W pierwszym z nich istotną rolę odgrywa zseksualizowany wzorzec przekazywany dzieciom za pośrednictwem szerokiej gamy środków, takich jak programy telewizyjne, filmy czy utwory muzyczne. Może to budzić w nich przekonanie, że tego typu zachowanie mieści się w granicach normy społecznej.



*Kultura internetu jest rzeczą specyficzną, która **straumatyzowała** wiele osób.*



Badania pokazują, że szczególnie dziewczynki są pod wpływem przekazów, które mówią im, jak powinny wyglądać, w co się ubierać, kiedy zacząć się malować (np. FDDS, 2021). W drugim obszarze – interpersonalnym – ważną rolę odgrywają rodzice, opiekunowie i nauczyciele. To oni pomagają dzieciom budować właściwe postawy i uczą, jak reagować na to, co widzą w mediach. Trzeci obszar to samoseksualizacja, czyli postrzeganie przez dziecko własnej osoby głównie lub wyłącznie przez pryzmat swojej seksualności oraz traktowanie jej jako przedmiotu służącego zaspokajaniu seksualnych potrzeb innych osób. Zaburza to jego samoocenę i stawia pod znakiem zapytania inne wartości niż te związane z wyglądem oraz atrakcyjnością (Beisert, 2023).

Seksualizacja dzieci w internecie polega na przedstawianiu najmłodszych w sposób nacechowany seksualnie, często bez ich wiedzy i zgody. Jej przejawem jest adultyzacja ich wizerunku. Chodzi o publikowanie zdjęć lub filmów przedstawiających dzieci w kontekstach nieadekwatnych do ich wieku, wyrażanych np. przez ubiór czy przyjętą pozę lub zamieszczanie nacechowanych seksualnie komentarzy, emotikonów czy ocen na ich temat (zob. szerzej Borkowska, 2026). Problem ten jest pogłębiany przez algorytmy serwisów społecznościowych, które często promują treści kontrowersyjne lub wywołujące silne emocje, aby maksymalizować zaangażowanie użytkowników. Warto podkreślić, że skutki tego zjawiska obejmują nie tylko naruszenie prywatności i godności dziecka, ale również zwiększenie ryzyka poważnych zaburzeń w jego rozwoju psychoseksualnym.



Mamy tzw. **doświadczenia generacyjne**. Chodzi o rodzaj treści, które widziała większość z nas, których nie da się **odzobaczyć**. Dobrze, żeby rodzice czy opiekunowie o tym wiedzieli, bo to pomoże im nas zrozumieć. Oni znają inny internet z czasów, kiedy był zupełnie innym bytem.

W 2022 r. hiszpańscy badacze przeanalizowali działanie serwisu społecznościowego TikTok, by określić, w jakim stopniu publikowane tam treści zawierają elementy seksualizacji oraz jak postrzegają tę platformę młodzi użytkownicy w kontekście wpływu na ich życie, relacje i zdrowie psychiczne. W tym celu przeanalizowano 648 filmów, opublikowanych przez 12 najpopularniejszych w tym kraju tiktoków, a następnie przeprowadzono pogłębione wywiady z 12 dziećmi w wieku 8–17 lat obserwującymi wytypowane konta. Ustalono, że 83% kont zawierało treści o charakterze seksualizującym, np. uwodzicielskie gesty, jak oblizywanie warg, taniec o zabarwieniu seksualnym, odstawianie ciała, muzykę z seksualnymi lub poniżającymi tekstami. Do głównych wątków wyłonionych w wywiadach należały kwestie dotyczące traktowania serwisu przez jego użytkowników jako miejsca do prezentowania ulepszonej wersji siebie, oraz ich nastawienie na odczuwanie przyjemności i zabawę. Co ważne, ich zdaniem posiadanie wielu znajomych na TikToku wiązało się z poczuciem własnej wartości, łączonym przez część badanych z atrakcyjnością i popularnością na platformie, w tym również z jej wymiarem seksualizowanym. Dodatkowo, badani potwierdzili świadomość występowania zachowań seksualizujących w tym serwisie.

Źródło: Soriano-Ayala i in., 2022.



Żeby lepiej zrozumieć problem seksualnego wykorzystywania dzieci w internecie, warto spojrzeć na to zagadnienie szerzej, uwzględniając także inne zjawiska powiązane z tym środowiskiem. Należy do nich seksualizacja dzieci, którą można uznać za tworzącą podatny grunt dla szkodliwych, a nawet zabronionych zachowań. Normalizuje ona postrzeganie dzieci w kategoriach seksualnych, co może przesuwać granice bezpieczeństwa oraz ułatwiać nawiązywanie niepożądanych kontaktów online. Dzieci eksponowane na treści seksualizujące są narażone na przyswajanie norm dotyczących wyglądu i zachowań charakterystycznych dla osób dorosłych. Może to negatywnie wpływać na ich harmonijny rozwój psychiczny i społeczny oraz prowadzić do zacierania granic między dzieciństwem a dorosłością.



„Praca domowa” – tym razem dla Ciebie

1

W kontekście seksualizacji dzieci w cyberprzestrzeni istotna jest nie tylko Twoja decyzja dotycząca wyboru treści, które mają docierać do dziecka, ale również kontekst, który zostanie im nadany w jego najbliższym otoczeniu, także poprzez wyznaczanie wyraźnych granic między zachowaniami seksualizującymi a normatywnymi. Obejrzyj z dzieckiem kilka losowych filmów, dostępnych na obserwowanych przez nie kontach w serwisach społecznościowych. Wskaż te, które według Ciebie prezentują zachowania seksualizujące. Czy ocena Twojego dziecka jest podobna? Wymieńcie się spostrzeżeniami.

2

Staraj się kształtować u dziecka postawę, zgodnie z którą wygląd zewnętrzny nie jest wyłącznym kryterium jego atrakcyjności. Doceniaj jego starania, postawę, empatię, kreatywność i uczciwość. Naucz je odróżniać seksualizację od seksualności.

1.3 | Jak korzystam z cyberprzestrzeni

Przyjrzymy się teraz, jak dzieci spędzają czas w cyberprzestrzeni. Wyniki ogólnopolskiego badania „Nastolatki”, obejmującego uczniów i ich rodziców³ pozwalają lepiej zrozumieć cyfrowe nawyki młodych internautów, w tym różnice w ich postrzeganiu. Ustalono, że w 2024 r. nastolatki spędzały średnio **4 godziny i 59 minut** dziennie w internecie w dni powszednie oraz **5 godzin i 16 minut** w weekendy. Rodzice i opiekunowie ocenili ten czas znacznie niżej: odpowiednio na **3 godziny i 48 minut** oraz **4 godziny i 55 minut**. Znaczne rozbieżności w szacunkach dotyczą także liczby kont w serwisach społecznościowych – przeciętny nastolatek posiadał ich średnio **6,5**, podczas gdy szacunki dla osób dorosłych oscylowały w okolicach **połowy tej liczby**. Dodatkowo rodzice i opiekunowie zaniżyli średni czas korzystania z tych serwisów przez nastolatków aż o **godzinę i 17 minut** (Ładna i in., 2025).

3 Badanie „Nastolatki” w edycji 2024 zostało przeprowadzone w okresie od września do października 2024 r. z wykorzystaniem techniki CAWI (Computer-Assisted Web Interview), czyli samodzielnego wypełniania ankiety online przez respondentów i respondentki. W sumie zebrano 3655 pełnych ankiet uczniów i uczennic (z klas 7 i 8 szkół podstawowych oraz klas 1 i 2 szkół ponadpodstawowych) oraz 918 zestawów odpowiedzi od rodziców i opiekunów prawnych, pochodzących ze 160 szkół zlokalizowanych we wszystkich 16 województwach.

“

*Internet to nie jest miasto, **którego mapę można stworzyć**. To żywy organizm.*



To samo badanie dostarczyło dodatkowego wglądu w kategorię serwisów społecznościowych oraz komunikatorów. Okazuje się, że przestrzeń online nastolatków zdecydowanie zdominowały cztery platformy – Messenger, TikTok, YouTube i Instagram – wskazane przez **ponad 60%** osób biorących udział w badaniu.

“

*Rodzice czy opiekunowie powinni się edukować o tym, jak funkcjonuje cyberprzestrzeń. To nie jest czysta kryptografia, tylko raczej basicowa wiedza. **Ważne, żeby chcieli szukać i weryfikować źródła**, choć mogą nie mieć na to czasu. Optymistyczne jest także założenie, że rodzice nie bywają leniwi.*

W grudniu 2025 r. Australia jako pierwsze państwo na świecie wprowadziła przepisy ograniczające dostęp do serwisów społecznościowych dla osób poniżej 16 roku życia. Ograniczenia dotyczą serwisów, które umożliwiają interakcję między użytkownikami, nawiązywanie kontaktów oraz publikowanie treści. Regulacje obejmują popularne platformy, takie jak Facebook, Instagram, Snapchat, TikTok, YouTube czy Twitch.

Celem nowych zasad jest ochrona młodych użytkowników przed presją i zagrożeniami związanymi z korzystaniem z tych serwisów.

Źródło: eSafetyCommissioner, 2025a.

Analiza ujawniła również różnice w zakresie preferowanych serwisów społecznościowych i komunikatorów w zależności od płci. Dziewczęta częściej sięgały po Pinterest, Instagram, Snapchat i TikTok, podczas gdy chłopcy wybierali Discord, YouTube oraz Twitch. Różnice dotyczyły także typów aktywności. Wyjątek to słuchanie muzyki – działanie najczęściej wybierane przez obie płcie. Dziewczęta częściej decydowały się aktywności związane z socjalizacją, tj. kontaktowanie się z innymi osobami, przeglądanie ich profili, wyszukiwanie znajomych czy dzielenie się swoim życiem. Z kolei chłopcy przede wszystkim grali online oraz wybierali konsumpcję treści jako sposób na „zabijanie czasu” (Ładna i in., 2025).



*Chodzi o to, **aby umożliwić nam samokontrolę, która jest przeciwieństwem opieki polegającej na inwigilacji tego, co robimy.***

Dane te warto uzupełnić wynikami badań przedstawionymi w raporcie „Internet dzieci”. W IV kwartale 2024 r. dzieci w wieku **7–14 lat** najaktywniej korzystały ze streamingu wideo, serwisów społecznościowych oraz komunikatorów, przy czym wskazana kolejność odzwierciedla również zasięg wybranych produktów i usług. Nie powinno Cię zaskoczyć, że także według tych badań młodzi internauci poświęcali najwięcej czasu serwisom społecznościowym – **ponad dwie godziny dziennie** (Bigaj i in., 2025).

Jeśli Twoje dziecko nie ukończyło jeszcze **13 lat**, z pewnością zainteresują Cię ustalenia dotyczące korzystania z serwisów społecznościowych przez... dzieci w przedziale wiekowym **7–12 lat**. Może już wiesz, że regulaminy popularnych serwisów społecznościowych i komunikatorów jasno określają minimalny wiek użytkownika. Dla produktów Meta⁴ (Facebook⁵, Messenger, Instagram) czy TikToka⁶ jest

4 Regulamin korzystania z produktów Meta, <https://www.facebook.com/legal/terms> [dostęp: 19.03.2026].

5 Facebook to nazwa serwisu społecznościowego należącego do firmy Meta (dawniej Facebook, Inc.), która zmieniła nazwę w październiku 2021 r.

6 Informacje na temat bezpieczeństwa i dobra osób niepełnoletnich podane w zasadach społeczności TikTok, <https://www.tiktok.com/safety/pl-PL/policies-and-engagement/youth-safety?cgversion=2023> [dostęp: 19.03.2026].

to **13 lat**. Skąd więc bierze się problem? Istotna będzie tutaj informacja dotycząca wieku, w którym – zgodnie z wynikami badań – dzieci dostają swój pierwszy smartfon i komputer z dostępem do internetu, tj. **9–10 lat** (Ładna i in., 2025). To zdecydowanie za wcześnie!

Raport „Internet dzieci” dostarcza dowodów na obecność dzieci poniżej **13 roku życia** tam, gdzie... zgodnie z przepisami nie powinno ich w ogóle być. Według dokonanych ustaleń najbardziej angażującą aplikacją wśród nich był TikTok – zarówno pod względem czasu (**ponad 2 godziny**), jak i liczby sesji dziennie (**średnio 17**). Ogółem blisko **40% całej populacji dzieci w wieku 7–12 lat** aktywnie korzystało przynajmniej z jednego spośród trzech serwisów: TikToka (ok. 760 tys.), Facebooka (580 tys.) i Instagrama (290 tys.). Jeśli chodzi o komunikatory, blisko **900 tys.** dzieci korzystało z Messengera, a **ponad 700 tys.** z WhatsAppa. Odnosząc te wartości do liczby wszystkich dzieci w tym wieku w Polsce (dane GUS), można wnioskować, że **co trzecie dziecko w wieku 7–12 lat** korzystało z TikToka, **niewiele mniej** – z Facebooka, **zaś co ósme** – z Instagrama (Bigaj i in., 2025). Zauważ, że omijanie przepisów nie tylko daje dziecku zły przykład i nie uczy go właściwego postępowania, ale przede wszystkim naraża je na kontakt z treściami nieadekwatnymi do jego wieku oraz szkodliwymi dla jego zdrowia i dobrostanu.





Przedstawione dotąd informacje powinny pomóc Ci zrozumieć cyfrowy świat, w którym Twoje dziecko już funkcjonuje lub wkrótce do niego dołączy. Wiesz już, że zdecydowana większość nastolatków porusza się w przestrzeni wirtualnej za pomocą smartfona. Wiesz, ile czasu przeznaczają na aktywność w sieci w dni powszednie i weekendy, a także jak ten czas wykorzystują.

W przeszłości rodzice ostrzegali dzieci przed kontaktami z nieznajomymi zarówno podczas zabawy na podwórku, jak i w drodze do szkoły. W dalszych częściach przewodnika sprawdzimy, czy te zalecenia nadal pozostają aktualne w odniesieniu do świata online. Zauważ, że skoro dzieci spędzają tak dużo czasu w internecie, naturalne jest, że właśnie tam mogą spotkać się z niepożądanymi zachowaniami, w tym o podłożu seksualnym. Zasada jest prosta: „Tam, gdzie są dzieci, podążają również sprawy tych zachowań”.



„Praca domowa” – tym razem dla Ciebie

1

Skonfrontuj swoją wiedzę o tym, jakim użytkownikiem internetu jest Twoje dziecko, z nim samym. Dowiedz się, ile czasu poświęca na korzystanie z cyberprzestrzeni. Czy robi to kosztem snu? W przypadku używania smartfona możesz to sprawdzić w usłudze „Czas przed ekranem”. Czy uzyskane dane różnią się od Twoich założeń? Zauważ, że Światowa Organizacja Zdrowia zaleca **dzieciom i młodzieży w wieku 5–17 lat co najmniej 60 minut aktywności fizycznej dziennie** i nawołuje do ograniczenia czasu spędzanego w pozycji siedzącej, szczególnie przed ekranem (WHO, 2021).

2

Przygotujcie wspólnie tabelę z wykazem serwisów i komunikatorów internetowych – pomoże Ci to lepiej poruszać się w cyfrowym świecie dziecka. Zapytaj je o opinię na temat każdego z nich. Jeśli korzysta już z niektórych serwisów lub komunikatorów, ustalcie także, do czego je wykorzystuje, z których korzysta najczęściej oraz którym poświęca najwięcej czasu.

3

Sprawdź granicę wieku, od której można korzystać z serwisów i komunikatorów wymienionych w Waszej tabeli. Jeśli zgadzasz się na dostęp do któregoś z nich, mimo że Twoje dziecko jest młodsze, ustal z nim zasady korzystania, w tym możliwość Twojego nadzoru.

1.4 | Jak gram online

Popularność platform oferujących gry wideo znacząco wzrosła w ostatnich latach. W raporcie „Polish Gamers KIDS 2022” przeczytasz, że stanowią one powszechną formę spędzania czasu, będąc częścią życia i codziennej rutyny **88% dzieci w Polsce w wieku 9–15 lat!** Co więcej, **46% uczestników** opisanego w nim badania⁷ spędza wolny czas, najczęściej grając na telefonie lub tablecie, a dopiero potem wybiera spotkania ze znajomymi (**42%**; Polish Gamers Observatory, 2022). Ciekawostką jest też to, że **aż 87% dziewczynek w wieku 9–12 lat** deklaruje, że gra na komputerze, konsoli, telefonie lub ogląda innych grających w gry wideo, podczas gdy wśród **starszych dziewczynek (13–15 lat)** ten odsetek wynosi **80%**. U chłopców sytuacja jest odwrotna: częściej robią to **nastolatki w wieku 13–15 lat (93%)** niż ci młodszy, czyli **9–12-latkowie (91%)**; Polish Gamers Observatory, 2022). Podobne ustalenia zaprezentowano w raporcie „Internet dzieci”, zgodnie z którymi w ostatnich miesiącach 2024 r. **ponad 95% dzieci w wieku od 7 do 14 lat** korzystało z gier i serwisów o grach. Większość z nich (**ponad 93%**) używała do tego telefonów lub tabletów i spędzała na graniu średnio **48 minut dziennie** (Bigaj i in., 2025).



*Cyberprzestrzeń jest dla nas tym, **czym dla naszych rodziców/opiekunów było kiedyś podwórko**. Oni przecież nie chcieli być podsłuchiwani, kiedy spędzali tam czas. I my mamy podobnie.*



⁷ Badanie, w którym wzięło udział 1249 internautów w wieku 9–15 lat, zostało przeprowadzone między 17 a 27 czerwca 2022 r., z wykorzystaniem metody CAWI w ramach panelu Ariadna. Każdy z respondentów spełniał warunek grania minimum na jednej spośród badanych platform: konsolach, urządzeniach mobilnych (smartfonach oraz tabletach), komputerach PC, za pośrednictwem przeglądarki lub oglądania na platformach wideo rozgrywek innych graczy.

Uwzględniliśmy ten temat w przewodniku z dwóch powodów. Po pierwsze, chcemy pokazać, że świat gier jest ważną częścią życia dzieci w Polsce. Po drugie, zależy nam na przedstawieniu jego różnorodności. O jego pozytywnych stronach możesz dowiedzieć się np. z badania „Power of Play” przeprowadzonego na grupie **blisko 13 000 graczy z 12 państw⁸, w tym 1019 z Polski**. Jako trzy główne powody wyboru tego rodzaju aktywności gracze wskazali zabawę (**69%**), wypełnianie czasu (**63%**) oraz redukcję stresu i relaks (**58%**). Ponadto **73% respondentów** uważa gry wideo za pomocne w rozwijaniu kreatywności, **69%** za wspierające umiejętności poznawcze oraz pracy zespołowej i rozwiązywanie problemów, a **67%** za pomocne w zawieraniu nowych znajomości. W przypadku respondentów z Polski **69%** wskazało na zmniejszenie poczucia izolacji, a **64%** na ograniczenie stresu i lęku dzięki grom wideo (ESA, 2023).



Zauważ, że niektóre aspekty przedstawiane w tym badaniu jako pozytywne mogą również być związane z negatywnymi stronami funkcjonowania środowiska gamingowego. W ostatnich latach zamknięte platformy gier przekształciły się w wirtualne przestrzenie, umożliwiające szerszy, w tym bardziej realistyczny zakres interakcji, które charakteryzują się dużą łatwością i anonimowością. Stwarza to dogodne warunki działania dla osób wykorzystujących te przestrzenie do uwodzenia dzieci lub otrzymywania od nich intymnych materiałów. Monitorowanie interakcji, w których uczestniczy dziecko, grając online, stanowi wyzwanie dla rodziców lub opiekunów ze względu na ich różnorodność oraz fakt, że odbywają się one przy użyciu urządzeń takich jak słuchawki czy specjalistyczne gogle (Bracket Foundation, 2022). Warto też zwrócić uwagę na niepokojące wyniki analiz polityk platform gamingowych, które wskazują na poważne braki w zabezpieczeniach chroniących dzieci przed seksualnym wykorzystywaniem. W badaniu z 2019 r. ustalono, że spośród **40 popularnych platform do gier** aż **29** pozwalało na anonimową rejestrację i dowolne wpisywanie wieku, co utrudniało skuteczną ochronę dzieci przez ograniczenie kontaktów dorosłych z najmłodszymi. Ponadto **każda z nich** posiadała wbudowane funkcje

8 Australia, Brazylia, Kanada, Francja, Niemcy, Włochy, Japonia, Polska, Korea Południowa, Hiszpania, Wielka Brytania i Stany Zjednoczone.

komunikacji z innymi graczami (nawet te oznaczone 4+), a tylko **12** deklarowało jakąkolwiek moderację czatów (Threadgall i Horsman, 2019). Znane są też przypadki pociągnięcia do odpowiedzialności konkretnych firm, np. firmy Roblox, za zaniedbania w ochronie dzieci przed seksualnym wykorzystywaniem (np. Bloomberg Law, 2026). Wskazuje to na rosnący trend rozliczania platform cyfrowych z dbałości o bezpieczeństwo nieletnich – nie tylko w związku z pojedynczymi incydentami, lecz także na etapie projektowania i zarządzania systemami mogącymi w sposób przewidywalny sprzyjać zagrożeniom.

Zgodnie z publikacją National Center On Sexual Exploitation niemal 500 gier umożliwiających graczom odgrywanie aktów przemocy, zgwałcenia oraz stosunków kazirodczych zostało niedawno usuniętych z platform Steam i Itch.io w wyniku międzynarodowej kampanii z udziałem australijskiej organizacji Collective Shout. Kampania obejmowała list otwarty, w którym wyrażono sprzeciw wobec umożliwienia procesowania płatności za tego typu gry. W rezultacie tych działań obie platformy miały zmienić swoje polityki, aby zapobiegać podobnym przypadkom w przyszłości.

Źródło: National Center On Sexual Exploitation, 2025.

Warto na koniec omawiania wirtualnych interaktywnych przestrzeni wspomnieć o środowisku Metaverse. Popularnie określane jako wirtualna rzeczywistość, zachęca do korzystania poprzez zakładanie specjalnych gogli, takich jak Oculus (uwaga: przeznaczonych dla **osób powyżej 13 lat!**). Jedną z cech Metaverse jest jednak brak skutecznej weryfikacji tożsamości użytkowników wcielających się w wirtualne postacie (awatary)⁹, co zwiększa ryzyko niebezpiecznych interakcji oraz kontaktu z niepożądanymi treściami przez dzieci. Badania w tym zakresie przytaczają udokumentowane przypadki takich interakcji, w tym sytuację, w której osoba reprezentowana przez **13-letniego awatara** uzyskała dostęp do wirtualnych klubów striptizowych oraz miejsc, w których była świadkiem symulowanych zachowań seksualnych (Copson & Johnson, 2024).



Gry wideo mogą być częstym wyborem Twojego dziecka. Wiesz już, że to chłopcy częściej wskazują granie online jako jedną z głównych form aktywności, choć jest ono również bardzo atrakcyjne dla młodszych dziewcząt. Przy wyborze gry, ponownie potrzebne będzie Twoje uważne i świadome przewodnictwo, oparte na znajomości cyfrowych nawyków dziecka oraz świadomości zagrożeń, które mogą się z nimi wiązać. Choć korzystanie z gier online może dostarczać dzieciom wielu pozytywnych doświadczeń, zdarzają się również sytuacje, w których niewłaściwe wybory skutkują kontaktem z treściami i zachowaniami potencjalnie szkodliwymi lub nielegalnymi. Troszcząc się o bezpieczeństwo dziecka, kieruj się tymi samymi zasadami, które stosujesz, dbając o nie na co dzień.

⁹ Awatar to graficzne lub wizualne przedstawienie użytkownika w środowisku cyfrowym. Może mieć różne formy – od prostego obrazka lub ikony po trójwymiarową postać.



„Praca domowa” – tym razem dla Ciebie

1

Czy potrafisz wskazać, w jakie gry wideo najchętniej gra Twoje dziecko? Czy znasz ich zasady i masz pewność, że są odpowiednie dla jego wieku? Czy dostrzegasz w nich np. obecność przekazów seksualizujących? Klasyfikacja PEGI może pomóc Ci w podjęciu świadomej decyzji podczas zakupu konkretnej gry: <https://pegi.info/pl>.

2

Zastanów się nad tym, z kim Twoje dziecko gra online lub prowadzi rozmowy w środowisku związanym z grami. Jeśli jeszcze nie mieliście okazji zagrać wspólnie, warto spróbować. Dzięki temu dowiesz się, jak w praktyce możesz zadbać o jego bezpieczeństwo, np. ograniczając widoczność profilu dziecka, wyłączając funkcję czatu, aby zminimalizować ryzyko niechcianych kontaktów, czy zachęcając je do częstego zmieniania pseudonimów.

3

Poznaj dobre praktyki korzystania z gier wideo, sięgając do wiarygodnych źródeł, np. do raportów i badań publikowanych przez podmioty zajmujące się ochroną dzieci, takie jak UNICEF. Jednym z najważniejszych aspektów jest zadbanie o ochronę wizerunku i danych osobowych Twojego dziecka. Warto uczyć je, jak powinno to wyglądać w codziennych sytuacjach, a następnie przenosić ustalone zasady na zachowanie podczas gry.

1.5 | Ja i inne rozwiązania technologiczne

Zapewne nie musimy Cię przekonywać co do tego, że w ślad za korzystaniem z internetu, to właśnie sztuczna inteligencja (ang. *Artificial Intelligence*, dalej: AI) staje się integralną częścią życia współczesnego społeczeństwa – a zatem także dzieci w wieku szkolnym i dojrzewania. Dorastają one w świecie, w którym chatboty¹⁰, generatory obrazów i inteligentne wyszukiwarki są tak samo dostępne jak smartfony.



*Jesteśmy pokoleniem, które nie do końca zachwyca sztuczna inteligencja: postrzegamy ją jako **gloryfikowaną autokorektę**, coś, co odbiera kreatywność. Dlatego często wybieramy to, co prawdziwe, autentyczne.*

¹⁰ Chatbot to program komputerowy lub aplikacja, która wykorzystuje sztuczną inteligencję (AI) i/lub reguły językowe do prowadzenia rozmów z użytkownikami w sposób zautomatyzowany. Jego głównym celem jest symulowanie dialogu człowieka, odpowiadanie na pytania, udzielanie informacji lub wykonywanie prostych zadań.

Zgodnie z wynikami badań „Nastolatki”, dzieci coraz częściej wykorzystują narzędzia sztucznej inteligencji nie tylko w celach edukacyjnych, lecz także rozrywkowych i społecznych. Już **70% badanych nastolatków** miało styczność z technologiami opartymi na AI, **48% respondentów** deklarowało korzystanie z nich do nauki, a **40%** wspierało się nimi podczas odrabiania prac domowych. Dla **23% uczestników** badania narzędzia te stanowiły formę rozrywki, z kolei **21%** wskazało na wykorzystywanie ich w sytuacjach znudzenia. Najpopularniejszy wśród nich był ChatGPT – używało go **53% uczniów** (częściej chłopcy i starsi uczniowie i uczennice), dalej CapCut (**25%**) i Character AI (**12%**). Twoje zastanowienie powinna natomiast wzbudzić informacja o tym, że prawie połowa rodziców i opiekunów nie posiadała wiedzy na ten temat: **43%** uważało, że ich dzieci nie korzystają ze sztucznej inteligencji, a kolejne **30%** nie miało co do tego pewności (Ładna i in., 2025).



