**Cyberprzemoc i jej rodzaje. Zapobieganie!!!**

**Co to jest cyberprzemoc?**

* Cyberprzemoc (cyberbullying)- prześladowanie, zastraszanie, nękanie, wyśmiewanie innych z wykorzystaniem Internetu lub urządzeń elektronicznych, np. telefonu komórkowego.

**Cechy cyberprzemocy**

* Sprawca pozornie może być trudny do ustalenia, nie jest jednak anonimowy!
* Materiały rozpowszechniane są bardzo szybko i są ogólnodostępne. Trudno je również usunąć z sieci – jest to niemal niemożliwe.
* Bardzo łatwo zarówno stać się jej ofiarą, jak i się jej dopuścić na powstających coraz częściej forach internetowych, portalach społecznościowych czy czatach.

**Formy cyberprzemocy**

1. **1.     Naruszenie wizerunku**

Działania:

* Upublicznianie wizerunku lub danych osoby bez jej wiedzy lub zgody.

Formy:

* Umieszczenie zdjęcia lub filmu przedstawiającego kogoś na stronie internetowej, na blogu, w serwisie społecznościowym itp., pisanie postów związanych z tą osobą.

1. **2.     Naruszenie czci**

Działania:

* Obrażanie lub znieważanie osoby z wykorzystaniem Internetu lub telefonu.
* Kierowanie oszczerstw wobec tej osoby, które mogą ją poniżyć.
* Użycie wizerunku osoby w celu jej ośmieszania.
* Wypowiadanie pod adresem pokrzywdzonego znieważających go wulgaryzmów lub ubliżających określeń.

Formy:

* Umieszczenie wizerunku osoby w celu jej upokorzenia, np. na stronie internetowej, na blogu, w serwisie społecznościowym, rozesłanie e-mailem lub za pomocą telefonu komórkowego.
* Umieszczanie w Internecie lub przesyłanie obrażających kogoś treści i opinii.
* Tworzenie kompromitujących blogów, fałszywych kont i profili w serwisach społecznościowych.

1. **3.     Włamania**

Działania:

* włamanie do miejsca w Internecie strzeżonego hasłem lub innym zabezpieczeniem, np.:
  + na konto e-mailowe,
  + na profil w serwisie społecznościowym,
  + na bloga,
  + inne miejsce strzeżone hasłem lub innym zabezpieczeniem w celu uzyskania jakichś informacji.
* wprowadzanie zmian tj.: zmiana hasła, dokonanie zmian w treści czy w wyglądzie strony/profilu, dodanie lub usunięcie zdjęć, niszczenie, uszkadzanie.

1. **4.     Groźby**

Działania:

* Grożenie komuś popełnieniem przestępstwa (np. pozbawieniem życia) przez Internet.
* Zmuszanie osoby do działania w określony sposób pod groźbą.

Formy:

* Przesyłanie gróźb drogą e-mailową lub za pomocą innych narzędzi dostępnych w Internecie, takich jak czat, komunikatory, forum.
* Grożenie innej osobie przy użyciu Internetu lub telefonu komórkowego.

1. **5.     Wulgaryzmy**

Działania:

* Używanie w Internecie wulgarnych zwrotów (w miejscach dostępnych powszechnie, czyli nie wymagających np. znajomości hasła i logowania się).
* Umieszczenie w Internecie nieprzyzwoitego zdjęcia, rysunku, obrazu.

1. **6.     Nękanie**

Działania:

* Złośliwe niepokojenie jakiejś osoby w celu dokuczenia jej.
* Natarczywe powtarzanie jakiegoś działania w Internecie wbrew woli danej osoby.

Formy:

* Wielokrotne wysyłanie komuś w Internecie lub przy użyciu telefonu komórkowego niechcianych informacji, obrazów, linków itp.
* Bardzo częste wysyłanie komuś e-maili i informacji za pomocą komunikatorów, czatów, pomimo niezgody odbiorcy.
* Wpisywanie bardzo dużej ilości niechcianych komentarzy pod zdjęciami czy wypowiedziami danej osoby w Internecie.

1. **7.     Szkodliwe treści**

Szkodliwe treści to materiały, które mogą mieć negatywny wpływ na rozwój i psychikę dzieci i młodzieży. Dzieci mogą na nie trafiać celowo lub przypadkowo, np. poprzez mylne wyniki wyszukiwania, spam czy reklamę.

Do szkodliwych treści zazwyczaj zalicza się:

* treści pornograficzne, w tym materiały prezentujące relacje seksualne z wykorzystaniem przemocy oraz nietypowe i dewiacyjne zachowania seksualne;
* treści prezentujące przemoc i okrucieństwo, np. w filmach bądź brutalnych grach komputerowych;
* treści promujące zachowania autodestrukcyjne – samookaleczenia lub samobójstwa, bądź zachowania szkodliwe dla zdrowia, np. wyniszczające diety (tzw. ruch pro-ana), zażywanie narkotyków lub dopalaczy;
* treści dyskryminacyjne, nawołujące do wrogości lub nienawiści wobec różnych grup społecznych, narodowościowych, religijnych lub osób.

