

Młodych ludzi bardzo często dotyka „kombo przemocowe”

Młodych ludzi bardzo często dotyka „kombo przemocowe”

Posted on 2026-09-02

-Edukacja dorosłych jest bardzo ważna, bo oni modelują zachowania najmłodszych. Mają też możliwość sprawdzić, co dzieje się z dziećmi w internecie. A przynajmniej powinni mieć świadomość, że mogą to zrobić – mówi Marta Wojtas, ekspertka Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę.

Wydaje się obecnie powszechne przekonanie, że przemoc rówieśnicza przeniosła się do sieci. Czy rzeczywiście ona już jest głównie w internecie, czy też przemoc w online i offline się wzajemnie napędzają? Jak Pani to widzi?

Marta Wojtas: Myślę, że nie do końca przeszła do sieci. Oczywiście – w internecie jest jej dużo, bardzo dużo. Ale jest rzeczywiście tak, jak Pan to ujął – cyberprzemoc stała się przedłużeniem, kolejną formą przemocy rówieśniczej, która dotyka dzieci. I ona naturalnie przenika do sieci, ponieważ jest to dobre miejsce, by takie zjawiska mogły się rozwijać. Przede wszystkim dlatego, że jest to przestrzeń, do której dorośli często nie mają wstępu.

Z ostatnich badań naszej Fundacji (Raport RÓWIEŚNICY 2026) wynika, że ponad 87 % młodych ludzi w wieku szkolnym doświadcza przemocy rówieśniczej. W tych badaniach wykazano też, że nie jest to tylko cyberprzemoc, ale też przemoc psychiczna i fizyczna, więc

Młodych ludzi bardzo często dotyka „kombo przemocowe”

te inne formy niestety też się mają dobrze, choć na pewno cyberprzemoc im towarzyszy.

Czasem, gdy pracujemy z jakąś osobą w Poradni Dziecko w Sieci, (w której ja pracuję), która doświadcza cyberprzemocy, okazuje się, że doświadcza również innych jej form. Młodych ludzi bardzo często dotyka „kombo przemocowe”, które dotyka młodych ludzi.

Zdarza się, że bezpośrednia przemoc rówieśnicza, szkolna, przenosi się do sieci, bo tam może mieć kontynuację. Dlatego, że np. nauczyciele tam nie zaglądają i nie reagują na to, co się tam dzieje. Jest to forma wykorzystywana przez osoby, które krzywdzą, żeby krzywdzić dalej, chociaż np. w szkole już zostały podjęte jakieś kroki wobec nich i wiadomo, że nie mogą takiej przemocy bezpośredniej tam stosować.

Czyli cyberprzemoc jest po prostu trudniej kontrolować?

Tak, zdecydowanie. Młodzi ludzie dużo wiedzą i na temat cyberbezpieczeństwa i na temat tego, jak robić różne rzeczy online, żeby nie wszyscy mieli do nich dostęp.

Do sytuacji przemocowych dochodzi więc nie zawsze jawnie – na przykład wtedy, gdy ktoś komentuje czyjeś zdjęcie lub publikuje coś na temat tej osoby. Nieraz do takiej przemocy dochodzi w zamkniętych grupach, do których osoba, która jest krzywdzona, nie ma dostępu. Nie mają go też inne osoby, niezaangażowane w to cybernękanie, więc czasem trudno taką grupę wyśledzić.

Nieraz przemoc ta przyjmuje bardziej zawoalowane formy. Ktoś jest obśmiewany, ale nie są podawane jego prawdziwe dane, tylko np. przezwisko (pseudonim) albo informacje, które mogą wskazywać, że chodzi właśnie o tę osobę. I w danym środowisku wszyscy to wiedzą – łącznie z tą osobą. Natomiast ludzie z zewnątrz, np. dział bezpieczeństwa jakiegoś portalu, nie może tego absolutnie wyłapać. Bo to połączenie może nie być widoczne dla postronnych obserwatorów. Dlatego właśnie cyberprzemoc jest trudniejsza do wyśledzenia, szczególnie gdy sprawcom zależy, by ją ukryć.

