



Cyberprzemoc

PRZEWODNIK DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI

KONTAKT

Instytut Polska Przyszłości
im. Stanisława Lema

biuro@instytutlema.pl





#?!-*!!?

Cyberprzemoc – przewodnik dla rodziców i nauczycieli

Trzech na czterech uczniów spotkało się z jakąś formą cyberprzemocy. Jeden na trzech nigdy o niej nikomu nie powiedział. Te liczby pokazują, że mamy do czynienia ze zjawiskiem na ogromną skalę. Zjawiskiem, które w wielu szkołach ciągle stanowi tabu. Ten materiał to przewodnik dla rodziców i nauczycieli po najważniejszych zagadnieniach dotyczących cyberprzemocy.

Cyberprzemocy nie widać. Nie zostawia śladów jak siniaki, czy zadrapania, przez co trudniej ją wykryć. Aby ją wykryć,

obserwuj zachowanie dziecka i przede wszystkim – rozmawiaj na temat tego, jak spędza czas w internecie.

Wedle danych z raportu NASK „Nastolatki 3.0”, co trzeci nastolatek doświadczył cyberprzemocy osobiście – był wyzywany w internecie, poniżany, ośmieszany lub straszony. Prawie 13% uczniów zgłaszało kradzież tożsamości i wykorzystywania ich konta e-mailowego lub profilu na portalu społecznościowym do realizacji agresywnych działań wobec innych osób.

Spis treści

STR 04

01

Czym jest cyberprzemoc?

STR 05

02

Jakie są formy cyberprzemocy?

STR 06

03

Jak przeciwdziałać cyberprzemocy?

STR 09

04

Sygnały na które należy zwrócić uwagę

STR 10

05

Co zrobić, gdy dziecko doświadczy cyberprzemocy?

Czym jest cyberprzemoc?

Cyberprzemoc ma miejsce w sieci, najczęściej z użyciem telefonu bądź komputera. Bywa określana także jako cyberbullying, nękanie, dręczenie, prześladowanie w internecie. Jej celem zawsze jest wyrządzenie krzywdy drugiej osobie. Cyberprzemoc to regularne, podejmowane

z premedytacją działanie wobec słabszego, który nie może się bronić. Najczęściej przybiera formę słowną – pojawia się np. w komentarzach, w memach czy nagraniach wideo. Może też być bardziej zawaolowana: polegać na wykluczeniu z grupy, manipulowaniu czy nienawiązywaniu relacji.

Jakie są formy cyberprzemocy?

Internetowa przemoc to najczęściej agresja pomiędzy rówieśnikami. Sprawcy są często znajomymi z klasy lub szkoły, ale zdarza się, że agresorem może być także osoba zupełnie obca, spotkana np. na forum internetowym lub w grze online.



Najpopularniejsze z nich to:

Publikowanie poniżających filmów lub zdjęć;

Publikowanie ośmieszających, wulgarnych komentarzy i postów;

Włamywanie się na konta serwisów społecznościowych;

Flood, czyli za pomocą wiadomości w komunikatorach lub SMS-ami;

Podszywanie się pod inne osoby;

Wykluczanie ze społeczności internetowych.

Jak przeciwdziałać cyberprzemocy?

Przede wszystkim należy rozmawiać z dzieckiem lub uczniem o tym, co robi w internecie. Absolutnie kluczowe jest zbudowanie zaufania. Dziecko musi czuć w Tobie partnera do rozmowy również w zakresie cyberprzestrzeni, dlatego bardzo ważne jest, aby dorośli nieustannie powiększali swoją wiedzę w tym zakresie oraz poszerzali różne metody spędzania czasu przez dzieci – zapoznawali się z grami, w które grają lub z platformami, na których ich dzieci mają swoje konta.

Uświadamiaj swoje dziecko na temat tego, jakie zagrożenia wiążą się z nadmiernym publikowaniem informacji o sobie, zamieszczaniem swoich zdjęć i filmów w sieci, dzieleniem się

na portalach społecznościowych swoimi myślami i przeżywanymi uczuciami. Porozmawiajcie o tym, w jaki sposób niektórzy internauci mogą wykorzystać takie informacje.

Uczul na fakt, że w Internecie nic nie ginie i wszystko, co opublikuje w sieci może zostać skopiowane i rozpowszechnione niezgodnie z naszą wolą.