Ważne jest to, żeby rodzic lub opiekun rozumiał, jak TO (sztuczna inteligencja) działa.

Tymczasem eksperci zajmujący się zagrożeniami stwarzanymi przez sztuczną inteligencję w kontekście bezpieczeństwa dzieci wskazują na trzy podstawowe ograniczenia, których systemy AI nie powinny nigdy przekraczać. Dotyczą one: tworzenia seksualizowanych wizerunków dzieci, uzależnienia emocjonalnego dzieci oraz nakłaniania do wyrządzania sobie krzywdy w jakiegokolwiek formie (SAIFCA, 2025). Niestety obecnie istnieją już udokumentowane przypadki naruszeń każdego z nich.



Dostarczyciele omawianych tutaj rozwiązań stale rozwijają zakres ich zastosowań. Elon Musk, poprzez swoją firmę xAI, uruchomił nową funkcję w aplikacji Grok – AI towarzyszkę o imieniu Ani, dostępną dla użytkowników już od 12 roku życia. Ani to dziewczyna zaprogramowana jako „dziewczyna z kreskówki”, która prowadzi flirtujące i zmysłowe rozmowy z użytkownikami. Jej krytycy ostrzegają, że bot może manipulować, wprowadzać w błąd, a nawet prowadzić do radykalizacji samotnych użytkowników internetu.

Źródło: LBC, 2026.

Autorzy raportu „Me, myself and AI”¹¹ wyrażają obawy dotyczące braku odpowiednich zabezpieczeń w dostępnych rozwiązaniach opartych na sztucznej inteligencji, takich jak weryfikacja wieku czy moderacja treści. Zwracają również uwagę, że najmłodsi często korzystają z chatbotów na platformach, które nie są dla nich przeznaczone. Warto zauważyć, że większość popularnych wirtualnych asystentów jest projektowana z myślą o szerokim gronie odbiorców, z niewielkim uwzględnieniem specyficznych potrzeb młodego pokolenia. Może to prowadzić do narażenia dzieci na zachowania i treści nieodpowiednie do wieku (Internet Matters, 2025).

Z medialnych doniesień dotyczących tego obszaru wynika, że są już na to dowody. W publikacji Reutersa opisano przypadek wewnętrznej polityki firmy Meta dotyczącej wykorzystania botów, zgodnie z którą dopuszczalne było prowadzenie z dziećmi rozmów o charakterze romantycznym lub zmysłowym (Reuters, 2025).



Rodzice powinni się zorientować, że mają dziecko, które zachowuje się jak dorosłe, ale jest **absolutnie zdesperowane, jeśli chodzi o uwagę**. A AI chatbot jest zawsze dostępny. To jest ktoś, kto odpowiada w sekundę, po prostu jest dla nas, bez ograniczeń. Złapałem się na tym, że rozmawiałem z nim nawet w tramwaju.

Chcemy Ci jeszcze opowiedzieć o gwałtownym wzroście popularności „towarzyszy AI” (ang. *AI companions*), czyli szczególnych typów chatbotów, dostępnych na platformach takich jak CHAI, Character.AI, Nomi, Replika i im podobnych, co sprzyja wyłanianiu się nowych, relacyjnych środowisk społecznych w przestrzeni cyfrowej (Robb i Mann, 2025). W kontekście tematyki naszego przewodnika należy zwrócić szczególną uwagę nie tylko na nadmierne zaufanie do odpowiedzi generowanych przez narzędzia oparte na sztucznej inteligencji oraz bezrefleksyjne przyjmowanie ich poprawności, ale przede wszystkim na traktowanie interakcji z tego typu systemami jako kontaktu z osobą bliską lub przyjacielem.

11 Badanie obejmowało 1000 dzieci i 2000 rodziców/opiekunów w Wielkiej Brytanii. Aż 58% dzieci w wieku 9–12 lat zadeklarowało korzystanie z tego typu rozwiązań, mimo że większość platform oferujących takie usługi wymaga ukończenia 13 roku życia.

Towarzysze AI to właśnie tacy cyfrowi „przyjaciele” – w odróżnieniu od typowych narzędzi AI, które głównie odpowiadają na pytania lub rozwiązują zadania, są zaprojektowani tak, by prowadzić osobiste i znaczące rozmowy.

Z analiz przeprowadzonych przez organizację Common Sense Media wynika, że pomimo dodatkowych zabezpieczeń deklarowanych przez dostawców systemów opartych na sztucznej inteligencji, chatboty przeznaczone dla dzieci i młodzieży mogą nadal stanowić istotne źródło ryzyka. Przykładowo, zarówno Gemini Under 13, jak i Gemini z zabezpieczeniami dla nastolatków zostały ocenione jako rozwiązania oparte na wersji Gemini przeznaczonej dla dorosłych, uzupełnione jedynie o dodatkowe filtry bezpieczeństwa, a nie jako platformy zaprojektowane od podstaw z myślą o dzieciach. W konsekwencji oba rozwiązania otrzymały ogólną ocenę „wysokiego ryzyka”.

W odpowiedzi na te ustalenia Common Sense Media rekomenduje, aby dzieci w wieku 5 lat i młodsze nie korzystały z chatbotów AI w ogóle, natomiast dzieci w wieku 6–12 lat korzystały z nich wyłącznie pod stałym nadzorem dorosłych. Niezależne korzystanie z chatbotów uznawane jest za dopuszczalne dla młodzieży w wieku 13–17 lat jedynie w ograniczonym zakresie, przede wszystkim do celów edukacyjnych, takich jak nauka, odrabianie prac domowych czy realizacja projektów kreatywnych. Jednocześnie organizacja jednoznacznie odradza wykorzystywanie chatbotów AI w roli „towarzyszy” lub narzędzi wsparcia emocjonalnego i psychicznego przez osoby poniżej 18 roku życia.

Źródło: Common Sense Media, 2025.



Z perspektywy tego przewodnika kluczowe są jednak rozwiązania oparte na sztucznej inteligencji, umożliwiające generowanie oraz zaawansowaną edycję zdjęć i wideo. Jednym z najbardziej niepokojących zjawisk jest pojawienie się aplikacji typu ang. *nudify* czy *nudifiers*, dzięki którym zwykłe zdjęcia lub filmy mogą w kilka sekund zostać zmienione w materiały o charakterze seksualnym. Dawniej przerabianie zdjęć, np. przez osoby zainteresowane seksualnie dziećmi, wymagało umiejętności i czasu, obecnie opcje premium umożliwiają użytkownikom takich aplikacji dostosowywanie treści audiowizualnych do swoich preferencji – w tym według wieku, pochodzenia etnicznego i innych niepokojących kryteriów (ICMEC Australia, 2025). To znaczący postęp technologiczny w porównaniu do czasów, gdy produkcja takich materiałów była o wiele bardziej skomplikowana.

Australijski urząd ds. bezpieczeństwa online (eSafety) podjął działania przeciwko firmie z siedzibą w Wielkiej Brytanii, która oferowała trzy popularne usługi typu „nudify”. Według eSafety usługi te były wykorzystywane do tworzenia materiałów przedstawiających seksualne wykorzystywanie dzieci, co stanowiło naruszenie australijskich wymogów dotyczących bezpieczeństwa online. Po otrzymaniu oficjalnego ostrzeżenia firma zablokowała dostęp do swoich usług w Australii. eSafety wskazał również, że przyciągały one ok. 100 tys. wizyt miesięcznie ze strony użytkowników z Australii i były wykorzystywane w głośnych przypadkach związanych z tworzeniem materiałów dotyczących uczniów australijskich szkół.

Równolegle urząd podjął działania wobec platformy Hugging Face, która hostuje modele sztucznej inteligencji. Według eSafety niektóre z tych rozwiązań były pobierane i wykorzystywane do tworzenia tego rodzaju materiałów. W odpowiedzi platforma zmieniła warunki korzystania z usług, wprowadzając środki mające ograniczyć ryzyko takich nadużyć. Zgodnie z australijskimi przepisami dotyczącymi bezpieczeństwa online brak wdrożenia lub egzekwowania tych zasad może skutkować nałożeniem kar finansowych w wysokości do 49,5 mln dolarów australijskich.

Źródło: eSafetyCommissioner, 2025b.



Podkreślamy szczególne zagrożenie związane z tym zjawiskiem, ponieważ aplikacje tego typu są łatwo dostępne także dla dzieci. Najmłodsi użytkownicy często nie są świadomi możliwych skutków ich używania, a konsekwencje – psychologiczne, społeczne i prawne – mogą być dla nich bardzo poważne. Fałszywe zdjęcia czy wideo mogą błyskawicznie rozprzestrzenić się w internecie, a raz opublikowanych materiałów często nie da się już w pełni usunąć. Kompromitujące lub intymne treści mogą zostać wykorzystane przeciwko dziecku, np. w celu szantażu, zastraszania lub wymuszania określonych zachowań. Co istotne, sprawca takiego działania nie musi już zabiegać o pozyskanie tych materiałów od innej osoby, może je wytworzyć szybko i bez specjalistycznych umiejętności.



W przypadku rozwiązań opartych na sztucznej inteligencji, takich jak chatboty, w tym cyfrowi towarzysze (*AI companions*), nie masz pełnej kontroli nad przekazem, który trafia do Twojego dziecka. Twoje wyobrażenie o tym, jakie zachowania i treści są odpowiednie dla jego wieku, może różnić się od założeń przyjętych przez twórców tych rozwiązań. Jak wspomnieliśmy na początku przewodnika, dzieci w wieku 10–15 lat należą do pokolenia cyfrowych tubylców. Mimo to w korzystaniu z nowinek technologicznych potrzebują właśnie Ciebie – rodzica lub opiekuna. Kluczowe jest, aby granice pozwalające im korzystać z technologii w sposób odpowiedzialny i krytyczny zostały wyznaczone przez dorosłego. Niech ich wyznaczaniu towarzyszą rozmowa i udział dziecka. To najlepsza droga do świadomego i bezpiecznego korzystania z technologii.



„Praca domowa” – tym razem dla Ciebie

- 1** Czy wiesz, z jakich narzędzi opartych na sztucznej inteligencji korzysta Twoje dziecko? Jeśli tak, spróbuj lepiej poznać jego doświadczenia w tym zakresie – porozmawiaj z nim o tym, jak i dlaczego z nich korzysta. Pamiętaj o ograniczeniach wiekowych.
- 2** Dowiedz się, jak działają chatboty oraz w jaki sposób towarzyszą Twojemu dziecku w codziennym życiu online. Czy są to cele edukacyjne – nauka, kreatywne projekty? Zwróć szczególną uwagę na sytuacje, w których dziecko szuka porad lub towarzystwa u tzw. *AI companions*, zwłaszcza w celu uzyskania wsparcia emocjonalnego lub pomocy dotyczącej zdrowia psychicznego.
- 3** Sprawdź wiedzę dziecka na temat ryzykownych i szkodliwych narzędzi, wykorzystujących sztuczną inteligencję. Zapytaj zwłaszcza o aplikacje z kategorii „nudifying”. O możliwych konsekwencjach korzystania z nich „dla zabawy” opowiemy więcej w IV rozdziale przewodnika.
- 4** Zachęcaj dziecko do stosowania zasady „zatrzymaj się i sprawdź”. Gdy natrafi w internecie na treści, które je zaskoczą lub zaniepokoją, powinno najpierw ocenić ich wiarygodność. Dopiero potem na nie odpowiedzieć lub je udostępnić.



Podczas pracy nad przewodnikiem toczy się dyskusja dotycząca roli weryfikacji wieku jako jednego z narzędzi służących tworzeniu bezpieczniejszej przestrzeni internetowej dla dzieci. Kwestia ta wiąże się z wytycznymi przedstawionymi przez Komisję Europejską 14 lipca 2025 r. w ramach Aktu o usługach cyfrowych (ang. *Digital Services Act*) wraz z prototypem aplikacji do weryfikacji wieku¹². Podejście to jest weryfikowane we współpracy z państwami członkowskimi, platformami internetowymi oraz zwykłymi użytkownikami. Warto podkreślić, że korzystanie z proponowanych rozwiązań nie jest obowiązkowe, a każde państwo może samodzielnie zdecydować, czy i w jaki sposób je wdrożyć. Śledzenie tej dyskusji pomoże lepiej zrozumieć, z jakich narzędzi Twoje dziecko będzie mogło korzystać w przyszłości.



12 Akt o usługach cyfrowych, https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip_25_1820 oraz <https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/library/commission-sets-out-common-approach-eu-wide-age-verification-technologies> [dostęp: 11.05.2026].

Źródła wykorzystane w tym rozdziale [dostęp: 10.06.2026]

- **Bloomberg Law**, (2026), *Roblox Litigation Is a Wake-Up Call on Child Safety in Gaming*, <https://news.bloomberglaw.com/legal-exchange-insights-and-commentary/roblox-litigation-is-a-wake-up-call-on-child-safety-in-gaming>.
- **Beisert, M.**, (2023), *Rozwój psychoseksualny w cyklu życia jednostki i pokoleń. Rozwój seksualny w okresie dzieciństwa. Praktyczna analiza teoretyczna*, PWN SA.
- **Bigaj, M., Ciesiołkiewicz, K., Mikulski, K., Miotk, A., Przewłocka, J., Rosa, M., Załęska, A.**, (2025), *Internet dzieci. Raport z monitoringu obecności dzieci i młodzieży w internecie*, Fundacja „Instytut Cyfrowego Obywatelstwa” oraz Państwowa Komisja do spraw przeciwdziałania wykorzystaniu seksualnemu małoletnich poniżej lat 15, <https://cyfroweobywatelstwo.pl/wp-content/uploads/2025/03/RAPORT-INTERNET-DZIECI-2025.pdf>.
- **Borkowska, A.**, (2026), *Pod presją. Internet, media i popkultura a seksualizacja dzieci*, https://www.nask.pl/media/2026/02/Pod-presja_sklad_web_big.pdf.
- **Bracket Foundation**, (2022), *GAMING AND THE METAVERSE. The Alarming Rise of Online Sexual Exploitation and Abuse of Children Within the New Digital Frontier*, https://www.weprotect.org/wp-content/uploads/Gaming_and_the_Metaverse_Report_final.pdf.
- **Common Sense Media**, (2025), *Google’s Gemini Platforms for Kids and Teens Pose Risks Despite Added Filters*, Common Sense Media Reports Find, <https://www.commonsensemedia.org/press-releases/googles-gemini-platforms-for-kids-and-teens-pose-risks-despite-added-filters-common-sense-media-reports>.
- **Copson, N., Johnson, S.D.**, (2024), *A scoping review of metaverse-facilitated child sexual abuse*, „Social Sciences & Humanities Open”, <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2025.101667>.
- **Entertainment Software Association**, (2023), *Power of play. Global report 2023*, https://www.theesa.com/wp-content/uploads/2024/05/PowerOfPlay2023_Final-esa.pdf.
- **eSafetyCommissioner**, (2025a), *Social media age restrictions*, <https://www.esafety.gov.au/about-us/industry-regulation/social-media-age-restrictions>.
- **eSafetyCommissioner**, (2025b), *eSafety action prevents services „nudifying” Australian school children*, <https://www.esafety.gov.au/newsroom/media-releases/esafety-action-prevents-services-nudifying-australian-school-children>.
- **Fry, D., Lambourne, Z.**, (2025), *Public health and child sexual exploitation & abuse*, <https://www.childlight.org/uploads/publications/Public-health-paper-survey-June-2025.pdf>.
- **Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę**, (2019), *Jak chronić dzieci przed wykorzystywaniem seksualnym? Poradnik dla rodziców*, <https://gadki.fdds.pl/pdf/fdds-poradnik-rodzice-www-rozkladowki.pdf>.
- **Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę**, (2021), *Wpływ korzystania z social mediów na postrzeganie swojego ciała przez nastolatki/ków. Raport z badań*, <https://fdds.pl/wp-content/uploads/2025/04/cialonieokresla-badania.pdf>.
- **Reuters**, (2025), *Meta’s AI rules have let bots hold ‘sensual’ chats with kids, offer false medical info*, <https://www.reuters.com/investigates/special-report/meta-ai-chatbot-guidelines/>.
- **ICMEC Australia**, (2025), *Insights Paper: Understanding nudity apps*, <https://icmec.org.au/insights-paper-understanding-nudify-apps/>.
- **Internet Matters**, (2025), *Me, myself and AI: Understanding and safeguarding children’s use of AI chatbots*, <https://www.internetmatters.org/hub/research/me-myself-and-ai-chatbot-research/>.
- **Komisja Europejska**, (2025), *Joint press release: Commission presents guidelines and age verification app prototype for a safer online space for children*, https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip_25_1820.

- **Komisja Europejska**, (2026), *Commission sets out a common approach for EU-wide Age Verification technologies*, <https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/library/commission-sets-out-common-approach-eu-wide-age-verification-technologies>.
- **Ładna, A., Kamiński, K., Rostaniec, K., Wrońska, A., Błażej, M., Jankiewicz, A., Konopczyński, F., Nawrot, M.**, (2025), *Nastolatki. Raport z ogólnopolskiego badania uczniów i rodziców – raport badawczy*, NASK – Państwowy Instytut Badawczy, https://www.nask.pl/media/2025/09/Nastolatki_RAPORT-2.pdf.
- **National Center on Sexual Exploitation**, (2025), *Hundreds of Rape and Incest Games Removed from Steam: A Gamer's Perspective*, <https://endsexualexploitation.org/articles/hundreds-of-rape-and-incest-games-removed-from-steam-a-gamers-perspective/>.
- **Polish Gamers Observatory**, (2022), *Polish Gamers KIDS 2022*, PURR Media, https://polishgamers.com/wp-content/uploads/2022/10/RaportKIDS_2022_demo.pdf?x80914.
- **Robb, M.B., Mann, S.**, (2025), *Talk, trust, and trade-offs: How and why teens use AI companions*, San Francisco, CA: Common, https://www.common sense media.org/sites/default/files/research/report/talk-trust-and-trade-offs_2025_web.pdf.
- **Soriano-Ayala, E. Bonillo Díaz, M. Cala, C.V.**, (2022), *TikTok and Child Hypersexualization: Analysis of Videos and Narratives of Minors*, „American Journal of Sexuality Education”, <https://doi.org/10.1080/15546128.2022.2096734>.
- **Światowa Organizacja Zdrowia**, (2021), *Wytyczne WHO dotyczące aktywności fizycznej i siedzącego trybu życia: Wytyczne WHO dotyczące aktywności fizycznej i siedzącego trybu życia: omówienie*.
- **The Safe AI for Children Alliance**, (2025), *AI Risks to Children: A Comprehensive Guide for Parents & Educators*, <https://www.safeaiforchildren.org/ai-risks-to-children-full-guide/>.
- **Thorn**, (2025), *Childhood is a time of joy, exploration, and growth*, <https://www.thorn.org/issue/>.
- **Leading Britain's Conversation**, (2026), *Elon Musk launches 'flirty' AI girlfriend which is available to children as young as 12*, https://www.lbc.co.uk/article/musk-launches-flirty-ai-girlfriend-5Hjd7R9_2/.
- **Threadgall, R. Horsman, G.**, (2019), *An examination of gaming platform policies for law enforcement support*, *Digital Investigation*, vol. 31, <https://doi.org/10.1016/j.fsidi.2019.200887>.

Dodatkowe źródła

- **Bartoszak, D.**, (2026), *Sharenting a seksualizacja dzieci i młodzieży*, Warszawa: PWN.
- **Haidt, J.**, (2025), *Niespokojne pokolenie. Jak wielkie przeprogramowanie dzieciństwa wywołało epidemie chorób psychicznych*, Poznań: Zys i S-ka.
- **Jąderek, I.**, (2022), *Zmieniam się. Co się ze mną dzieje podczas dojrzewania*, Warszawa: Słowne.
- **Jąderek, I.**, (2025), *Seksolatki. Jak rozmawiać z młodzieżą o seksie*, Warszawa: PWN.
- **SEXEDPL**, (2025), *Dorastanie w miłości, bezpieczeństwie i zrozumieniu. Przewodnik dla rodziców*, Warszawa: WAB.



ROZDZIAŁ II

Zagrożenia w moim
świecie online

Na podstawie informacji z poprzedniego rozdziału wiesz już, że dzieci spędzają dużo czasu w internecie i opierają organizację swojego życia codziennego na rozwiązaniach mobilnych. Umożliwiają im one nie tylko utrzymywanie kontaktów towarzyskich, ale także korzystanie z rozrywki, np. gier wideo. Jednakże to samo urządzenie z dostępem do internetu może stanowić istotny czynnik ryzyka narażenia dziecka na niepożądane doświadczenia. W tym rozdziale omówimy zagrożenia związane z nacechowanymi seksualnie zachowaniami i treściami, na które dzieci mogą natknąć się w przestrzeni internetowej.



Nie powinno się zakazywać. Zakaz budzi ciekawość. Lepiej edukować niż zakazywać. Dziecko powinno wiedzieć, co jest dla niego właściwe.

2.1 | Zachowania o podłożu seksualnym, które mogą mnie dotyczyć

Może jeszcze o tym nie wiesz, ale skala i zasięg seksualnego wykorzystywania dzieci w cyberprzestrzeni są ogromne. Z danych opublikowanych przez Childlight – Global Child Safety Institute w czerwcu 2024 r. wynika, że w ciągu 12 miesięcy poprzedzających badanie **ponad 300 mln dzieci** na świecie, poniżej **18 roku życia**, doświadczyło seksualnego wykorzystywania w przestrzeni wirtualnej, a **1 na 8 dzieci** doznało seksualnego nagabywania, obejmującego niechciane rozmowy o charakterze seksualnym, pytania lub prośby o intymne materiały ze strony dorosłych lub innych młodych ludzi (Childlight, 2024). To ok. **8 razy więcej** niż liczba ludności w Polsce!



Jest za dużo rzeczy, które trzeba byłoby pokazać. Żadne dziecko nie będzie w stanie opisać wszystkiego, na co trafiło w internecie.

Podczas gdy te dane mogą szokować, naszym celem jest pokazanie rzeczywistego zagrożenia i przekazanie wiedzy, która umożliwi jego szybkie rozpoznanie i adekwatną reakcję. Zauważ, że w przeciwieństwie do tradycyjnych wyobrażeń o seksualnym wykorzystywaniu dzieci, gdzie istotny jest bezpośredni kontakt fizyczny, w internecie może do niego dochodzić nawet bez takiego kontaktu. Zgodnie z wynikami najnowszych badań, przeprowadzonych z udziałem prawie 25 000 osób pokrzywdzonych, przemoc seksualna wobec dzieci w internecie często prowadzi do poważnych i długotrwałych skutków. Aż 74% osób, które jej doświadczyły, wskazuje na długotrwałe negatywne konsekwencje, takie jak lęk, depresja, zaburzenia seksualne, trudności w relacjach oraz samookaleczenia (Protect Children, 2026).



*Rodzice czy opiekunowie mogą nie być wyedukowani, jednak **powinni podchodzić ze sceptycyzmem do tego, o czym czytają. To nie jest trudne.***

2.1.1 | Seksting

Dzisiejsza postać cyberprzestrzeni umożliwia nieograniczoną wręcz komunikację, co wiąże się z ryzykiem otrzymywania przez Twoje dziecko nacechowanych seksualnie przekazów, w tym niechcianych. Mogą do nich należeć te związane z formą komunikacji, potocznie nazywaną sekstingiem (od ang. *sex* i *texting*), która polega na przesyłaniu sobie nawzajem wiadomości o charakterze intymnym, często zawierających zdjęcia, filmy lub teksty o treści seksualnej. Zjawisko sekstingu można rozpatrywać w kontekście przypadającego na wiek **10–15 lat** eksplorowania przez dzieci relacji i własnej tożsamości, także seksualnej. Wymiana nacechowanych seksualnie treści za obopólną zgodą może być np. elementem romantycznej relacji rówieśniczej. W starszych grupach wiekowych kontrola korzystania z internetu przez rodziców i opiekunów zwykle maleje, co naturalnie zwiększa liczbę okazji do podejmowania tego rodzaju działań.



Dodatkowym aspektem, na który należy zwrócić uwagę, zapoznając się z przedstawionymi w tym rozdziale informacjami, jest zacieranie się granic dotyczących wyrażania zgody w interakcjach mających miejsce w cyberprzestrzeni. Możesz się spotkać z używaniem przez Twoje dziecko zdjęcia sufitu (ang. *ceiling pics*) do sygnalizowania braku zainteresowania, np. otrzymaną w wiadomości treścią. Jest to przykład ilustrujący, w jaki sposób cyberprzestrzeń przekształca proces wyrażania zgody z pojedynczego aktu o charakterze binarnym („tak” lub „nie”) w ciąg interakcji, obejmujący różnorodne cyfrowe sygnały.

Zob. szerzej Sylwander, 2025.

Wglądu w ten obszar dostarczy znane Ci już badanie „Nastolatki”, w którym uzyskano odpowiedzi na pytanie o otrzymanie czyjegoś nagiego lub półnagiego zdjęcia oraz o wysłanie takiego zdjęcia „za pomocą internetu i telefonu komórkowego/smartfona”. Na pierwsze pytanie twierdząco odpowiedziało **28% nastolatków**, a na drugie **5%**, przy czym z ich deklaracji wynika, że na wysyłanie swoich nagich lub półnagich zdjęć w nieco większym stopniu zdecydowali się chłopcy (**6%**) niż dziewczęta (**4%**). Odwrotna sytuacja ma miejsce w przypadku otrzymywania takich zdjęć, które w częściej dotyczyło dziewcząt (**30%**, chłopcy – **26%**). Chociaż wyniki badań wskazują, że uczniowie szkół ponadpodstawowych częściej otrzymują nagie lub półnagie zdjęcia innych osób, praktyki sekstingu dotyczą również młodszych osób – od **16 do 25% uczniów klas 7–8** szkoły podstawowej potwierdziło otrzymanie takich treści. Dokonane ustalenia zestawiono z odpowiedziami uzyskanymi od ich rodziców, dzięki czemu ustalono, że **nie mają oni wiedzy** na temat omawianego tutaj zjawiska. Zaledwie **7% rodziców** zadeklarowało, że ich dzieci otrzymały za pośrednictwem internetu zdjęcia ukazujące osoby nagie lub półnagie, natomiast jedynie **1% rodziców** miało świadomość wysyłania takich zdjęć przez swoje nastoletnie dzieci (*Nastolatki*, 2025).



