



Zbudowanie systemu koordynacji i monitorowania regionalnych działań na rzecz kształcenia zawodowego, szkolnictwa wyższego oraz uczenia się przez całe życie, w tym uczenia się dorosłych

w ramach Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększenia Odporności - Komponent A „Odporność i konkurencyjność gospodarki”, inwestycja A3.1.1 „Wsparcie rozwoju nowoczesnego kształcenia zawodowego, szkolnictwa wyższego oraz uczenia się przez całe życie”.

Bezpieczeństwo w sieci i cyberzagrożenia. Szkoła bez hejtu: budowanie kultury szacunku i dialogu

Czym jest cyberprzemoc?

To przemoc z użyciem technologii komunikacyjnych i informacyjnych, urządzeń elektronicznych (najczęściej telefonu bądź komputera).

Bywa określana także jako cyberbullying, nękanie, dręczenie, prześladowanie w internecie. Niezależnie od określenia, jej celem jest wyrządzenie krzywdy drugiej osobie.

**komunikatory · social media · czaty · SMSy · strony internetowe
fora · wiadomości e-mail · gry online**



Formy cyberprzemocy

- agresja słowna (wyzywanie, zamieszczanie komentarzy na portalach społecznościowych lub forach w celu ośmieszenia, sprawienia przykrości lub wystraszenia innej osoby)
- upublicznianie upokarzających, przerobionych zdjęć i filmów (także z wykorzystaniem sztucznej inteligencji)
- włamanie na konto i podszywanie się pod kogoś
- szantażowanie
- upublicznianie sekretów
- wykluczanie z grona znajomych w internecie
- celowe ignorowanie czyjejś działalności w sieci
- stalking (prześladowanie)



Formy cyberprzemocy

cyberprzemoc

regularne akty
przemocy

hejt

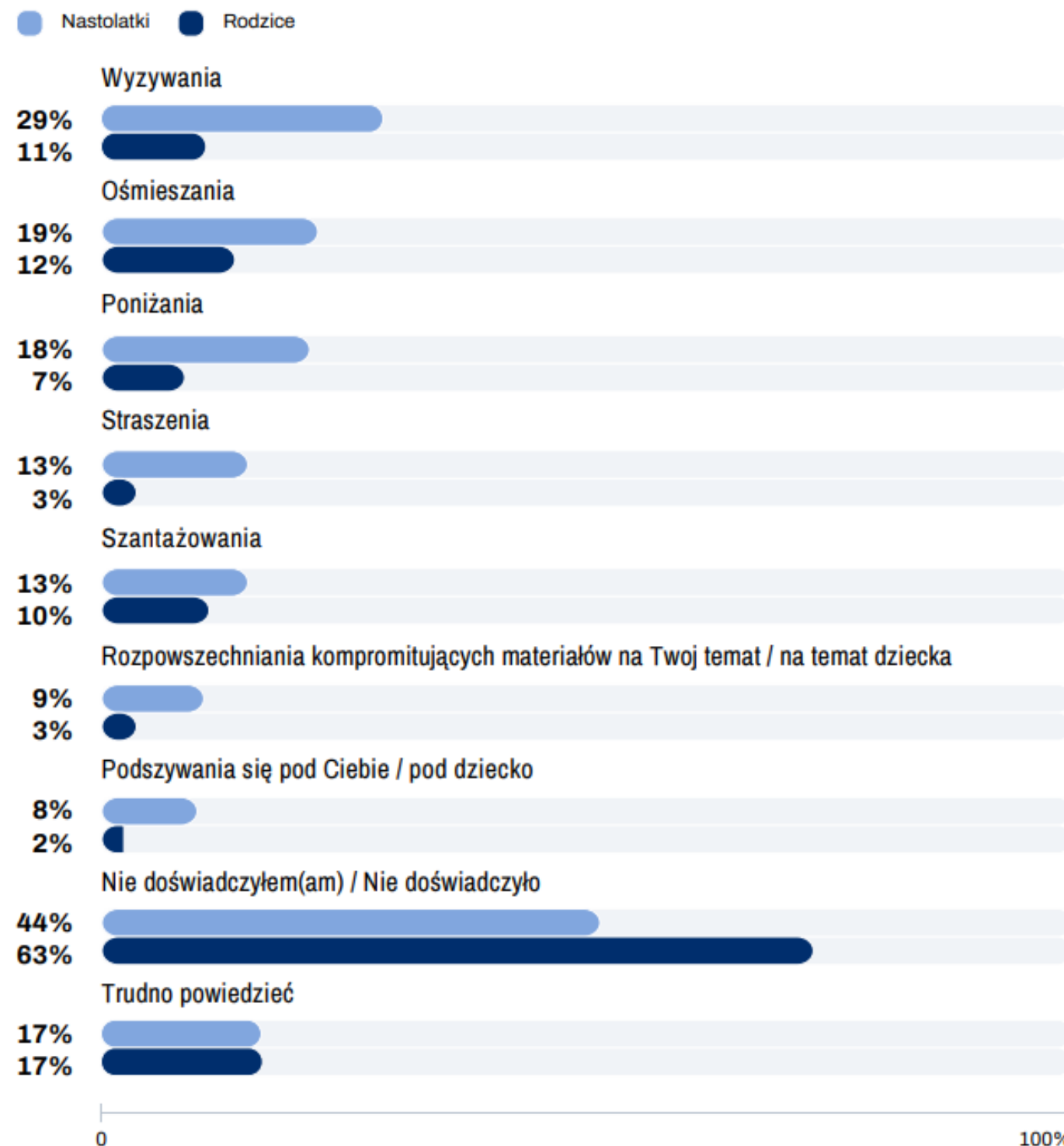
używanie agresywnego,
wulgarnego języka,
obrażanie, negatywne,
pogardliwe oceny,
komentarze