Młodych ludzi bardzo często dotyka „kombo przemocowe”

W tym kontekście nasuwa się pytanie o zapowiadany od tego roku szkolnego zakaz smartfonów w szkołach. Czy Pani zdaniem to zmniejszy skalę przemocy rówieśniczej, czy po prostu znów zmieni się jej forma, a cyberprzemoc będzie stosowana, tyle że po godzinach zajęć?

Moim zdaniem – niekoniecznie to cokolwiek zmieni w tej materii. Dlatego, że to nie jest problem posiadania smartfona w szkole. To kwestia po prostu bycia częścią pewnej społeczności, która również staje się społecznością internetową. Więc korzystanie z telefonu w szkole nie ma tu nic do rzeczy. Aby skutecznie przeciwdziałać przemocy, należy zadbać o te czynniki, które sprawiają, że przemoc ogólnie jest mniej. Jest to przede wszystkim atmosfera w szkole, czyli dbanie o to, żeby klasy były zgrane, żeby nie pojawiały się tam głębokie procesy przemocowe. A jeśli już się pojawiają, to żeby naprawdę porządnie zabrać się za diagnozę i zobaczyć co się tam dzieje w tej grupie, że akurat taki proces tam zaistniał.

Trzeba też rozmawiać z młodymi ludźmi o tym, że cyberprzemoc to jest jednak przemoc. Często spotykam się z tym i myślę, że jest to niestety dosyć powszechne, że na takie przemocowe przekazy nie ma reakcji. Wiszą one w sieci, jest ich dużo i będzie coraz więcej. Wiele form takich zachowań stało się częścią normy i dzieci nie wiedzą już, że to jest przemoc.

W związku z tym nie zgłaszają one tego, co obserwują, albo czego doświadczają, bo wydaje im się, że tak trzeba się zachowywać. Dlatego bardzo ważne jest, żeby o tym rozmawiać, ale też żeby samemu reagować. Bo właśnie ten brak reakcji ze strony dorosłych powoduje normalizację tego zjawiska. A także buduje pewien rodzaj bezsilności. Bo po co to zgłaszać, jeśli dorośli nie reagują? A młodzi ludzie często sami sobie z tym nie poradzą. Natomiast wprowadzenie zakazu smartfonów w szkole nijak się ma do tego problemu.

W dyskusji o przemocy rówieśniczej zwraca się uwagę na grupy klasowe w ramach różnych komunikatorów. Niektórzy postulują, że odpowiedzią mogłyby być jakieś państwowe aplikacje do takich kontaktów, pozwalające na ich kontrolowanie i moderację. Tylko czy da

Młodych ludzi bardzo często dotyka „kombo przemocowe”

się stworzyć taki kanał komunikacji, który nie będzie jednocześnie motywował do szukania innych kanałów, już nie kontrolowanych? Ponadto chciałbym dopytać, jaka powinna być rola rodziców i nauczycieli w inicjowaniu takiej komunikacji między uczniami. Czy powinni wziąć to na siebie, czy jednak oddać sprawczość najmłodszym?

Oddanie sprawczości jest bardzo ważne, bo mówimy cały czas o kontaktach społecznych. Czasem nauczyciele zachęcają do tworzenia takich grup lub przysmykają oko na fakt, że takie grupy są przez uczniów tworzone. Jednak dzieci mają internet oraz potrzebę posiadania kontaktów społecznych. Więc myślę, że nie ma szans, by nie chciały wykorzystać sieci do kontaktu ze sobą. Po to, by dzielić się informacjami czy spotykać, by coś razem robić. To jest właściwe i nie ma potrzeby z tym walczyć.

Jednak, tak jak Pan wskazał, gdyby udało się opracować rozwiązanie techniczne, które byłoby bezpieczne, sprawdzone i w jakiś sposób można by sprawować nad nim pieczę, to wydaje mi się, że zmniejszyłoby to poziom zagrożenia.

