

Bezpieczny nastolatek w świecie cyfrowym

Wojewódzki pilotażowy projekt edukacyjny

W świecie nowych technologii przemoc wkracza także do Internetu, który jest dostępny praktycznie dla wszystkich.

Cyberprzemoc to przemocowe zachowania polegające na obrażaniu, nękanii, znieważaniu ofiar za pomocą Internetu lub telefonu.

Cyberprzemoc jest problemem powszechnym i dotyka osób z każdej grupy społecznej.

Gdzie po pomoc

Pomoc psychologiczna
(przepracowanie i zrozumienie sytuacji)

Współpraca z dyrekcją, pedagogiem, wychowawcą klasy

Policja (przekazanie dowodów)

Kontakt z administratorem strony w celu usunięcia negatywnych treści

112
numer alarmowy

116 111
telefon zaufania
dla dzieci i młodzieży

800 119 119
telefon i czat zaufania
dla dzieci i młodzieży

800 100 100
telefon dla rodziców
i nauczycieli w sprawie
bezpieczeństwa dzieci

800 080 222
liniadzieciom.pl całodobowa, bezpłatna infolinia dla dzieci
i młodzieży, rodziców
oraz pedagogów

801 615 005

dyzurnet.pl dyzurnet@dyzurnet.pl zgłaszanie nielegalnych treści

669 981 038

bezpłatny telefon kryzysowy Polskiego Forum Migracyjnego, w języku ukraińskim i rosyjskim

Rodzaje cyberprzemocy

HEJT obraźliwy lub agresywny komentarz umieszczony w Internecie, zawsze negatywny, nieoparty żadnymi argumentami.

FLAMING celowe zaognianie wymiany zdań między użytkownikami portali społecznościowych, prowadzące do narastania agresji wypowiedzi.

CYBERSTALKING wysyłanie gróźb, uwłaczających wiadomości oraz udostępnianie prywatnej korespondencji w celu dręczenia pojedynczej osoby, grupy osób lub całej organizacji przy użyciu technologii informacyjnej. Prześladowca określany jest często jako stalker.

FLOOD wysyłanie tej samej lub różnych wiadomości w masowych ilościach, aby „zapchać” ofierze skrzynkę odbiorczą.

SEKSTING przesyłanie za pomocą Internetu i urządzeń mobilnych swoich zdjęć, filmów lub wiadomości o charakterze seksualnym.

SEXTORTION wyłudzenie intymnych zdjęć lub nagrań od ofiary, a następnie szantażowanie jej i zagrożenie ujawnieniem przesłanego materiału.

WYKLUCZENIE blokowanie konta ofiary lub odmawianie jej dostępu do grup społecznościowych, grup klasowych. Wykluczenie uniemożliwia ofierze budowanie relacji i odbiera dostęp do informacji, które może zobaczyć reszta społeczności.

GROOMING wprowadzenie w błąd małoletniej osoby do lat 15 w celu produkcji materiałów pornograficznych lub składaniu jej propozycji seksualnych za pomocą technologii informacyjnych.

PODSZYWANIE SIĘ sprawcy zmieniają np. część informacji na profilach społecznościowych albo zamieszczają treści pisane z konta danej osoby. Publikowane w imieniu ofiary wiadomości mają na celu ją skompromitować i zawstydząć.

Inne niebezpieczne zjawiska

CHALLENGE internetowe wyzwania, narzucane sobie przez internautów. Nastolatek zostaje wyzwany do podjęcia określonego działania. Niepodjęcie aktywności jest piętnowane i grozi wykluczeniem z grupy. Podjęta aktywność musi zostać udokumentowana i upubliczniona w sieci. Wiele z nich ma tragiczne skutki zdrowotne.

PATOSTREAMING internetowa transmisja na żywo przekazów noszących znamiona różnego rodzaju patologii. Treści transmisji są wulgarne, obsceniczne i przemocowe. Streamerzy nagrywają swoje życie „codzienne” – libacje, bójki, a także przemoc seksualną.

Nastolatek doświadczający cyberprzemocy może odczuwać:

- lęk i zagrożenie,
- upokorzenie,
- bezradność i poczucie braku kontroli,
- gniew i frustrację,
- osamotnienie i wyizolowanie,
- zawstydzenie,
- smutek,
- poczucie krzywdy i beznadziei.

Nastolatek długotrwale poddawany cyberprzemocy może doświadczyć zmian osobowościowych, depresji, a nawet myśli samobójczych.

Co powinno Cię zaniepokoić w zachowaniu dziecka:

- nagła niechęć do chodzenia do szkoły,
- wycofywanie się z życia towarzyskiego,
- kłótnie i bójki z rówieśnikami,
- spadek samooceny i samoakceptacji,
- rezygnacja z hobby i pasji,
- ukrywanie tego, co robi na telefonie lub komputerze,
- rezygnacja z korzystania z komputera, telefonu i Internetu,
- nadmierne i kompulsywne sprawdzanie wiadomości w telefonie i serwisach społecznościowych,
- napady złości,
- ataki paniki,
- bezsenność, brak apetytu lub „zajadanie” problemu.

Jak zapobiegać cyberprzemocy

- twórz warunki do bezpośrednich i pozytywnych relacji z własnym dzieckiem, stwórz mu bezpieczne, wspierające miejsce, gdzie będzie ktoś, kto je zrozumie i wysłucha,
- proponuj nastolatkowi atrakcyjne formy spędzania czasu wolnego, będące alternatywą dla komputera czy komórki,

- rozmawiaj z nastolatkiem, zainteresuj się jego aktywnościami w Internecie, nie oceniaj. Nawiąż kontakt. Poznaj odczucia i potrzeby dziecka,
- kształtuj w dziecku poczucie odpowiedzialności za swoje czyny i decyzje, uświadamiaj o konsekwencjach.

Musisz wiedzieć, że żadna „kontrola rodzicielska” nie zabezpieczy Twojego dziecka przed cyberprzemocą. Internet to skomplikowane narzędzie. W zapobieganiu cyberprzemocy kluczową rolę odgrywa edukacja. Najważniejszym krokiem do bezpieczeństwa Twojego dziecka jest rozmowa i uświadomienie potencjalnych zagrożeń, kształtowanie empatii i wrażliwości na drugiego człowieka.

W przypadku gdy Twoje dziecko jest ofiarą, najlepiej jeśli:

- przestanie utrzymywać kontakt i odpowiadać na zaczepki sprawcy,
- zmieni lub usunie swoje dane kontaktowe,
- zmieni ustawienia kont w social mediach na prywatne.

Jeśli Twoje dziecko stanie się ofiarą cyberprzemocy, udziel mu wsparcia i nie bagatelizuj problemu. Dziecko oczekuje działania i ochrony. Zadbaj o jego psychikę.

Zbierz dowody i zgłoś problem do administratora strony internetowej, na której doszło do naruszeń. Możesz też powiadomić Policję i Prokuraturę.

Sprawcy cyberprzemocy nie są bezkarni. Mogą ponieść odpowiedzialność na podstawie przepisów Kodeksu Karnego, Kodeksu Cywilnego i Kodeksu Wykroczeń.