mowa nienawiści

wszelkie formy
wypowiedzi, które
szerzą, propagują
czy usprawiedliwiają
nienawiść rasową,
ksenofobię, an-
tysemityzm oraz inne
formy nienawiści
bazujące na nietolerancji



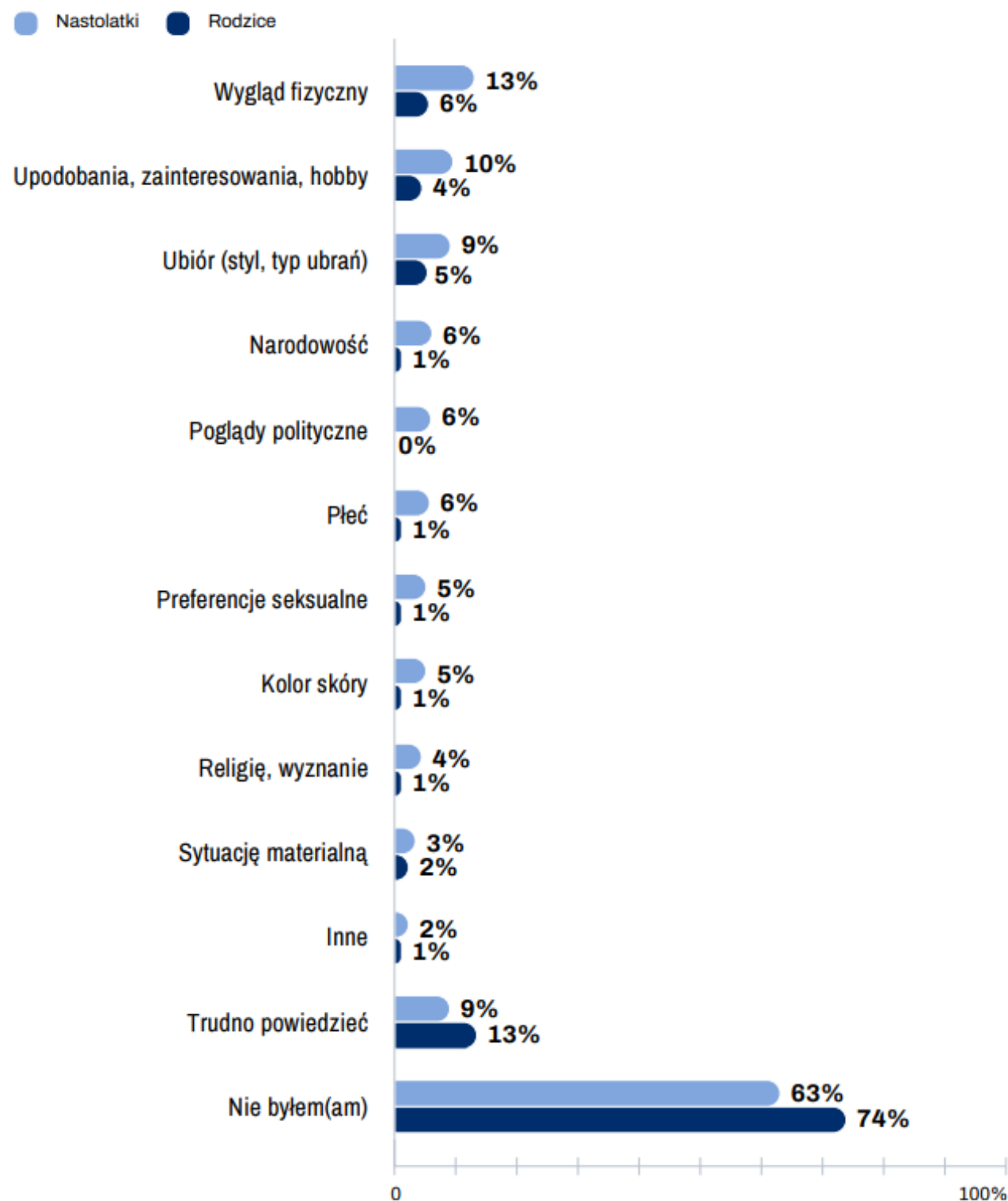
Doświadczenie przemocy internetowej „Czy kiedykolwiek doświadczyłeś(aś):” **NASTOLATKI I RODZICE O NASTOLATKACH**



