

## Drodzy Rodzice

Zjawisko cyberprzemocy staje się coraz częstsze we współczesnych świecie, ze względu na coraz większy dostęp dzieci i młodzieży do mediów.

Czym w ogóle jest cyberprzemoc?

**Jest to inaczej przemoc z użyciem mediów elektronicznych – przede wszystkim Internetu i telefonów komórkowych. Problem ten dotyczy przede wszystkim dzieci i młodzieży. W Polsce doświadcza go ponad połowa młodych internautów!!! Do działań określanych jako cyberprzemoc zalicza się m.in.:**

- wyzywanie, straszenie poniżanie kogoś w Internecie lub przy użyciu telefonu,
- robienie komuś zdjęć lub rejestrowanie filmów bez jego zgody,
- publikowanie w Internecie lub rozsyłanie telefonem zdjęć, filmów lub tekstów, które kogoś obrażają lub ośmieszają,
- podszywanie się pod kogoś w Sieci.



Pomimo, że akty cyberprzemocy mogą wyglądać niewinnie, to potrafią wyrządzać bardzo dużą krzywdę.<sup>1</sup>

Zapewne zastanawiają się Państwo, jak ochronić dzieci przed tym zjawiskiem. Istotnym jest aby zdać sobie sprawę, że Państwa dzieci mogą stać się zarówno ofiarami, jaki sprawcami cyberprzemocy, niekiedy zarazem jednym i drugim.



Największy nacisk należy położyć na profilaktykę cyberprzemocy. Może być ona prowadzona w szkole, ale także w domach rodzinnych dzieci.

Trzeba uświadomić sobie, że w większości przypadków, dzieci przesiadując wiele godzin przed komputerem, tak naprawdę nie interesują się informatyką, często nawet popełnia wiele błędów ze względu na brak wiedzy o nowych technologiach. Internet i komputer są tylko narzędziem, dzięki któremu mogą np. nawiązać nowe znajomości, „spotkać” się z przyjaciółmi, a nawet rozwijać swoją twórczość np. za pomocą tzw. blogów.

### **Czy rodzice wiedzą, co ich dzieci „robią w Internecie”?**

Jest to pierwsze pytanie jakie należy sobie zadać. Zapewne wiedzą Państwo ile czasu dzieci spędzają przed komputerem, ale czy jest to czas spędzony na graniu, nawiązywaniu kontaktów, rozwijaniu swoich zainteresowań? Nie wszyscy, ale zapewne duża część rodziców nie wie tego na pewno.

### **Jak dowiedzieć się, co dziecko „robi” w Internecie?**

Po prostu porozmawiać o tym z dzieckiem, pozwolić mu opowiadać o tym, co go tak pasjonuje. Jeśli czegoś nie rozumiemy (a możemy wielu nowinek informatycznych, nie znać i nie rozumieć), to warto usiąść z dzieckiem, niech nam pokaże na czym to wszystko polega.

<sup>1</sup> 02.11.2010 r., [http://www.saferinternet.pl/informacje/co\\_to\\_jest\\_cyberprzemoc.html](http://www.saferinternet.pl/informacje/co_to_jest_cyberprzemoc.html)

Internet, telefony komórkowe, aparaty fotograficzne, kamery nie są jedynie zagrożeniem. Rzadko zauważamy możliwości, jakie dziecko może osiągnąć za pomocą owych mediów. Tu bardzo istotna jest praca szkoły. Możliwość wykonania pracy domowej poprzez nagranie filmu, jego montaż w komputerze, przygotowanie prezentacji, a nawet napisanie prostej gry do celów dydaktycznych, to przełamywanie stereotypów mówiących o tym, że media są tylko zagrożeniem. Dzieci często nie widzą możliwości innego zastosowania np. aparatu, jak tylko do wykonania „upokarzających” zdjęć kolegi, lub koleżanki. Zarówno Szkoła, jak i Dom powinny być miejscami, w których dziecko poznaje pozytywne, rozwijające możliwości zastosowania mediów. **Nie unikniemy zetknięcia się dzieci z „rzeczywistością medialną”, ale możemy je dobrze do tego „spotkania” przygotować.**



### **Co jednak robić, gdy dziecko stanie się ofiarą cyberprzemocy?**

Oto kilka porad zarówno dla dzieci jak i dorosłych, ze strony [www.strefainternet.pl](http://www.strefainternet.pl) :

#### **„Zasady bezpieczeństwa!**

##### **1. Zanim dołączysz**

Kontakty z ludźmi na portalach społecznościowych, podobnie jak kontakty z ludźmi w świecie rzeczywistym, rządzą się pewnymi zasadami. Zastanów się, w jaki sposób działa portal zanim utworzysz na nim swój profil. Przede wszystkim zainteresuj się, jaki poziom prywatności gwarantuje Ci dany portal. Informacji tego typu szukaj w regulaminie, który powinien jasno określać zasady twojego uczestnictwa w serwisie.

