

Prezentacja dla rodziców i nauczycieli

Dzieci w sieci



CYBERPRZEMOC



DEFINICJE



Cyberprzemoc – agresja elektroniczna przy użyciu narzędzi komunikacji elektronicznej (poczta, portale internetowe, fora, wiadomości SMS i MMS).

Cyberprzemoc prowadzi do naruszenia dóbr osobistych tzn. godności i dobrego imienia. Jej celem jest skrzywdzenie drugiej osoby.

DEFINICJE

Cyberprzemoc jest szczególnie
szkodliwa, ponieważ jest tak
powszechna.
Jest również wyjątkowo trwała.

Jeśli dziecko jest celem
tradycyjnego znęcania się, jego
dom jest często miejscem
schronienia. Ponieważ platformy
cyfrowe są stale dostępne, ofiary
cyberprzemocy nie mają gdzie
znaleźć ulgi.



FORMY CYBERPRZEMOCY

Molestowanie
Ośmieszanie
Szantażowanie
Rozpowszechnianie
kompromitujących materiałów
Wyzywanie
Nękanie
Stalking

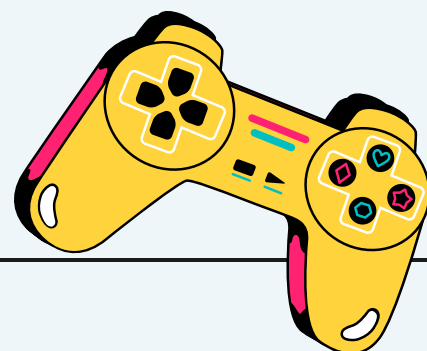


SZKODLIWE TREŚCI



- Grooming (child) działanie podejmowane w celu przyjaźni, nawiązywania więzi, aby zmniejszyć opory i seksualnie wykorzystać.
- Zawierające przemoc, pornografię, wulgaryzmy.
- Propagujące rasizm i ksenofobię.
- Promujące ustrój faszystowski.
- Zachęcające do prostytucji i narkotyków.
- Psychomanipulację (namawiające o przystąpienia do sekty).

AKTY CYBERPRZEMOCY



Akty cyberprzemocy mają najczęściej miejsce w mediach społecznościowych, w komunikatorach lub w grach online.

Do realizacji agresywnych działań sprawcy wykorzystują także pocztę elektroniczną, czaty, strony internetowe, blogi, grupy dyskusyjne.

Nastolatki najczęściej doświadczają agresji w sieci ze względu na :

Poglądy – 14,9%

Wygląd – 13,5%

Upodobania – 11,6%

Narodowość – 8,1%

Ubiór - 8%

Orientacja seksualna – 4,6%



CYBER BEZPIECZEŃSTWO



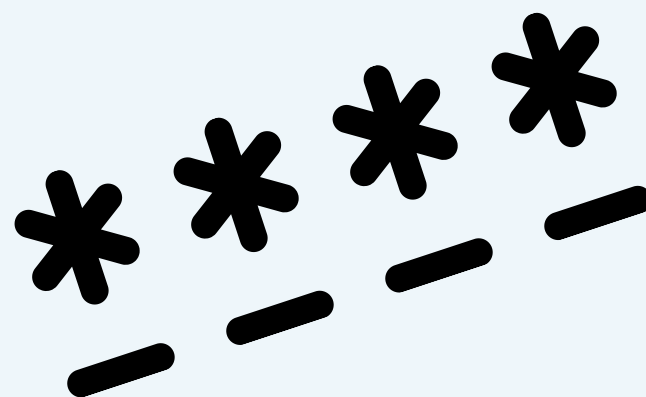
JAK SIĘ CHRONIĆ PRZED CYBERPRZEMOCĄ?

Stosuj mądre hasła:

Mądre hasło jest trudne do odgadnięcia, ale łatwe do zapamiętania, jak np. pierwsze litery ulubionego cytatu, z dodatkowymi symbolami specjalnymi i cyframi.

