

STOP!

cyber bullyingowi

Urszula Szybowicz

Ochrona prawna ofiar
cyberbullyingu

Tytuł: Ochrona prawna ofiar cyberbullyingu

Autor: Urszula Szybowicz

Nadzór merytoryczny: adw. Zofia Matyja.

Korekta: Kamila Olejnik

Korekta składu: Kamila Olejnik

Skład i opracowanie graficzne: Kamila Olejnik

Zdjęcia: źródło – baza zdjęć iSTOCK

ISBN: 978-83-68385-43-4

COPYRIGHT © 2026 Fundacja Nie Widać Po Mnie
Ul. Okopowa 58/72, lok 604, Klif Tower
01-042 Warszawa

Przygotowanie merytoryczne i graficzne materiałów:
Ul. Okopowa 58/72, lok 604, Klif Tower
01-042 Warszawa

Projekt realizowany jest w ramach naboru: „Zbudowanie systemu koordynacji i monitorowania regionalnych działań na rzecz kształcenia zawodowego, szkolnictwa wyższego oraz uczenia się przez całe życie, w tym uczenia się dorosłych.”

Projekt „Zbudowanie systemu koordynacji i monitorowania regionalnych działań na rzecz kształcenia zawodowego, szkolnictwa wyższego oraz uczenia się przez całe życie, w tym uczenia się dorosłych” **jest finansowany w ramach Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności.**

Wszelkie prawa zastrzeżone zgodnie z Ustawą o Prawie Autorskim i Prawach Pokrewnych z dnia 4 lutego 1994 roku (Dz.U.94 Nr 24 poz. 83, sprost.: Dz.U.94 Nr 43 poz.170).

Warszawa 2026

Wstęp

Cyberbullying to poważne przestępstwo ścigane z mocy Kodeksu Karnego. Za uporczywe nękanie grozi kara pozbawienia wolności od 6 miesięcy do nawet 8 lat, a jeśli w wyniku nękania ofiara podjęła próbę samobójczą, kara pozbawienia wolności może wynieść nawet 15 lat! Ofiary ataków w sieci powinny szukać wsparcia dorosłych. Jak pokazują dane, im szybciej zwrócą się o pomoc, tym konsekwencje (w szczególności istotne z punktu widzenia zdrowia psychicznego) są mniejsze, a skutki przemocy łatwiej i szybciej udaje się zminimalizować.

Jeśli jesteś **OFIARĄ CYBERPRZESTĘPCÓW**, nie bój się prosić o pomoc. **MASZ PRAWO SIĘ BRONIĆ!**

Jeśli jesteś świadkiem przemocowego działania w sieci względem kolegów/koleżanek. **REAGUJ!**

Cyberprzemoc to nie głupi dowcip. To realne zagrożenie dla zdrowia, a nawet życia jej ofiar!

Cyberbullying – prawna ochrona

W 2011 roku nastąpiła nowelizacja Kodeksu Karnego, w którym w osobnym artykule (190a KK) ujęto uporczywe nękanie oraz kradzież tożsamości.



Brzmienie artykułu 190a Kodeksu karnego:

§1. Kto przez uporczywe nękanie innej osoby lub osoby dla niej najbliższej wzbudza u niej uzasadnione okolicznościami poczucie zagrożenia, poniżenia lub udręczenia lub istotnie narusza jej prywatność, podlega karze pozbawienia wolności od 6 miesięcy do lat 8.

§2. Tej samej karze podlega, kto, podszywając się pod inną osobę, wykorzystuje jej wizerunek, inne jej dane osobowe lub inne dane, za pomocą których jest ona publicznie identyfikowana, przez co wyrządza jej szkodę majątkową lub osobistą.

§3. Jeżeli następstwem czynu określonego w § 1 lub 2 jest targnięcie się pokrzywdzonego na własne życie, sprawca podlega karze pozbawienia wolności od lat 2 do 15.

