

CYBER lekcje



Scenariusz lekcji

Relacje i tożsamość
w sieci

Relacje i tożsamość w sieci

Scenariusz lekcji dla klas 1–3 szkół podstawowych

Scenariusz opracowany w ramach projektu „Działania wspierające nauczanie o cyberbezpieczeństwie”

Autorka scenariusza: Agata Arkabus

Redakcja merytoryczna: Akademia NASK (Zespół Edukacji Cyfrowej), Zespół Budowania Świadomości Cyberbezpieczeństwa

© NASK – Państwowy Instytut Badawczy

Warszawa 2021

Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach licencji Creative Commons Uznanie autorstwa – Użycie niekomercyjne (CC BY-NC) 4.0 Międzynarodowe

NASK – Państwowy Instytut Badawczy

ul. Kolska 12

01-045 Warszawa

Spis treści

Warto wiedzieć – wprowadzenie do zajęć	4
Informacje na temat zajęć	5
Cele ogólne powiązane z podstawą programową	5
Cele szczegółowe powiązane z podstawą programową	6
Kompetencje kluczowe	7
Metody/techniki pracy	7
Formy pracy	7
Środki dydaktyczne	7
Opis przebiegu zajęć/lekcji	7
Wprowadzenie	7
Część główna	8
Podsumowanie	8
Komentarz metodyczny	9
Uwagi do realizacji lekcji/zajęć	9
Sposoby oceniania	9
Praca z uczniem ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi (SPE)	9
Załącznik 1. Opowiadanie „Sekret w internecie”	10
Karta pytań dla każdego ucznia	11
Karta pracy „Komunikator”	12
Bibliografia/netografia	13
Opis projektu	14

Temat: **Relacje i tożsamość w sieci**

Klasa: **1–3 szkoły podstawowej**

Czas realizacji: **2 x 45 minut**

Warto wiedzieć – wprowadzenie do zajęć

Rozwój technologii informacyjno-komunikacyjnych wpływa na ich użytkowanie w różnych dziedzinach życia. Z dostępnych materiałów sieciowych oraz zaawansowanych funkcji edukacyjnych, rozrywkowych, informacyjnych korzystają już co raz młodszy odbiorcy internetu. Pierwszy kontakt z wirtualną rzeczywistością przypada średnio na 6–7 rok życia, a wiele badań wskazuje, że znaczna grupa dzieci rozpoczyna przygodę z nowymi technologiami jeszcze wcześniej (Bochenek, Lange, 2019). Technologia mobilna sprawia, że dzieci i młodzież bez opieki i dozoru osób dorosłych chcą być online w każdym miejscu i o każdej porze.

Media stają się wzorcem w wielu dziedzinach: sposobu zachowania, wypowiedzania się, rozmawiania, stylu życia. Uczniowie powinni więc umieć odróżnić dobro od zła czy prawdę od fałszu. Powinni też rozpoznawać, czy treść, którą widzą, jest pozytywna czy negatywna z etycznego punktu widzenia.

Bardzo ważne jest więc, aby od najmłodszych lat uczyć dzieci odpowiedniej postawy i pozytywnych zachowań w obszarze korzystania z sieci. Elementem wprowadzającym w etyczne zachowania w internecie jest m.in. netykieta. Tworząc z uczniami katalog odpowiednich zachowań, zwracamy uwagę, że internet nie jest anonimowym środowiskiem, w którym można zachowywać się nieodpowiednio i niekulturalnie. Złudne poczucie anonimowości niejednokrotnie prowadzi do cyberprzemocy, czyli przemocy z użyciem technologii informacyjnych i komunikacyjnych (internetu i telefonów).

Jacek Pyżalski (2012, 2014) rozróżnia **agresję elektroniczną** (pojedyncze akty przemocy w sieci) i **cyberbullying** (działanie intencjonalne, trwające dłuższy czas, przed którym ofiara nie może się obronić). Do podstawowych form cyberprzemocy zaliczane są: wyzywanie, nękanie, straszenie, szantażowanie z użyciem sieci, publikowanie lub rozsyłanie w internecie kompromitujących informacji, zdjęć, filmów, podszywanie się w cyberprzestrzeni pod kogoś wbrew jego woli, a także wykluczanie z grupy rówieśniczej online (np. poprzez usunięcie kogoś z grona znajomych na portalu społecznościowym).