Nie ma technicznych form ochrony przed cyberprzemocą, która może spotkać Twoje dziecko lub Ciebie w dowolnym miejscu w sieci. Dlatego przede wszystkim należy jej przeciwdziałać.

Jeśli Twoje dziecko lub uczeń dopiero przygodę z internetem, spróbuj uświadomić mu, że istnieje w nim taki problem agresji i uwrażliwaj na innych ludzi – którzy wymagają szacunku w sieci tak samo, jak w kontaktach osobistych.



Zapoznaj go z zasadami netykiety - odnajduje się w nowym kontekście komunikacji, jeśli korzysta już z sieci, porozmawiaj z nim o ewentualnych doświadczeniach cyberprzemocy. Może zna takie sytuacje z grupy znajomych, może napotkało je w sieci, a może samo jest sprawcą takiego ataku?





Powiedz swojemu dziecku, że:

Nawet pozornie niewinny żart może być rodzajem cyberprzemocy. Musi uważać na to, co pisze i publikuje w Internecie.

Za niektóre formy cyberprzemocy grozi odpowiedzialność karna.

W serwisach społecznościowych wszelkie przejawy cyberprzemocy można zgłosić do administratorów (zgłoś nadużycie).

Gdy dziecko pada ofiarą cyberprzemocy, musi zachować dowody: zrobić zrzut ekranu, zachować SMS-y lub wiadomości.

Jako świadek cyberprzemocy należy reagować i się jej sprzeciwić.

Sygnaty, na które należy zwrócić uwagę

Cyberprzemocy nie widać gołym okiem, pojawiają się sygnały, które powinny zwrócić naszą uwagę i nas zaniepokoić. Ofiary często nie zgłaszają się po pomoc same, bo się wstydzą, nie czują w dorosłym partnera do rozmowy w tym zakresie albo boją się, że nie zostaną potraktowani poważnie. Nigdy nie można bagatelizować problemów dziecka wynikających z działalności w internecie. Dla młodych ludzi, to co dzieje się w świecie wirtualnym ma takie samo – jeśli nie większe – znaczenie jak to wydarzające się w tak zwanym „realu”.

Zwróć uwagę gdy dziecko:

zaczyna unikać szkoły, szuka wymówek, aby zostać w domu, wagaruje, choć do tej pory lubiło chodzić na lekcje;

unika kontaktów z kolegami/koleżankami lub przeciwnie – wdaje się w kłótnie lub bójki;

rezygnuje z ulubionych zajęć lub hobby, które do tej pory sprawiały mu radość, pojawiają się zmiany nastroju i zachowania, przedłuża się obniżony nastrój;

jest zaniepokojone, zdenerwowane, smutne lub rozżłoszczone, szczególnie po odebraniu SMS-a, przeczytaniu wiadomości w komunikatorze, gdy korzysta z internetu itp.;

odcina się od znajomych z sieci, przestaje publikować posty lub odwrotnie – obsesyjnie sprawdza wiadomości w telefonie czy swoje profile na portalach społecznościowych;

unika rozmów na temat internetu i tego, co robi w sieci.

Jeśli zauważasz któryś z tych objawów, podejmij z dzieckiem rozmowę i dowiedz się, czy nie jest ofiarą cyberprzemocy.

Co zrobić, gdy dziecko doświadczy cyberprzemocy?

Udziel osobistego wsparcia, porozmawiaj.

Zabezpiecz wszystkie dowody cyberprzemocy.

Zwróć się do administratora serwisu/strony z prośbą o usunięcie nienawistnych treści i zablokowanie osoby atakującej. Większość serwisów oferuje specjalny formularz.

Jeśli możesz porozmawiać ze sprawcą, żądaj od niego zakończenia przemocy i usunięcia z sieci wszystkich jej śladów.

Poinformuj o tej sytuacji szkołę i wychowawcę – współpracujcie.

Jeśli popełniono przestępstwo, poinformuj o nim policję.

Jeśli masz pytania, dzwoń pod numer 800 100 100 – to telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa w sieci.

Powiedz swojemu dziecku

**o telefonie zaufania
dla dzieci
i młodzieży**  **116 111**



Cyberprzemoc

PRZEWODNIK DLA RODZICÓW I NAUCZYCIELI

KONTAKT

Instytut Polska Przyszłości
im. Stanisława Lema

biuro@instytutlema.pl