

Stanowisko Rady do Spraw Cyfryzacji w sprawie ochrony małoletnich przed dostępem do szkodliwych treści i problematycznym korzystaniem z platform społecznościowych.

Przeprowadzone w 2021 r., na zlecenie Rzecznika Praw Dziecka, badanie jakości życia dzieci i młodzieży pokazało niepokojącą skalę uzależnienia od mediów społecznościowych¹. Już wówczas 27% drugoklasistów i 48% szóstoklasistów przyznawało, że korzysta z mediów społecznościowych, by lepiej się poczuć. Co trzeci szóstoklasista podejmował daremne próby zmniejszenia ilości czasu spędzanego w sieci. Co czwarty deklarował, że „często zdaje sobie sprawę, że myśli tylko o korzystaniu z internetu”.

Według danych NASK² ([Nastolatki 3.0](#)) i Państwowej Komisji do spraw wykorzystania seksualnego małoletnich³, 69 % dzieci i młodzieży w Polsce doświadczyło jakiejś formy krzywdzenia seksualnego w sieci.

Już w 2023 r. amerykański rzecznik do spraw zdrowia publicznego uznał wpływ mediów społecznościowych na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży za „znaczące wyzwanie dla zdrowia publicznego, wymagające natychmiastowego uznania i działania”⁴.

Autorzy raportu „Internet dzieci”⁵ (opartego o dane z 2024 r.) szacują, że z popularnych portali społecznościowych w Polsce korzysta 1,4 mln dzieci poniżej 13. roku życia (co trzecie dziecko w wieku 7–12 lat korzysta z TikToka, niewiele mniej – z Facebooka, zaś co ósme – z Instagrama). W ostatnim kwartale 2024 r. 91,54% dzieci w wieku 7-14 lat przynajmniej raz dziennie połączyło się z Internetem i spędziło w nim aż 4 godziny 29 minut. Również 90,28% młodzieży w wieku 15-18 lat spędza w sieci średnio 4 godziny 28 minut.

Polska znajduje się na szczycie rankingów, jeśli chodzi o złe samopoczucie dzieci i młodzieży. Jesteśmy w ostatniej dziesiątce na ponad 70 krajów, jeśli chodzi o satysfakcję z życia, poczucie przynależności i przekonanie uczniów, że potrafią się samodzielnie uczyć ([testy PISA, 2022 r.](#))⁶.

Według raportów [HBSC](#) – sieci badawczej, która we współpracy z WHO bada zdrowie nastolatków od 1983/1984 roku (w Polsce od końca lat 80-tych) – w Polsce procent nastolatków

¹ <https://brpd.gov.pl/wp-content/uploads/2022/01/Raport-RPD-korzystanie-z-medi%C3%B3w-spo%C5%82eczno%C5%9Bciowych-i-internetu-PDF.pdf>

² <https://www.gov.pl/web/baza-wiedzy/mlodziez-w-internecie---raport-nastolatki-31>

³ <https://pkdp.gov.pl/srodowisko-cyfrowe-w-pulapce-przemocy-instytucjonalnej-artykul-konrada-ciesiolkiewicza-w-raporcie-internet-dzieci/>

⁴ <https://www.hhs.gov/surgeongeneral/reports-and-publications/youth-mental-health/social-media/index.html>

⁵ <https://cyfroweobywatelstwo.pl/wp-content/uploads/2025/03/RAPORT-INTERNET-DZIECI-2025.pdf>

⁶ https://www.oecd.org/en/publications/pisa-2022-results-volume-i-and-ii-country-notes_ed6fbcc5-en/poland_4a2c28c8-en.html

zgłaszających objawy problematycznego korzystania z mediów społecznościowych oscyluje w granicach średniej europejskiej (ok 10%)⁷. Jednak w przypadku 13-latków, a w szczególności dziewcząt, dane są alarmujące: objawy uzależnienia zgłasza co piąta polska nastolatka.

W Polsce legalne korzystanie z platform społecznościowych jest możliwe już od 13 roku życia. Wiele państw, nie tylko w Unii Europejskiej, zdecydowało się na podniesienie tej granicy do 15 lub 16 roku życia (np. we [Francji](#) oraz [Grecji](#) z platform społecznościowych można korzystać od 15 roku życia, w [Australii](#) – od 16)⁸.

Zdaniem ekspertów, m.in. francuskiego organu ds. ochrony danych osobowych ([CNIL](#))⁹, nie istnieje dziś w pełni „bezpieczny” (z punktu widzenia prywatności i ochrony danych osobowych), a zarazem w pełni skuteczny mechanizm weryfikacji wieku, który mogliby zastosować usługodawcy internetowi. Stworzenie takiego mechanizmu, opartego o publiczną infrastrukturę i **jednolity standard w skali UE**, to jedno z najpilniejszych zadań państwa. Jednocześnie, kompleksowa odpowiedź na przywołane wyżej zagrożenia wymaga systemowych zmian w funkcjonowaniu platform społecznościowych oraz działań z zakresu edukacji społecznej i wsparcia psychologicznego.

W tym kontekście Rada ds. Cyfryzacji **rekomenduje** kierownictwu Ministerstwa Cyfryzacji:

1. Niezwłoczne wdrożenie aktu o usługach cyfrowych (Digital Services Act, DSA), w tym:
 - 1.1. stworzenie warunków instytucjonalnych umożliwiających sprawne egzekwowanie DSA w Polsce (m.in. zbudowania odpowiednich kompetencji i zasobów w Urzędzie Komunikacji Elektronicznej);
 - 1.2. stworzenie niezależnego mechanizmu nadzoru nad decyzjami moderacyjnymi platform internetowych, które ingerują w wolność słowa (w tym dotyczącymi blokowania kont i treści istotnych dla debaty publicznej);
 - 1.3. zapewnienie wsparcia dla pozasądowych organów rozstrzygania sporów;
 - 1.4. promowanie standardów ochrony małoletnich przed manipulacyjnymi interfejsami i uzależniającymi funkcjonalnościami w produktach i usługach cyfrowych;
 - 1.5. wykorzystanie kampanii społecznych/informacyjnych do przygotowania społeczeństwa na nowe procedury i standardy wynikające z DSA oraz przeciwdziałania dezinformacji rozsiewanej przez przeciwników tych regulacji (w szczególności rzekomego zagrożenia cenzurą w internecie).

