

DZIEWCZYNKI I KOMUNIKATORY

RAPORT
FUNDACJI KOSMOS
DLA DZIEWCZYNEK

Partner debaty i raportu

Deloitte. Fundacja
by Deloitte



Szat. Spam. Samowolka.

Takich określeń używają 10- i 11-letnie ekspertki, kiedy opisują, czego doświadczają na grupkach na WhatsAppie.

Komunikatory dorosłym wydają się neutralnym narzędziem do porozumiewania się dzieci, chociaż zgodnie z prawem nie powinno ich tam być, jeśli nie skończyły 13. roku życia. Znamy to. Córka dowie się, co było w szkole, gdy chorowała. Porozmawia ze znajomymi po lekcjach, dostanie screena zadań z matematyki, wymyśli prezent dla wychowawczynie na Dzień Nauczyciela. Tymczasem raport *Dziewczynki i komunikatory* Fundacji Kosmos dla Dziewczynek pruje ten niewinny wizerunek i pokazuje, że dzieci w wieku szkolnym komunikują się przez to narzędzie w sposób chaotyczny i pozbawiony reguł. Dziewczynki, ale chłopcy również, są przez cały dzień bombardowani niskokalorycznymi wiadomościami, piszą rzeczy, których nigdy nie powiedzieliby sobie osobiście, oceniają nawzajem swój wygląd i atrakcyjność społeczną oraz dostają niezliczone łańcuszki typu: „Jeśli nie prześlesz tej wiadomości do kolejnych 10 osób, twoja mama umrze w ciągu dwóch dni”. I tak, trochę wiedzą, że to żart, a trochę się tym martwią.

Po co kolejny raport? Oczywiście dyskusja na temat „młodych i mediów cyfrowych” obecna jest w przestrzeni publicznej, ale rzadko do rozmowy zaprasza się najmłodsze pokolenie. Chcemy wstuchiwać się w to, co mówią dziewczynki, namierzać i poruszać z nimi ważne dla nich tematy, o których tak na poważnie i głęboko **rzadko rozmawiają z dorosłymi**. Ten raport i towarzysząca mu Debata Dziewczyńska nie wydarzyłyby się bez wsparcia **Fundacji Deloitte Polska**, która rozumie, jak ważne jest włączanie dziewczynek do dyskusji, innowacyjne mapowanie współczesnych problemów społecznych i opiekowanie się przyszłością.

Co mamy zrobić ze wszystkimi rzeczami, o których z taką szczerością i odwagą mówią nasze ekspertki? Tu i teraz **pozbyć się złudzenia, że komunikatory to niewinne narzędzia**. I tak, zaglądamy na WhatsAppa córki czy syna. Sprawdzajmy, kto do nich pisze. Zastanówmy się ze szkolną radą rodziców, czy nie zaproponować dzieciom alternatywy do komunikatorów. Ale przede wszystkim domagajmy się zmian systemowych i ogólnych regulacji (np. skutecznej weryfikacji wieku przez platformy). Bo przerzucanie całej odpowiedzialności tylko na dzieci i opiekunów po prostu nie działa. Więcej rekomendacji przeczytacie na końcu raportu. Zapraszam do lektury.

Sylwia Szwed

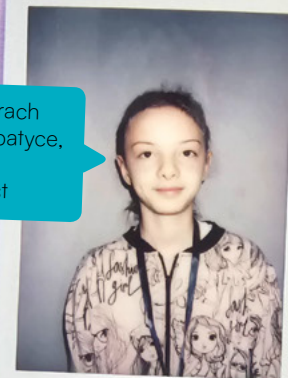
prezeska Fundacji Kosmos dla Dziewczynek

NASZE EKSPERTKI



Basia
11 lat, Warszawa

zna się na fretkach i jeździe konnej



Carmen
11 lat, Poznań

zna się na grach wideo, akrobatyce, rysowaniu, robieniu ciast



Ola
11 lat, Legnica

zna się na gotowaniu i klockach Lego



Zosia Nawojka
11 lat, Poznań

zna się na mitologiach — nordyckiej, słowiańskiej, greckiej i trochę rzymskiej



Dorotka
10 lat, Kraków

zna się na śpiewaniu, gotowaniu i sprzedawaniu różnych rzeczy



Iga
10 lat, Kraków

zna się na tańcu, dużo wie o magazynie „Kosmos”



Dobrusia
11 lat, Poznań

zna się na szydełkowaniu, rysowaniu i kotach



Hania
10 lat, Poznań

zna się na robieniu mydełek oraz innych rzeczy DIY i na ekologii



Maja „Al”
10 lat, Warszawa

zna się na nauce, matematyce, geografii i historii, szczególnie starożytnej



Marysia „Mary”
12 lat, Warszawa

zna się na robieniu biżuterii, jeździe na nartach, rozmowach, językach i zaprzyjaźnianiu się



Tosia „Tofik”
10 lat, Poznań

zna się na szkiecowaniu, jeździe na rolkach i zaprzyjaźnianiu się

zna się na siatkówce,
rysowaniu, rozwiązywaniu
zagadek logicznych
i szybkiej nauce



Maria „Loczek”
11 lat, Poznań



Basia „Horsejka”
10 lat, pod Łodzią w otoczeniu lasu

zna się na jeździe
na rolkach,
pływaniu
i trenowaniu
swojego psa



Ala
10 lat, Lublin



Emilia „Emi”
10 lat, Warszawa

zna się na pisaniu opowiadań,
językach obcych, opiece nad
kotami, jeździe na rolkach,
rysowaniu i czytaniu „Kosmosu”

zna się na koniach,
mówieniu do nich
i spacerach z nimi



Pola
11 lat, Poznań

zna się
na informatyce,
balecie
i łyżwiarstwie
figurowym



Ania
11 lat, Łódź

zna się
na graniu
na ukulele
i gitarze,
rysowaniu,
tańczeniu
i śpiewaniu



Laura
11 lat, Poznań

zna się na Harrym
Potterze, matematyce,
jeździe na rolkach,
grze na pianinie



Hela
11 lat, Poznań

zna się na Harrym
Potterze, czytaniu,
rysowaniu
i na zwierzętach



Iga
10 lat, Kraków

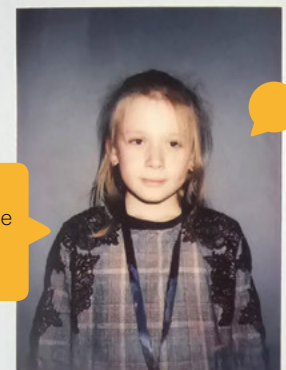
zna się
na pieczeniu,
teatrze
i komiksach



Lisa
11 lat, Poznań

zna się na grze
na pianinie i w piłkę
nożną oraz
na rysowaniu komiksów

zna się
na matematyce
i uczeniu się
angielskiego



Lila
10 lat, okolice Wrocławia

JAKIE TEMATY PORUSZA TEN RAPORT?

Świat komunikatorów, a konkretniej: WhatsApp

Język i komunikacja na komunikatorach

Co jest pociągającego w komunikatorach, ale też dlaczego dziewczynki uważają je za niezbędne

Grupy na komunikatorach

Gry i zabawy na komunikatorach

Czerwona strefa, czyli zagrożenia i trudności

Limity – potrzebne, choć niekoniecznie lubiane

Dziewczyńskie postulaty

Komentarze eksperckie

JAK POWSTAŁ TEN RAPORT?

Nasz raport podsumowuje **głosy 22 dziewczynek w wieku 10–11 lat**, które w październiku 2024 roku spotkały się w Poznaniu w ramach trzeciej dorocznej Debaty Dziewczyńskiej, zorganizowanej przez Fundację Kosmos dla Dziewczynek przy wsparciu Fundacji Deloitte w poznańskim biurze Deloitte.

Ideą debaty jest wysłuchanie głosów dziewczynek i zapewnienie im przestrzeni, gdzie mogą mówić swobodnie i otwarcie, wymieniać się opiniami, zgadzać ze sobą i mieć odrębne zdanie, pokazywać swój świat i to, co jest w nim ważne. Traktujemy je jak ekspertki od dziewczynskiej codzienności. To one wiedzą najlepiej, jaka jest ich rzeczywistość i co się w niej liczy.

W tym roku debata dotyczyła roli ekranów i korzystania z telefonów komórkowych przez dziewczynki.

Nasze ekspertki, uczestniczki debaty, to prenumeratorki „Kosmosu dla dziewczynek” pochodzące z Poznania i jego okolic, Warszawy, Łodzi, Krakowa, Legnicy, Lublina oraz okolic Wrocławia. Zostały wylosowane spośród dziewczynek, których rodzice prenumerują „Kosmos”, zgłoszonych do udziału w debacie.

W kameralnych grupach pod okiem **trenerek** (naczelnicy pisma Anny Błaszkievicz, redaktorki Katarzyny Michalczak oraz wicenzelnicy, Joanny Czczott), a potem na forum prowadzonym przez moderatorkę (Sylwię Szwed, prezeskę Fundacji Kosmos dla Dziewczynek) **nasze ekspertki dyskutowały o swoich doświadczeniach, dzieliły się swoimi zwyczajami, spostrzeżeniami, emocjami.**

Debata została przeprowadzona w oparciu o standardy ochrony dzieci. **Wszystkie uczestniczki Dziewczyńskiej Debaty zgodziły się na udział w spotkaniu, nagrywanie ich głosu i robienie im zdjęć.** Zgodę wyrazili również ich rodzice.

Raport powstał na podstawie **nagrań rozmów z dziewczynkami i transkrypcji z tych nagrań.**



O CZYM JEST, A O CZYM NIE JEST TEN RAPORT?

To miał być raport o relacji dziewczynek i ekranów. Jednak w trakcie debaty okazało się, że **najważniejszym tematem, budzącym najsilniejsze i najbardziej różnorodne emocje, są komunikatory, a zwłaszcza WhatsApp**, czyli aplikacja, z której – zgodnie z ograniczeniami wiekowymi – nie powinny korzystać, a robią to niemal wszystkie.

Poruszyło nas, jak mocno ten konkretny komunikator obecny jest w życiu dziewczynek, jak wiele wątków z nim związanych jest trudnych dla nich, a także, że to taki obszar, gdzie dziewczynki właściwie są zdane same na siebie — bez wsparcia dorosłych. Zdajemy sobie sprawę, że dziś dla naszych ekspertek jest to WhatsApp, ale jutro może być zupełnie inny komunikator. Być może są też dziewczynki, które do porozumiewania się z rówieśnikami używają innych narzędzi.

