

CYBERPRZEMOC – (ang. Cyberbullying) jest to **prześladowanie, zastraszanie, nękanie i wyśmiewanie** innych osób za pomocą technologii informacyjnych i komunikacyjnych, takich jak:

- SMS i MMS,
- e-mail,
- witryny internetowe,
- fora dyskusyjne,
- blogi,
- komunikatory typu GG,
- czaty.

- **FORMY CYBERPRZEMOCY**

- nękanie, straszenie, szantażowanie z użyciem Sieci;
- włamania na konta pocztowe i konta komunikatorów w celu
- rozsyłania kompromitujących wiadomości;
- rejestrowanie niechcianych filmów i zdjęć;
- tworzenie ośmieszających stron www;
- publikowanie w Internecie lub rozsyłanie przy użyciu telefonu komórkowego kompromitujących informacji, zdjęć;
- podszywanie się w Sieci pod kogoś wbrew jego woli.

Prześladowanie przez Internet jest szczególnie niebezpieczne, ponieważ złośliwe, kompromitujące czy poniżające treści są w bardzo krótkim czasie rozpowszechniane i zazwyczaj pozostają w sieci NA ZAWSZE, jako kopie na wielu komputerach, nawet po ustaleniu i ukaraniu sprawcy.

POWODY DLA KTÓRYCH INTERNETOWI CHULIGANI STOSUJĄ PRZEMOC:

przeżywanie radości ze zwyciężania, wynikające na przykład z potrzeby potwierdzenia swojej pozycji w grupie, bądź zbudowania swego wizerunku,
wyrównanie doznanych krzywd,
odwet za doznane upokorzenia podejmowany dla odreagowania frustracji spowodowanych np. zakłóceniami funkcjonowania rodziny lub nieprawidłowościami funkcjonowania środowiska szkolnego czy rówieśniczego

pozyskanie uwagi otoczenia, wołaniem o pomoc kierowaną do wszystkich, którzy o nich zapomnieli.

JAK ROZPOZNAĆ, ŻE DZIECKO JEST PRZEŚLADOWANE

wydaje się poirytowane, smutne lub zdenerwowane po zakończeniu rozmowy przez telefon lub korzystania z komputera.

izoluje się od lubianych znajomych i zajęć.

gorzej się uczy lub okazuje złość albo niezadowolenie ze szkoły lub konkretnego przedmiotu.

wykazuje nietypowe oznaki przygnębienia lub smutku.

SKUTKI CYBERPRZEMOCY

Cyberprzemoc może się wydawać niewielkim problemem, ponieważ nie występują żadne objawy przemocy fizycznej. Trzeba jednak zauważyć, że psychika dziecka, czy nastolatka jest bardzo delikatna i takie akty przemocy mogą się silnie na niej odbić i powodować, między innymi:

spadek samooceny,

depresję,

izolację od rówieśników,

lęki,

brak zaufania.

KILKA DOBRYCH RAD

W sieci — podobnie jak w rzeczywistości — należy przestrzegać zasad bezpieczeństwa.

1. Jeśli nie masz pewności, z kim rozmawiasz, nie podawaj żadnych informacji na swój temat.
2. Nie zdradzaj innym swoich haseł. Układaj takie, które będą trudne do odgadnięcia (to nie może być Twoja data urodzenia ani imię!). Zamiast liter możesz wykorzystać cyfry, które są do nich podobne (I = 1, O = 0, A = 4 itp.). Hasło powinno zawierać nie mniej niż 8 znaków, w tym cyfry oraz wielkie litery. W różnych serwisach posługuj się różnymi hasłami.
3. Nie pozwalaj na zapamiętywanie przez przeglądarkę haseł do poczty elektronicznej i serwisów, z których korzystasz — w przeciwnym razie każda osoba pracująca na tym komputerze będzie mogła zalogować się na Twoje konto. Po skończonej pracy wyloguj się — inaczej ktoś może się pod Ciebie podszyć.
4. Jeśli korzystasz z serwisów społecznościowych, zadbaj o odpowiednie ustawienia prywatności. Im mniej informacji udostępniasz osobom postronnym, tym lepiej. Zastanów się, czy na

pewno warto z tych serwisów korzystać. Pamiętaj, że zgodnie z regulaminem Facebooka możesz założyć tam konto dopiero po ukończeniu 13. roku życia.

5. Na forach dyskusyjnych czy blogach posługuj się nickiem (pseudonimem), a nie swoim imieniem i nazwiskiem. Unikaj publikowania informacji o sobie w sieci.
6. Nie korzystaj z możliwości automatycznego „oznaczania się” w miejscu pobytu. Geolokalizacja ma swoje zalety (np. można pochwalić się zwiedzaniem ciekawego miasta), ale i wady — jeżeli ktoś planuje złożenie bliskiej osobie niezapowiedzianej wizyty, przez przypadek może zepsuć efekt niespodzianki. Ponadto ujawnianie swojego miejsca pobytu umożliwia śledzenie, a niekiedy może być nawet niebezpieczne.
7. Zwracaj uwagę na komunikaty pojawiające się w trakcie ściągania gier i aplikacji na telefony komórkowe i smartfony. Możesz się z nich dowiedzieć, do jakich Twoich danych żąda dostępu pobierana usługa. Uważaj, na co wyrażasz zgodę.
8. W razie wątpliwości odnośnie do tego, jak w danej sytuacji postąpić, poproś o radę swoich rodziców lub innych dorosłych, którym ufasz.

**GDZIE SZUKAĆ POMOCY GDY SIĘ PADNIE OFIARĄ
CYBERPRZEMOCY**

0 800 100 100 helpline.org.pl