⁷ <https://hbsc.org/publications/reports/a-focus-on-adolescent-peer-violence-and-bullying-in-europe-central-asia-and-canada/>

⁸ <https://www.politico.eu/article/france-doubles-down-on-social-media-age-limit-at-15/>
<https://www.tovima.com/stories/limiting-social-media-for-teens-greece-takes-action/>
<https://tech.co/news/countries-age-restrictions-social-media>

⁹ <https://www.cnil.fr/en/online-age-verification-balancing-privacy-and-protection-minors>

2. Przyjęcie ustawy o ochronie małoletnich przed dostępem do treści szkodliwych w internecie z poprawkami zapewniającymi:
 - 2.1. wyłączenie z obowiązku weryfikacji wieku usługodawców, którzy intencjonalnie nie dopuszczają publikacji treści o charakterze pornograficznym oraz podejmują adekwatne działania chroniące małoletnich przed kontaktem z takimi treściami;
 - 2.2. ochronę treści rozpowszechnianych w ramach działalności artystycznej, naukowej i edukacyjnej (np. poprzez wprowadzenie sprawnej ścieżki odwoławczej od decyzji Prezesa UKE przez sąd powszechny);
 - 2.3. spójność projektowanych przepisów z DSA (poprzez wykreślenie z projektowanej ustawy obowiązku „przeprowadzenia i udokumentowania analizy ryzyka związanego z umożliwieniem małoletniemu dostępu do treści szkodliwych”).
3. Dostarczenie powszechnie dostępnej i przyjaznej użytkownikom usługi weryfikacji wieku, opartej o publiczną infrastrukturę cyfrową **oraz jednolite standardy w skali UE.**
4. Zobowiązanie platform internetowych do potwierdzania wieku małoletnich użytkowników za pomocą dedykowanej usługi publicznej.
5. Wypracowanie, przy udziale organizacji społecznych, Rzecznika Praw Dziecka, instytucji badawczych i przedstawicieli prokuratury:
 - 5.1. standardów ochrony małoletnich przed manipulacyjnymi interfejsami i uzależniającymi funkcjonalnościami w produktach i usługach cyfrowych (o których mowa w pkt. 1.4), na wzór Standardów Ochrony Małoletnich (obowiązujących we wszystkich placówkach oświatowych od 2024 r);
 - 5.2. bezpiecznego wieku korzystania z produktów cyfrowych, zwłaszcza z platform społecznościowych, z uwzględnieniem aktualnej wiedzy o wpływie technologii na dobrostan małoletnich; oraz
 - 5.3. modelu egzekwowania odpowiedzialności rodziców za narażanie dzieci na demoralizację poprzez przedwczesny lub nieograniczony dostęp do treści publikowanych w sieci;
6. Wprowadzenie do Programu Cyfrowy Uczeń nowych modułów dotyczących profilaktyki uzależnień cyfrowych i kształcenia odporności na zagrożenia (dla zdrowia fizycznego i psychicznego, dla debaty publicznej, dla procesów wyborczych) generowane przez platformy społecznościowe.
7. Włączenie się w prace prowadzone przez MEN i IBE nad programem edukacji technologicznej (wykraczającej poza dydaktykę kompetencji cyfrowych), która może i

powinna być realizowana w ramach nowych przedmiotów: edukacji obywatelskiej i edukacji zdrowotnej.

Oto przykłady doświadczeń edukacyjnych, które powinny znaleźć się w nowej podstawie programowej:

- 7.1. rozpoznawanie i reagowanie na efekt “króliczej nory” w wyszukiwarkach i na platformach społecznościowych;
 - 7.2. rozpoznawanie i reagowanie na zmanipulowane treści podawane na platformach społecznościowych;
 - 7.3. rozpoznawanie i reagowanie na wykluczanie rówieśników z komunikacji na platformach społecznościowych i inne formy cyberprzemocy;
 - 7.4. rozpoznawanie i reagowanie na niebezpieczne sytuacje i stany psychiczne (np. mogące prowadzić do próby samobójczej) u siebie i rówieśników.
8. Zainicjowanie ustrukturyzowanej debaty społecznej z udziałem nauczycieli, badaczy, przedstawicieli instytucji publicznych, mediów i organizacji społecznych, nad założeniami krajowego programu na rzecz zrównoważonego rozwoju nowych technologii w Polsce.
9. Przeznaczenie odpowiednich środków z budżetu państwa na:
- 9.1. edukację technologiczną (tj. uczenie dzieci i młodzieży o zagrożeniach związanych z korzystaniem z produktów i usług cyfrowych),
 - 9.2. promowanie higieny cyfrowej i profilaktykę uzależnień oraz
 - 9.3. badanie oddziaływania produktów i usług cyfrowych na osoby małoletnie (np. wpływu samej obecności urządzeń serwujących powiadomienia, typu smartfon czy tablet z aplikacjami, na koncentrację w czasie realizowanego zadania).

Takie badania byłyby nieocenione w pracach nad nową podstawą programową i innych działaniach opisanych powyżej.

Agnieszka Jankowska
Przewodnicząca Rady do Spraw Cyfryzacji
/podpisano elektronicznie/