Warto też podkreślić, że krzywdzące materiały mogą rozprzestrzeniać się w sieci z dużą szybkością, mając większy zasięg niż jakiegokolwiek formy przemocy tradycyjnej. Zdarza się, że treści prześmiewcze i/lub kompromitujące daną osobę stają się wiralami (filmami, które w bardzo krótkim czasie docierają do wielu osób, stając się hitami sieci).

Co więcej, sprawcy, nie mając bezpośredniej informacji zwrotnej na temat potencjalnej reakcji ofiary, działają bez zahamowań lub w ogóle nie odbierają swojego zachowania jako formy krzywdzenia drugiego człowieka (Barlińska, Małecka, Świątkowska, 2018).

Ofiary cyberprzemocy mogą doświadczać negatywnych skutków oddziałujących na ich zdrowie psychiczne, mają wyższe ryzyko depresji, większą podatność na uzależnienie od alkoholu i/lub narkotyków, częściej doświadczają problemów z nauką, wreszcie mogą pojawić się u nich myśli lub próby samobójcze (United Nations Children's Fund, 2017).

Warto więc podczas zajęć edukacyjnych z uczniami wdrażać i przysposabiać ich do życia w cyfrowym środowisku, ale także zwracać uwagę na negatywne zachowania internautów oraz związane z tym konsekwencje. Wskazywanie pozytywnych postaw, przestrzeganie netykiety, uczenie szacunku do innych odbiorców treści internetowych to podstawowe zasady, które należy wdrażać już w pierwszym etapie nauczania.

Informacje na temat zajęć

Cele ogólne powiązane z podstawą programową

Cele kształcenia – wymagania ogólne

II. W zakresie emocjonalnego obszaru rozwoju uczeń osiąga:

umiejętność rozpoznawania, rozumienia i nazywania emocji oraz uczuć innych osób; potrzebę tworzenia relacji;

3) umiejętność przedstawiania swych emocji i uczuć przy pomocy prostej wypowiedzi ustnej lub pisemnej, różnorodnych artystycznych form wyrazu;

6) umiejętność uświadamiania sobie uczuć przeżywanych przez inne osoby z jednoczesną próbą zrozumienia, dlaczego one występują, a także różnicowania form ich wyrażania w zależności od wieku;

III. W zakresie społecznego obszaru rozwoju uczeń osiąga:

1) umiejętność nazywania poznanych wartości, oceny postępowania innych ludzi, odwoływania się w ocenie do przyjętych zasad i wartości;

Treści nauczania – wymagania szczegółowe

I. Edukacja polonistyczna

1. Osiągnięcia w zakresie słuchania. Uczeń:

1) słucha z uwagą wypowiedzi nauczyciela, innych osób z otoczenia, w różnych sytuacjach życiowych, wymagających komunikacji i wzajemnego zrozumienia; okazuje szacunek wypowiadającej się osobie;

3) słucha z uwagą lektur i innych tekstów czytanych przez nauczyciela, uczniów i inne osoby;

2. Osiągnięcia w zakresie mówienia. Uczeń:

1) **wypowiada się płynnie, wyraziście, stosując adekwatne do sytuacji techniki języka mówionego:** pauzy, zmianę intonacji, tempa i siły głosu;

3. Osiągnięcia w zakresie czytania. Uczeń:

3) **wyodrębnia postacie i zdarzenia w utworach literackich**, ustala kolejność zdarzeń, ich wzajemną zależność, odróżnia zdarzenia istotne od mniej istotnych, postacie główne i drugorzędne; **wskazuje cechy i ocenia bohaterów, uzasadnia swą ocenę**, wskazuje wydarzenie zmieniające postępowanie bohatera, określa nastrój w utworze;

4. Osiągnięcia w zakresie pisania. Uczeń:

1) **pisze odręcznie, czytelnie**, płynnie, zdania i tekst ciągły, w jednej linii;

V. Edukacja plastyczna

2. Osiągnięcia w zakresie działalności ekspresji twórczej. Uczeń:

7) **wykonuje prace i impresje plastyczne jako formy przekazania i przedstawienia uczuć, nastrojów i zachowań;**