Stosuj różne hasła dla ważnych miejsc i urządzeń (e-mail, komputer osobisty, telefon, najczęściej używany profil społecznościowy).

Nie zapominaj blokować telefonu, gdy go zostawiasz!



Ustaw prywatność profilu.



Czy wszyscy znajomi powinni widzieć wszystkie Twoje zdjęcia i inne informacje?

W ustawieniach profilu na portalu społecznościowym zablokuj widoczność wszystkiego co publikujesz i innych Twoich danych dla osób spoza listy znajomych. Sprawdź, komu domyślnie pokazujesz publikowane przez siebie treści i zdjęcia. Stwórz grupy wśród znajomych np. bliższa rodzina, przyjaciele – i tylko tym osobom udostępniaj osobiste zdjęcia i swoje opinie.

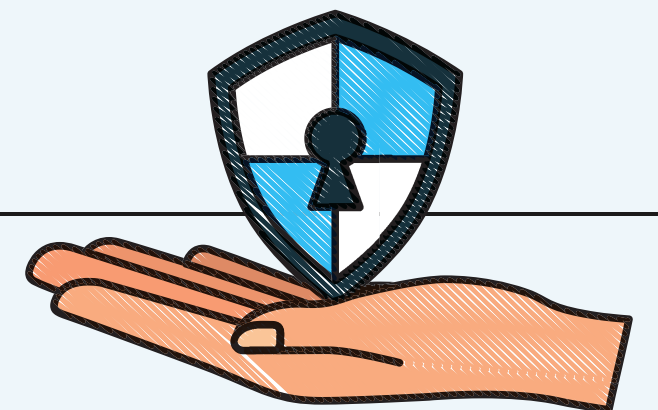
JAK SIĘ CHRONIĆ PRZED CYBERPRZEMOCĄ?

Chroń ważne dane.

Nie umieszczaj swojego adresu e-mail, numeru telefonu, adresu ani żadnych innych Twoich danych osobistych w miejscach, gdzie inni internauci mogliby je zobaczyć. Jeśli chcesz aby inni mogli się z Tobą skontaktować na blogu lub innej stronie www, dodaj specjalny widżet kontaktowy, który w bezpieczny sposób pozwoli wysłać do Ciebie wiadomość. Nie przechowuj wrażliwych danych (skan paszportu itp.) w chmurze, chyba że w archiwum chronionym silnym hasłem!

Pamiętajmy, nie mamy nigdy pewności kto czyta to, co wysyłasz przez internet. Nie wysyłaj zdjęć, filmów ani treści, które mogą skompromitować Ciebie lub inne osoby – dobrą zasadą jest nie wysyłać niczego, co wstydziłibyśmy się pokazać tacie, babci czy nauczycielowi.

Regularnie aktualizuj system, aplikacje oraz odinstalowuj aplikacje i rozszerzenia przeglądarki, z których nie korzystasz.



JAK SIĘ CHRONIĆ PRZED CYBERPRZEMOCĄ?

Nie wierz wszystkiemu!

Uważaj na wiadomości i informacje wyświetlane w internecie, które obiecują szybkie zrealizowanie marzeń. Ich celem jest zachęcenie do kliknięcia, tymczasem konsekwencje mogą być poważne.

Nie klikajmy w linki, o które nie prosiliśmy. Nawet jeśli znajomy podsyła nam linka, lepiej dowiedzieć się co to - przed kliknięciem.

Otwierając strony sprawdzaj, czy ich adres zaczyna się od: HTTPS a zamknięta (zielona) kłódka wyświetla się obok adresu. Jeśli kłódka jest otwarta lub czerwona, nie wprowadzaj żadnych swoich danych (np. adres e-mail!) na takiej stronie!



JAK SIĘ CHRONIĆ PRZED CYBERPRZEMOCĄ?

Wyłącz śledzenie.