##### **2. Prywatność**

Kontroluj dostęp do Twoich danych i innych informacji, które umieszczasz w swoim profilu. Bezpieczny portal społecznościowy powinien pozwolić Ci nadać sobie taki status prywatności, który zagwarantuje, że informację o Tobie będą dostępne tylko dla znajomych, których świadomie dodałeś/aś do swojej listy. Pamiętaj też, że Twoje hasło to Twój sekret.

##### **3. Informacje o mnie**

Zamieszczając informacje o sobie pamiętaj, że potencjalnie każdy może je zobaczyć. Dbaj o to, żeby nie ujawniać swoich danych osobowych. Stwórz bezpieczny Nick, który nie zdradzi Twojej prawdziwej tożsamości. Sieć daje nam możliwość bycia kimś innymi niż w codziennym życiu. Znaj jednak swoje granice tej zabawy - myśl jak się prezentujesz.

#### **4. Zdjęcia**

Zastanów się dobrze zanim zamieścisz w Sieci swoje zdjęcia, które mogą być użyte, przez innych użytkowników Sieci, w sposób, jakiego byś sobie nie życzył/a lub skopiowane do miejsca, w którym byś ich nie zamieścił/a. Jeżeli już na pewno chcesz zamieścić swoje zdjęcia w Internecie ustaw taki status prywatności, który zagwarantuje Ci bezpieczeństwo.

#### **5. Kontakty z innymi**

Bądź czujny/a w kontaktach z osobami znanymi wyłącznie Sieci. Flirt z nieznanym/a może być dobrą zabawą, ale może też mieć niebezpieczne konsekwencje. W Sieci ludzie często udają kogoś, kim nie są ukrywając w ten sposób swoje prawdziwe intencje. Bądź bardzo ostrożny/a, jeżeli nowy internetowy „przyjaciel” chce się z Tobą spotkać w realu. Jeżeli zdecydujesz się na spotkanie, spotkaj się w miejscu publicznym (centrum handlowym czy w ruchliwej kawiarni) a na spotkanie pójdź z kimś, komu ufasz. Powiedz o planowanym spotkaniu odpowiedzialnej osobie dorosłej.

#### **6. Odpowiedzialność za informacje**

Jeżeli piszesz coś w Internecie będąc pod wpływem silnych emocji, przeczytaj to dwa razy.

Daj sobie czas żeby się uspokoić i sprawdź czy to, co planujesz wysłać jest tego warte. Pamiętaj także, że czasem Szkoła, rodzice lub pracodawcy mają możliwość monitorowania Twojej korespondencji i Twoich działań w Sieci. Dlatego, w Sieci, nie pisz nigdy czegoś, czego nie napisałbyś/abyś na kartce pocztowej, którą nie tylko bezpośredni adresat może przeczytać. Pamiętaj też, że ludzie przesyłają dalej, upubliczniając wiadomości. Sam/a także zawsze patrz, co przesyłasz dalej. Nie ujawniaj danych innych osób – nie przesyłaj dalej cudzych maili i nie podawaj w Sieci danych innej osoby bez jej zgody.

#### **7. Szanuj innych**

Bądź miły/a dla innych w Sieci. Zastanów się czy adresat życzyłby sobie zobaczyć taki wpis i czy Ty powiedziałbyś/abyś lub pokazał/a to samo podczas spotkania twarzą w twarz?

Poczucie humoru, poglądy i zasady innych ludzi bywają różne także w Sieci. Respektuj innych w Internecie, a jeżeli kogoś urazisz znajdź metodę, żeby sprawę wyjaśnić i go przeprosić.

Jeżeli ktoś Ciebie obraża myśląc, że zrobiłeś/aś coś niemiłego celowo – zamiast dać się ponieść emocjom, spróbuj wyjaśnić, że to nie było celowe, że to wynik nieporozumienia.

#### **8. Działaj mądrze**

Ktoś Cię prowokuje? Nie daj mu satysfakcji. Zazwyczaj jest to metoda na zwrócenie na siebie uwagi, jeżeli takiego kogoś zignorujesz prawdopodobnie da Ci spokój.

## 9. Pomoc

Masz prawo do godności w Internecie. Jeżeli jesteś atakowany/a, ktoś Cię straszy lub grozi Ci działaj w swojej obronie. Zgłoś fakt cyberprzemocy odpowiednim instytucjom (szkoła, policja, helpline.org.pl – 0-800-100-100) i osobom, które mogą Ci udzielić pomocy: rodzice, psycholog szkolny, nauczyciel. Razem szybko i skutecznie rozwiążecie problem.

## 10. Pamiętaj o realu

Internet jest fajny, ale nie zapominaj o realnym świecie. Kontroluj to, ile czasu spędzasz w Sieci.

Dbaj o kontakty z ludźmi w świecie rzeczywistym. Nawet mając pięciuset znajomych na portalu społecznościowym możesz czuć się samotnym/ą. Nic nie zastąpi prawdziwych znajomości.<sup>2</sup>

Gdzie szukać pomocy?



