

Przemoc fizyczna i cyfrowa często idą w parze

Posted on 2026-09-02

Mimo gwałtownego rozwoju technologii w ostatnich latach, cyberprzemoc nie jest dominującą formą przemocy rówieśniczej. Wciąż częstsze są przypadki nękania w świecie realnym, często jednak prześladowanie wirtualne stanowi jego uzupełnienie. To ważne w kontekście toczącej się dyskusji o zakazie smartfonów w szkołach, granicy wieku korzystania z social mediów oraz metodach walki z deepfake'ami.

W badaniu „RÓWIEŚNICY 2026. Raport o przemocy rówieśniczej” uczestniczyło 2570 placówek edukacyjnych, do których uczęszcza prawie 165 tys. uczniów w wieku od 10 do 17 lat. Instytucje te wzięły udział w programie profilaktycznym przemocy rówieśniczej, w ramach którego przeprowadzono także ankietę wypełnianą online (CAWI) na szkolnych komputerach lub urządzeniach mobilnych w czasie zajęć. Z odpowiedzi musiano odsiać te zawierające braki, wypełnione podejrzenie szybko (automatycznie) albo mające charakter żartobliwy. Po tej modyfikacji wciąż pozostało niemal 143 tys. ankietowanych. Ok 1/4 z nich uczęszczała do szkół wiejskich, reszta do placówek w miastach. Zasięg badania objął wszystkie województwa. Największy odsetek (oszacowany na podstawie danych GUS o populacji dzieci w poszczególnych grupach wiekowych) stanowili uczniowie w wieku 13-15 lat (39,7 proc.) nieco mniej było dzieci w wieku 10-12 lat (35,4 proc.) oraz starszych nastolatków (24,9 proc.) Statystyka płci była mniej więcej równa (49 proc. chłopców i 46

proc. dziewcząt), choć ok. 4 proc. badanych zadeklarowało swoją płeć jako „inna”.

Po co młodzież korzysta dziś z internetu?

W badaniu przeanalizowano też, w jakim celu młodzi ludzie korzystają dziś z internetu. Najpopularniejsze jest oglądanie filmów w sieci (88 proc.) oraz słuchanie muzyki (87 proc.). Na trzecim miejscu znajdują się ex aequo rozmowy na komunikatorach i czatach oraz gry online (80 proc.). Ok. 2/3 badanych używa internetu do szukania materiałów na potrzeby nauki i hobby, a 1/3 publikuje własne treści. Tylko 14 proc. angażuje się online w akcje i projekty na rzecz innych.

Jeśli zaś chodzi o używane aplikacje, to odzwierciedlają one cele używania internetu. Dominują więc te do oglądania filmów (YouTube – 92 proc. oraz TikTok – 74 proc.) oraz komunikacji (Messenger – 77 proc.). Dużą popularnością cieszy się ChatGPT (69 proc.), Instagram (66 proc.) oraz Roblox (65 proc.). Nieco mniej osób korzysta z WhatsAppa i Facebooka (po 58 proc.). Tylko co drugi badany używa Snapchata, a prawie połowa (47 proc.) ma Discorda. Listę zamykają Twitch (21 proc.), X (17 proc.) oraz Telegram (12 proc.)

Warto jednak zwrócić uwagę na pewne różnice między płciami w tej kwestii. Dziewczyny częściej słuchają muzyki (91 proc.), używają komunikatorów (82 proc.), szukają materiałów do nauki (70 proc.) i publikują własne treści (39 proc.) Chłopcy natomiast przeważają w grach (90 proc.). W tym wypadku również cele używania sieci odbijają się na wykorzystywanych aplikacjach. Dziewczeta częściej korzystają z Messengera i WhatsAppa, a także TikToka, Instagrama, Facebooka i Snapchata. U chłopaków zaś popularniejsze są związane z grami Discord i Twitch, ale też X oraz Telegram. Autorzy badania zwracają

uwagę, że mimo iż aplikacje te dostępne są od 13 roku życia, to w grupie wiekowej 10-12 lat aż 54 proc. ma TikToka, a ponad 1/3 Facebooka i Instagrama.

