

Jak chronić dziecko przed cyberprzemocą?

Poradnik dla rodziców i opiekunów

Współczesny, wszechobecny świat mediów, portali społecznościowych oraz wszelkich nowinek technologicznych opanował bez reszty życie nie tylko osób dorosłych, ale także, albo, może przede wszystkim, dzieci i młodzieży. Wszyscy mamy świadomość, że rozwoju cywilizacji nie jesteśmy w stanie zatrzymać, co więcej, bez wielu nowoczesnych technologii ułatwiających nam codzienne funkcjonowanie nie wyobrażamy już sobie życia. Lubimy je, fascynują nas, używamy ich niemalże automatycznie, śledzimy nowości, którymi nieustająco zalewa nas komercyjny rynek. Trudno zliczyć i wymienić odkrycia naukowe, które poprawiają jakość naszej codzienności, wprowadzają w nią komfort i wygodę, ratują zdrowie i życie. I bardzo dobrze. Musimy jednak pamiętać, że każda rzecz może zostać przez człowieka wykorzystana dla spraw dobrych i szlachetnych, ale użyta w niedobrych zamiarach może stanowić źródło zła i krzywdy drugiej istoty, doprowadzając do nieprzewidzianych reakcji i zdarzeń. Tak też może być z technologią komputerową. I tu dochodzimy do sedna - używania przez dzieci i młodzież programów komputerowych, gier i portali społecznościowych w sposób niekontrolowany, krzywdzący siebie i innych, prowadzący do trudnych konsekwencji, w postaci uzależnień, przemocy, zaburzeń w zachowaniu i funkcjonowaniu.

W ostatnich latach wiele się mówi o niebezpiecznych, szerzących się w środowisku dzieci i młodzieży zjawiskach agresji elektronicznej w postaci przemocy, zastraszania, nękania, wyśmiewania innych przy wykorzystaniu Internetu i narzędzi typu elektronicznego takich jak: SMSy, e-mail, witryny internetowe, fora dyskusyjne w internecie, portale społecznościowe i inne. Zjawiska te zostały nazwane przez specjalistów cyberprzemocą.

Z badań ankietowych Najwyższej Izby Kontroli wynika, że z cyberprzemocą zetknęło się ok. 40 proc. polskich uczniów. Blisko

połowa przyznała, że gdyby była jej ofiarą, nikomu by o swoim problemie nie powiedziała. Według ekspertów z instytutu badawczego NASK, „najpopularniejszymi” formami cyberprzemocy są wyzwiska (32,2 proc.) oraz poniżanie i ośmieszanie (19,4 proc.). Równie częste jest rozpowszechnianie kompromitujących materiałów, straszenie, szantażowanie i próby podszywania się pod inne osoby.

Młodzi ludzie, często, jak obserwujemy w szkole, nie mają świadomości konsekwencji, jakie może zrodzić ich działanie w przestrzeni internetowej, na ogół nie zdają sobie sprawy, że to, co umieszczone w Internecie nie ginie po wykasowaniu, nie mają bezwzględnych i okrutnych intencji wobec innych. Czują się swobodnie w wykorzystywaniu nowoczesnych technologii, używają ich niemalże bez przerwy, bardzo często w sposób bezkrytyczny kopiują zachowania dorosłych, popularnych w Internecie, znanych z niekoniecznie wartościowych w ocenie nauczycieli i rodziców, wyczynów. Często też wyładowują emocje, dają upust frustracji, złości, próbują zyskać popularność i aprobatę ze strony innych.

Dlatego tak ważna jest rozmowa z dziećmi i młodzieżą na temat zagrożeń wynikających z korzystania z Internetu, wprowadzenie działań chroniących młodych ludzi, kształtowanie umiejętności poruszania się w wirtualnym świecie w sposób niezagrażający sobie i innym.

Co mogą zrobić dorośli – rodzice, nauczyciele, opiekunowie?

- Uwrażliwiać młodych ludzi na problem, rozmawiać z dziećmi na temat bezpieczeństwa w Internecie, pokazywać w nim dobre i niezagrażające strony, dawać przykład konstruktywnego wykorzystywania technologii komputerowych
- Nie tracić kontroli nad tym, co dzieje się w wirtualnym świecie, w którym porusza się młody człowiek. Warto ustawić w komputerze program do kontroli rodzicielskiej, ustalić jasne zasady korzystania z internetu

- Być wyrozumiałym. Nie krytykujmy dziecka, gdy zorientujemy się, że to, co robi w sieci jest niewłaściwe. Rozmawiajmy z nim, zapytajmy jakie strony go interesują, poprośmy, by dziecko pokazało nam swój profil na portalach społecznościowych.
- Nie zakładać fałszywego konta i nie podszywać się pod znajomych dziecka.
- Uczulać je też na to, by nie podawało innym internetowych haseł.
- Wytłumaczyć, jak ważne jest, by dziecko wylogowywało się z komputerów, z których korzysta poza domem.
- Nauczyć dziecko weryfikowania danych w internecie. Przypominajmy dzieciom, że nie wszystko, co można znaleźć w sieci, jest prawdą, uczmy krytycznego podejścia do treści, filmów publikowanych w Internecie
- Kształtować u dziecka umiejętność wyrażania uczuć, radzenia sobie w trudnych sytuacjach, pokonywania trudności, akceptowania ograniczeń, skutecznego komunikowania się w środowisku rówieśników tak, aby nie ulegało frustracji, czuło się bezpieczne i akceptowane. Jest wówczas szansa, że nie będzie poszukiwać ulgi, bezpieczeństwa, wyładowania emocji w sposób destrukcyjny i niebezpieczny
- Uczyć umiejętności stawiania granic, obrony siebie przed ewentualną przemocą ze strony innych, szukania pomocy w trudnych sytuacjach

Przydatne materiały, strony internetowe:

Artykuł Pauliny Wójtowicz „ Wirtualne słowa, realny ból” - Neewseek, publikacja z dnia 28.10.2017 roku

Strony internetowe: dzieckowsieci.fdn.pl, helpline.pl, dyzurnet.pl

(zgłaszanie nielegalnych treści online), strona Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę

800 - 100 - 100- telefon zaufania

1. Po pierwsze, bądź wyrozumiały. Nie krytykuj dziecka, gdy zorientujesz się, że to, co robi w sieci jest niewłaściwe. Porozmawiaj z nim, zapytaj jakie strony go interesują, poproś, by dziecko pokazało ci swój profil na portalach społecznościowych.
2. Po drugie, nie zakładaj fałszywego konta i nie podszywaj się pod znajomych twojego dziecka.
3. Uczul je też na to, by nie podawało obcym ani znajomym internetowych haseł.
4. Wytłumacz, jak ważne jest, by dziecko wylogowywało się z komputerów, z których korzysta poza domem.
5. Naucz je weryfikowania danych internecie. Przypominaj, że nie wszystko, co można znaleźć w sieci, jest prawdą.