Dlatego postanowiliśmy podążyć za ich głosem i zdecydowałyśmy, że to **komunikatory będą głównym tematem tegorocznego raportu**. Za tą decyzją stoi też przekonanie, że o tym, jak dziewczynki korzystają z telefonów komórkowych, do czego ich używają, wiemy już całkiem sporo. O komunikatorach wiemy, że za ich pomocą dziewczynki porozumiewają się, że używają ich codziennie. Ale o tym, jak to robią i z czym to się wiąże, dowiadujemy się dopiero od nich. **Otwartość dziewczynek pozwoliła nam dostrzec w tym obszarze wiele nowych, istotnych aspektów**. Opowiemy wam o tych odkryciach.

To nie jest raport naukowy ani badawczy — to raport partycypacyjny. Słuchałyśmy uważnie tego, co mówiły dziewczynki w trakcie debaty. Naszą rolą jest podsumowanie ich wypowiedzi — z oddaniem wszelkich różnic i niuansów.

Nie uśredniamy tego, co powiedziały. Nie generalizujemy. Wskazujemy za to istotne obszary i obecne w ich obrębie trendy. Staramy się uchwycić to, co naprawdę ma znaczenie dla dziewczynek. Pokazujemy ich perspektywę. Dlatego znajdziecie tu bardzo dużo cytatów z wypowiedzi naszych młodych ekspertek. Żaden cytat nie jest przypisany do konkretnej dziewczynki — dzięki temu możemy opowiedzieć także bardziej osobiste czy trudne historie, które usłyszałyśmy od uczestniczek debaty.

Dziewczynki wpuściły nas do swojego świata i pozwoliły zajrzeć tam, gdzie dorośli nieczęsto mają wgląd. Dużo miejsca poświęciliśmy temu, co je cieszy i pociąga w używaniu komunikatorów, ale również swoim obawom, smutkom i lękom z tym związanym. A także samotności, która im w tym towarzyszy.



Zachęcamy was bardzo do wsluchania się w ich głos i potrzeby.

Ja bym chciała mieć
jakąś taką nową technologię
typu „opiekun”, że kasuje
wszystkie nieładne rzeczy
z internetu tak w ogóle.



PODSUMOWANIE DEBATY FUNDACJI KOSMOS DLA DZIEWCZYNEK

- 1** W rozmowie o telefonach **temat komunikatorów wyływał sam i z miejsca budził dużo emocji**. Dziewczynki korzystają z komunikatorów, ale raczej o nich nie rozmawiają z dorosłymi, mimo że z ich używaniem wiąże się sporo kwestii trudnych, takich jak hejt, wykluczenie, przebudżcowanie.
- 2** W świecie dziewczynek, z którymi rozmawialiśmy, **rządzi jeden komunikator — WhatsApp**. Choć zgodnie z regulacjami prawnymi jest dostępny dla osób od 13. roku życia, korzystają z niego też młodsze dzieci. Im i ich rodzicom wydaje się całkiem bezpieczny i przede wszystkim — potrzebny. Myśli tak bardzo wiele osób, więc trudno się z tej grupy wyłamać i zrobić inaczej, to znaczy nie korzystać w ogóle z komunikatorów.
- 3** **Komunikatory to całe mikrouniwersum**. Choć wydawałoby się, że są narzędziem czysto użytkowym i niegroźnym, a bycie na komunikatorowej grupie klasowej to nic złego, okazuje się, że z używaniem komunikatorów wiąże się znacznie więcej funkcjonalności niż tylko wymiana wiadomości tekstowych — a także mnóstwo emocji.
- 4** **Dziewczynki mają poczucie, że nieobecność na komunikatorze wykluczy je z ważnej części rówieśniczego świata**. Z jednej strony więc chcą tam być, by czuć przynależność do wspólnoty, z drugiej — czują się trochę sytuacyjnie przymuszone i przytłoczone tym przymusem.
- 5** **Komunikator jest narzędziem ułatwiającym korzystanie z ważnych dla dziewczynek zasobów** — tak uważa większość uczestniczek debaty. W razie nieobecności w szkole usprawnia zapytanie o lekcje czy inne szkolne tematy; pomaga tworzyć i podtrzymywać relacje z najbliższymi koleżankami; umożliwia bycie w kontakcie z koleżankami, które mieszkają daleko.
- 6** **Komunikatory to także popularna platforma rozrywki** — dziewczynki uczestniczą w wielu różnych grupach i aktywnościach o charakterze gier, jak wysyłanie śmiesznych filmików, udział w łańcuszkach czy ustawianie „statusów”.
- 7** Jednocześnie **komunikatory przekraczają granice dziewczynek w wielu obszarach**: na poziomie języka używanego przez uczestników i uczestniczki komunikatorowych grup, liczby powiadomień, bycia ocenianymi przez innych z pomocą tego medium.

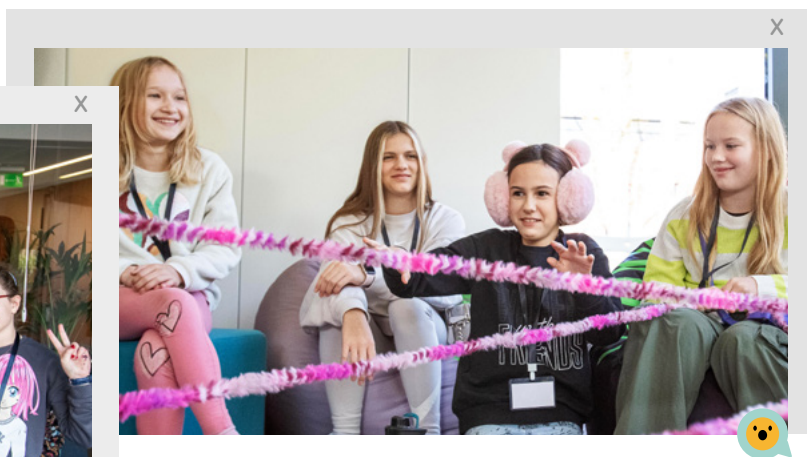
8 Dziewczynki dużo mówiły o tym, że liczba wiadomości silnie je **przebodźcowuje** — komunikator sprawia, że są w swego rodzaju **spirali komunikacyjnej**, w której wiele treści ma dla nich słabą jakość. W efekcie to **produkty komunikacyjnopodobne**. Podkreślały też, że ich rówieśnicy potrafią **robić na komunikatorze rzeczy, których nigdy nie zrobiliby w bezpośrednim kontakcie**, że na porządku dziennym są tam kłótnie, obgadywanie i wyzywanie innych. W związku z niektórymi mechanizmami działania komunikatorów dziewczynki często **czują niepokój, smutek, lęk o siebie i swoich najbliższych**.

9 **Na komunikatorach nie ma żadnych reguł ani osób dorosłych kontrolujących to, co się tam dzieje**. Dziewczynki podkreślają, że im się to nie podoba. Dorośli nie wspierają ich w uczeniu się tego, jak się w tej przestrzeni zachowywać i jak reagować na trudne sytuacje. Dziewczynki czują się w tym samotne.

10 **Komunikatory to platforma, na której dziewczynki z łatwością mogą wejść w kontakt z obcymi osobami**. Niektóre wydają się świadome związanych z tym zagrożeń, ale nie wszystkie.

11 Dziewczynki czują, że korzystanie z telefonów i komunikatorów wymaga ograniczeń i regulacji. **Niektóre deklarują, że same ograniczają sobie używanie telefonu. Większość ma limity nałożone przez rodziców**. Najpopularniejsza forma limitów rodzicielskich to limity czasowe. Inne formy kontroli rodzicielskiej, też nazywane przez dziewczynki limitami, to brak zgody na instalowanie konkretnych aplikacji, zakaz używania TikToka czy Facebooka.

12 Dziewczynki mają zróżnicowane podejście do limitów rodzicielskich dotyczących używania telefonów komórkowych. Te najczęściej wybierane przez mamę czy tatę, czyli **limity czasowe, przez wiele z nich były oceniane jako utrudniające życie i frustrujące, choć część naszych ekspertek uważa, że są potrzebne**. Jednocześnie dziewczynki deklarowały, że **potrzebują wsparcia dorosłych w sferze używania komunikatorów, które wykroczyłoby poza wprowadzenie limitów** i opierałoby się na mądrym towarzyszeniu im w poruszaniu się po tym świecie.



ŚWIAT KOMUNIKATORÓW, CZYLI ŚWIAT WHATSAPPA



CYTATY
Z WYPOWIEDZI
NASZYCH
EKSPERTEK



„ Fajne jest to, że można się [na WhatsAppie] kontaktować z ludźmi, że można wysłać zdjęcie, że można tworzyć grupy. To jest bardzo fajne. **Ale jest taki znaczek, że są nieodczytane wiadomości, i to denerwuje.** Trzeba to kliknąć, żeby zniknął.

„ Ja korzystam z WhatsAppa i bardzo mi się podoba, że na nim można zrobić sobie takiego swojego awatara i go wysłać. Naprawdę dużo piszę na WhatsAppie.



„ A ja miałam ostatnio taką sytuację na WhatsAppie, niedawno dołączyłam do mojej grupy klasowej. Cieszyłam się z tego, że będę miała jakiś kontakt przez telefon. Było to bardzo blisko Dnia Nauczyciela, mieliśmy kupić pani prezent, ona uczy przyrody i bardzo lubi składać Lego, więc chciałyby takie kwiatki z Lego. **Zobaczyłam na WhatsAppie, że z dwieście powiadomień mi przyszło i naprawdę wszystkie były niemile,** bo mój kolega, którego naprawdę bardzo lubię, bo przyjaźnimy się już cztery lata, zaczął nas wyzywać od kwadratowych mózgow, że to za drogi prezent.



„ U mnie na grupce klasowej jest zawsze jakieś pięćdziesiąt wiadomości, samych kłótni. Na przykład ktoś zapytał: co robicie? — a taka koleżanka od razu pisze mu, że te wiadomości są takie bezsensowne, po co je piszesz, no i kłótnia, i kolejne pięćdziesiąt wiadomości.

