



FUNDACJA KOSMOS DLA DZIEWCZYNEK
dziewczyńskość w każdym wydaniu

DZIEWCZYNKI I KOMUNIKATORY

RAPORT
FUNDACJI KOSMOS
DLA DZIEWCZYNEK

wersja dla dzieci

Partner debaty i raportu

Deloitte. Fundacja
by Deloitte

Dla kogo jest ten raport?

Dla wszystkich dzieci, które chcą go przeczytać. Bo temat telefonów i używania komunikatorów dotyczy nie tylko dziewczyn. Co więcej, dotyczy on nawet osób, które nie mają swoich telefonów, ale mają je na przykład ich koleżanki i koledzy.

Kto mówi w tym raporcie?

Fundacja Kosmos dla Dziewczynek, która wydaje magazyn „Kosmos dla dziewczynek” i która — ze wsparciem Fundacji Deloitte — zorganizowała trzecią Dziewczyńską Debatę.

Dlaczego powstała wersja raportu dla dzieci?

Bo chcemy ci ułatwić czytanie. Informacje, które znajdziesz w tym raporcie, są tymi samymi, które znalazły się w raporcie dla dorosłych — są tylko napisane w taki sposób, żeby cię nie znudziły i żeby na pewno wszystko było dla ciebie zrozumiałe.





Wstęp Sylwii Szwed, prezeski Fundacji Kosmos dla Dziewczynek

Kojarzysz te książki o znanych osobach, które taaaak strasznie dużo osiągnęły? Odkryły pierwiastek chemiczny, szykują misję na Marsa, dostały Nobla albo odwiedziły Antarktydę? A może twoja mama i tata czytają gazety o politykach i polityczkach podejmujących ważne dla nas wszystkich decyzje? Albo oglądasz filmiki na YouTube z influencerami czy influencerkami znającymi odpowiedź na każde pytanie?

Tak, to wszystko są ważne osoby, ale my, jako Fundacja Kosmos dla Dziewczynek, zauważyłyśmy, że bardzo rzadko do dyskusji zapraszane są po prostu zwyczajne dzieci, takie jak ty. To błąd. Bo wtedy do innych (ja nazywam to debatą publiczną) trafia głos tylko tych, którzy są dorośli, robią nadzwyczajne rzeczy albo rozpychają się łokciami. Tak nie może być!

Dlatego **razem z Fundacją Deloitte, której misją jest między innymi troska o przyszłość i ludzi, i naszej planety, postanowiłyśmy regularnie organizować dziewczynskie debaty i pytać polskie dziewczynki, co one myślą na różne tematy, co jest dla nich ważne, czym teraz żyją.** I wiesz co? Na kosmicznych debatach dzieje się magia! Magia rozmowy, dyskusji, a czasem niezgadzenia się. Wymiany doświadczeń i opinii: ej, ja też tak mam! Albo: u mnie w klasie jest zupełnie inaczej!

Ten raport powstał właśnie po takiej debacie. To podsumowanie spotkania 22 dziewczynek z całej Polski. Raport dotyczy komunikatorów typu WhatsApp. Okazało się, że to jeden z najbardziej palących tematów dla naszych rozmówczyń. Poniżej przeczytasz o zapraszaniu się do grup i wykluczaniu z nich, łańcuszkach, spamie i pisaniu sobie rzeczy, których nigdy by się nie powiedziało drugiej osobie w bezpośrednim kontakcie.

Jestem ciekawa, czy rozpoznajesz to, o czym mówią nasze ekspertki — dziewczynki? Czy w twojej klasie też wszyscy używają tego narzędzia, choć oficjalnie jest zakazane? Czy też boją się, że bez komunikatorów już kompletnie tracą kontakt z ludźmi? Jeśli ten raport zainspiruje cię do pomyślenia o tym — to super. Fajnie, jak porozmawiasz o nim z rodzicami, koleżanką, bratem, siostrą albo nauczycielką. Drugą wersję raportu dostaną dorośli. Po co? Żeby dowiedzieć się, co myślą dzieci na ważne dla siebie tematy, i zastanowić się, jak wyglądałyby dobre i bezpieczne komunikatory dla młodych ludzi.

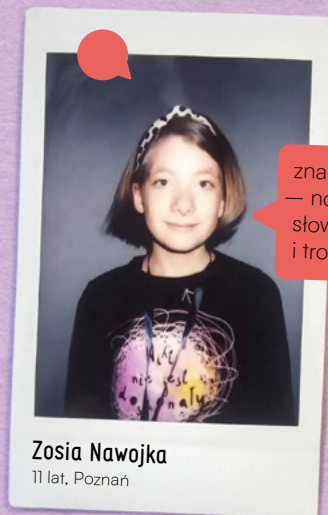
NASZE EKSPERTKI



zna się na fretkach
i jeździe konnej



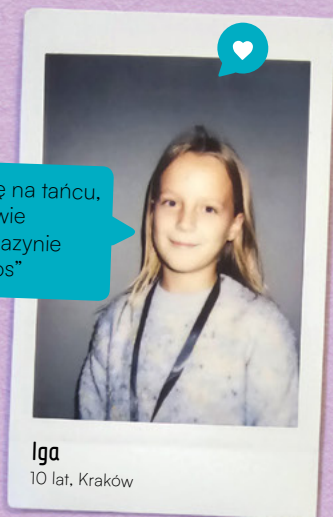
zna się na gotowaniu
i klockach Lego



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



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



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



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



zna się
na szydełkowaniu,
rysowaniu i kotach



zna się
na śpiewaniu,
gotowaniu
i sprzedawaniu
różnych rzeczy



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

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



zna się
na szkiecowaniu,
jeździe na rolkach
i zaprzyjaźnianiu się

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



Maria „Loczek”
11 lat, Poznań

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



Ala
10 lat, Lublin



Emilia „Emi”
10 lat, Warszawa

Basia „Horsejka”

10 lat, pod Łodzią w otoczeniu lasu

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



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

JAK POWSTAŁ TEN RAPORT?

