

ANNA BORKOWSKA



CYBERPRZEMOC W SZKOLE

PORADNIK DLA NAUCZYCIELI

BEZPIECZNI W SIECI Z OSE

NASK



OGÓLNOPOLSKA
SIEĆ EDUKACYJNA

Autor

Anna Borkowska

Redakcja językowa i korekta

Katarzyna Gańko, Diana Kania

Opracowanie graficzne i skład

Aneta Witecka

© NASK Państwowy Instytut Badawczy

Warszawa 2021

ISBN: 978-83-65448-36-1

Zdjęcie na okładce: AdobeStock, © Syda Productions

Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach licencji Creative Commons
Uznanie autorstwa – [Użycie niekomercyjne \(CC BY-NC\) 4.0 Międzynarodowe](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

NASK Państwowy Instytut Badawczy

ul. Kolska 12

01-045 Warszawa

ANNA BORKOWSKA

CYBERPRZEMOC W SZKOLE

PORADNIK DLA NAUCZYCIELI

BEZPIECZNI W SIECI Z OSE ● ● ●

NASK

ose OGÓLNOPOLSKA
SIEĆ EDUKACYJNA



SPIS TREŚCI

Wstęp.....	6
Czym jest cyberprzemoc?	8
Cyberprzemoc w liczbach	11
Cyberprzemoc a „tradycyjna” przemoc rówieśnicza.....	13
Konsekwencje cyberprzemocy.....	16
Jak zapobiegać przemocy online?.....	18
Szkolna procedura reagowania	24
Mój uczeń jest nękanym w sieci	35
Mój uczeń jest sprawcą cyberprzemocy.....	37
Mój uczeń jest świadkiem cyberprzemocy.....	41
Cyberprzemoc a prawo	43
Gdzie szukać pomocy?	47
Przydatne strony	49
Bibliografia.....	50

WSTĘP

Ogólnopolska Sieć Edukacyjna to realizowany przez NASK program podłączenia szybkiego, bezpłatnego i bezpiecznego internetu w polskich szkołach. Dodatkowo prowadzone są działania edukacyjne dla nauczycieli oraz uczniów i rodziców. Cykl „Bezpieczni w sieci z OSE” porusza temat powszechnych wśród młodych cyberzagrożeń. Jednym z nich jest cyberprzemoc.

Na naszych oczach rzeczywistość, w której żyjemy, staje się hybrydowa. Realne miesza się często z wirtualnym, a to, co do tej pory odbywało się tradycyjnie – przeniosło się do internetu. I choć zmianę tę odczuwamy wszyscy, szczególnie uważnie musimy obserwować reakcje dzieci i młodzieży. To właśnie im powinniśmy (my nauczyciele, wychowawcy, rodzice) z uwagą tłumaczyć otaczający świat i wskazywać zarówno szanse, jak i zagrożenia, z jakimi wiąże się funkcjonowanie w wirtualnej rzeczywistości.

Internet i sieć komórkowa stały się jednym z najpopularniejszych wśród młodzieży mediów. Są przez nich postrzegane jako ulubiona – a w ostatnim czasie podstawowa – forma spędzania wolnego czasu, nauki, komunikowania się oraz poszukiwania informacji. Coraz częściej internet staje się istotnym środowiskiem, w którym młodzi ludzie mogą zaspokajać swoje potrzeby społeczne związane z przynależnością do grupy rówieśniczej.

Niestety technologie informacyjne i komunikacyjne wykorzystywane są również w celach opresyjnych: jako narzędzia agresji i przemocy. Powszechny dostęp do internetu i urządzeń mobilnych sprawił, że do tradycyjnych form prześladowania dołączyła nowa: cyberbullying. Zachowania przemocowe znane ze szkolnych korytarzy mają obecnie swoje skuteczne odpowiedniki w sieci – rozpowszechnianie plotek i oszczerstw na portalach społecznościowych, zamieszczanie kompromitujących filmów w sieci, nękanie SMS-ami czy kradzież tożsamości to niejedyne przypadki internetowego dręczenia, którego ofiarami padają młodzi ludzie.

Badania wskazują, że cyberprzemoc jest szeroko rozpowszechniona w szkołach, a odsetek dzieci i młodzieży stykających się z takimi atakami może sięgać nawet połowy ogółu uczniów. Jednocześnie wielu nauczycieli i rodziców nie jest świadomych skali problemu, ponieważ incydenty te nie są im zazwyczaj zgłaszane.

Tymczasem **każde zachowanie o charakterze cyberprzemocy wymaga reakcji dorosłych**. Pozbawione wsparcia ofiary prześladowania bardzo często nie potrafią radzić sobie w tej sytuacji. Długotrwałe narażenie na przemoc online wiąże się z przeżywaniem silnych, trudnych emocji, wpływa na sposób myślenia o sobie i innych, na relacje z otoczeniem. Skutki cyberbullyingu można wymieniać długo – należą do nich: poniżenie i upokorzenie, lęk, rozpacz, smutek, poczucie osamotnienia, bezradność, a wreszcie nawet zaburzenia depresyjne czy zachowania suicydalne. Konsekwencje ponoszą także sprawcy. Brak reakcji ze strony dorosłych powoduje utrwalanie się u nich agresywnych zachowań, obniżanie się poczucia odpowiedzialności za własne działania oraz kształtowanie aspołecznej postawy.

Efektywne zapobieganie cyberprzemocy powinno skupiać się zatem zarówno na zwiększaniu świadomości problemu w szkole, jak i na pracy z prześladowcami i ich ofiarami, a także na tworzeniu środowiska szkolnego sprzyjającego ograniczeniu destrukcyjnych zachowań. Nauczyciele i rodzice muszą zdawać sobie sprawę z rzeczywistej skali problemu. Zaangażowanie dorosłych jest bowiem podstawowym warunkiem wdrożenia skutecznego systemu zapobiegania przemocy w szkole.

W naszym poradniku znajdziecie przydatne porady i wskazówki, jak radzić sobie z cyberprzemocą. Odpowiemy na pytanie, w jaki sposób chronić dzieci i młodzież przed agresją w sieci i jak pomóc, gdy jej doświadczą. Wyjaśnimy też krok po kroku, co zrobić, gdy to nasz uczeń okaże się internetowym prześladowcą.

CZYM JEST CYBERPRZEMOC?

Elektroniczna agresja może przybierać wiele form, których ciężar gatunkowy i szkodliwość dla ofiar są różne: od pojedynczych aktów, np. jednorazowego opublikowania obraźliwego komentarza na czacie, aż po poważniejsze w skutkach działania, np. założenie komuś fałszywego konta na portalu społecznościowym i wysyłanie w jego imieniu krzywdzących materiałów do innych osób. Najpoważniejsze przypadki agresji online, posiadające cechy podobne do tradycyjnej przemocy, tj. intencjonalność, regularność (powtarzalność) oraz nierównowagę sił, wywołują najbardziej szkodliwe skutki po stronie ofiar. W polskiej literaturze określane są zazwyczaj terminem cyberprzemocy lub cyberbullyingu.

Cyberprzemoc to przemoc z użyciem urządzeń elektronicznych, najczęściej telefonu bądź komputera. Bywa określana także jako cyberbullying: nękanie, dręczenie, prześladowanie w internecie. Niezależnie od określenia jej celem zawsze jest wyrządzenie krzywdy drugiej osobie. Cyberprzemoc to – podobnie jak przemoc tradycyjna – regularne, podejmowane z premedytacją działanie wobec słabszego, który nie może się bronić.

Akty cyberprzemocy mają najczęściej miejsce w różnych portalach społecznościowych, w komunikatorach lub grach online, czyli tam, gdzie dzieci spędzają najwięcej czasu. Do realizacji agresywnych działań sprawcy wykorzystują także pocztę elektroniczną, czaty, strony internetowe, blogi, grupy dyskusyjne, serwisy SMS i MMS.

NAJCZĘSTSZE FORMY CYBERPRZEMOCY:

- ! agresja słowna, np. wyzywanie na czatach internetowych, zamieszczanie komentarzy na forach online w celu ośmieszenia, wystraszenia innej osoby lub sprawienia jej przykrości;
- ! upublicznianie upokarzających, przerobionych zdjęć i filmów;

- ❗ wykluczanie z grona „znajomych” w internecie;
- ❗ zamieszczanie przykrych komentarzy na profilach innych osób w portalach typu Facebook czy Instagram;
- ❗ włamanie na konto i podszywanie się pod kogoś w celu zamieszczania w jego imieniu obraźliwych postów i zdjęć na profilach innych użytkowników;
- ❗ szantażowanie;
- ❗ ujawnianie sekretów;
- ❗ celowe ignorowanie czyjejs działalności w sieci.

Internetowa przemoc najczęściej dotyczy rówieśników. Zwykle sprawcami są znajomi z klasy lub szkoły, choć zdarza się, że agresorem może być także osoba zupełnie nieznaną, spotkana np. na forum internetowym lub w grze online.