*Czasem lepiej, że o czymś nie wiedzą niż żeby reagowali paniką. **Panikarstwo winne jest wielu szkodom w różnych aspektach życia.** Tymczasem oni powinni założyć, że ich dziecku też mogą się przydarzyć różne rzeczy. Ono nie żyje w próżni, mleko się rozleje prędzej czy później.*

Wątkiem, który często pojawia się w badaniach dotyczących omawianego zjawiska jest normalizacja zachowań sekstingowych. Dla przykładu, według raportu „Nastolatki wobec pornografii cyfrowej”¹³ **co piąty** nastolatek (**18,6%**) nie widzi nic złego w przesyłaniu nagich lub półnagich zdjęć czy filmów, a pozytywne podejście do takich praktyk ma już co czwarty (**25,3%**). Negatywne zdanie na ten temat mają częściej młodsi ankietowani (**12 i 14 lat – 38,0% vs 16 lat – 28,7%**), wśród nich przeważały także odpowiedzi „trudno powiedzieć” (**12 i 14 lat – 35,2% vs 16 lat – 19,9%**) odnośnie do tego, „dlaczego ludzie tworzą filmy i/lub zdjęcia o charakterze seksualnym (nagie lub półnagie) i przesyłają je do innych osób”. Nastolatkom, którzy udzielili odpowiedzi na to pytanie wskazywali następujące przyczyny:

Motywacja	Odpowiedzi: 12–14 lat	Odpowiedzi: 16 lat
Chęć sprawienia przyjemności swojemu chłopakowi czy dziewczynie	13,7%	30,6%
Chęć zwrócenia na siebie uwagi	18,6%	25,4%
Chęć poszukiwania wrażeń	14,2%	20,8%
Motywacja finansowa	19,1%	20,8%
Chęć współżycia seksualnego	11,5%	17,6%
Chęć zdobycia popularności	17,0%	11,8%

Tabela nr 1. Przyczyny tworzenia filmów i/lub zdjęć o charakterze seksualnym (nagie lub półnagie) i przesyłania ich do innych osób według ankietowanych nastolatków (Lange i in., 2022)



13 Raport przedstawia wyniki ogólnopolskiego badania dotyczącego kontaktu dzieci i młodzieży z treściami pornograficznymi w internecie. Badania zrealizowano na przełomie września i października 2021 r. metodą CAWI (ang. *Computer-Assisted Web Interview*) wśród populacji dzieci i młodzieży szkolnej. Respondentów wybrano za pomocą doboru zespołowego dwustopniowego (szkoła/klasa), na podstawie danych statystycznych Ministerstwa Edukacji i Nauki (MEiN) oraz Głównego Urzędu Statystycznego (GUS). Badaniem objęto $n = 4827$ uczniów (w tym z 6 i 8 klasy szkoły podstawowej $n = 3226$ oraz 2 klasy szkoły ponadpodstawowej $n = 1601$) ze 160 szkół we wszystkich 16 województwach w Polsce.

Zwróć uwagę na to, że wśród starszych respondentów najczęstszą motywacją była „chęć sprawienia przyjemności swojemu chłopakowi czy dziewczynie”, następnie „chęć zwrócenia na siebie uwagi”, a potem „motywacja finansowa”. Młodszy uczestnicy badania wskazali w pierwszej kolejności na „motywację finansową”, później na „chęć zwrócenia na siebie uwagi”, a następnie na „chęć zdobycia popularności” (Lange i in., 2022). Wyniki dotyczące tej grupy są szczególnie niepokojące, ponieważ mogą sugerować, że część młodych osób przesyła dorosłym swoje intymne materiały w zamian za pieniądze lub inne korzyści.

Związek sekstingu i zjawiska omawianego w tym przewodniku możesz dostrzec zwłaszcza na gruncie otrzymywania przez nastolatków niepożądanych materiałów o charakterze seksualnym oraz niechcianych próśb o przestanie tego rodzaju treści. Z tego samego badania wynika, że **28,7% nastolatków** – spośród osób deklarujących otrzymywanie propozycji lub żądania przestania materiałów intymnych – wskazało, iż najczęściej pochodziły one od osób anonimowych i były częściej kierowane do młodszej grupy badanych (**30,2% vs 27%**). Z kolei starszych dzieci częściej dotyczyły propozycje lub żądania pochodzące od ich chłopaka/dziewczyny (**29,7% vs 12,2%**), nieznałomej osoby dorosłej (19,6% vs 19,2%) oraz osoby dorosłej znanej im osobiście (**5,6% vs 4,9%**; Lange i in., 2022).



Seksting jest jedną z wielu aktywności w internecie spotykaną wśród nastolatków. Zwróć jednak uwagę na niedostateczną wiedzę rodziców i opiekunów na temat tego zjawiska, co może mieć różne przyczyny. Z pewnością należy brać pod uwagę jego związek z seksualnością, co może być niekomfortowe, często traktowane jako tabu w rozmowach z dorosłymi. Starsi nastolatki prawdopodobnie z większą łatwością i otwartością przyznają się do takich doświadczeń, podczas gdy młodszy mogą mieć z tym trudności. Dlatego właśnie młodsze dzieci wymagają od dorosłych większej uważności i delikatności.

Choć seksting jako element eksplorowania własnej seksualności w grupie rówieśniczej, może niekiedy prowadzić do pozytywnych doświadczeń, trzeba mieć świadomość zagrożeń z nim związanych. Należy do nich m.in. rozpowszechnianie intymnych materiałów po zakończeniu związku, np. w formie zemsty przez jedną ze stron. Szczególną ostrożność trzeba zachować w sytuacjach, gdy w sekstingu bierze udział osoba dorosła. W zależności od okoliczności takie zachowania mogą stanowić nawet przestępstwo.

2.1.2 | Uwodzenie i manipulacja

Drugą grupę zachowań, o których chcemy Ci opowiedzieć stanowią te związane z szeroko rozumianym uwodzeniem¹⁴ w cyberprzestrzeni. Wiedz, że osoba, która chce skrzywdzić seksualnie Twoje dziecko, może stosować różnego rodzaju sposoby i metody, aby zbliżyć się do niego i zdobyć jego zaufanie. Może udawać, że jest młodsza niż w rzeczywistości, deklarować inną płęć, podawać fałszywy opis swojego wyglądu albo wysyłać zdjęcia innych osób, podszywając się pod nie (ang. *catfishing*). W niektórych przypadkach możliwy jest inny scenariusz: to właśnie znajomość z dorosłą osobą może

14 Opisane tutaj zachowania są często określane terminem pochodzącym z języka angielskiego, tj. *grooming*. W tym języku *grooming* oznacza starannie „szykować” oraz „przygotowywać” kogoś, co trafniej oddaje proces stopniowego budowania relacji sprawcy z dzieckiem niż samo „uwodzenie”, które może stanowić jedynie jedną z zastosowanych metod, <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english-polish/groom?q=grooming> [dostęp: 30.03.2026].

wzbudzić zaniepokojenie dziecka i chęć nawiązania i utrzymywania kontaktu. Taka osoba jest aktywna w tych obszarach cyberprzestrzeni, gdzie są obecne dzieci, np. często korzysta z czatów skupionych wokół zainteresowań młodych ludzi. Może również wyszukiwać dzieci odpowiadające indywidualnym preferencjom, np. przeglądając ich profile w serwisach społecznościowych lub grach online.



***Część rodziców czy opiekunów **boi się internetu**.
Różne źródła utwierdzają ich w tym przekonaniu.
Tylko że tak naprawdę oni nie wiedzą, czego
rzeczywiście mają się bać. Trzeba im to pokazać.***

Wglądu w doświadczenia nastolatków z Polski dostarcza badanie WeProtect GA we współpracy z Economist Impact z 2023 r. Dotyczyło ono doświadczeń 2000 18-latków z czterech państw europejskich: Polski, Holandii, Niemiec i Francji, którzy w dzieciństwie mieli regularny dostęp do internetu. Ustalenia dotyczące 500 nastolatków z Polski były następujące:

1. 57% badanych otrzymało treści o charakterze seksualnym od osoby dorosłej, którą znali lub od nieznajomego;
2. 30% zetknęło się z prośbą o zachowanie w tajemnicy części interakcji online o charakterze jednoznacznie seksualnym z osobą dorosłą, którą znali lub z kimś, kogo nie znali wcześniej;
3. 21% doświadczyło udostępnienia im czyichś zdjęć/filmów o charakterze jednoznacznie seksualnym bez ich zgody (przez rówieśnika, osobę dorosłą, którą znali, lub kogoś, kogo wcześniej nie znali);
4. 51% zostało poproszonych o zrobienie czegoś o charakterze seksualnym online, z czym czuli się niekomfortowo lub czego nie chcieli zrobić (przez rówieśnika, osobę dorosłą, którą znali, lub kogoś, kogo wcześniej nie znali).

Źródło: WeProtect GA, 2023a.



Istotną częścią nawiązanej z dzieckiem relacji jest zdobywanie o nim dalszych informacji, takich jak jego zainteresowania czy sytuacja rodzinna. Jeśli Twoje dziecko czuje się samotne, potencjalny sprawca może wykorzystać ten deficyt i poświęcać mu uwagę, sprawiając, że będzie czuło się wyróżnione, budując w ten sposób „specjalną relację” często nazywaną „sekretem”. Ułatwia to manipulowanie nim, zwłaszcza odnośnie do tego, by nie powiedziało Ci o swoich doświadczeniach. Celem takiego działania jest izolowanie i podporządkowanie dziecka, w tym za pomocą pochlebstw, obietnic, prezentów, a także gróźb i zastraszania. Sprawca może też stosować ang. *gaslighting*, tj. podważać postrzeganie rzeczywistości przez dziecko, wzbudzać w nim poczucie winy, wstydu i zależności.



Trzeba zaufać wiedzy i możliwościom swojego dziecka, podobnie jak przyjąć, że jeśli ma np. 10 lat, to w praktyce jest o wiele dojrzalsze.

Zwróć uwagę na to, że w przeciwieństwie do zachowań w świecie rzeczywistym, gdzie proces zdobywania zaufania trwa dłużej, a pozyskująca je osoba nie pozostaje anonimowa, zachowania w cyberprzestrzeni cechują się inną dynamiką. W wymiarze online dzieci mogą zaufać internetowemu „przyjacielowi” dużo szybciej niż osobie poznanej twarzą w twarz. Ponadto dostęp do dziecka nie podlega czasowym ani fizycznym ograniczeniom, jak ma to miejsce w rzeczywistym świecie. Nie powinny więc dziwić ustalenia wskazujące na to, że średni czas potrzebny na wciągnięcie dziecka w ryzykowną rozmowę groomingową wynosi **45 minut**, zaś w przypadku gier online może to być zaledwie **19 sekund** (WeProtect, 2023). Częstą taktyką działania osoby o złych zamiarach wobec dziecka jest odizolowanie konwersacji z nim poprzez przeniesienie jej w takie obszary, które są trudne do monitorowania przez rodziców, opiekunów lub administratorów platform, np. tam, gdzie komunikacja jest szyfrowana.



Obecnie osoba, która chce wykorzystać seksualnie dziecko, nie musi przebywać z nim w tym samym pomieszczeniu. Wystarczy, że będzie połączona przez internet. Uwodzenie dziecka w cyberprzestrzeni to droga do włączenia go w aktywność seksualną, na którą nie jest gotowe pod względem rozwoju, której nie jest w stanie w pełni zrozumieć i udzielić na nią świadomej zgody. Mogą mu towarzyszyć rozmowy o treści seksualnej, jak również przesyłanie intymnych materiałów. Osoba, która za nim stoi, może też chcieć spotkać się z dzieckiem w świecie rzeczywistym. Im mniej informacji ma na jego temat, tym lepiej, trudniejsze będzie wzbudzenie zainteresowania i zdobycie zaufania.

2.1.3 | Szantaż na tle seksualnym

Opisywanemu tutaj zachowaniu została poświęcona kampania o nazwie „SayNO!”, uruchomiona przez Europejskie Centrum ds. Walki z Cyberprzestępczością w 2017 r. (EC3, 2017), w której brała również udział polska policja (Policja, 2017). Kampania była podyktowana tragicznymi wydarzeniami z udziałem dzieci, w tym przypadkami samookaleczeń, prób samobójczych i samobójstw. Mimo upływu kilku lat i ogromnych starań międzynarodowej społeczności zjawisko szantażu na tle seksualnym jest ciągle obecne w cyberprzestrzeni, zwiększa się też jego skala i zasięg.





*Dziecko nie przyjdzie nam się zwierzyć z tego, że czuje się źle, że ma jakieś problemy, ponieważ może stwierdzić, że albo nie pomożemy mu z tymi problemami, albo nie mamy czasu, czy nie możemy mu pomóc, ponieważ mamy własne rzeczy, cokolwiek z innej listy. **To wtedy trzeba zbudować relację i powiedzieć, że pomożemy ci z tym problemem.** Albo przynajmniej możemy ci lekko pomóc z nim. I zbudować taką siatkę wsparcia dla dziecka, bo w momencie, w którym dziecko będzie miało to wsparcie, to nawet jeżeli nie będziemy mieć takiej znaczącej relacji, nawet jeżeli dziecko przychodzi, wychodzi i wraca, to w momencie, w którym coś się stanie, to dziecko najprawdopodobniej nas o tym poinformuje.*

Według amerykańskiej organizacji National Center for Missing & Exploited Children (dalej: NCMEC), która od ponad 40 lat działa na rzecz bezpieczeństwa dzieci, również w przestrzeni online, coraz częstszym celem szantażystów stają się nastoletni chłopcy. Proceder ten polega na celowym wprowadzaniu ich w błąd co do tożsamości osoby, z którą nawiązują kontakt. Sprawcy, posługując się fałszywymi kontami w serwisach społecznościowych, nakłaniają nastolatków do przesyłania materiałów intymnych lub pozyskują je podczas transmisji na żywo, a następnie żądają pieniędzy w zamian za ich nieujawnianie. W 2024 r. do NCMEC wpływało niemal **100 zgłoszeń** dziennie dotyczących motywowanego finansowo szantażu seksualnego. Od 2021 r. odnotowano **co najmniej 36** przypadków samobójstw wśród nastoletnich chłopców związanych z tym zjawiskiem. Zaobserwowano również wzrost liczby zgłoszeń dotyczących przemocy wobec dzieci, za którą stoją różnego rodzaju grupy internetowe. Działania te polegają na nakłanianiu małoletnich do samookaleczania, krzywdzenia innych osób oraz podejmowania zachowań seksualnych, w tym z udziałem rówieśników lub własnego rodzeństwa (NCMEC, 2025).

W 2024 r. infolinia CyberTipline¹⁵, znajdująca się w zasobach NCMEC, otrzymała **ponad 1300 zgłoszeń** powiązanych z takim procederem, co stanowi wzrost o **ponad 200%** w porównaniu z rokiem poprzednim. Większość zgłoszeń (**69%**) pochodziła od społeczeństwa, a w kilku przypadkach to rodzice i opiekunowie dokonywali zgłoszenia po tym, jak dowiedzieli się o samookaleczeniach lub próbach samobójczych swoich dzieci (NCMEC, 2025).

15 Infolinia CyberTipline znajduje się w zasobach National Center for Missing & Exploited Children. To prywatna organizacja non profit, której misją jest niesienie pomocy w poszukiwaniu zaginionych dzieci oraz ograniczenie zjawiska ich seksualnego wykorzystywania, <https://www.missingkids.org/home> [dostęp: 30.03.2026].



Rozumiemy, że przedstawione informacje mogą być dla Ciebie trudne do przyjęcia. Poruszamy ten temat, ponieważ proces szantażowania dziecka zwykle rozpoczyna się od momentu, gdy sprawca uzyskuje dostęp do jego intymnego zdjęcia lub wideo. Z tego powodu niezwykle istotne jest dążenie do ograniczenia takiego ryzyka, zarówno poprzez działania edukacyjne, jak i zachowanie szczególnej ostrożności przy publikowaniu wizerunku dziecka. Sprawca szantażu może posługiwać się różnymi technikami manipulacji, np. stosować zasadę wzajemności: „Pokażę Ci coś, jeśli Ty pokażesz mi” albo uciekać się do gróźb. Oprócz najczęściej spotykanej groźby upublicznienia intymnych materiałów, sprawca może także grozić skrzywdzeniem bliskiej osoby, np. rodzeństwa lub zapowiadać publikację przerobionych czy sfabrykowanych treści. Do najczęściej wskazywanych motywacji szantażystów należą względy seksualne i finansowe. W przypadku motywacji seksualnej celem sprawcy jest zazwyczaj uzyskanie od dziecka kolejnych intymnych materiałów, nacechowana seksualnie interakcja online lub doprowadzenie do spotkania z nim w rzeczywistości. Jeżeli dominuje motywacja finansowa, poszkodowana osoba jest zmuszana do zapłacenia wskazanej kwoty. Warto zauważyć, że mimo różnic w motywach działania zachowania sprawców wykazują wiele podobieństw (Staciwa, 2021).

Według najnowszych ustaleń organizacji Thorn, charakter żądań szantażystów różni się w zależności od grupy – dziewczęta i młodzież LGBTQ+ najczęściej spotykają się z groźbami mającymi na celu uzyskanie dodatkowych materiałów o charakterze seksualnym, podczas gdy chłopcy są najczęściej celem wymuszeń finansowych. Co trzecią osobę, która doświadczyła szantażu seksualnego, sprawca znał osobiście. Najczęściej był to obecny lub był partner romantyczny (52%) albo znajomy bądź osoba ze szkoły (47%). Wśród sprawców znajdowali się również zaufani dorośli (10%), a nawet członkowie rodziny (6%).

Kluczową rolę w szantażu seksualnym odgrywa technologia. Większość respondentów (61%) znała sprawców wyłącznie z internetu. Niemal wszystkie groźby (94%) były przekazywane w przestrzeni cyfrowej, najczęściej za pośrednictwem serwisów społecznościowych lub komunikatorów.

Źródło: Thorn, 2025a.

Wiedz, że za tym zachowaniem mogą stać zarówno pojedyncze osoby, jak i grupy osób, w przypadku których przestępczy proceder ma znamiona zorganizowanego działania. Mogą one operować nawet z bardzo odległych zakątków świata, np. kontynentu azjatyckiego czy afrykańskiego (np. FBI, 2025). Podobnie jak w przypadku uwodzenia, powstał nawet specjalnie przygotowany podręcznik, opisujący najbardziej skuteczne praktyki, łącznie z przykładami gotowych wiadomości adresowanych do dzieci. Z racji szczególnego grona odbiorców trafił on do dystrybucji za pomocą szyfrowanej komunikacji (ISD, 2025).



Osoby, które chcą skrzywdzić dziecko, wykorzystują jego zaufanie, w tym naturalną potrzebę eksplorowania własnej seksualności, której częścią mogą być również nacechowane seksualnie kontakty w cyberprzestrzeni.

Często wystarczy jedno „kompromitujące” zdjęcie lub film, aby zmusić dziecko do określonego zachowania. Z tego powodu kampania „SayNO!” miała na celu uczenie dzieci tego, że mogą zawsze odmówić czyjejs prośbie lub żądaniu, jeśli czują się niekomfortowo. Zawierała też praktyczne wskazówki, aby przerwać kontakt z szantażystą: nie przekazywać żadnych pieniędzy, nie wysyłać dodatkowych materiałów, jak również zachować dowody w postaci kopii komunikacji i zgłosić sprawę policji.



„Praca domowa” – tym razem dla Ciebie

1

Spójrz na zjawisko sekstingu przez pryzmat zainteresowania Twojego dziecka seksualnością. Poznaj jego perspektywę, postaraj się ją zrozumieć, zanim dokonasz zbyt pochopnej oceny sytuacji. Dowiedz się, jakiego rodzaju okoliczności przesyłania treści intymnych innym osobom zostaną przez nie wskazane. Omówcie wspólnie ryzyka towarzyszące każdej ze wskazanych sytuacji. Pamiętaj, że obwinianie dziecka za udostępnienie intymnego zdjęcia lub wideo nie jest rozwiązaniem – będzie tylko potęgowało jego strach i poczucie wstydu w sytuacji, która i tak jest dla niego trudna.

2

Przekonaj się, czy Twoje dziecko ma wystarczające zasoby do stawiania granic związanych z wyrażeniem zgody na zachowania o podłożu seksualnym w cyberprzestrzeni. Zwróć uwagę na to, że jego komunikacja może być bardziej kontekstowa niż wyrażana za pomocą „tak” lub „nie”. Ucz je stawiania granic, bez konieczności uzasadniania odmowy. Przedyskutujcie scenariusze, w których mówi „nie” w odpowiedzi na prośbę/żądanie przestania intymnego zdjęcia nieznajomemu oraz osobie, z którą Twoje dziecko tworzy intymną relację.

3

Podawaj dziecku przykłady tego, jak chronisz jego wizerunek, aby zmniejszyć ryzyko szantażu seksualnego.

2.2 | Materiały przedstawiające seksualne wykorzystywanie dzieci dostępne w cyberprzestrzeni

Wśród nielegalnych treści dostępnych w cyberprzestrzeni szczególną uwagę należy zwrócić na materiały przedstawiające seksualne wykorzystywanie dzieci. To ważne, aby nie nazywać ich „pornografią dziecięcą”¹⁶. Możesz się spotkać ze skrótem CSAM, który oznacza ang. *child sexual abuse material*. Dla sprawcy materiały te są narzędziem utrwalania krzywdy dziecka, a dla innych „kolekcjonerów” na całym świecie – sposobem na zaspokajanie własnych fantazji. Sprawcy często wykorzystują CSAM, aby ponownie krzywdzić i nękać swoje ofiary, nawet długo po zidentyfikowaniu pierwotnego producenta zdjęć czy wideo. Tego rodzaju materiały mogą być również używane do uwodzenia innych dzieci w celu ich przyszłego wykorzystania (Thorn, 2025b).



16 Postępowanie się terminem „pornografia dziecięca” jest obecnie krytykowane za stygmatyzujący i krzywdzący dla poszkodowanych dzieci przekaz. Pornografię należy zaliczyć do przemysłu rozrywkowego przeznaczonego dla osób dorosłych, w którym udział – poza przypadkami naruszenia prawa – odbywa się za ich świadome wyrażoną zgodą. Termin ten pojawia się jeszcze w użyciu, głównie w sytuacjach nawiązywania do regulacji prawnych, które powstały, zanim zaczęto szerzej dostrzegać potrzebę ochrony dzieci przed wtórną wiktymizacją językową. Współcześnie coraz częściej postuluje się stosowanie bardziej precyzyjnych określeń, takich jak „materiały przedstawiające seksualne wykorzystywanie dzieci”. Takie podejście nie tylko lepiej odzwierciedla rzeczywistość prawną i społeczną, lecz również sprzyja budowaniu większej wrażliwości na problem krzywdzenia dzieci. Zob. szerzej Wytyczne dotyczące terminologii w dziedzinie ochrony dzieci przed wyzyskiwaniem seksualnym i wykorzystywaniem seksualnym, https://ecpat.org/wp-content/uploads/2022/11/WYTYCZNE_TERMINOLOGICZNE_ECPAT_FDDS_FINAL.pdf [dostęp: 30.03.2026].

Rzeczywista skala tego zjawiska nigdy nie zostanie w pełni poznana. Wynika to zarówno z ciągłego pojawiania się nowych materiałów tej kategorii, jak i z faktu, że treści uwieczniające seksualne wykorzystywanie dzieci, które są obecnie dorosłymi osobami, wciąż są dystrybuowane, mimo intensywnych działań wielu podmiotów zaangażowanych w ich usuwanie z przestrzeni wirtualnej. Żeby jednak dać Ci jakiś punkt odniesienia, możemy przytoczyć dane szacunkowe dotyczące tego, ile treści z kategorii CSAM zostaje ujawnionych.

Jednym z głównych źródeł informacji na ten temat jest wspomniana wcześniej amerykańska infolinia CyberTipline. Z jej danych wynika m.in., że jedno zdjęcie sklasyfikowane jako CSAM było rozpowszechniane przez **19 lat** i pojawiło się w **ponad 1,3 miliona zgłoszeń!** Równie alarmujące są regularnie publikowane dane statystyczne. W 2024 r. do wskazanej infolinii wpłynęło blisko **20 mln** zgłoszeń dotyczących ujawnienia w zasobach lokalnych dostawców usług online (ang. *Electronic Service Providers*) materiałów mogących przedstawiać seksualne wykorzystywanie dzieci (NCMEC, 2025). Dla porównania: w 2023 r. odnotowano prawie **36 mln takich zgłoszeń**, w 2022 r. – **32 mln**, a w 2021 r. – **29,3 mln**. Raporty z 2024 r. obejmowały łącznie **28 mln zdjęć** oraz **33 mln wideo** (NCMEC, 2025). Analiza wykazała, że **44% tych zdjęć** oraz **25% wideo** stanowiły materiały nowe, czyli takie, które wcześniej nie zostały sklasyfikowane jako CSAM przez żaden z podmiotów współpracujących w tym obszarze. Ustalenia te są szczególnie niepokojące, ponieważ w przypadku nowych treści należy brać pod uwagę wysokie prawdopodobieństwo seksualnego wykorzystywania uwiecznionych na nich dzieci w czasie rzeczywistym. Istotne jest również to, że w trybie pilnym przekazano organom ścigania **ponad 51 tys. raportów** dotyczących dzieci znajdujących się w bezpośrednim zagrożeniu (NCMEC, 2025).

Być może zastanawiasz się, dlaczego przytaczamy statystyki dotyczące Stanów Zjednoczonych. Robimy to, ponieważ jest to obecnie jedyne państwo, w którym prawo federalne nakłada na prywatne firmy obowiązek zgłaszania do NCMEC każdego przypadku ujawnienia materiałów z kategorii CSAM. Tymczasem aż **84% zgłoszeń** do CyberTipline w 2024 r. dotyczyło udostępniania treści CSAM lub innych materiałów związanych z seksualnym wykorzystywaniem dzieci przez osoby spoza Stanów Zjednoczonych. Tylko **5% zgłoszeń** pochodziło ze Stanów Zjednoczonych, a **11%** miało nieokreślone pochodzenie. Wśród tych zgłoszeń znajdowało się **69 513 raportów** dotyczących Polski. Możesz tę liczbę uznać za zaledwie czubek góry lodowej i będzie to w pełni uzasadnione (NCMEC, 2025).



W dotarciu do tych rodziców, którym szczególnie brakuje wiedzy, pomoże stosowanie przykładów, opisów realnych zdarzeń i kilku podstawowych terminów.

Niestety ustalenia dotyczące okoliczności powstawania treści z kategorii CSAM są zbieżne z informacjami wskazującymi, że aż dwie trzecie poszkodowanych dzieci jest wykorzystywanych przez osoby znane im w ich społecznościach offline. W większości przypadków materiały CSAM są bowiem tworzone przez osoby z najbliższego otoczenia dziecka – **sąsiadów czy przyjaciół rodziny (23,9%) oraz rodziców czy krewnych (20,9%;** Thorn, 2025b). To, że takie materiały są później dostępne w cyberprzestrzeni jest przyczyną doświadczania przez zarejestrowane na nich osoby pokrzywdzone wtórnej wiktymizacji. Jest ona związana z poczuciem bezradności i przekonaniem, że dowody ich traumatycznych doświadczeń będą im towarzyszyły przez całe życie. W kanadyjskich badaniach z udziałem takich osób prawie **70% respondentów** wskazało, że stale martwi się o to, że zostanie rozpoznanych przez kogoś, kto widział materiały, na których utwalono ich seksualne wykorzystywanie. Natomiast **30% respondentów** zgłosiło, że zostało zidentyfikowanych przez taką osobę (CCCP, 2017).



W proces usuwania materiałów przedstawiających seksualne wykorzystywanie dzieci z przestrzeni wirtualnej zaangażowane są liczne podmioty na całym świecie. Mimo podejmowanych wysiłków problem ten pozostaje nadal aktualny. Cyberprzestrzeń wciąż stanowi miejsce, w którym treści ukazujące seksualne wykorzystywanie dzieci, niezależnie od wieku czy płci, są dostępne, a statystyki stanowiące punkt odniesienia w szacowaniu skali zjawiska mogą budzić ogromne poruszenie. Dlatego kluczowe znaczenie ma edukacja dotycząca zagrożeń związanych z internetem, które sprzyjają powstawaniu takich materiałów. Tylko poprzez wspólne działania oraz zaangażowanie różnych środowisk możliwe jest skuteczne ograniczenie skali tego zjawiska i zapewnienie bezpieczeństwa najmłodszym użytkownikom cyberprzestrzeni.

