



DZIECI W SIECI

NAJCZĘSTSZE ZAGROŻENIA W INTERNECIE

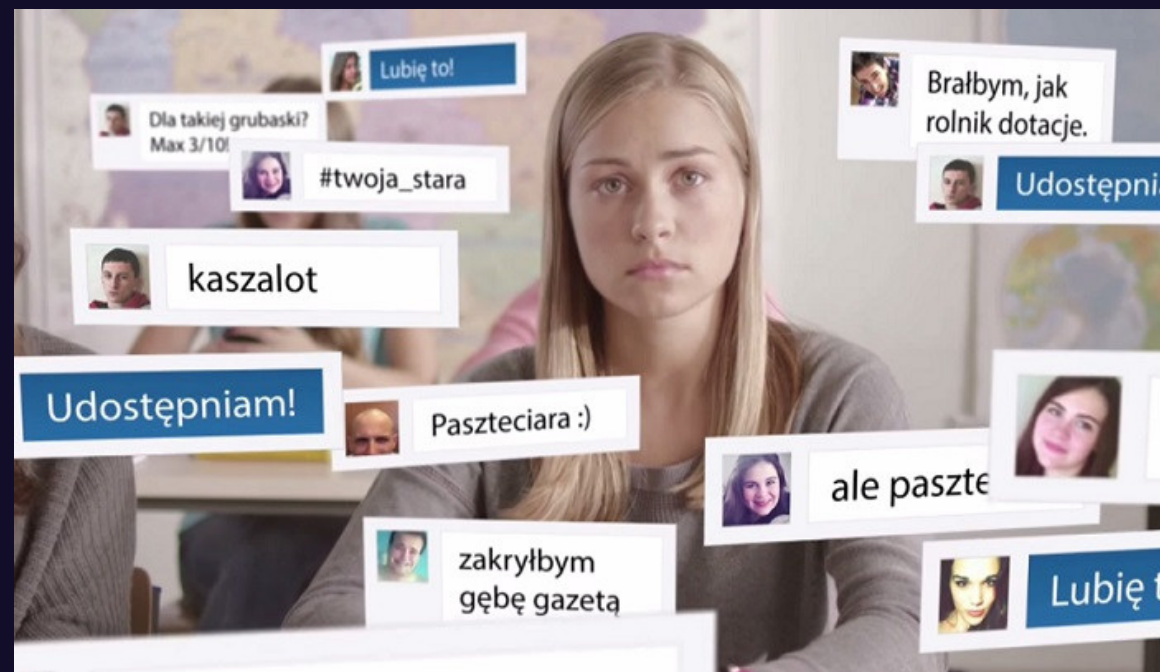
1. STALKING - UPORCZYWE NĘKANIE - Art.190a
Kodeks Karny;
2. NIEODPOWIEDNIE TREŚCI DLA DZIECI;
3. UZALEŻNIENIE;
4. PEDOFILIA;
5. WYMUSZANIE DANYCH - "ŁOWIENIE HASEŁ".



STALKING - UPORCZYWE NĘKANIE - Art.190a

Kodeks Karny

Nękanie i uporczywe nagabywanie kogoś za pośrednictwem nowych technologii. Ofiary stalkingu mogą być namawiane albo zmuszane do wykonania jakiś czynności, szantażem bądź groźbami.



HEJT





Nieodpowiednie treści dla dzieci

Internet pełen jest treści, które nie są przeznaczone dla dzieci.

PAMIĘTAJ!!!

Ochrona w postaci etykiety "tylko dla dorosłych", bądź konieczność potwierdzenia wieku - nie chroni TWOJEGO DZIECKA.

Korzystaj z kontroli rodzicielskiej.