1

Najpierw odbyła się trzecia **Dziewczyńska Debata**.

Jak można było się dostać na debatę?

Wiadomość o tym wydarzeniu została wysłana do osób dorosłych, które dla bliskich sobie dziewczynek prenumerują pismo „Kosmos”. Te osoby miały dać znać czytelniczkom magazynu, że fundacja organizuje taką debatę i szuka uczestniczek w wieku 10–11 lat. Dziewczynki, którym taki pomysł się spodobał, mogły zostać zgłoszone do udziału w debacie. Wzięły w niej udział 22 czytelniczki — 10 z nich było z Poznania i okolic, a 12 pozostałych dziewczynek zostało wylosowanych i przyjechały z różnych zakątków Polski. Wszystkie zaproszone dziewczyny spotkały się 12 października 2024 roku w Poznaniu w biurze Fundacji Deloitte.

Po co odbyła się debata?

Debata została zorganizowana, żeby wysłuchać tego, co mają do powiedzenia dziewczyny. Bo zależy nam, żeby miały one szansę pokazywać osobom dorosłym swój świat i opowiadać im o tym, co dla nich ważne. Uczymy się w ten sposób rzeczy, których nie jest w stanie przekazać nam nikt inny. Bo to właśnie dziewczyny są ekspertkami od dziewczynkości!

Czego dotyczyła debata?

W tym roku dziewczyny miały debatować o telefonach i innych ekranach, z których korzystają na co dzień. W trakcie debaty okazało się jednak, że **najważniejszym tematem, budzącym najsilniejsze i najbardziej różnorodne emocje, są komunikatory, a zwłaszcza WhatsApp**. Dlatego to o nim ten raport mówi najwięcej.

Jak to przebiegało?

Dziewczynki zostały podzielone na trzy grupy — z każdą pracowała inna trenerka z redakcji „Kosmosu”. To były takie warsztaty, na których dziewczyny opowiedziały trochę o sobie, a potem **dyskutowały o swoich doświadczeniach, dzieliły się swoimi przemyśleniami, zwyczajami, spostrzeżeniami, emocjami**. Potem wszystkie grupy spotkały się razem i ze wsparciem moderatorki opowiedziały wszystkim o swoich przemyśleniach i wnioskach.



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



- 2 W trakcie debaty wszystkie spotkania były **nagrywane** dyktafonami.
- 3 Potem te nagrania zostały **spisane**.
- 4 Ten raport jest wynikiem wnikliwego zapoznania się ze spisanyymi nagraniami z debaty i **podsumowania** ich.

Co jeszcze warto wiedzieć przed przeczytaniem raportu?

Wszystkie uczestniczki Dziewczyńskiej Debaty zgodziły się na udział w spotkaniu, na nagrywanie ich głosu i robienie im zdjęć. Zgodę wyrazili również ich rodzice.

To nie jest raport naukowy ani badawczy — to raport partycypacyjny. Czyli taki, który jest efektem wspólnej pracy wielu osób i zdaje sprawę z czegoś, w czym się uczestniczyło. Dorosłe osoby z Fundacji Kosmos dla Dziewczynek wzięły na siebie podsumowanie wypowiedzi uczestniczek. Bez niepotrzebnych uogólnień, z szacunkiem dla dziewczynskiej różnorodności. Chciałyśmy uchwycić to, co naprawdę ma dla dziewczyn znaczenie. Pokazać dziewczynski punkt widzenia. Dlatego w raporcie znajdziesz bardzo dużo cytatów z wypowiedzi młodych ekspertek — uczestniczek debaty. Żaden cytat nie jest przypisany do konkretnej dziewczynki — dzięki temu możemy opowiedzieć także bardziej osobiste czy trudne historie, które usłyszałyśmy od uczestniczek debaty.



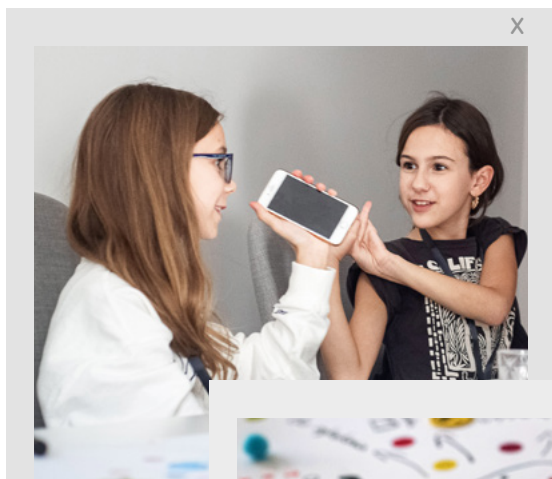
JAK CZYTAĆ TEN RAPORT?

W raporcie jest **kilka rozdziałów** tematycznych — każdy z nich ma tytuł.

W prawie każdym rozdziale jest **dużo cytatów z dziewczyn**, czyli słowo w słowo spisanych ich wypowiedzi. Cytaty to te zdania, które zapisane są kursywą, czyli pochylonymi literami. Czasem w cytatach są kwadratowe nawiasy: [o, takie] — to znaczy, że słowa wzięte w nawias zostały dodane przez nas, żeby łatwiej było zrozumieć, o co chodziło osobie, która jest cytowana — w wypowiedzi ustnej czasem nie mówi się wszystkiego dokładnie, bo się mówi szybko, bo trzeba zdążyć za myślą. W cytatach nie ma też przejęzyczeń czy tych wszystkich yyyyyy albo aaaaa, które często się wypowiada nieświadomie — one utrudniałyby czytanie.