Źródło: Nastolatki. Raport z ogólnopolskiego badania uczniów i rodziców, NASK 2025



Powody przemocy w internecie. Rozkład odpowiedzi na pytanie
„Czy byłeś(aś) w internecie celem ataków ze względu na:” – **NASTOLATKI**
I RODZICE O NASTOLATKACH



Źródło: Nastolatki. Raport
z ogólnopolskiego badania uczniów
i rodziców, NASK 2025

Formy cyberagresji seksualnej



28,1%

nastolatków spotkało się
poniżającymi komentarzami
związanymi z płcią.



24,4%

nastolatków doświadczyło
stalkingu lub nękania
w internecie.



19,8%

nastolatków otrzymywało
niestosowne komentarze,
propozycje lub treści.



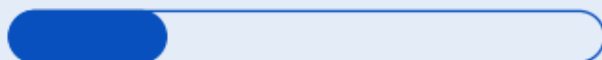
**Wszystkie te formy przemocy dotknęły młodych ludzi
z częstotliwością co najmniej raz w roku, co pokazuje skalę
problemu i konieczność podejmowania działań na rzecz
ich ochrony w przestrzeni cyfrowej.**

Źródło: Agresja
i przemoc seksualna
w internecie,
NASK 2025

Najbardziej dotkliwe formy przemocy

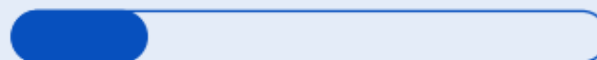
Dla nastolatków, które w ostatnim roku doświadczyły przynajmniej jednej formy cyberagresji seksualnej, najbardziej dotkliwe okazało się:

26,8%



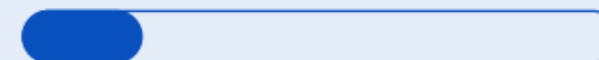
otrzymywanie niechcianych treści i propozycji o charakterze seksualnym.

23,1%



mowa nienawiści ze względu na płeć.

20,4%



cyberprześladowanie (*cyberstalking*).



Wyniki te ujawniają, które formy cyberagresji są odbierane przez młodzież jako najbardziej krzywdzące, co może stanowić istotną wskazówkę dla działań profilaktycznych i interwencyjnych.

Źródło: Agresja i przemoc seksualna w internecie, NASK 2025

Tożsamość sprawców przemocy



Blisko jedna na cztery osoby (23,5%) doświadczająca cyberagresji seksualnej znała tożsamość sprawcy.

Najczęściej wskazywani jako sprawcy



24%
rówieśnicy ze szkoły



23,2%
inni znajomi



20,6%
osoby poznane w internecie



Wyniki te pokazują, że sprawcami tego rodzaju przemocy najczęściej są osoby z bliskiego otoczenia ofiar, co uwidacznia potrzebę działań edukacyjnych i prewencyjnych w środowisku szkolnym oraz w przestrzeni cyfrowej.