Najpopularniejsze aplikacje kontroli rodzicielskiej



UZALEŻNIENIE

- **Gry;**
- **Media społecznościowe:**
 - **Facebook;**
 - **Instagram;**
 - **TikTok;**
 - **Messenger;**
 - **Twitter;**
 - **What's up;**
 - **You Tube;**
- **Zakupy przez Internet.**

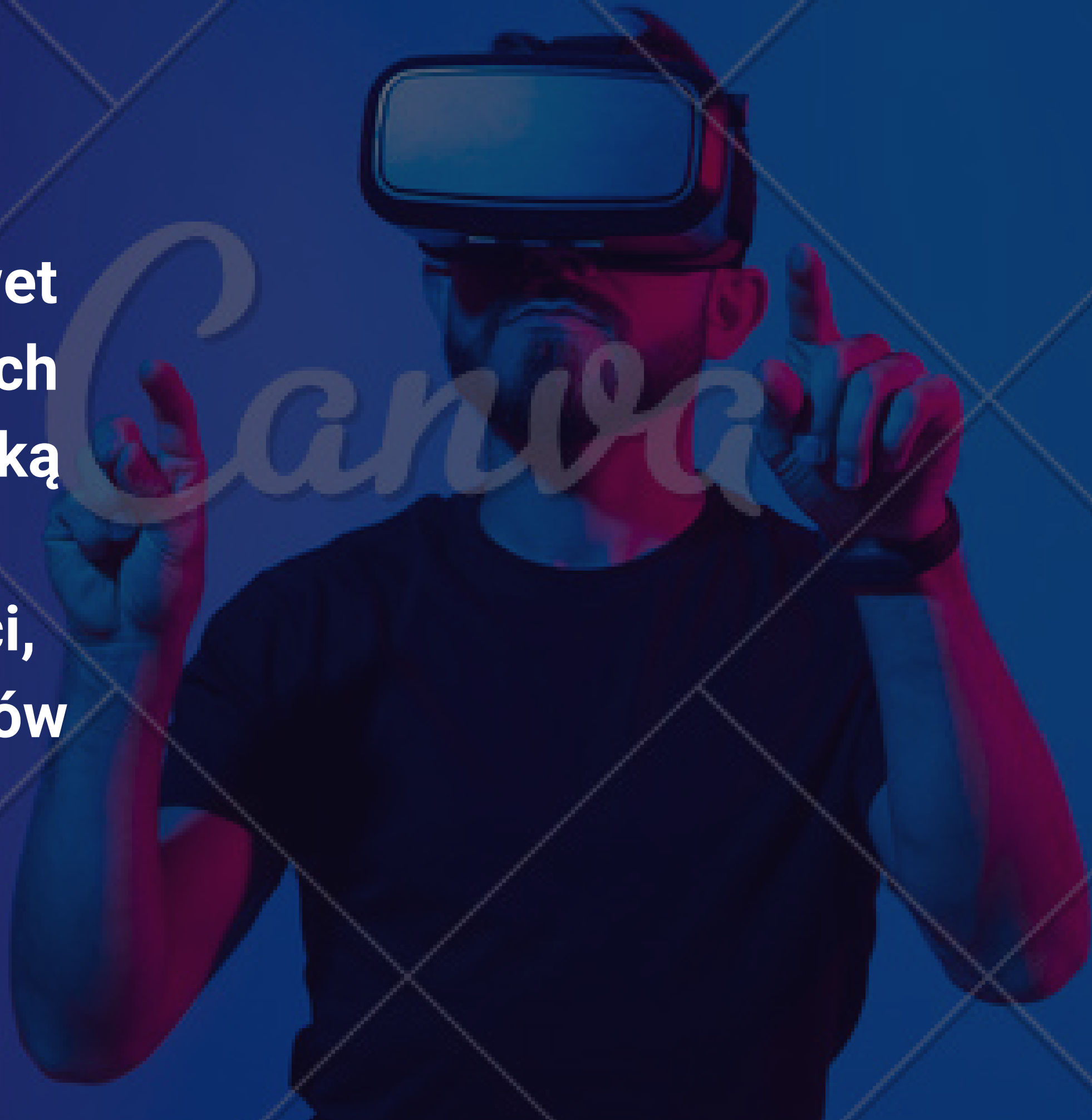






Pedofilia

Pedofile podejmują działania nawet na powszechnie cenionych stronach i forach. Dzięki anonimowości, jaką daje Internet oraz łatwości stworzenia wirtualnej tożsamości, podszywają się oni pod rówieśników lub osoby będące dla młodych użytkowników autorytetami.