VII. Edukacja informatyczna

5. Osiągnięcia w zakresie przestrzegania prawa i zasad bezpieczeństwa. Uczeń:

2) **rozdziela pożądane i niepożądane zachowania innych osób (również uczniów) korzystających z technologii, zwłaszcza w sieci internet;**

XIII. Etyka

1. Osiągnięcia w zakresie rozumienia podstawowych zasad i pojęć etyki. Uczeń:

4) **odkrywa, że jego wybór rodzi konsekwencje**, które dotyczą jego samego;

Cele szczegółowe powiązane z podstawą programową

Uczeń:

- w skupieniu słucha czytane przez nauczyciela opowiadanie;
- potrafi scharakteryzować zachowanie bohaterów literackich oraz nazwać wyrażane przez nich emocje;
- zna zagrożenia związane z posługiwaniem się komunikatorem internetowym;
- bezpiecznie korzysta z technologii informacyjno-komunikacyjnych w sytuacjach pozaszkolnych;
- poprawnie redaguje zdania w mowie i piśmie.

Kompetencje kluczowe

- kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji;
- kompetencje językowe;
- kompetencje cyfrowe;
- kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie uczenia się.

Metody/techniki pracy

- opis;
- zabawa dydaktyczna;
- rozmowa;
- pogadanka;
- dyskusja;
- metoda problemowa;
- metoda praktyczna.

Formy pracy

- indywidualna;
- grupowa.

Środki dydaktyczne

- opowiadanie „Sekret w internecie”;
- karta pytań dla każdego ucznia;
- skrzyneczka, pojemnik na karteczki;
- film Sieciaki.pl – [„Zasady bezpiecznego korzystania z internetu: Szanuj innych w sieci”](#);
- tablica, ekran, głośniki, komputer do odtworzenia filmu;
- karta „Komunikator”;
- [infografika „Netykieta”](#);
- kredki, przybory do pisania.

Opis przebiegu zajęć/lekcji

Wprowadzenie

1. Nauczyciel stara się wprowadzić atmosferę tajemniczości. Chodzi po klasie, zastanawia się nad jakimś problemem. Po pewnym czasie zwraca się do dzieci: Chciałabym zdradzić wam pewien sekret. Ale nie wiem, czy powinnam. Tak się zastanawiam... Czy można dzielić się sekretem z innymi osobami... A wy co o tym myślicie?

2. Nauczyciel zachęca dzieci do swobodnych wypowiedzi. Zadaje pytania pomocnicze:
 - Co to jest sekret?
 - Co może być sekretem?
 - Czy powierzono wam kiedyś jakiś sekret?

Część główna

1. Nauczyciel zaprasza uczniów do wysłuchania opowiadania „Sekret w internecie” (Załącznik 1). Następnie prosi o zastanowienie się nad problemem zachowania bohaterów opowiadania. Na tablicy zapisuje poszczególne osoby: Julia, Marta, koleżanki i koledzy z klasy.

Zadaniem dzieci jest podanie i nazwanie emocji, które mogły towarzyszyć bohaterom opowiadania, np. smutna, złośliwa, zrozpaczona, zazdrosny, załamany itp.
2. W dalszej kolejności nauczyciel rozdaje dzieciom kartę (anonimową) z pytaniem: Jak byś się czuła/czuł, gdyby twoje zdjęcie krążyło w internecie bez twojej zgody? Uczniowie pracują w ciszy, a po wykonaniu polecenia wrzucają kartki do skrzyneczki lub innego pojemnika.
3. Nauczyciel zwraca uwagę, że internet jest miejscem, gdzie informacje bardzo szybko się rozprzestrzeniają. Nie wszyscy w internecie są zawsze dla siebie mili i uczciwi. Zaprasza uczniów do obejrzenia filmu Sieciaki.pl [„Zasady bezpiecznego korzystania z internetu: Szanuj innych w sieci”](#).
4. Po obejrzeniu filmu nauczyciel zaprasza uczniów do zabawy. Zadaniem dzieci jest dopisanie do ilustracji zdania, które wyraża pozytywne emocje, stanowi wsparcie dla innych. Uczeń w pierwszej ławce (lub ostatniej) dostaje kartę, na której widnieje obraz osoby np. niezadowolonej, smutnej, płaczącej. Karta graficznie przedstawia okienko komunikatora (czatu) w internecie. Po wpisaniu komentarza dziecko podaje kartę podaje kolejnej osobie.
5. Po zakończeniu zadania nauczyciel odczytuje głośno wpisane przez dzieci komentarze. Zwraca uwagę, że nasze komentarze w internecie mogą sprawiać przykrość innym osobom, ale mogą też być powodem do radości. Zaznacza, że także w sieci ludzie powinni być dla siebie uprzejmi i kulturalni. Prezentuje uczniom [infografikę „Netykieta”](#).