Kontroluj, które aplikacje używają GPS w urządzeniu mobilnym. Pamiętaj, że przy robieniu zdjęć Twoja lokalizacja może być dodawana do nich automatycznie. Jeśli niepowołane osoby otrzymają do nich dostęp, zwiększa to ryzyko np. włamania do mieszkania podczas wyjazdu.

Wyłącz personalizowane reklamy w przeglądarkach internetowych, aby nie ułatwiać roboty naciągaczom.

Wyłącz pokazywanie treści wiadomości na zablokowanym ekranie smartfona, aby przypadkowe osoby ich nie podejrzwały.

Ostrożnie korzystaj z publicznych sieci Wi-Fi - nie wysyłaj wrażliwych danych, bez szyfrowanego połączenia (VPN).

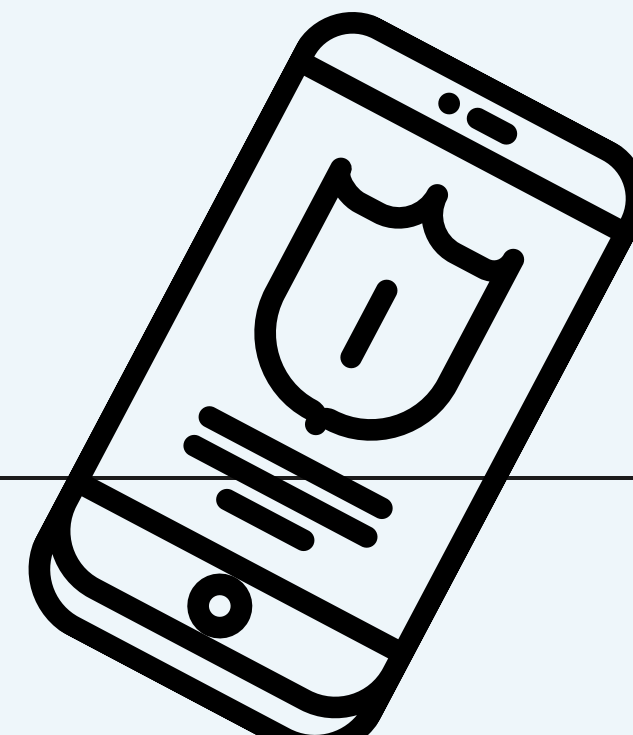


Zadbaj o swój smartfon i inne urządzenia mobilne

Zabezpiecz telefon / laptop / tablet silnym hasłem dostępu, co utrudni korzystanie z niego przez niepowołane osoby i uchroni Cię przed wykradzeniem poufnych danych, jeśli stracisz urządzenie.

Nie zostawiaj telefonu / laptopa w widocznych i łatwo dostępnych miejscach.

Sprawdź, czy masz przy sobie telefon, gdy wychodzisz z autokaru, lotniska, hotelu, kawiarni, itp.

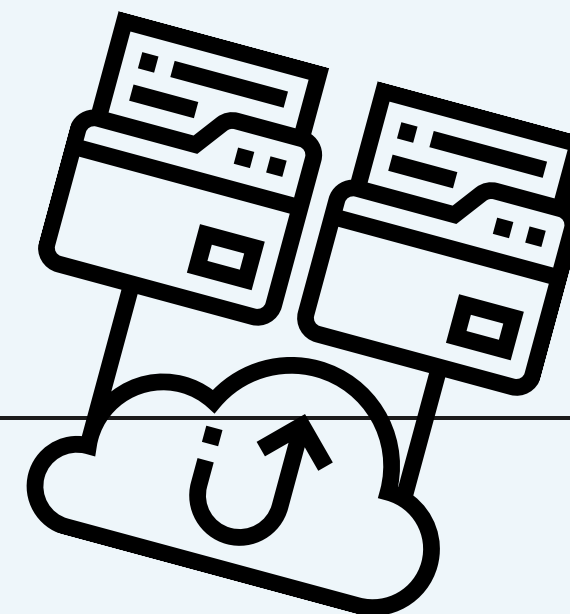


Zadbaj o swój smartfon i inne urządzenia mobilne

Przed wyjazdem zrób kopię zapasową – w razie kradzieży, zagubienia czy zniszczenia urządzenia nie utracisz wszystkich danych.