„ **WhatsApp ma dobrą i złą stronę,** bo można na nim wysłać więcej rzeczy niż w wiadomościach. WhatsApp jest wygodniejszy w przesyłaniu tych wszystkich rzeczy. Ale też ma te grupy i **można zrobić jakąś taką złą grupę, taką, że się pisze złe rzeczy,** albo za dużo tych grup.



1

Smartfony są częścią świata dziewczynek. Większość naszych ekspertek ma własny telefon. Pojedyncze dziewczynki nie posiadały smartfona, jedna – zamiast niego stary model Nokii. Z wypowiedzi dziewczynek wynikało, że **nowoczesny telefon jest elementem budującym status, a nieposiadanie go może odsunąć na margines w grupie rówieśniczej.**

2

Jeśli dziewczynki mają smartfon, to korzystają z komunikatorów, a w zasadzie z WhatsAppa (i czasem nawet wtedy, gdy nie mają smartfona – jedna dziewczynka w takiej sytuacji brała udział w rozmowach grupy whatsappowej swojej szkolnej klasy z telefonu jednego z rodziców). Większości dziewczynek rodzice nie pozwalali korzystać z TikToka, Instagrama czy Facebooka (jedna używała Messengera); tylko niektóre miały dostęp do YouTube'a. **WhatsApp za zgodą rodziców mogły używać prawie wszystkie uczestniczki naszej debaty.**

WhatsApp to komunikator powszechnie wykorzystywany w grupach klasowych i innych grupach rówieśniczych online, do których należą dziewczynki. Wystarczy mieć numer telefonu, by się do niego zalogować. I choć z prawnego punktu widzenia dolna granica użytkowania komunikatora to 13 lat, wiek osób używających go nie jest w żaden sposób weryfikowany. Dziewczynki instalują WhatsAppa na swoich telefonach za zgodą rodziców.

3

Komunikatory to nie tylko grupa klasowa, ale całe mikrouniwersum, w którym toczy się ważna część codziennego życia dziewczynek. Nic dziwnego, że wiąże się z nimi mnóstwo emocji: pozytywnych, ale też trudnych.

4

Świat komunikatorów dziewczynki przyjmują z jego zasadami funkcjonowania (wynikającymi zarówno z tego, jak zaprojektowano to medium, jak i z działań innych użytkowników i użytkowniczek), choć nie wszystkie im się podobają. Większość z nich nie rozmawia o tym z nikim. **Starają się radzić sobie w tym same – tak, jak potrafią.**

CO JEST POCIĄGAJĄCEGO W KOMUNIKATORACH I DLACZEGO TRZEBA TAM BYĆ?



CYTATY
Z WYPOWIEDZI
NASZYCH
EKSPERTEK



Byłam na wakacjach i poznałam dwie takie bardzo fajne dziewczyny, mieszkają bardzo daleko, nad morzem i tylko dzięki WhatsAppowi mogę z nimi pisać i gadać, bo tak to byśmy straciły ze sobą kontakt.

Lubię gry, bo one mnie czasem relaksują, to jest taka rozrywka, a najbardziej lubię WhatsAppa, bo dzięki niemu można się komunikować ze wszystkimi. Ostatnio, jak koleżki rodzice zabrali telefon, to stwierdziłam, że to jest straszne tak nie mieć zupełnie łączności.



Teraz kiedy usunęliśmy dwóch kolegów, którzy wrzucali niefajne rzeczy, to grupa klasowa działa głównie do przekazywania lekcji i tego, co na kiedy trzeba wziąć.

Jak masz czat grupowy, to nie jesteś wykluczana, bo widzisz wiadomości, które inni piszą.



Ja mam telefon Nokię, ale właściwie dla mnie to jest teraz tak, jakbym go [wcale] nie miała, bo wszyscy mają smartfony i się nimi przechwalają, a u mnie w telefonie nie ma żadnych mediów społecznościowych ani internetu. Jestem przewodniczącą klasy i wszyscy marudzą, że do niczego taka przewodnicząca, bo jestem wykluczona z tych wszystkich rzeczy na WhatsAppie i nigdy nie wiem, co się w klasie dzieje.





1

Komunikatory według opinii naszych ekspertek to bardzo ważne narzędzie porozumiewania się. Dzięki nim można być w kontakcie z koleżankami i kolegami. Komunikatory mogą pomagać budować wspólnotę rówieśniczą. Pomagają być na bieżąco z tym, co dzieje się w klasie, umożliwiają kontakt z osobami, które mieszkają daleko. Są też miejscem specyficznych aktywności społecznych i rozrywkowych.

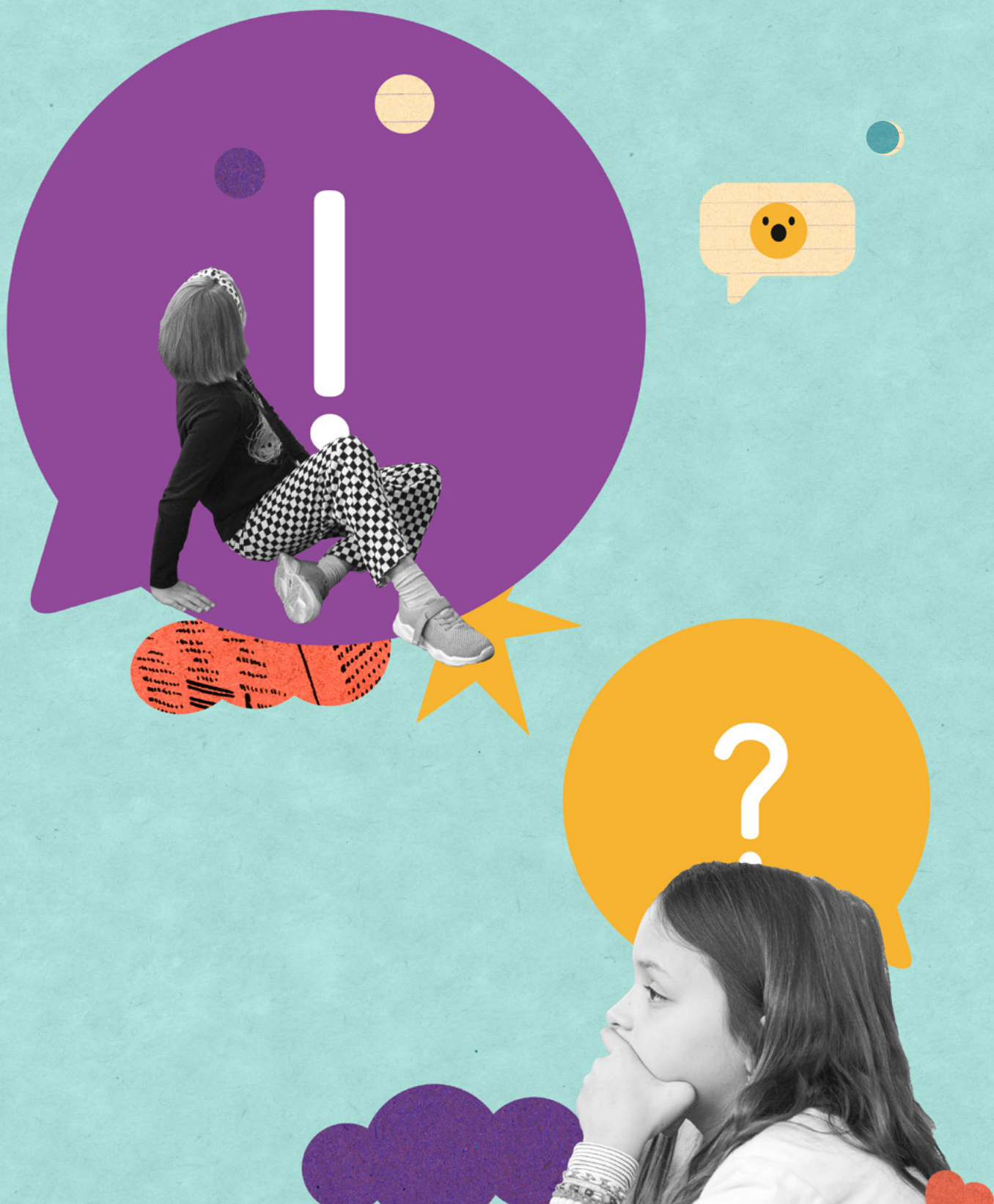
2

Zdaniem naszych ekspertek komunikator jest komplementarny do rozmów na żywo czy przez telefon. Z opowieści dziewczynek wynika, że **nie da się zastąpić komunikacji na komunikatorach tą prowadzoną innymi kanałami**, chociażby dlatego, że w komunikatorowych grupach uczestniczy wiele osób naraz.

3

Jeśli dziewczynka nie ma komunikatora (albo ma telefon, na którym nie może go zainstalować), **to jest wykluczona z części rówieśniczego życia.** Tak czują to nasze ekspertki i jest to dla nich trudne. Zwłaszcza że nie tylko one same sobie to uświadamiają, ale też dają im o tym znać osoby, które są na takich grupach, podkreślając, że dziewczynki nie są na bieżąco z tym, co się dzieje.

JĘZYK I POROZUMIEWANIE SIĘ NA KOMUNIKATORACH



CYTATY
Z WYPOWIEDZI
NASZYCH
EKSPERTEK



” Irytujące jest obgadywanie kogoś na grupie. Albo shipowanie, czyli mówienie, że ktoś się w kimś podkochuje, że są parą, choć tak wcale nie jest. To też jest takie w pewnym sensie niemile.

” **Chciałabym, aby nie było obgadywania i hejtu, a plotki i shipy nie wyciekały.** Z tym obgadywaniem i hejtem jest tak, że cię wywalą z grupy, są kłótnie, ludzie cię blokują itepe.

” Miałam ostatnio taką sytuację z koleżanką, która odeszła z naszej klasy i szkoły, że nazywała naszą wychowawczynię debilem, ale potem jedna z koleżanek pokazała to mamie i ona zadzwoniła do jej rodziców.

” Ten chłopak, co mnie wywalił z grupy, wysłał mi potem niby przeprosiny, a widać, że to pisała jego mama. „Przepraszam, że wyrzuciłem Cię z grupy [naszej klasy]. Grupa ta była zakładana z myślą o wszystkich z naszej klasy. Chciałabym, żeby to było miejsce fajnych relacji grupowych bez wzajemnego obrażania. Jesteś z nami w grupie” — to na bank pisała jego mama albo tata.