Dziś klasy tworzą sobie grupy dyskusyjne, które są ogólnie dostępne. Jeszcze ok. 10 lat temu Big Techy bardziej chciały współpracować z władzami na rzecz bezpieczeństwa dzieci. Odnoszę jednak wrażenie, że teraz absolutnie nie interesuje ich aktywna praca w tej kwestii, ani głos instytucji, które się tym zajmują. I to jest bardzo duży problem w tym sensie, że rzeczywiście na tych grupach może się wiele dziać, a reakcja administratora jest właściwie żadna.

Od osób, które zgłaszają się do Poradni Dziecko w Sieci wiemy, że zdarzają się nadużycia związane z łamaniem prawa, jak np. pedofilia czy udostępnianie szkodliwych materiałów – wtedy ta reakcja już następuje. Natomiast przypadki cyberprzemocy, zwłaszcza te które nie były do końca jasne, ale wywoływały obawy, praktycznie nie spotkały się z reakcją. Dlatego trudno uznać, że obecnie dostępne kanały komunikacji są bezpieczne dla dzieci. Między innymi z tego powodu postulujemy, aby media społecznościowe były dozwolone od 15 roku życia.

Młodych ludzi bardzo często dotyka „kombo przemocowe”

A czy dzieci szukałyby kontaktów gdzie indziej? Oczywiście istnieje takie ryzyko, ale wydaje mi się, że część z nich by nie szukała i po prostu ograniczyła się do tych bezpiecznych kanałów. A ktoś, kto szuka alternatywy i tak ją znajdzie.

Dobłą drogą wydaje się jednak ta, żeby wprowadzić takie rozwiązania, bo dziś firmom, które oferują ogólnie dostępne rozwiązania, zależy przede wszystkim na tym, by zarobić pieniądze. A bezpieczeństwo interesuje je tylko o tyle, by ludzie w ogóle chcieli z tych rozwiązań korzystać.

Czyli powinniśmy bardziej stawiać na edukację niż zakazy. Jednak skupiliśmy się na przemocy w zamkniętych grupach dyskusyjnych, a wiemy, że dużym problemem są same social media i publikowanie kompromitujących materiałów w taki sposób, że dostęp do nich ma szersze grono ludzi. To może na pewno bardziej zabolęć. Czy w związku z tym postulat weryfikacji wieku i ograniczenia dostępu do social mediów dla młodych ludzi jest w stanie ograniczyć ten proceder i czy to jest słuszna droga? Niedawno poszła nią np. Australia.

Tak, ale też Francja teraz wprowadziła coś podobnego. W Fundacji uważamy, że ten problem dotyka nie tylko cyberprzemocy. Ze wszystkich zebranych badań i wniosków wynika, że na portalach społecznościowych jest tyle zagrożeń i mają one tak negatywny wpływ na kształtowanie się psychiki młodych ludzi, na ich układ nerwowy, że ograniczenie tego dostępu jest słuszne. Portale te skonstruowane są tak, żeby jak najwięcej z nich korzystać. A jeśli mówimy o nadużywaniu, czy też nadmiernym używaniu social mediów, to najbardziej podatne są na to młode osoby, ze względu na to, że ich układ nerwowy nie jest jeszcze dojrzały.

Patrząc na to, jak media społecznościowe wpływają na postrzeganie siebie, na samoocenę, jakie podpowiadają rozwiązania i jaki świat pokazują – który nie do końca przystaje do rzeczywistości – to nic dziwnego, że potem rodzą się z tego różne problemy. Młodzi myślą, że chcieliby być kimś, kim nie są i wyglądać tak, jak nie wyglądają. Do tego dochodzi narażanie na rzeczywiście szkodliwe treści, kontakt z niebezpiecznymi osobami, również z

Młodych ludzi bardzo często dotyka „kombo przemocowe”

pedofilami i wiele, wiele innych zagrożeń.

A patrząc na dobro dziecka, jego rozwój, to lepiej by było, gdyby małoletni do 15 roku życia nie korzystali z mediów społecznościowych. Takie wnioski płyną od specjalistów z całego świata. W Stanach Zjednoczonych zostały one porównane nawet do narkotyków. To znaczy, jest to rodzaj zachowania, który wzbudza bardzo podobne struktury mózgu, co niektóre narkotyki. Dając dzieciom takie coś, musimy mieć świadomość, że będzie to miało bardzo poważny wpływ na ich rozwój.