§4. Ściganie przestępstwa określonego w § 1 lub 2 następuje na wniosek pokrzywdzonego.

Jakie działania mogą zostać uznane za uporczywe nękanie, a jakie za kradzież tożsamości?



Uporczywe nękanie to świadome, **powtarzalne dręczenie drugiej osoby poprzez różne działania (np. telefony, wiadomości, śledzenie, nachodzenie), które wywołują u niej poczucie zagrożenia albo poważnie naruszają jej prywatność.** Nie chodzi o jednorazowy konflikt, lecz o ciąg zachowań o charakterze prześladowczym.

Z kolei kradzież tożsamości zachodzi wtedy, **kiedy ktoś udaje inną osobę, wykorzystując jej dane,** aby inni myśleli, że to właśnie ta osoba działa (np. zakłada fałszywy profil, wysyła wiadomości w jej imieniu, loguje się na jej konto). Dotyczy to sytuacji, gdy ktoś **przywłaszcza sobie cudzą tożsamość** (np. dane lub wizerunek), działa w jej imieniu i przez to powoduje u tej osoby straty finansowe albo krzywdę osobistą.



Przestępstwem jest także nagrywanie innej osoby w sytuacji, gdy jest naga albo w trakcie czynności seksualnej, jeżeli robi się to z użyciem przemocy, groźby albo podstępem, czyli np. potajemnie lub poprzez oszukanie tej osoby. Karalne jest również rozpowszechnianie – na przykład w internecie lub wśród znajomych – nagich zdjęć czy filmów o charakterze intymnym bez zgody osoby, której one dotyczą, nawet jeśli wcześniej sama je komuś wysłała prywatnie. Prawo chroni w ten sposób czyjąś prywatność i intymność, a za takie zachowanie grozi kara pozbawienia wolności do lat pięciu. Jest to przestępstwo z art. 191a Kodeksu karnego.



Przestępstwa w sieci ścigane są również z innych artykułów w zależności od ich charakteru:



groźby karalne (art. 190 Kodeksu karnego)



znęcanie się (art. 207 Kodeksu karnego)



zniestawienie (art. 212 Kodeksu karnego)




zniewaga (art. 216 Kodeksu karnego)




bezprawne uzyskanie dostępu do informacji (art. 267 Kodeksu karnego)

Upublicznienie i rozpowszechnianie wizerunku danej osoby bez jej zgody (zdjęcia, filmiku) może być uznane za przestępstwo ścigane z artykułu 107 ustawy o ochronie danych osobowych:



§ 1. Kto przetwarza dane osobowe, choć ich przetwarzanie nie jest dopuszczalne albo do ich przetwarzania nie jest uprawniony, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat dwóch.




§ 2. Jeżeli czyn określony w ust. 1 dotyczy danych ujawniających pochodzenie rasowe lub etniczne, poglądy polityczne, przekonania religijne lub światopoglądowe, przynależność do związków zawodowych, danych genetycznych, danych biometrycznych przetwarzanych w celu jednoznacznego zidentyfikowania osoby fizycznej, danych dotyczących zdrowia, seksualności lub orientacji seksualnej, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 3.


Dz.U.2019.0.1781 t.j.

Ustawa z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych

Jednocześnie czyn ten może być uznany za:

 naruszenie dóbr osobistych z art. 23–24 Kodeksu cywilnego,

 naruszeniem prawa do wizerunku zgodnie z art. 81 ustawy o prawie autorskim i prawach pokrewnych

 a nawet jako przestępstwo z tytułu naruszenia intymności seksualnej (art. 191a kk), za co grozi do 5 lat więzienia.

Materiał dowodowy

Jeśli jesteś ofiarą lub świadkiem przemocy w sieci, nie milcz!
Reaguj!

Rób zrzuty ekranu z rozmów na kanałach społecznościowych,
postów i komentarzy, które spełniają znamiona przestępstwa,
zapisuj screeny SMS'ów.