2.2.1 | Kiedy samodzielnie wytwarzam takie treści

Wśród nacechowanych seksualnie materiałów audiowizualnych są również te uznawane za wytwarzane samodzielnie¹⁷ przez dzieci. Za takie uważane są te z kategorii CSAM, które nie zawierają wyraźnego wizerunku sprawcy, ani nie zostały przez niego wytworzone. Mogą pochodzić z różnych źródeł, być elementem omawianego wcześniej sekstingu czy romantycznej relacji rówieśniczej, jednak należy też brać pod uwagę wytwarzanie takich treści w procesie uwodzenia, także pod przymusem, co jest często obserwowane w procesie szantażu na tle seksualnym.

Jeśli chodzi o kierunki rozwoju tego zjawiska w cyberprzestrzeni, według statystyk brytyjskiej infolinii Internet Watch Foundation (dalej: IWF) za 2023 r., na analizowanych materiałach najczęściej uwidocznione były **dziewczynki w wieku 11–13 lat**. IWF odnotowuje również stały wzrost liczby raportów dotyczących treści przedstawiających młodsze dzieci, w grupie wiekowej **7–10 lat**. W tej kategorii nastąpił **wzrost o 65%** w porównaniu z rokiem 2022 oraz aż o **1816%** w stosunku do roku 2019. Niepokojący jest także fakt, że **41% tych materiałów** należało do kategorii A, czyli treści przedstawiających penetracyjny stosunek seksualny, w tym z elementami sadyzmu lub z udziałem zwierząt (IWF, 2024a).

Dalsze ustalenia IWF są jeszcze bardziej szokujące. Analiza przeprowadzona przez ekspertów tej infolinii, dotycząca materiałów sklasyfikowanych jako wytworzone przez dzieci i przypisanych do kategorii wiekowej 3–6 lat, umożliwiła sformułowanie następujących wniosków:

- **15% tych materiałów** należało do kategorii A i większość z nich przedstawiała dzieci dokonujące penetracji siebie lub innych dzieci;
- na **28% zdjęć lub wideo** uwidocznione było dziecko w omawianym przedziale wiekowym w towarzystwie co najmniej jednego dziecka;
- **60% materiałów** przedstawiało nagość w połączeniu z seksualnym pozowaniem, **16%** akt masturbacji, **14%** penetrację, **7%** aktywność seksualną bez penetracji (IWF, 2024b).

Dodatkowo analiza większości tego typu materiałów wskazuje, że zdarzenia związane z ich wytwarzaniem miały miejsce w zaciszu domowym, najczęściej w sypialni dziecka otoczonego zabawkami i książkami charakterystycznymi dla jego wieku (IWF, 2024b).



Materiały o charakterze seksualnym tworzone przez dzieci wiążą się z wieloma zagrożeniami. Największe szkody powstają w sytuacji, gdy są udostępniane bez zgody dziecka uwiecznionego na zdjęciu lub wideo – zarówno w jego społeczności, jak i poza nią, gdzie mogą stać się przedmiotem dalszego rozpowszechniania.

Przedstawione dane potwierdzają poważne ryzyko dotyczące nawet bardzo małych dzieci, związane z nienadzorowanym dostępem najmłodszych do urządzeń wyposażonych w aparat fotograficzny i łączność z internetem. To prosty krok do sytuacji, w której stają się one łatwym celem dla osób chcących je skrzywdzić. Manipulacja, zmuszanie, a nawet szantaż mogą prowadzić do podejmowania przez dzieci zachowań seksualnych nieadekwatnych do ich wieku.

17 Angielski termin *self-generated sexual imagery* to kolejny koncept, który spotyka się obecnie z krytyką i jest przedmiotem dyskusji. Uważa się, że nie oddaje on złożoności zjawisk związanych z tą kategorią materiałów. Może również wprowadzać w błąd, sugerując odpowiedzialność dziecka, które je wytworzyło.

2.2.2 | Treści generowane przy użyciu sztucznej inteligencji

W poprzednim rozdziale przewodnika omówiliśmy szerokie użycie narzędzi wykorzystujących sztuczną inteligencję, które mogą być używane w sposób szkodliwy, w tym do wyrządzania dzieciom krzywdy o charakterze seksualnym.

Wnioski z badania przeprowadzonego przez organizację Thorn:

- Młodzi ludzie w zdecydowanej większości uznają nagie deepfeйки za formę nadużycia technologicznego, które szkodzi osobie przedstawionej na takim materiale.
- Nagie deepfeйки są obecne w realnych doświadczeniach młodych osób – znaczna grupa badanych nie tylko zna to zjawisko, a niektórzy deklarują znajomość osób dotkniętych tym procederem lub opisują własne związane z nim sytuacje.
- Wśród niewielkiej grupy młodych osób, które przyznały się do tworzenia nagich deepfeyków innych ludzi, wskazuje się na łatwy dostęp do tego typu technologii – zarówno poprzez sklepy z aplikacjami na swoich urządzeniach, jak i przez ogólne wyszukiwarki internetowe i media społecznościowe.

Źródło: Thorn, 2025c.

Takie działania mogą polegać zarówno na cyfrowym „rozebraniu” dziecka widocznego na zwykajnym zdjęciu (np. z wykorzystaniem technologii ang. *deepfake*), jak i na wytwarzaniu bądź przetwarzaniu materiałów z kategorii CSAM przy pomocy generatywnej sztucznej inteligencji (AI-CSAM). W drugim przypadku możliwości są niemalże nieograniczone. Obejmują one m.in. tworzenie materiałów CSAM dotyczących konkretnych dzieci, będących realizacją fantazji na ich temat, poprzez umieszczanie wizerunku dziecka w scenach przedstawiających nowe formy jego seksualnego krzywdzenia oraz generowanie nowych treści na podstawie archiwalnych zdjęć lub wideo osób, które są obecnie dorosłe. To także tworzenie materiałów, które mogą zostać wykorzystane do szantażu (Thorn, 2025b).



Już teraz istnieje wiele dowodów na potwierdzenie takich działań. W 2024 r. liczba zgłoszeń związanych z generatywną sztuczną inteligencją na infolinii CyberTipline wzrosła aż o **1325%** względem poprzedniego roku – z **4700 do 67 000 przypadków** (NCMEC, 2025). Z kolei według danych organizacji Thorn, **ok. 10% zgłoszeń** dotyczących finansowego szantażu seksualnego jest związanych z materiałami o charakterze seksualnym, których poszkodowane dziecko nie udostępniło, a sprawcy posługiwali się treściami nieautentycznymi (Thorn, 2025d). Równie niepokojące są wnioski pochodzące z raportu IWF na ten temat, które wskazują nie tylko na stały wzrost liczby wykrywanych materiałów AI-CSAM, lecz także na ich rosnące zaawansowanie i ekstremalny charakter. W 2024 r. IWF zidentyfikowała **13 realistycznych filmów** wygenerowanych przy pomocy AI, podczas gdy rok później było ich już **3443**, z czego **65%** zaklasyfikowano do kategorii A (IWF, 2026).

Materiały generowane przez sztuczną inteligencję stają się coraz bardziej realistyczne i trudne do odróżnienia od autentycznych, co znacząco utrudnia ich wykrywanie przez platformy internetowe oraz organy ścigania.



Ten temat pozostanie aktualny w najbliższych latach, dlatego warto przygotować się do jego systematycznego monitorowania. Wiele zależy od wprowadzenia i egzekwowania regulacji, które wymuszają na dostawcach technologii wdrożenie zasad ochrony dzieci już na etapie projektowania rozwiązań wykorzystujących AI.

Eksperti, np. IWF, ostrzegają, że kontakt z AI-CSAM może prowadzić do podsycania seksualnego zainteresowania dziećmi, znieczulenia na przemoc wobec nich i zwiększania ryzyka popełniania przestępstw kontaktowych. Co istotne, nawet dzieci, które nie korzystają z serwisów społecznościowych, mogą zostać skrzywdzone w opisany w tym rozdziale sposób – do tego wystarczy dostępność zdjęcia lub filmu z ich udziałem.

„Praca domowa” – tym razem dla Ciebie

- 1** Uczul dziecko na to, że w internecie może natrafić na przerabiane lub sztucznie wytwarzane nielegalne treści, w tym zdjęcia i filmy przedstawiające seksualne wykorzystywanie innych dzieci. Naucz je, jak powinno postępować w takiej sytuacji. To ważne, żeby wiedziało, że należy natychmiast przerwać ich oglądanie, nie klikać dalej, nie otwierać żadnych plików, a tym bardziej nie zapisywać ani udostępniać takich materiałów oraz jak najszybciej powiedzieć Ci o tym, co zobaczyło.
- 2** Ustalcie jasne zasady dotyczące udostępniania jego zdjęć, w tym takie, że nie powinno publikować ani wysyłać nikomu zdjęć w bieliźnie, stroju kąpielowym ani takich „dla zabawy” – nawet znajomym. Możecie również umówić się, że dziecko będzie informowało Cię przed publikacją swoich zdjęć lub filmów w internecie.
- 3** Zastanów się, jak zareagujesz na sytuację, w której zdjęcie Twojego dziecka zostało „rozebrane” w taki sposób, że przedstawia je w kontekście seksualnym. Jakie działania podejmiesz?
- 4** Co zrobisz, jeśli to Twoje dziecko przerobiło zdjęcie swojego rówieśnika w podobny sposób? Jakie powinno być Twoje postępowanie?

2.3 | Treści, które mi szkodzą, czyli o dostępie do pornografii

Na zakończenie tej części przewodnika ponownie odwołamy się do cytowanych wcześniej badań, aby przybliżyć Ci zagadnienie dostępu dzieci do treści o charakterze pornograficznym. Za takie uznaje się „zdjęcia, filmy i rysunki wytworzone w celu wywołania pobudzenia seksualnego” (FDDS, 2017).



*Rozmowa o pornografii jest **równie ważna** jak o innych używkach, np. o alkoholu. Im wcześniej, tym lepiej.*

Raport „Nastolatki wobec pornografii cyfrowej” wskazuje, że od kilku lat systematycznie obniża się wiek inicjacji internetowej dzieci, co oznacza, że coraz młodsi użytkownicy sieci mają możliwość natrafienia na treści o takim charakterze. W przeprowadzonym badaniu ustalono, że deklarowany średni wiek pierwszego kontaktu z pornografią w grupie wiekowej **12–14 lat** wynosił niespełna **11 lat**. Taki stan rzeczy mogą tłumaczyć kolejne ustalenia dotyczące tej grupy: aż **73% dzieci** zadeklarowało, że w internecie łatwo jest znaleźć treści o charakterze seksualnym i/lub pornograficznym – najczęściej można natknąć się na nie podczas korzystania z wyszukiwarek (**56,9%**) oraz w prywatnych wiadomościach wysyłanych w serwisach społecznościowych (**52,5%**). Aż 1 na 3 dzieci (**33,5%**) w tym wieku zetknęło się z takimi treściami przypadkowo podczas poszukiwania innych materiałów, **9,6%** zobaczyło je na smartfonie kolegi lub koleżanki, a **7%** celowo chciało obejrzeć takie treści.





Pornografia działa jak narkotyk, uzależnia. Trzeba wiedzieć, kiedy powiedzieć STOP, choć dziecko może to przegapić i zorientować się w momencie, gdy oglądanie pornografii zacznie wpływać na jego życie.

Szczególnie niepokojąca może być dla Ciebie częstotliwość oglądania pornografii przez dzieci: **ponad co piąte (21,5%)** przyznało, że robiło to regularnie – codziennie, a co siódme (**14,5%**) więcej niż raz dziennie, przy czym zdecydowana większość (prawie **66,9%**) używała do tego telefonu komórkowego/smartfona. Najwięcej, bo **33%**, spędzało na takiej aktywności jednorazowo od **6 do 15 minut**. Wśród powodów oglądania treści pornograficznych dzieci wskazywały zwłaszcza: ciekawość (**44,2%**), nudę (**27,2%**), przyjemność (**21%**), zainteresowanie życiem seksualnym (**18,6%**), podniecenie seksualne (**15,6%**) oraz chęć zdobycia wiedzy o seksie i seksualności (**13,7%**). Z kolei towarzyszące oglądaniu emocje – wśród respondentów deklarujących taką aktywność – były mieszane: najczęściej wymieniano zawstydzenie (**23,7%**), zakłopotanie (**22,8%**), ale również przyjemność i ciekawość (**19,2%**), podniecenie seksualne (**18,8%**) oraz lęk (**14,9%**). Takie ustalenie warto zestawić z informacją dotyczącą tego, że niespełna co piąty **12–14-latek** kiedykolwiek widział w internecie treści pornograficzne z elementami przemocy, w których ktoś był zmuszany do jakiejś czynności seksualnej wbrew swej woli (Lange i in., 2022).



Czego jeszcze dowiesz się z przeprowadzonych badań? Możesz np. poznać szacunki co do skali zainteresowania dzieci serwisami erotycznymi, przypomnijmy: przeznaczonymi wyłącznie dla dorosłych użytkowników. W IV kwartale 2024 r. odwiedziło je aż **1,4 mln** internautów w wieku **7–14 lat**, spędzając tam średnio prawie **10 minut** dziennie. W zestawieniu z danymi GUS daje to ponad połowę dzieci w tej grupie wiekowej! (Bigaj i in., 2025). Ponadto, z raportu „Nastolatki” dowiesz się również, że istnieje rozbieżność

w świadomości na temat omawianego tutaj zjawiska: **47% rodziców** nie wie, czy ich dziecko miało kontakt z pornografią, **31%** wyklucza taki kontakt, a tylko **22%** ma taką wiedzę. Rodzice znacznie częściej deklarują też kontrolę dotyczącą dostępu do treści pornograficznych niż potwierdzają to dzieci: tylko **26%** uczniów szkół podstawowych wskazuje, że rodzice stosują kontrolę oglądanych przez nich treści (Ładna i in., 2025).



*Są osoby, które wiedzą, że z pornografią związane są takie zagadnienia jak **falszywy obraz relacji, ciała i seksu, nierealistyczne oczekiwania, a nawet przemoc**, ale nie jest to dla nich problemem.*

Jakie znaczenie mają dla Ciebie, rodzicu lub opiekunie, przedstawione powyżej informacje? Pamiętaj, że współczesne formy pornografii często łączą seks z agresją i przemocą, a także prezentują różne typy parafilii¹⁸. Czyni to je nie tylko nieodpowiednimi, lecz także potencjalnie szkodliwymi dla rozwoju psychoseksualnego dziecka. Ponadto przekaz tych treści utrwala obraz kobiety jako obiektu seksualnego, pozbawionego podmiotowości i równoprawnej pozycji w relacjach intymnych, co warto zestawić z informacją pochodzącą z badań o tym, że to chłopcy częściej niż dziewczęta mają kontakt z pornografią i częściej deklarują regularne oglądanie takich treści (Ładna i in., 2025).

Dzieci, u których dopiero kształtuje się seksualność, mogą w ten sposób uzyskiwać niepełną lub zniekształconą wiedzę na temat ważnej sfery życia, co w przyszłości może prowadzić do trudności w nawiązywaniu zdrowych relacji intymnych (STS, 2019). Badania wskazują także, że wczesna ekspozycja na pornografię oraz większa skłonność do poszukiwania doznań seksualnych mogą stanowić czynniki ryzyka podejmowania ryzykownych zachowań seksualnych (Sinković i in., 2013).



„Praca domowa” – tym razem dla Ciebie

1

Podczas poszukiwania informacji w internecie Twoje dziecko może przypadkowo natrafić na potencjalnie szkodliwe treści dotyczące seksualności lub celowo ich poszukiwać, np. z ciekawości, z nudów, a także w celu uzupełnienia braków w wiedzy i doświadczeniu. To, jak poradzi sobie w takich sytuacjach, w dużej mierze zależy od Ciebie. Dlatego ważne jest, aby zostało odpowiednio przygotowane.

2

Wróć do informacji zamieszczonych w rozdziale I. Postaraj się wyprzedzić zapotrzebowanie Twojego dziecka na wiedzę o seksualności, zanim zrobi to za Ciebie platforma pornograficzna przeznaczona dla osób dorosłych.

¹⁸ Parafilie to utrwalone i intensywne wzorce pobudzenia seksualnego, obejmujące fantazje, impulsy lub zachowania skierowane na nietypowe obiekty, sytuacje lub aktywności. Uwaga: nie każda „nietypowość” jest zaburzeniem.



Twoja wiedza o zagrożeniach w cyberprzestrzeni powinna uwzględniać zagadnienie szyfrowania komunikacji (ang. *end-to-end encryption*), stosowane m.in. w popularnych komunikatorach, takich jak WhatsApp czy Signal. Oznacza to, że treści wiadomości mogą zobaczyć wyłącznie nadawcy i odbiorcy, co sprawia, że wykrycie materiałów CSAM lub działań związanych np. z szantażowaniem dziecka staje się praktycznie niemożliwe i poważnie ogranicza możliwości organów ścigania w identyfikacji poszkodowanych. Tymczasem służby współpracujące na poziomie międzynarodowym wskazują na istnienie w tych przestrzeniach grup funkcjonujących na wzór sekt, w których charyzmatyczni liderzy stosują manipulację oraz wywieranie presji, aby podporządkować sobie inne osoby.

Uczestnicy takich grup są następnie nakłaniani lub poddawani presji do udostępniania zdjęć i wideo o skrajnie drastycznym lub seksualnym charakterze, a sprawcy formułują wobec nich coraz to nowe żądania, poszukując rozrywki, satysfakcji lub innych korzyści. Znamienne jest, że osoby działające w takich grupach często okazują się nieletnie¹⁹. Ostrzeżenie o sygnałach, które mogą świadczyć o potencjalnych związkach dzieci z działalnością takich grup wydała PKDP²⁰.

Źródła wykorzystane w tym rozdziale [dostęp: 10.06.2026]

- **Canadian Centre for Child Protection**, (2017), *Survivors' survey*, https://protectchildren.ca/pdfs/C3P_SurvivorsSurveyExecutiveSummary2017_en.pdf.
- **Childlight. Global Child Safety Institute**, (2024), *Executive summary. Childlight is a global data institute. We believe that no child should live their life in the darkness of Child Sexual Exploitation and Abuse (CSEA)*, <https://www.childlight.org/intothelight/executive-summary.html>.
- **Europejskie Centrum ds. Walki z Cyberprzestępczością (EC3)**, (2017), *Police across Europe issue warning about online coercion and extortion of children*, <https://www.europol.europa.eu/media-press/newsroom/news/police-across-europe-issue-warning-about-online-coercion-and-extortion-of-children#downloads> oraz Policja (2017), „Powiedz NIE” – ogólnoeuropejska kampania dotycząca zwalczania szantażu i wymuszeń seksualnych online popełnianych na dzieciach, <https://policja.pl/pol/aktualnosci/144518,Powiedz-NIE-ogolnoeuropejska-kampania-dotyczaca-zwalczania-szantażu-i-wymuszeń-s.html>.
- **Federal Bureau of Investigation**, (2025), *Financially Motivated Sextortion*, <https://www.fbi.gov/news/stories/fbi-operation-in-nigeria-targeted-perpetrators-of-online-extortion-schemes-that-prey-on-teens>.
- **Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę**, (2017), *Kontakt dzieci i młodzieży z pornografią Co wiemy i co możemy zrobić?*, https://edukacja.fdds.pl/pluginfile.php/92248/mod_resource/content/3/kontakt%20z%20pornografia_broszyura_2018.pdf.
- **Institute for Strategic Dialogue**, (2025), *Networks of Harm: A Victim-Centric Information Resource on the 764 Sextortion Network*, https://www.isdglobal.org/wp-content/uploads/2025/09/764_Networks-of-Harm.pdf.

19 EC3, (2024), *Internet Organised Crime Threat Assessment 2024*, <https://www.europol.europa.eu/cms/sites/default/files/documents/Internet%20Organised%20Crime%20Threat%20Assessment%20IOCTA%202024.pdf>, s. 25 [dostęp: 30.03.2026].

20 PKDP, (2026), *Wzrost aktywności grup zaangażowanych w uwodzenie, manipulowanie i krzywdzenie małoletnich w internecie*, <https://pkdp.gov.pl/coraz-wieksza-aktywnosc-internetowych-grup-zaangazowanych-w-werbowanie-manipulowanie-i-krzywdzenie-dzieci-i-mlodziezy/> [dostęp: 23.06.2026].

- **Internet Watch Foundation**, (2024a), *Annual report 2023*, <https://www.iwf.org.uk/annual-report-2023/trends-and-data/self-generated-child-sex-abuse/>.
- **Internet Watch Foundation**, (2024b), *Case study: Sexual recordings of 3-6-year-olds via online devices*, <https://www.iwf.org.uk/annual-report-2023/case-studies/sexual-recordings-of-3-6-year-olds-via-online-devices/>.
- **Internet Watch Foundation**, (2026), *AI CSAM Report 2026 Harm without limits: AI child sexual abuse material through the eyes of our Analysts*, <https://www.iwf.org.uk/media/hl1nvditi/iwf-ai-csam-report-2026.pdf>.
- **Lange, R., Błażej, M., Konopczyński, F., Ładna, A.**, (2022), *Nastolatki wobec pornografii cyfrowej. Trajektorie użytkowania. Raport z badań ogólnopolskich*, <https://www.nask.pl/media/2024/11/Nastolatki-wobec-pornografii-cyfrowej.pdf>.
- **Ładna, A., Kamiński, K., Rosłaniec, K., Wrońska, A., Błażej, M., Jankiewicz, A., Konopczyński, F., Nawrot, M.**, (2025), *Nastolatki. Raport z ogólnopolskiego badania uczniów i rodziców – raport badawczy*, NASK – Państwowy Instytut Badawczy, https://www.nask.pl/media/2025/09/Nastolatki_RAPORT-2.pdf.
- **National Center for Missing & Exploited Children**, (2025), *2024 CyberTipline report*, <https://ncmec.org/content/dam/missingkids/pdfs/cybertiplinedata2024/2024-CyberTipline-Report.pdf>.
- **Protect Children**, (2026), *Our Voice: Survivor Experiences of Online Abuse. Understanding the Distinct Impacts of Online and Offline Child Sexual Abuse and Exploitation*, <https://www.suojellaanlapsia.fi/en/post/our-voice-report-online-child-sexual-abuse-survivors>
- **WeProtect GA**, (2023a), *Szacunki dotyczące narażenia dzieci na krzywdy seksualne w sieci i ich czynników ryzyka*, https://www.weprotect.org/wp-content/uploads/WeProtect_Economist-Impact_European-online-sexual-harms-study_report_Poland-translation.pdf.
- **WeProtect GA**, (2023b), *Global Threat Assessment Assessing the scale and scope of child sexual exploitation and abuse online, to transform the response*, <https://www.weprotect.org/wp-content/uploads/Global-Threat-Assessment-2023-English.pdf>.
- **Sinković, M. Štulhofer, A. Božić, J.**, (2013), *Revisiting the association between pornography use and risky sexual behaviors: The role of early exposure to pornography and sexual sensation seeking*, „The Journal of Sex Research”, nr 50, <https://doi.org/10.1080/00224499.2012.681403>.
- **Staciwa, K.**, (2021), *Nowe formy przestępczości przeciwko dzieciom. Seksualne zmuszanie i wymuszenie online*, [w:] *Badania kryminologiczne a praktyka. Perspektywa krajowa i międzynarodowa*, red. E.W. Pływaczewski, D. Dajnowicz-Piesiecka, E. Jurgielewicz-Delegacz, Warszawa: Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku, s. 525–541.
- **Stowarzyszenie Twoja Sprawa**, (2019), *Podsumowanie literatury i badań naukowych wskazujących na NEGATYWNE KONSEKWENCJE KORZYSTANIA Z PORNOGRAFII w kontekście ochrony dzieci i młodzieży*, <https://twojasprawa.org.pl/files/attachments/daaf07a3-2d4c-11ea-9e0e-02000025f0dd/raport-sts-badania-naukowe-o-pornografii.pdf>.
- **Sylwander, K.R.**, (2025), *Consent in a digital age – rethinking sexting education*. London School of Economics and Political Science, <https://researchonline.lse.ac.uk/id/eprint/129250/>.
- **Thorn**, (2025a), *Sexual Extortion & Young People: Navigating Threats in Digital Environments*, <https://www.thorn.org/research/library/sexual-extortion-young-people/>.
- **Thorn**, (2025b), *Child sexual abuse material (CSAM)*, <https://www.thorn.org/research/child-sexual-abuse-material-csam/>.
- **Thorn**, (2025c), *Deepfake Nudes & Young People: Navigating a new frontier in technology-facilitated nonconsensual sexual abuse and exploitation*, https://info.thorn.org/hubfs/Research/Thorn_DeepfakeNudes&YoungPeople_Mar2025.pdf.
- **Thorn**, (2025d), *AI-Generated CSAM (AIG-CSAM)*, <https://www.thorn.org/issue/>.

ROZDZIAŁ III

Kto jest po drugiej
stronie ekranu?



Poznanie profilu osoby, która dopuszcza się wykorzystania seksualnego dzieci w internecie, a także stosowanych przez nią metod, pozwoli Ci skuteczniej chronić swoje dziecko przed niebezpiecznymi kontaktami online. W tej części poradnika wyjaśniamy, kim może być taka osoba. Zauważ, że częstym wzorcem przemocy seksualnej wobec dzieci jest krzywdzenie przez osobę znaną dziecku.

Jednym z ważnych czynników ryzyka jest naturalna u nastolatków potrzeba poznawania własnej seksualności i zainteresowanie relacjami romantycznymi. Ten aspekt często bywa pomijany, zwłaszcza w przekazach, które skupiają się głównie na zagrożeniach ze strony obcych osób (Finkelhor, 2025). Duże znaczenie ma też to, jak nastolatki funkcjonują w grupie rówieśniczej i wśród innych znajomych – relacje romantyczne mogą zaczynać się w internecie i przenosić do codziennego życia albo odwrotnie: zaczynać się offline i być kontynuowane online.

Nastolatki w Polsce najczęściej doświadczają przemocy werbalnej o podłożu seksualnym ze strony osób znanych spoza kręgu rodzinnego, natomiast za rozsyłanie ich nagich lub półnagich zdjęć bez zgody najczęściej odpowiadają ich znajomi rówieśnicy (Makaruk i in., 2023). Podobne ustalenia uzyskano w badaniach dotyczących nastolatków w wieku 14–18 lat, uwzględniających cyberagresję seksualną*, której najbardziej dotkliwą formą było według nich otrzymywanie niechcianych treści i propozycji o charakterze seksualnym (26,8%). Wykazały one, że blisko jedna na cztery osoby doświadczające tego rodzaju agresji znała tożsamość sprawcy. Najczęściej byli to koledzy/koleżanki ze szkoły, inni znajomi oraz osoby poznane online. Warto jednak zwrócić uwagę na obecność innych kategorii osób uwzględnionych w tym zestawieniu, takich jak przyjaciele, partnerzy, osoby z kręgu rodziców, członkowie rodziny, a nawet nauczyciele (Ładna i in., 2025).