W przypadku utraty telefonu skontaktuj się ze swoim operatorem sieci komórkowej i zgłoś utratę telefonu, aby zablokować numer*, nie zapomnij o zmianie haseł do wszystkich aplikacji, które miałeś zainstalowane na telefonie.

W przypadku kradzieży urządzenia powiadom policję.



Publikujesz zdjęcia?



Zdjęcie raz wrzucone do sieci zostaje tam na zawsze i może zostać użyte nie tak, jak byś sobie tego życzył.

Zanim wrzucisz do sieci zdjęcie lub film, zastanów się, czy za rok również chciałbyś je zobaczyć?

Szanuj prywatność innych: jeśli chcesz zamieścić zdjęcie, na którym są także inne osoby, zapytaj, czy nie mają nic przeciwko temu.

Zastanów się, czy zdjęcia/filmy, które wydają Ci się zabawne, nie są raniące lub upokarzające dla innych.

Sprawdź, czy to, co publikujesz nie narusza prawa.

Korzystasz z publicznej sieci Wi-Fi?



Zawsze traktuj otwarte sieci publiczne jako nie zaufane - nigdy nie możemy mieć 100% pewności, kto taką sieć udostępnia, ani kto z niej w danej chwili korzysta.

Zdarza się, że przestępcy internetowi podszywają się pod dostawcę, chcąc wyłudzić wrażliwe dane.

Staraj się korzystać tylko z zabezpieczonych hasłem sieci bezprzewodowych.

Korzystasz z publicznej sieci Wi-Fi?



Jeśli korzystasz z niezabezpieczonej sieci:

- nie loguj się do banku,
- nie dokonuj transakcji finansowych,
- nie korzystaj z serwisów, które wymagają podania wrażliwych danych (imienia i nazwiska, numeru telefonu, adresu)

Nigdy nie podawaj:

- haseł,
- PINów,
- kodów do banku,
- bankomatów, itp.

Robisz zakupy online?

Kupowanie w sieci daje wiele możliwości, ale niesie za sobą także zagrożenia.

Zanim coś kupisz zastanów się, czego tak na prawdę potrzebujesz i czy miejsce, w którym robisz zakupy jest godne zaufania.

Przed dokonaniem zakupów sprawdź wiarygodność sprzedającego:

poszukaj informacji o nim, historii wcześniejszych transakcji, sprawdź czy posiada wpis do KRS, certyfikaty zaufania, itp.



Robisz zakupy online?

Twoje podejrzenia powinien wzbudzić brak danych kontaktowych oraz brak w regulaminie informacji na temat procedury reklamacyjnej.

Udostępniaj tylko te dane, które są konieczne do dokonania zakupów.

Używaj zaufanych opcji płatności: zawsze sprawdzaj, czy strona przez którą dokonujesz płatności posiada certyfikat bezpieczeństwa (zielona kłódka).



Robisz zakupy online?

Uważaj na e-maile, w których sprzedający prosi Cię o dodatkowe informacje: najczęściej służą one wyłudzeniu danych.

Jeśli masz wątpliwości, skontaktuj się bezpośrednio ze sklepem.

Zawsze pamiętaj o wylogowaniu się po dokonaniu zakupów - może Cię to uchronić przed hakerskim atakiem.



PAMIĘTAJ!

Nie podawaj w Internecie swojego prawdziwego nazwiska.

Nie wysyłaj zdjęć.

Nie podawaj adresu i nr. telefonu.

Nie wypełniaj formularzy.

Nigdy nie wiesz, kto jest po drugiej stronie.

**CO ZROBIĆ,
GDY
DOŚWIADCZYŁEŚ
CYBERPRZEMOCY?**



JAK ZAREJESTROWAĆ DOWODY PRZEMOCY?



Telefon komórkowy

Nie kasuj wiadomości.