<Ania>Hej! Jestem Ania.
Mam 12 lat.
Szukam przyjaciół.



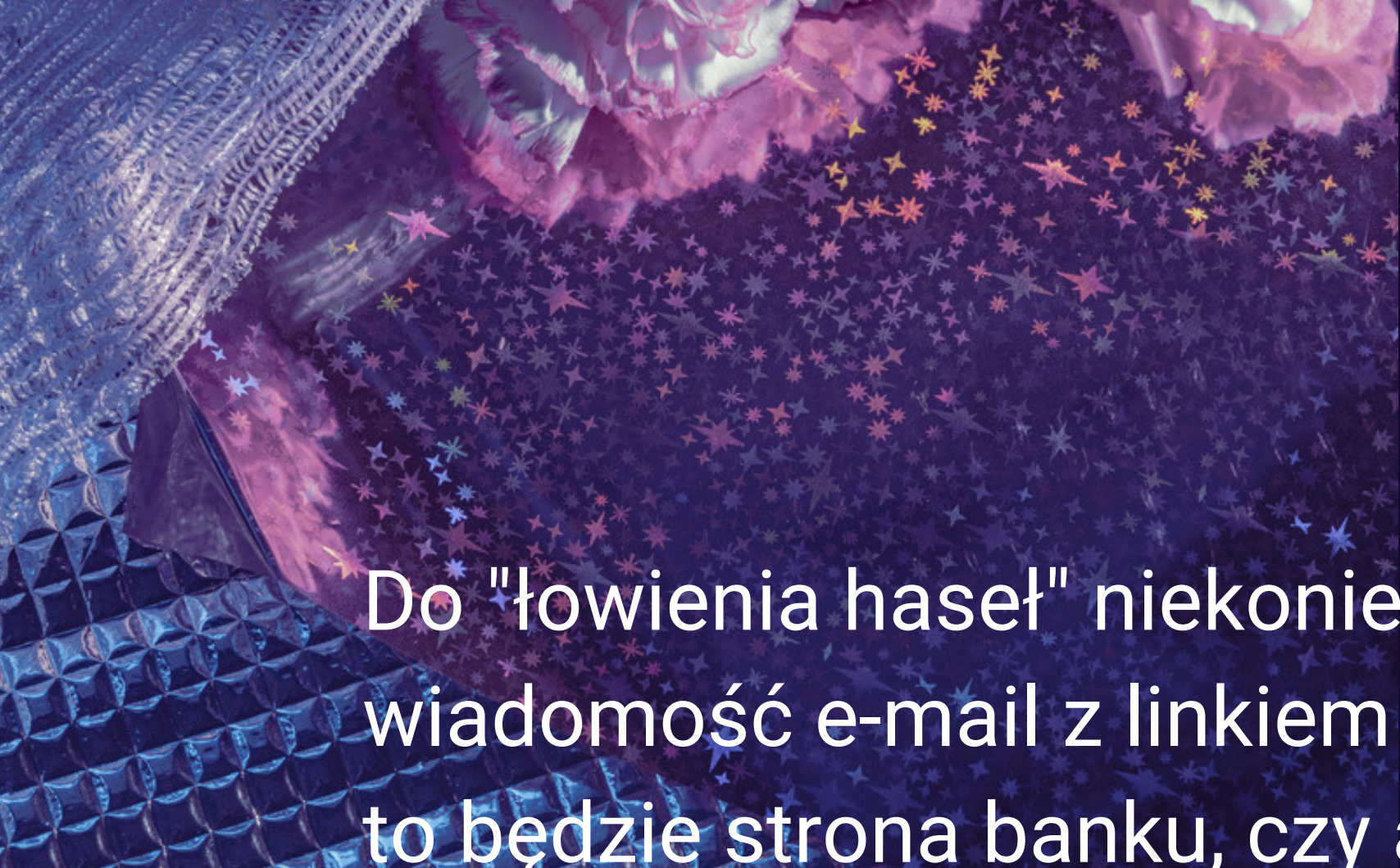
<Wojtek>Cześć Aniu, tu
Wojtek też mam 12 lat.
Chętnie Cię poznam.