” **Tracę trochę zaufanie do przyjaciół [na komunikatorach].** Mam wrażenie, że w szkole są inni. W telefonie robią się jakimiś innymi osobami. Można stracić przez to przyjaciół i często ludzie dostają dosłownie szału, kiedy na przykład piszą jakieś niemile rzeczy na czacie z innymi osobami, zamiast powiedzieć to na prywatnej grupie.

” **Taki opiekun by się przydał, że usuwa na przykład różne brzydkie wyrazy, rzeczy, który jest gdzieś w internecie.** I on tak na cały glob by działał, żeby nie było tam żadnych brzydkich rzeczy. Kontrolowałby, kto co wysyła.

” Niektórzy rodzice rozmawiają z dziećmi na ten temat. A inni znowu uważają, że jeśli my piszemy coś w internecie na grupie, to nie będzie potem żadnych konsekwencji, śladu po tym i nikt na to nie zwróci uwagi.



1

Porozumiewanie się za pomocą komunikatorów często przypomina komentarze pod tekstami internetowymi pisane przez dorosłych – emocje, język i czas przeznaczony na dyskusje wymykają się dzieciom spod kontroli. **Dziewczynki w odniesieniu do zachowań i wypowiedzi na komunikatorach używały określeń takich, jak: szat, spam, samowolka.** Opowiadały, że ich rówieśnicy oraz rówieśniczki pozwalają tam sobie na zachowania, do jakich nigdy by się nie posunęli w bezpośrednim kontakcie. Co więcej, na żywo zazwyczaj nie przepraszają oni za to, co zrobili na komunikatorze.

2

Do nieprzyjemnych zachowań na komunikatorach dziewczynki zaliczyły:

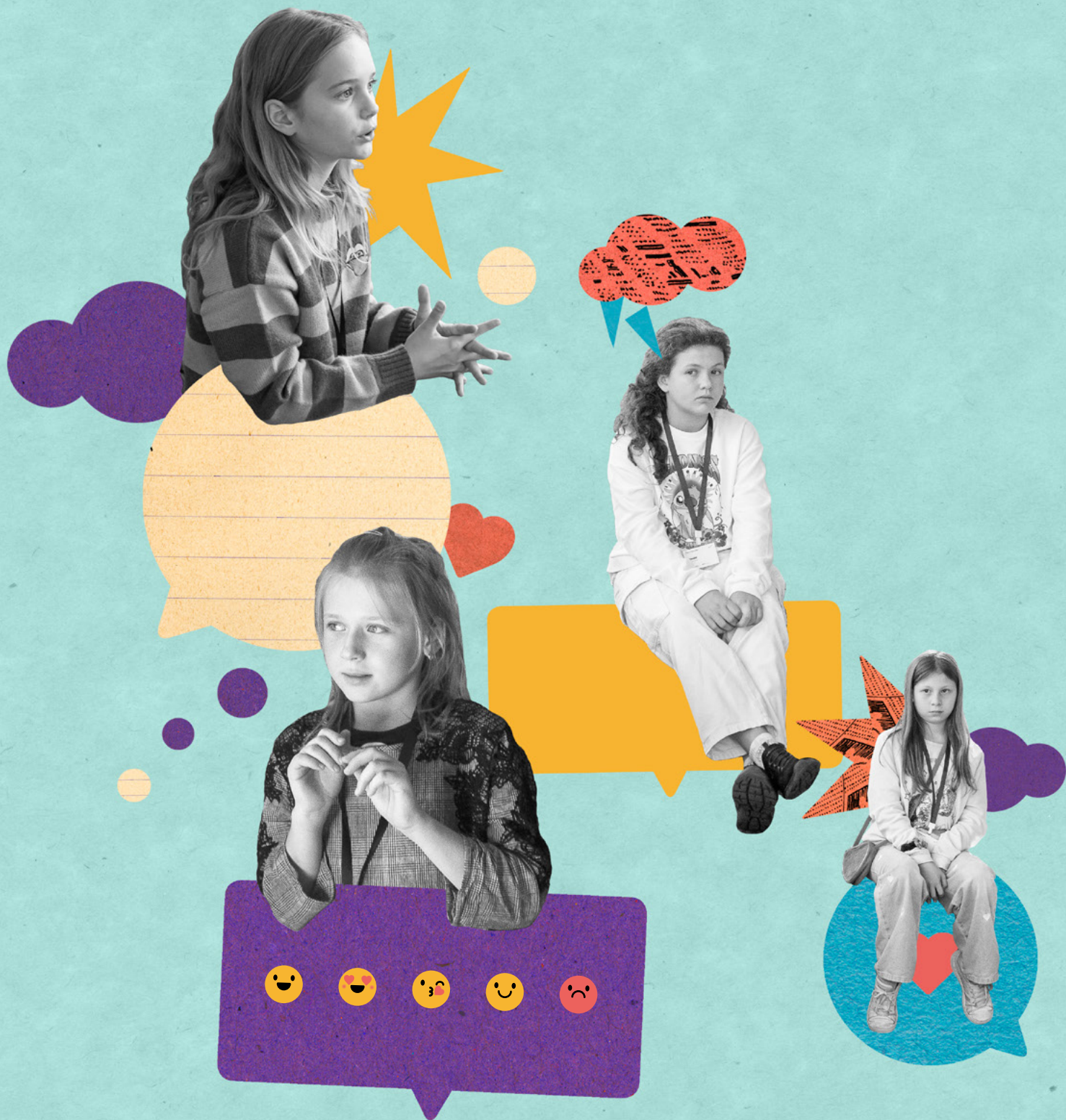
- **obgadywanie innych** (także osób będących członkami i członkiniami grupy),
- **wyzywanie i obrażanie** (określanie kogoś głupim, debilem, kwadratowym mózgiem),
- **shipowanie** (tączenie dziewczynki i chłopca na siłę i wbrew ich woli w parę),
- **zamieszczanie niewłaściwych treści** (na przykład zdjęć Stalina i Hitlera na klasowej grupie).

3

Zdarza się, że jeśli dojdzie do sytuacji szczególnie nieprzyjemnej, dziewczynki opowiadają o niej rodzicom, a ci interweniują. Jednak **nasze ekspertki czują, że kontroli dorosłych jest w tym obszarze za mało.** Chciałyby, żeby istniały tu jakieś zasady, żeby był ktoś, kto chroniłby je przed niepożądanymi treściami.



GRUPY NA KOMUNIKATORACH



CYTATY
Z WYPOWIEDZI
NASZYCH
EKSPERTEK



” **Z koleżankami lubimy sobie czasami pospamować,** ale wiemy, że to niektórych denerwuje, i dlatego zrobiliśmy specjalną grupę „Spamy”, pytałyśmy, kto chce do niej dołączyć, i dodałyśmy tylko chętnych. Na tej grupie nie robimy nigdy brzydkich tekstów, głównie klikamy różne emotki i naklejki.



” **Jest straszna zmora z tymi grupami,** bo jak jest tam na przykład dwadzieścia członków, to każdy może zaprosić swoją koleżankę bez wiedzy reszty osób. W ten sposób grupa rośnie do mega giga rozmiarów i w końcu nie wiadomo nawet, kto na niej jest.



” Mnie dodają jakieś trzy razy dziennie do takiej grupki w stylu „dobijamy do 200 osób”. I potem wychodzisz na dwadzieścia minut, wracasz i **masz ponad 1000 wiadomości.** Raz miałam 986 tylko z tej grupy.

” Poznałam na [zajęciach] fajną koleżankę, ona jest taka bardzo szalona, ma chyba ADHD, dodała mnie do swojej grupy klasowej, [...], ja nie chciałam, ale ona mnie dodała, i od razu, jak mnie dodała, to zaczęli pytać, kim ja jestem. Ona napisała, że jakimś Kowalskim. Na szczęście jest taka opcja, żeby się wypisać, i wypisałam się.

” **Ja miałam grupę klasową, na początku to było fajne dla mnie, że z całą klasą można było coś napisać, ale potem to zaczynało być denerwujące,** bo w czasie kiedy mam limit nocny, pisali bezsensowne rzeczy, a potem ja włączałam WhatsAppa, żeby tylko napisać do mamy, i wtedy mi się tam od razu pokazywało 189 wiadomości. Nie chciałam tego przeczytać, tylko czułam, że muszę kliknąć. I było to niefajne uczucie. W końcu opuściłam tę grupę i potem mama była trochę niezadowolona, że teraz lekcji się nie da wysłać.

” **Są takie grupy, gdzie ludzie dodają wszystkie swoje kontakty.** I nagle jest tam cała twoja klasa, inne klasy, ludzie, których nie znasz, itepe. Nieraz te grupy mają z 1000 osób. Znam takie grupy, byłam, ale to mnie za bardzo denerwowało, więc po prostu sama wyszłam.

” My poza klasową dziewczyn mamy też grupę „Plotkary”, tam sobie spamujemy i wysyłamy różne memy. Jednej dziewczynie się tam nie podobało, ale jej powiedziałyśmy, że może sobie przecież z niej wyjść, i się przymknęła.



1

Dziewczynki są zazwyczaj **na kilku różnych grupach, ale niektóre z nich opowiadają, że są członkiniami bardzo wielu**. Oprócz grupy klasowej – także grupy na przykład wyłącznie dziewczyn z klasy albo grupy kilku najbliższych koleżanek czy grup spamowych – zakładanych specjalnie, żeby wrzucać tam śmieszne filmiki, memy, zdjęcia, emotki.

2

Dziewczynkom często zdarza się, że znajomi albo nieznajomi **dodają ich numer telefonu do losowych grup bez pytania ich o zgodę**. Bywa, że takie grupy są zakładane tylko po to, by zebrać jak największą liczbę uczestników i uczestniczek. Dziewczynki odbierają bycie dotychczasową do nich jako przekroczenie, a dużą liczbę powiadomień z takich grup jako uciążliwą i przeciążającą. Wypisują się szybko z tych grup.

Komunikatory są też miejscem, gdzie obcej osobie bardzo łatwo wejść w kontakt z dziewczynkami.

3

Dziewczynki cenią mniejsze grupy WhatsAppowe – składające się z samych dobrych znajomych, wyłącznie dziewczyn z klasy albo kilku najbliższych koleżanek. To na takich grupach czują się bezpieczniej i chętniej niż na grupach wieloosobowych dzielą się przeżyciami i emocjami.