Zapisuj wszystkie wiadomości w pamięci telefonu: zarówno tekstowe i nagrane na pocztę głosową.

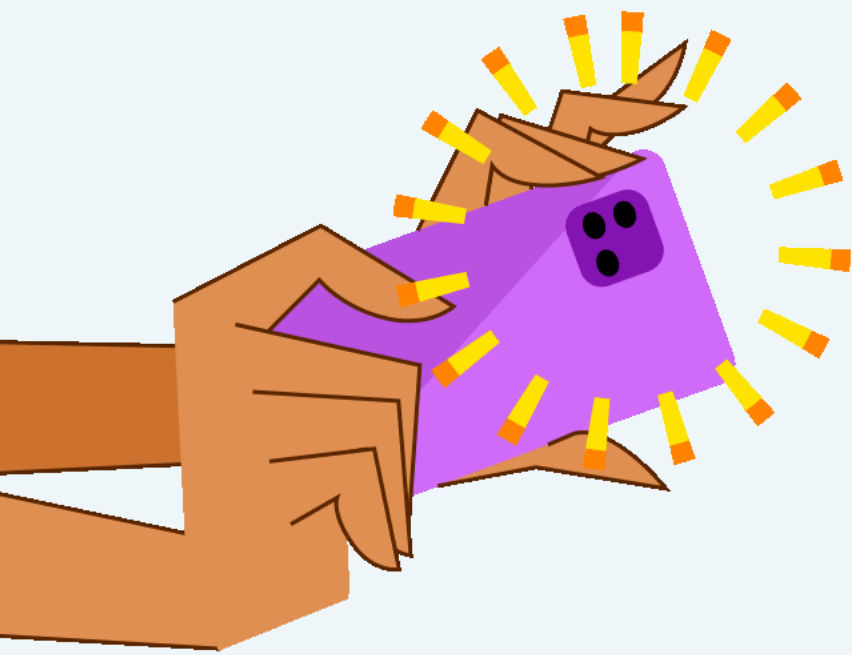
JAK ZAREJESTROWAĆ DOWODY PRZEMOCY?

Niektóre serwisy pozwalają na zapisywanie rozmów.

Możesz również np. skopiować rozmowę, wkleić ją do dowolnego edytora tekstu, zapisać i wydrukować.



JAK ZAREJESTROWAĆ DOWODY PRZEMOCY?



Czat, serwis społecznościowy, strona WWW

Aby zachować kopię materiału, który widzisz na ekranie wykonaj zrzut z ekranu (wciśnij jednocześnie klawisze CTRL + PrtScr), a następnie wykonaj opcję „wklej” w edytorze tekstu.

Niektóre przeglądarki posiadają opcję „Wykonaj zrzut ekranu” pozwalające zapisać kopię strony w postaci obrazu.

Wydrukuj stronę.

Zrób zdjęcie telefonem.

JAK ZAREJESTROWAĆ DOWODY PRZEMOCY?



E - mail

Zapisz wiadomość na dysku swojego komputera tak, aby oprócz tekstu wiadomości widoczne były wszystkie dane (adres nadawcy, data).

Wydrukuj wiadomość lub prześlij ją do osoby, która zajmuje się ustaleniem okoliczności zajścia.

**CO ZROBIĆ,
GDY JESTEŚ
ADRESATEM
CYBERPRZEMOCY?**

Porozmawiaj z bliską osobą - poszukaj wsparcia i pomocy.

Rozmowa z przyjacielem bądź zaufaną osobą dorosłą pomoże Ci zapanować nad emocjami i poczuć się lepiej.

Omówienie problemu z różnych perspektyw może w wielu przypadkach pomóc Ci ochłonąć i na spokojnie zaplanować kolejne działania.



Zabezpiecz dowody przemocy.

Dowodami mogą być:

- e - maile,
- SMSy i MMSy,
- wpisy na stronach internetowych,
- komentarze do wpisów lub do zdjęć w serwisie społecznościowym, na blogach, na forach itd.
- zdjęcia, grafiki,
- treści rozmów prowadzonych przy pomocy komunikatorów lub czatów.