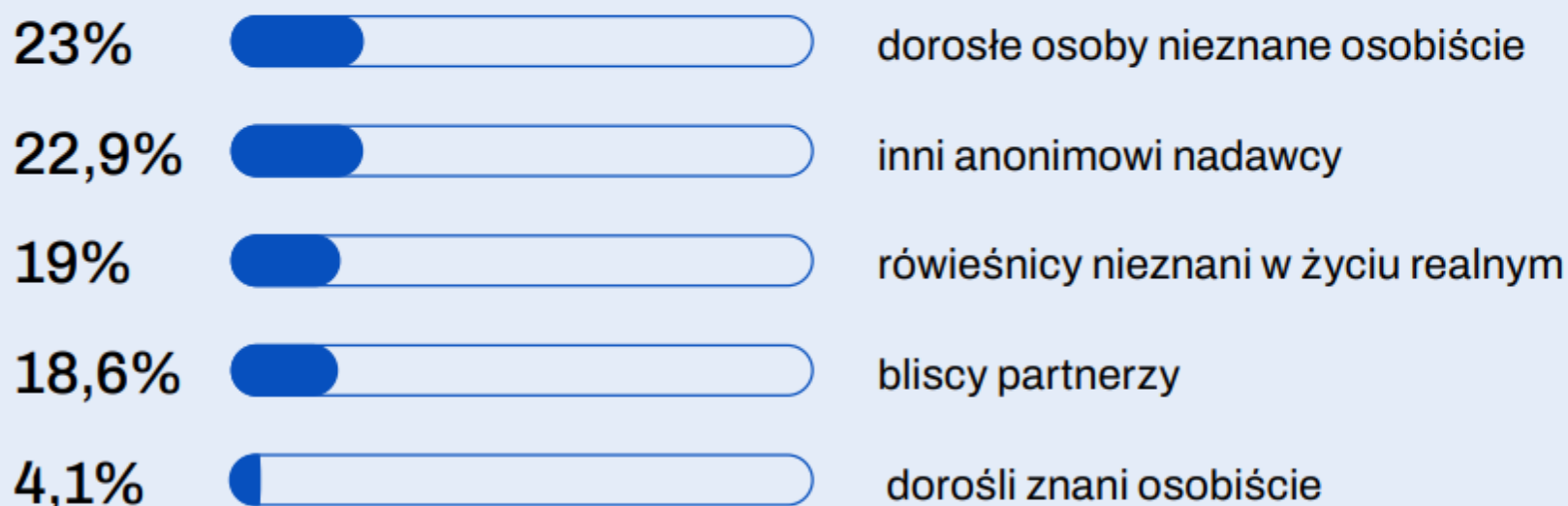
Źródło: Agresja i przemoc seksualna w internecie, NASK 2025

Propozycje przesyłania intymnych treści



Co czwarty nastolatek (25,8%) otrzymał propozycje przesłania swojego zdjęcia lub filmu o charakterze seksualnym (nagiego lub półnagiego).

Wysuwający propozycje



13,6%

nastolatków przyznało, że wysłało do innych osób własne zdjęcie lub nagranie o charakterze seksualnym (nagie lub półnagie).