GRY I ZABAWY NA KOMUNIKATORACH – OBIETNICE I GROŻBY



CYTATY
Z WYPOWIEDZI
NASZYCH
EKSPERTEK



” Jest też coś takiego jak status, że można wstawić jakieś zdjęcia i można je raz zobaczyć albo że jakieś zdjęcie jest pokazywane przez 24 godziny. Jest coś takiego jak: wyślij O, jeśli mnie lubisz, a potem ci pokazuje, że masz zrobić to i to. Na przykład masz wrzucić takie samo pytanie na swój status i potem trzeba tam wysłać jeszcze swoje zdjęcie, a [druga osoba] wyśle to na swój status i napisze, na ile cię lubi.

” Mnie to już nie obchodzi, ale kiedyś ulegałam tym łańcuszkom. Tam piszą, że jeżeli to zrobisz, to dostaniesz dodatkowe emotikony i kolorowy tekst. I jak wysyłałam to do mnóstwa osób, to się okazało, że to w ogóle nie działało, ani trochę.

” My się boimy, że [jak] nie zrobimy tego łańcuszka, to stracimy przyjaciela.

” Chciałabym, aby WhatsApp nie wysyłał łańcuszków typu „wyślij to do dziesięciu osób, a dostaniesz nową klawiaturę” albo „wyślij to do dziesięciu osób, a ten znaczek zrobi się zielony”.

” W mojej grupie klasowej ktoś wysyłał łańcuszki, tam była taka drabinka, schodziło się na dół i było napisane: nie idź dalej, nie schodź, nadal tu jesteś, czemu tu schodzisz. A na samym dole było: wyślij to piętnastu osobom, bo inaczej coś ci się stanie. To są takie groźby i obietnice.

” Wkurzają mnie w łańcuszkach groźby, że jak nie wyślesz, to będziesz miała siedem lat pecha, stracisz przyjaciół i tak dalej.

” Na początku wchodzisz w te łańcuszki przez ciekawość. Ale potem czujesz taką złość, strach przed groźbami czasem też.

” Miałam raz grupę z największą liczbą nieodczytanych wiadomości i było ich ponad 5000. My na niej specjalnie spamowaliśmy, żeby było ich tak dużo, a ktoś nie odczytywał celowo i potem zrobił zrzut ekranu z tego. Taki challenge trochę.

” Mnie kiedyś nieznajomy dodał do grupy na komunikatorze i tam było jakieś 1000 ludzi, przez chwilę tego nie zauważyłam i nie opuściłam jej. Ale po dwóch dniach miałam taką liczbę wiadomości, że komunikator już nie przyjmował więcej.

” Na WhatsAppie można mieć status, że przez 24 godziny coś się wyświetla. Mnie denerwuje jedna dziewczyna z mojej klasy, ona tam ciągle wstawia jakieś krótkie filmiki z YouTube'a i potem mi się zawsze wyświetla, że tego nie obejrzałam, i ona potrafi takich siedem codziennie wrzucić.

” Jest też takie coś — koleżanka pisze: wyślij mi zdjęcie, a ja napiszę, na ile cię lubię od 1 do 10. A ja nie chcę, żeby wkładała moje zdjęcie na status, ale ją lubię, więc co mam w tym momencie zrobić? Boję się, że stracę przyjaciółkę.

1

Komunikatory to przestrzeń szeregu **aktywności o charakterze rozrywkowym**, w które dziewczynki się angażują. Działania te odbierają jako **zabawę**, ale wskazują też na **wiele przykrych odczuć i silne przeciążenie**, jakie się z nimi wiążą. Obawiają się na przykład, że jeśli nie podejmą jakiejś komunikatorowej aktywności, do której zachęcają je na WhatsAppie przyjaciele, przyjaciółki, koleżdy czy koleżanki, mogą stracić z nimi relacje.

2

„**Statusy**”. To rodzaj 24-godzinnych relacji, na które wrzuca się na przykład krótkie filmiki, czasami czyjeś zdjęcie, i ocenia się na podanej skali punktowej, na ile się daną osobę lubi. Dla dziewczynek bywa to trudne doświadczenie, w którym nie do końca chcą brać udział. Nie chcą być w ten sposób oceniane, ale czują się przymuszone, bo obawiają się, że komuś, kogo lubią, będzie przykro, jeśli nie wyrażą zdania.

3

„**tańcuszki**”. To wiadomości, które nakłaniają do pozornie mało znaczących aktywności na komunikatorze, często opierając się na manipulacji emocjonalnej lub szantażu, w którym stawka jest niewspółmiernie wysoka. „Wyślij mi M, jeśli mnie lubisz”. „Wyślij tę wiadomość, jeśli chcesz dostać nagrodę”. „Musisz przestać tę wiadomość 20 osobom do wieczora, jeśli nie chcesz, żeby twój zwierzak umarł”/„...żeby twoja mama umarła” (sic!). Dziewczynki opowiadają, że biorą w nich udział, kierowane ciekawością. Z tańcuszkami wiążą się bardzo silne emocje – złość, strach. Część dziewczynek deklaruje, że już w tego rodzaju zabawach nie uczestniczy. Niektóre młode ekspertki przyznają, że choć chciałyby zrezygnować z udziału w tańcuszkach, to tego nie robią.

4

Zdarzają się też **grupy, w których realizuje się challenge, czyli wyzwanie, żeby osiągnąć dużą liczbę członków i członkiń**. W takim przypadku dziewczynki dostają bardzo wiele powiadomień o nieodczytanych wiadomościach, co jest dla nich męczące. Z tego typu grup dziewczynki najczęściej wypisują się niedługo albo wręcz od razu po tym, jak zostaną do nich dodane.



KOMUNIKATORY – CZERWONA STREFA, CZYLI ZAGROŻENIA I TRUDNOŚCI

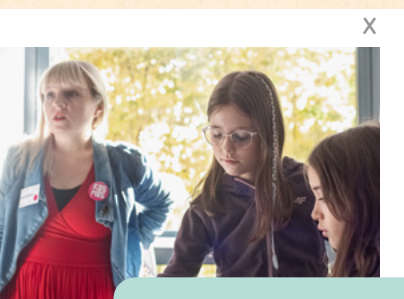


CYTATY
Z WYPOWIEDZI
NASZYCH
EKSPERTEK



”

” Tak jakby rodzice nie pilnują dzieci w tej sieci, one bardziej są takie pewne, że mogą zrobić więcej złego niż w szkole. **Przez telefon im się wydaje, że mają większą władzę i mogą udawać kogoś innego przed nieznaną osobą.**



” Moja koleżanka wrzuciła filmik z urodzin kolegi, na które nie byłam zaproszona, i mnie się przykro zrobiło.

” Mnie na szczęście już się rozpadła grupa klasowa, bo wcześniej mnie usunęli. Taki jeden chłopak — mieliśmy konflikt i się pokłóciłam z resztą klasy. Wszyscy na WhatsAppie dyskutowali, kto mnie wywali, i w końcu on się odważył. Ale jak mnie wylali, to już wszyscy zaczęli wychodzić z niej.

” My musieliśmy z panią w klasie rozmawiać o tym, co się dzieje na komunikatorach, bo jedna osoba wysłała wiadomość, że nas nie cierpi i żałuje, że z nami jest w klasie, a potem powiedziała, że bardzo była zła i tak napisała.

” Ja miałam taką historię, że w tamtym roku miałam taką bardzo fajną koleżankę, już od kilku lat się przyjaźniłyśmy, i ona nagle pewnego dnia, choć byłam dla niej miła, podeszła do innych dziewczyn i zaczęła z nimi rozmawiać, jakby mnie nie znała. To się utrzymało do tego roku. Kiedyś napisała do mnie brzydko na naszej grupie klasowej, zapytałam dlaczego, a ona na to, że chcę wymusić na niej przyjaźń. Ja nic takiego nie chciałam, tylko napisałam jej, że trudno mi było, jak tak nagle ode mnie odeszła, nie było to dla mnie przyjemne i zrobiło mi się bardzo przykro. Ona nic sobie z tego nie robiła, czasami wysyłała głosowe wiadomości, jak była razem z koleżankami na urodzinach u dziewczyn z mojej klasy, na które mnie nie zaprosiły, żeby było mi nieprzyjemnie.

” Miałam taką sytuację, że wracałam z zajęć i przyszło mi 350 wiadomości. Czytam zawsze od ostatniej, bo w środku to się nic nie dzieje, tylko jakieś memy wysyłają. Sprawdziłam to i tam jedna dziewczyna, moja przyjaciółka, pisze, że już się nie chce przyjaźnić. A ciężko się żyje, jak w klasie są tylko trzy dziewczyny i twoja przyjaciółka nagle zaczyna być dla ciebie niemiła. To było dla mnie mega ciężkie.

” Dla mnie jest przerażające, jak moja przyjaciółka wysyła 250 memów z papugami o godzinie 23:00. Niby mogę ich nie sprawdzać, ale to jest straszne, bo ciągle przychodzą nowe, choć je wykasowuję, jak w takiej klepsydry, co się [piasek] sypie i sypie.

” Ja sobie wyłączyłam powiadomienia z WhatsAppa, tylko jak przychodzę, to mi się pojawiają nieodczytane wiadomości i muszę to kliknąć nawet, jak tego nie czytałam, żeby nie było tego widać.

” Korzystałam na zegarku z WhatsAppa, ale przestałam, bo pisali tam tysiące wiadomości i przez całą noc przychodziły. To było naprawdę niefajne.

1

Wykluczenie. Komunikatory to narzędzie, dzięki któremu wykluczenie z grupy klasowej czy rówieśniczej jest wyjątkowo proste. Wykluczenie może polegać na wyrzuceniu kogoś z grupy komunikatorowej. Może mieć też formę negatywnego komentarza na komunikatorze publicznie na grupie, tak że widzą go wszystkie osoby, które do niej należą. Czasem przejawia się zamieszczaniem na grupie filmików i relacji z wydarzeń czy imprez, w których nie uczestniczyła konkretna osoba – czy osoby – również na grupie obecna. Dziewczynki opowiadały, że przydarzyły im się wszystkie formy wykluczenia i bardzo to przeżywały.