Zanim podejmiesz próby usunięcia obraźliwych wiadomości - pamiętaj, że są ważnym dowodem nękania.

Zabezpiecz dowody w postaci wydruków lub screenshota (zrzut ekranu).



Zgłoś incydent.

Zwróć się o pomoc do rodziców lub innej zaufanej osoby dorosłej (wychowawcy, pedagoga szkolnego, dyrektora). Pomogą Ci rozwiązać problem i udzielą wsparcia.

Skorzystaj z telefonu zaufania 116 111.

Jeśli czujesz się zagrożony powiadom policję.

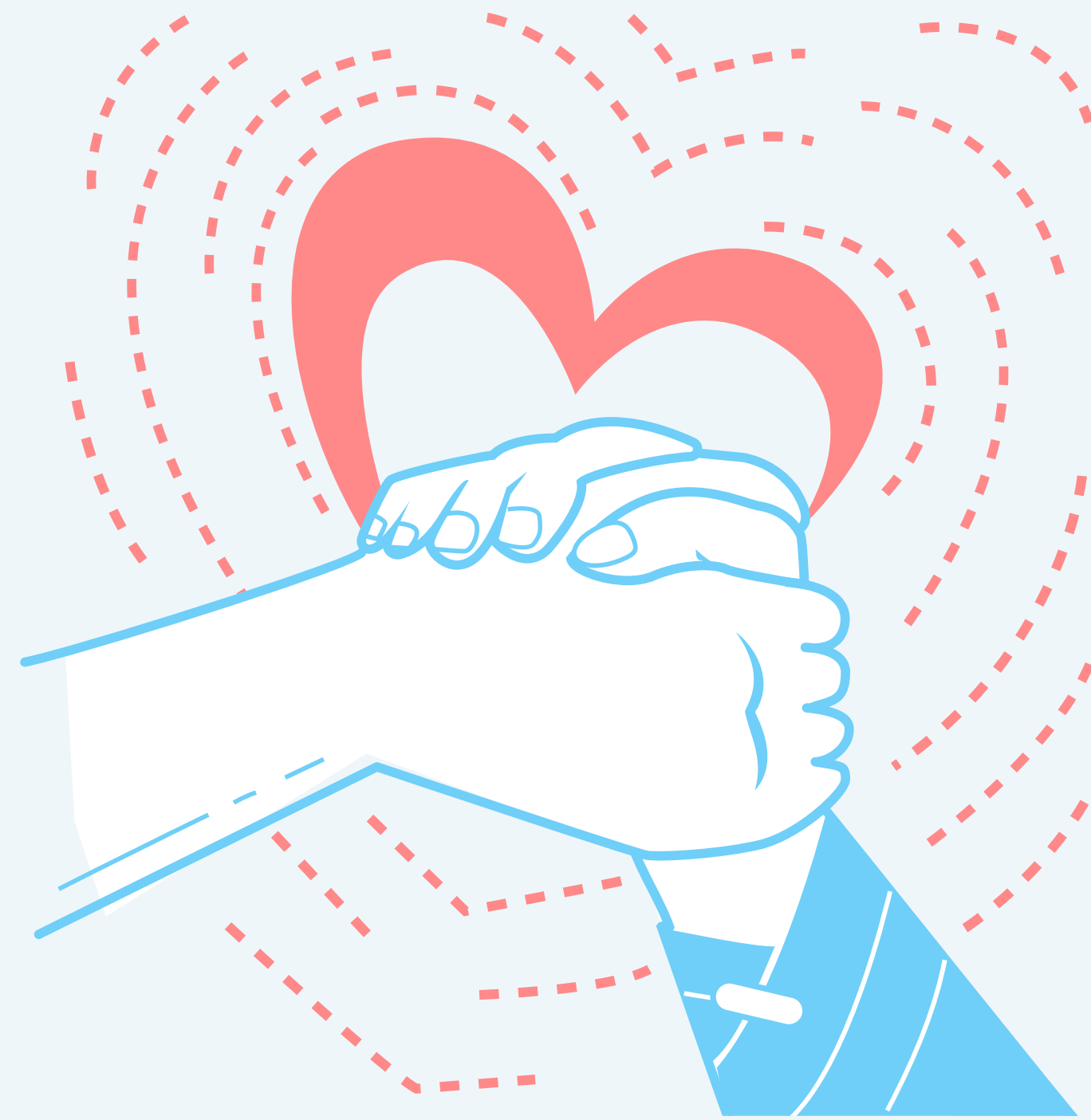


Odetnij się od agresora.

Na wielu portalach społecznościowych możesz zablokować osobę, która Cię prześladowuje. Także telefony posiadają funkcję blokowania innych numerów. Możesz również zgłosić się z prośbą do administratora o usunięcie obraźliwych treści lub fałszywego konta - pamiętając aby najpierw zapisać dowody nękania.



JAK POMÓC OSOBOM, KTÓRE DOŚWIADCZYŁY CYBERPRZEMOCY?



Rozmowa

Wesprzyj osobę, która doświadczyła cyberprzemocy, pokaż jej, że zależy Ci na niej. Słuchaj, nie oceniaj. Dla niej/niego sama świadomość, że jest osoba do której może się zwrócić, jest bardzo znacząca.



Nie działaj pochopnie