Źródło: Agresja i przemoc seksualna w internecie, NASK 2025

Powody tworzenia treści seksualnych



24,1%

chęć sprawienia
przyjemności partnerowi



23,3%

motywacja finansowa



22,5%

potrzeba zwrócenia uwagi



17,4%

dążenie do zdobycia
popularności



17,4%

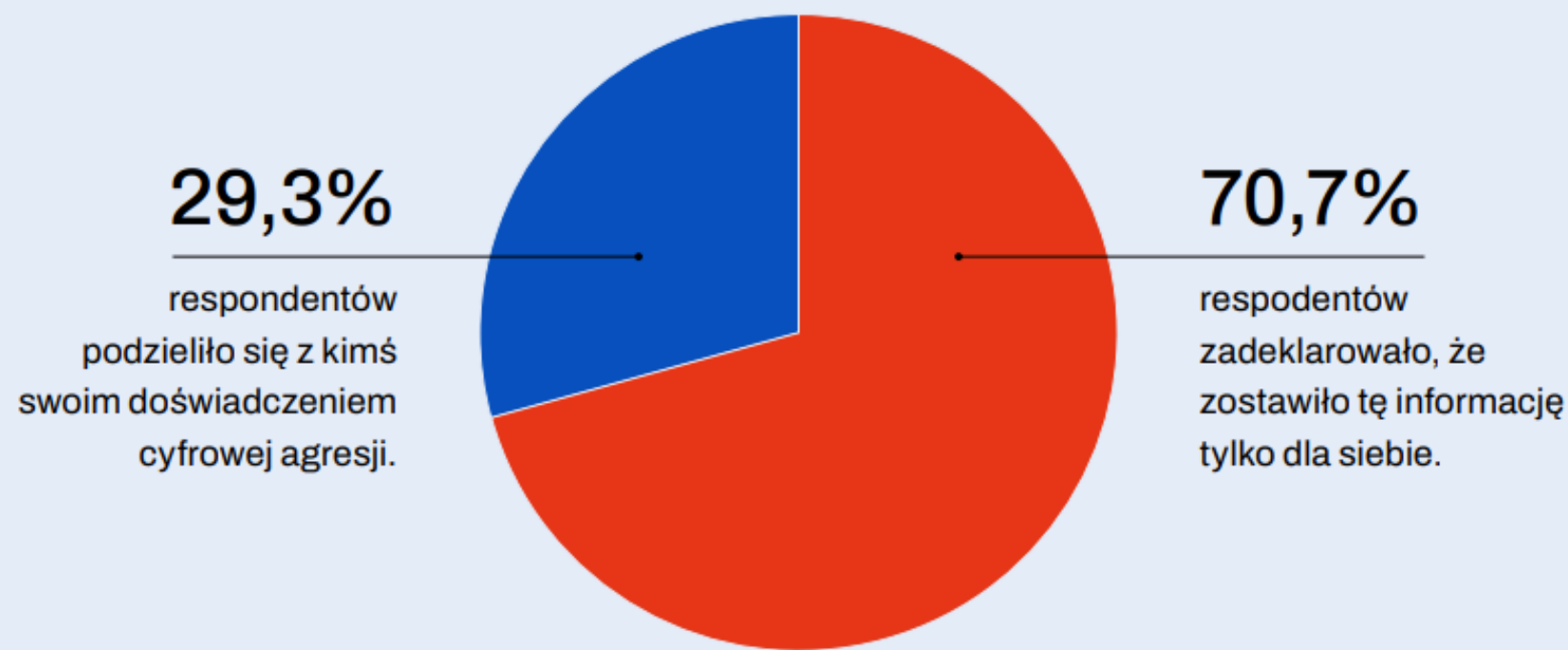
chęć współżycia
seksualnego

15%

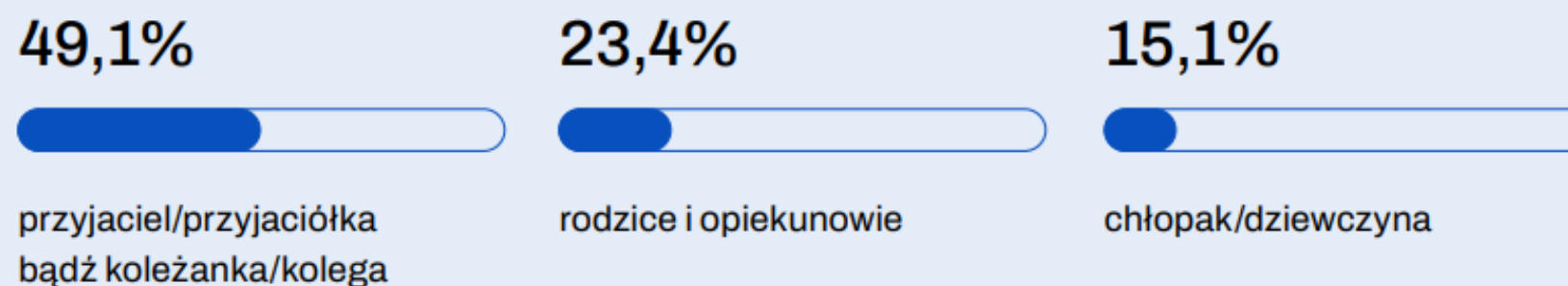
**Co siódmy respondent
zauważył, że takie
działania mogą wynikać
z sytuacji przemocowych,
związanych z szantażem.**

Źródło: Agresja
i przemoc seksualna
w internecie,
NASK 2025

Zgłaszanie przemocy seksualnej



Najczęściej informowane osoby



Źródło: Agresja i przemoc seksualna w internecie, NASK 2025





Zachowania ryzykowne



self-generated sexual content

- treści o charakterze seksualnym tworzone w formie autoprezentacji

sexting

- seksualnie nacechowany rodzaj elektronicznej komunikacji tekstowo-wizualnej



Seksualizacja

Seksualizacja ma miejsce, gdy:

- ktoś jest oceniany ze względu na swoją seksualną atrakcyjność lub zachowania związane z seksem – z pominięciem innych cech
- jest dopasowywany do normy, według której atrakcyjność fizyczna (wąsko zdefiniowana) oznacza bycie seksownym
- jest uprzedmiotawiany pod względem seksualnym – traktowanie osoby jako obiekt (niezdolny do podejmowania niezależnych działań i decyzji)
- ktoś wymusza na osobie seksualność



Dostępność treści pornograficznych

Większość dzieci (73,0%) i młodzieży (71,1%) zadeklarowała, że w internecie **łatwo jest znaleźć treści o charakterze pornograficznym**.