*Autorzy raportu jako przykłady form cyberagresji seksualnej wymieniają: spotkanie się z poniżającymi komentarzami związanymi z płcią, stalking lub nękanie w internecie, otrzymywanie niestosownych komentarzy, propozycji lub treści.

3.1 | Kiedy krzywdzi dorosły

Osoba dorosła, która krzywdzi seksualnie dzieci w internecie, podobnie jak sprawca takiej krzywdy w świecie rzeczywistym, nie musi wyglądać ani zachowywać się podejrzanie. Może pochodzić z różnych środowisk, być miłą, inteligentną i sprawiać dobre wrażenie. Często nie pasuje do wyobrażenia o „złym człowieku”, dlatego tak trudno ją rozpoznać (Lucy Faithfull Foundation, 2025a). Motywacje do podejmowania zachowań seksualnych oraz funkcje tych zachowań mogą być bardzo zróżnicowane (Kraśowska i in., 2021), dlatego zachowań polegających na seksualnym wykorzystywaniu dzieci nie zawsze można i należy wyjaśniać wyłącznie z perspektywy pedofilii²¹ lub hebefilii²². Mogą one wynikać również z czynników sytuacyjnych, impulsów, mechanizmów eskalacji zachowań w środowisku cyfrowym czy

21 Współczesna psychologia i psychiatria wyraźnie rozróżniają pojęcia pedofilii oraz zaburzenia pedofilnego. Pedofilia oznacza preferencję, czyli wzorzec pobudzenia seksualnego skierowanego na dzieci przed okresem dojrzewania. Zaburzenie pedofilne to natomiast diagnoza kliniczna, stawiana w określonych warunkach.

22 „Hebefilia” to termin używany w literaturze naukowej na określenie preferencji seksualnej osoby dorosłej wobec osób we wczesnej fazie dojrzewania płciowego. Nie jest to jednak rozpoznanie medyczne.

poszukiwania silnych bodźców (Seto, 2025). To jeden z powszechnych stereotypów: sprawcę przestępstwa seksualnego wobec dziecka często automatycznie określa się mianem „pedofila”. Jest to uproszczenie, które może utrwalać błędne przekonania i utrudniać dostrzeżenie, że część sprawców dopuszcza się poważnych i szkodliwych czynów o podłożu seksualnym wobec dzieci bez utrwalonej preferencji seksualnej wobec nich. Wiedź, że zaburzenie pedofilne występuje tylko u części sprawców takich przestępstw, jak również, że nie każda osoba z taką diagnozą medyczną dopuszcza się ich popełnienia (Seto, 2008; Babchishin i in., 2015).



*Trzeba wspierać dziecko w tym, **co robi, czym jest zainteresowane**. Zareagować: „Hej, a masz znajomych? Cudnie!”. W momencie, w którym dziecko ma mocną siatkę społeczną dookoła siebie, jest znacznie mniejsza szansa na to, że popadnie w szkodliwe relacje.*

Inny stereotyp dotyczy kobiet sprawczyń, którym często przypisuje się mniej znaczącą rolę w procesie seksualnego krzywdzenia dziecka. Często myślimy, że sprawcami przemocy seksualnej wobec dzieci są wyłącznie mężczyźni. Tymczasem badania pokazują, że choć mężczyźni stanowią ich większość, wśród osób dopuszczających się takich czynów są również kobiety, których motywacje – obejmujące m.in. czynniki relacyjne i sytuacyjne – mogą także, w niektórych przypadkach, wiązać się z seksualnym zainteresowaniem dziećmi (Augarde i Rydon-Grange, 2022). W sytuacjach, gdy kobieta bierze udział w tworzeniu treści z kategorii CSAM, często dotyczy to dzieci pozostających pod jej opieką, w tym także własnych. Zwykle robi to wspólnie z partnerem lub innym mężczyzną (Bickart i in., 2019; Salter i in., 2021). Zdarza się też, że kobiety działają samodzielnie – wtedy tworzenie takich treści może się wiązać z relacjami z innymi osobami, w tym mężczyznami, oraz funkcjonowaniem w szerszych sieciach sprawców (Salter i in., 2021). To pokazuje, że nie można zakładać, że kobiety są „mniej groźne” – ważne jest, by być czujnym wobec wszystkich dorosłych mających kontakt z naszymi dziećmi, niezależnie od płci.



Kiedy nie wiadomo, kim ten dorosły człowiek jest dla dziecka, to wtedy faktycznie muszą zostać zachowane duże środki ostrożności. Trzeba podjąć próby, nie tyle monitorowania, co też pytania się o takie bardziej ogólne sprawy tej relacji, bo dzięki temu można określić, do czego to zmierza.

Przyjrzyjmy się teraz badaniom, które porównują sprawców przestępstw seksualnych wobec dzieci w internecie i w świecie rzeczywistym. Pokazują one, że te dwie grupy różnią się nie tylko zachowaniem, ale też cechami psychologicznymi i demograficznymi²³. Na przykład w jednym z badań ustalono, że sprawcy przestępstw online częściej byli osobami białymi (ang. *Caucasian*) i nieco młodszymi. Na tle populacji ogólnej częściej byli również samotni i bezrobotni. W porównaniu ze sprawcami działającymi offline mieli też większą kontrolę nad zachowaniem i więcej barier psychologicznych, które powstrzymywały ich przed realizacją swoich dewiacyjnych zainteresowań (Babchishin i in., 2011). Inne ważne ustalenie dotyczyło wpływu czynników sytuacyjnych na popełnienie przestępstwa. Sprawcy działający w internecie częściej funkcjonowali w kontekście środowiska cyfrowego, natomiast sprawcy kontaktowi częściej mieli bezpośredni dostęp do dzieci (Babchishin i in., 2015).

23 Badacze (np. Seto, 2025) zwracają uwagę na to, że nasza wiedza może być ograniczona kulturowo. Większość dostępnych badań dotyczy tzw. państw WEIRD, tj. zachodnich, wykształconych, uprzemysłowionych, bogatych i demokratycznych (ang. *Western, Educated, Industrialized, Rich, and Democratic*).

W 2022 r. fińska organizacja pozarządowa Protect Children przeprowadziła anonimową ankietę wśród 1546 osób, które szukały CSAM w środowisku cyfrowym (ang. Dark Web). Większość respondentów (65%) wskazała, że miała mniej niż 18 lat w momencie pierwszego kontaktu z takimi materiałami: 33% było w wieku 14–17 lat, a 32% miało mniej niż 13 lat.

Prawie połowa ankietowanych (42%) stwierdziła, że po obejrzeniu CSAM poszukiwała bezpośredniego kontaktu z dziećmi za pośrednictwem platform internetowych, a 58% wyraziło obawę, że kontakt z takimi materiałami może prowadzić do podejmowania rzeczywistych działań o charakterze seksualnym.

Wśród polskojęzycznych respondentów 41% odpowiedziało, że oglądanie CSAM skłoniło ich do zastanowienia się nad szukaniem kontaktu z dzieckiem w internecie, a 31% faktycznie podjęło realne kroki w tym kierunku.

Źródło: Insoll i in. 2024, Protect Children, 2022.

Może zastanawiasz się, dlaczego niektórzy dorośli sięgają po materiały o charakterze seksualnym przedstawiające dzieci? Istnieje kilka czynników, które wpływają na ich powstawanie i rozpowszechnianie. Według Michaela Seto jednym z nich jest fakt, że do około 1% mężczyzn przejawia pedofilię lub hebefilię, co może motywować ich do poszukiwania treści odpowiadających zainteresowaniom seksualnym (Seto, 2018). Zdaniem tego badacza inną przyczyną jest to, że mężczyźni, których pociągają przede wszystkim dorosłe kobiety, mogą również wykazywać istotną reakcję seksualną na nastolatki w okresie dojrzewania, a nawet pewną reakcję seksualną na dzieci przed okresem dojrzewania i w jego trakcie. Nie można też zapominać o tym, że większość nieletnich odczuwa pociąg seksualny do swoich rówieśników i może interesować się treściami przedstawiającymi ich w tym kontekście. W zestawieniu z tymi informacjami niepokój mogą budzić dane z badań wskazujące na trend w kierunku coraz młodszych sprawców (osób w wieku 25 lat i młodszych), a także na przesunięcie zainteresowania w stronę treści przedstawiających młodsze dzieci lub bardziej jednoznacznych (Seto, 2025).



Wiedź też, że wczesny kontakt z CSAM bywa w literaturze rozpatrywany jako element ścieżek prowadzących do dalszego zaangażowania w tego typu zachowania u części osób. Badania wskazują, że zaangażowanie to może rozwijać się stopniowo, często po wcześniejszym korzystaniu z pornografii (Wortley i in., 2024), a w niektórych przypadkach współwystępuje również podejmowanie prób nawiązywania kontaktu

z dziećmi (Insoll i in., 2022). Część badanych, którzy zostali skazani za przestępstwa związane z takimi materiałami, opisywało swoje zachowanie – polegające na oglądaniu i wyszukiwaniu CSAM – jako trudne do kontrolowania, przypominające uzależnienie (Rimer i Holt, 2023). Jednocześnie wyniki badań pokazują, że wczesna ekspozycja na takie treści jest stosunkowo częsta, jak również, że bywa ona przypadkowa lub niezamierzona (Dieseth i in., 2026).

W przypadku zachowań dorosłych w internecie polegających na wciąganiu dzieci w aktywność o charakterze seksualnym (np. proszenie o zdjęcia czy prowadzenie rozmów o treści seksualnej), badania wskazują, że sprawcami często są osoby znane dziecku, a wiele takich sytuacji stanowi przedłużenie istniejących relacji społecznych (Finkelhor, Turner i Colburn, 2022). Podobne wnioski płyną z badań dotyczących dzieci wykorzystywanych seksualnie w sposób bezpośredni (offline), których materiały audiowizualne z tych sytuacji trafiały następnie do internetu. W takich przypadkach sprawcami najczęściej byli rodzice, osoby znane dziecku lub jego rodzinie albo osoby pełniące funkcje zaufania (CCCP, 2017). Zgodne z tym są ustalenia wskazujące, że znaczna część materiałów z kategorii CSAM powstaje w domowym otoczeniu (Salter i in., 2023). Warto mieć też na uwadze, że istnieje grupa dorosłych osób, które krzywdzą seksualnie dzieci zarówno w przestrzeni online, jak i offline (Seto i in., 2010). To pokazuje, że te zjawiska są ze sobą powiązane – nie da się ich całkowicie oddzielić i warto patrzeć na nie łącznie.



Cyberprzestrzeń dostarcza czynników sytuacyjnych sprzyjających szkodliwym zachowaniom, w tym o podłożu seksualnym na szkodę dziecka. Wśród nich można wymienić łatwość nawiązywania kontaktu z potencjalnymi pokrzywdzonymi, dostępność oraz anonimowość. Dystans między ludźmi ulega w tym wymiarze skróceniu, co może wpływać na sposób, w jaki dzieci postrzegają obce osoby. Na przykład popularny influencer, znany z serwisów społecznościowych, nie musi być dla dziecka kimś zupełnie obcym. Dlatego tak ważne jest, żeby myśleć o bezpieczeństwie dziecka jako o całości, a nie dzielić zagrożeń na te „w internecie” i „poza nim”. Te dwa światy się przenikają, a problemy w jednym mogą mieć wpływ na drugi. Im lepiej rozumiemy te zależności, tym skuteczniej możemy chronić dzieci i szybciej zauważyć, gdy pojawia się zagrożenie.



„Praca domowa” – tym razem dla Ciebie

1

Prowadzenie rozmowy z dzieckiem o seksualności i relacjach romantycznych wymaga wzajemnego zaufania, subtelności oraz wyczucia. Często warto powstrzymać się od dopytywania o szczegóły danej sytuacji, a zamiast tego stworzyć przestrzeń do swobodnej wypowiedzi. Dobrym sposobem może być omówienie przykładowego scenariusza, np. takiego, w którym rówieśnik dziecka poznaje dorosłą osobę w internecie, pozostaje z nią w kontakcie, a następnie spotyka się z nią na żywo. Możesz zapytać dziecko, co w takiej sytuacji byłoby dla niego niepokojące i po czym poznałoby, że ktoś próbuje nim manipulować. Taka rozmowa pomaga lepiej zrozumieć zagrożenia i uczy, jak dbać o własne granice.

2

Na kolejnej stronie znajdziesz przykłady skrótów i emotikonów, które mogą być używane przez osoby nawiązujące nacechowane seksualnie rozmowy online z dziećmi. Warto spokojnie porozmawiać z dzieckiem na ten temat i wspólnie sprawdzić, czy miało już z nimi kontakt. Zachęć je, aby mówiło Ci o wiadomościach, w których się pojawiają. Podkreśl, że nie poniesie za to

Skróty i slangowe wyrażenia internetowe	Emoji i ich potencjalne znaczenia
Związane z ryzykiem lub seksualnością: • Catch a case – ryzykować aresztowanie i postawienie zarzutów, często w kontekście pożądania osoby dużo młodszej/niepełnoletniej. • DNI (ang. <i>do not interact</i>) – nie wchodzić w interakcję; ostrzeżenie, że treści są nieodpowiednie dla osób poniżej 18 roku życia. • DM; HS (ang. <i>doesn't matter; had sex</i>) – nieważne; uprawiałem/uprawiałam seks. • DPW (ang. <i>d* pictures welcome</i>) – mile widziane zdjęcia penisa. • Down in the DM – szukanie kontaktów seksualnych lub wysyłanie nagich zdjęć przez prywatne wiadomości (DM). • GNRN (ang. <i>get naked right now</i>) – rozbierz się natychmiast. • GNOC (ang. <i>get naked on camera</i>) – rozbierz się przed kamerą. • LMIRL (ang. <i>let's meet in real life</i>) – spotkajmy się w prawdziwym życiu. • NIFOC (ang. <i>naked in front of computer</i>) – nagi/naga przed komputerem. • NP4NP (ang. <i>naked pic for naked pic</i>) – nagie zdjęcie za nagie zdjęcie. • POV (ang. <i>point of view</i>) – punkt widzenia; często oznacza, że film jest nagrany z perspektywy osoby oglądającej. • Rule 34 – zasada 34: każda rzecz może zostać przedstawiona w formie pornograficznej. • Sneaky Link – sekretne spotkania seksualne, które mają pozostać ukryte. • Smash – uprawiać seks (zwykle jednorazowy, bez zobowiązań). • TDTM (ang. <i>talk dirty to me</i>) – mów do mnie sprośnie. • 1174 – klub nagich (slang). • 143 – kocham cię (kod liczbowy: 1 = I, 4 = love, 3 = you).	 Porn (ang. <i>rhymes with corn</i>) – pornografia (rymuje się z „corn”, czyli kukurydza). Ikona ta może być używana do obejścia ograniczeń dotyczących słów w mediach społecznościowych.  Bottom – ikona często używana jako symbol pośladków.  Feeling frisky or naughty – ikona symbolizująca, że ktoś czuje się figlarnie, psotnie lub prowokująco – często w kontekście flirtu, zabawy lub zachowań nieco przekraczających granice normy społecznej, ale niekoniecznie w sposób niewłaściwy.  Desiring someone sexually (often used in response to nudes) – pożądanie kogoś pod względem seksualnym (często używane w odpowiedzi na nacechowane seksualnie treści).  Used when sending or receiving nudes – ikona używana przy wysyłaniu lub otrzymywaniu nacechowanych seksualnie treści.  Nudes, which are often called „noods” – nacechowane seksualnie treści.  Sexual activity – aktywność seksualna.  Spiciness eg inappropriate or risqué content – pikantność, np. nieodpowiednia lub ryzykowna treść.
Związane z obecnością rodziców: • CD9/Code 9 – rodzice są w pobliżu. • P911 – Alarm! Rodzic w pobliżu. • PIR (ang. <i>parent in room</i>) – rodzic w pokoju. • POS (ang. <i>parent over shoulder</i>) – rodzic zagląda przez ramię. • 9 – rodzic patrzy.	 Cuddles – przytulanie.  Drunkenness, sexual arousal, or a grimace – stan nietrzeźwości, podniecenie seksualne lub grymas.
Związane z mediami społecznościowymi: • LMP (<i>Like my pic</i>) – polub moje zdjęcie. • Snacc/Snack – ktoś atrakcyjny fizycznie.	

Tabela nr 2. Przykłady akronimów oraz internetowego slangu, używanego przez osoby nawiązujące nacechowane seksualnie kontakty online z dziećmi. Źródło: Australian Federal Police, <https://www.afp.gov.au/news-centre/media-release/afp-releases-glossary-terms-used-some-sex-predators-groom-children> [dostęp: 30.03.2026]

3.2 | Kiedy krzywdzą inne dzieci

Dostępność pogłębionych badań dotyczących różnych form przemocy seksualnej stosowanej przez dzieci wobec rówieśników lub młodszych dzieci jest ograniczona. Może to wynikać z wielu czynników, w tym ze stereotypowego przekonania, że dzieci są niewinne i trudno je powiązać z nieodpowiednimi zachowaniami, szczególnie o charakterze seksualnym, jak również z kulturowych trudności dotyczących prowadzenia otwartych rozmów na temat seksualności.

Choć aktywność dzieci w cyberprzestrzeni niesie ze sobą wiele korzyści edukacyjnych i społecznych, wiąże się również z ryzykiem narażenia na różnorodne zagrożenia – w tym na wykorzystanie seksualne online, którego sprawcami bywają nie tylko dorośli, lecz także rówieśnicy. Skala tego problemu w przypadku określonych form przemocy może być większa, niż się wydaje. Zgodnie z raportem ECPAT w przypadku takich zjawisk, jak otrzymywanie niechcianych materiałów przedstawiających nagość, groźby mające na celu wymuszenie ich udostępnienia, ich rozpowszechnianie czy oferowanie pieniędzy w zamian za tego typu treści lub kontakty seksualne, sprawcami są nie tylko dorośli, ale również często inne dzieci i młodzież. W analizie opartej na pogłębionych odpowiedziach ok. 1500 uczestników badania podkreślono wyraźnie zauważalny udział nieletnich sprawców w wielu opisanych przypadkach. Wśród tej grupy sprawców częściej wskazywano chłopców niż dziewczęta, co jest spójne z szerszymi ustaleniami dotyczącymi przemocy seksualnej wobec dzieci (ECPAT, 2021).





*Inwigilacja, polegająca na sprawdzaniu znajomych na koncie dziecka, może być kontrproduktywna, o ile nie chodzi o powierzchowne działania. **Nie powinno to polegać na monitorowaniu znajomych**, których można mieć 15, 50, 100 czy nawet półtora tysiąca, tylko raczej na dowiedzeniu się, z kim dziecko pisze, ma relację albo spotyka się w rzeczywistości.*

Twoje dziecko może odczuwać presję ze strony otoczenia, by angażować się w zachowania seksualne, na które nie jest jeszcze gotowe. Może się zdarzyć, że zdjęcia lub wideo o charakterze seksualnym, stworzone przez nie w ramach romantycznej relacji, zostaną udostępnione przez rówieśnika bez jego zgody. Częściowo wynika to z faktu, że młody człowiek może napotykać trudności w prawidłowym rozumieniu pojęcia zgody w środowisku online, co skutkuje często także nieświadomym przekraczaniem wyznaczonych granic. Co więcej, może on doświadczać nacisków ze strony rówieśników, by dzielić się takimi treściami – nawet jeśli nie czuje się z tym komfortowo (Lucy Faithfull Foundation, 2025b).

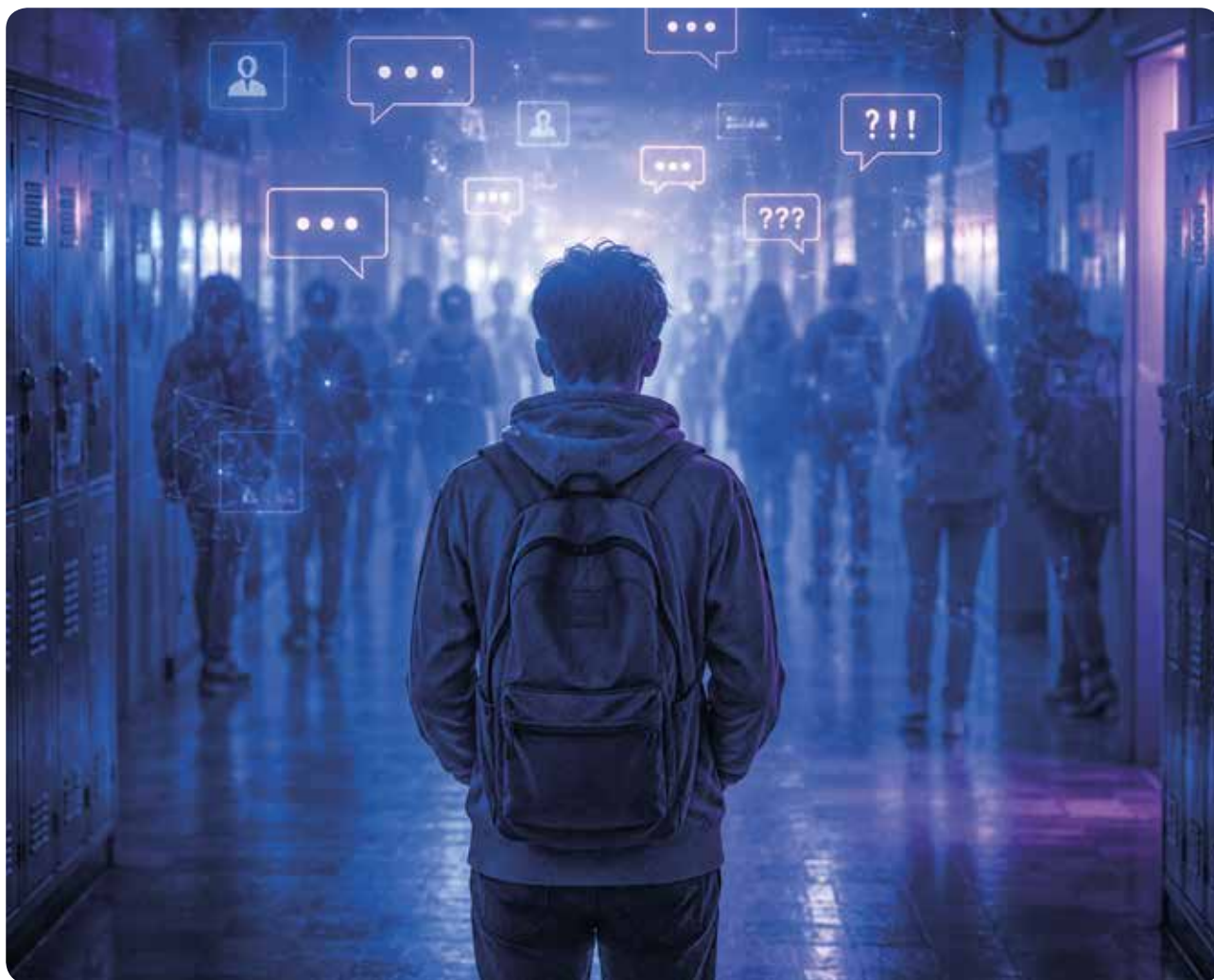
Nastolatkwie, którzy przyznali się do rozpowszechniania intymnych materiałów bez zgody osób na nich widocznych, wskazywali, że dotyczyły one różnych form ekspozycji cielesnej – od częściowej nagości lub półnagich sylwetek, przez sytuacje związane z intymnością i higieną, po elementy takie jak piersi czy dekolt, a także pełną nagość.

Źródło: Ładna i in., 2025.

Choć zachowania związane z wykorzystywaniem i wyzyskiem seksualnym online mogą przyjmować podobne formy, ich motywacje oraz funkcje różnią się w zależności od tego, czy stoją za nimi osoby dorosłe, czy nieletnie. Wśród okoliczności sprzyjających wykorzystaniu seksualnemu dziecka online przez inne dziecko znajdują się czynniki znane również z kontaktów w świecie rzeczywistym, takie jak różnica wieku oraz przewaga jednej osoby nad drugą, np. intelektualna lub fizyczna (np. Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, 2019). Zdarzają się również sytuacje, w których dziecko zostaje zmuszone przez osobę dorosłą do angażowania innych dzieci w zachowania seksualne, np. w wyniku szantażu, manipulacji lub innych form przymusu, w tym seksualnego (NCMEC, 2025).



Zagrożenie krzywdą o podłożu seksualnym w cyberprzestrzeni nie pochodzi wyłącznie od nieznanym dorosłych. Postrzeganie „internetowego, seksualnego drapieżcy” jako osoby dorosłej, często określanej mianem „pedofila”, stanowi uproszczony i nie w pełni trafny stereotyp. Takie podejście oraz nadmierne koncentrowanie się na nim mogą prowadzić do niedoszacowania innych, równie istotnych źródeł zagrożeń – w tym tych wynikających z relacji rówieśniczych i działań podejmowanych przez inne dzieci i młodzież.



„Praca domowa” – tym razem dla Ciebie

- 1** Nawet jeśli masz z dzieckiem bardzo dobry kontakt, nie zakładaj, że rozmowa o krzywdzeniu seksualnym ze strony innych dzieci i młodzieży w środowisku online przyjdzie mu łatwo. Możesz rozpocząć od ogólnego pytania rozmowy o to, jak rozumie ono przemoc seksualną w kontekście środowiska cyfrowego. Następnie zachęć dziecko, by podało przykłady sytuacji, w których jego zdaniem występuje ten rodzaj przemocy.
- 2** Ważnym zagadnieniem, które warto omówić, jest wyrażanie zgody w kontaktach online. Zamiast zadawać pytania wprost, możesz powiedzieć: „Zastanawiam się, czy wiesz, że w internecie również obowiązuje zasada zgody – tak samo jak w życiu codziennym. Czy przychodzi Ci do głowy sytuacja, w której ktoś powinien zapytać o zgodę, zanim coś zrobi online?”.
- 3** Jednym z kluczowych tematów, które należy poruszyć podczas rozmowy z dzieckiem, są konsekwencje prawne związane z podejmowaniem ryzykownych działań w środowisku online. Szczegółowa analiza tego zagadnienia zostanie przedstawiona w następnej części przewodnika.

Autorka

Na co powinien zwrócić uwagę rodzic lub opiekun, który pragnie uzyskać dostęp do konta swojego dziecka? Jak sprawić, aby dziecko czuło się komfortowo, udzielając tego dostępu? Co jest potrzebne? Jakiś rodzaj umowy między nimi?

Nastolatek X

Czy dziecko pozwoli na podglądanie swojego konta? W sensie... ja wiem, że to jest taka rzecz, która by mi nie przeszła przez gardło, jeżeli chodzi o pozwolenie na to. Więc tu bardziej chyba chodzi o już wcześniej wytworzoną relację, która jest bezpieczna i w której dziecko się będzie chciało podzielić i nie będzie zdane samo na siebie. Bo dorastanie będące dorastaniem sprawia, że odcinamy się od rodziców, ale z drugiej strony przydałoby się, aby cały czas wiedzieli, że istniejemy i egzystujemy.