Wszystkie badania i programy, które prowadzimy w ramach Fundacji pokazują, że korzystanie z ekranu przez wiele godzin dziennie naprawdę ma ogromny wpływ na życie młodego człowieka, na jego zdrowie i rozwój – emocjonalny, poznawczy, społeczny. Bo do tego, by dobrze się rozwijać, potrzebujemy po prostu kontaktu z innymi ludźmi. A ekrany stanowią tu niestety poważną konkurencję. Dlatego uważamy, że należy lobbować za wyznaczeniem tej granicy nawet 15 roku życia.

Chciałbym teraz spytać o wzmocnienie ochrony wizerunku małoletnich. Czy tutaj widzi Pani potrzebę wprowadzenia czegoś takiego jak np. „Cyfrowa deklaracja praw dziecka”, czyli czegoś, co ułatwiłoby tę ochronę, tak aby wytyczyć konkretne kierunki i pomóc małoletnim chronić swój wizerunek.

Myślę, że to mógłby być fajny pomysł, dlatego że brakuje takich jasnych wytycznych dla rodziców, kiedy powinni, kiedy mogą, a kiedy może lepiej przemyśleć, czy publikować wizerunek dziecka lub godzić się na to. Każda taka deklaracja praw (cyfrowych czy ogólnych) jest pewnym zebraniem zasad, które mogłyby być pomocne dla rodziców. Znamy problem sharentingu, ale myślę, że sporo się teraz o tym mówi i dlatego staje się on mniej poważny, niż był kiedyś. Rośnie liczba osób, które przejmują się tym, żeby nie publikować danych swoich dzieci. Mamy też wielu influencerów, którzy dbają o to, by nie udostępniać zdjęć swoich dzieci. I ich przykład modeluje zachowania innych.

Młodych ludzi bardzo często dotyka „kombo przemocowe”

Natomiast opracowanie takiego zestawu zasad może być pomocne, bo to byłoby też wiarygodne źródło informacji. Często o sharentingu wspomina się w artykułach czy publicznych wypowiedziach, ale rodzice, którzy szukają dobrych wzorców, jak chronić wizerunek dziecka, nie wiedzą, do jakich źródeł sięgać. Bardzo cenne byłoby więc posiadanie takiego zbioru zasad bezpieczeństwa w internecie w jednym miejscu.

Czyli potrzebna jest edukacja tak dzieci, jak i dorosłych?

Myślę, że przede wszystkim dorosłych. Ostatnio często rozmawiam z dziennikarzami i zwykle jak zaczynamy dyskusję na temat dzieci, to i tak rozmowa kończy się na temat dorosłych. Więc tutaj ta edukacja dorosłych jest bardzo ważna, bo oni modelują zachowania najmłodszych. Mają też możliwość sprawdzić, co dzieje się z dziećmi w internecie. A przynajmniej powinni mieć świadomość, że mogą to zrobić.

Jeżeli rozmawiamy np. o stworzeniu Domowych Zasad Ekranowych, to zasady te, by były skuteczne, muszą zaczynać się od rodzica. Dlatego to rodzic warto, aby na początku sprawdził, jak sam korzysta z tych urządzeń i czy musi używać ich aż tyle. Dopiero później może wymagać różnych rzeczy od dziecka. Odwrotnie to nie zadziała.

Jak już jesteśmy przy edukacji – jak Pani ocenia to, że udało się od września wprowadzić w ramach przedmiotu edukacja zdrowotna dział dotyczący cyberbezpieczeństwa i higieny cyfrowej?