NASTOLATKI NAJCZĘŚCIEJ DOŚWIADCZAJĄ AGRESJI W SIECI ZE WZGLĘDU NA:

- ☞ wygląd fizyczny (13,7%)
- ☞ upodobania, zainteresowania (9,7%)
- ☞ ubiór (8,5%)
- ☞ poglądy polityczne (7,1%)

INNE PRZYCZYNY:

- ☞ orientacja seksualna (4,9%)
- ☞ płeć (4,5%)
- ☞ religia (4,3%)
- ☞ sytuacja materialna (3,3%)
- ☞ narodowość (2,8%)
- ☞ kolor skóry (2,3%)

Źródło: Lange, 2021



Jak to się zaczęło?

Star Wars Kid

W 2002 r. świat obiegła historia kanadyjskiego nastolatka szykanowanego przez rówieśników po opublikowaniu w sieci amatorskiego filmu z jego udziałem. Piętnastolatek nagrał w szkolnym studiu, jak naśladuje jednego z bohaterów „Gwiezdných wojen”, wymachując przyrządem do zbierania piłek do golfa imitującym miecz świetlny. Kasetą z nagraniem trafiła w ręce kolegów nastolatka, którzy opublikowali je w internecie. Film rozprzestrzenił się jak wirus – w krótkim czasie trafił do kilku milionów odbiorców. Powstało wiele przeróbek i modyfikacji nagrania, a jego bohater stał się przedmiotem niewybrednych żartów i okrutnych komentarzy. Część internautów publikowała posty zachęcające chłopaka do popełnienia samobójstwa. Z powodu prześladowania nastolatek zachorował na depresję, musiał opuścić szkołę i przez długi czas pozostawał pod opieką psychiatryczną. Sprawa trafiła do sądu.

Historia Ani z Gdańska

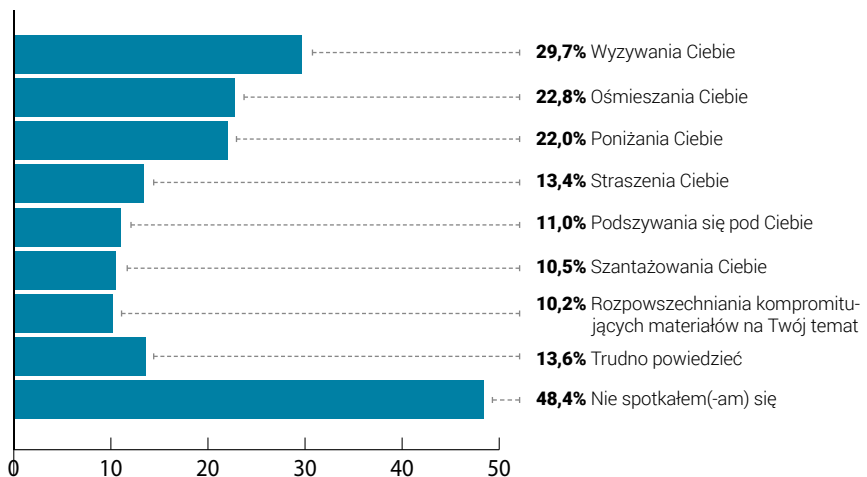
W 2006 r. polską opinię publiczną poruszyła głośna sprawa uczennicy gdańskiego gimnazjum. W czasie lekcji, pod nieobecność nauczyciela, koledzy rozebrali swoją koleżankę i na oczach klasy molestowali ją seksualnie. Całe zdarzenia sfilmowali telefonem komórkowym, potem straszili, że nagranie zostanie umieszczone w internecie. Upokorzona przez dręczycieli 14-latką popełniła samobójstwo. Późniejsze dochodzenie ujawniło, że dziewczynka była także systematycznie szykanowana i obrażana przez kolegów na terenie szkoły. Dramatyczna historia Ani przyczyniła się do tego, że Ministerstwo Edukacji Narodowej w 2006 r. wprowadziło w szkołach program „Zero tolerancji dla przemocy w szkole”, a następnie kolejne programy: „Bezpieczna i Przyjazna Szkoła” oraz „Bezpieczna+”, których celem była poprawa bezpieczeństwa uczniów.

CYBERPRZEMOC W LICZBACH

Agresja w internecie jest już niemal zjawiskiem powszechnym. Prawie 80% polskich uczniów przyznaje, że spotkało się z różnymi jej formami wobec swoich znajomych.

Dzieci są jednak nie tylko świadkami agresji elektronicznej. Jedynie **połowa nastolatków nie doświadczyła osobiście przemocy w internecie - wyzywania, poniżania, ośmieszania lub zastraszania** (Lange, 2021).

Czy spotkałeś(-aś) się z sytuacją, gdy ktoś użył internetu do:



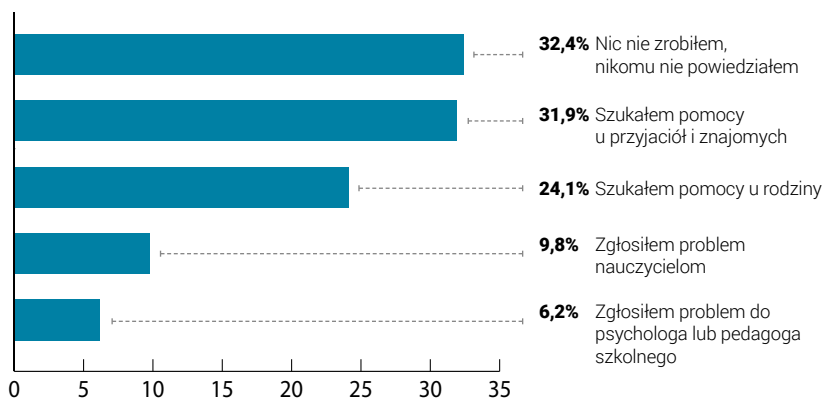
Wykres 1. Doświadczenie różnych form przemocy przez nastolatki

Źródło: Lange, 2021

Od 7% do 11% dzieci doświadcza najpoważniejszych aktów internetowej przemocy – cyberbullyingu, czyli regularnego, długotrwałego dręczenia w sieci przez rówieśników.

Mimo częstych doświadczeń z agresją w internecie młodzi ludzie bardzo rzadko proszą dorosłych, rodziców i nauczycieli o pomoc, gdy padną ofiarą cyberprzemocy. Wyniki badań polskich nastolatków wskazują, że jedynie co czwarty doświadczający wyzywania, poniżania czy ośmieszania online informuje o tym swoich rodziców, a bardzo nieliczni – nauczycieli.

Jeśli doświadczyłeś(-aś) przemocy internetowej, to jak zareagowałeś(-aś)?



Wykres 2. Sposoby reagowania na cyberprzemoc przez nastolatki

Źródło: Lange, 2021

CYBERPRZEMOC A „TRADYCYJNA” PRZEMOC RÓWIEŚNICZA

Agresja w internecie przypomina przemoc znaną ze szkolnego korytarza. Często zresztą jest po prostu przedłużeniem konfliktów przeniesionych do sieci ze środowiska rówieśniczego, mających miejsce w szkole lub klasie.

Badania pokazują, że w cyberprzemoc angażują się zwykle te same dzieci, które są też sprawcami tradycyjnej przemocy, a większość ofiar cyberbullyingu doświadcza także tradycyjnej agresji rówieśniczej.

Podobnie jak przemoc w świecie fizycznym, nękanie w sieci obejmuje powtarzające się akty agresji, które trwają długo, nasilają się z czasem i realizowane są z intencją wyrządzenia krzywdy drugiej osobie. Jednak w przeciwieństwie do tradycyjnej, **internetowa przemoc charakteryzuje się dodatkowymi cechami, które sprawiają, że zapobieganie jej jest o wiele trudniejsze niż w przypadku agresji spotykanej w klasie lub szkole.**

▲ DUŻY ZASIĘG

O ile „tradycyjna” przemoc odbywała się w stosunkowo niedużej grupie, np. w klasie, szkole lub na podwórku, przez co informacje (plotki, obmowa, pomówienia itp.) trafiały najwyżej do kilku osób i żyły stosunkowo krótko, to cyberprzemoc ma szansę dotrzeć do ogromnej publiczności. Żywoć plotki rozpowszechnianej za pośrednictwem internetu może być bardzo długi.

▲ SZYBKIE ROZPOWSZECHNIANIE MATERIAŁÓW

Akty cyberprzemocy mogą być rejestrowane, utrwalane oraz w łatwy i szybki sposób udostępniane szerokiemu gronu odbiorców, co sprawia, że dużo trudniej jest powstrzymać rozprzestrzenianie się krzywdzących materiałów.

▲ ANONIMOWOŚĆ SPRAWCY

Internet zapewnia wysoką anonimowość sprawcom przemocy. Ofiary mogą więc nawet nie wiedzieć, kto wyrządza im krzywdę, a tym samym mają mniejszą możliwość obrony. Poczucie anonimowości

znacznie ośmiela sprawców, którzy spodziewając się, że nie poniosą odpowiedzialności za swoje czyny, podejmują działania, na jakie być może nie odważyliby się w sytuacji „twarzą w twarz”.