2

Przebodźcowanie. Za dużo, za szybko, za często. Nasze ekspertki sporo mówią o ogromnej liczbie wiadomości, które dostają na różnych grupach komunikatorowych i o migających powiadomieniach, które trzeba kliknąć, by zniknęły. Z jednej strony czują się tym przeciążone, z drugiej – nie chcą powiadomień wyłączać, żeby nie znaleźć się poza nurtem życia społecznego. Mimo że często treść samych wiadomości ich nie interesuje. Zwłaszcza gdy pochodzą od osób, których dziewczynki nie znają – co zdarza się, gdy uczestniczą w bardzo licznych grupach.

3

Brak zasad i kontroli. Grupy na komunikatorach, w których uczestniczą dzieci, są zazwyczaj **pozbawione jakiegokolwiek nadzoru dorosłych**. Wskazówek dotyczących tego, jak bezpiecznie i z uważnością na własne potrzeby używać komunikatorów, zazwyczaj nie udzielają ani szkoła, ani rodzice. Tylko pojedyncze dziewczynki opowiadają, że rozmawiały z rodzicami albo nauczycielką o niepożądanych zachowaniach uczestników na grupie komunikatorowej. Z ich relacji wynika też, że rodzice czy nauczyciele wkraczają dopiero, gdy dzieje się coś bardzo złego.

LIMITY – POTRZEBNE, NIEKONIECZNIE LUBIANE



CYTATY
Z WYPOWIEDZI
NASZYCH
EKSPERTEK



” *Mnie rodzice ograniczyli gry do jednej godziny dziennie, a na telefonie nie mam ograniczenia, ale się pilnuję, żeby nie więcej niż dwie i pół godziny korzystać — i w dni szkolne nie mogę korzystać z telefonu w godzinach 21:00—6:00, a w weekendy w godzinach 21:00—8:00.*

” *Chciałam grać, a nie wiedziałam kiedy, więc robiłam to, jak rodziców nie było, ale wtedy się strasznie stresowałam, jak przychodzili, byłam przerażona, że oni nie chcą, żebym grała, i z tym był trochę problem. Ale potem im to powiedziałam i wtedy mi powiedzieli, że mogę grać, ale ustalimy razem, kiedy i ile. I rodzice mi tak zrobili, że pół godziny grania mam na dwa dni, a tak to mi ufają, że sama mogę, kiedy chcę i ile chcę z telefonu korzystać, ale raczej nie korzystam za dużo.*



” *Mnie czasami telefon nudzi. Sama jakoś się powstrzymuję. Szkoda, że mi leci dzień, jak jestem przy telefonie.*

” *Jak jestem u dziadka, on jest bardzo kochany i zrobiłby dla mnie wszystko, ale też czasami są tego pewne konsekwencje. Na przykład nie zabrania mi korzystać z telefonu i brakuje mi tego ochrzanu, że muszę już kończyć, jak to jest w domu.*



” *Moja mama i tata tyle siedzą w tym telefonie, a mi ograniczają. Czasami mam wrażenie, że rodzice trochę nie rozumieją, jak to jest być tak wykluczonym. Jak oni byli w szkole, to jeszcze tego nie było i nie rozumieją tego, że ja mam inne potrzeby. Na przykład nie mogę mieć jakichś aplikacji albo rzeczy, które ma cała klasa, wszyscy na tym siedzą, potem gadają o tym, a ja nie mam pojęcia, o czym oni mówią.*



CYTATY
Z WYPOWIEDZI
NASZYCH
EKSPERTEK



„ Czasami mam takie uczucie, że może siedzę już za długo na telefonie. Jak mama pozwala mi go używać, to czuję się bardziej pewnie. **Ja mało gram, bo to za bardzo wciąga.** Jak nie chce mi się patrzeć w telefon, to wolę poczytać książkę albo posłuchać muzyki. **Z telefonu korzystam z umiarem.**

„ **Limity strasznie denerwują.** Zaczynasz pisać wiadomość do koleżanki i ci się w połowie nagle przerywa.



„ Jak miałam kiedyś limit, to nie miałam go na zdjęcia i WhatsApp. Miałam tylko na YouTube, gry i Instagram, na których najbardziej siedzę w sumie.

„ Część [naszej] grupy [podczas debaty] ustaliła, że limity są fajne, bo już się tak nie stresujemy, że przekroczymy ten czas i będą na nas zły, a część uważa, że limity są nefajne. Chyba wszystkie uważamy, że przerwa nocna — na przykład od 21:00 do 6:00 rano — że nie można korzystać z telefonu — jest nefajna, bo nie można wtedy nic sprawdzić, nawet baterii, i latarki włączyć.

„ Ja sobie sama ustalam, że na przykład na graniu mam pół godziny. Uważam, że to jest bardzo potrzebne i lubię to bardzo, bo [inaczej] bym nie zauważyła, że minęło tyle czasu, i mogłabym gdzieś się spóźnić, a bardzo nie lubię się spóźniać. Poza tym mogłabym stracić bardzo dużo [okazji do] różnych rzeczy, które bym mogła w tym czasie robić, czy zapomnieć [o tym, co miałam zrobić].

„ **Ja się cieszę z tych limitów, bo jak sama nie do końca to ogarniałam,** to się bałam, że rodzice mi dadzą karę, jak to [ile używam telefonu] zauważą, i się potem stresowałam, że zobaczą, że spojrzą w tę kontrolę rodzicielską, ile czasu z tego korzystałam, a teraz, jak mam limity, to wiem, że o 21:00 już nie będę mogła, więc od razu wszystkie moje koleżanki o tym uprzedziłam, bo nawet nie mogę odebrać od nich telefonów.



1

Dziewczynki mają przekonanie, że telefony są szkodliwe i należy ograniczać używanie ich. Są bowiem niezdrowe dla oczu i mózgu, odciągają od innych aktywności i sprawiają, że nie widzi się świata wokół, bo używając telefonu, można „zagubić się w czasie”. Z tego powodu niektóre dziewczynki **same ograniczają sobie korzystanie** z telefonu albo mówią o tym, że mają poczucie winy, gdy „siedzą na telefonie” zbyt długo.

2

Większość dziewczynek ma założone przez rodziców limity na korzystanie z telefonów w ogóle (od wieczora do rana) albo z poszczególnych funkcji (z góry określoną ilość czasu każdego dnia) – najczęściej tych uważanych za najbardziej wciągające i uzależniające, jak gry czy YouTube. Niektóre dziewczynki przy okazji ustalania limitów rozmawiały z rodzicami na temat tego, dlaczego są one potrzebne i przed czym mają je chronić. Ustawienie limitów czasowych na poszczególne aplikacje i funkcjonalności to często jedyne narzędzie, po jakie sięgają rodzice, jeśli chodzi o kontrolowanie używania smartfonów przez córki. Z naszej debaty dziewczyńskiej wynika, że **młode ekspertki chciałyby więcej rozmów na ten temat czy sugestii, jak sobie radzić z tą częścią rzeczywistości – nie tylko limitów.**

3

Część naszych ekspertek akceptuje limity albo wręcz ich oczekuje. Bez nich mają poczucie, że za dużo „siedzą na telefonie”. **Niektóre z nich przeciwnie, limity uważają za ograniczające i frustrujące.** Skarżą się, że przez limity zmuszone są w połowie przerwać rozmowę z koleżanką czy szukanie potrzebnych informacji, nie mogą nastawić budzika ani w nocy użyć latarki, gdy idą do toalety.



4

Część ekspertek w limitach od rodziców widzi brak zaufania i niezrozumienie tego, jak wygląda ich świat. Upatrują w nich też **przyczynę wykluczenia ze społecznego życia** (bo na przykład nie dostały od rodziców pozwolenia na zainstalowanie aplikacji, których ich rówieśnicy i rówieśniczki używają i rozmawiają o nich).

Dziewczynki mają też **żal do rodziców, że oni sami za długo siedzą na telefonach, a zabraniają tego córkom.** Widzą w tym dużą niekonsekwencję.



DZIEWCZYŃSKIE POSTULATY ZWIĄZANE Z UŻYWANIEM KOMUNIKATORÓW I TELEFONÓW

- 
- 1 Żeby istniał strażnik internetu — ktoś, kto pilnuje, jakie treści są tam publikowane, i usuwa te niewłaściwe.
Ja bym chciała mieć jakąś taką nową technologię typu „opiekun”, że kasuje wszystkie nieładne rzeczy z internetu tak w ogóle.
 - 2 Żeby nie można było zainstalować czegoś, jak ma się za mało lat (i żeby nie można było kłamać o swoim wieku).
 - 3 Żeby było mniej hejtu, obelg, plotek, „złych” treści.
 - 4 Żeby nie było łańcuszków.
 - 5 Żeby wysyłane na WhatsAppie wiadomości miały sens.
 - 6 Żeby korzystanie z telefonów nie było szkodliwe dla zdrowia i oczu.
 - 7 Żeby korzystanie z komunikatorów i wysyłanie za ich pomocą różnych rzeczy było bezpieczne.
 - 8 Żeby młodsze dzieci nie korzystały za dużo z telefonów.
 - 9 Żeby rodzice nie korzystali tyle z telefonów, skoro nam tego zabraniają.
- 

Postulaty te pokazują, że dla dziewczynek posiadanie telefonu to oczywistość, nie kwestia wyboru. Część dziewczynek daje znać, że brak telefonu oznacza dla nich ryzyko wykluczenia z życia społecznego.

Zarazem sfera ta wiąże się dla nich z różnymi **sprzecznościami**. Telefony są **ważną częścią** ich życia. Jednocześnie dziewczynki są świadome **zagrożeń i trudności**, jakie wiążą się z używaniem ich. **Wiedzą, że należy ograniczać korzystanie z nich, a w tym samym czasie widzą, że rodzice tego nie robią.**

Dziewczynki w świecie komunikatorów w dużej mierze czują się **opuszczone przez dorosłych i pozostawione same** z trudnymi dla nich zjawiskami i emocjami. **Potrzebują wsparcia ze strony dorosłych.** Wsparcia, które wykraczałoby poza założenie limitów. **Potrzebują dialogu** o tym, jak sobie w tym świecie radzić, **przewodnictwa, towarzyszenia** w tej wirtualnej rzeczywistości.

KOMENTARZE EKSPERCKIE

Fundacja Kosmos dla Dziewczynek poprosiła o przeczytanie raportu oraz komentarze ekspertkę i eksperta. Ich rekomendacje znajdziecie poniżej.