Zanim podejmiesz jakiegokolwiek kroki, pamiętaj emocje są złym doradcą. Zareaguj stosownie do sytuacji – czasem wystarczy rozmowa a czasem pilna interwencja.

Poszukaj pomocy u innych

Pamiętaj, jako świadek masz moc, której ofiara cyberprzemocy nie posiada. Dzięki konkretnym działaniom możesz zatrzymać spiralę przemocy. Nie zgadzaj się na wszelkie zachowania o charakterze przemocowym.

Nie bądź obojętny!

Gdy dowiesz się o planach upokorzenia lub skrzywdzenia kogoś – zareaguj, wyraż swój sprzeciw. Czasem zwrócenie uwagi agresorowi i pokazanie, że większość osób nie popiera go może zatrzymać cyberprzemoc.

Im większa grupa osób pokaże swoją niezgodę tym takie działanie będzie skuteczniejsze. Zastanów się również kogo można jeszcze poprosić o pomoc. Powiadom, najlepiej rodziców lub zaufaną osobę dorosłą.



Zachowaj dowody

Pomóż ofierze zachować dowody cyberprzemocy w postaci kopii, screenshota (zrzut ekranu) lub wydruków.



Zgłoś incydent

Pomóż zablokować treści o charakterze cyberprzemocowym lub zgłoś je do administratora. Każde media społecznościowe mają centrum bezpieczeństwa, gdzie możesz zgłaszać takie przypadki.