Podsumowanie

Nauczyciel prosi dzieci o wylosowanie jednej karteczki ze skrzyneczki, w której umieszczono odpowiedź na pytanie z początku lekcji. Uczniowie po cichu czytają propozycje, a następnie przypominają sobie opowiadanie, którego wysłuchali na początku zajęć. Nauczyciel prosi dzieci o wymyślenie pozytywnego zakończenia historii albo podanie rozwiązania, które wpłynie korzystnie na losy bohaterów.

Na zakończenie uczniowie na wylosowanych karteczkach rysują wesołe emotikony, które mają wyrazić pozytywne emocje i wsparcie w stosunku do drugiej osoby.

Komentarz metodyczny

Uwagi do realizacji lekcji/zajęć

Tematy związane z wyrażaniem własnych emocji oraz określaniem stanów emocjonalnych innych osób to bardzo poważne zagadnienia, także dla dzieci w młodszym wieku szkolnym. Często dzięki aktywności plastycznej dzieci mogą wyrazić swoje uczucia, które trudno im wyrazić słowami. Można więc w ramach zadania dodatkowego poprosić o narysowanie ilustracji do wysłuchanego opowiadania bądź zilustrowanie własnego zakończenia historii.

Sposoby oceniania

Ocenie podlegają:

- ćwiczenia pisemne wykonywane podczas lekcji;
- aktywność podczas lekcji;
- odpowiedzi na pytania;
- zadania wykonywane podczas lekcji;
- udział w zadaniach grupowych;
- aktywność pozalekcyjna;
- ćwiczenia i zadania praktyczne.

Praca z uczniem ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi (SPE)

Podczas omawiania opowiadania oraz poruszania tematów związanych z wyrażaniem emocji należy zwrócić szczególną uwagę na uczniów bardzo wrażliwych oraz niedostosowanych społecznie, okazać im wsparcie oraz chęć udzielenia pomocy podczas wykonywania zadań.

Załącznik 1. Opowiadanie „Sekret w internecie”

Julia wróciła dziś bardzo smutna od fryzjera. Weszła do swojego pokoju, zamknęła drzwi i usiadła zapłakana na łóżku. Bardzo chciała być teraz sama.

– Jak ja wyglądam? Ta fryzura jest taka okropna! – myślała, a łzy same leciały jej po policzkach. – Jak mnie zobaczy moja klasa, to pęknie ze śmiechu...

Julia sięgnęła po lusterko. Niesforne kosmyki ułożone przez fryzjerkę odstawały w prawo i w lewo. Także grzywka według dziewczynki nie układała się jak należy.

– A mama tak się zachwycą tą fryzurą... – jęczała Julia. – Co ja teraz zrobię?

Nagle zabręczał sygnał telefonu. Julia poszukała go w swoim plecaku i zobaczyła wiadomość od swojej przyjaciółki Marty: *Cześć Julka! Jak twoja fryzura? Pewnie jest wystrzałowa!*

– Na pewno wystrzałowa! Dobrze, że mnie nikt nie widzi... – powiedziała w duchu Julka.

Nie wiedziała, co odpisać swojej koleżance ze szkolnej ławki. Znała Martę już z czasów przedszkola. Lubiły spędzać ze sobą czas, razem się bawiły i dzieliły różnymi sekretami. W końcu Julia postanowiła napisać prawdę. Wysłała przyjaciółce wiadomość przez komunikator internetowy: *Fryzura jest bardzo brzydka! Czuję się jak straszyciło!*

Na odpowiedź nie czekała długo. Otrzymała tylko krótką wiadomość: *Prześlij fotkę, to zobaczymy!*

Julia, nie zastanawiając się długo, zrobiła sobie zdjęcie telefonem komórkowym. Na zdjęciu widać było smutną twarz dziewczynki z zapłakаныmi oczami i nową, młodzieżową fryzurę na głowie. Kliknęła dwa razy i zdjęcie pomknęło w świat, a dokładnie do przyjaciółki.

