

STOP KYBER ŠIKANE

Mysli predtým než niečo
napíšeš!



KYBER ŠIKANA



**ZASTAVME KYBERŠIKANU!
POSTAVME SA! PREHOVORME!**

ČO JE KYBERŠIKANA?

Kyberšikana je úmyselné, opakované ubližovanie niekomu, kto používa elektronické zariadenie (ako internet alebo mobilný telefón).

EXISTUJE MNOHO DRUHOV KYBERŠIKANY. NIEKTORÉ Z NICH SÚ UVEDENÉ NIŽŠIE:

- Sociálne siete.
- Posielanie textových správ alebo zverejňovanie klebiet.
- Posielanie výhražných e-mailov.
- Uverejňovanie fotografií inej osoby bez jej súhlasu.



VÝSTRAŽNÉ SIGNÁLY, ŽE VAŠE DIEŤA MÔŽE BYŤ KYBERŠIKANOVANÉ:

- dieťa prestane používať počítač alebo mobilný telefón
- zdá sa viac depresívne, smutné či frustrované
- má pochmúrne či samovražedné myšlienky
- je znepokojený, keď mu príde SMS, alebo správa na sociálne siete
- drží si odstup od doterajších priateľov

AKO SA VYHNÚŤ KYBERŠIKANE?

- Učme deti o online bezpečnosti a online nastavení súkromia.
- Poriadne si premyslite, predtým než niečo zdieľate čokoľvek online.
- Odstráňte podozrivý e-mail.
- Využite technológiu na blokovanie komunikácie s agresorom.
- Povedzte rodičom alebo dospelému o akomkoľvek kyberšikane, ku ktorému dochádza.
- Doma dohliadajte na čas, ktoré dieťa trávi online
- Buďte chytrý a dôvtipný. Nikdy neprezrádzajte heslá ani skutočné priezviská.



KONKRÉTNE AKTIVITY PREVENČIE PRE ŠKOLY:

Aktivity zamerané na spoluprácu:

„Postavme spolu komín“

Žiaci ťahajú lankom, úlohou žiakov je, že musia spolupracovať v skupine, cieľom aktivity je chytiť kváder a postaviť ho na seba až kým žiaci spoločným úsilím nepostavia vežu.

Aktivity na utuženie skupiny:

„Guľovačka“

Žiaci o sebe na čistý papier napíšu 4 rôzne veci, 3 pravdivé a jednu nepravdivú, potom hádajú, ktoré tvrdenia boli pravdivé a ktoré nepravdivé. Následne účastníci roztrhajú ten papier na štyri časti, pokrčia ho a hrajú s ním hru: „guľovačka - (snow balls)“. Žiaci sa snažia trafiť, čo najviac „snehový gúl“ z papiera do seba. Po skončení „guľovačky“ každý žiak zdvihne jednu papierovú guľu a povie komu útržok papiera podľa informácie v ňom napísanej patrí.



Aktivity na upevnenie dôvery:

„Padaj - (Fall down)“

Žiaci majú určené čísla, pričom koordinátor hovorí čísla, ktoré padajú a ostatní žiaci sa ich snažia chytiť. Cieľom aktivity je podpora dôvery v skupine.

„Autá“

Jeden účastník „šoféruje“ so zatvorenými očami a druhý za ním ho vedie cez znaky na chrbte. Príklad: dotyk v strede chrbtice - ideš rovno, keď chytiš pravé rameno - ideš doprava, keď ťa chytiť za bok znamená to - stop atď. Žiaci si môžu vymyslieť vlastné pravidlá. Aktivita je taktiež zameraná na budovanie dôvery v triede/skupine.

Aktivity zamerané na leadership (Leadership)



Učiteľ vyberie jedného žiaka zo skupiny 5 žiakov. Úlohou ostatných žiakov zo skupiny je vybraného lídra kopírovať. Žiaci napodobňujú, čo najpresnejšie všetky jeho pohyby a následne zvyšok triedy háda kto hlavný je líder.