Każdy rozdział zawiera podsumowanie Fundacji — to zazwyczaj te zdania, które zapisane są w punktach, prostymi literami, bez kursywy. Najważniejsze informacje w podsumowaniach są zapisane pogrubionymi literami.

W zależności od tego, co wydaje ci się bardziej interesujące – możesz czytać albo same cytaty, albo samo podsumowanie. Albo, jak masz ochotę, możesz przeczytać wszystko, od deski do deski!



O CZYM PRZECZYTASZ W TYM RAPORCIE?

Tematy, które zostały w nim poruszone, to:

Świat komunikatorów, a głównie: WhatsApp

Jak się porozumiewa na komunikatorach?

Dlaczego używanie komunikatorów jest dla wielu dziewczyn ważne?

Grupy na komunikatorach

Gry i zabawy na komunikatorach: obietnice i groźby

Uwaga, niemiło! Czyli co nefajnego zdarza się na komunikatorach

Czy dziewczyny chcą limitów?

Dziewczyńskie postulaty, czyli co powinno się zmienić

Coś ważnego na zakończenie



Gotowa/gotowy do zapoznania się z treścią raportu? **Zaczynamy!**

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



Na początek:
najważniejsze, czego można dowiedzieć się o ekranach i telefonach od uczestniczek debaty, czyli... ↓

PODSUMOWANIE

- 1** **Temat komunikatorów wypłynął sam i z miejsca wzbudził dużo emocji.**
Dziewczyny korzystają z komunikatorów, ale raczej o nich nie rozmawiają z dorosłymi. Mimo że z używaniem takich narzędzi wiązą się trudne rzeczy, jak hejt, wykluczenie, przebodźcowanie (czyli przytłoczenie tym wszystkim, co dzieje się naraz).
- 2** W świecie dziewczyńskich telefonów **rządzi jeden komunikator — WhatsApp.**
Chociaż 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. Nawet jeśli jednocześnie ktoś ma poczucie, że dzieją się tam trudne rzeczy, a nieprzestrzeganie regulaminów nie jest w porządku.
- 3** **Komunikatory to wręcz cały świat.** Taki mały, ale ważny świat można nazwać: mikrouniwersum. To dużo więcej niż tylko wymiana wiadomości tekstowych.
Ten świat budzi u dziewczyn mnóstwo emocji.
- 4** **Uczestniczki debaty mają poczucie, że nieobecność na komunikatorze wykluczyłaby je z ważnej części ich świata.** Z jednej strony więc chcą tam być, należeć do grupy, z drugiej — czują się trochę przymuszone i przez to przytłoczone.
- 5** **Komunikator ułatwia życie** — tak uważa większość uczestniczek debaty. Można zapytać o lekcje czy inne szkolne tematy, być w kontakcie z koleżankami i kolegami.
- 6** **Na komunikatorze można się bawić i grać** — wysyłać śmieszne filmiki, brać udział w łańcuszkach albo ustawianiu „statusów”.
- 7** Jednocześnie to, co się dzieje na **komunikatorze, czasem przekracza granice dziewczyn:** inne osoby używają tam niewłaściwego języka, pojawia się ogromna liczba powiadomień i ciągłe ocenianie.
- 8** Ogromna liczba wiadomości **przebodźcuje** — dziewczyny znajdują się w **spirali komunikacyjnej**, czyli jest w kółko coraz więcej i więcej wiadomości, często dość bezsensownych. Rówieśnicy i rówieśniczki potrafią **zrobić na komunikatorze rzeczy, których nigdy nie zrobiliby na żywo.** Na porządku dziennym są tam kłótnie, obgadywanie i wyzywanie innych. Przez to dziewczyny często **czują niepokój, smutek, lęk o siebie i swoich najbliższych.**

- 9 **Na komunikatorze nie ma żadnych reguł. Nie ma dorosłych, którzy kontrolowaliby to, co się tam dzieje.** Dziewczynom się to nie podoba. Dorośli nie wspierają ich w uczeniu się tego, jak się w tej przestrzeni zachowywać i jak reagować na trudne sytuacje. Ekspertki, które wzięły udział w debacie, czują się w tym samotne.
- 10 **Na komunikatorze z łatwością można wejść w kontakt z obcymi osobami.** Niektóre z dziewczyn wydają się świadome związanych z tym zagrożeń. Ale nie wszystkie.
- 11 Dziewczyny czują, że korzystanie z telefonów i komunikatorów wymaga jakichś zasad. **Niektóre z nich same ograniczają sobie używanie telefonu. Większość ma limity nałożone przez rodziców.** Najpopularniejsza forma limitów rodzicielskich to limity czasowe. Inne formy to na przykład zakaz używania TikToka czy Facebooka.
- 12 Dziewczyny różnie oceniają to, że rodzice limitują im korzystanie z telefonów. **Limity czasowe często uważają za coś, co utrudnia im życie i je frustruje. Ale część z nich ma przekonanie, że ograniczenia są potrzebne.** Mówią, że **potrzebują wsparcia dorosłych w sferze używania komunikatorów. Czegoś więcej niż wprowadzenie limitów.** Mądrego towarzyszenia w poruszaniu się po tym świecie.



A teraz rozdziaty
z poszczególnymi tematami
i szczegółami tego, o czym
rozmawiały ekspertki
na debacie ↓

ŚWIAT KOMUNIKATORÓW, CZYLI ŚWIAT WHATSAPPA



CYTATY
Z WYPowiedzi
DZIEWCZYŃSKICH
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 niemiłe,** bo mój kolega, którego naprawdę bardzo lubię, bo przyjaźnimy się już cztery lata, zaczął nas wyzywać od kwadratowych mózgów, 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

Dziewczyny, które wzięły udział w debacie, mówiły, że telefony są częścią ich świata. Większość z nich ma własny telefon. Pojedyncze dziewczynki nie posiadają smartfona, jedna ma stary model Nokii. Uczestniczki debaty miały przekonanie, że ktoś, kto nie ma telefonu, może **zostać odsunięty na bok w grupie znajomych**.