Myślę, że to bardzo dobrze, bo to jest rzecz w dzisiejszych czasach podstawowa. Póki to były zaproponowane tematy, które nauczyciele mogli zrealizować, ale nie musieli, jeśli nie mieli czasu, to było bardzo dużym utrudnieniem, ponieważ często tych tematów nie realizowali. Jest to tematyka, która absolutnie powinna być włączona do obowiązkowego programu nauczania. Wszyscy korzystamy z tego środowiska internetowego, a tym bardziej dzieci, więc bardzo ważne jest, żeby miały tę edukację. Ona leży nie tylko po stronie rodziców, ale też szkoły. Kluczowa jest edukacja systemowa, i wprowadzenie tego bloku tematycznego to

Młodych ludzi bardzo często dotyka „kombo przemocowe”

na pewno ważny krok w jej kierunku.

Wracając jeszcze do tej przemocy rówieśniczej, media często nagłaśniają ostatnio przypadki, czy to przerabiania deepfejkowych rozbieranych zdjęć, czy też trendu „sprzedawania kolegi” przez fałszywe ogłoszenia na portalach sprzedażowych. W sprawach takich interweniował Prezes UODO, przekazując organom ścigania wytyczne, jak interpretować przepisy dotyczące takiego przerabiania zdjęć. Ale z drugiej strony mieliśmy też interwencję RPO ws. nastolatki, która rozebrała zdjęcie koleżanki i trafiła za to do rejestru przestępców na tle seksualnym. Pytanie, na ile poważnie powinno się takie przypadki traktować, gdy sprawcami też są dzieci, które nie do końca zdają sobie sprawę z konsekwencji swoich czynów?

Myślę, że to dosyć trudne zagadnienie, bo większość tych spraw dotyczących cyberprzemocy charakteryzuje się tym, że motywacją sprawców często nie jest zrobienie krzywdy, tylko żartu. Jednak żarty mają też swoje granice. A po drugie, bardzo często jednak osoby te krzywdzą innych swoim działaniem.

Istnieje duże prawdopodobieństwo, że te osoby nie miały intencji handlu ludźmi czy rozpowszechniania materiałów przedstawiających wykorzystanie seksualne dzieci. Ale nieświadomie przecież to zrobiły. Często, gdy szkolimy młodych ludzi, to oni nie wiedzą, jak poważne jest to przestępstwo, że nie wolno posiadać takich materiałów czy ich dystrybuować. A przecież całe zjawisko sekstingu, czyli wysyłania swoich intymnych zdjęć innym osobom, też trochę dotyka tego problemu. Bo osoby, które taki seksting uprawiają mogą odpowiadać teoretycznie za przestępstwo – bo produkują i rozpowszechniają materiały erotyczne z udziałem nieletnich.

No, teoretycznie 17 latek może odpowiadać za posiadanie swoich własnych rozbieranych zdjęć sprzed lat, gdy nie ukończył jeszcze 15 roku życia...

Myślę, że w każdym kraju ta kwestia rodzi problemy prawne. Dlatego często też seksting jest traktowany trochę z przymrużeniem oka. W tym sensie, że ktoś może odpowiedzieć – i

Młodych ludzi bardzo często dotyka „kombo przemocowe”

my też w Poradni mamy takie zgłoszenia – że dzieci wysyłały sobie intymne zdjęcia. I rodzice jednego dziecka zobaczyli, że ono otrzymuje takie zdjęcia, więc zgłosili sprawę na policję. Wśród klientów naszej Poradni Dziecko w Sieci zdarzają się osoby, które dostały nakaz policyjny poddania się leczeniu, ponieważ dopuszczały się takich zachowań. Jednak przecież intencje tych dzieci zazwyczaj nie są złe, i nie działają one z zamiarem popełnienia przestępstwa. Dlatego w tej kwestii jest duże pole do edukowania.

Ważne jest też, by każdy przypadek sprawdzać. Bo w tych, o których mówiłam, mieliśmy do czynienia z dwojgiem dzieci, ale często przecież ktoś podszywa się pod dziecko. Dlatego potrzebna jest tu duża uważność, by weryfikować, czy po drugiej stronie na pewno jest dziecko, czy może jednak dorosły. I chociaż to być może bardzo zabawnie brzmi, że sprzedaje się kolegę na przysłowiowym Vinted, to przecież handel ludźmi też realnie istnieje i to nie są bajki. To musi jasno zabrzmieć. Dlatego, chociaż to kontrowersyjna kwestia, czasem uzasadniona jest silniejsza reakcja.