Co piąty respondent spośród nastolatków wskazał, że jego kolega lub koleżanka ogląda pornografię w internecie **kilka razy dziennie** (20,6%) bądź **kilka razy w tygodniu** (20,9%).

Średnia wieku, w którym dzieci pierwszy raz widziały treści pornograficzne, wynosi niespełna **11 lat**, natomiast wśród starszej młodzieży – **12 lat**.

Powodem, dla którego bardzo duża część nastolatków i dzieci ogląda treści pornograficzne, jest **nuda** (12–14 lat – 27,2%, 16–17 lat – 23,0%).

Self-generated content a prawo

**przesyłanie, przechowywanie, wyludzanie
materiałów o charakterze seksualnym
z udziałem osób poniżej
18. roku życia jest nielegalne!**

art. 200, 202 kodeksu karnego

do 12 lat pozbawienia wolności



Szantaż na tle seksualnym

- Rodzaj szantażu lub zastraszenia, opartego na groźbie ujawnienia pozyskanych wcześniej od osoby poszkodowanej, wytworzonych przez nią lub utrwalonych bez jej wiedzy, treści o charakterze seksualnym. Szantaż ten stosowany jest w celu uzyskania kolejnych treści o takim charakterze, zmuszenia do czynności seksualnych lub pozyskania korzyści materialnych.
- Ofiarą szantażu na tle seksualnym może być każdy. Niezależnie od płci i wieku!

Kto może zostać pokrzywdzonym?

Czynniki, wskutek których dziecko może stać się poszkodowanym w wyniku szantażu (wg Europol):

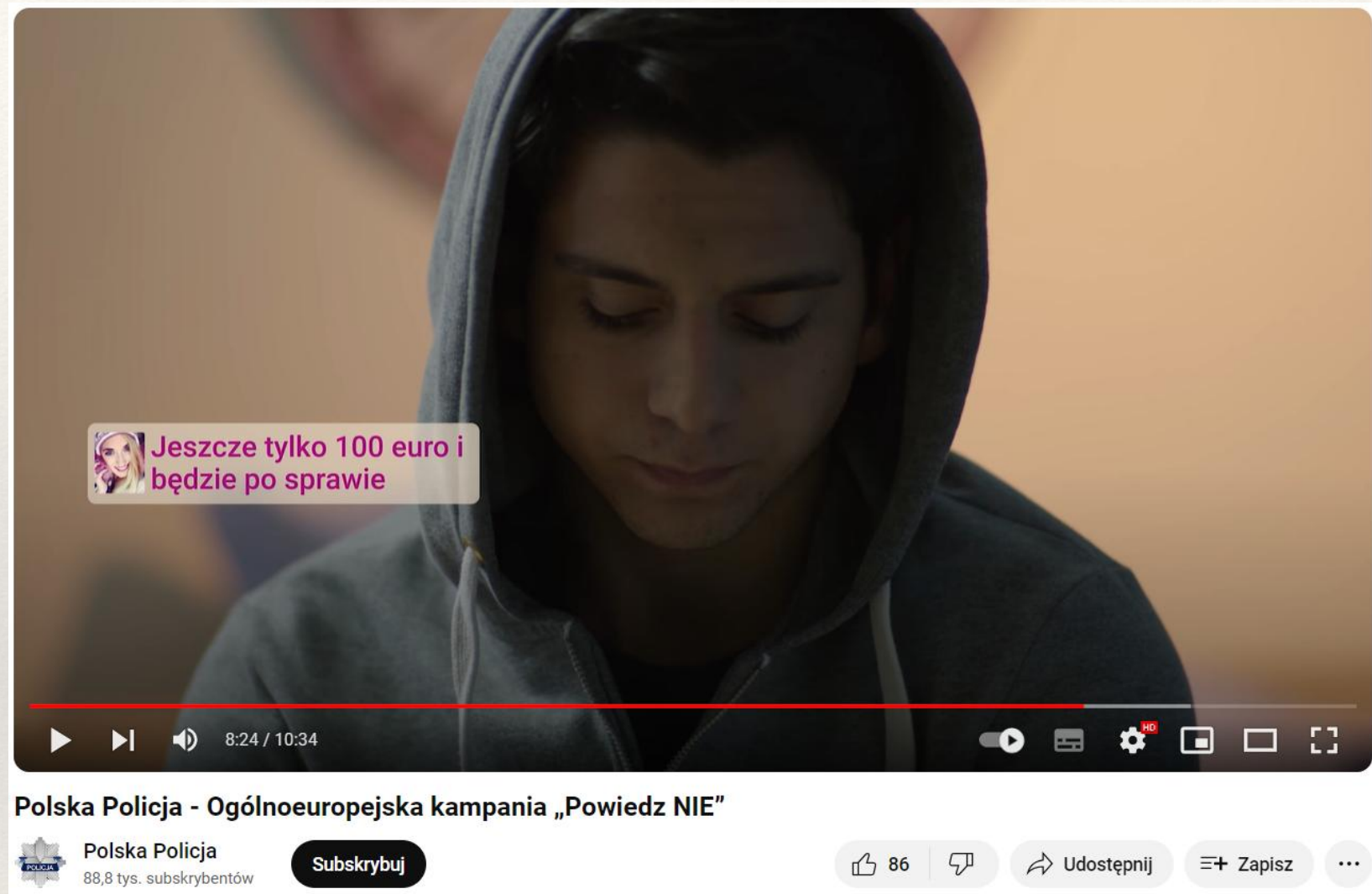
- podatność na zagrożenia na poziomie relacyjnym (wyrażanie potrzeb lub młodzieńczo brzmiące pseudonimy) lub na poziomie technicznym (brak umiejętności związanych z bezpieczeństwem online)
- brak lub słaba kontrola rodzicielska
- otwartość na nadmierne udostępnianie, w tym materiałów erotycznych stworzonych przez siebie
- korzystanie z sieci społecznościowych i innych środków komunikacji online, w szczególności za pośrednictwem urządzeń mobilnych
- skłonność do zaprzyjaźniania się z nieznajomymi przez Internet
- swobodne podejście do seksualnych interakcji/komunikacji online
- brak wiedzy technicznej w zakresie cyberbezpieczeństwa (np. stosowanie silnych haseł, sposoby radzenia sobie z podejrzanymi linkami)