Jeżeli ktoś nęka Cię w Sieci, nabija się z Ciebie, wysyła obraźliwe emaile, sms'y, zadaje Ci na czacie, w mailu lub przez komunikator jakies krępujące pytania, wypytuje Cię o prywatne dane, nalega na spotkanie...

### ... Skontaktuj się z Helpline.org.pl.

Wejdź na stronę [www.helpline.org.pl](http://www.helpline.org.pl) i skorzystaj z komunikatora, lub zadzwoń pod bezpłatny numer **0 800 100 100**.

Pamiętaj, żeby zawsze w sytuacji zagrożenia w Internecie szukać pomocy w Helpline.org.pl lub u rodziców, nauczyciela, pedagoga szkolnego albo innej zaufanej osoby dorosłej.

3

Często zastanawiamy się czy konkretna sytuacja wymaga od nas kontaktowania się z policją. Istnieją takie trzy sytuacje, w których bezwzględnie należy zgłosić cyberprzemoc na policje, gdyż są to przestępstwa regulowane prawem karnym:

- **Jeśli akt cyberprzemocy jest związany z publikacją wizerunku szczególnie osoby nieletniej i publikacja ta ma charakter seksualny.**
- **Jeśli sprawca cyberprzemocy przez długi czas dokonywał aktów przemocy na innych osobach, a dotąd pozostawał anonimowy.**
- **Jeśli sprawa grozi swojej ofierze nawet, gdy owe groźby wgadają nam się nieistotne, „bez pokrycia”.**

<sup>2</sup> 02.11.2010 r., [http://www.saferinternet.pl/informacje/jak\\_byc\\_bezpiecznym\\_w\\_internecie.html](http://www.saferinternet.pl/informacje/jak_byc_bezpiecznym_w_internecie.html)

<sup>3</sup> 02.11.2010 r., [http://www.saferinternet.pl/informacje/gdzie\\_szukac\\_pomocy.html](http://www.saferinternet.pl/informacje/gdzie_szukac_pomocy.html)

Ważne jest aby mieć na uwadze, iż akty **cyberprzemocy których sprawcą są „były chłopak” lub „była dziewczyna”**, są bardzo ciężkim przeżyciem dla ofiary. Spowodowane jest to bardzo silnymi emocjami towarzyszącymi tej sytuacji. W skrajnych przypadkach przeżycia te mogą doprowadzić do prób samobójczych ofiary. Choć nie jest to sytuacja, którą zawsze należy zgłaszać policji, jednak powinna ona wzbudzać dużą czujność rodziców, opiekunów, wychowawców.

### Podsumowanie:

1. Cyberprzemoc to wszelkie akty przemocy wykonywane za pośrednictwem mediów elektronicznych.
2. Dzieci mogą być zarówno ofiarami, jak i sprawcami cyberprzemocy, niekiedy nawet obiema stronami na raz.
3. Najlepszym sposobem na zwalczanie cyberprzemocy jest jej profilaktyka polegająca na:
  - Zainteresowaniu się aktywnością dziecka np. w Internecie
  - Rozwijaniem pozytywnych rodzajów wykorzystywania mediów, np. w edukacji
  - Zabezpieczeniu aktywności dziecka szczególnie na portalach społecznościowych (zdjęcia, dane osobowe)
4. Jeśli dziecko padnie ofiarą cyberprzemocy, należy zwrócić się do odpowiednich jednostek pomocowych (policja, [www.helpline.org.pl](http://www.helpline.org.pl), bezpłatny numer 0 800 100 100)
5. Wyśmiewanie się, obrażanie, dręczenie, podszywanie się pod ofiarę szczególnie, jeśli sprawcą jest była lub obecna „sympatia” dziecka jest dla niego ciężkim przeżyciem - dorośli nie mogą tego bagatelizować!
6. Więcej szczegółowych informacji uzyskają Państwo na poniższych stronach internetowych:

<http://www.dzieckowsieci.pl> –serwis informacyjny nt. cyberprzemocy, cyberprzestępstw, uzależnień, niebezpiecznych treści

<http://www.dyzurnet.pl> – punkt kontaktowy, który przyjmuje zgłoszenia dotyczące nielegalnych treści w Internecie

<http://www.helpline.org.pl> – pomoc młodym internautom w sytuacjach zagrożenia w Internecie, oraz podczas korzystania z telefonów komórkowych, porady na temat zapobiegania niebezpiecznym sytuacjom i postępowania w sytuacjach wystąpienia zagrożenia

<http://www.sieciaki.pl> –serwis internetowy dla dzieci poświęcony edukacji w zakresie bezpieczeństwa w Internecie

<http://www.przedszkolaki.sieciaki.pl> –ciekawy serwis dla najmłodszych uczący bezpieczeństwa w sieci poprzez zabawę

Paulina Sobczak  
pedagog szkolny