Bo kiedy kilka spraw nie zostanie zbagatelizowanych i nagłośnią je media, to będą one świetnym materiałem do edukacji, ciekawym case study, na podstawie którego można uczyć.

Zdecydowanie tak. Taka jest realność, że dziecko nie może pozwolić sobie na wszystko tylko dlatego, że jest dzieckiem. Trzeba przekazać także wiedzę, że pewnych rzeczy robić nie można. Czasem być może trzeba nałożyć na rodzica karę, by on zaczął też wymagać od swojego dziecka. Tak też jest z przemocą – jeśli nie ma na nią reakcji, to się powtarza. Dochodzi do tego, że jakiś czas temu zespół młodzieżowy w piosence dziękował nawet „za hejty”. A za hejty nie powinniśmy dziękować. Gdy pojawia się hejt, to trzeba go nazwać i powiedzieć stop. Bo dzieci czasem myślą, że to fajnie, iż ktoś hejtuje, bo wyraża zainteresowanie, i dlatego trzeba przełknąć te wszystkie negatywne emocje, które to wywołuje, a następnie zmienić swoje zachowanie, by zadowolić krytyków. I to nie jest OK.

Bo w ten sposób dojdziemy do przekonania, że ten kto nie jest hejtowany jest realnie wykluczony ze społeczeństwa i z grupy rówieśniczej.

Młodych ludzi bardzo często dotyka „kombo przemocowe”

Jeśli dojdziemy do tego, że ludzie będą się porozumiewać językiem hejtu, to po prostu trudno będzie wytrzymać w tej przestrzeni internetowej. Już są tacy, którzy nie wytrzymują i ponoszą konsekwencje – nieraz straszne. Jako psychoterapeutka często spotykam się z tym, że ktoś opowiada o przeszłych relacjach i z perspektywy czasu widzi, że one były toksyczne lub przemocowe, ale wtedy tego nie dostrzegał.

Bo po prostu tak się wtedy ze sobą porozumiewali w tej grupie. I ta osoba cierpiała, doświadczała przemocy, ale nie zdawała sobie z tego sprawy. Myślała, że to jest normalne. Nie czuła, że problemem jest właśnie to, że ci ludzie źle ją traktują i że nie powinna kontynuować tej relacji, bo to na nią źle wpływa. Dlatego tak ważne jest reagowanie i nazywanie tych zjawisk po imieniu. I pokazywanie, że pewnych rzeczy robić po prostu nie można.

Na koniec chciałbym wrócić do kwestii smartfonów w szkołach. Bo to nie tylko kwestia cyberprzemocy w trakcie zajęć, ale głównie możliwość robienia zdjęć i nagrań, które można później przerobić lub wykorzystać do wyśmiewania innej osoby. W szkołach, które taki zakaz już wprowadziły, dzieci przyznają, że żyją w mniejszej presji i strachu, że ktoś je nagra.

To jest bardzo ciekawe, myślę, że prawdopodobnie ta obecność smartfonów, nawet kiedy ktoś ich nie używa, od razu powoduje wyższy poziom lęku, że ktoś mnie może nagrać. To akurat przemawia bardzo na korzyść wprowadzanego zakazu. Bo po co dzieci jeszcze mają doświadczyć dodatkowego lęku? Już i tak mają tyle różnych rozwojowych problemów i zadań, którym muszą stawić czoła. To wszystko może generować określony poziom lęku i dodatkowe wzmacnianie go nie jest konieczne. Więc w tym kontekście faktycznie zmniejszenie czynników stresujących jest zasadne. Dzieci i tak mają za dużo zagrożeń, na które mogą napotkać w sieci. I obcowanie z technologią od urodzenia wyrobiło w nich taki antycypacyjny lęk, że sama obecność obok kogoś ze smartfonem powoduje zwiększone pobudzenie i czujność w związku z możliwością bycia nagrany.

Młodych ludzi bardzo często dotyka „kombo przemocowe”