▲ NIEOGRANICZONA MOŻLIWOŚĆ NĘKANIA

Większość młodych ludzi funkcjonuje w tzw. trybie „always on” (zawsze podłączeni), głównie w związku z powszechnym obecnie wykorzystywaniem portali społecznościowych. To sprawia, że dostęp sprawców do ofiar może być niemal nieograniczony. Ofiary cyberprzemocy są stale narażone na atak, niezależnie od miejsca czy pory dnia lub nocy. Dom rodzinny nie jest już bezpieczną przestrzenią, w której można po lekcjach schować się przed agresorem. Przed doświadczaniem przemocy online nie chroni także wylogowanie się z sieci czy odcięcie od nowych technologii. Sprawcy, nawet nie kierując komunikatów bezpośrednio do swojej ofiary, mogą nadal rozsyłać i publikować krzywdzące informacje na jej temat, podtrzymując proces przemocy.

▲ BRAK KONTROLI DOROSŁYCH

Działania przemocowe odbywają się w przestrzeni internetu, poza zasięgiem wzroku rodziców i nauczycieli, przez co są często bardzo trudne do zaobserwowania przez dorosłych.

Mechanizmy sprzyjające agresji elektronicznej

Efekt kabiny pilota

Sprawców cyberprzemocy porównuje się do pilotów myśliwców, którzy byli w stanie zrzucać bomby na swoje ofiary, ponieważ nie widzieli bezpośrednich następstw własnego działania. Badania psychologów potwierdzają: piloci, mimo że dokonywali większych zniszczeń, zabijając w czasie wojny setki ludzi, ponosili mniejsze koszty psychologiczne niż żołnierze piechoty walczący z przeciwnikiem twarzą w twarz i obserwujący cierpienia ofiar. Podobnie jak kabina pilota nowoczesne technologie komunikacyjne

sprawiają, że agresor siedzący po drugiej stronie komputera nie widzi, jaką krzywdę wyrządza realnie innej osobie, nie obserwuje emocjonalnej reakcji ofiary, co może się przekładać na brak współczucia i empatii mogących zablokować działania agresywne (Walrave, Heirman, 2009).

Efekt rozhamowania zachowania

Zapośredniczenie działania przez technologię i związane z tym osłabienie mechanizmów kontroli społecznej w świecie online może sprawiać, że użytkownicy podejmują zachowania, na jakie nigdy nie odważyliby się w sytuacji twarzą w twarz. Działając w internecie w sposób anonimowy, agresorzy mają poczucie, że nie są obserwowani czy oceniani przez innych, przez co odczuwają w sieci wyraźnie mniejsze ograniczenia niż w świecie fizycznym. Nie zdają sobie sprawy z przekraczania społecznie nieakceptowanych granic w trakcie działania. Dopiero po fakcie zastanawiają się nad tym, co zrobili. Ograniczona świadomość skutków własnych zachowań online sprawia, że czują się za nie mniej odpowiedzialni.

Společne uczenie się

Zgodnie z teorią społecznego uczenia się postrzeganie zaobserwowanych zachowań agresywnych jako pozytywnych sprawia, że działania te są mniej hamowane u osoby, która je obserwuje. Mechanizm ten ujawnia się szczególnie w sytuacjach, gdy sprawca jest nagradzany za swoje agresywne postępowanie. Według tej koncepcji świadkowie udanych przypadków cyberprzemocy mogą wnioskować, że agresja online jest odpowiednim i skutecznym zachowaniem, a dzięki anonimowości sprawcy doznają niewielkich konsekwencji lub nie ponoszą ich wcale. W efekcie ośmiela to sprawców do kontynuowania przemocy, a w przypadku świadków przyczynia się do pozytywnego nastawienia do tego typu zachowań i ewentualnego angażowania się w cyberprzemoc w przyszłości (Barlett, Gentile, 2012).

KONSEKWENCJE CYBERPRZEMOCY

Skutki cyberprzemocy bywają niezwykle bolesne dla osób, które stały się obiektem ataków. Ofiary mają bowiem znacznie bardziej ograniczoną możliwość obrony, a wyrządzone szkody często trudno odwrócić.

Konsekwencje prześladowania w sieci mogą być różne, w zależności od powagi aktu agresji. Jeśli nastolatek otrzyma nieprzyjemny e-mail od nieznanego, to skutki będą raczej niewielkie: wystarczy wykasować wiadomość i zapomnieć o całej sprawie. Wiele aktów agresji w internecie to właśnie takie jednorazowe sytuacje, z którymi większość młodych ludzi potrafi sobie skutecznie radzić.

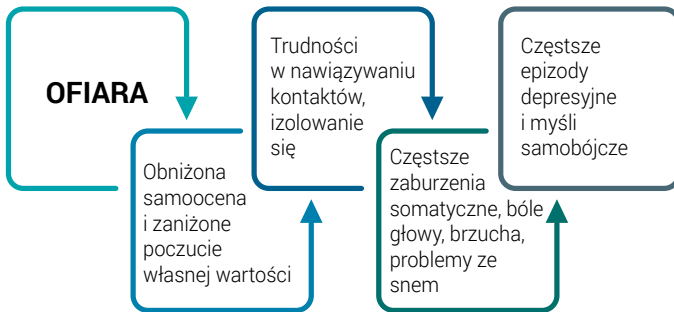
Co innego, jeśli sprawcami są osoby ważne dla ucznia – takie, z którymi jest w ciągłym kontakcie, a akty cyberprzemocy są długotrwałe i dochodzi do nich tradycyjna agresja. Wówczas skutki mogą być bardzo dotkliwe. Co więcej – konsekwencje prześladowania ofiara może odczuwać nawet w dorosłym życiu.

Dzieci **doświadczające cyberprzemocy** przeżywają bardzo trudne emocje. Mogą czuć się **osaczone, osamotnione i bezsilne**. Często są przekonane, że nic nie da się zrobić z sytuacją, w której się znalazły. Obawiają się, że kompromitujące materiały mogą dotrzeć do bardzo dużej grupy osób, przez co mierzą się z **poniżeniem, upokorzeniem, lękiem, rozpaczą, smutkiem**. Niekiedy mogą wstydzić się i mieć poczucie winy, że nie potrafiły same sobie poradzić. Wiele z nich mówi, że chciałoby „cofnąć czas”.

Długie pozostawanie w sytuacji przemocy wpływa na sposób myślenia o sobie i innych, na relacje z otoczeniem. Ofiary przemocy częściej niż ich rówieśnicy doświadczają problemów w kontaktach z innymi ludźmi, mają zaniżone poczucie własnej wartości, zaczynają mieć kłopoty z nauką, pojawiają się u nich problemy psychologiczne, a także zdrowotne – bóle głowy, brzucha, problemy ze snem itp. W skrajnych przypadkach u prześladowanych dzieci mogą pojawić się myśli oraz próby samobójcze.

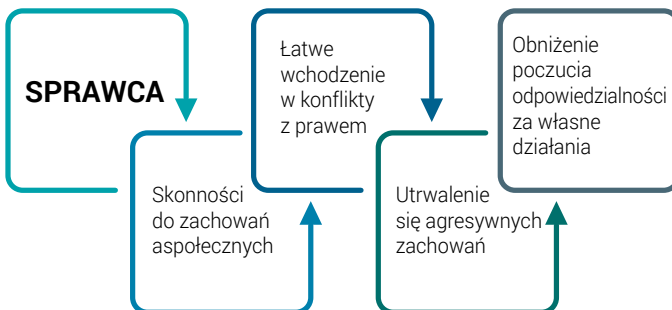
Skutki doświadczania cyberprzemocy zostają z prześladowanymi osobami na długo. Badania losów dzieci i ich drogi życiowej wskazują, że nawet w dorosłym życiu, długo po opuszczeniu szkoły, ofiary przemocy nadal zmagają się z **problemami psychosomatycznymi, depresją, lękiem, obniżonym poczuciem wartości.**

Długofalowe konsekwencje doświadczania cyberprzemocy



Długofalowe konsekwencje cyberprzemocy ponoszą także jej sprawcy: utrwalają się u nich zachowania agresywne, obniża się poczucie odpowiedzialności za własne działania, może nasilać się skłonność do zachowań aspołecznych w przyszłości.

Długofalowe konsekwencje doświadczania cyberprzemocy



JAK ZAPOBIEGAĆ PRZEMOCY ONLINE?

Przeciwdziałanie przemocy powinno być jednym z kluczowych zadań wychowawczych i profilaktycznych szkoły. Aby działania te były efektywne, muszą opierać się na kilku kluczowych zasadach.

Skuteczne zapobieganie agresji – niezależnie od tego, czy akty przemocy mają miejsce w szkolnej szatni, czy w cyberprzestrzeni – wymaga przede wszystkim systematycznych działań wychowawczych, takich jak: integracja zespołu klasowego, budowanie dobrych relacji pomiędzy uczniami i nauczycielami, wprowadzanie norm grupowych i uczenie dzieci odróżniania dobra od zła. Fundamentalne znaczenie ma także odpowiedni klimat szkoły. Liczne badania wykazały, że **postrzeganie szkoły jako bezpiecznego miejsca i poczucie przynależności do niej oraz istnienie pozytywnego klimatu szkolnego zmniejszają prawdopodobieństwo przemocy,** podczas gdy poczucie zagrożenia jest związane ze zwiększonym ryzykiem takich zachowań wśród uczniów.

