

JAK SIĘ ZACHOWAĆ...?

Co zrobisz w sytuacji gdy ktoś Cię skrzywdzi, będzie Ci groził, nękał, wykorzysta Twoje zaufanie podczas kontaktów w sieci, albo będziesz świadkiem takich sytuacji?

OFIARA PRZEMOCY

- nie odpowiadaj hejtem na hejt, to tylko nasili agresję,
- zgłoś problem zaufanej osobie dorosłej,
- postaw granicę, np.: „Nie zgadzam się na to, abyś mnie obrażał”,
- zgłoś sprawę do administratora strony/forum, oznacz komentarz jako niezgodny z regulaminem,
- zablokuj osobę, która Cię obraża,
- szukaj pomocy w telefonie zaufania: 116 111.

ZAWSZE PAMIĘTAJ...

Cyberprzemoc, mimo iż odbywa się w rzeczywistości virtualnej, potrafi realnie wyrządzić bardzo dużą krzywdę. Rzeczywistość virtualna, życie i relacje w sieci to przestrzeń, w której żyjesz na co dzień. Przemoc w sieci i inne ryzyka są prawdziwe i wywierają prawdziwe skutki. Powodują realne szkody i cierpienie.

ŚWIADEK PRZEMOCY

- zgłoś sprawę do administratora strony/forum,
- stań po stronie osoby obrażanej, wyrażając swoją opinię poprzez komentarz,
- nie udostępniaj obraźliwych komentarzy,
- nie lajkuj obraźliwych komentarzy,
- usuń hejtera z rozmowy,
- nie odpowiadaj hejtem na hejt,
- zgłoś problem zaufanej osobie dorosłej.

CYBERPRZEMOC UMIEM ROZPOZNAĆ!



CYBERPRZEMOC



PRZEMOC
BOLI

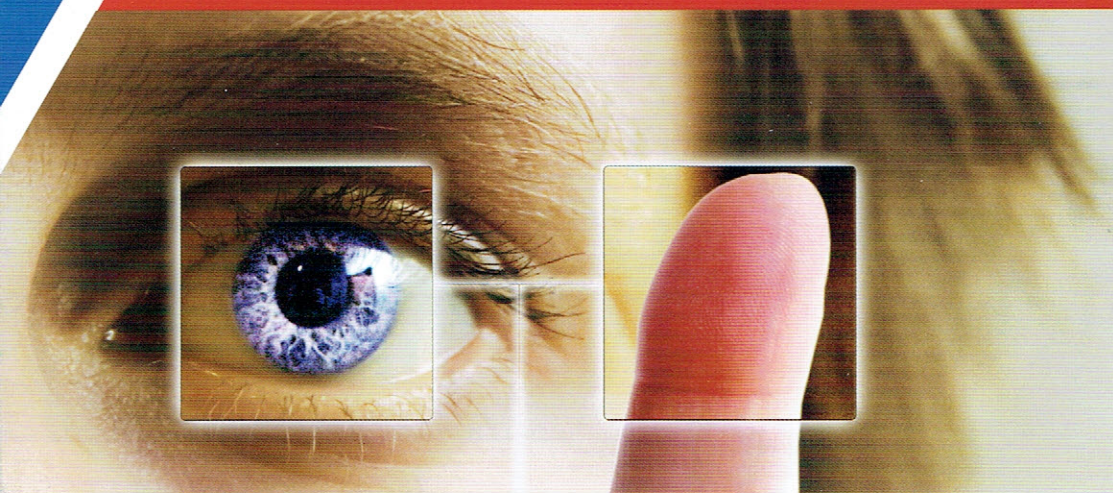
**WIEDZIEĆ,
ABY CHRONIĆ!**

ZASTANÓW SIĘ...

- Czy Twoje dziecko ma konto na facebooku?
- Czy Twoje dziecko ma kanał na youtube?
- Z jakich portali społecznościowych korzysta Twoje dziecko?
- Ile czasu dziennie Twoje dziecko spędza w Internecie?
- Czy znasz imiona osób, z którymi Twoje dziecko pisze wieczorami?
- Jakie zdjęcia umieszcza Twoje dziecko na swoich profilach społecznościowych?
- Ile kont, profili, kanałów posiada Twoje dziecko i pod jakimi nickami funkcjonuje w Internecie?
- Czy gry, w które gra Twoje dziecko, filmiki, które ogląda są adekwatne do jego wieku?
- Czy zainstalowałeś w smartfonie lub innym urządzeniu Twojego dziecka program kontroli rodzicielskiej?
- Ile czasu na co dzień sam spędzasz w Internecie, dając tym samym przykład dzieciom?

WARTO WIEDZIEĆ...

Na co dzień korzystamy i przebywamy w Internecie. Dla dzieci ważne jak te pozyskiwane w kontaktach bezpośrednich, „na żywo” do zacierania granic pomiędzy funkcjonowaniem „w realu” i wirtualnym. Takiego rozróżnienia. Obie rzeczywistości traktuje jako równoległe.



NAUCZ DZIECKO, ABY...