Konsekwencje zdrowotne uzależnienia od Internetu:

- spadek energii;
- problemy z koncentracją;
- bóle głowy, migreny;
- zaburzenia snu, które z kolei mogą prowadzić do rozwoju stanów depresyjnych;
- zanik mięśni grzbietu i pasa biodrowego (w związku z brakiem aktywności fizycznej);
- wady postawy;
- problemy trawienne (związane z brakiem snu, nieregularnymi posiłkami oraz brakiem aktywności);
- czasami może wystąpić również padaczka fotogenna zwana też padaczką ekranową, którą wywołują szybko zmieniające się bodźce świetlne, emitowane przez ekrany.





WYMUSZANIE DANYCH - "ŁOWIENIE HASEŁ"

Do "łowienia haseł" niekoniecznie są wykorzystywane wirusy. Wystarczy wiadomość e-mail z linkiem i strona wyglądająca na autentyczną – czy to będzie strona banku, czy aukcji internetowych. Przestępcy wysyłają wiadomości e-mail do wielu osób, podszywając się pod bank lub serwis aukcyjny i przekierowują użytkowników na swoją stronę, wyglądającą dokładnie tak, jak autentyczna (może różnić się np. tylko jedną literą w adresie).

Do głównych objawów uzależnienia od Internetu zaliczamy

- chęć korzystania z telefonu, gdy nie ma go w zasięgu ręki;
- poczucie pustki, kiedy nie jest się online;
- przekładanie wirtualnych znajomości nad realne;
- objawy somatyczne w tym:
 - bóle nadgarstka lub karku;
 - zawroty głowy;
 - pogorszenie wzroku;
 - zmęczenie spowodowane brakiem snu, poświęconego na rzecz korzystania z Internetu.



UWAGA RODZICE!!!

Dobre relacje w rodzinie, jasno
wytyczony system wartości,
życzliwość i akceptacja, codzienny
kontakt, rozmowy i zainteresowanie
sprawami