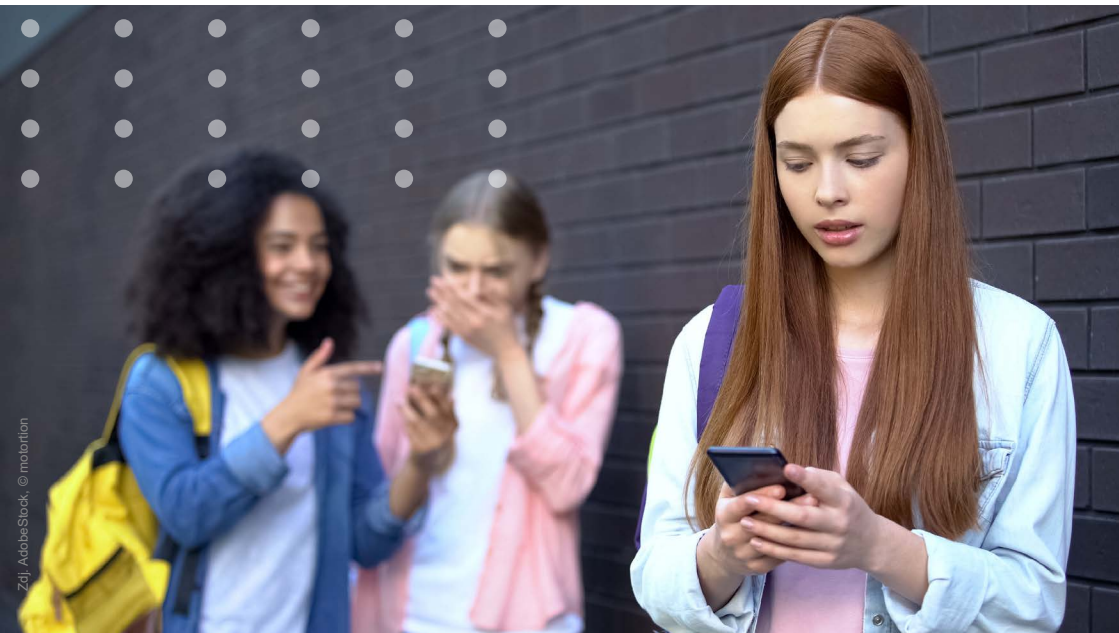
Zarazem jednak w szkole muszą istnieć wyraźnie wytyczone granice akceptowanych zachowań. Skuteczne zapobieganie działaniom przemocowym jest możliwe tylko wtedy, gdy w szkole funkcjonuje czytelny system norm współżycia społecznego i jasna polityka postępowania w przypadku złamania zasad. **Władze szkolne powinny wyraźnie przekazywać zarówno uczniom, jak i ich rodzicom, że przemoc w szkole nie będzie tolerowana, a dorośli będą reagować na wszelkie przejawy agresji.**

Istotnym elementem każdego programu mającego na celu ograniczenie zjawiska cyberprzemocy powinna być **edukacja medialna – dostarczanie uczniom wiedzy i umiejętności dotyczących posługiwania się technologią komunikacyjną.** Uświadamianie uczniom licznych zagrożeń płynących z nieuważnego użytkowania internetu i nowoczesnych narzędzi komunikacji, a jednocześnie uczenie ich zasad odpowiedzialnego i bezpiecznego korzystania z tych technologii ma istotne znaczenie w zapobieganiu cyberprzemocy. Dzieci i młodzież muszą wiedzieć, jak

korzystać z mediów, aby nie stały się one narzędziem agresji, jakie mogą być konsekwencje ryzykownych działań w sieci, a także mieć świadomość, że ich zachowania online mogą mieć poważne następstwa w świecie rzeczywistym.

Wyniki wielu badań wskazują ponadto, że **ważnym czynnikiem ograniczającym angażowanie się w cyberprzemoc jest wyposażanie młodzieży w kompetencje społeczne**, które mogą osłabiać mechanizm bezrefleksyjnego działania w środowisku online. Jako główne wymienia się: samokontrolę, umiejętność regulacji emocji i kontroli impulsywnych zachowań, rozwijanie empatii, zdolność przyjmowania perspektywy innej osoby, umiejętność reagowania zgodnie z normami społecznymi online podobnie jak offline.

Warto, aby stałym elementem systemu zapobiegania przemocy w szkole stały się **programy profilaktyczne dla świadków**, ze względu na ich szczególną rolę w procesie cyberbullyingu. Aktywna reakcja tej grupy uczniów na akty cyberprzemocy, a w szczególności niewspieranie działań sprawcy przez komentowanie, rozsyłanie, powielanie czy linkowanie do obraźliwych materiałów, udzielanie wsparcia ofiarom, mogą znacząco zmniejszać krzywdzący potencjał aktów agresji.



JAK MOŻESZ ZAPOBIEGAĆ CYBERPRZEMOCY W SWOJEJ SZKOLE I KLASIE?

★ BUDUJ POZYTYWNY KLIMAT I BEZPIECZNE RELACJE

Stwarzaj warunki do integracji w klasie, buduj dobre relacje pomiędzy uczniami, poczucie przynależności oraz więzi z klasą i szkołą.

★ USTAL ZASADY

Wprowadź jasne normy i oczekiwania dotyczące zachowania uczniów. Poinformuj, że w Waszej szkole nie ma zgody na cyberprzemoc.

★ ROZMAWIJ O CYBERPRZEMOCY

Rozmawiaj ze swoimi uczniami o internetowych zagrożeniach, w tym o cyberprzemocy. Ucz odpowiedzialnego zachowania w sieci oraz zasad komunikacji w internecie, a także ochrony prywatności.

★ ZACHĘCAJ UCZNIÓW DO REAGOWANIA

Sprawdź, czy Twoi uczniowie wiedzą, jak radzić sobie z cyberprzemocą i do kogo się zgłosić po pomoc, gdy doświadczą nękania w sieci. Powiedz, co mogą zrobić, gdy są świadkami agresji online (udzielić wsparcia ofierze przemocy, nie angażować się w działania sprawców i starać się ich powstrzymać, poinformować dorosłego).

★ WSPÓŁPRACUJ Z RODZICAMI

Włącz rodziców uczniów w działania szkoły na rzecz zapobiegania cyberprzemocy. Poinformuj ich o polityce placówki w zakresie reagowania na przemoc. Dostarczaj wiedzy – organizuj warsztaty i szkolenia dla rodziców, udostępniaj materiały i publikacje.

★ ZWRACAJ UWAGĘ NA SYGNAŁY OSTRZEGAWCZE

Zwróć uwagę na sygnały, które mogą wskazywać, że Twój uczeń jest ofiarą przemocy, np.:

- unikanie szkoły, wagarzy;
- izolowanie się, unikanie kontaktów z kolegami;
- pogorszenie wyników w nauce;
- wykluczanie przez innych uczniów ze wspólnych aktywności online i offline (na lekcji lub podczas przerw);
- zmiany nastroju (zdenerwowanie, smutek, przygnębienie);
- objawy somatyczne (ból brzucha, głowy itp.).



WARUNKI SKUTECZNEGO RADZENIA SOBIE Z CYBERPRZEMOCĄ W SZKOLE

	Co działa?	Co nie działa?
Rozumienie zjawiska	Cyberprzemoc rozumiana w kontekście innych, szerszych zjawisk, takich jak klimat szkoły, zarządzanie klasą. Uwzględnianie problemu zaburzenia relacji offline i online.	Traktowanie cyberprzemocy jako wyizolowanego zjawiska.
Moment działania	Koncentracja na działaniach zapobiegawczych (zanim pojawi się przemoc) – budowanie zespołu klasowego, norm grupowych.	Podjęcie wyłącznie działań interwencyjnych, gdy wystąpiła agresja rówieśnicza.
Rola nauczyciela	Nauczyciel jako wychowawca.	Nauczyciel przyjmujący rolę kontrolera i „policjanta”.
Uczestnicy	Zainteresowanie wszystkimi członkami grupy, w tym świadkami agresji online.	Koncentracja na parze: sprawca – ofiara.
Podejście do sprawcy	Praca wychowawcza, praca terapeutyczna ze sprawcą, jeśli jest taka konieczność. Uwzględnienie motywacji działania sprawcy.	Koncentracja na działaniach punitywnych – potępianiu i rozliczaniu sprawców.