2

Jeśli dziewczyny mają swój smartfon, to korzystają z komunikatorów, a w zasadzie z WhatsAppa (korzystają z niego czasem nawet wtedy, gdy nie mają smartfona, biorąc telefon jednego z rodziców). Większości z dziewczyn rodzice nie pozwalają korzystać z TikToka, Instagrama czy Facebooka (jedna używa Messengera); tylko niektóre mają dostęp do YouTube'a. **WhatsAppa rodzice pozwalają używać w zasadzie prawie wszystkim**.

3

Komunikatory to nie tylko grupa klasowa, ale wręcz jakby cały świat. W tym świecie toczy się ważna część dziewczynskiego życia. Nic dziwnego, że wiąże się z nimi mnóstwo emocji: pozytywnych, ale też trudnych.

4

W świat komunikatorów dziewczyny wchodzi, przyjmując zasady tam rządzące, choć nie wszystkie im się podobają. Większość uczestniczek debaty nie rozmawia o tym z nikim dorosłym. **Starają się radzić sobie w tym same – tak, jak potrafią**.

DLACZEGO UŻYWANIE KOMUNIKATORA JEST DLA WIELU DZIEWCZYN TAK WAŻNE?



CYTATY
Z WYPOWIEDZI
DZIEWCZYŃSKICH
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 koledze rodzice zabrali telefon, to stwierdziłam, że to jest straszne tak nie mieć zupełnie łączności.

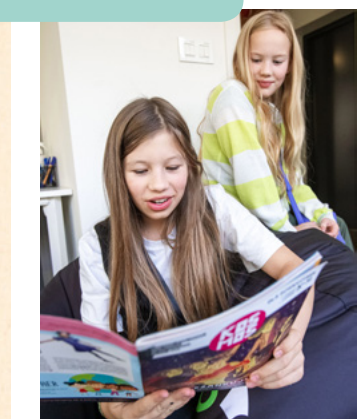
Teraz kiedy usunęliśmy dwóch kolegów, którzy wrzucali nefajne rzeczy, to grupa klasowa działa głównie do przekazywania lekcji i tego, co na kiedy trzeba wziąć.



Jak masz chat 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 są ważne, bo dzięki nim można być w kontakcie z koleżankami i kolegami – i tymi, którzy są blisko, i tymi, którzy mieszkają daleko. Można czuć się częścią grupy, być na bieżąco z tym, co dzieje się w klasie. Można się na nich wspólnie pośmiać albo w coś pograć.