Jeżeli wiadomości o tej samej treści powtarzają się, postaraj się
zachować ich jak najwięcej, bo to może pomóc wykazać
uporczywość działania.

Robiąc zrzuty ekranów staraj się zachować daty i godziny
wiadomości, a także numer telefonu, z którego przychodzą
wiadomości.

Aby wszcząć postępowanie, policja musi stwierdzić, że zachodzi
uzasadnione podejrzenie popełnienia przestępstwa, dlatego
tak ważne są dowody.

Pamiętaj!

Zawiadomienie o przestępstwie może złożyć każdy bez względu
na wiek, ale w takiej sytuacji warto mieć wsparcie dorosłego –
rodzica lub opiekuna prawnego, który będzie Cię
reprezentować jako osobę niepełnoletnią. To nie tylko kwestia
prawna. Dzięki ich obecności poczujesz, że nie jesteś
sam/sama.

O autorce

Urszula Szybowicz

Absolwentka kierunku zdrowie publiczne zarządzanie w opiece zdrowotnej Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu. Pomysłodawczyni i prezes Fundacji Nie Widać Po Mnie, koordynatorka projektów dotyczących profilaktyki zdrowia psychicznego kadry medycznej, dzieci i młodzieży oraz seniorów. Propagatorka zdrowego stylu życia oraz wsparcia psychologicznego. W Polskim Towarzystwie Koordynowanej Ochrony Zdrowia pełni funkcję wiceprezesa, a w Polskiej Federacji Szpitali – dyrektora operacyjnej. Wyróżniona w konkursie Lider Roku 2022, Działalność Charytatywna organizowanym przez wydawnictwo Termedia, Bronze Winner w kategorii dobrostanu pracowników medycznych podczas IHF Awards organizowanego przez Światową Federację Szpitali. Jest na Liście 100 najbardziej wpływowych osób w ochronie zdrowia organizowanej przez Puls Medycyny i liście 50 wpływowych kobiet Rynku Zdrowia.

O Fundacji Nie Widać Po Mnie

Fundacja Nie Widać Po Mnie zrodziła się z potrzeby przełamywania tabu i głośnego mówienia o zdrowiu psychicznym Polaków i problemach, takich jak depresja, uzależnienia, lęki i fobie. Wierzymy, że odpowiednia psychoedukacja i zwiększanie świadomości jest istotnym elementem profilaktyki zdrowotnej, która pozwoli w przyszłości zmniejszyć ryzyko zaburzeń psychicznych i zahamuje tendencję wzrostową zapadalności na tego typu choroby, których konsekwencje odczuwają pacjenci, rodzina i cały system opieki zdrowotnej.

Swoje działania kierujemy do różnych grup wiekowych oraz zawodowych. Odkrywamy czynniki zwiększające prawdopodobieństwo zaburzeń, a także uczymy, jak to zagrożenie zmniejszać. Realizujemy programy psychologicznej pomocy dla osób dorosłych w kryzysie. Troszczymy się też o seniorów.

Troską otaczamy też dzieci i młodzież. Wirtualna rzeczywistość, deprecjonowanie życia „w realu”, samotność, rosnąca depresja, uzależnienia od substancji i czynności, cyberprzemoc – to tylko kilka z listy problemów, które piętrzą się dziś przed młodymi ludźmi.

Programy psychoedukacyjne kierujemy też do medyków, którzy w sposób szczególny zagrożeni są zaburzeniami typu depresja, uzależnienia, lęki, zespół stresu pourazowego czy wypalenie zawodowe. Wierzymy, że odczarowanie heroizmu w zawodach ochrony zdrowia pozwoli wielu medykom przełamać strach przed właściwą terapią, a to wpłynie na jakość usług i poprawi funkcjonowanie całego systemu.

Więcej informacji o naszych programach i podejmowanych działaniach dostępnych jest na naszej stronie internetowej www.niewidacpomnie.org