Nastolatek Y

A propos zawierania tej umowy, mam wrażenie, że to jest takie coś, co ludzie dorośli z jakiegoś powodu bardzo często robią, zwłaszcza z grupami dzieci. Jakies takie zawieranie umów czy kontraktów. To się często dzieje w szkole czy w jakichś takich sytuacjach. Taka umowa, mam wrażenie, bardzo rzadko uczy i bardzo rzadko ma taki skutek, jak się wydaje, że jest zamierzony. Mam wrażenie, że to jest nie do końca miarodajne. Taka umowa to musi być bardzo zbudowane jakieś poczucie tego, że dziecko chce spełnić, wypełniać taką umowę, żeby to faktycznie się wydarzyło w taki sposób idealny. Wydaje mi się, że przez to, że takich powiedzmy umów czy kontraktów jest wiele, nawet w tej samej podstawówce. Nowy nauczyciel przychodzi do szkoły i tworzy jakiś kontrakt między nim a klasą, i potem dzieci to podpisują – to nie ma żadnego znaczenia dla dziecka. Nauczyciel potem zawsze mówi, że mieliśmy to w kontrakcie. To nie ma znaczenia dla większości osób.



Autorka

A jeżeli ten nauczyciel pokazywałby, że on przestrzega tego kontraktu i dawałby na to dowody?

Nastolatek Y

To jest dobre podejście, ale najpierw, wydaje mi się, że trzeba mieć świadomość tego, że jak ktoś ma się wywiązać z umowy, to warto samemu się wywiązywać z umowy. A tej świadomości nie buduje się przez po prostu robienie takich umów. Nie wiem, szczerze mówiąc, nie wymyślę teraz przykładu, jak przedstawić dziecku taką wartość, ale nie przez po prostu robienie takich rzeczy. Nie uważam, że to jest złe, taka forma umowy, ale wydaje mi się, że to jest tak samo nieefektywne jak, nie wiem, taka inwigilacja po prostu.

Nastolatek Z

Bardziej chodzi o takie budowanie relacji, w tej wzajemnej opiece, takiej porady. Taka typowa relacja rodzicielska w tym kontekście, a nie bardziej taka umowa.

Nastolatek Y

Taka, w której niepotrzebna jest umowa.

Nastolatek X

W której dziecko albo będzie samo chciało się podzielić, albo jak zostanie lekko zapytane, to podzieli się w sposób normalny.

Nastolatek Y

Tak, że będzie miało świadomość, że może to zrobić. Wie, że też może w razie czego, jak rodzic się zapyta o coś zbyt prywatnego, to zamiast unikać tematu można powiedzieć, że to jest troszkę zbyt głęboka ingerencja. Kwestia budowania nieunikania takich rzeczy.

Autorka

Jak jeszcze weryfikować te kontakty dzieci z osobami dorosłymi?

Nastolatek X

Słowo „weryfikować” już zakłada ingerencję i stwierdzenie, „wiem, znam informacje, musisz mi je przekazać”, co już jest takie zamykające. Jeżeli dziecko będzie chciało coś ukryć, to dziecko to ukryje. Nie oszukujmy się.

Nastolatek Z

Niestety, jak chcemy postępować etycznie, to nie da się w całości wyeliminować ryzyka dojścia do niekontrolowanej relacji. Po prostu możemy zrobić to i zaszczyć w dziecku jakąś taką świadomość – bardziej przekazać, że jesteśmy otwarci, że wspieramy się i możemy się podzielić nawet niekoniecznie komfortowymi informacjami. Nie możemy aż tak w to wchodzić. To nie zadziała – nie możemy mieć pełnej kontroli.

Nastolatek Y

Tak, jeżeli chcielibyśmy mieć taką kontrolę czy jakąś formę weryfikacji tego, to nie dawamy dziecku dostępu do internetu. Nie ma do końca możliwości tego, żeby mieć taką czynną świadomość tego, co dziecko robi dokładnie, z kim ma kontakt. Wymagałoby to takiej ingerencji, już po prostu czytania tych rozmów czy sprawdzania, z kim dziecko ma kontakt na bieżąco. Jeżeli chcemy zachować, dać dziecku tę wolność, ale jednocześnie mieć poczucie bezpieczeństwa, że to dziecko jest bezpieczne albo że jeżeli znajdzie się w niebezpieczeństwie, to z nami porozmawia, to trzeba jakoś to zbudować, tę atmosferę...

Nastolatek X

To jest taka atmosfera, gdzie jak dziecko dokona jakiegoś fakapu (ang. fuckup – wpadka, błąd), dużego, małego, cokolwiek, to wtedy pierwszą rzeczą, czy może nie pierwszą, ale nie będzie tego ukrywać przed rodzicami i pozwoli rodzicom sobie pomóc.

Nastolatek Z

Myślę, że chodzi o poczucie przez dziecko, że jakkolwiek głupiej rzeczy nie zrobi, to rodzic mu pomoże. Jak uzbroić rodziców w umiejętność rozpoznawania czerwonych flag?

Nastolatek Y

Kiedy dziecko ma trudności, to się zamyka jakoś, jest zestresowane, zachowuje się inaczej niż zwykle, inaczej niż w takiej sytuacji codziennej. Jak nic nie widzimy, żadnych takich oznak, to nie stwierdzimy, że coś się dzieje. Więc wydaje mi się, że podstawą patrzenia, czy dziecko ma jakieś trudności, jest taka sytuacja normalna, taka codzienność. A jak jest sytuacja niecodzienna, jak dziecko się zachowuje nie tak jak codziennie, czy zaczyna się ograniczać jakiś kontakt z rodzicem, czy coś w tym stylu, to jest znak, że po prostu coś się zmieniło. Niekoniecznie musi być to coś złego, ale tego nie wiemy.

Nastolatek X

To też bardziej w kierunku relacji, a nie w kierunku tego, co wielu rodziców robi, czyli: „Masz niższe oceny. Co się stało? Dawaj odpowiedź teraz”. Ponieważ oceny zazwyczaj nie odzwierciedlają absolutnie niczego. Oceny nie są najważniejsze.

Nastolatek Z

Nie mają zbytnio nic wspólnego z tym tematem.

Nastolatek X

Wielu moich znajomych, którzy mieli bardzo mocną depresję, miało perfekcyjne, dobre oceny. I to ludziom nie wskazałoby na nic. A z drugiej strony, w momencie, w którym oceny spadają, to też, aby zorientować się, nie od razu zabierając dziecku wszystkie możliwości, a raczej poprzez zapytanie się: „Heja, funkcjonujesz? Ze wszystkim sobie radzisz?”. Bo... znowu... rodzice wychodzą z założenia, że jeżeli dziecko nie będzie miało dostępu do telefonu, to nagle szóstka będzie.



Autorka

Jakie byłoby Wasze postępowanie w sytuacji kontaktu z dorosłą osobą, który zaczyna być przytłaczający, zbyt ingerujący? Po czym Wasi rodzice mieliby poznać, że coś jest nie tak?

Nastolatek Z

To jest trochę trudne, często po prostu się takiej osobie nie odpowiada. Pyta się, to wtedy odpowiadam, że wolę o tym nie mówić. W takim wypadku, jeśli ktoś trochę się temu opiera, albo po prostu ma do tego obojętny stosunek, to zbytnio nie da się tego poznać. Natomiast w wypadku, kiedy to w kogoś uderza, to na przykład te zmiany zachowania, takie oznaki przypominające taki trochę lekki kryzys, to wtedy da się to stwierdzić. Przykładem zmian w zachowaniu może być taka beczynność, oznaki trochę jak ma się w depresji. Nie takie same, ale często podobne. Kiepski, gorszy nastrój. Odrzucanie też trochę rutyny, np. dziennej. Zaburzenia w tym.

Nastolatek X

Nie wiem, wydaje mi się, że wychodzimy bardzo mocno z tego, że jeżeli rozmawiamy z osobą nieznaną, to bardzo wiele tych relacji opiera się w dużym stopniu na kłamstwach z obydwu stron. To jest taki drobny, mały fragment o tym, że dzieci kłamią w internecie. Ale z drugiej strony jest pytanie, jakiego typu to jest relacja. Jeżeli mamy tu relację, która zaczyna być coraz bliższa, to w takim przypadku ta relacja opiera się na rzeczywistych osobach. Wtedy trzeba ustawić sobie granice i zobaczyć, co się z tym dzieje. Nie wiem, ja bardzo mocno funkcjonuję w internecie. I też zdarzyło mi się mieć kilka osób, których oczywiście nigdy nie udało mi się ujrzeć. Wtedy granicą jest to, że „Heja, nie wiem, jak bardzo komfortowo czuję się, przekazując tę informację”. Albo: „Heja, czy łaskawie możemy zmienić temat?”. Bardziej chodzi o to, że dziecko powinno wiedzieć, gdzie ma granice i co powinno być pozostawione dla niego i dla osób, które istnieją, a co nie. To jest bardziej w formie edukacji.

Nastolatek Y

A propos tych granic, każdy stawia i tak swoje granice. Każdy ma swoje granice i one są bardzo zmienne. To znaczy wydaje mi się, że nie ma jednej takiej normy granic, które człowiek stawia. To się zmienia, choć wiadomo, że są pewne rzeczy, przy których w pewnym wieku granice powinny być jednak na konkretnym poziomie. Trochę to komplikuję. Ale to, co chcę powiedzieć, to że dziecko 16-letnie, 15-letnie czy nawet 19-letnie może mieć bardzo podobne granice w takiej sytuacji, a mogą mieć bardzo różne granice. To jest kwestia tego, żeby te granice umieć stawiać zgodnie z własnym komfortem.

Autorka

Czy dobrym pomysłem byłoby wypracowanie takiego standardu: „Sprawdzaj, czy czujesz się w danej sytuacji komfortowo”?

Nastolatek Y

Ja byłbym bardzo wdzięczny rodzicom, gdyby w takim wieku wczesnym, nastoletnim porozmawiali ze mną o tym, o takich pomysłach, kiedy czuję się komfortowo, a kiedy ten komfort faktycznie jest... zaburzony. Tak, to kwestia tego, żeby jakoś może uświadomić dziecko na temat tego, jak może budować swoją granicę. Znaczący, że warto stawiać granice, ale też, kiedy dla siebie powinno stawiać te granice. Nie mówię tutaj o konkretnych sytuacjach, tylko kiedy w znaczeniu, że na przykład w sytuacji lekkiego dyskomfortu to już może być granica, nawet bardzo wczesna. Może być generalnie na każdym etapie czegoś.

Autorka

W co wyposażać rodziców lub opiekunów, żeby mogli odpowiednio reagować na niebezpieczną sytuację w internecie?

Nastolatek Z

Powinni mieć świadomość tego, gdzie się zgłaszać. Trochę też taki spokój i opanowanie są potrzebne. Nie można od razu wyciągać tony wniosków z własnych domysłów, tylko obserwować i pytać, co się dzieje.

Nastolatek X

Tak, wydaje mi się, że dodatkowo trzeba powiedzieć, aby pamiętać, że rzeczy się zdarzają. Jest to niestety bardziej powszechne, niż im się zdaje. I jakkolwiek jest to bardzo, bardzo nieprzyjemne, to trzeba pamiętać o tym, że to nie jest skaza na ich imieniu. Ale to po prostu się zdarza. Tak samo jak złamanie urazy ciała, choć stwierdzenie, że się zdarza brzmi bardzo, bardzo paskudnie.

Nastolatek Z

Jeśli coś się już wydarzy, to niech to nie będzie kwestia dumy rodowej, tylko czyjegoś prywatnego bezpieczeństwa. I tak będą ludzie, którzy osądzą to i będą uważać, że jesteś teraz złą osobą, bo dałeś się zrobić w coś takiego. To są tylko jakieś pogłoski, trzeba tego nie brać do siebie i też uświadamiać, gdzie można to zgłaszać.

Nastolatek X

Wydaje mi się, że w takim momencie trzeba po prostu wziąć to nie do siebie, tylko raczej zawierzyć, że burza przeminie z czasem. Jeżeli ktoś będzie mieć jakieś „ale”, to jest to problem osoby trzeciej, a nie nasz. Trzeba zobaczyć, czy dziecko jest w jakimkolwiek stabilnym stanie. To chyba najważniejsza kwestia.

Źródła wykorzystane w tym rozdziale [dostęp: 30.03.2026]

- **Augarde, S., Rydon-Grange, M.**, (2022), *Female perpetrators of child sexual abuse: A review of the clinical and empirical literature – A 20-year update*, „Aggression and Violent Behavior”, 62, 101687, <https://doi.org/10.1016/j.avb.2021.101687>.
- **Babchishin, K.M., Hanson, R.K., Hermann, C.A.**, (2011), *The Characteristics of Online Sex Offenders: A Meta-Analysis*, „Sexual Abuse: A Journal of Research and Treatment”, 23(1), 92–123, <https://doi.org/10.1177/1079063210370708>.
- **Babchishin, K.M., Hanson, R.K., VanZuylen, H.**, (2015), *Online child pornography offenders are different: A meta-analysis of the characteristics of online and offline sex offenders against children*, „Archives of Sexual Behavior”, 44(1), 45–66, <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0270-x>.
- **Bickart, W., McLearn, A.M., Grady, M.D., Stoler, K.**, (2019), *A descriptive study of psychosocial characteristics and offense patterns in females with online child pornography offenses*, „Psychiatry, Psychology and Law”, 26(2), 295–311, <https://doi.org/10.1080/13218719.2018.1506714>.
- **Canadian Centre for Child Protection**, (2017), *Survivors Survey: Full Report 2017*, <https://protectchildren.ca/en/resources-research/survivors-survey-results/>.
- **Dieseth, T., Insoll, T., Smith, L., Vaaranen-Valkonen, N., Lundrigan, S.**, (2026), *Early exposure to child sexual abuse material: Prevalence, circumstances and psychosocial functioning*, „Child Abuse & Neglect”, 176, 108070, <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2026.108070>.
- **ECPAT**, (2021), „Everything that is not a yes is a no”. A report about children’s everyday exposure to sexual crimes and their protective strategies, https://ecpat.se/wp-content/uploads/2020/12/ECPAT-Report-2021_Everything-that-is-not-a-yes-is-a-no.pdf.
- **Finkelhor, D.**, (2025), *Skuteczniejsze zapobieganie wykorzystywaniu seksualnemu dzieci w internecie*, Referat wygłoszony podczas 22 Ogólnopolskiej Konferencji „Dzieciństwo bez przemocy”.
- **Finkelhor, D., Turner, H., Colburn, D.**, (2022), *Prevalence of online sexual offenses against children in the US*, „JAMA Network Open”, 5(10), e2234471, <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.34471>.
- **Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę**, (2019), *Jak chronić dzieci przed wykorzystywaniem seksualnym? poradnik dla rodziców*, <https://edukacja.fdds.pl/course/view.php?id=330>.
- **Insoll, T., Ovaska, A.K., Nurmi, J., Aaltonen, M., Vaaranen-Valkonen, N.**, (2022), *Risk Factors for Child Sexual Abuse Material Users Contacting Children Online: Results of an Anonymous Multilingual Survey on the Dark Web*, „Journal of Online Trust and Safety”, 1(2), <https://doi.org/10.54501/jots.v1i2.29>.
- **Krasowska, A., Jakubczyk, A., Kopera, M., Wiśniewski, P., Łyś, A.E., Suszek, H., Szczypiński, J., Depko, A., Wojnar, M.**, (2021), *Model Pola Zachowań Seksualnych – koncepcja uwarunkowań zachowań seksualnych*, [w:] A. Depko (red.), *Seksuologia sądowa I: Teorie, modele, badania*, Warszawa: PZWL, s. 159–174.
- **Lucy Faithfull Foundation**, (2025a), *Child sexual abuse warning signs. Who abuses children?*, <https://www.parentsprotect.co.uk/who-abuses-children.htm>.
- **Lucy Faithfull Foundation**, (2025b), *If your child gets into trouble for their online sexual behaviour*, <https://www.lucyfaithfull.org.uk/if-your-child-gets-into-trouble-for-their-online-sexual-behaviour/>.
- **Ładna, A., Kamiński, K., Lange, R., Roślaniec, K., Jankiewicz, A., Błażej, M., Nawrot, M.**, (2025), *Agresja i przemoc seksualna w internecie*, NASK – Państwowy Instytut Badawczy, https://www.nask.pl/media/2025/09/Thinkstat_RAPORT_Agresja-i-przemoc-seksualna-w-internecie.pdf.

- **Makaruk, K., Drabarek, K., Popyk, A., Wójcik, Sz.**, (2023), *Diagnoza przemocy wobec dzieci w Polsce 2023*, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, https://fdds.pl/_Resources/Persistent/0/e/3/9/0e397c8f31d01856cd8d4a9430e56eade6648565/Diagnoza%20przemocy%20wobec%20dzieci%20w%20Polsce%202023%20FDDS.pdf.
- **National Center for Missing & Exploited Children**, (2025), *Using sextortion to groom kids for violence, pain*, <https://www.missingkids.org/blog/2025/using-sextortion-to-groom-kids-for-violence-pain>.
- **Protect Children**, (2024), *Seksualne wykorzystywanie i wyzyskiwanie dzieci w internecie w Polsce. Doświadczenia polskojęzycznych osób poszkodowanych oraz spostrzeżenia sprawców*, <https://c5629789-604e-4d02-9190-059599b68044.usrfiles.com/ugd/c56297c5d4e7f0d70a4db8be4984ac99110c3e.pdf>.
- **Rimer, J.R., Holt, K.**, (2023), *„It was in control of me”: Notions of addiction and online child sexual exploitation material offending*, „Sexual Abuse: A Journal of Research and Treatment”, 35(1), 3–30, <https://doi.org/10.1177/10790632211070797>.
- **Salter, M., Wong, W. K.T., Breckenridge, J., Scott, S., Cooper, S., Peleg, N.**, (2021), *Production and distribution of child sexual abuse material by parental figures*, „Trends & Issues in Crime and Criminal Justice”, 616, Australian Institute of Criminology, <https://doi.org/10.52922/ti04916>.
- **Salter, M., Wong, T.**, (2023), *Parental production of child sexual abuse material: A critical review*, „Trauma, Violence, & Abuse”, 25(3), 1826–1837, <https://doi.org/10.1177/15248380231195891>.
- **Seto, M.C.**, (2008), *Pedophilia and sexual offending against children: Theory, assessment, and intervention*, „American Psychological Association”, <https://doi.org/10.1037/11639-000>.
- **Seto, M.C.**, (2018), *Pedophilia and sexual offending against children: Theory, assessment, and intervention (2nd ed.)*, „American Psychological Association”, <https://doi.org/10.1037/0000107-000>.
- **Seto, M.C.**, (2025), *Online Sexual Offending. Theory, Practice, and Policy*, „American Psychological Association”, <https://doi.org/10.1037/0000428-000>.
- **Seto, M.C., Hanson, R.K., Babchishin, K.M.**, (2010), *Contact sexual offending by men with online sexual offenses*, „Sexual Abuse: A Journal of Research and Treatment”, 22(2), 190–206. <https://doi.org/10.1177/1079063210369013>.
- **Wortley, R., Findlater, D., Bailey, A., Zuhair, D.**, (2024), *Accessing child sexual abuse material: Pathways to offending and online behaviour*, „Child Abuse & Neglect”, 154, 106936, <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2024.106936>.

ROZDZIAŁ IV

Regulacje prawne



Możliwe, że pierwszy raz spotykasz się z tematem odpowiedzialności karnej za złamanie prawa. Ważną informacją będzie zatem ta, że w polskim systemie prawnym taką odpowiedzialność ponoszą osoby, które ukończyły **17 lat**. Dzieci i młodzież poniżej tego wieku nie są jednak całkiem zwolnione z konsekwencji swoich czynów. W ich przypadku co do zasady stosuje się specjalne przepisy, czyli ustawę o wspieraniu i resocjalizacji nieletnich²⁴, a nie ustawę Kodeks karny (dalej: k.k.)²⁵, z pewnymi wyjątkami przewidzianymi w przepisach prawa²⁶. Gdy młoda osoba narusza prawo, nie mówi się o popełnieniu przestępstwa ani wykroczenia, lecz o czynie karalnym.

Zgodnie z przepisami prawa dzieckiem jest każda osoba, która nie ukończyła **18 lat**. Wiedz jednak, że do ukończenia 15 roku życia dziecko jest objęte szczególną ochroną prawną przed wszelkimi zachowaniami o charakterze seksualnym. Oznacza to, że obcowanie płciowe lub inne czynności seksualne z jego udziałem są zagrożone karą, niezależnie od okoliczności – w tym zgody dziecka, jego inicjatywy czy relacji z osobą, która je podejmuje. Dziecko w tym wieku nie posiada bowiem zdolności do świadomego i odpowiedzialnego decydowania o sferze seksualnej. Jego ewentualna zgoda (albo przyzwolenie) na takie zachowania nie ma znaczenia prawnego i nie może być brana pod uwagę przy ocenie odpowiedzialności sprawcy (SN, III KK 245/23). Niektóre regulacje prawne odnoszące się do zjawiska omawianego w tym przewodniku chronią wszystkie osoby małoletnie, także te powyżej **15 roku życia**, przed określonymi, zakazanymi formami zachowań. Więcej informacji na ten temat znajdziesz w dalszej części rozdziału.

4.1 | O przestępstwach seksualnych

Przestępczość seksualna to złożona grupa czynów zabronionych. W polskim Kodeksie karnym takie czyny zostały opisane w rozdziale XXV. Poniżej zamieszczamy ich wykaz.

Artykuł	Tytuł
Art. 197 k.k.	Zgwałcenie i wymuszenie czynności seksualnej
Art. 198 k.k.	Seksualne wykorzystanie bezradności lub ograniczonej poczytalności
Art. 199 k.k.	Seksualne wykorzystanie stosunku zależności lub krytycznego położenia
Art. 200 k.k.	Seksualne wykorzystanie małoletniego
Art. 200a k.k.	Elektroniczna korupcja seksualna małoletniego
Art. 200b k.k.	Propagowanie pedofilii
Art. 201 k.k.	Kazirodztwo
Art. 202 k.k.	Publiczne prezentowanie treści pornograficznych
Art. 203 k.k.	Zmuszenie do uprawiania prostytucji
Art. 204 k.k.	Stręczycielstwo, sutenerstwo i kuplerstwo

Tabela nr 3. Zestawienie przepisów opisanych w rozdziale XXV k.k. „Przestępstwa przeciwko wolności seksualnej i obyczajności”. Źródło: Ustawa z 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny, Dz.U. 2025 poz. 383 t.j.

24 Ustawa z dnia 9 czerwca 2022 r. o wspieraniu i resocjalizacji nieletnich, Dz.U. z 2026 r. poz. 163 t.j.

25 Ustawa z 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny, Dz.U. z 2025 poz. 383 t.j.

26 Zgodnie z art. 10 § 2 k.k. nieletni, który ukończył 15 lat i dopuścił się jednego z najpoważniejszych przestępstw wskazanych w Kodeksie karnym (m.in. czynów określonych w art. 197 § 1, 1a, 3 i 4 k.k., przy czym katalog ten jest szerszy), może odpowiadać na zasadach określonych w Kodeksie karnym. Dotyczy to jednak wyłącznie szczególnych przypadków, gdy przemawiają za tym okoliczności sprawy oraz stopień rozwoju sprawcy, jego właściwości i warunki osobiste, a w szczególności, jeżeli poprzednio stosowane środki wychowawcze lub poprawcze okazały się bezskuteczne.



Mimo że prawo stara się jak najlepiej chronić dzieci i młodzież przed różnymi formami wykorzystywania seksualnego – zarówno w świecie realnym, jak i w internecie – dynamicznie zmieniające się środowisko cyfrowe stanowi wyzwanie zarówno dla jego twórców, jak i tych, którzy je stosują: policjantów, prokuratorów oraz sędziów. Sytuacja ta wynika z faktu, iż przestrzeń wirtualna generuje nowe formy zachowań, które niejednokrotnie wyprzedzają obowiązujące regulacje prawne lub – ze względu na ich złożoność – są trudne do jednoznacznej kwalifikacji prawnej.



*Kiedy się dorasta, jak się wchodzi w internet, to może nie być oczywiste, albo może nigdy nie być powiedziane jakoś tak bardzo bezpośrednio, że **poznając kogoś, nie twarzą w twarz, tylko przez telefon, komunikator, nie wiemy, z kim rozmawiamy**. I wydaje mi się, że jedną z podstawowych przyczyn tego, o czym rozmawiamy, konsekwencji tego wszystkiego, co się dzieje, może być to, że nie każdy ma jakieś takie poczucie, nie że weryfikacji, ale nie każdy ma poczucie, taką potrzebę, żeby wiedzieć, z kim rozmawia.*

Możesz zauważyć, że w opisie wymienionych wcześniej przestępstw tylko w jednym przypadku występuje określenie „elektroniczna”. Nie oznacza to jednak, że inne przestępstwa nie mogą być popełnione przy użyciu rozwiązań technologicznych. Obecnie mamy do czynienia z sytuacją, w której do wykorzystania seksualnego dziecka może dojść także bez kontaktu cielesnego sprawcy z osobą pokrzywdzoną

(Staciwa, 2023). W Polsce miał już miejsce przypadek skazania młodego mężczyzny m.in. za czyn z art. 197 k.k., tj. przestępstwo zgwałcenia, pomimo że z żadną z **ośmiu pokrzywdzonych** małoletnich dziewcząt, zamieszkujących w różnych regionach Polski, nie spotkał się w rzeczywistości. Kontaktował się z nimi przy użyciu komunikatorów internetowych. Szantażem i groźbami karalnymi, polegającymi na upublicznieniu intymnych materiałów, zmuszał je do wykonywania i nagrywania różnych czynności seksualnych, działając w sposób poniżający, a nawet sadystyczny²⁷.

W dalszych fragmentach tej części omówimy zachowania przedstawione w rozdziale II. Przeanalizujemy je pod kątem obowiązujących przepisów prawa.

4.1.1 | Seksting a materiały przedstawiające seksualne wykorzystywanie dzieci

Wiesz już, że seksting, czyli przesyłanie sobie intymnych zdjęć lub filmów, to częsta praktyka wśród nastolatków. Należy jednak odróżniać sytuacje, w których w jej ramach może dochodzić do zachowań zabronionych, dotyczących tzw. „treści pornograficznych z udziałem małoletniego”, o czym mówi art. 202 k.k. W tym przypadku prawo chroni osoby **poniżej 18 roku życia** przed działaniami mającymi na celu zwłaszcza rozpowszechnianie takich treści, jak również ich prezentowanie, utrwalanie, przechowywanie, posiadanie lub uzyskiwanie do nich dostępu.

Artykuł 202 k.k. [Publiczne prezentowanie treści pornograficznych]

§ 3. Kto w celu rozpowszechniania produkuje, utrwala lub sprowadza, przechowuje lub posiada albo rozpowszechnia lub prezentuje treści pornograficzne z udziałem małoletniego albo treści pornograficzne związane z prezentowaniem przemocy lub posługiwaniem się zwierzęciem, podlega karze pozbawienia wolności od lat 2 do 15.

§ 4. Kto utrwala treści pornograficzne z udziałem małoletniego, podlega karze pozbawienia wolności od roku do lat 10.

§ 4a. Kto przechowuje, posiada lub uzyskuje dostęp do treści pornograficznych z udziałem małoletniego, podlega karze pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5.