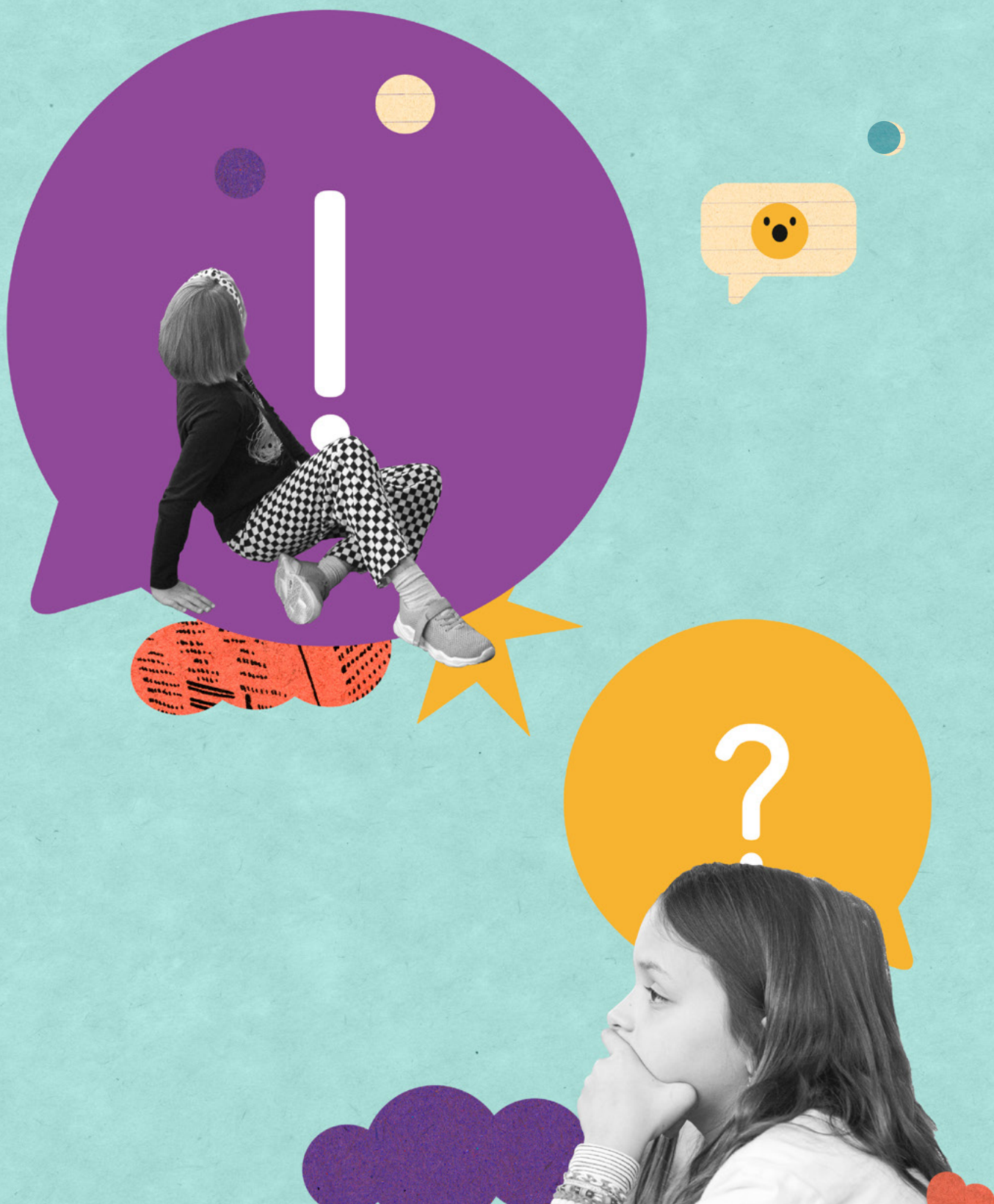
2

Gadanie na komunikatorze to coś zupełnie innego niż gadanie przez telefon czy na żywo – mówią dziewczynki. Na przykład dlatego, że w komunikatorowych grupach uczestniczy wiele osób naraz w tym samym momencie.

3

Jeśli nie ma się komunikatora (albo ma się telefon, na którym nie można go zainstalować), **to**, jak czują dziewczynki, **jest się wykluczoną z części rówieśniczego życia**. To bywa dla dziewczyn trudne. Zwłaszcza że osoby, które są na takich grupach, podkreślają, że nieobecne na nich dziewczynki nie są na bieżąco z tym, co się dzieje.

JAK SIĘ POROZUMIEWA NA KOMUNIKATORACH?



CYTATY
Z WYPOWIEDZI
DZIEWCZYŃSKICH
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 niemiłe.

” **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.

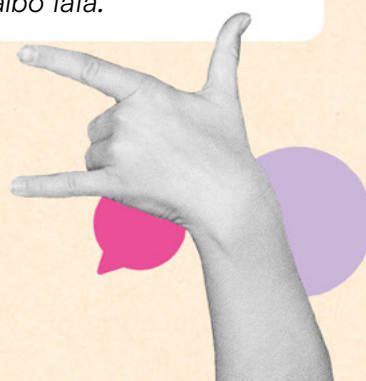
” Miałam ostatnio taką sytuację z koleżanką, która odeszła z naszej klasy i szkoły, że nazywała naszą wychowawczynię debilem, ale potem jedna z koleżanek pokazała to mamie i ona zadzwoniła do jej rodziców.

” 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 niemiłe 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

Dziewczyny mówią, że rozmawianie na komunikatorach to często „szat, spam, samowolka”. Koledzy i koleżanki pozwalają tam sobie na zachowania, do jakich nigdy by się nie posunęli na żywo. A w dodatku na żywo zazwyczaj nie przepraszają za to, co się wydarzyło na komunikatorze.

2

Nieprzyjemne rzeczy, które dzieją się na komunikatorach, to:

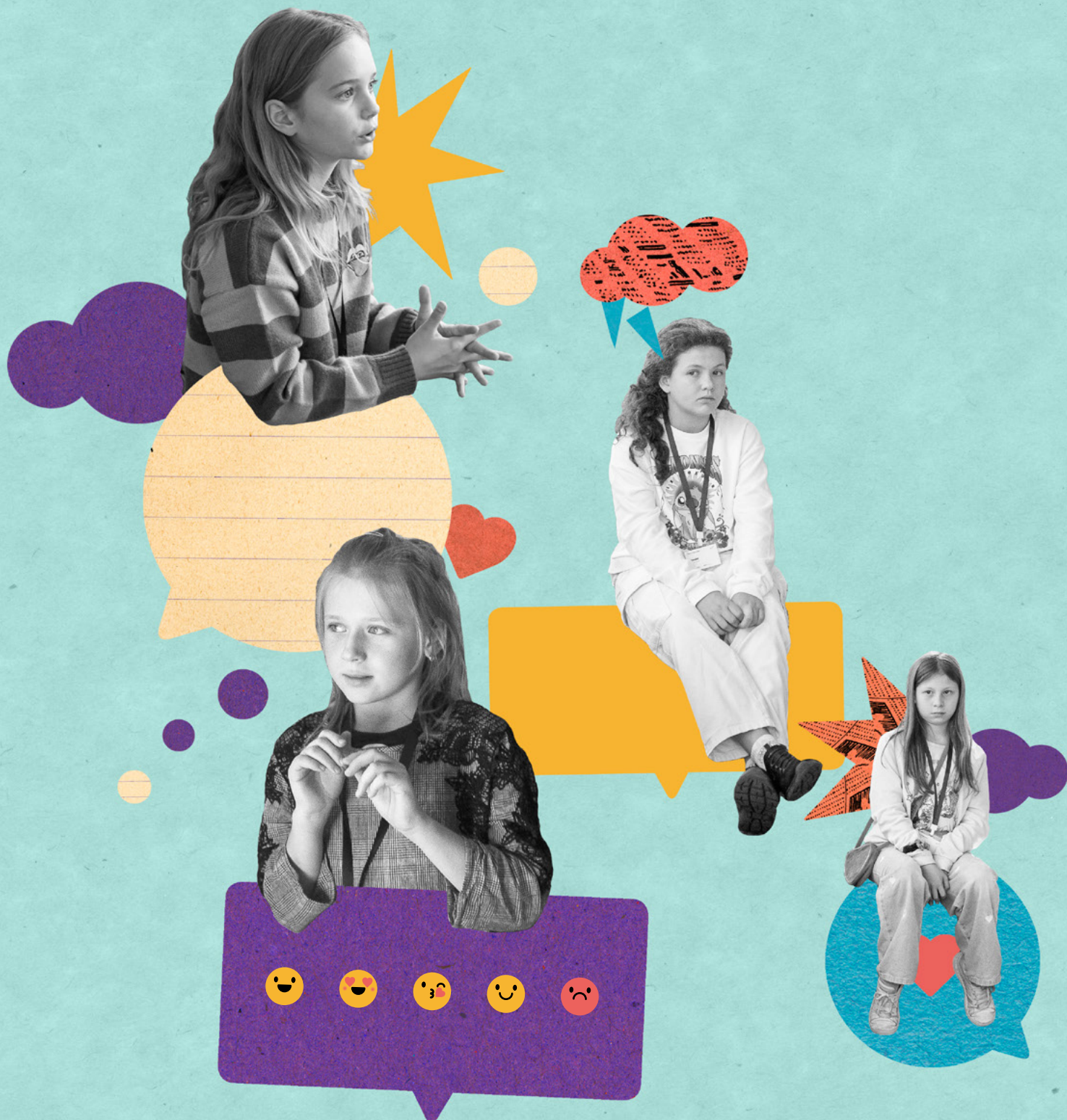
- **obgadywanie innych**
(również tych, co są na grupie),
- **wyzywanie i obrażanie**
(„głupia”, „debil”, „kwadratowy mózg”),
- **shipowanie**
(tączenie dziewczynki i chłopca na siłę i wbrew ich woli w parę),
- **zamieszczanie treści, które są bardzo nieprzyjemne**
(na przykład zdjęć Stalina i Hitlera na klasowej grupie).