Przemoc rówieśnicza dotyka 9 na 10 młodych ludzi

Niestety, wynik badania pokazuje, że doświadczenie przemocy rówieśniczej wciąż jest wśród polskich uczniów i uczennic powszechne. Z jakąś formą przemocy spotkało się 87 proc. ankietowanych, przy czym 3/4 doświadczyły cyberprzemocy, a prawie 2/3 – jakiegoś rodzaju przemocy fizycznej. Najczęstszym rodzajem prześladowania jest wyśmiewanie i krytykowanie za wygląd (58 proc.), które często było też kontynuowane przez wysyłanie nieprzyjemnych wiadomości online (56 proc.) Ponad połowa doświadczyła wykluczenia z grupy lub aktywności w sieci, a także celowego uderzenia (po 53 proc.).

Jedną z najpoważniejszych form przemocy jest bullying (dręczenie rówieśnicze), definiowane w badaniu jako celowe, powtarzalne działanie krzywdzące rówieśnika, które charakteryzuje się nierównowagą sił lub zasobów (fizycznych, społecznych, językowych) oraz związana z tym trudność osoby krzywdzonej w bronienu się. Jego cyfrowym odpowiednikiem jest cyberbullying (dręczenie rówieśnicze w internecie). Raport wskazuje, że wciąż bullying jest częstszy (31 proc.) od swojej formy online (20 proc.). Warto jednak podkreślić, że 14 proc. badanych doświadczyło obu form prześladowania (a zatem 17 proc. dotknął tylko bullying, a 6 proc. – tylko cyberbullying).

Podobnie jest w przypadku sprawców nękania rówieśniczego. Aż 1/4 ankietowanych przyznała się do stosowania tej formy przemocy, przy czym ponad połowa z tej liczby (a 14 proc. z ogółu badanych) sama również doświadczyła bullyingu. Jedynie 17 proc. to osoby,

które będąc ofiarami prześladowania, same go nie stosowały. O ile w przypadku doświadczania cyberbullyingu nie ma dużych różnic między chłopcami a dziewczynami (19 do 20 proc.), to już w przypadku sprawstwa proporcja ta wynosi 15 do 10 proc.

Prześladowanie w sieci jest popularniejsze wśród młodszych uczniów

Podobnie z nękaniami rówieśniczym online – doświadcza go odpowiednio 30 proc. chłopców i 31 proc. dziewczynek, ale do stosowania deklaruje również 3 na 10 chłopaków i tylko 1 na 5 dziewczyn. Najwyższy odsetek doświadczających obu form dręczenia deklarowany jest wśród osób wskazujących płeć „inna” – wynosi on 38 proc. dla bullyingu i 30 dla cyberbullyingu. W grupie tej najwyższy jest też odsetek nękających w sieci – aż 23 proc. (w przypadku dręczenia offline jedynie 24 proc.).

O ile doświadczenie dręczenia rówieśniczego w świecie realnym jest najczęstsze w grupie najmłodszych (34 proc.) badanych, to już sprawcami nieco częściej są nastolatki w wieku 13-15 lat (27 do 26 proc. w grupie wiekowej 10-12). W przypadku cyberbullyingu obie grupy doświadczają go równie często (21 proc.), ale znów w przedziale wiekowym 13-15 lat jest stosowany nieco częściej (15 do 13 proc.). Najrzadziej, zarówno sprawcami, jak i ofiarami obu form nękania są badani z najstarszej grupy (16-17 lat).

Co zrobić, by ograniczyć skalę cyberprzemocy?

Na konferencji prezentującej raport zebrali się przedstawiciele organizacji trzeciego sektora, organów administracji, mediów, a także nauczyciele i edukatorzy. Osoby te wzięły udział w warsztatach, których celem było wypracowanie dodatkowych rekomendacji w celu przeciwdziałania różnym formom przemocy rówieśniczej.

- W grupie poświęconej cyberprzemocy zwracano uwagę przede wszystkim na konieczność ściślejszej kontroli treści, z jakimi dzieci stykają się w aplikacjach. Pojawił się nawet postulat stworzenia oficjalnej, państwowej aplikacji do kontaktów w ramach społeczności szkolnej, która mogłaby być oparta np. na mObywatelu. Jednak nie zapobiegłoby to tworzeniu alternatywnych, nie moderowanych kanałów komunikacji. - mówi Szymon Cydzik, starszy specjalista w Departamencie Komunikacji Społecznej Urzędu Ochrony Danych Osobowych.

