



# Cyber4Kids

## LECȚIA 6. Cyberbullying

Urmând aceste sfaturi de securitate cibernetică vei deveni un Super Cyber-Erou și vei activa un obiect magic – TALISMANUL PRIETENIEI! Acesta te va proteja în fața celor care nu se poartă frumos cu tine on-line!



1

**CE ÎNSEAMNĂ CYBERBULLYING?** Atunci când cineva se poartă urât cu tine pe Internet, devenind un agresor – o persoană care vrea să te necăjească și să râdă de tine. De exemplu, îți scrie mesaje supărătoare sau te amenință, spune minciuni despre tine ori îți dă porecle răutăcioase, ba chiar îndeamnă alte persoane să se poarte urât cu tine. Sau încearcă să îi păcălească pe alții on-line, pretinzând că ești tu și postând informații, fotografii sau filmulețe jignitoare, fără să știi sau să fii de acord.

2

**CUM TE PROTEJEZI?** Urmează de fiecare dată aceste sfaturi:

- **vorbește cu un prieten dar, mai ales, cu un adult de încredere** - părinții tăi, o rudă, profesorii te pot ajuta;
- **nu răspunde la mesajele, comentariile sau postările agresorilor** - dacă cineva te-a supărat este posibil să spui lucruri pe care le vei regreta mai târziu;
- **blochează și raportează agresorii** - nu îți vor mai putea trimite mesaje sau posta lucruri neplăcute;

- **strânge dovezi** - păstrează, prin salvare sau făcând o captură de ecran, e-mailurile, mesajele, imaginile, filmulețele răutăcioase pe care le primești și arată-le părinților;
- **gândește-te mereu la ceea ce publici on-line** - agresorii pot folosi ce ai postat împotriva ta, să transmită altora sau să râdă de tine. Și nu posta tu nimic care ar putea răni sau jena pe altcineva;
- **nu aprecia și nu transmite mai departe mesajele sau postările** în care cineva râde de o persoană sau spune lucruri urâte despre ea. Dacă faci asta, devii și tu un agresor;
- **nu spune parolele de la conturile tale** - chiar și copiii care par prieteni ar putea să le folosească pentru a-ți accesa conturile, să posteze lucruri neplăcute sau să transmită mesaje răuvoitoare în numele tău.



# PAGINA PĂRINȚILOR



**1. COMUNICAREA ESTE ESENȚIALĂ!** Încurajează-ți constant copilul să discute cu tine despre experiențele on-line și lasă-l să înțeleagă că poate apela la tine pentru orice problemă, de fiecare dată când se întâmplă ceva care îl supără sau îl face să se simtă incomfortabil. Iar pentru “variante de rezervă” (în ciuda deschiderii și eforturilor noastre, celor mici le poate fi mai ușor să vorbească cu altcineva) spune-i că nu este nicio problemă dacă discută cu o persoană în care aveți încredere amândoi (prieten, rudă, profesor) sau chiar sună la Telefonul Copilului 116 111.



**2. “LASĂ CĂ ÎȚI TRECE!” NU ESTE O SOLUȚIE.** Cyberbullying-ul îi poate face pe cei mici să se simtă rușinați și să se retragă în ei, având efecte reale de ordin psihic (supărare, furie), emoțional (apatie, pierderea interesului pentru lucrurile care le plac) și chiar fizic (oboseală, insomnii), care în cazuri extreme pot ajunge până la suicid. Comunicând deschis și acordând atenția necesară cazurilor de hărțuire on-line, îți poți ajuta copilul să își recâștige încrederea și sănătatea.



### **3. RAPORTEAZĂ, BLOCHEAZĂ, DOVEDEȘTE.**

Platformele de socializare (TikTok, Facebook, YouTube, Instagram, WhatsApp) permit blocarea și raportarea userilor și/sau a conținutului și comentariilor postate de aceștia. În situații de hărțuire on-line, fie realizezi împreună cu cel mic aceste procese, fie îl înveți cum să raporteze și blocheze singur agresorii și mesajele lor. De asemenea, colectarea de dovezi (mesaje text și capturi de ecran ale postărilor de pe rețelele de socializare, inclusiv fișiere media), poate fi utilă pe termen lung, pentru a demonstra agresiunile.



**4. MĂSURI DE PREVENȚIE.** Pe cât posibil, monitorizează activitatea pe Internet a copilului, respectiv comentariile primite la ceea ce postează. Pentru protecția lui, în conturile on-line setările de confidențialitate trebuie să fie cele de cont privat, limitând doar la lista de prieteni publicul care poate vedea ceea ce postează și care poate comenta sau transmite mesaje.



**5. FEȚELE CYBERBULLYING-ULUI.** Teama ca cel mic să devină o victimă a cyberbullying-ului este fondată în zilele noastre, însă nu uita că există și rolurile de **agresor** sau **martor**. Copilul trebuie să înțeleagă că hărțuirea on-line nu este distractivă și nu orice acțiune făcută sau orice cuvânt spus pe Internet poate intra la categoria “A fost o glumă!”. Mesajul principal? Să se comporte cu ceilalți la fel cum ar vrea ca alții să se comporte cu el! Iar în cazul în care asistă la un caz de cyberbullying – indiferent dacă victima este o persoană cunoscută sau nu – să nu devină un martor complice încurajând comportamentul agresorului (prin distribuire, apreciere etc.), ci să fie un martor protector (sprijinirea victimei cu mesaje de susținere, reclamarea hărțuirii/agresorului).