3

Czy rodzice coś z tym robią? Głównie wtedy, gdy wydarzy się jakaś rzecz naprawdę okropna. Dziewczyny mówią, że **kontroli dorosłych jest za mało**. Chciałyby, żeby istniały tu jakieś zasady, żeby był ktoś, kto chroniłby je przed treściami, których sobie nie życzą.



GRUPY NA KOMUNIKATORACH



CYTATY
Z WYPOWIEDZI
DZIEWCZYŃSKICH
EKSPERTEK



” **Z koleżankami lubimy sobie czasami pospamować**, ale wiemy, że to niektórych denerwuje, i dlatego zrobiłyśmy 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.

” **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 wysłam.

” **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 wysyłać.

” 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

Dziewczyny relacjonowały na debacie, że są zazwyczaj **na kilku różnych grupach, ale niektóre z nich są na bardzo wielu.**

Oprócz grupy klasowej – istnieją także grupy na przykład wyłącznie dziewczyn z klasy albo grupy kilku najbliższych koleżanek. Są też grupy spamowe – które powstają specjalnie, żeby wrzucać tam śmieszne filmiki, memy, zdjęcia, emotki.

2

Często zdarza się, że znajome albo nieznajome osoby **dodają czyjś numer telefonu do losowych grup bez pytania zgody.** Bywa, że takie grupy są zakładane tylko po to, by zebrać jak największą liczbę uczestników i uczestniczek. To dla większości dziewczyn przesada. W dodatku od tego robi się tyle powiadomień, że jest to bardzo uciążliwe. Dziewczyny mówią, że zazwyczaj szybko się z takich grup wypisują.

3

Uczestniczące w debacie dziewczynki cenią mniejsze grupy na WhatsAppie – tam, gdzie jest kilka osób, które znają, na przykład dziewczynki z klasy albo kilka najbliższych koleżanek. Tam czują się bezpieczniej i chętniej niż na grupach wieloosobowych piszą coś o sobie.

GRY I ZABAWY NA KOMUNIKATORACH – OBIETNICE I GROŻBY



CYTATY
Z WYPOWIEDZI
DZIEWCZYŃSKICH
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

Na komunikatorach można się śmieszyć i fajnie pobawić. Ale z drugiej strony – można też doznać przykrości i poczucia przytłoczenia. Tak jak wtedy, gdy u dziewczynek pojawia się lęk, że jak czegoś nie zrobią, to stracą przyjaciółkę lub przyjaciela.

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. Dziewczyny nie chcą być w ten sposób oceniane, ale zarazem czują się przymuszone, bo obawiają się, że komuś, kogo lubią, będzie przykro, jeśli nie wyrażą swojego zdania.

3

„**tańcuszki**”. To wiadomości, które nakłaniają do pozornie mało znaczących aktywności. Często opierają się na manipulacji emocjonalnej, czyli świadomym i nieuczciwym graniu czyimiś uczuciami, lub szantażu, czyli próbie zmuszenia kogoś za pomocą groźby do zrobienia czegoś. Wtedy często stawka, którą dziewczyny są straszone w takich wiadomościach, 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 umarta”. Dziewczyny biorą w nich udział, kierowane ciekawością. Czują przy tym często złość, strach. Część z nich deklaruje, że już w tego rodzaju zabawach nie uczestniczy. Niektóre z nich, choć chciałyby zrezygnować z udziału w tańcuszkach, to tego nie robią.

4

Zdarzają się też **grupy, w których realizuje się challenge**, czyli wyzwanie. Najczęściej takie, żeby osiągnąć dużą liczbę osób. W takich grupach dziewczyny dostają bardzo wiele powiadomień o nieodczytanych wiadomościach i to je męczy. Zazwyczaj wypisują się stamtąd niedługo albo wręcz od razu po tym, jak zostaną do nich dotęczone.



