



Czym jest cyberprzemoc?

Cyberprzemoc to takie zachowania jak:

- wyzywanie, straszenie, poniżanie kogoś w Internecie lub przy użyciu telefonu
- robienie komuś zdjęć lub filmów bez jego zgody, ich publikowanie i rozsyłanie
- podszywanie się pod kogoś w sieci
- włamanie się na czyjeś konto (np. pocztowe, w portalu społecznościowym, konto komunikatora)
- tworzenie obrażających kogoś stron internetowych lub blogów
- pisanie obraźliwych komentarzy na forach, blogach, portalach społecznościowych

Charakterystyczną cechą cyberprzemocy jest ciągłość jej trwania. Nie kończy się ona po wyłączeniu komputera czy telefonu komórkowego.

Przenosi się na życie w klasie, w szkole.

Akty cyberprzemocy mogą wyglądać niewinnie, potrafią jednak wyrządzać bardzo dużą krzywdę. Chociaż z perspektywy osoby dorosłej przynajmniej część działań tego typu jest co najwyżej irytująca, dla dziecka mogą być one osobistą tragedią.

Jeżeli dziecko doświadczy cyberprzemocy:

- Ważne jest udzielenie mu wsparcia psychologicznego
- Należy zabezpieczyć wszystkie dowody cyberprzemocy – nie kasuj smsów, e-maili, rozmów na czatach, portalach społecznościowych itp.
- Jeżeli dziecko doświadcza cyberprzemocy na jakiejś stronie WWW, należy zrobić screen – aby zachować to, co widać na ekranie należy wcisnąć klawisz „PrintScreen”(PrtSc), a następnie otworzyć program

tekstowy (np. Word) lub graficzny (np. Paint) i wkleić tam screen naciskając jednocześnie klawisze „Ctrl” i „V”. Należy pamiętać, o zapisaniu pliku!

- Jeśli doszło do przestępstwa, należy o sprawie poinformować policję. Podobnie należy postąpić, jeśli sprawca pozostaje nieznan, policja może uzyskać dostęp do billingów telefonicznych lub logów z serwera administratora serwisu pozwalające na zidentyfikowanie go.
- Wsparcie psychologiczne w przypadkach cyberprzemocy i porad dotyczących rozwiązywania problemów z nią związanych można znaleźć również u konsultantów bezpłatnych telefonów zaufania dla dzieci i młodzieży 116111 (www.116111.pl) oraz 800100100 (www.800100100.pl) dla rodziców.



Czym jest hejtowanie?

Słowo "krytyka" w mowie potocznej ma wydźwięk negatywny, co nie do końca jest prawidłowe. Krytyka to nic innego jak wyrażanie swojej opinii na dany temat, ale zarówno w sposób pozytywny jak i negatywny. Za przykład niech posłużą krytycy filmowi, których zadaniem nie jest mieszać ludzi z błotem, a wyrażać swoją opinię (również pozytywną) na temat danego filmu.

Hejtingiem można nazwać więc wyrażanie swojej opinii, ale zawsze w sposób negatywny. Często w sposób wulgarny i chamski, nie poparty żadnymi argumentami. Hejtowanie rzadko ma cokolwiek wspólnego z krytyką. Hejterzy skupiają się raczej na obrażaniu i "obrzucaniu błotem". Samo zjawisko hejtingu jest ściśle związane z internetem, co nie znaczy że tylko tam występuje.



Zasady antyhejtowe - wskazówki dla młodzieży.

1. Zastanów się zanim odpowiesz na hejterski komentarz. Nie daj się ponieść emocjom, **nie odpowiadaj** pod wpływem chwili.
2. Jeżeli bardzo się złościš, napisz **odpowieđ**, a potem weź głęboki oddech i **skasuj ją**.
3. **Nie odpowiadaj agresją** na agresję. W ten sposób jedynie prowokujesz hejtera do dalszego obrażania.
4. **Nie lajkuj, nie udostępniaj** hejterskich komentarzy. W ten sposób jedynie zwiększasz ich zasięg.
5. Jeżeli możesz **kasuj** nienawistne komentarze.
6. **Zgłaszaj** hejt i mowę nienawiści korzystając z opcji dostępnych na forach lub w mediach społecznościowych.
7. Nie każda krytyka to hejt. **Odróżniaj** hejt od konstruktywnej krytyki.
8. Gdy coś ci się nie podoba lub denerwuje, wyraż to **kulturalnie**, nie hejtuj.
9. **Nie rezygnuj** z tego, co robisz, myślisz i mówisz tylko ze względu na hejtrów.
10. Jeżeli nie możesz poradzić sobie z hejterem, **zgłoś** to osobie zaufanej lub zadzwoń do telefonu zaufania: **116 111**.

Więcej informacji na temat cyberprzemocy, niebezpiecznych treści, sextingu, praw autorskich, niebezpiecznych kontaktów i nadużywania Internetu znajdziecie Państwo na stronie internetowej **saferinternet.pl**

Twoje dziecko jest ofiarą lub świadkiem hejtu i potrzebuje pomocy?

Może poprosić o pomoc w szkole.

Może także skontaktować się z telefonem zaufania dla dzieci i młodzieży **116 111**

Telefon **116 111** (codziennie od 12.00 do 22.00)

LiveChat na stronie 116111.pl/czat (pon.- pt. od 12.00 do 18.00)

Formularz kontaktowy na stronie 116111.pl/napisz (zawsze)



Jest hejterem?

Niech skontaktuje się ze swoją głową, sercem i sumieniem. Przeprosi i nie robi tego więcej!

Zbyt trudne? Zawsze może skorzystać ze wsparcia

konsultantów Telefonu Zaufania

dla Dzieci i Młodzieży **116 111**

lub poprosić o pomoc w szkole

Źródło:

- materiały z kampanii „Powiedz stop cyberprzemocy „ i „Przytul hejtera” (saferinternet.pl)
- dojrzewamy.pl
- fdn.pl