Jak reagować?

- Rozmowa z dzieckiem – unikanie oceniania, obwiniania!
- Zablokowanie szantażysty na portalach społecznościowych oraz w komunikatorach
- Ograniczenie widoczności profili dziecka lub zawieszenie profili w portalach społecznościowych (nie usuwanie!)
- Zabezpieczenie dowodów dla organów ścigania (zrzuty ekranu konwersacji oraz jak najwięcej informacji o profilu sprawcy mogące pomóc w jego identyfikacji)
- Zgłoszenie sprawy na policję
- Jeśli do szantażu doszło na portalach społecznościowych, zgłoszenie incydentu do administracji tych serwisów

Kampania Say NO



Take It Down

Take **It** Down

Rozpocznij

Zasoby i wsparcie

O nas

Uczestników

Często Zadawane Pytania

Polski (Polski) ▾

Take It Down.
Świadomość obecności nagich
zdjęć w Internecie jest straszna,
ale jest nadzieja na ich
usunięcie.

Ta usługa jest jednym z kroków, które możesz podjąć,
aby usunąć nagie, częściowo nagie lub seksualnie
jednoznaczne zdjęcia i wideo zrobione przed
ukończeniem 18 roku życia.

Rozpocznij +



Take It Down

Take **It** Down

Rozpocznij

Zasoby i wsparcie

O nas

Uczestniczące firmy

FAQ

Rozpocznij

1

2

3

Odpowiedz na poniższe pytania.

*** Jaki jest Twój wiek na zdjęciach/wideo, które chcesz przekazać?**

Poniżej 18 lat

***Sprawdź, czy Twoje zdjęcia i wideo zawierają nagie, częściowo nagie lub jednoznacznie seksualne treści**

☐ Tak

☐ Nie

☐ Nie wiem

Ta usługa jest przeznaczona wyłącznie do przekazywania nagich, częściowo nagich lub seksualnie jednoznacznych zdjęć lub wideo osób poniżej 18 roku życia.

Następny →



Take It Down

Take  Down

Get Started

Resources and Support

About Us

Participants

FAQ

English (English) ▾

CLIPS  SALE



 OnlyFans

Porn  hub



yubo

Snap Inc.

@ Threads

REDGIFS

www.dyzurnet.pl

Jak i gdzie zgłosić przestępstwo popełnione w internecie

Wystarczy podejrzenie!