- nie podawało nieznajomym numeru telefonu, adresu szkoły ani domu,
- nie podawało haseł do kont i profili,
- każdorazowo wylogowywało się z komputerów, z których korzysta poza domem,
- nie publikowało w sieci swoich zdjęć i nie udostępniało ich bez twojej zgody,
- nie reagowało na niepokojące wiadomości - lepiej pokazać je rodzicom albo innym dorosłym,
- nie przyjmowało do znajomych osób budzących wątpliwości,
- nie otwierało maili od obcych,
- nie umieszczało w Internecie niczego, czego nie chciałoby się pokazać rodzicom lub nauczycielom,
- przed udostępnieniem wpisu zastanowiło się czy chciałoby zobaczyć taki np. pod swoim zdjęciem,

eci informacje, które znajdują w wirtualnym świecie są równie a żywo”. Dynamiczny rozwój technologii informacyjnych prowadzi i w Internecie. Z rozmów z młodzieżą wynika, że nie dokonuje ona nie ważne i przebywa w nich z równym zaangażowaniem.

- nie komentowało pod wpływem emocji - wpis pozostanie, nawet wówczas gdy jego autor już ochłonie,
- stosowało się do zasad etykiety,
- nie brało udziału w wymianie zdań, która może kogoś skrzywdzić,
- było krytyczne wobec treści umieszczanych w Internecie. Przypominaj mu, że nie wszystko, co można znaleźć w sieci jest prawdą.

I NA KONIEC...

PRZEMOC
BOLI

- Rozmawiaj z dzieckiem nie tylko o zagrożeniach w sieci, ale też o możliwościach jakie niesie z sobą Internet, by bezpiecznie uczyło się i bawiło w świecie wirtualnym.
- Razem z dzieckiem wyszukujcie ciekawych stron internetowych.
- Uczcie się od siebie nawzajem i razem odkrywajcie wirtualny świat.
- Rozmawiaj z dzieckiem o bezpiecznym i rozsądnym korzystaniu z komputera, Internetu i telefonu komórkowego. Wspólnie ustalcie zasady i dbajcie o ich przestrzeganie.
- Poznajaj wyrażenia i skróty internetowe, dowiedz się co oznaczają poszczególne emotikony. Bądź ciekawy wirtualnego świata!
- Jeżeli Twoje dziecko rozmawia w sieci z innymi internautami (np. korzysta z czatów lub komunikatorów internetowych) przypominaj mu o tym, że nie należy do końca ufać osobom poznanym w sieci. Zachęcaj dziecko, by rozmawiało z osobami, które zna.
- Interesuj się tym gdzie i z kim wychodzi Twoje dziecko. Naucz je dystansu do nowopoznanych osób w sieci. Dbaj o to, by na spotkaniach z takimi osobami dziecku zawsze ktoś towarzyszył.
- Zdobądź zaufanie dziecka, by zawsze mogło powiedzieć Ci o tym, co złego lub wstydliwego spotkało je zarówno w wirtualnym, jak i realnym świecie.
- Rozważ zainstalowanie jednego z programów zapewniających bezpieczny dostęp do zasobów dostępnych w sieci.
- Proponuj ciekawe zajęcia w realu - rozwój zainteresowań oraz aktywności poza światem wirtualnym.
- Zapoznaj się ze stronami internetowymi poświęconymi tematyce bezpieczeństwa w sieci i cyberprzemocy. Znajdziesz na nich wiele ważnych i ciekawych informacji.
- Dbaj o bezpieczeństwo w sieci wszystkich internautów - nielegalne lub krzywdzące treści zawsze zgłaszaj administratorowi oraz policji.
- Bądź dobrym przykładem do naśladowania!



(materiał inspirowany zaleceniami
Wrocławskiej Kampanii Przeciwdziałania Przemocy)

CO ROBIĆ, ABY BEZPIECZNIEJ KORZYSTAĆ Z INTERNETU ORAZ UNIKNĄĆ CYBERPRZEMOCY?

- Zabezpiecz swoją sieć WiFi, nie udostępniaj nikomu hasła.
- Chronь swój komputer przed włamaniami, zainstaluj program antywirusowy.
- Używaj silnych haseł i często je zmieniaj.
- Nie odpowiadaj hejtem na hejt, to tylko nasili agresję.
- Zablokuj niechcianego użytkownika lub ogranicz mu możliwości kontaktu z Tobą.
- Zmień ustawienia prywatności w portalach społecznościowych.
- Zgłaszaj treści obraźliwe administratorom, oznacz komentarz jako niezgodny z regulaminem.
- Skorzystaj z blokowania połączeń i SMS-ów.

CZY WIESZ GDZIE I U KOGO SZUKAĆ POMOCY?

Strony internetowe:

- www.dyzurnet.pl,
- www.dzieckowsieci.pl,
- www.116111.pl

Telefony zaufania:

- 116 111 - ogólnopolski telefon zaufania dla dzieci i młodzieży (przez 7 dni w tygodniu, w godz. 12 - 22, połączenie bezpłatne) oraz - formularz kontaktowy na stronie: www.116111.pl - rozmowy online - czat z poziomu strony: www.116111.pl (zakładka „Bezpieczeństwo online”)
- 800 12 12 12 - telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka (czynny od poniedziałku do piątku, w godz. 8:15 - 20:00)

WARTO WIEDZIEĆ!

Cyberprzemoc jest prawdziwą przemocą i powoduje realną przykrość, ból oraz poczucie zagrożenia. Cyberprzemoc może stać się doświadczeniem każdego z nas, dlatego warto przygotować się na jej spotkanie, aniżeli liczyć, że nas to zjawisko nigdy nie dotknie.