<p>Charakter działań</p>	<p>Codzienna praca wychowawcza.</p>	<p>Działania akcyjne: kampanie, konkursy, eventy niebędące elementem kompleksowego programu wychowawczo-profilaktycznego.</p>
<p>Typ działań</p>	<p>Działania wychowawcze i profilaktyczne. Wzmacnianie czynników chroniących związanych ze szkołą: poczucia bezpieczeństwa w szkole, zadowolenia ze szkoły, pozytywnego klimatu szkolnego. Profilaktyka pozytywna:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wzmacnianie pozytywnych zachowań stanowiących alternatywę wobec działań antyspołecznych; • budowanie kompetencji społecznych pozwalających na hamowanie automatycznych, impulsywnych zachowań; • rozwijanie empatii, umiejętności przyjmowania perspektywy innej osoby; • wzmacnianie przestrzegania norm społecznych online, podobnie jak offline. 	<p>Działania wyłącznie prawne/kontrolne/monitorujące.</p>

Na podstawie: Pyżalski, 2015

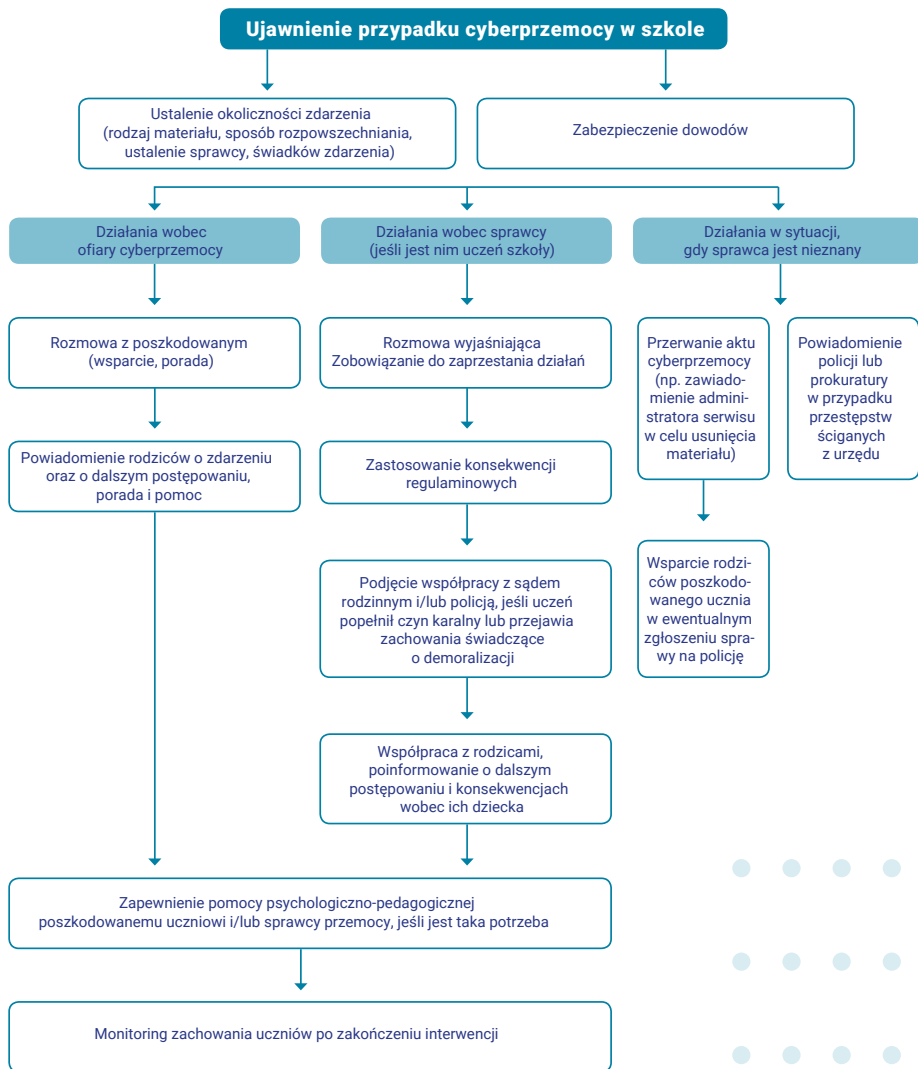
SZKOLNA PROCEDURA REAGOWANIA

Zapewnienie uczniom bezpieczeństwa w szkole jest ważnym elementem organizacji pracy każdej placówki oświatowej. Rolę szkoły, a także, zadania dyrektora oraz nauczycieli w tym obszarze regulują przepisy prawa oświatowego, administracyjnego, cywilnego, karnego i pracy. Procedury reagowania na zagrożenia powinny być określone w regulaminach szkół, a nauczycieli należy przygotować do podejmowania konkretnych działań interwencyjnych w zależności od rodzaju incydentu.

Ujawnienie przemocy rówieśniczej w szkole (także online) zobowiązuje kadrę pedagogiczną do podjęcia określonych czynności, m.in.:

- ustalenia okoliczności zdarzenia;
- zabezpieczenia dowodów;
- poinformowania o sytuacji rodziców uczniów – uczestników zdarzenia;
- objęcia pomocą poszkodowanego ucznia;
- podjęcia działań wobec agresorów, w tym zastosowania środków dyscyplinujących zgodnie z obowiązującym regulaminem szkoły i rodzajem przewinienia;
- powiadomienia policji, gdy sprawa jest poważna, zostało złamane prawo lub sprawca nie jest uczniem szkoły i jego tożsamość nie jest nikomu znana.

W jaki sposób realizować poszczególne elementy procedury w sytuacji cyberprzemocy, jak działać, aby skutecznie rozwiązać problem – dowiesz się z dalszej części poradnika.



ZANIM URUCHOMISZ PROCEDURY

Każde zachowanie o charakterze przemocowym wymaga reakcji dorosłych. Ofiary prześladowania pozostawione bez pomocy bardzo często nie potrafią sobie poradzić z problemem. Konsekwencje przemocy ponoszą także sprawcy i świadkowie. **Brak reakcji ze strony dorosłych, ignorowanie pierwszych sygnałów i niewłaściwych zachowań jest w istocie przyzwoleniem na zachowania przemocowe.** Powoduje utrwalanie się agresywnych zachowań sprawcy, naraża na wysokie koszty psychologiczne zarówno uczniów doświadczających przemocy, jak i tych, którzy są jej świadkami. Może także budować przekonanie, że agresja i przemoc jest w szkole tolerowana.

**Reaguj w przypadku każdego aktu przemocy!
Nie czekaj, aż niepokojące zachowanie
samo się skończy.**

Głównym celem procedury postępowania w przypadku cyberprzemocy jest zakończenie agresywnych działań i udzielenie pomocy ofierze. Ale nie tylko. Szkoła to przecież przede wszystkim miejsce realizacji procesów wychowawczych i edukacyjnych. Interwencja nie może zatem ograniczać się tutaj wyłącznie do procedur restrykcyjnych, prawnych czy monitorujących i zastępować działań dla szkoły najważniejszych, czyli wychowania i psychoprophylaktyki. Nauczyciele nie mogą zgadzać się na dysfunkcyjne zachowania młodzieży. Powinni stosować środki dyscyplinujące (zwłaszcza gdy szkoda jest duża lub zostało złamane prawo), ale równolegle uczyć wartości społecznych, alternatywnych zachowań i ważnych umiejętności życiowych. **Dlatego tak istotne jest, aby każda interwencja w przypadku cyberprzemocy zawierała w sobie elementy edukacyjne, naprawcze i utrwalające korzystne zmiany w postawach uczniów, a nie kończyła się wyłącznie na wymierzeniu kar wobec sprawców angażujących się w agresywne zachowania.** Działania interwencyjne powinny być także logicznie zorganizowane i odpowiednio dobrane do rozpoznanego zdarzenia.

UJAWNIEŃ PRZYPADKU CYBERPRZEMOCY

Informacja o tym, że w szkole miała miejsce cyberprzemoc, może pochodzić z różnych źródeł. Osobą zgłaszającą fakt prześladowania może być poszkodowany uczeń (choć jest to stosunkowo rzadkie), jego rodzice, inni uczniowie – świadkowie zdarzenia, nauczyciele. Niekiedy może to być także anonimowa wiadomość przekazana przez osobę, która z różnych powodów nie chce ujawnić swojej tożsamości. Niezależnie od tego, przez kogo i w jakiej formie zostanie zgłoszony incydent, każdą informację powinienś potraktować równie poważnie.

Warto zwracać uwagę na każdy sygnał, jako że działania przemocowe są zazwyczaj trudne do zaobserwowania przez nauczycieli czy rodziców. Dotyczy to zwłaszcza sytuacji agresji elektronicznej zachodzącej w wirtualnej przestrzeni, często niedostępnej dla dorosłych.

Uczniowie, szczególnie nastolatki, niechętnie zgłaszają fakt bycia nękanym przez innych. Badania NASK „Nastolatki 3.0” (edycja 2020) wskazują, że aż 30% ofiar cyberprzemocy nikogo o tym nie informuje. Ci, którzy szukają wsparcia, rzadko zgłaszają się do dorosłych – rodziców i nauczycieli.

Dzieje się tak z kilku powodów. Dzieci doświadczające przemocy, bez względu na jej formę i charakter, narażone są na silny stres i przykre emocje. Odczuwają wstyd i mają poczucie, że powody prześladowania tkwią w nich samych. Często obawiają się też odwetu ze strony prześladowców i przyklejenia im etykiety donosiela. Nie proszą o pomoc dorosłych, ponieważ pamiętają, że ich problemy były wcześniej przez dorosłych bagatelizowane albo interwencja, którą nieumiejętnie przeprowadził rodzic czy nauczyciel, tylko pogorszyła ich i tak trudną sytuację. Wszystko to sprawia, że bardzo często ofiary są osamotnione i pozbawione zasobów pozwalających na przerwanie przemocy. Pamiętaj o tym i zwracaj uwagę na to, co dzieje się w Twojej klasie. Zachowaj czujność i naucz się rozpoznawać sygnały wskazujące, że uczeń może być ofiarą internetowej agresji.

