Dzisiaj, czyli 10 grudnia 2025 r., w Australii wchodzi w życie (uchwalony w zeszłym roku) zakaz korzystania przez osoby poniżej 16. roku życia z następujących mediów społecznościowych uznanych za najbardziej szkodliwe dla młodych ludzi ze względu na algorytmy maksymalizujące czas spędzany w aplikacjach: Facebook, Instagram, Snapchat, Threads, TikTok, X, YouTube, Reddit, Kick,Twitch.

Obowiązek weryfikacji wieku spoczywa na dostawcach treści – to oni są odpowiedzialni za jego egzekucję. Naruszenie prawa może skutkować karą nałożoną na przedsiębiorcę do 49,5 mln dolarów australijskich (ok. 30 mln dolarów USD). Prawo dopuszcza różne metody weryfikacji, w tym aplikację podobną do polskiego mObywatela. Kluczowe jest to, że odpowiedzialność spoczywa na platformach, a nie na użytkownikach – młodzi ludzie nie będą karani za założenie konta.

Formalnie nie jest to rewolucja, bo większość tych serwisów już wcześniej miała w regulaminach ograniczenie wiekowe. W praktyce jest to jednak ogromna zmiana, gdyż wcześniej weryfikacja ograniczała się do samego oświadczenia użytkownika o wieku i była nagminnie obchodzone.

Dyskusja była długa i burzliwa. Właściciele platform głośno protestowali, a Meta (właściciel m.in. Facebooka i Instagrama) groziła nawet wycofaniem się z australijskiego rynku. Władze nie ustąpiły jednak przed protestami ani szantażem big techów i utrzymały przepisy. Na początku grudnia 2025 r. Meta poinformowała, że usunęła już ok. 450 tys. kont osób poniżej 16. roku życia i wdrożyła mechanizmy blokujące zakładanie nowych. Nie ujawniła metody weryfikacji, aby nie ułatwiać obchodzenia zakazu.

Regulacja cieszy się bardzo wysokim poparciem społecznym – według badań popiera ją ok. dwie trzecie rodziców.

Australia jest pierwszym demokratycznym krajem, który wprowadził tego typu ograniczenia (podobne rozwiązania obowiązują od lat w Chinach). Wiele państw już poważnie rozważa analogiczne przepisy, a dyskusja jest szczególnie zaawansowana m.in. w Danii i we Francji.

Czy tego typu regulacja idzie w dobrym kierunku i czy Polska powinna wprowadzić podobne rozwiązania?

Badania psychologiczne i socjologiczne jednoznacznie wskazują, że media

Materiał pobrany ze strony Instytutu Sobieskiego, sobieski.org.pl[autor].

społecznościowe mają bardzo negatywny wpływ na młodych ludzi:

- Jean Twenge w książce „iGen” pisze: „prawdopodobieństwo, że uczniowie trzecich klas gimnazjum spędzający ponad 10 godzin tygodniowo w mediach społecznościowych będą się czuć nieszczęśliwi, jest o 56% wyższe niż u tych, którzy tego nie robią”.
- Nastolatki codziennie korzystające z mediów społecznościowych znacznie częściej zgadzają się ze stwierdzeniami: „czuję się samotny”, „często czuję się wykluczony”, „pragnę mieć więcej prawdziwych przyjaciół”.
- Regularne używanie tych platform wzmacnia symptomy będące predyktorami depresji i prób samobójczych.
- Z badań NASK (Nastolatki 3.0, 2023) wynika m.in., że: 16,2% nastolatków nie jest w stanie wytrzymać bez mediów społecznościowych dłużej niż godzinę; 23,8% często zaniedbuje obowiązki domowe, a 28,7% lekceważy obowiązki szkolne; co czwarty ma trudności z myśleniem o czymś innym niż platformy, a 27% bezskutecznie próbowało ograniczyć czas online.

Jak wskazujemy (wspólnie z Bartoszem Marczukiem) w książce: Jak uniknąć demograficznej katastrofy[1] <media społecznościowe są „w istocie odspołeczniające” i przynoszą w obszarze relacji „szkody”, „deformując ludzkie procesy komunikowania się”>.

Przenoszenie relacji międzyludzkich głównie do świata online sprawia, że kolejne pokolenia mają coraz większe trudności w budowaniu trwałych związków – także tych prowadzących do założenia rodziny. Samotność i brak bliskich relacji to dziś główna przyczyna spadku dzietności. Wśród obecnych 40-latków ok. 30% pozostaje bezdzietnych, a najczęściej wskazywanym powodem jest właśnie brak odpowiedniego partnera (więcej na ten temat piszemy we wzmiankowanej już wcześniej książce: “Jak uniknąć demograficznej katastrofy”).

Rozwiązanie australijskie jest więc inicjatywą zdecydowanie godną poparcia

Może pomóc w walce z trzema kluczowymi problemami społecznymi:

- epidemią samotności dotykającą coraz bardziej młodych ludzi,
- pogarszającą się kondycją psychiczną dzieci i młodzieży (coraz dłuższe kolejki do psychologów i psychiatrów dziecięcych, rosnąca liczba prób samobójczych),
- dramatycznie niską dzietnością.

Materiał pobrany ze strony Instytutu Sobieskiego, sobieski.org.pl[autor].

Nie jest to rozwiązanie ostateczne, ale ważny pierwszy krok w kierunku odwrócenia trendu nieustannie rosnącego czasu spędzanego w mediach społecznościowych.

Oprócz modelu australijskiego warto rozważyć także:

- wprowadzenie w szkołach podstawowych zasady „szkoła bez smartfonów”,
- rzeczywistą weryfikację wieku (18+) przy dostępie do treści pornograficznych.

Mam nadzieję, że australijskie regulacje szybko staną się standardem w krajach rozwiniętych i będą jedynie początkiem szerszych, skutecznych działań chroniących młode pokolenie przed najbardziej toksycznymi efektami cyfrowego świata.

---

[1] B. Marczuk, M. Kot, “Jak uniknąć demograficznej katastrofy”, Wydawnictwo Prześwity, Warszawa 2025

Materiał pobrany ze strony Instytutu Sobieskiego, sobieski.org.pl[autor].