Aktivity zamerané na hranie rolí (Role plays)

Koordinátor aktivity vyberie tému problému/drámy napríklad príbeh zameraný na kyberšikanu. Trieda sa vysmieva zo zlých známkov jedného žiaka z triedy. Po tomto vysmievaní sa žiak začne poctivo učiť aby si zlepšil známky, pričom je pravda, že pred tým mával často zlé známky. Zvyšok triedy ho začal obviňovať, že na písomkách podvádzal. Pravdou je že žiak sa však začal učiť aby si zlepšil koncoročnú známku, a mal čo najlepší prospech. Žiaci zahrajú dve situácie jednu zlú a druhú dobrú. Na týchto rozdielnych situáciách sami vidia dopady a dôsledky daného problému.

Aktivita ochráni svoje tajomstvá - na balóny žiaci napíšu jedno svoje tajomstvo, následne sa vyčlení priestor, kde sa žiaci môžu pohybovať. Úlohou žiakov je snažiť sa chrániť svoje balóny pred ostatnými, ktorí im ich chcú prasknúť a zároveň sa aj oni snažia puknúť balóny, ktoré držia ostatní žiaci pod pazuchami. Ten žiak, ktorému ako poslednému balón ostane ten „vyhráva“ hru.



Aktivity na zlepšenie porozumenia:

Žiaci sú v skupinách po dvoch, jeden žiak kreslí na chrbát druhému a ten žiak kreslí, to čo cíti na chrbte na papier. Následne si pozície vymenia. Pri tejto aktivite záleží na porozumení medzi žiakmi. Komunikácia medzi nimi je síce nepriama no aj napriek tomu si rozumejú.



ČO MÔŽU ROBIŤ PEDAGÓGOVIA?

- Urobte si plán na implementáciu vyhodnotenia hrozby pre každú správu o kyberšikanu, ktorá vyvoláva obavy z možnosti násilia alebo sebaopoškodzovania.
- Vložte kyberagresiu do komplexného školského programu boja proti tomuto rizikovému správaniu s cieľom vzdelávať študentov a zabezpečiť, aby všetci zamestnanci primerane reagovali, keď je kyberšikanovanie oznámené.
- Poskytnite kolegom, rodičom, študentom a členom komunity informácie o predchádzaní kyberšikanu a reakcii na ňu.

KDE MÔŽEM NÁJSŤ POMOC:

POMOC.SK

Nonstop bezplatnú infolinku môžete kedykoľvek kontaktovať na telefónnom čísle: 16 111

Online čer zabezpečuje Linka detskej dôvery od 18:00 - 22:00 a nájdete na ich stránke.

Pre bezplatné konzultácie cez email kontaktujte: potrebujem@pomoc.sk

STOPLINE.SK

Funguje ako národné centrum pre nahlasovanie nezákonného obsahu alebo činnosti na internete.



ZODPOVEDNE.SK

Projekt vznikol v roku 2007 a je zameraný na bezpečné a zodpovedné používanie internetu, mobilných telefónov a nových technológií. V tejto oblasti sa zameriava na zvyšovanie povedomia, šírenie osvetu a prevenciu pred trestnými činmi vo svete detí a mládeže. Ako jediný projekt na Slovensku je podporovaný Európskou úniou v rámci komunitárneho programu Bezpečný internet.

ESLOVENSKO.SK

eSlovensko, o.z. zameriavajú sa hlavne na informácie, výskum, komixy, prevenciu a školenia kyberšikany a extrémizmu.

OVCE

Je veľmi úspešný projekt preložený vo viac ako 30 jazykoch, zameriava sa na vzdelávanie detí a dospelých ako zodpovedne a bezpečne využívať sociálne siete a internet.



Spolufinancovaný
Európskou úniou

Podpora Európskej komisie na výrobu tejto publikácie nepredstavuje súhlas s obsahom, ktorý odráža len názory autorov, a Komisia nemôže byť zodpovedná za prípadné použitie informácií, ktoré sú v nej obsiahnuté.