§ 4b. Kto produkuje, rozpowszechnia, prezentuje, przechowuje lub posiada treści pornograficzne przedstawiające wytworzony albo przetworzony wizerunek małoletniego uczestniczącego w czynności seksualnej podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.

§ 4c. Karze określonej w § 4b podlega, kto w celu zaspokojenia seksualnego uczestniczy w prezentacji treści pornograficznych z udziałem małoletniego.

(Przytoczono § 3–4c art. 202 k.k., pominięto pozostałe jednostki redakcyjne tego przepisu.)

27 Prokuratura Okręgowa w Tarnowie, (2024), Wyrok 13 lat pozbawienia wolności dla sprawcy przestępstw przeciwko wolności seksualnej i obyczajności, <https://www.gov.pl/web/po-tarnow/wyrok-13-lat-pozbawienia-wolnosci-dla-sprawcy-przestepstw-p-ko-wolnosci-seksualnej-i-obyczajnosci> [dostęp: 30.03.2026].

Jeśli zachowania sekstingowe dotyczą Twojego dziecka, ważnym aspektem będzie ustalenie charakteru treści, z którymi ma do czynienia, jak również czy doszło do ich rozpowszechnienia. Z uwagi na to, że w polskich przepisach nie sformułowano definicji „treści pornograficznych z udziałem małoletniego”, pomocne będzie wyjaśnienie pojęcia „pornografii dziecięcej”²⁸, którego dokonał Sąd Najwyższy (SN, IV KK 251/20). Oznacza ona „wszelkie materiały ukazujące dziecko uczestniczące w rzeczywistych lub symulowanych zachowaniach o wyrażnie seksualnym charakterze, a także wszelkie przedstawianie organów płciowych dziecka w celach głównie seksualnych”. Zgodnie z tą definicją nie zostaną uznane za nielegalne treści prezentujące dziecko w seksualnym kontekście, np. ubrane albo pozujące w wyzywający sposób.

Poważne konsekwencje mogą być następstwem działania podejmowanego z myślą o żarcie. Do takich sytuacji będzie należała ta, w której dziecko „rozbierze” wizerunek innego dziecka, przy pomocy narzędzia wykorzystującego AI, tworząc tzw. deepfejk (ang. *deepfake*), a następnie udostępni go w internecie. W zależności od okoliczności taki czyn może zostać potraktowany jako rozpowszechnianie „treści pornograficznych przedstawiających wytworzony albo przetworzony wizerunek małoletniego uczestniczącego w czynności seksualnej” (np. Sewastanowicz i Rojek-Socha, 2025). Również w tym przypadku ochronie podlega wizerunek (a szerzej – przedstawienie) **każdej osoby poniżej 18 roku życia**, a nie tylko dziecka, które nie ukończyło **15 lat**.

4.1.2 | Elektroniczna korupcja seksualna małoletniego

Pod takim sformułowaniem opisu przestępstwa kryją się zagrożenia, które wcześniej powiązaliśmy z szeroko rozumianym uwodzeniem. Artykuł 200a k.k. to ważny przepis chroniący dzieci **poniżej 15 roku życia** przed nawiązywaniem kontaktu przez osoby, które zmierzają do popełnienia określonego przestępstwa z ich udziałem. Przestępstwo to można popełnić wyłącznie poprzez nawiązanie kontaktu lub złożenie dziecku propozycji za pośrednictwem „systemu teleinformatycznego lub sieci telekomunikacyjnej”, a więc np. za pomocą serwisów internetowych, komunikatorów, gier online oraz rozmów lub wiadomości telefonicznych. Przepis został wprowadzony do polskiego Kodeksu karnego w 2009 r. i był projektowany głównie pod kątem kontaktu prowadzącego do fizycznego spotkania (§ 1), jednak już wówczas obejmował część zachowań realizowanych wyłącznie w internecie (§ 2).

Artykuł 200a k.k. [Elektroniczna korupcja seksualna małoletniego]

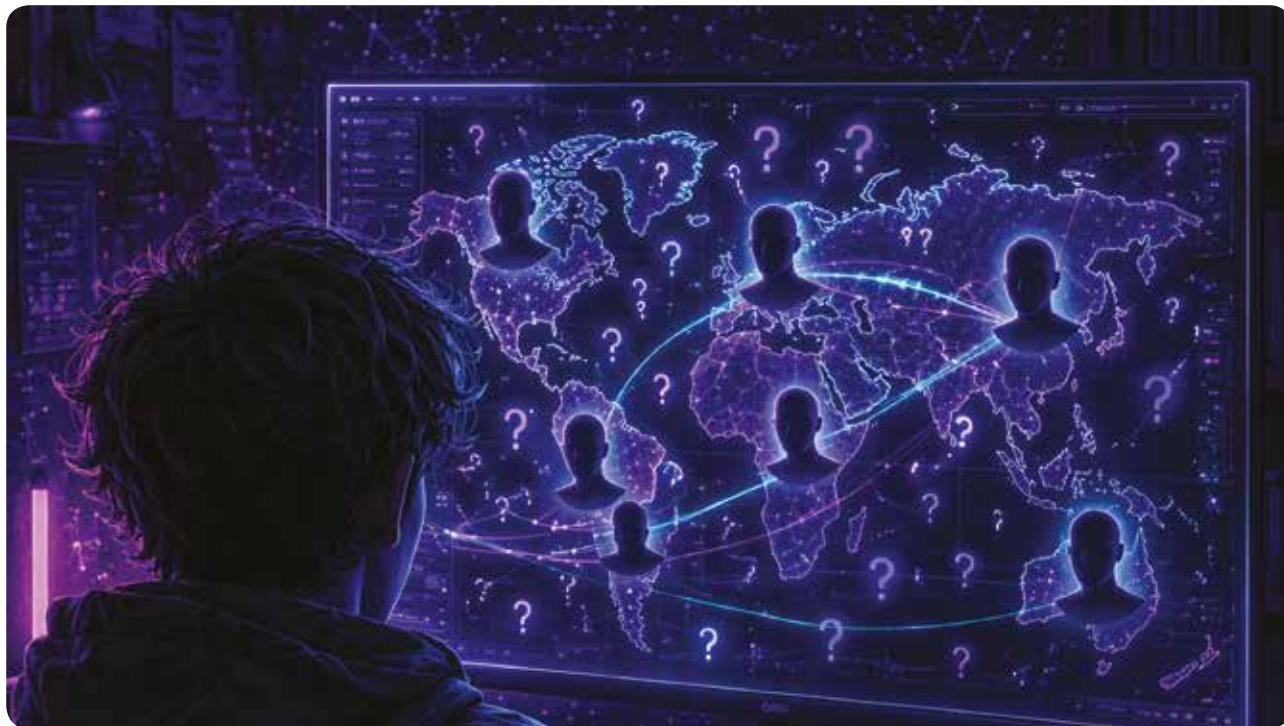
§ 1. Kto w celu popełnienia przestępstwa określonego w art. 197 § 4 lub art. 200, jak również produkowania lub utrwalania treści pornograficznych, za pośrednictwem systemu teleinformatycznego lub sieci telekomunikacyjnej nawiązuje kontakt z małoletnim poniżej lat 15, zmierzając, za pomocą wprowadzenia go w błąd, wyzyskania błędu lub niezdolności do należytego pojmowania sytuacji albo przy użyciu groźby bezprawnej, do spotkania z nim, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.

§ 2. Kto za pośrednictwem systemu teleinformatycznego lub sieci telekomunikacyjnej małoletniemu poniżej lat 15 składa propozycję obcowania płciowego, poddania się lub wykonania innej czynności seksualnej lub udziału w produkowaniu lub utrwalaniu treści pornograficznych, i zmierza do jej realizacji, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 2.

28 Już wiesz, że ten termin powinien być zastąpiony określeniem: „materiały przedstawiające seksualne wykorzystywanie dziecka”. Możesz pomóc przekazując tę wiedzę dalej!

4.1.3 | Szantaż na tle seksualnym

Zjawisko szantażu na tle seksualnym stanowi istotne zagrożenie w przestrzeni internetowej. Choć polskie prawo nie definiuje go jako odrębnego przestępstwa, najczęściej do pociągnięcia sprawcy do odpowiedzialności wykorzystywane są przepisy art. 190 k.k., dotyczącego groźby karalnej, oraz art. 191 k.k., regulującego kwestię zmuszania do określonego zachowania.



Artykuł 190 k.k. [Groźba karalna]

§ 1. Kto grozi innej osobie popełnieniem przestępstwa na jej szkodę lub na szkodę osoby dla niej najbliższej, jeżeli groźba wzbudza w osobie, do której została skierowana lub której dotyczy, uzasadnioną obawę, że będzie spełniona, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.

§ 2. Ściganie następuje na wniosek pokrzywdzonego.

Pierwszy z tych przepisów ma na celu ochronę przed zastraszaniem, czyli grożeniem popełnieniem przestępstwa. Oznacza to, że jeżeli ktoś grozi popełnieniem czynu zabronionego wobec innej osoby lub jej bliskich, a groźba ta wzbudza w niej uzasadnioną obawę jej spełnienia, stanowi to przestępstwo. Prawo chroni w tym przypadku przede wszystkim poczucie bezpieczeństwa i wolność od zastraszania, niezależnie od tego, czy sprawca rzeczywiście zamierza spełnić swoją groźbę. Warto dodać, że groźba taka może być wyrażona w różny sposób – ustnie, pisemnie lub poprzez zachowanie (np. gest) – musi jednak być zrozumiała dla osoby, do której jest skierowana.

Art. 191 k.k. [Zmuszanie do określonego zachowania (...)]

§ 1. Kto, stosując przemoc wobec osoby lub groźbę bezprawną, zmusza ją lub inną osobę do określonego działania, zaniechania lub znoszenia, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.

§ 3. Ściganie przestępstwa określonego w § 1 lub 1a następuje na wniosek pokrzywdzonego.

(Przytoczono § 1 i 3 art. 191 k.k., pominięto pozostałe jednostki redakcyjne tego przepisu.)

Drugi przepis ma na celu ochronę wolności każdego człowieka przed przymuszaniem do określonego zachowania wbrew jego woli. Oznacza to, że jeśli ktoś stosuje przemoc – np. szarpie, popycha lub niszczy czyjeś rzeczy – albo używa groźby bezprawnej (np. „opublikuję Twoje nagie zdjęcia”), aby wymusić konkretne zachowanie, prawo traktuje to jako przestępstwo. Ochrona ta dotyczy zarówno działań fizycznych, jak i psychicznych – istotne jest nie tylko to, co ktoś robi, ale również sposób, w jaki próbuje wpłynąć na czyjeś decyzje poprzez zastraszanie (np. „Powieм wszystkim o tej sprawie”). Nikt nie ma prawa narzucać innej osobie swojej woli w sposób sprzeczny z prawem. Każde dziecko powinno być szczególnie chronione przed wszelkimi formami przymusu.

Ważna jest dla Ciebie informacja, że w przypadku omawianych przepisów wszczęcie postępowania karnego następuje na wniosek pokrzywdzonego. Oznacza to, że jako rodzic lub opiekun prawny dziecka musisz złożyć taki wniosek w jego imieniu. Można go złożyć w najbliższej jednostce policji lub prokuratury – ustnie do protokołu albo pisemnie. W treści należy jasno wskazać, że domagasz się ścigania sprawcy, opisać zdarzenie i podać dane dziecka. Pamiętaj, że złożenie wniosku o ściganie jest niezbędne, aby możliwe było wszczęcie postępowania w sprawie.



Warto pamiętać, że każda sytuacja jest oceniana indywidualnie, a kluczowe znaczenie ma zgromadzony materiał dowodowy. Szczególnie istotne są dowody cyfrowe, takie jak zapisy rozmów czy materiały audiowizualne: zdjęcia i wideo. Mimo że naturalną reakcją może być chęć ich usunięcia, nie pomoże to w rozwiązaniu problemu. Zamiast tego należy takie dowody zachować, najlepiej wykonując zrzuty ekranu lub inne kopie do przekazania organom ścigania. Przydatne będzie też wcześniejsze zanotowanie szczegółów zdarzenia, aby podczas zgłaszania przestępstwa lub składania wniosku o ściganie nic ważnego nie umknęło.

„Praca domowa” – tym razem dla Ciebie

1

Wiedza o zachowaniach w cyberprzestrzeni zakazanych przez prawo jest istotna zarówno dla Ciebie, jak i Twojego dziecka. Omów z nim kwestie ochrony prawnej przed omawianymi w przewodniku przestępstwami, zachęcając je do zadawania pytań. Dziecko powinno mieć świadomość, że jest chronione przez prawo, a także, że naruszenie obowiązujących przepisów wiąże się z określonymi konsekwencjami prawnymi. Szczególną uwagę warto zwrócić na kryterium wieku – ukończenie 15 lat stanowi granicę, poniżej której podejmowanie czynności seksualnych jakiegokolwiek rodzaju z udziałem dziecka jest zabronione.

2

Przeanalizujcie wskazane powyżej przepisy Kodeksu karnego, a następnie przypiszcie do nich przykłady sytuacji, w których dziecko może zostać pokrzywdzone. W osobnej rozmowie omówcie także możliwe konsekwencje prawne w przypadku, gdy to dziecko zachowa się w sposób niezgodny z prawem, np. udostępni czyjeś zdjęcie przerobione tak, aby przedstawiało tę osobę w kontekście seksualnym.

4.2 | O demoralizacji i czynach karalnych

Prawo karne w Polsce różnicuje odpowiedzialność nieletnich i dorosłych za zachowanie niezgodne z prawem. Przywołaną wcześniej ustawę o wspieraniu i resocjalizacji nieletnich stosuje się w stosunku do:

- dzieci od 10 roku życia – w sprawach o demoralizację;
- nieletnich od 13 do 17 lat – w sprawach o czyny karalne;
- osób do 21 roku życia – jeśli wcześniej orzeczono wobec nich środki wychowawcze, lecznicze lub poprawcze.





*To jest chyba jeden z takich podstawowych elementów takiej w miarę dobrej relacji rodzic–dziecko – że rodzic wie, czym się interesuje jego dziecko, co chce robić. Oczywiście nie w 100%, ale w wyraźnym stopniu. **Bo jak tylko interesują go oceny podstawowe, to czy jest grzecznym dzieckiem, to jest słabe. To nie jest rodzicielstwo. To nie jest zdrowa relacja, to jest po prostu traktowanie dziecka bardziej jak pracownika.***

Zgodnie z art. 4 ust. 1 tej ustawy demoralizację nieletnich określono poprzez wskazanie przykładowych okoliczności świadczących o jej występowaniu. Do okoliczności tych należą w szczególności: dopuszczenie się czynu zabronionego, naruszanie zasad współżycia społecznego, uchylenie się od obowiązku szkolnego lub obowiązku nauki, używanie alkoholu, środków odurzających, substancji psychotropowych, ich prekursorów, środków zastępczych lub nowych substancji psychoaktywnych oraz uprawianie nierządu. Każdy, kto stwierdzi ich występowanie, ma społeczny obowiązek przeciwdziałać demoralizacji, a w szczególności zawiadomić o tym rodziców lub opiekuna nieletniego, szkołę, sąd rodzinny, policję lub inny właściwy organ.

Ważną kwestią jest również możliwość umieszczania – pod określonymi warunkami – danych osób nieletnich w Rejestrze Sprawców Przestępstw na Tle Seksualnym²⁹. W rejestrze z dostępem ograniczonym umieszcza się dane nieletnich, wobec których zapadło prawomocne orzeczenie o zastosowaniu:

- środków wychowawczych (np. nadzór kuratora, obowiązek nauki, zakaz kontaktów);
- środka poprawczego (umieszczenie w zakładzie poprawczym);
- środka leczniczego (np. terapia uzależnień, leczenie psychiatryczne).

Choć dane te mogą być przetwarzane wyłącznie w rejestrze, do którego dostęp mają jedynie uprawnione instytucje, takie jak organy ścigania, sądy czy placówki edukacyjne i opiekuńcze, praktyka ta może budzić kontrowersje. Wynika to z faktu, że mimo iż celem regulacji jest stworzenie zamkniętego systemu informacji o nieletnich, którzy dopuścili się poważnych czynów karalnych i wymagają nadzoru lub resocjalizacji (art. 6 ust. 1 pkt 4), wpis w rejestrze co do zasady usuwany jest dopiero po upływie **10 lat od ukończenia przez nieletniego 18 roku życia** (art. 18 ust. 4 pkt 1). Wyłączenie zamieszczenia w rejestrze niektórych danych przewiduje art. 9 ustawy, zgodnie z którym w szczególnie uzasadnionych przypadkach sąd może odstąpić od wpisu do rejestru, jeżeli zamieszczenie danych spowodowałoby niewspółmiernie surowe skutki dla nieletniego sprawcy (art. 9 ust. 3). Ponadto wyłączono stosowanie przepisów dotyczących wpisu w odniesieniu do czynów z art. 200 § 1 k.k. (obcowanie pćciowe z małoletnim poniżej lat 15) jako podstawę gromadzenia danych nieletniego w omawianym rejestrze.

²⁹ Ustawa z dnia 13 maja 2016 r. o przeciwdziałaniu zagrożeniom przestępczością na tle seksualnym i ochronie małoletnich, Dz.U. z 2026 poz. 110 t.j.



Teraz już wiesz, jak prawo chroni Twoje dziecko oraz jakie konsekwencje prawne grożą mu w przypadku istnienia okoliczności świadczących o demoralizacji lub popełnieniu czynu zabronionego.

Podsumujmy: co do zasady odpowiedzialność karna w Polsce rozpoczyna się po ukończeniu 17 roku życia. Natomiast dzieci i młodzież w wieku od 13 do 17 lat mogą ponosić konsekwencje prawne za zachowania niezgodne z prawem, jednak odbywa się to na podstawie przepisów dotyczących nieletnich, a nie odpowiedzialności karnej w ścisłym znaczeniu.

4.3 | O ochronie prywatności (w internecie)

Przepisy prawa obejmują również ochronę prywatności. Warto je znać, ponieważ pomagają ograniczyć ujawnianie danych osobowych, a zwłaszcza wizerunku Twojego dziecka – w tym w internecie – do niezbędnego minimum. Postępując tak wychodzisz naprzeciw potrzebom swojego dziecka. Okazuje się bowiem, że aż **74% nastolatków**³⁰ uważa publikowanie zdjęć/filmów przedstawiających kogoś bez jego zgody za jedno ze szczególnie szkodliwych zjawisk w internecie (RPD, 2025).



Czy wiesz, że wizerunek dziecka może być uznany za dane osobowe i wówczas podlega ochronie prawnej jako dobro osobiste człowieka na podstawie art. 23 i 24 Kodeksu cywilnego (dalej: k.c.)³¹? Ponadto, zgodnie z art. 81 ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych³², rozpowszechnianie wizerunku co do zasady wymaga uzyskania zgody osoby przedstawionej na danym materiale (np. Fundacja Orange, 2024). Inne przepisy, dzięki którym ochrona prywatności Twojego dziecka będzie bardziej skuteczna, znajdziesz przede wszystkim w tzw. rozporządzeniu RODO³³.

30 Badanie ilościowe na temat realizacji praw dziecka w Polsce, przeprowadzone przez agencję badawczą PBS z o.o. na zlecenie Rzecznika Praw Dziecka w terminie 23.10.2024 – 06.12.2024 na ogólnopolskiej próbie (n = 1604) uczniów w wieku 12–17 lat z wykorzystaniem techniki audio-CASI.

31 Dz.U. z 2025 poz. 1071 t.j.

32 Dz.U. z 2025 poz. 24 t.j.

33 Dz.U.UE.L.2016.119.

Artykuł 4 pkt 1 RODO

„Dane osobowe” oznaczają wszelkie informacje o zidentyfikowanej lub możliwej do zidentyfikowania osobie fizycznej („osobie, której dane dotyczą”); możliwa do zidentyfikowania osoba fizyczna to osoba, którą można bezpośrednio lub pośrednio zidentyfikować, w szczególności na podstawie identyfikatora takiego jak imię i nazwisko, numer identyfikacyjny, dane o lokalizacji, identyfikator internetowy lub jeden bądź kilka szczególnych czynników określających fizyczną, fizjologiczną, genetyczną, psychiczną, ekonomiczną, kulturową lub społeczną tożsamość osoby fizycznej.

W niektórych przypadkach dane osobowe dziecka mogą być przetwarzane na podstawie zgody rodzica lub opiekuna prawnego w jednym lub kilku określonych celach (art. 6 ust. 1 lit. a RODO, art. 8 ust. 1 RODO), np. w przypadku publikacji jego zdjęcia. Warto jednak pamiętać, że zgoda nie jest jedyną podstawą zgodnego z prawem przetwarzania danych – istnieją bowiem także inne przesłanki przewidziane w RODO, dlatego pomocne będzie zapoznanie się z nimi w odniesieniu do konkretnej sytuacji, np. gdy przetwarzanie danych jest niezbędne do realizacji obowiązku prawnego ciążącego na administratorze. Możesz nie wiedzieć, że masz prawo do zmiany swojej decyzji – nawet po wyrażeniu zgody na przetwarzanie danych dziecka możesz ją w dowolnym momencie wycofać, bez konieczności podawania przyczyny. Administrator danych, np. szkoła lub firma, nie może wówczas dalej przetwarzać danych na jej podstawie. Cofnięcie zgody nie wpływa jednak na zgodność z prawem przetwarzania, które miało miejsce przed jej wycofaniem (art. 7 ust. 3 RODO). Ponadto masz prawo uzyskać dostęp do danych dotyczących dziecka (art. 15 RODO) oraz sprostować je, jeśli okażą się nieprawidłowe lub niepełne (art. 16 RODO). Szczególną uwagę należy zwrócić na tzw. prawo do bycia zapomnianym (art. 17 RODO). Pozwala ono żądać usunięcia danych osobowych dziecka w określonych okolicznościach, np. gdy są przetwarzane niezgodnie z prawem lub jeśli wycofasz zgodę na ich przetwarzanie. Administrator danych jest wówczas zobowiązany do ich usunięcia, chyba że prawo nakazuje ich dalsze przechowywanie na innej podstawie.



Poruszamy ten temat nie tylko ze względu na sytuacje, w których dziecko może stać się obiektem drwin lub szykan na skutek rozpowszechnienia w internecie jego zdjęcia czy filmu bez zgody. Udostępnianie informacji o dziecku, ze szczególnym uwzględnieniem jego wizerunku, zwiększa również ryzyko profilowania przez osoby, które mogą wyrządzić mu krzywdę o podłożu seksualnym. Każdy dodatkowy szczegół może ułatwić zdobycie jego zaufania oraz manipulację służącą realizacji szkodliwych zamiarów. Wiedz, że nawet pozornie neutralne, codzienne zdjęcie dziecka może zostać wykorzystane w niewłaściwy sposób, np. trafić do zbiorów osoby zainteresowanej nim seksualnie. Może się tak stać, jeśli uzna ona jego wygląd za odpowiadający jej preferencjom lub przydatny do realizacji własnych celów.



Powiedzenie, że w internecie nic nie ginie, dobrze oddaje współczesne realia, dlatego przed udostępnieniem jakiegokolwiek informacji o swoim dziecku, a zwłaszcza jego wizerunku, warto się dobrze zastanowić. W ochronie jego prywatności pomocne są przepisy omówione w tym rozdziale. To, jakie informacje o dziecku są dostępne w internecie, w dużej mierze zależy od Twojej świadomości i odpowiedzialnych decyzji. Równie ważne jest uczenie go ostrożności w udostępnianiu informacji o sobie.



„Praca domowa” – tym razem dla Ciebie

1

Wyjaśnij dziecku, czym są dane osobowe i dlaczego należy je chronić. Ucz je ostrożnego podejścia do ich udostępniania, w tym tego, że publikowanie wizerunku innych osób wymaga ich zgody.

2

Zanim wyrazisz zgodę na przetwarzanie danych osobowych dziecka, zwłaszcza jego wizerunku, sprawdź dokładnie cel ich wykorzystania. Nie podejmuj decyzji pochopnie – poświęć chwilę na analizę sytuacji i ocenę możliwych zagrożeń. Zachowaj szczególną ostrożność, gdy zbierane informacje wykraczają poza podstawowe dane – upewnij się, że ich podanie jest rzeczywiście konieczne. Pytaj także dziecko o jego opinię w takich sytuacjach.

3

Wspólnie z dzieckiem przyjrzyjcie się ustawieniom prywatności w aplikacjach i usługach, z których korzysta. Sprawdźcie, czy można z nich korzystać bez konieczności podawania wielu danych osobowych, a jeśli nie – poszukajcie bezpieczniejszych alternatyw.

4

Dowiedz się więcej na temat zjawiska określanego jako ang. *sharenting*. Zadbaj o kontrolę nad tym, kto i gdzie udostępnia zdjęcia oraz wideo z udziałem Twojego dziecka – zarówno w gronie rodziny, jak i w środowisku szkolnym czy sportowym. Jeśli zdecydujesz się na publikację takich materiałów, nie oznaczaj ich lokalizacji. Unikaj też udostępniania treści, które mogą umożliwić ustalenie adresu zamieszkania, szkoły lub innych często odwiedzanych miejsc.

Źródła wykorzystane w tym rozdziale [dostęp: 30.03.2026]

- **Fundacja Orange**, (2024), *Wizerunek dziecka w internecie. Publikować czy nie?*, https://fundacja.orange.pl/app/uploads/2024/07/Wizerunek_dziecka_w_internecie_BROSZURA_wersja-internet_light.pdf.
- **Rzecznik Praw Dziecka**, (2025), *Więcej szacunku dla młodego wizerunku*, <https://brpd.gov.pl/wiecej-szacunku-dla-mlodego-wizerunku/>.
- **Sąd Najwyższy**, (2023), Postanowienie w sprawie znaczenia zgody osoby poniżej lat 15 na czynność seksualną (III KK 245/23), <https://www.sn.pl/sites/orzecznictwo/orzeczenia3/iii%20kk%20245-23.pdf>.
- **Sąd Najwyższy**, (2021), Postanowienie z dnia 18 stycznia 2021 r. (IV KK 251/20), <https://www.sn.pl/sites/orzecznictwo/orzeczenia3/iv%20kk%20251-20.pdf>.
- **Sewastanowicz, M. Rojek-Socha, P.**, *Nastolatek też może trafić do rejestru pedofilów, ale niekoniecznie za wygenerowane zdjęcie*, <https://www.prawo.pl/oswiata/kara-za-deepfake-zdjecia-dziecka,533313.html>.
- **Staciwa, K.**, (2023), *Wykorzystywanie seksualne dzieci w cyberprzestrzeni*, [w:] A. Depko, A. Krasowska (red.), *Seksuologia sądowa*, tom 5, Warszawa: PZWL, <https://doi.org/10.53271/2024.081>.

Akty prawne

- Ustawa z dnia 9 czerwca 2022 r. o wspieraniu i resocjalizacji nieletnich, Dz.U. z 2026 poz. 163 t.j.
- Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny, Dz.U. z 2025 poz. 383 t.j.
- Ustawa z dnia 13 maja 2016 r. o przeciwdziałaniu zagrożeniom przestępczością na tle seksualnym i ochronie małoletnich, Dz.U. z 2026 poz. 110 t.j.
- Ustawa z dnia 23 kwietnia 1964 r. – Kodeks cywilny, Dz.U. z 2026 poz. 795 t.j.
- Ustawa z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych, Dz.U. z 2025 poz. 24 t.j.
- Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych), Dz.U.UE.L.2016.119.1, <https://uodo.gov.pl/pl/404/224>.