Nie jest źle – napisała Marta.

Do pokoju Julii weszła mama i poprosiła ją na kolację. A w tym samym czasie Marta już pisała do dwóch innych koleżanek z klasy: *Czy widziałyście już Julkę?!?* I dołączyła do wiadomości zdjęcie zasmuconej przyjaciółki, które przed kilkoma minutami otrzymała.

– Ale będzie heca! Teraz ja będę pierwszą osobą w klasie, która dowiedziała się o nowej fryzurze i wielkim, podobno, nieszczęściu Julki. Trochę przesadza ta Julka, jak zawsze chce, żeby o niej mówiono i dlatego poszła do fryzjera. Ale tym razem to ja będę pierwsza!

Zadowolona z siebie Marta odpisywała z zapalem do koleżanek. Tymczasem zdjęcie krążyło już wśród całej klasy, a także innych uczniów. Niektórzy ze zdjęcia zrobili już mem – śmieszny obrazek z podpisami. I wysyłali dalej...

Karta pracy „Komunikator”

Popatrz na zdjęcie. Napisz w okienku zdanie, które może pocieszyć chłopca.



Zdjęcie pochodzi z serwisu pixabay.com

A large, rounded rectangular area with a light orange background and a brown border, containing 18 horizontal blue lines for writing.

Bibliografia/netografia

- Akademia NASK, (b.r.), [„Porady na piątkę emoji – wyraż siebie”](#) [online, dostęp z dn. 13.12.2021].
- Barlińska J., Małecką A., Świątkowska J., (2018), „Cyberbezpieczeństwo. Charakterystyka, mechanizmy i strategie zaradcze w makro i mikro skali. Monografia”, Warszawa: Texter.
- Bochenek, M., Lange, R., (2019), [„Nastolatki 3.0. Raport z ogólnopolskiego badania uczniów”](#), Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy [online, dostęp z dn. 10.12.2021].
- Borkowska A., (2019), [„Cyberprzemoc włącz blokadę na nękanie. Poradnik dla rodziców”](#), Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy [online, dostęp z dn. 13.12.2021].
- Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, (2018), film Sieciaki.pl [„Zasady bezpiecznego korzystania z internetu: Szanuj innych w sieci”](#) [online, dostęp z dn. 13.12.2021].
- Ołtarzewski E., (2018), „Gimnastyka mózgu: pielęgnowanie pozytywnych relacji”, „Życie Szkoły” nr 5, s. 24–29.
- Pyżalski J., (2012), „Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży”, Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Pyżalski J., (2014), „Elektroniczna agresja rówieśnicza – ustalenia empiryczne ostatniej dekady”, [w:] „Uzależnienia behawioralne i zachowania problemowe młodzieży. Teoria. Diagnoza. Profilaktyka. Terapia”, Jarczyńska J. (red.), Bydgoszcz: Wydawnictwo UKW, s. 33–47.
- Rywczyńska A., Wójcik Sz. (red.), (2019), [„Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży online”](#), Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę [online, dostęp z dn. 13.12.2021].

Powyższy scenariusz opracowany został w ramach projektu „Działania wspierające nauczanie o cyberbezpieczeństwie”.

Opis projektu

Projekt „Działania wspierające nauczanie o cyberbezpieczeństwie”, zwany dalej „Cyberlekcje”, jest współfinansowany ze środków budżetu państwa otrzymanych od Kancelarii Prezesa Rady Ministrów i wpisuje się w Strategię Cyberbezpieczeństwa Rzeczypospolitej Polskiej na lata 2019–2024.

Opracowane scenariusze „Cyberlekcji” wpisują się w obowiązki wynikające z podstawy programowej. Tematyka scenariuszy odpowiada rosnącemu zapotrzebowaniu na wiedzę i kompetencje z zakresu efektywnego wykorzystywania mediów cyfrowych, co jest konsekwencją rewolucji cyfrowej postępującej również w podstawowych dziedzinach życia społecznego.

