PUBLICZNA SZKOŁA PODSTAWOWA W WIERZBICY

Cyberprzemoc – Jak Chronić Nasze Dzieci?

Praktyczny poradnik profilaktyki, reagowania i cyfrowego bezpieczeństwa dla rodziców.

Aneta Poneta
Psycholog Szkolny

DEFINICJA ZJAWISKA

Czym Jest Cyberprzemoc?

Przemoc z użyciem technologii cyfrowych – internetu, mediów społecznościowych, komunikatorów i telefonów.

Brak granic czasowych

Atak trwa 24 godziny na dobę, także w domu.

Ogromny zasięg

Poniżający materiał trafia natychmiast do setek osób.

Złudna anonimowość

Sprawca czuje się bezkarny za ekranem.

STATYSTYKI I RZECZYWISTOŚĆ

Świat Cyfrowy Naszych Dzieci

85%

Codzienny Dostęp

Dzieci i młodzież korzystają z sieci każdego dnia.

1 z 4

Doświadczenie Agresji

Uczniów spotkało wyśmiewanie lub hejt w internecie.

RODZAJE ZAGROŻEŃ – CZĘŚĆ 1

Najczęstsze Formy Agresji w Sieci

Hejt i Wyśmiewanie

Obraźliwe komentarze, przeróbki zdjęć i złośliwe memy.

Wykluczenie z Grupy

Celowe usuwanie z czatów klasowych i grup rówieśniczych.

Podszywanie Się

Kradzież konta i kompromitowanie w imieniu ofiary.

RODZAJE ZAGROŻEŃ – CZĘŚĆ 2

Poważne Naruszenia i Przestępstwa

Cyberstalking

Uporczywe nękanie, groźby i ciągłe śledzenie w sieci.

Seksting i Szantaż

Wymuszanie prywatnych zdjęć i ich upowszechnianie.

Patostreamy

Promowanie wulgaryzmów i niebezpiecznych wyzwań.

OBSERWACJA DZIECKA

Sygnały Ostrzegawcze dla Rodziców

Nagła zmiana zachowania
Rozdrażnienie lub smutek po odłożeniu telefonu.

Ukrywanie ekranu
Gwałtowne zamykanie aplikacji przy wejściu rodzica.

Izolacja społeczna
Unikanie wyjść do szkoły i spotkań z rówieśnikami.

Symptomy somatyczne
Problemy ze snem, spadek apetytu, bóle brzucha.

PROFILAKTYKA DOMOWA

Fundament Ochrony: Relacja i Zaufanie

Rozmowa Bez Oceniania

Słuchaj trudności dziecka z empatią zamiast pochopnej krytyki.

Poznaj Cyfrowy Świat

Interesuj się aplikacjami i grami, z których korzysta dziecko.

Obietnica Wsparcia

Zapewnij, że zgłoszenie problemu nie skończy się odebraniem telefonu.

NARZĘDZIA I TECHNOLOGIA

Jak Mądrze Ograniczyć Dostęp do Internetu?

Aplikacje Kontroli Rodzielskiej

Google Family Link lub Apple Screen Time pozwalają ustawiać limity.

Filtrowanie Niebezpiecznych Treści

Blokada witryn nieodpowiednich dla wieku na poziomie domowego Wi-Fi.

Harmonogram Ekranowy

Automatyczne blokowanie aplikacji na czas nauki i snu.

NAWYKI RODZINNE

Zasady Domowej Higieny Cyfrowej

Strefy Bez Telefonu

Brak ekranów podczas posiłków oraz w sypialni po godzinie 20:00.

Ochrona Prywatności

Ustawianie prywatnych profili i niepodawanie haseł rówieśnikom.

Realni Znajomi

Dodawanie do sieci wyłącznie osób znanych osobiście.

Kultura i Netykieta

Uczenie szacunku i odpowiedzialności za każde napisane słowo.

PROCEDURA INTERWENCJI

Co Zrobić, Gdy Dziecko Jest Ofiarą?

KROK 1

Daj Wsparcie

Zapewnij poczucie bezpieczeństwa. Nie stosuj kary w postaci zabrania telefonu.

KROK 2

Zabezpiecz Dowody

Rób zrzuty ekranu, zapisuj wiadomości, numery i daty zdarzeń.

KROK 3

Zgłoś Naruszenie

Zablokuj sprawcę i zgłoś krzywdzące treści administratorom serwisu.

KROK 4

Poinformuj Szkołę

Skontaktuj się z wychowawcą, pedagogiem lub psychologiem szkolnym.

TRUDNE SYTUACJE

Gdy Dziecko Staje Się Sprawcą Przemocy

Spokój i Stanowczość

Nazwij zachowanie dziecka po imieniu. Wyraź jednoznaczny sprzeciw wobec krzywdzenia innych bez stosowania agresji.

Odpowiedzialność i Naprawa

Dopilnuj usunięcia treści, przeproszenia ofiary oraz wyciągnij spójne i mądre konsekwencje wychowawcze.

GDZIE PO POMOC?

Wsparcie w Szkole i Infolinie

PSP w Wierzbicy

Aneta Poneta – Psycholog Szkolny

Pedagog szkolny, dyrekcja oraz wychowawcy klas są zawsze gotowi do rozmowy i pomocy.

Bezpłatne Infolinie

116 111 – Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

800 100 100 – Telefon dla Rodziców i Nauczycieli

800 12 12 12 – Dziecięcy Telefon Zaufania RPD

„Bezpieczeństwo dzieci w sieci budujemy wspólnie – rozmową, zaufaniem i obecnością.”

Dziękuję za uwagę i zapraszam do otwartego kontaktu oraz konsultacji w szkole.

Aneta Poneta – Psycholog

Image Sources

https://www.icanotes.com/wp-content/uploads/2024/12/effects-of-cyberbullying-on-children-mental-health-featured.jpg

Source: www.icanotes.com

---

https://www.youngminds.org.uk/media/ppgfmdit/young-person-talking-to-trusted-adult.png?width=1920&height=1080&v=1dcd6a895d11670

Source: www.youngminds.org.uk

---

https://i.ytimg.com/vi/AQRDLBrWr0E/maxresdefault.jpg

Source: www.youtube.com