Skuteczna weryfikacja wieku to podstawa bezpieczeństwa młodych w sieci

Inną ważną dyskusją, która toczy się w coraz większej liczbie krajów, jest wprowadzenie granicy wiekowej dla korzystania z mediów społecznościowych. RODO przewiduje, że skuteczne wyrażenie zgody na przetwarzanie danych przez osobę, której one dotyczą (co

jest niezbędne do korzystania z tych aplikacji) wynosi 16 lat – choć państwa członkowskie mogą obniżyć ją do nie mniej niż 13 roku życia. Tę drugą granicę stosuje w swoich regulaminach większość aplikacji, co wynika z prawa amerykańskiego.

– Wyniki raportu w kwestii stosowania cyberbullyingu mogą sugerować jednak przyjęcie granicy lat 16, jako że w tym przedziale odsetek osób przyznających się do tej praktyki spada z 15 do 12 proc. w porównaniu z grupą 13-15 lat. Jednak warunkiem jest zmuszenie dostawców usług do wprowadzenia skutecznej weryfikacji wieku – inaczej każda granica będzie jedynie fikcją. UODO aktywnie uczestniczy w dyskusji na ten temat, choćby przy okazji przepisów o Europejskim Portfelu Tożsamości Cyfrowej (eIDAS2). Należy bowiem znaleźć rozwiązanie, które pozwoli chronić dzieci bez zbytej ingerencji w prywatność internautów.

Klimat szkoły i empatyczne środowisko zmniejszają skalę przemocy rówieśniczej

Autorzy raportu w przedstawionych rekomendacjach, zwrócili też dużą uwagę na klimat szkoły i promowanie empatii, które są wprost powiązane z częstotliwością występowania przemocy. Należy też wprowadzić jasne procedury zgłaszania przypadków przemocy rówieśniczej i reagowania na nią – najbardziej bowiem szkodliwe są przypadki, gdy uczeń zgłasza prześladowanie (siebie lub kogoś innego) zaufanemu dorosłemu, który deklaruje, że rozwiąże problem, ale nic w tym kierunku nie robi. Ważne jest także uświadamianie uczniów, jak bezpiecznie korzystać z internetu, jak rozwiązywać konflikty w grupie oraz jak rozpoznawać przypadki przemocy rówieśniczej i na nie reagować.

UODO w tym kontekście od długiego czasu zwraca uwagę na konieczność ochrony wizerunku małoletnich, szczególnie przez szkoły, przedszkola i inne placówki edukacyjne. To kwestia ważna, gdyż obecnie niemal każde zdjęcie może być wykorzystane w celu przemocy rówieśniczej online. Pokazuje to przykład wygenerowania za pomocą AI „nagiego” zdjęcia koleżanki z klasy. Mimo, że od czynu minął rok, prokuratura systematycznie umarza śledztwa inicjowane wnioskami Prezesa UODO. Inny niepokojący przykład przemocy rówieśniczej to trend „sprzedawania kolegi” poprzez ogłoszenia na portalach zakupowych ze zdjęciem i prześmiewczym opisem rówieśnika.

Internet dzieci 2026 – uczniowie spędzają w sieci prawie 4,5 godziny dziennie

Na inne zagrożenia związane z korzystaniem przez dzieci z internetu i urządzeń mobilnych (głównie smartfonów) zwraca uwagę raport „Internet Dzieci 2026”. Raport ten został przygotowany przez Fundację Instytut Cyfrowego Obywatelstwa, Polskie Badania Internetu, firmę Gemius oraz Państwową Komisję do spraw przeciwdziałania wykorzystaniu seksualnemu małoletnich poniżej lat 15 (PKDP). Urząd Ochrony Danych Osobowych jest jednym z patronów tego raportu.

Raport „Internet dzieci 2026” obejmuje nieco młodsze grupy wiekowe, bo głównie osoby od 7 do 14 roku życia. Według tych danych dzieci w tym przedziale wiekowym, które korzystają z internetu jest w Polsce 2,6 mln. Raport ten pokazuje też, że młode osoby średnio każdego dnia spędzają w internecie 4 godziny i 25 minut, a 88 proc. tego czasu online spędzają na urządzeniach mobilnych. Autorzy raportu zwracają uwagę, że dzieci korzystają z internetu

intensywniej niż inne grupy internautów. Choć stanowią 8,7 proc. użytkowników internetu, to generują 11 proc. całkowitego czasu spędzanego w sieci.

