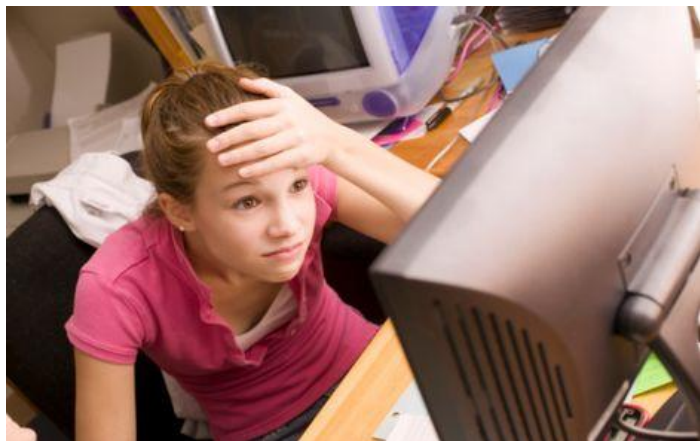


*CYBERPRZEMOCY*

**Cyberprzemoc** to takie zachowanie, które krzywdzi emocjonalnie drugiego człowieka. Osoby, które stosują cyberprzemoc używają do tego celu Internetu albo telefonów komórkowych.

W przeciwieństwie do przemocy fizycznej, cyberprzemoc nie zostawia śladów na ciele i nie widać jej gołym okiem. Osoby, które jej doświadczyły czują się zranione i bardzo przeżywają to, co je spotkało. Pojawiają się u nich nieprzyjemne myśli i uczucia takie jak bezradność, wstyd, upokorzenie, strach a czasem również złość i agresja.



### ***Rodzaje cyberprzemocy:***

#### ***✓ naruszenie wizerunku***

#### **Działania:**

- upublicznianie wizerunku, nazwiska, pseudonimu osoby bez zgody, bez wiedzy lub wbrew woli ich właściciela;

### Formy:

- umieszczenie zdjęcia lub filmu przedstawiającego kogoś na stronie internetowej, na blogu, w serwisie społecznościowym, rozesłanie zdjęcia przedstawiającego kogoś lub filmiku z czyimś udziałem e-mailem, telefonem komórkowym;

✓ **groźby**

### Działania:

- grożenie komuś popełnieniem przestępstwa (np. pozbawieniem życia) przez Internet,  
- kierowanie do dziecka, za pomocą narzędzi dostępnych w Internecie, gróźb w celu zmuszenia go do określonego działania w taki sposób, że groźba ta wzbudza obawę, że zostanie spełniona;



### 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, stosując słowo, pismo, gest lub inne zachowanie oddziałujące na psychikę odbiorcy;



### ✓ **wulgaryzmy**

### Działania:

- używanie w Internecie wulgarnych zwrotów (w miejscach dostępnych powszechnie, czyli niewymagających np. znajomości hasła i logowania się),
- umieszczenie w Internecie nieprzyzwoitego zdjęcia, rysunku, obrazu (w miejscach dostępnych powszechnie);

### Formy:

- nagminne używanie w Internecie, w miejscach komunikacji wielu osób (np. czat, forum) nieprzyzwoitych słów,
- umieszczanie w Internecie, w miejscu powszechnie dostępnym zdjęć i obrazów o treści nieprzyzwoitej czy obscenicznej;



### ✓ **nękanie**

#### Działania:

- złośliwe niepokojenie jakiejś osoby w celu dokuczenia jej poprzez wykorzystanie Internetu,
- wielokrotne powtarzanie jakiegoś działania w Internecie skierowanego na jakąś osobę wbrew jej woli;



Formy:

- wielokrotne wysyłanie komuś w Internecie lub przy użyciu telefonu komórkowego niechcianych lub uprzykrzających informacji, obrazów, linków itp., zwłaszcza gdy dokonuje się tego, korzystając z różnych form internetowej komunikacji naraz,
- bardzo częste wysyłanie komuś e-maili i informacji za pomocą komunikatorów, czatów, pomimo wyraźnego braku zgody odbiorcy,
- wpisywanie bardzo dużej liczby niechcianych komentarzy pod zdjęciami czy wypowiedziami danej osoby w Internecie;



## ✓ włamania

### Działania:

- włamanie do miejsca w Internecie strzeżonego hasłem lub innym zabezpieczeniem;

### Formy:

- włamania na: – konto e-mailowe, – profil w serwisie społecznościowym, – na bloga, – inne miejsce strzeżone hasłem lub innym zabezpieczeniem w celu uzyskania jakichś informacji,
- włamanie oraz wprowadzanie zmian typu: zmiana hasła, dokonanie zmian w treści czy w wyglądzie strony/profilu, dodanie lub usunięcie zdjęć, niszczenie, uszkodzanie

**Jeśli doświadczasz cyberprzemocy:**

- ✓ powiedz o tym zaufanej osobie dorosłej - z jej pomocą będzie Ci łatwiej poradzić sobie z tą sytuacją;
- ✓ postaraj się nie kontaktować ze sprawcą cyberprzemocy i nie odpowiadać na jego zaczepki. Dzięki temu unikniesz prowokowania go do dalszych działań;
- ✓ zachowaj wszystkie dowody cyberprzemocy - nie kasuj smsów, e-maili, rozmów na czatach lub komunikatorach;
- ✓ jeśli ktoś dokucza Ci na jakiejś stronie WWW, zrób jej screen - aby zachować to, co widzisz na ekranie wciśnij klawisz "Print Screen" (Prt Sc), a następnie otwórz program tekstowy (np. Word) lub graficzny (np. Paint) i wklej tam screen naciskając jednocześnie klawisze "Ctrl" i "V". Pamiętaj, aby zapisać plik!
- ✓ zadzwoń pod bezpłatny numer 800 100 100 lub wyślij wiadomość e-mail na adres [helpline@helpline.org.pl](mailto:helpline@helpline.org.pl) lub porozmawiaj na czacie z poziomu tej strony.



**Jeśli jesteś świadkiem cyberprzemocy:**

- ✓ nie przesyłaj dalej ośmieszających wiadomości;
- ✓ pomóż pokrzywdzonej osobie poprzez poinformowanie kogoś dorosłego o jej sytuacji;
- ✓ zaproponuj pokrzywdzonej osobie kontakt z [helpline.org.pl](http://helpline.org.pl)



Opracowanie:  
Koordynator do spraw bezpieczeństwa Agnieszka Oleszek

Źródło:

[http://sieciaki.cba.pl/index.php?option=com\\_content&view=section&id=10&layout=blog&Itemid=63](http://sieciaki.cba.pl/index.php?option=com_content&view=section&id=10&layout=blog&Itemid=63)

<http://poradniksp6.blogspot.com/2014/01/cyberprzemoc.html>

<http://www.megapedia.pl/ofiara-internetu.html>

[http://www.wysokieobcasy.pl/wysokie-obcasy/1,137291,15245977,Nie\\_mow\\_nie\\_przejmuj\\_sie\\_tylko\\_pomoz.html](http://www.wysokieobcasy.pl/wysokie-obcasy/1,137291,15245977,Nie_mow_nie_przejmuj_sie_tylko_pomoz.html)

<http://nastolatek-i-zdrowie.wieszak.polki.pl/emocje/303636,galeria,Jak-rodzi-sie-cyberprzemoc.html>