ANALIZA ZDARZENIA

Od reakcji dorosłych, a więc także Twojej, zależy w dużej mierze, czy uda się rozwiązać problem i naprawić sytuację. Pierwszym krokiem, od którego powinieneś zacząć, jest wnikliwa analiza zdarzenia. Gdy dowiesz się o cyberprzemocy wobec Twojego ucznia, zachowaj spokój i zdrowy rozsądek. Dowiedz się dokładnie, co się stało. Wyjaśnij fakty, ustal okoliczności. Skontaktuj się z innymi nauczycielami, pedagogiem szkolnym lub psychologiem, którzy pomogą Ci dokonać oceny zdarzenia i zaplanować dalsze postępowanie. Jeśli jest taka potrzeba, poinformuj dyrektora szkoły.

Procedura postępowania w przypadku cyberprzemocy zawiera wiele różnych kroków. To, jakie jej elementy zastosujesz, zależy od rozpoznania sytuacji: rodzaju wyrządzonej szkody, rodzaju materiału i miejsca jego zamieszczenia, wiedzy, kim jest sprawca itp. Inaczej będziemy reagować na pojedynczy incydent, a inaczej w przypadku regularnego, trwającego dłużej czasu nękania ucznia przez silniejszego kolegę lub grupę rówieśników. Przykładowo, jeśli sprawca przemocy jest uczniem Twojej szkoły, być może wystarczy rozmowa z nim i naprawienie szkody oraz usunięcie krzywdzących materiałów z sieci, bez konieczności zgłaszania sprawy do administratora strony lub angażowania policji. W sytuacji, gdy sprawca jest nieznanym, jego tożsamości nie da się ustalić, a dodatkowo zostało złamane prawo, konieczne może być zawiadomienie organów ścigania.



ZABEZPIECZENIE DOWODÓW

Wszystkie przypadki przemocy, a więc także przemocy z wykorzystaniem mediów elektronicznych, zawsze powinny zostać właściwie zbadane, zarejestrowane i udokumentowane, a dowody – zabezpieczone.

Zabezpieczając dowody cyberprzemocy, pamiętaj, aby zanotować datę i godzinę otrzymania materiału, treść wiadomości oraz dane nadawcy (nazwę użytkownika, adres e-mail, numer telefon komórkowego itp.) lub adres strony www, na której pojawiły się szkodliwe treści. Zapisane pliki zachowaj na dysku komputera (lub poradź swojemu uczniowi, aby to zrobić). Nie dokonuj żadnych zmian w skopiowanym tekście. Zapisz i zachowaj link do strony, na której te treści się znalazły.

Takie zabezpieczenie dowodów nie tylko ułatwi dostawcy usługi dalsze postępowanie (odnalezienie sprawcy, usunięcie szkodliwych treści z serwisu), ale także może stanowić materiał, z którym powinny się zapoznać wszystkie zaangażowane w sprawę osoby: dyrektor i pedagog szkolny, rodzice, a wreszcie policja, jeśli doszło do złamania prawa.

Niekiedy konieczne jest szybkie usunięcie z internetu krzywdzących materiałów, szczególnie gdy zostały one upublicznione i dostęp do nich ma wiele osób (np. na forum klasowym czy stronie internetowej). Zanim to zrobisz lub poprosisz o to administratora serwisu, zawsze najpierw zabezpiecz opublikowane treści jako dowód.

Dowodami cyberprzemocy mogą być:

- e-maile;
- SMS-y i MMS-y;
- wiadomości nagrane na pocztę głosową;
- nagrania filmowe, zdjęcia, grafiki;
- wpisy na stronach internetowych;
- screeny materiałów zamieszczonych na portalach społecznościowych, stronach internetowych;
- komentarze w serwisach społecznościowych, na blogach itp.;
- treści rozmów prowadzonych w komunikatorach.

JAK MOŻESZ ZAREJESTROWAĆ DOWODY CYBERPRZEMOCY?

▲ Wiadomości w telefonie komórkowym

Nie kasuj wiadomości SMS i MMS, a także historii połączeń. Wszystkie wiadomości, zarówno tekstowe, jak i nagrane na pocztę głosową, zapisz w pamięci urządzenia.

▲ Komunikatory

Niektóre serwisy pozwalają na zapisywanie rozmów. Korzystając z nich, warto włączyć opcję automatycznego zapisu – umożliwi to przesłanie wszystkich aktywności użytkowników i dotarcie do zapisów rozmów.

Możesz również skopiować treść czatu prowadzonego za pomocą komunikatora. Jeśli korzystasz z komputera, skopiuj rozmowę i wklej jej treść do edytora tekstu (np. Word), a następnie zapisz dokument. Jeśli jest taka potrzeba, wydrukuj go. Pamiętaj, aby zanotować datę i godzinę rozmowy.

Treść rozmowy możesz także zapisać, wykonując zrzut ekranu, na którym rozmowa jest widoczna. Wskazówki, jak go wykonać na różnych urządzeniach, znajdziesz w punkcie „Screeny (zrzuty) ekranów”..

▲ Poczta e-mail

Nie kasuj e-maila. Wydrukuj go lub prześlij do osoby, która zajmuje się ustaleniem okoliczności zajścia. Zapisz wiadomość na dysku swojego komputera tak, aby oprócz tekstu widoczne były wszystkie dane (adres nadawcy, data itp.). Zachowanie całości wiadomości, a nie tylko samej treści, jest bardziej pomocne, ponieważ zawiera informacje o jej pochodzeniu.

▲ Screeny (zrzuty) ekranów

Aby zachować kopię materiału, który widzisz na stronie internetowej lub na portalu społecznościowym, możesz wykonać tzw. screen (zrzut) ekranu. Jest to zapis aktualnego obrazu wyświetlanego na monitorze, najczęściej w postaci pliku graficznego.

Wykonanie zrzutu ekranu na komputerze

Aby zachować kopię materiału, który widzisz na ekranie komputera z systemem Windows, wykonaj zrzut z ekranu (w zależności od klawiatury: naciśnij klawisz Print Screen, wciśnij jednocześnie klawisze Ctrl i Print Screen lub klawisz funkcyjny Fn i Print Screen), a następnie wykonaj operację „Wklej” w dokumencie (edytorze tekstu np. Word) i zapisz go na dysku komputera. Możesz też wydrukować tak zapisaną stronę. Niektóre przeglądarki są wyposażone w opcję „Wykonaj zrzut ekranu”, pozwalającą zapisać kopię strony w postaci obrazu (znajdziesz ją, klikając prawym przyciskiem myszy na ekranie). Zapisz obraz na dysku komputera.

Przy wykonywaniu zrzutu zwróć uwagę, by obejmował on całe okno witryny z paskiem tytułowym i znajdującym się na nim adresem strony. Zanotuj dokładną godzinę wykonania wydruku bądź zrzutu ekranu. Zapisz link do strony, na której znajdują się treści.

Wykonanie zrzutu ekranu w smartfonie z systemem Android

Aby wykonać screen, naciśnij jednocześnie dolny przycisk regulacji głośności oraz przycisk zasilania. Przytrzymaj przyciski przez około dwie sekundy (aż usłyszysz dźwięk migawki). Wykonany w ten sposób screen zostanie automatycznie zapisany w galerii zdjęć. W przypadku telefonów posiadających fizyczny przycisk Home (w przedniej dolnej części urządzenia) wciśnij go jednocześnie z przyciskiem blokady i przytrzymaj przez około dwie sekundy, aż usłyszysz dźwięk migawki.

Wykonanie zrzutu ekranu w smartfonie z systemem iOS

Aby wykonać screen, przytrzymaj jednocześnie przycisk Home i przycisk zasilania. Zawartość ekranu zostanie automatycznie zapisana w folderze Rolka z aparatu w aplikacji Zdjęcia.

IDENTYFIKACJA SPRAWCY

Kolejnym ważnym zadaniem, od którego zależy dalsze postępowanie, jest ustalenie sprawcy cyberprzemocy. Młodzi ludzie często mają złudne przekonanie, że nowe technologie zapewniają im pełną anonimowość, a tożsamość sprawców agresji online trudno jest ustalić. Analiza wyników badań dotyczących cyberbullyingu wskazuje jednak, że tylko niewielki odsetek sprawców to anonimowi internauci. **Większość incydentów cyberprzemocy odbywa się w ramach grupy rówieśniczej (np. uczniów tej samej klasy lub szkoły), a osoby doświadczające przemocy w internecie potrafią zazwyczaj zidentyfikować swoich dręczycieli.**

Według polskich badań jedynie co czwarta ofiara agresji elektronicznej nie wiedziała, kto był sprawcą agresji elektronicznej wobec niej (Pyżalski, 2012). Sprawcy cyberbullyingu zresztą często w ogóle nie podejmują próby ukrycia swojej tożsamości, wysyłając nieprzyjemne informacje z własnego telefonu, e-maila lub publikując je na swoim profilu w portalu społecznościowym. W obydwu przypadkach ofiara nie musi podejmować żadnych specjalnych działań, by zidentyfikować agresora.