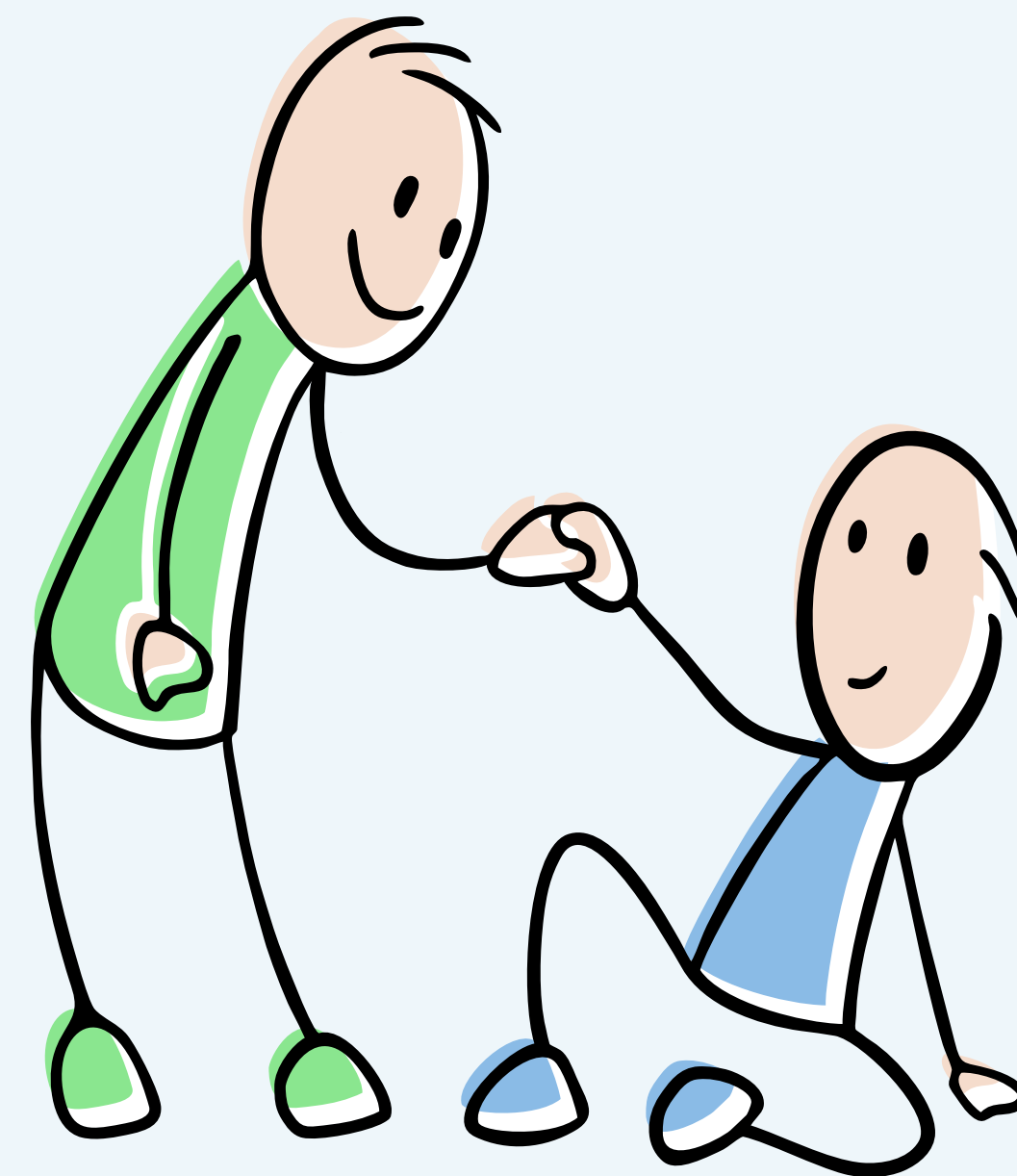
Warto też skorzystać z punktu pomocowego – telefonu zaufania 116 111.

W przypadku natrafienia na nielegalne treści zgłoś sprawę do punktu kontaktowego dyzurnet@dyzurnet.pl



Gdzie szukać pomocy?

- Dziecięcy telefon zaufania Rzecznika Praw Dziecka – 800 12 12 12
- Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży – 116 111
- Telefon dla rodziców i nauczycieli – 800 100 100
- Akademia NASK www.akademia.nask.pl
- Program Safer Internet www.saferinternet.pl
- Strona kampanii „Nie zgub dziecka w sieci”
www.gov.pl/niezgubdzieckawsieci
- Dyżurnet.pl www.dyzurnet.pl
- Cybernauci www.cybernauci.edu.pl
- Cyfrowobezpieczni www.cyfrowobezpieczni.pl
- Fundacji Orange www.fundacja.orange.pl
- Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę www.fdds.pl
- Fundacja dbam o mój zasięg www.dbamomojzasieg.com



**Masz pytania?
napisz:
paniinformatik@gmail.com**

**opracowanie:
Joanna Hamiti**