UWAGA, NIEMIŁO! CZYLI CO NIEFAJNEGO ZDARZA SIĘ NA KOMUNIKATORACH

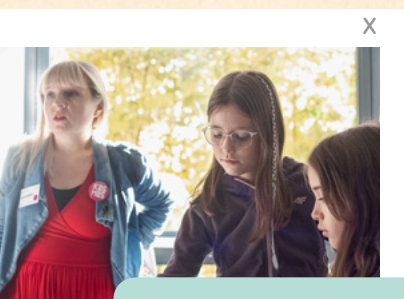


CYTATY
Z WYPOWIEDZI
DZIEWCZYŃSKICH
EKSPERTEK



”

” 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 wysłała 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 klepsydze, 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 nefajne.

1

Wykluczenie.

Na komunikatorach wykluczenie z grupy klasowej czy grupy koleżanek i kolegów jest wyjątkowo proste. Można tam zwyczajnie wyrzucić kogoś albo napisać negatywny komentarz o kimś, a taki komentarz mogą przeczytać wszyscy na grupie. Albo można wrzucać filmiki i relacje z wydarzeń czy imprez, w których nie uczestniczyła konkretna osoba. Dziewczynkom, które uczestniczyły w debacie, przydarzają się wszystkie formy wykluczenia i bardzo to przeżywają.

2

Przebodźcowanie. Za dużo, za szybko, za często.

Dziewczyny mówią, że dostają ogromnie dużo wiadomości, migają im powiadomienia. Z jednej strony czują się tym przeciążone, z drugiej – nie chcą powiadomień wyłączać, bo chciałyby być na bieżąco. Mimo że często treść samych wiadomości ich nie interesuje. Zwłaszcza gdy pochodzą one od osób, których dziewczyny nie znają – co zdarza się na bardzo licznych grupach.

3

Brak zasad i kontroli. Grupy na komunikatorach nie mają **nadzoru dorosłych**. Nikt dorosły zazwyczaj nie rozmawia z dziewczynami o tym, jak bezpiecznie i z uważnością na własne potrzeby używać komunikatorów. Tylko pojedyncze ekspertki na debacie opowiadają, że rozmawiały z rodzicami albo nauczycielką o niepożądanych zachowaniach osób na grupie komunikatorowej. Okazuje się, że rodzice czy nauczyciele wkraczają dopiero, gdy dzieje się coś bardzo złego.



CZY DZIEWCZYNY CHCĄ LIMITÓW?



CYTATY
Z WYPOWIEDZI
DZIEWCZYŃSKICH
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
DZIEWCZYŃSKICH
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.

„ 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].

„ Część [naszej] grupy [podczas debaty] ustaliła, że limity są fajne, bo już się tak nie stresujemy, że przekroczymy ten czas i będą na nas źli, 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 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

Dziewczyny biorące udział w debacie mają przekonanie, że telefony są szkodliwe.

Że należy ograniczać używanie ich. Zdają sobie sprawę, że mogą one być niezdrowe dla oczu i mózgu, odciągając od innych aktywności i sprawiając, że nie widzi się świata wokół. Że używając telefonu, można „zagubić się w czasie”. Niektóre z ekspertek **same ograniczają sobie korzystanie** z telefonu. Albo też mają poczucie winy, gdy „siedzą na telefonie” zbyt długo.

2

Większość dziewczyn ma założone przez rodziców limity na korzystanie z telefonów w ogóle (od wieczora do rana) albo z poszczególnych funkcji czy apek (z góry określony czas każdego dnia). Najczęściej chodzi o gry czy YouTube. Niektóre z dziewczyn przy okazji ustalania limitów rozmawiają z rodzicami na temat tego, dlaczego są ograniczenia są potrzebne i przed czym mają chronić.

Rodzicom często wystarcza ustawienie limitów na różne aplikacje i funkcjonalności. A dziewczyny **chciałyby więcej rozmów, jak sobie radzić w świecie komunikatorów.**

3

Część dziewczyn uczestniczących w debacie chce limitów. Bez nich mają poczucie, że za dużo „siedzą na telefonie”. **Niektóre z dziewczyn jednak przeciwnie, limity uważają za ograniczające i frustrujące.** Skarżą się, że przez limity muszą w połowie przerwać rozmowę z koleżanką czy szukanie potrzebnych informacji. Nie mogą też przez to nastawić budzika ani w nocy użyć latarki, gdy idą do toalety.

4

Część dziewczyńskich ekspertek limity od rodziców uważa za objaw braku zaufania i niezrozumienia tego, jak wygląda teraz świat. Bywa też, że przez limity dziewczyny czują się **wykluczone z grupy koleżanek i kolegów** (bo na przykład nie dostały od rodziców pozwolenia na zainstalowanie jakiejś aplikacji).

Ekspertki zauważają, że rodzice **im zabraniają, a sami za długo siedzą na telefonach.** Dziewczyny sądzą, że to nie fair, i mają do nich o to żal.

DZIEWCZYŃSKIE POSTULATY, CZYLI CO POWINNO SIĘ ZMIENIĆ (zdaniem uczestniczek debaty)

- 
- 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.
- 

Posiadanie telefonu to dla dziewczyn oczywistość, nie kwestia wyboru. Dla części z nich — bez telefonu jest się wykluczoną. Jednocześnie są świadome zagrożeń i trudności. Wiedzą, że należy ograniczać korzystanie z telefonów, w tym komunikatorów. Widzą też, że ich rodzice tego nie robią.

W świecie komunikatorów dziewczyny w dużej mierze czują się **opuszczone przez dorosłych i pozostawione same sobie**. 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. I żeby taką pomoc zapewniali nie tylko rodzice czy szkoła, ale większe instytucje wspierające dzieci — lub państwo.

COŚ WAŻNEGO NA ZAKOŃCZENIE

I to już koniec relacji z trzeciej Dziewczyńskiej Debaty. Uff, dużo tego, prawda? Jakie masz uczucia po przeczytaniu o tym wszystkim? Pamiętaj, każde uczucie jest okej i warto porozmawiać o tym, jak się czujesz, z zaufaną osobą.