**Jak postępować, będąc ofiarą cyberprzemocy?**

* zapisuj w komputerze i telefonie wszystkie dowody związane z dręczeniem; potem pokaż je osobie, której ufasz,
* staraj się także zapisywać datę i godzinę przesłania wiadomości oraz wszystkie szczegóły dotyczące nadawcy; te informacje mogą być wykorzystane do ścigania sprawców,
* jeśli jesteś ofiarą cyberprzemocy na czacie, towarzyskiej stronie internetowej lub ciągle dostajesz wiadomości z groźbami, zgłoś to administratorowi Twojej sieci; adres zwykle jest podany na stronie administratora,
* zablokuj otrzymywanie wiadomości od danych osób lub użyj filtrów do zablokowania wiadomości przesyłanych od konkretnych nadawców,
* jeśli otrzymujesz niechciane wiadomości na Twój telefon komórkowy, zmień swój numer, a nowy numer daj tylko bliskim znajomym,
* nigdy nie trzymaj w tajemnicy faktu, że jesteś ofiarą cyberprzemocy; zawsze zgłaszaj na policję, że Ci grożono;

**Gdzie szukać pomocy?**

* Milczenie w tym przypadku nie jest złotem. Osoby mające do czynienia z cyberprzemocą powinny porozmawiać z rodzicami, nauczycielem lub pedagogiem.

**Instytucje zajmujące się problemami przemocy**

* **116111** - *Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży -*  działa codziennie – 7 dni w tygodniu, 24 godziny na dobę!
* [www.helpline.org.pl](http://www.helpline.org.pl) e-mail: helpline@helpline.org.pl, czat ze strony http://helpline.org.pl/, telefon 800 100 100 (od poniedziałku do piątku w godz.12-18),
* [www.fdds.pl](http://www.fdds.pl) portal dotyczący problemu krzywdzenia dzieci,
* [www.dzieckowsieci.pl](http://www.dzieckowsieci.pl) strona kampanii społecznej koncentrującej się na ochronie dzieci przed niebezpiecznymi zachowaniami i treściami w Internecie,

**PORADY DLA RODZICÓW**

**Rozmawiaj o zasadach bezpiecznego korzystania z Internetu.**

**Poznawaj Internet razem z dzieckiem – zapoznaj je z Netykietą - Kodeksem Dobrego Zachowania w Internecie.**

**Pamiętaj, aby zabezpieczyć wszystkie urządzenia, które łączą się z Internetem (również telewizor, konsolę do gier, smartfon) w filtry kontroli rodzicielskiej.**

**Proponuj strony dostosowane do wieku i zainteresowań dziecka.**

**Korzystaj z porad specjalistów.**

**Jeśli masz taką możliwość umieść komputer w miejscu widocznym – tak abyś widział, co robi Twoje dziecko.**

**Przypominaj dziecku by nie ujawniało w sieci swoich danych osobowych: imienia, nazwiska, adresu, numeru telefonu itp.**

**Przypominaj dziecku by nie umawiało się z osobami poznanymi w Internecie – nikt nie wie, kto tak naprawdę jest po drugiej stronie. Niestety Twoje dziecko może natknąć się w Internecie na złodziei, pedofilów czy osoby rekrutujące do sekt.**

**Kontroluj, co publikuje dziecko w sieci – lepiej, żeby nie umieszczało kompromitujących zdjęć i filmów.**

**Interesuj się tym, co robi Twoje dziecko w Internecie – zobacz, czy gra w odpowiednie dla swojego wieku gry, czy wchodzi na bezpieczne strony internetowe.**

**Powiedz dziecku, że jeżeli coś w Internecie je zaniepokoi - powinno Ci o tym powiedzieć.**

**Pamiętaj, że nadmierne korzystanie z komputera może prowadzić do uzależnienia. Zachęcaj dziecko do innych zajęć.**

**Co zrobić, gdy Twoje dziecko doświadczy cyberprzemocy?**

1. Udziel mu osobistego wsparcia, porozmawiaj, zapewnij dużo uwagi.
2. Zabezpiecz wszystkie dowody cyberprzemocy.
3. Poinformuj o tej sytuacji szkołę, wychowawcę, pedagoga i współpracujcie.
4. Jeśli popełniono przestępstwo, poinformuj o nim policję.
5. Powiedz swojemu dziecku o telefonie zaufania dla dzieci i młodzieży 116 111.