Ustalając okoliczności zajścia, powinieneś mieć jednak świadomość, że znalezienie miejsca pochodzenia materiału nie zawsze oznacza odnalezienie osoby, która jest za zdarzenie odpowiedzialna. Sprawca cyberprzemocy może posługiwać się „skradzioną tożsamością” – wykorzystywać telefony innych uczniów, ich profile w serwisach społecznościowych czy konta pocztowe itp. do wysyłania wiadomości bądź zamieszczania krzywdzących materiałów.

Niekiedy ustalenie tożsamości agresora rzeczywiście może być utrudnione lub wręcz niemożliwe. Warto wówczas przynajmniej skontaktować się z dostawcą usługi w celu usunięcia z sieci kompromitujących lub krzywdzących materiałów.

ZGŁOSZENIE NARUSZENIA REGULAMINU DO ADMINISTRATORA SERWISU

W przypadku cyberprzemocy możesz zażądać od administratora serwisu, w którym opublikowano materiały dotyczące Twojego ucznia, by usunął szkodliwe treści. Możesz też podpowiedzieć takie rozwiązanie rodzicom dziecka. Zgłoszenia dokonasz za pomocą specjalnych przycisków lub formularzy powiadomień na stronie serwisu. Jeśli ich nie ma, wykorzystaj zamieszczone w zakładce „Kontakt” dane witryny.

Większość serwisów społecznościowych posiada zapisy w regulaminach dotyczące cyberprzemocy. Agresywne zachowania, takie jak dręczenie, nękanie, prześladowanie, podszywanie się pod inne osoby i kradzież tożsamości, są zabronione i mogą być zablokowane przez dostawców usługi. **Osoba poszkodowana lub świadek przemocy może zgłosić do administratora serwisu naruszenie regulaminu i zażądać interwencji** – zablokowania konta agresora, usunięcia szkodliwych treści. Do podjęcia takiego działania zobowiązuje administratora serwisu art. 14 Ustawy z dnia 18 lipca 2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną.

Zgłaszając naruszenie, pamiętaj, aby powołać się na odpowiedni przepis regulaminu danego serwisu oraz dołączyć dowody cyberprzemocy. Obrażliwe komentarze czy wulgaryzmy powinniśmy zgłaszać do administratorów stron lub moderatorów forów dyskusyjnych.

Niektóre serwisy posiadają rozbudowany system wsparcia dla użytkowników i zgłaszania nadużyć:

Centrum Pomocy Facebook: <https://pl-pl.facebook.com/help/>

Centrum Pomocy Google: <https://support.google.com/>

Centrum Pomocy YouTube: <https://support.google.com/youtube/>

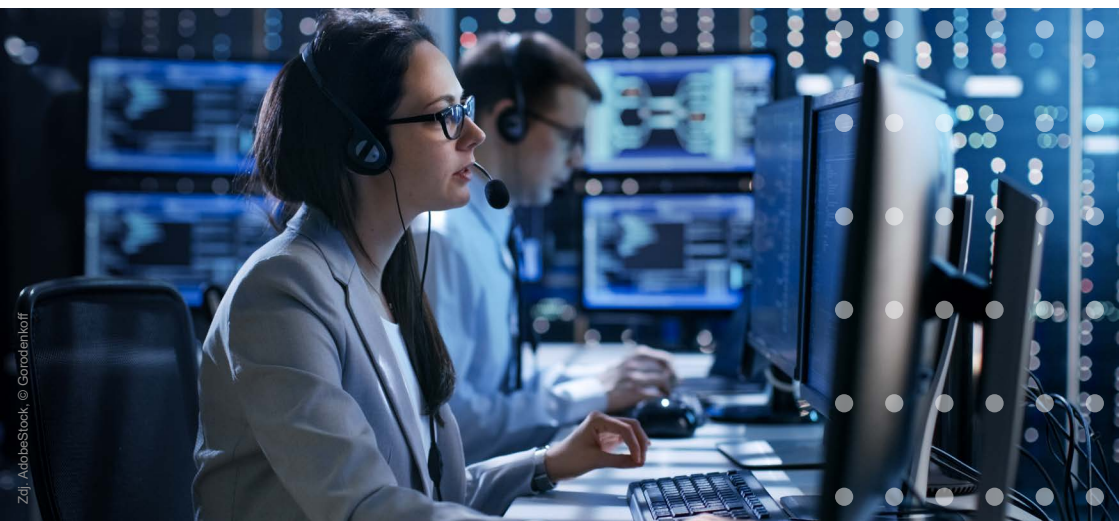
Twitter: <https://help.twitter.com/pl/rules-and-policies/twitter-rules>

Instagram: <https://help.instagram.com/154475974694511/>

ZGŁASZANIE SPRAWY NA POLICJĘ

Większość przypadków cyberprzemocy w szkole nie wymaga powiadamiania policji czy sądu i może być rozwiązana przy użyciu dostępnych nauczycielom środków wychowawczych. Dotyczy to zwłaszcza sytuacji, gdy sprawca jest znany dziecku i jest nim uczeń szkoły.

Jeżeli jednak zagrożone jest bezpieczeństwo Twojego ucznia bądź doszło do naruszenia prawa, konieczne będzie zawiadomienie policji lub prokuratury. Pamiętaj, że instytucje publiczne, takie jak szkoła, mają obowiązek powiadomienia organów ścigania w przypadku przestępstw ściganych z urzędu. Zgłoszenia w imieniu szkoły dokonuje jej dyrektor.



Twoi uczniowie mogą zarówno stać się ofiarami agresji w sieci, jak i być jej sprawcami. Co możesz zrobić? Jak pomóc uczniowi, który doświadczył przemocy w internecie? Jakie działania podjąć wobec klasowego agresora? W następnych rozdziałach poznasz kilka kolejnych kroków, o których warto pamiętać podczas szkolnej interwencji.

MÓJ UCZEŃ JEST NĘKANY W SIECI

Przemoc w internecie zagraża każdemu. Obiektem ataków może zostać zarówno dobry, jak i słaby uczeń, dziewczynka i chłopiec, osoba źle i dobrze sytuowana, dziecko o przeciętnym wyglądzie i atrakcyjne fizycznie. Nie ma na to reguły. **Takie doświadczenie może stać się udziałem także Twojego ucznia.**

Bycie ofiarą przemocy to niezwykle bolesne przeżycie. Prześladowane dzieci odczuwają wstyd i upokorzenie, bardzo często nie wiedzą też, jak poruszyć kwestię nękania w rozmowie z dorosłymi. Potrzebują pomocy i emocjonalnego wsparcia ze strony nauczycieli, tak samo jak w przypadku przemocy w realnym świecie. Muszą wiedzieć, że szkoła podejmie odpowiednie kroki w celu rozwiązania problemu.

CO POWINIENES ZROBIĆ?



KROK PIERWSZY:

Porozmawiaj szczerze z uczniem i udziel mu wsparcia

- Zapewnij, że dobrze zrobił, mówiąc Ci o tym, co się stało.
- Podkreśl, że widzisz i rozumiesz, że mogło być mu trudno ujawnić sytuację, w jakiej się znalazł.
- Powiedz, że nikt nie ma prawa wyrządzać mu krzywdy i nie powinien czuć się winny z powodu tego, co się stało.
- Zapewnij, że szkoła nie toleruje żadnej formy przemocy i że postarasz się mu pomóc, uruchamiając odpowiednie procedury interwencyjne.
- Uzgodnij i omów z uczniem plan działania.
- Bądź uważny na pozawerbalne przejawy uczuć dziecka – zażenowanie, skrzępowanie, wstyd, lęk, przerażenie, smutek, poczucie winy.



KROK DRUGI:

Poradź uczniowi, jak się zachować

Porozmawiaj z uczniem, podpowiedz, jak powinien się zachowywać, aby zapewnić sobie bezpieczeństwo i nie doprowadzić do eskalacji prześladowania.

Poradź mu, aby:

- Nie utrzymywał kontaktu ze sprawcą, nie odpowiadał na e-maile, telefony, nie zamieszczał komentarzy w sieci itp.
- Nie podejmował działań odwetowych pod wpływem emocji.
- Nie kasował dowodów: e-maili, SMS-ów, MMS-ów, zdjęć, filmów, ale przedstawił je Tobie lub innej osobie dorosłej. Podpowiedz mu, jak najlepiej takie dowody zabezpieczyć.
- Zastanowił się nad zmianą swoich dotychczasowych danych kontaktowych w komunikatorach, a także zmianą adresu e-mail, numeru telefonu komórkowego itp. Jeśli korzysta z komunikatora, powinien ustawić go tak, żeby nikt spoza listy znajomych nie mógł się z nim kontaktować.