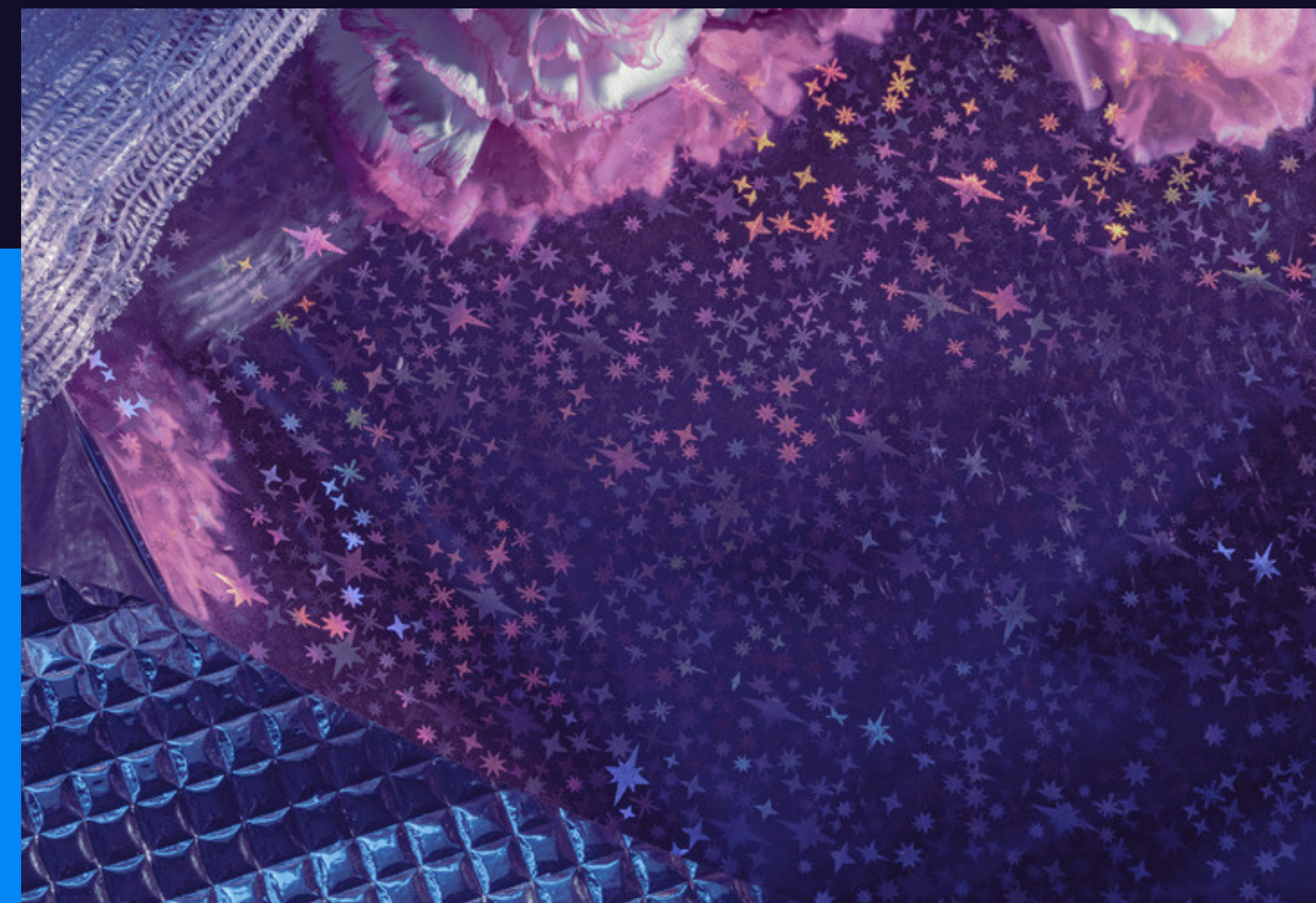
TWOJEGO DZIECKA

- pomogą uchronić przed
niebezpieczeństwem czyhającym w
sieci.



CO ROBIĆ, gdy podejrzewasz, że dziecko przejawia uzależnienie od Internetu

- zacznij działać, problem sam się nie rozwiąże;
- odłóż emocje, włącz rozum;
- ustal reguły postępowania i konsekwentnie ich przestrzegaj - stosuj zasadę ograniczonego zaufania;
- okazuj miłość i zainteresowanie swojemu dziecku;
- korzystaj ze wsparcia;
- nie usprawiedliwiaj nieobecności w szkole;
- nie wstydź się i nie ukrywaj problemu;
- szukaj pomocy specjalistów zajmujących się uzależnieniami.

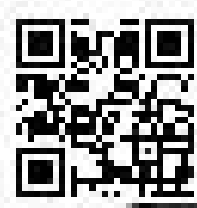


JAK SIĘ BRONIĆ NASZE DZIECI PRZED ZAGROŻENIAMI W INTERNECIE



1. Regularnie aktualizujemy oprogramowanie i system operacyjny.
2. Instalujemy program antywirusowy.
3. Wytłumaczyć dziecku, że nigdy nie klikamy w linki co do, których nie mają pewności.
4. Dzieci muszą wiedzieć, żeby nie podawać swoich haseł, loginów, numeru telefonu oraz informacji o adresie zamieszkania w sieci.
5. Ostrzec dzieci, aby nie przysyłały przez Internet swoich zdjęć czy filmów, wytłumaczyć co może się z tym wiązać.
6. Dziecko zgłasza rodzicom z kim się kontaktuje i co nas niepokoi.
7. Kontrolujemy czas jaki spędzamy przed komputerem, aby nie stać się ofiarą uzależnienia.
8. Zainstalować na urządzeniach mobilnych aplikację kontroli rodzicielskiej.

VIDEO



WYTRZYMAJ TO SZALEŃSTWO ZANIM BĘDZIE ZA PÓŹNO...



ANIMATION BY: STEVE CUTTS

A man with a beard is wearing a VR headset. His hands are in motion, with fingers spread, as if interacting with a virtual environment. The background is a dark blue gradient with a faint diamond-shaped grid pattern. The text 'DZIEKUJEMY ZA UWAGĘ' is overlaid in white, bold, sans-serif font. There are two small circular icons: a pink one in the upper right and a blue one in the lower left, both containing the word 'Canva' in a small font.

**DZIEKUJEMY ZA
UWAGĘ**