ROZDZIAŁ V

O zapobieganiu i reagowaniu

5.1 | Działania proaktywne

Omówiliśmy już wiele aspektów wspierania prawidłowego rozwoju psychoseksualnego dziecka oraz ochrony przed zagrożeniami o podłożu seksualnym w internecie. W tym rozdziale skoncentrujemy się na uzupełniających informacjach związanych z tym tematem. Znajdziesz tu również kolejne odnośniki do źródeł, które umożliwią pogłębienie wiedzy pomocnej w lepszym rozumieniu potrzeb Twojego dziecka.



Podstawą jest bezgraniczne wsparcie od rodzica czy opiekuna i okazywanie go, ale nie poprzez powtarzanie „Wiesz, że zawsze możesz do mnie przyjść z problemem”. To ważne, aby najpierw to wsparcie okazać, a dopiero potem rozmawiać.

5.1.1 | O dostępie do internetu

WYZWANIE: Podjęcie decyzji o dostępie dziecka do internetu.

To Ty podejmujesz tę decyzję, jednak pamiętaj, że przekazanie dziecku urządzenia z dostępem do internetu wiąże się z nowymi wyzwaniami i koniecznością dokonywania kolejnych wyborów oraz poszukiwaniem odpowiedzi m.in. na następujące pytania: Jakie strony powinno odwiedzać? Z jakich aplikacji korzystać oraz czy dana aplikacja pełni również funkcję komunikatora?

DZIAŁANIE: Wiedza to podstawa, dlatego – na podstawie tabeli przygotowanej w ramach pracy domowej z rozdziału I „Jak korzystam z cyberprzestrzeni” – przeprowadź dodatkowe rozpoznanie. Przed udostępnieniem dziecku wybranego produktu lub usługi internetowej zapoznaj się z ich regulaminem. Możesz zacząć od sprawdzenia zasad dotyczących serwisów i aplikacji wskazywanych w badaniach jako najpopularniejsze, takich jak: Messenger/Instagram³⁴, TikTok³⁵ czy YouTube³⁶. Wyszukaj tam informacje, które pomogą zapewnić bezpieczeństwo Twojemu dziecku. Następnie przeanalizuj ich funkcjonalności pod kątem potencjalnych zagrożeń, o których już wiesz. Sprawdź ustawienia prywatności i zdecyduj – najlepiej w porozumieniu z dzieckiem – które opcje warto ograniczyć lub wyłączyć, aby zwiększyć jego bezpieczeństwo. Porozmawiaj z dzieckiem o swoich obserwacjach i obawach. Dowiedz się, co ono sądzi o konkretnym rozwiązaniu oraz czy jest świadome ryzyka związanego z jego użytkowaniem. Zapoznaj się z opiniami lub recenzjami na temat wybranego produktu lub usługi, zwłaszcza tymi pochodzącymi od instytucji i organizacji zajmujących się bezpieczeństwem najmłodszych w sieci.

34 Prywatność i bezpieczeństwo, Messenger, https://www.messenger.com/privacy?locale=pl_PL [dostęp: 30.03.2026].

35 Regulamin serwisu TikTok, <https://www.tiktok.com/legal/page/eea/terms-of-service/pl> [dostęp: 30.03.2026].

36 Nasze zasady, YouTube, https://www.youtube.com/intl/ALL_pl/howyoutubeworks/policies/community-guidelines/ [dostęp: 30.03.2026].

5.1.2 | O kluczowych kompetencjach społecznych

WYZWANIE: Zapewnienie dziecku pozytywnych doświadczeń w środowisku cyfrowym.

Korzystanie z cyberprzestrzeni, poruszanie się w niej i podejmowanie różnego rodzaju interakcji sprowadza się do dokonywania właściwych wyborów, do których niezbędne są odpowiednie kompetencje.

DZIAŁANIE: Zachęcaj dziecko do samodzielnego myślenia oraz zadawania pytań dotyczących treści, które znajduje w internecie. Rozmawiajcie o źródłach informacji, którym ufa, i przyczynach tego zaufania. Warto również poruszyć temat internetowych znajomości oraz tego, że nie wszyscy są tymi, za których się podają. Dziel się swoim życiowym doświadczeniem i wiedzą na temat relacji międzyludzkich, podawaj przykłady konkretnych sytuacji.



*Jeśli chodzi o umiejętność stawiania granic, **to ważne jest, żeby dziecko „nie było w długu”**, tj. wiedziało, że ma przestrzeń do tego, aby sprawdzić, z czym czuje się komfortowo, a z czym nie.*



Wzmacnianie asertywności i krytycznego myślenia u dziecka jest skuteczniejsze niż stosowanie samych zakazów. Oto kilka praktycznych przykładów, jak możesz to robić.

Przykłady wzmacniania asertywności	Przykłady rozwijania krytycznego myślenia
Ćwiczenie mówienia „nie”: • Symuluj sytuacje, w których ktoś prosi dziecko o coś, czego nie chce zrobić (np. wysłanie nagiego zdjęcia). • Naucz je mówić: „Nie czuję się z tym komfortowo” lub „Nie chcę tego robić”, a także tego, że zawsze może po prostu powiedzieć „nie”, bez konieczności uzasadniania swojej decyzji.	Analiza treści online: • Wspólnie przeglądajcie posty, reklamy, wiadomości. • Pytaj: „Skąd pochodzi ta informacja?”, „Czy możesz sprawdzić to w innym źródle?”, „Czy ta osoba/strona jest wiarygodna? Skąd to wiesz?”, „Czy coś w tej treści wydaje się podejrzane lub przesadzone?”.
Zachęcanie do wyrażania własnych opinii: • Pytaj: „Co o tym myślisz?”, „Jak byś zareagował/zareagowała w takiej sytuacji?”, „Czy zgadzasz się z tym, co zrobiła ta osoba? Dlaczego?”. • Wspieraj dziecko, gdy ma inne zdanie niż rówieśnicy, mów: „Masz prawo myśleć inaczej”.	Rozmowy o intencjach innych osób: • Omawiajcie różne sytuacje: „Dlaczego ta osoba chce, żebyś to zrobił/zrobiła, np. wysłał/wysłała swoje intymne zdjęcie?”, „Czy ktoś próbuje Cię do czegoś przekonać w pośpiechu?”, „Czy to może być manipulacja?”.
Modelowanie zachowań: • Pokazuj, jak Ty wyznaczasz i komunikujesz granice w codziennych sytuacjach, np. demonstrując spokojne, stanowcze reakcje. • Pamiętaj: dzieci uczą się przez obserwację.	Zadawanie pytań typu „Co by było, gdyby?”: • „Co byś zrobił/zrobiła, gdyby ktoś w internecie zaproponował Ci spotkanie?”, „Jak rozpoznać, że ktoś nie jest tym, za kogo się podaje?” „Jak można inaczej zareagować w takiej sytuacji?”.

5.1.3 | Zasady bezpieczeństwa i narzędzia cyfrowe

WYZWANIE: Zapewnienie dziecku bezpieczeństwa w środowisku cyfrowym.

Dziecko może nawiązać ryzykowny kontakt z dorosłym lub rówieśnikiem, którzy w internecie szybciej niż w świecie realnym przestają być obcy. Może być namawiane do ujawniania informacji o sobie, rodzinie, miejscu zamieszkania, szkole czy znajomych, a także do wysyłania intymnych materiałów, zwłaszcza gdy otrzymuje takie materiały od swojego „przyjaciela”, który dodatkowo kieruje rozmowę na tematy seksualne. Twoją szczególną czujność powinny wzbudzić próby przeniesienia kontaktu do komunikacji szyfrowanej, inicjowanie rozmowy przez kamery internetowe lub namawiane do spotkania w realnym świecie. Niepokojącym sygnałem są również sytuacje, w których dziecko otrzymuje gratyfikacje finansowe lub prezenty z nieznanego Tobie źródła lub bez wyraźnego powodu.

DZIAŁANIE: Zastosuj – najlepiej w uzgodnieniu z dzieckiem – wszystkie dostępne narzędzia, aby zabezpieczyć jego profil w używanych przez nie serwisach i aplikacjach. Ustawcie odpowiedni poziom prywatności oraz możliwość blokowania osób spoza grona znajomych. Monitoruj – za jego zgodą i wiedzą – listę posiadanych kontaktów. Możecie również skonfigurować jego telefon tak, aby tylko zapisane kontakty mogły dodawać go do nowych grup. Pokaż dziecku, jak blokować i zgłaszać nieodpowiednie treści lub użytkowników.



Rodzice powinni się zorientować, że kiedy proponują nam jakieś wspólne aktywności, **możemy odmawiać, ale nie powinni z tego rezygnować**. Byle tylko mieli wyczucie, kiedy przesadzają. Relacja dziecka z rodzicami czy opiekunami będzie się transformowała, jednak interakcja, quality time (ang. czas dla siebie) razem powinny trwać.



Dodatkowe źródła

W języku polskim [dostęp: 30.03.2026]

Instytucje publiczne i inicjatywy rządowe

- Komisja do Spraw Dzieci i Młodzieży: <https://www.sejm.gov.pl/sejm10.nsf/agent.xsp?symbol=KOMISJAST&NrKadencji=10&KodKom=DIM>
- Zintegrowana Platforma Edukacyjna: <https://zpe.gov.pl/edukacja-zdrowotna>
- NASK – Dzieci w sieci / Bezpieczeństwo dzieci online: <https://www.nask.pl/bezpiecznydzien/dzieciwsieci>
- *Nie zagub dziecka w sieci* (Gov.pl): <https://www.gov.pl/web/niezagubdzieckawsieci/badania-i-raporty>

Organizacje i programy zajmujące się bezpieczeństwem dzieci online

- Safer Internet Polska: <https://www.saferinternet.pl/>
- Cyberprofilaktyka (NASK): <https://cyberprofilaktyka.pl/>
- Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę – serwis dla rodziców: <https://rodzice.fdds.pl/wiedza/?kategoria=bezpieczenstwo-dzieci-online>
- Fundacja „Instytut Cyfrowego Obywatelstwa”: <https://cyfroweobywatelstwo.pl/>
- Fundacja „Dbam o Mój Zasięg”: <https://dbamomojzasieg.pl>

Portale edukacyjne i materiały dla rodziców

- Internet Matters (wersja polska): <https://www.internetmatters.org/pl/>
- Gdański Kod Rodzicielski: <https://gdanskikodrodzicielski.pl>
- Rodzice.co (portal parentingowy): <https://rodzice.co>

Specjalistyczne serwisy tematyczne

- Zapytaj o Gry (bezpieczeństwo i edukacja dotycząca gier): <https://zapytajogry.pl/>

Głos młodych osób

- Rada Młodzieżowa przy Parlamentarnym Zespole ds. Młodzieży: <https://www.radamlodziejowa.pl/>

W języku angielskim [dostęp: 30.03.2026]

- eSafety Commissioner (Australia) – Resources for parents: <https://www.esafety.gov.au/parents/resources>
- ACCCE (Australian Centre to Counter Child Exploitation) – Resources for parents and carers: <https://www.accce.gov.au/resources/for-parents-and-carers>
- ThinkUKnow (Australia) – Resources for parents and carers: <https://www.thinkuknow.org.au/resources-tab/parents-and-carers>
- CEOP Education (UK) – Advice for parents: <https://www.ceopeducation.co.uk/parents/>
- Thorn for Parents – Discussion Guides: <https://parents.thorn.org/discussion-guides/>
- Protect Children – You Are Enough: <https://www.suojellaanlapsia.fi/en/sina-riitat>
- Marie Collins Foundation – I am a parent or carer: <https://www.mariecollinsfoundation.org.uk/How-We-Can-Help/I-am-a-parent-or-carer>

5.2 | Działania reaktywne

WYZWANIE: Sytuacja, w której dziecko mogło zostać skrzywdzone na tle seksualnym w cyberprzestrzeni. Może ona obejmować zmuszanie lub nakłanianie dziecka do udziału w czynnościach seksualnych, niezależnie od tego, czy rozumie ich znaczenie lub się na nie zgadza, a także angażowanie go w oglądanie materiałów pornograficznych czy tworzenie treści o charakterze seksualnym.



*Proponowanie rozwiązań w przypadku dziecka, którego środowisko nie jest wspierające, to jak **przyklejanie na ranę zbyt dużego opatrunku**. On się nie utrzyma.*

DZIAŁANIE: Wspieraj, zamiast oceniać: jeśli dziecko powie Ci o doznanej krzywdzie, przede wszystkim je wysłuchaj i zapewnij, że dobrze zrobiło, mówiąc o tym. Pokaż, że traktujesz sytuację poważnie, że zadbasz o jego bezpieczeństwo, a przede wszystkim – że nie ponosi za nią winy. Jeżeli jesteś pierwszą osobą, której dziecko o tym powiedziało, podejmij odpowiednie działania – w zależności od sytuacji mogą one obejmować zabezpieczenie dowodów oraz zgłoszenie sprawy (np. administratorowi serwisu, organizacjom pomocowym lub policji). Wyjaśnij dziecku, co może się wydarzyć, i zapewnij, że nie zostanie z tym problemem samo. Twoje postępowanie może się różnić w zależności od tego, czy problem dotyczy zachowań w internecie, czy publikowanych treści – kwestie te omawiamy poniżej.



*Dziecko się zamknie na porady od swoich rodziców nieakceptujących. W sensie, jeżeli rodzic ci powie, uważaj na coś tam, ale z drugiej strony wiesz, że nie możesz rodzicom powiedzieć o całkiem znaczącej części siebie, to czy wtedy jakakolwiek adwajs (ang. advice – porada) rodziców będzie przydatna? **Uważam, że są social media, na których można się naciąć na rzeczy, na których nie chce się nacinać.** Chodzi mi o to, aby dzieci nie popadały w kwestie skrolowania (ang. scroll – przewijać), tylko żeby było takie wyraźne promowanie dłuższych treści, które wymagają jakiejś dłuższej uwagi. To powinno bardziej w taki sposób wyglądać, żeby ograniczyć dostęp do aplikacji, które ryzykują tym skrolowaniem. I też nie wydaje mi się, że trzeba to przedstawiać jako wcielenie szatana. A bardziej w postaci tego, że hej, twoje dziecko może się uzależnić. Po prostu to okrada z czasu i energii.*

5.2.1 | Reagowanie na zachowania

5.2.1.1. Organy ścigania

Jeśli podejrzewasz, że mogło dojść do przestępstwa o charakterze seksualnym wobec dziecka, zgłoś to organom ścigania: policji lub prokuraturze. W niektórych przypadkach może to być również Twój obowiązek, wynikający z art. 240 k.k.³⁷ Za jego niedopełnienie przewidziana jest kara do 3 lat pozbawienia wolności. Zwróć uwagę, że dotyczy on wybranych najpoważniejszych przestępstw, takich jak zgwałcenie małoletniego, obcowanie płciowe z małoletnim poniżej 15 roku życia lub dopuszczenie się wobec niego innej czynności seksualnej. Z poprzednich rozdziałów wiesz już, że przestępstwa te mogą mieć związek ze światem wirtualnym.

Artykuł 240 k.k. [Karne niezawiadomienie o przestępstwie]

- **§ 1.** Kto, mając wiarygodną wiadomość o karalnym przygotowaniu albo usiłowaniu lub dokonaniu czynu zabronionego określonego w art. 118, art. 118a, art. 120–124, art. 127, art. 128, art. 130, art. 134, art. 140, art. 148, art. 148a, art. 156, art. 163, art. 166, art. 189, art. 197 § 3–5, art. 198, art. 200, art. 252 lub przestępstwa o charakterze terrorystycznym, nie zawiadamia niezwłocznie organu powołanego do ścigania przestępstw, podlega karze pozbawienia wolności do lat 3.

(Przytoczono § 1 art. 240 k.k., pominięto pozostałe jednostki redakcyjne tego przepisu.)

37 PKDP, (2026), Prawny obowiązek zgłaszania podejrzenia przemocy seksualnej wobec dzieci – art. 240 Kodeksu karnego – Co musisz wiedzieć?, <https://240.pkdp.gov.pl/prawny-obowiazek-zglaszania-podejrzenia-przemocy-seksualnej-wobec-dzieci-art-240-kodeksu-karnego-co-musisz-wiedziec/> [dostęp: 30.03.2026].

W przypadkach wykorzystania seksualnego dziecka w cyberprzestrzeni działania powinny obejmować zabezpieczenie śladów cyfrowych na urządzeniach, z których korzystało dziecko. Dlatego:

- nie usuwaj z nich żadnej korespondencji, zdjęć ani wideo;
- nie podejmuj kontaktu ani interakcji z potencjalnym sprawcą, a w szczególności nie podszywaj się pod dziecko;
- jeśli to możliwe, wykonaj zrzuty ekranu treści, które mogą pomóc w identyfikacji sprawcy;
- zabezpiecz urządzenia dziecka w niezmienionym stanie do czasu ewentualnych działań służb.



Ważne, żeby rodzice **wiedzieli, co robić, kiedy coś się dzieje, np. znali kontakt do odpowiednich służb.**

Konieczne porozmawiaj z dzieckiem i dowiedz się, czy potencjalny sprawca mógł się kontaktować z kimś jeszcze – być może inne dziecko znajduje się w stanie zagrożenia jego bezpieczeństwa, a nawet życia i zdrowia. Przygotuj się do przekazania informacji o możliwości popełnienia przestępstwa: możesz spisać to, co wiesz o sprawie, to z pewnością ułatwi pracę przedstawicielom organów ścigania.

UWAGA! W sytuacjach stanowiących bezpośrednie zagrożenie dla zdrowia lub życia, np. w przypadku próby samobójczej, skorzystaj z numeru alarmowego **112** lub dedykowanej aplikacji **Alarm112**, dostępnej na urządzeniach z systemem Android i iOS³⁸.



38 Numer alarmowy 112, <https://www.gov.pl/web/numer-alarmowy-112/aplikacja-moblina-alarm112> [dostęp: 19.03.2026].

5.2.1.2. Państwowa Komisja do spraw przeciwdziałania wykorzystaniu seksualnemu małoletnich poniżej lat 15

Państwowa Komisja posiada uprawnienia do wykonywania określonych zadań w zakresie wyjaśniania przypadków wykorzystania seksualnego osób poniżej **15 roku życia**, w tym także spraw z przeszłości.

Państwowa Komisja może np.:

- badać prawidłowość działań podejmowanych przez instytucje w danej sprawie;
- zawiadamiać prokuraturę o podejrzeniu popełnienia przestępstwa;
- prowadzić postępowania wyjaśniające w sprawach przedawnionych;
- aktywnie wspierać osoby pokrzywdzone, uczestnicząc w postępowaniu sądowym na prawach oskarżyciela posiłkowego.

Więcej informacji znajdziesz na stronie internetowej Państwowej Komisji: <https://pkdp.gov.pl>.

5.2.1.3. Telefony pomocowe

Na stronie <https://116sos.pl/telefony-pomocowe> znajdziesz listę numerów telefonów, pod którymi Ty i Twoje dziecko możecie uzyskać wsparcie. Podkreślamy sformułowanie „Wy”, ponieważ aby skutecznie wspierać dziecko, również Ty możesz potrzebować fachowej pomocy.

Pomoc dla Ciebie uzyskasz także tutaj:

- **800 100 100** – bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i online dla dorosłych w sprawie bezpieczeństwa dzieci poniżej 18 roku życia. Więcej informacji znajdziesz na stronie internetowej www.800100100.pl;
- **800 800 602** – telefon wsparcia dla rodziców i opiekunów oraz rodzin w kryzysie, prowadzony przez Fundację Słonie na Balkonie: <https://slonienabalkonie.pl/szukam-pomocy/>;
- **116 123** – bezpłatna, anonimowa i całodobowa poradnia telefoniczna dla osób dorosłych w kryzysie emocjonalnym.

Więcej informacji znajdziesz na stronie internetowej: www.116sos.pl.



Niektóre dzieci w sytuacji zagrożenia prędeż porozmawiają z drzewem niż z żywym człowiekiem. *Trzeba uczyć nas prosić o pomoc, przyzwyczajając do sięgania po nią.*

Twoje dziecko może otrzymać bezpłatne, anonimowe i dostępne całodobowo wsparcie:

- **116 111** – telefon zaufania dla dzieci i młodzieży prowadzony przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę. Więcej informacji znajdziesz na stronie internetowej www.116111.pl. Fundacja prowadzi również inne działania pomocowe, np. Poradnię Dziecko w Sieci: <https://fdds.pl/jak-pomagamy.html>.
- **800 121 212** – Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka. Więcej informacji znajdziesz na stronie internetowej www.brpd.gov.pl/telefon-zaufania.



5.2.2 | Reagowanie na treści

5.2.2.1. Take it down: www.takeitdown.ncmec.org/pl

W sytuacji gdy dziecko przesłało rozmówcy swoje intymne zdjęcia, które zostały rozpowszechnione lub istnieje takie ryzyko, możliwe jest skorzystanie z serwisu prowadzonego przez organizację NCMEC. Umożliwia on ograniczenie rozpowszechniania takich materiałów poprzez współpracę z wybranymi platformami internetowymi. Należy jednak pamiętać, że rozwiązanie to nie gwarantuje usunięcia treści z całego internetu, lecz pomaga zapobiegać ich dalszemu udostępnianiu. Zauważ, że skorzystanie z takiego rozwiązania będzie szczególnie pomocne w sytuacji szantażu na tle seksualnym.

5.2.2.2. Dyżurnet.pl: www.dyzurnet.pl

To polski punkt kontaktowy prowadzony przez NASK – Państwowy Instytut Badawczy, służący do zgłaszania potencjalnie nielegalnych treści w internecie, w szczególności związanych z seksualnym wykorzystywaniem dzieci. Nie jest konieczne posiadanie pewności co do nielegalności danej treści – wystarczy już samo podejrzenie. Zgłoszenia można dokonać na kilka sposobów:

- za pomocą formularza internetowego: <https://dyzurnet.pl/zglos-nielegalne-tresci>;
- mailowo: dyzurnet@dyzurnet.pl;
- za pomocą dodatków do przeglądarek internetowych Mozilla Firefox i Google Chrome;
- w aplikacji mObywatel (wersja 4.45 i późniejsze) w ramach usługi „Bezpiecznie w sieci”.

5.2.3 | Reagowanie na naruszenie prywatności dziecka w internecie

Jeśli doszło do naruszenia prywatności dziecka w internecie, np. bezprawnej publikacji jego zdjęć, możesz żądać ich usunięcia, powołując się na przepisy o ochronie danych osobowych (tzw. prawo do bycia zapomnianym). W tym celu skontaktuj się z administratorem serwisu lub podmiotem przetwarzającym dane. Możesz również skorzystać z przewidzianej przepisami prawa ochrony, składając skargę do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych (dalej: prezes UODO)³⁹. Dodatkowo możliwe jest dochodzenie ochrony dóbr osobistych – w tym wizerunku – na drodze postępowania cywilnego, na podstawie art. 24 k.c. oraz art. 81 ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych.



Jeśli dzieje się coś niepokojącego, to ważne jest, żeby nie odcinać dziecka od siatki wsparcia. Chodzi o inne osoby, które mogą pomóc, a nie tylko o pomoc od rodziców czy opiekunów.

³⁹ Urząd Ochrony Danych Osobowych, *Dla obywatela. Jakie prawa daje Ci RODO?*, <https://uodo.gov.pl/pl/p/dla-obywatela> [dostęp: 19.03.2026].

ZAKOŃCZENIE



Zamiast tradycyjnego zakończenia publikujemy odpowiedzi nastolatków ze „Startowej” na pytanie o to, co ich zdaniem ma kluczowe znaczenie w ochronie dzieci przed seksualnym wykorzystywaniem w internecie. Młodzi ludzie opowiedzieli o tym, czego najbardziej potrzebują od rodziców i opiekunów, aby zyskać poczucie bezpieczeństwa, uwagę i zrozumienie.

Znajdziesz tu również ich szczere i poruszające przesłanie skierowane do dorosłych – głos młodych ludzi, którzy najlepiej wiedzą, jak wygląda świat online z ich perspektywy. Jak myślisz, co powiedziałyby Twoje dziecko?

Jaki jest, Twoim zdaniem, kluczowy element zapobiegania oraz skutecznego reagowania na przypadki seksualnego wykorzystywania dzieci w internecie?



Zaufanie. Zaufanie dziecka wobec nas: przyjdzie z problemem. Zaufanie wobec dziecka: poradzi sobie (przyjęło edukację). Zaufanie wobec swojego otoczenia: dziecko ma na kim polegać.



Według mnie jest to relacja i wzajemne zaufanie, ale również **szacunek na linii rodzic–dziecko**. Trzeba odróżniać troskę i zainteresowanie od inwigilacji. Pytajcie i oferujcie pomoc zamiast oceniania i besztania.



Edukuj, nie zakazuj. **Uświadom dziecko, że nie jesteście bezradni.** Powiedz o tym, gdzie zgłaszać przestępstwa w internecie i podejrzane adresy URL.



Najpiękniejsi z rodziców, uważajcie na swe dziecko, lecz nie traktujcie go jak płatka śniegu. **Przekażcie wiedzę, jednocześnie dajcie się nauczyć.** Każda pociecha jest inna, jednak każda wymaga Waszego wpływu. Jeśli jednak mimo Waszych starań w edukacji wywróci się – nie czas oceniać, czas pomóc.



Drodzy Rodzice, traktujcie swe dziecko jak Waszego podopiecznego, nie zaś pracownika. **Dziecko to człowiek jak my wszyscy.** Co prawda młodszy, lecz to tym bardziej wymaga od Was nauczania go przede wszystkim bezpieczeństwa, zarówno w świecie materialnym, jak i internetowym, by to dziecko mogło w przyszłości nauczyć swoje dzieci, a one mogły nauczyć swoje. Jednak bierzcie pod uwagę, że na pewnym etapie dziecko zacznie kształtować świat, którym nie będzie się chciało dzielić z Wami. Gdy jednak stanie się, że będzie potrzebować pomocy, do swojego świata Was dopuści. Skupcie się, jak mu pomóc z danym problemem.



Stwórz relację partnersko-wspierającą ze swoją pociechą. Kiedy jest w VII lub VIII klasie podstawówki, **nie jest już dzieckiem – jest nastolatkiem.** Traktuj je trochę jak dorosłego człowieka, który czasami potrzebuje pomocy, ale ma sprawczość i posiada samodzielność.



Zadbaj o **silny kompas moralny dziecka** przez całe jego życie, wraz z umiejętnością dbania o silne granice i zdrowe relacje.

*Zostawimy Cię teraz z tym przesłaniem.
Dziękujemy za Twoją uważną obecność.
Czas poświęcony przewodnikowi to ważny krok w kierunku
lepszego bezpieczeństwa Twojego dziecka w cyberprzestrzeni.
Mamy nadzieję, że udało nam się w tym pomóc.
Dasz radę, wierzymy w Ciebie.*

Twoi Przewodnicy





OPOWIEM CI O MOIM ŚWIECIE

**Przewodnik dla rodziców i opiekunów:
jak zapobiegać seksualnemu wykorzystywaniu
dzieci w cyberprzestrzeni i jak na nie reagować**

ISBN 978-83-970364-2-0



9 788397 036420

