

Drodzy Rodzice/Opiekunowie mając na uwadze dobro i bezpieczeństwo dzieci oraz młodzieży warto być czujnym i mieć świadomość, jak rozpoznawać sygnały mogące świadczyć o tym, że dziecko może być ofiarą cyberprzemocy.

Sygnały, jakie powinny Państwa zaniepokoić!:

- pojawia się duża huśtawka nastrojów – od przygnębienia, zrezygnowania, złości bez wyraźnej przyczyny, dziecko wydaje się być przy tym czymś zasmucone;
- wycofuje się z kontaktów, staje się wybuchowe, agresywne, ma problemy ze snem, zaczyna mieć koszmary;
- narzeka na różne dolegliwości – ból brzucha, głowy;
- wchodzi w konflikty z rówieśnikami;
- zmienia krąg znajomych, zrywa kontakty z najlepszym kolegą/koleżanką;
- korzystając ze smartfona, tabletu czy komputera, reaguje nerwowo na sygnał przychodzącego powiadomienia;
- bardzo dużo czasu spędza online, obsesyjnie sprawdza wiadomości i/lub swoje konto/swoją profil w mediach społecznościowych;
- unika konkretnych stron, profili, aplikacji, nawet jeśli wcześniej chętnie z nich korzystało;
- nagle usuwa całą zawartość swojego profilu lub bloga i całkowicie rezygnuje z jakiegokolwiek aktywności w sieci.

Warto nauczyć się być krok przed dzieckiem, lub co najmniej dotrzymać mu kroku w przebywaniu w Internecie. Musicie być Państwo świadomi, co dziecko robi w sieci.

Bardzo ważne jest, by dzieci miały poczucie, że są wartościowe dla rodziców i nie musiały szukać pocieszenia oraz potwierdzenia swojej wartości przebywając wśród obcych w Internecie, którzy mogą wpłynąć na zagrożenie zdrowia i życia dziecka.

Niestety negatywne konsekwencje doświadczania różnych form cyberprzemocy ujawniają się w wielu obszarach funkcjonowania dziecka, a skutki doświadczania cyberprzemocy zostają z dziećmi na bardzo długo. Badania pokazują, że ofiary przemocy zmagają się przez lata z depresją, lękiem, obniżonym poczuciem wartości.

W skrajnych przypadkach u prześladowanych dzieci mogą pojawić się myśli oraz próby samobójcze.

Dlatego tak ważne, aby dziecko nie zostało z tym samo!

Trzeba reagować!

Działania, jakie należy podjąć, gdy dziecko doświadcza cyberprzemocy:

- przede wszystkim udzielić dziecku wsparcia, porozmawiać
- zabezpieczyć dowody
- zwrócić się do administratora strony/serwisu z prośbą o usunięcie obraźliwych komentarzy oraz usunięcie osoby atakującej z konta dziecka
- jeśli popełniono przestępstwo poinformować Policję
- w przypadku pytań w sprawie bezpieczeństwa w sieci zadzwonić pod numer przeznaczony dla rodziców 800 100 100
- poinformować o sytuacji szkołę, współpracować z pedagogiem oraz psychologiem
- powiedzieć dziecku, że zawsze może skorzystać z Telefonu Zaufania Dla Dzieci i Młodzieży 116 111, gdzie dyżurują specjaliści niosący pomoc w różnych trudnych sytuacjach.

Opracowanie: Katarzyna Matuszewska