Może będą początkiem dyskusji, na przykład na zebraniu klasowym? Bo temat komunikatorów jest ważny, ale trudny, także ze względu na to, jak oczywistym elementem codzienności się stały. I jak bardzo odpowiedzialność została przerzucona na pojedyncze osoby, które próbują działać wbrew systemowi, tylko z nadzieją, że zmiany będą wprowadzane również na poziomie regulacji prawnych i sposobu ich egzekwowania przez firmy technologiczne.

Krzysia Gąsiorowska

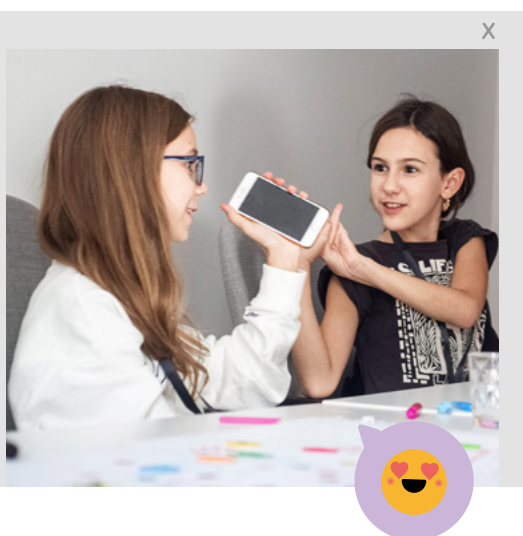
studentka prawa i filozofii, ekspertka ds. prawnych Fundacji GrowSPACE Poland



Dziewczynki uczestniczące w debacie to pokolenie, które swoją edukację zaczęło od tego, że usiadło przed ekranami — dzięki temu miało możliwość nauki w pandemii. Te dzieci często nie rozgraniczają świata na online i offline, a WhatsApp jest ich miejscem spotkań z kolegami i koleżankami.

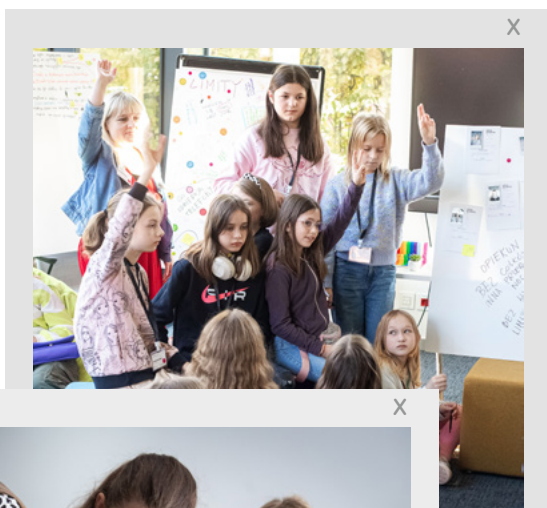
Kiedy ja miałam 10 lat, można było w internecie dotrzeć do praktycznie wszelkich treści i blokada ze względu na wiek nie istniała. Nie było świadomości zagrożeń. Dzisiaj już wszyscy wiedzą, że internet jest pełen zagrażających poczuciu bezpieczeństwa treści, ale **myślę, że nadal brakuje możliwości zapanowania nad tą sytuacją.**

Od technologii nie uciekniemy. Jedyne, co można robić, to wspierać dzieci i je chronić. Dziewczynki w czasie debaty same zwróciły uwagę na to, że pewne ograniczenia, choć stanowią utrudnienie, są dla nich błogostawieństwem. Ale jednocześnie widzą, że dorośli nie mają żadnych limitów. Świadomość rodziców rośnie, ale myślę, że nadal jest za mała. Nawet dzieci paroletnie widzi się coraz częściej z telefonami w ręku. Myślę, że dzieci nie byłyby tak mocno zaangażowane w używanie telefonów, gdyby rodzice im tego tak powszechnie nie udostępniali. Toteż dobrym kierunkiem zmian byłoby uwrażliwianie rodziców.



Moje rekomendacje:

- 1** Warto byłoby wprowadzić przepisy ograniczające używanie telefonu przez dziecko do określonego wieku.
- 2** Dobrze byłoby, żeby rodzic sięgał po narzędzia pozwalające zablokować, ograniczyć pewne funkcje w telefonie, w aplikacjach systemowych — czy nawet wejść w komunikator dziecka, zweryfikować, czy dziecko go nie nadużywa.
- 3** Dobrym pomysłem jest wprowadzenie godzin ciszy ekranowej w domu. Bo jeśli dziecko nie widzi, żeby rodzic, który sam mówi „odłóż telefon”, swój telefon odkładał, to te słowa go nie przekonają.
- 4** Warto również w szkołach ustalić zasady dotyczące korzystania z telefonów nie tylko przez dzieci, ale i nauczycielki oraz nauczycieli.
- 5** Dzieci muszą mieć świadomość, że cyberprzemoc jest karalna. Powinny wiedzieć, że pisanie określonych, niepożądanych rzeczy na komunikatorze to przestępstwo. I naprawdę można coś z tym robić. Swoją drogą, w WhatsAppie jest opcja „zgłoś czat” i ciekawa jestem, jak wiele dzieci z niej korzysta w razie konieczności. Czy wiedzą o niej? A jeśli wiedzą, to czy wierzą, że może zadziałać?



Daliśmy dzieciom potężne narzędzie, które w czasie pandemii dla wielu stało się bardzo ważnym narzędziem komunikacji. Ale nie daliśmy im wystarczających umiejętności reagowania na rzeczy trudne, które się z tym wiążą.



Łukasz Wojtasik

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę

W raporcie mamy ekspertki, 10- i 11-latki, które wypowiadają się na temat komunikatorów, z których legalnie, zgodnie z regulaminami, nie mogą korzystać. Nie są wyjątkiem. Fakty są takie, że mniej więcej połowa dzieci korzysta z serwisów przeznaczonych dla dorosłych bądź nastolatków. Średni wiek inicjacji to 10 lat, ale z serwisów społecznościowych i komunikatorów korzystają powszechnie już 7-, 8-, 9- latki. Bardzo dużo szkół i klas wykorzystuje też WhatsApp jako komunikator klasowy, często z udziałem samych nauczycielek i nauczycieli.

Na takich komunikatorach nie ma możliwości skutecznej weryfikacji wieku i ten problem został dostrzeżony dopiero teraz. Do weryfikacji zobowiązuje **Digital Services Act, który obowiązuje w Europie od zeszłego roku**. W Polsce te przepisy obecnie są dostosowywane. Ministerstwo Cyfryzacji pracuje nad publikowaniem ustaw na ten temat, zawiadywał tym procesem będzie Urząd Komunikacji Elektronicznej.

Tymczasem WhatsApp i inne komunikatory są poważnym problemem w kontekście bezpieczeństwa dzieci. Istnieją realne zagrożenia, na które narażone są tam dzieci.

1

Pedofilia i pornografia. Do Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę docierają wiadomości o przypadkach uwodzenia dzieci za pośrednictwem komunikatorów zainstalowanych w telefonach — dochodzi do manipulacji, przesyłania materiałów pornograficznych w formie linków, wykorzystywania dzieci do tworzenia takich filmów. Dzieje się to często z wykorzystaniem mechanizmu automatycznego przyłączenia numeru telefonu do nowych grup. Uznaje się, że małe dzieci — nawet wyposażone w wiedzę o zagrożeniach — nie są w stanie obronić się przed manipulacją. Rodzice muszą stać na straży ich bezpieczeństwa. Trzeba o tym rozmawiać, nie wystarczy powiedzieć: twoje ciało należy do ciebie — bo nawet kiedy dziecko to wie, samo nie uchroni się przed sprawcą wykorzystywania.

2

Cyberprzemoc, czyli przemoc rówieśnicza. Aż 52% internautów i internatek w wieku 12—17 lat przyznaje, że za pośrednictwem internetu lub telefonii komórkowej miało do czynienia z przemocą werbalną — niemal połowa badanych osób doświadczyła wulgarnego wyzywania (47%), co piąta poniżania, ośmieszania i upokarzania (21%), a co szósta straszenia i szantażowania (16%). Im młodsze dzieci, tym konsekwencje psychiczne czy emocjonalne takich doświadczeń są poważniejsze.

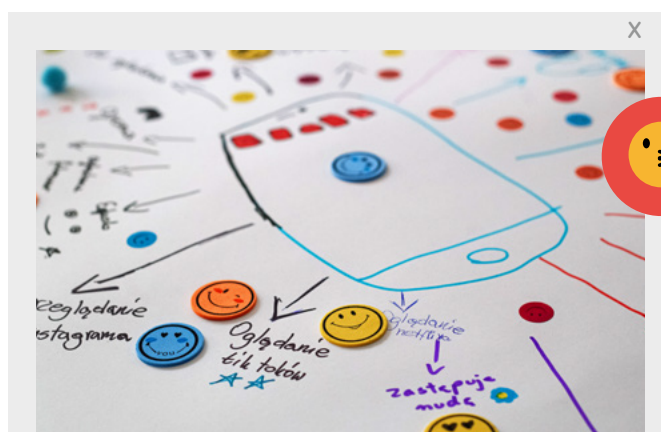


3

Uzależnienie. Ze względu na mechanizm nieregularnych pozytywnych wzmocnień, których dostarczają tego typu komunikatory, są one mocno uzależniające. W badaniu EU Kids Online 23% nastolatków w wieku 11—16 lat stwierdziło u siebie przynajmniej jeden z objawów nadużywania internetu. Fakt, że komunikator stanowi formę kontaktu z rówieśnikami, sprawia, że dodatkowo trudniej się od niego oderwać.