Jeszcze tylko kilka ważnych spraw na koniec od Fundacji Kosmos dla Dziewczynek:

- 1** **Korzystanie z komunikatorów** (takich jak WhatsApp) **przez osoby poniżej 13. roku życia jest niezgodne z europejskim prawem.**
- 2** Korzystanie z nich **wiąże się z wieloma zagrożeniami** dla dzieci, i dzieci nie są w stanie się przed nimi same bronić. Choćby były nie wiadomo jak mądre (tak jak ty! 😊).
- 3** A jednak dużo osób w twoim wieku używa na przykład WhatsAppa, a to dlatego, że apka, choć ma taki obowiązek, nie sprawdza skutecznie wieku osób, które z niej korzystają.
- 4** **Jeśli na komunikatorze dostajesz treść, której nie chcesz, napisz do tej osoby: nie wysyłaj mi tego.** Albo kliknij: „zgłoś czat”. Albo powiedz o tym dorosłej zaufanej osobie i razem poszukajcie rozwiązania.
- 5** W ogóle **porozmawiaj z rodzicami lub inną zaufaną dorosłą osobą o twoim korzystaniu z WhatsAppa.** Może będziesz chciała je ograniczyć lub całkiem się wycofać? Masz do tego prawo!
- 6** Co zrobić, żeby dać radę się stamtąd wycofać? Będziesz potrzebowała pomocy rodziców lub innej zaufanej dorosłej osoby. Wspólnie pomyślcie, jak można inaczej kontaktować się z koleżankami i kolegami (esemesy? spotkania na żywo?). **A może uda się namówić do zrezygnowania z WhatsAppa większą liczbę osób? Naprawdę warto!**
- 7** Za kilka lat sytuacja może być zupełnie inna. Być może zostaną opracowane takie sposoby, że nie będzie można się w ogóle dało zapisać na komunikator, jeśli się nie ukończy odpowiedniego wieku. I dobrze!

Jeśli potrzebujesz, skorzystaj z telefonu zaufania Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę 116111

Więcej na temat korzystania z komunikatora przeczytasz też w 47. numerze „Kosmosu dla dziewczynek” zatytułowanym „Pod wiatr” w dziale Nazwij TO. Ten numer będzie miał premierę w czerwcu 2025 roku.



POZNAJ KOSMOS DLA DZIEWCZYNEK

Już jest!
kalendarz na rok 2025



Masz wszystkie numery „Kosmosu dla dziewczynek”?

Sprawdź, które już znasz!

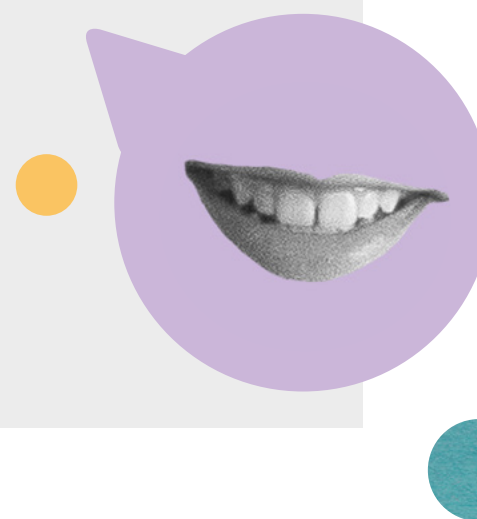
N°1 Moc	N°21 Jak pies z kotem	N°33 Ile możesz?
N°2 Prezent	N°22 Moja sieć	N°34 Ale jazda!
N°3 Dzielenie	N°23 Idź w dzicz	N°35 Twój żywioł
N°4 Mamy	N°24 Po burzy tęcza	N°36 Umawiamy się
N°5 Świat bez dorosłych	N°25 Ja decyduję!	N°37 Zrób hałas!
N°6 Wynalazki	N°26 Brokat	N°38 Mam to!
N°7 Mam głos!	N°27 Serio?	N°39 Jakiej chcę szkoły?
N°8 Sięgaj gwiazd	N°28 Serca i lajki	N°40 Na skrzydłach
N°9 Zwierzaki	N°29 Nieznane	N°41 Bestie
N°10 Bogactwo	N°30 W co ty grasz?	N°42 Gotowe, start!
N°11 Przyjaźń	N°31 Koleżankujemy się	N°43 Różnimy się, lubimy się
N°12 Mój pokój	N°32 Magia	N°44 Szafa
N°13 Pokaż język		
N°14 Maski		
N°15 Ziemio I love you		
N°16 Podaj hasło!		
N°17 Dziewczyny i chłopaki		
N°18 Panna Wywrotka		
N°19 Lustro		
N°20 Przyszłość		

Kalendarz i brakujące numery
są na naszej stronie
sklep.kosmosdladziewczynek.pl
Pakiety po 6 numerów
i **prenumerata** w supercenie!



NIEZBĘDNIK INTERNETOWY DZIEWCZyny (I CHŁOPAKA)

W tych numerach znajdziesz artykuły dotyczące tematu bezpieczeństwa w internecie:





AUTORKA

Katarzyna Michalczak

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 Czeczott, Katarzyna Michalczak, Sylwia Szwed (moderatorka)

REDAKCJA

Anna Błaszkiwicz

OPRACOWANIE GRAFICZNE

Joanna Kurowska

ZDJĘCIA

Magda Starowieyska

KOREKTA

Elżbieta Górnaś

TRANSKRYPCJA DEBATY

Piotr Jankowski

PARTNEREM DZIEWCZYŃSKIEJ DEBATY I RAPORTU JEST FUNDACJA DELOITTE

Copyright Fundacja Kosmos dla Dziewczynek