Zgłaszając sprawę na Policję lub do Prokuratury nie trzeba mieć stuprocentowej pewności, że doszło do popełnienia przestępstwa. Wystarczy podejrzenie lub poczucie zagrożenia. Warto mieć na uwadze, że każde zgłoszenie może skutkować zatrzymaniem i ukaraniem sprawcy.

Kto może zgłosić sprawę?

Każda osoba, bez względu na wiek, uprawniona jest do dokonania zgłoszenia o podejrzeniu popełnienia przestępstwa!

W trosce o bezpieczeństwo psychiczne dziecka należy zredukować do minimum liczbę jego przestuchań oraz czynników stresowych. Gdy problem dotyczy osoby małoletniej (np. oszustwo na jej szkodę, kradzież konta na portalu społecznościowym) zgłoszenia można dokonać, bez udziału dziecka, w najbliższej jednostce Policji lub Prokuratury.

WAŻNE!

W przypadku zgłoszenia przestępstwa na szkodę małoletniego dotyczącego użycia przemocy lub groźby, a także naruszenia wolności seksualnej oraz obyczajności, przesłuchanie przeprowadza Sąd na posiedzeniu z udziałem biegłego psychologa w tzw. przyjaznym pokoju przesłuchań.

Jak dokonać zgłoszenia?

1 Ustnie:

W każdej jednostce Policji i Prokuratury w Polsce. Funkcjonariusz ma obowiązek przyjąć takie zgłoszenie. Zgodnie z polskim prawem zgłoszenie musi zakończyć się spisaniem protokołu, który powinien zostać podpisany przez zgłaszającego. Jest to istotne, ponieważ jedynie protokół z przesłuchania podpisany przez osobę składającą zeznania stanowi podstawę prawną do wszczęcia postępowania.



UWAGA!

Przed dokonaniem zgłoszenia warto:

- zanotować wszystkie ważne informacje dotyczące zdarzenia (na przykład: co, kiedy i gdzie się wydarzyło, kto uczestniczył w zdarzeniu w roli sprawcy i ofiary, jak doszło do popełnienia potencjalnego przestępstwa),
- zabrać ze sobą dowody przestępstwa (na przykład: print screeny rozmów, nazwy i adresy profili, dane kontaktowe do przelewu, itp.),
- zabrać ze sobą dokument potwierdzający tożsamość.

dyzurnet.pl
NASK

NASK

saferinternet.pl



2 Pisemnie:

W każdej jednostce Policji i Prokuratury w Polsce. Zgłoszenie można także wystąpić mailem, pocztą lub faksem. Pismo powinno zawierać:

- dane Zgłaszającego (imię, nazwisko, adres do korespondencji, adres e-mail, nr telefonu),
- dane adresata (jednostki Policji), możliwie wyczerpujący opis sprawy, z uwzględnieniem posiadanych informacji o sprawcy oraz dat i godzin zdarzeń,
- własnoręczny podpis.

Do pisma należy dołączyć kopię posiadanego materiału dowodowego (np. print screeny rozmów, nazwy i adresy profili, dane kontaktowe do przelewu, itp.) W przypadku pisemnego zgłoszenia, funkcjonariusz prowadzący postępowanie może wezwać zgłaszającego do złożenia zeznań.

3 Anonimowo:

Forma zgłoszenia pisemnego (bez podawania swoich danych osobowych). Zainicjuje ona czynności Policji, jednak w takim przypadku nie będą udzielane informacje o dalszym toku postępowania.



Przydatne linki

dyzurnet.pl

Zespół Reagujący na Nielegalne Treści w Internecie

cbzc.policja.gov.pl

Centralne Biuro Zwalczania Cyberprzestępczości

incydent.cert.pl

Zespół Reagowania na Incydenty Bezpieczeństwa w Sieci

takeitdown.ncmec.org

Pomoc w usunięciu materiałów intymnych z internetu dla osób małoletnich

stopncii.org

Pomoc w usunięciu materiałów intymnych z internetu dla osób dorosłych

reportcontent.google.com/forms/eu_removal

Usunięcie danych osobowych zgodnie z przepisami UE

dyzurnet.pl
NASK

NASK

saferinternet.pl





www.dyzurnet.pl

Przyjmujemy anonimowe zgłoszenia kierowane przez:

- formularz na stronie **www.dyzurnet.pl**
- email **dyzurnet@dyzurnet.pl**
- wtyczkę do przeglądarki Chrome, Firefox
- mObywatel