Korzystanie z własnego telefonu komórkowego najczęściej rozpoczyna się w wieku 7–8 lat. Ponad 80% uczniów posiada telefon komórkowy – w tym 64% dzieci w wieku 7–9 lat. Przeważająca większość dzieci używa telefonu typu smartfon, prawie wszystkie osoby w wieku szkolnym (97%) korzystają też z internetu. Podobnie jak w przypadku telefonu komórkowego podróże po wirtualnym świecie rozpoczynają się najczęściej w wieku 7–8 lat. Dwie trzecie rodziców deklaruje stosowanie kontroli nad korzystaniem przez dziecko z telefonu i internetu. Najczęściej jest to wspólne ustalenie zasad korzystania z telefonu, rzadziej – korzystanie z ustawień bezpieczeństwa czy specjalnych aplikacji służących do kontroli rodzicielskiej (39% rodziców). Aż 80% rodziców przyznaje, że ich dziecko samodzielnie instaluje aplikacje na telefon*. Warto podkreślić, że przed pandemią łączny, średni czas dobowy korzystania z sieci przez dzieci i młodzież (w wieku 13–17 lat) wynosił 4 godziny**. Obecnie sięga on 6, a nawet 8 godzin dziennie spędzonych na lekcjach zdalnych (44,3% respondentów) oraz do 4 godzin w czasie wolnym (31,7%***).

Młodzi ludzie wykorzystują internet najczęściej w celu budowania oraz podtrzymywania relacji społecznych – znakomita większość jest aktywna na portalach społecznościowych oraz korzysta z komunikatorów i chatów. Poza poszukiwaniem informacji i rozwijaniem zainteresowań internet to dla młodych ludzi główne miejsce rozrywki – źródło gier i aplikacji, które wymagają wiedzy o bezpieczeństwie teleinformatycznym, w szczególności mając na względzie fakt znacznego nasilenia się cyberataków wykorzystujących socjotechniki oraz braki w zabezpieczeniach urządzeń domowych. Warto tutaj zaznaczyć, że zgodnie z raportem Agencji Unii Europejskiej ds. Cyberbezpieczeństwa (ENISA) z 2020 r. liczba incydentów phishingowych – czyli mających na celu wyłudzenie danych – wzrosła w ostatnich miesiącach nawet sześciokrotnie.

Tematyka projektu edukacyjnego obejmuje następujące obszary:

- bezpieczeństwo sieci i systemów;
- zarządzanie informacją;

CYBER lekcje

- wizerunek i tożsamość online;
- prywatność – bezpieczne zarządzanie danymi personalnymi;
- zdrowie, dobrostan psychiczny i cyberhigiena.

W ramach projektu opracowanych zostanie łącznie 18 scenariuszy lekcyjnych dla poszczególnych grup wiekowych uczniów w podziale na:

- dwa scenariusze dla klas 1–3 szkoły podstawowej;
- dwa scenariusze dla klas 4–6 szkoły podstawowej;
- cztery scenariusze dla klas 7–8 szkoły podstawowej;
- dziewięć scenariuszy dla klas szkół ponadpodstawowych.

Wykorzystanie przez nauczycieli przygotowanych w ramach działania scenariuszy może wpłynąć na lepszą profilaktykę w zakresie najważniejszych wyzwań związanych z zagrożeniami w sieci, jakimi są: przeciwdziałanie cyberprzemocy, patostreamingowi, przygotowanie dzieci i młodzieży do właściwej ochrony prywatności online, zapobieganie uzależnieniu od internetu oraz ochrona przed cyberprzestępczością, w tym ryzykiem wykorzystania dziecka w celach seksualnych czy finansowych.

* Urząd Komunikacji Elektronicznej (2020), [„Badanie ankietowe opinii publicznej w zakresie funkcjonowania rynku usług telekomunikacyjnych oraz oceny preferencji konsumentów. Raport z badania dzieci i rodziców”](#) [online, dostęp z dn. 13.12.2021].

** Bochenek, M., Lange, R., (2019), [„Nastolatki 3.0. Raport z ogólnopolskiego badania uczniów”](#), Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy, s. 15 [online, dostęp z dn. 10.12.2021].

*** Lange R. (red.), (2021), [„Nastolatki 3.0. Raport z ogólnopolskiego badania uczniów”](#), Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy, s. 6 [online, dostęp z dn. 10.12.2021].