Tik-Tok najpopularniejszą aplikacją wśród najmłodszych internautów

Młode osoby najwięcej swojego czasu online spędzają na TikToku – 29 proc.. Na drugim miejscu jest YouTube, który pochłania 22 proc. uwagi dzieci. 11 proc. swojego czasu online przeznaczają na serwisy społecznościowe (inne niż TikTok). Nieco mniej, bo 10 proc. czasu online to komunikatory. Na dalszych miejscach pozostają serwisy streamingowe inne niż YouTube, gry online oraz serwisy z kulturą i rozrywką.

- To co może niepokoić to fakt, że tak intensywne korzystanie z internetu przez młode osoby powoduje, że liczne serwisy przetwarzają ich dane osobowe. I są to nie tylko dane niezbędne do założenia np. konta w danym serwisie, ale i informacje o tym, co te osoby oglądają, jak korzystają z internetu. Dlatego podczas prezentacji raportu „Internet dzieci 2026” zaproszeni eksperci zwrócili uwagę, że młode osoby są niezwykle atrakcyjne dla reklamodawców. A to oznacza, że dochodzi jeszcze ryzyko profilowania tych osób – mówi Łukasz Kuligowski, zastępca dyrektora Departamentu Komunikacji Społecznej w UODO.

Dzieci stykają się w internecie z erotyką i reklamami alkoholu

Raport pokazuje jednak, że młode osoby spędzając tak wiele czasu mają styczność z materiałami, które nie są dla nich przeznaczone. 1,2 mln osób w wieku od 7 do 14 lat miało kontakt z reklamami piwa alkoholowego w aplikacjach społecznościowych. Według raportu aż 32 proc. dzieci miało kontakt z treściami erotycznymi.

Ta druga dana jest niepokojąca, szczególnie gdy zapoznamy się nie tylko z suchymi danymi raportu, ale i z rozdziałem „Królicza nora w kieszeni: jak algorytmy social mediów kształtują świat najmłodszych internautów” dr hab. Anny Miotk z Polskich Badań Internetu oraz Uniwersytetu Warszawskiego.

- Autorka pokazuje, jak działają współczesne algorytmy w internecie, które profilują nas, nie tylko po to, by wyświetlać nam treści związane z tym czym faktycznie się interesujemy, ale i takie, które na dłużej mogą przykuć naszą uwagę. Podpowiadają coraz to kolejne treści, które mogą nas wciągnąć, zszokować itp. Istnieje więc duże ryzyko, że dziecko nie będzie szukało określonych treści, ale i tak do nich dotrze niejako „wsiąkając” w coraz to kolejne, podpowiadane przez algorytm treści - mówi Łukasz Kuligowski.

Konieczna klasyfikacja treści online jako odpowiednich dla dzieci

Przywołana ekspertka zwraca też uwagę, na zagrożenie, jakim jest to, że algorytmy sterują uwagą i podpowiadają dzieciom, co jest ważne, modne albo „normalne”. Autorzy raportu dostrzegając liczne zagrożenia dla młodych użytkowników internetu rekomendują wprowadzenie europejskiego systemu klasyfikacji produktów i usług cyfrowych według poziomu ryzyka, szczególnie w odniesieniu do dzieci.

Kolejnym postulatem jest uwzględnienie regulacji gospodarki cyfrowej jako elementu polityki zdrowia publicznego oraz ochrony praw dziecka. Zalecają również wprowadzenie minimalnego wieku dostępu do serwisów społecznościowych i przeniesienia odpowiedzialności za egzekwowanie ograniczeń wiekowych na dostawców usług cyfrowych, a także ograniczenie mechanizmów typu „addictive design”, które zwiększają ryzyko nadmiernego korzystania z usług cyfrowych przez dzieci i młodzież. Ponadto usługi cyfrowe dla dzieci powinny ograniczać mechanizmy zwiększające intensywność korzystania, takie jak infinite scroll, autoplay, systemy powiadomień czy rekomendacje algorytmiczne. Twórcy raportu postulują również zwiększenie ochrony dzieci i młodzieży w obliczu rozwoju narzędzi opartych na sztucznej inteligencji oraz wzmacnianie skuteczności egzekwowania przepisów w środowisku cyfrowym.

Przemoc fizyczna i cyfrowa często idą w parze