Moje rekomendacje:

- 1** Naszym celem powinno być spowodowanie, żeby dzieci z tych serwisów nie korzystały. To wymaga rozwiązań systemowych.
- 2** Istotna jest edukacja społeczna w kierunku uświadamiania rodzicom zagrożeń płynących z używania komunikatorów przez dzieci.
Nasza — rodziców — rola jest tu ważna, a zagrażające są nie tylko media społecznościowe.
- 3** Minimum, które możemy zrobić, to przygotowywać dzieci do korzystania z serwisów — ale na pewno nie przed 13 r.ż. W wieku nastoletnim, nawet jeśli będą korzystać, powinniśmy to kontrolować: odpowiednio skonfigurować profil, konto dziecka; wyłączyć możliwość dołączania do grup, wyłączyć możliwość pobierania multimediów. Ustalić z dzieckiem zasady korzystania, ograniczyć funkcje do podstawowych.
- 4** Jeśli dziecko poniżej 13. r.ż. chce zacząć korzystać z komunikatora albo już to robi (bo tam jest cała jego klasa), trzeba do tej potrzeby podejść ze zrozumieniem, wysłuchać dziecka, a także wyjaśnić, co stoi za naszym „nie”. Wyjaśnić, że jesteśmy świadomi zagrożeń, a też nie chcemy łamać prawa. Dziecko nie musi być tym zachwycone, ale ważne, żeby usłyszało o naszej trosce. Następnie warto się zastanowić, jak inaczej niż dotąd możemy zagospodarować potrzeby dzieci. Jeśli dziecko mówi: „Ja tylko w ten sposób się kontaktuję z rówieśnikami” — trzeba pomóc mu znaleźć inny sposób kontaktu, jak esemesy czy organizowane spotkania na żywo. Dziś dziecko nie wyjdzie samo na trzepak, gdzie spotka rówieśników, bo wszyscy siedzą w internecie. I właśnie tutaj jest rola rodziców: żeby dzieciom ten wspólny czas organizować i je z internetu wyciągać.



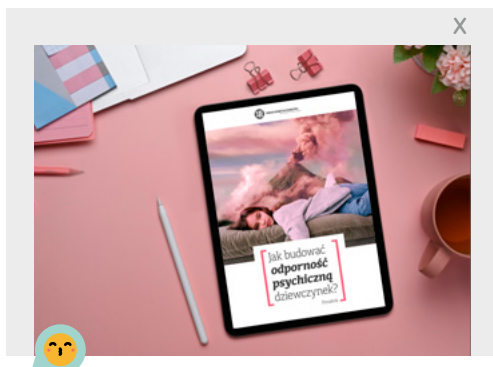
NIEZBĘDNIK RODZICÓW

Te artykuły mogą Cię zainspirować i pomóc lepiej zrozumieć temat dziewczynek w internecie

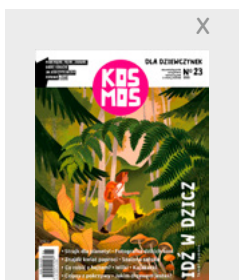
- Co możesz zrobić w sprawie dzieci i smartfonów?
- Co zrobić, gdy twoja córka nie potrafi oderwać się od smartfona?
- 8 rzeczy, które warto zrobić, nim dziecko zacznie rozmawiać z innymi przez internet
- Moja córka jest hejtowana. Jak reagować na cyberprzemoc rówieśniczą?
- Same w klasie, same w domu, z telefonem w rękę. Jak przerwać samotność dziewczynek?
- Jak oswoić z córką Sztuczna Inteligencję?
- Jak rozmawiać z dziećmi o Pandora Gate?

Czytaj też nasz e-book

*Jak budować odporność psychiczną dziewczynek?
Poradnik*



**Wesprzyj swoje dziecko
także innymi mądrymi treściami**



Artykuł „HEJT -
co z nim zrobić”
znajduje się
w numerze 23

**Podrzuć swojemu dziecku mądre treści
dotyczące bezpieczeństwa w internecie.**

Znajdziesz je w magazynie „Kosmos dla dziewczynek”



KIM JESTEŚMY I DLACZEGO DZIEWCZYNKI SĄ NASZYM EKSPERTKAMI?

Fundacja Kosmos dla Dziewczynek działa od 2017 roku: wydaje magazyn non-fiction „Kosmos dla dziewczynek”, organizuje dziewczynskie debaty, do projektów społecznych zaprasza nauczycieli i nauczycielki z całej Polski, prowadzi Portal Wiedzy wspierający dorosłych, którzy też chcą wzmocnić dziewczynki.

O tym wszystkim przeczytacie na stronie: www.kosmosdladziewcynek.pl

Przyglądając się naszym działaniom, czytając magazyn czy scenariusze lekcji szkolnych, można zobaczyć, że od samego początku dziewczynki i dziewczyny traktujemy poważnie i z szacunkiem. Uważamy, że mają doświadczenia, obserwacje i przemyślenia niedostępne dla nas, dorosłych, w żaden inny sposób niż poprzez kontakt z nimi.

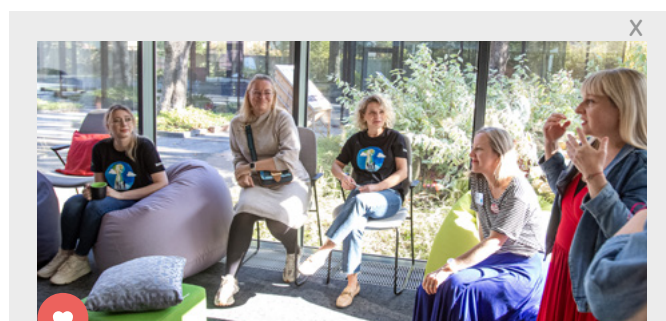
Widzimy ich różnorodność i rozmaite perspektywy, z których patrzą na świat. Włączamy je w działania naszego think tanku, bo to — naszym zdaniem — jedyna droga, by dowiedzieć się, kim są i jak można je wzmocnić. Dlatego już po raz trzeci zorganizowałyśmy debatę z ich udziałem.

Było to możliwe dzięki wsparciu wyjątkowego partnera — Fundacji Deloitte, dla której podmiotowe traktowanie dzieci, pytanie ich o zdanie i słuchanie ich głosu, a także wspieranie na różnych polach dziewczynek i nastolatek, są niezwykle ważne. Dzięki tej współpracy nasza idea organizowania dziewczynskich debat i tworzenia partycypacyjnych raportów może się rozwijać i po raz kolejny przybrała realny kształt. Raporty z poprzednich debat (z roku 2023: „**Chcemy świata bez podziałów! Co dziewczynki myślą o szkolnych podziałach między chłopakami a dziewczynami**”

oraz z roku 2024: „**Dziewczynki i pieniądze. Jak dziewczynki mówią o posiadaniu i porównywaniu się**”) można pobrać z naszej strony, do czego bardzo zachęcamy. Zapraszamy też do wysłuchania podcastu z pierwszej w Polsce konferencji naukowej o dziewczynkach zorganizowanej przez Fundację Kosmos dla Dziewczynek oraz Interdyscyplinarny Zespół Badań nad Dzieciństwem UW.

Ważną inspiracją dla naszych działań jest koncepcja Girl-Method stworzona przez Claudię Mitchell z McGill University (Kanada), jedną z pionerek badań nad dziewczynością. Claudia Mitchell zwraca uwagę na to, że oczywiście warto badać dziewczynki, ale w taki sposób, by unikać przy okazji generalizacji i nadmiernych uproszczeń, bo ta grupa nie jest monolitem.

We współczesne studia nad dziewczynością (*girlhood studies*) powinna być wpisana różnorodność dziewczynek i ich doświadczeń. Kluczowe jest stworzenie przestrzeni na ich głos, na partycypację i niekonwencjonalne metody twórcze. Uznawanie dziewczynek za ekspertki to DNA Fundacji Kosmos dla Dziewczynek, a niniejszy raport jest tego kolejnym świadectwem.



W organizację i przygotowanie debaty włączyły się wolontariuszki Deloitte, które na co dzień pracują w poznańskim biurze firmy



Piękne, mądre, ważne i odważne – pismo dla wszystkich dziewczynek i reszty świata. Wzmacnia w czytelniczkach pewność siebie, buduje poczucie własnej wartości i słucha ich głosu.

**Wspieraj dziewczynki teraz,
by wyrosły na silne kobiety w przyszłości!**

Kup prenumeratę!



**Pewne siebie dziewczynki
stają się pewnymi siebie kobietami.
Przeznacz 1,5% podatku
na świat przyjazny dziewczynkom!**

Fundacja Kosmos dla Dziewczynek
KRS: 0000669613

Wydajemy magazyn „Kosmos dla Dziewczynek”, którego każdy numer regularnie czyta około 13 tysięcy dziewczynek. Tworzymy niepowtarzalne i mądre treści. Już ponad 130 tysięcy dziewczynek skorzystało z naszych programów i warsztatów. Pokazujemy dziewczynkom wszechświat możliwości, budując ich pewność siebie, żeby miały odwagę być w przyszłości liderkami, neurolożkami, matematyczkami, mamami, majsterkami czy piłkarkami... lub kim chcą. Wspieramy nauczycielki i nauczycieli w budowaniu szkoły bez podziałów, gdzie dziewczynki są traktowane poważnie i na równi z chłopcami. A bezpłatny magazyn „Kosmos dla Dziewczynek” dociera do placówek opiekuńczych, świetlic, bibliotek i domów dziecka, a zatem do ponad sześciu tysięcy dziewczynek z grup nieuprzywilejowanych. Edukujemy także rodziców. Przeznacz **1,5%** swojego podatku Fundacji Kosmos dla Dziewczynek. Razem zbudujemy świat przyjazny dziewczynkom!

Przekazanie **1,5%** podatku Fundacji Kosmos dla Dziewczynek jest kosmicznie proste i nic Cię nie kosztuje! Sprawdź, jak to zrobić, na stronie kosmosdlaDziewczynek.pl/podziel-sie-podatkiem

Twój podatek to niejeden sposób na wsparcie dziewczynek. Więcej informacji, jak je z nami wspierać, znajdziesz na stronie kosmosdlaDziewczynek.pl/wesprzyj-nas



AUTORKA

Agnieszka Wójcińska

EKSPERTKI

Basia Ż., Ola, Zosia, Carmen, Iga M., Dobrusia, Hania, Dorotka, Maja, Marysia, Tosia, Maria, Basia P., Ala, Emilia, Pola, Ania, Laura, Hela, Iga K., Lisa, Lila

TRENERKI

Anna Błaszkiwicz, Joanna Czczott, Katarzyna Michalczak, Sylwia Szwed (moderatorka)

REDAKCJA

Katarzyna Michalczak

OPRACOWANIE GRAFICZNE

Joanna Kurowska

ZDJĘCIA

Magda Starowiejska

KOREKTA

Elżbieta Górnaś

TRANSKRYPCJA DEBATY

Piotr Jankowski

PARTNEREM DZIEWCZYŃSKIEJ DEBATY I RAPORTU JEST FUNDACJA DELOITTE

Copyright Fundacja Kosmos dla Dziewczynek