KROK TRZECI: **Współpracuj z rodzicami**

Podejmij współpracę z rodzicami ucznia, poinformuj ich o sytuacji dziecka i powiedz, jakie działania zamierzasz podjąć. Jeśli jest taka potrzeba, zaproponuj rodzicom i dziecku pomoc specjalisty – psychologa lub pedagoga szkolnego, jak też wizytę w poradni psychologiczno-pedagogicznej. Wspólnie możecie podjąć działania, które pomogą rozwiązać trudną sytuację.

KROK CZWARTY: **Monitoruj sytuację**

Sprawdzaj sytuację ucznia, który stał się ofiarą agresji, po zakończeniu interwencji. Dowiedz się, czy nie są wobec niego podejmowane dalsze działania przemocowe bądź odwetowe ze strony sprawcy czy grupy sprawców.



MÓJ UCZEŃ JEST SPRAWCĄ CYBERPRZEMOCY

Część internetowych prześladowców świadomie używa nowych technologii, aby dokonywać aktów agresji. Wykorzystują swoją przewagę, aby intencjonalnie wyrządzić krzywdę innej osobie. Często motywem ich zachowania jest chęć pokazania siły, podniesienie swojej wartości w oczach kolegów i koleżanek lub zemsta. Tego typu sprawcy zazwyczaj nie mają poczucia winy i wypierają się swoich działań nawet wtedy, gdy zostają skonfrontowani z ich skutkami lub dowodami popełnionych czynów.

Liczne doniesienia badaczy pokazują jednak, że w przypadku cyberprzemocy dzieci nie zawsze uświadamiają sobie, jak krzywdzące mogą być działania podejmowane online. Pokazną grupę stanowią tu **sprawcy, którzy nie mieli zamiaru wyrządzić komuś krzywdy, po prostu nie przewidzieli skutków swoich działań.** Rozumieją charakter popełnionego czynu, dopiero gdy ich działania rzeczywiście przyniosą poważne szkody ofierze. Często są przerażeni, gdy dowiadują się, jak bardzo kogoś skrzywdzili. W badaniach prowadzonych przez prof. Jacka Pyżalskiego aż 37% nastolatków przyznało, że wysłało kiedyś komunikat, który miał być żartem, a sprawił przykrość innej osobie (Pyżalski, 2012). Warto wziąć to pod uwagę, podejmując interwencję. W przypadku takich „nieświadomych” sprawców właściwszym rozwiązaniem będzie edukacja i praca nad wzbudzeniem refleksji na temat własnego funkcjonowania online niż podejście stricte represyjne.

CO POWINIENES ZROBIĆ, GDY SPRAWCA CYBERPRZEMOCY JEST UCZNIEM TWOJEJ SZKOŁY?



KROK PIERWSZY:

Dokonaj oceny sytuacji

- Ustal okoliczności zdarzenia.
- Sprawdź, kto jest sprawcą (może zdarzyć się, że prawdziwi sprawcy posłużyli się skradzioną tożsamością bądź korzystają z niezabezpieczonego konta kolegi lub koleżanki).
- Rozważ, z jakiego powodu uczeń podjął agresywne działania.
- Sprawdź, czy uczeń nie jest także sprawcą przemocy w świecie offline.



KROK DRUGI:

Przygotuj się do rozmowy ze sprawcą

- Pamiętaj, że celem rozmowy powinno być:
 - ustalenie okoliczności zajścia;
 - wspólne zastanowienie się nad przyczynami konfliktu i poszukanie rozwiązania sytuacji konfliktowej;
 - wzbudzenie refleksji ucznia na temat jego zachowania, zrozumienie krzywdy, jaką wyrządził, i powstrzymanie przed podobnym zachowaniem w przyszłości.
- Sprawca powinien otrzymać jasny i zdecydowany komunikat o tym, że szkoła nie akceptuje żadnych form przemocy.
- Sprawca powinien zostać zobowiązany do zaprzestania swojego działania i usunięcia z sieci szkodliwych materiałów.
- Ważnym elementem rozmowy powinno być określenie sposobów zadośćuczynienia wobec ofiary cyberprzemocy.



KROK TRZECI:

Porozmawiaj z uczniem

Wyjaśnij uczniowi, że to, co robi, jest działaniem przemocowym, które krzywdzi inne osoby, dlatego nie możesz go akceptować. Starszemu nastolatkowi wytłumacz, że takie zachowanie może nawet stanowić naruszenie prawa i skutkować poważnymi konsekwencjami.

Podczas rozmowy z uczniem:

- Powstrzymaj się od obwiniania, zawstydzania, grożenia i potępienia.
- Bądź uważny na jego uczucia.
- Mów o faktach, konkretnych zachowaniach ucznia.
- Wysłuchaj go i pozwól opowiedzieć, jak postrzega tę sytuację, dowiedz się, dlaczego to robi.
- Przypomnij, jakie zasady złamał oraz jaką szkodę poniosła ofiara (kolega lub koleżanka) w związku z jego zachowaniem.
- Powiedz, jakie konsekwencje zostaną wyciągnięte z niewłaściwego postępowania.
- Porozmawiaj o sposobach naprawienia wyrządzonej szkody, zobowiąż go do usunięcia krzywdzącego materiału z sieci.
- Przedstaw dalsze kroki, jakie zamierzasz podjąć w ramach interwencji.



KROK CZWARTY:

Zaplanuj dalsze działania wobec sprawcy

- Zastanów się, jakie kroki powinieneś podjąć. Innej interwencji wymaga uczeń, który postępuje nieświadomie lub sam był wcześniej prześladowany, a innej taki, który działa z wyraźną intencją wyrządzenia krzywdy drugiej osobie.
- Podejmując decyzję o konsekwencjach, jakie powinny zostać zastosowane wobec sprawcy, weź pod uwagę:
 - rozmiar i rangę szkody – czy materiał został upubliczniony w sposób pozwalający na dotarcie do niego wielu osobom (określa to rozmiar upokorzenia doznanego przez ofiarę), jakiego rodzaju treści zostały opublikowane itp.;
 - czas trwania prześladowania – czy było to długotrwałe działanie, czy jednostkowy incydent;
 - świadomość popełnianego czynu – czy działanie było zaplanowane, a sprawca był świadomy, że wyrządza krzywdę koledze, jak wiele wysiłku włożył w ukrycie swojej tożsamości itp.;
 - motywację sprawcy – należy sprawdzić, czy nie działał on w odwecie za uprzednio doświadczone prześladowanie;
 - rodzaj rozpowszechnianego materiału – jakiego rodzaju treści zostały opublikowane;
 - skutki prawne – czy zostało złamane prawo, czy jest to sytuacja wymagająca od szkoły dokonania zgłoszenia odpowiednim służbom (na policję, prokuraturę lub do sądu rodzinnego).

Pamiętaj, że celem zastosowania środków dyscyplinujących wobec sprawcy jest przede wszystkim:

- zatrzymanie przemocy i zapewnienie poczucia bezpieczeństwa poszkodowanemu uczniowi;
- wzbudzenie w sprawcy przemocy refleksji na temat swojego zachowania, zrozumienie krzywdy, jaką spowodował, i powstrzymanie przed podobnym zachowaniem w przyszłości;
- pokazanie społeczności szkolnej, że przemoc nie będzie tolerowana i że szkoła jest w stanie efektywnie zareagować w tego rodzaju sytuacji.



KROK PIĄTY:

Powiadom rodziców ucznia i omów z nimi zachowanie dziecka

- Poinformuj rodziców sprawcy o przebiegu zdarzenia.
- Przedstaw plan dalszego postępowania i podjęte przez szkołę środki dyscyplinarne wobec ich dziecka.
- Ustal zasady współpracy nad zmianą zachowania ucznia.
- Jeśli jest taka potrzeba, zaproponuj rozmowę z psychologiem lub pedagogiem szkolnym bądź skorzystanie z pomocy specjalistycznej placówki i udział w programie terapeutycznym.



KROK SZÓSTY:

Monitoruj zachowanie sprawcy

W trakcie interwencji sprawdzaj, czy uczeń realizuje ustalenia umowy, stara się poprawić swoje postępowanie i czy nie potrzebuje Twojej pomocy. Pamiętaj też o sile pozytywnych wzmocnień i bądź cierpliwy. Praca nad zmianą zachowania to dla Twojego ucznia trudne zadanie. Doceniaj jego wysiłki, udzielaj mu informacji zwrotnych i chwal, jeśli widzisz, że stara się zmienić swoje postępowanie. Pomagaj, jeśli nie radzi sobie z rozwiązywaniem internetowego konfliktu.



MÓJ UCZEŃ JEST ŚWIADKIEM CYBERPRZEMOCY

Stykając się z przemocą, najczęściej myślimy o szkodach, jakie są udziałem jej ofiar. W rzeczywistości konsekwencje ponoszą wszyscy uczestnicy takich sytuacji, w tym ich świadkowie.

Uczniowie będący świadkami aktów cyberbullyingu to ważni sojusznicy dorosłych w zapobieganiu przemocy. Ich postawa może przyczyniać się do rozprzestrzeniania się agresji, jeśli wspierają sprawcę, lub skutecznie ją zatrzymać, jeśli reagują w sytuacji krzywdzenia kolegi czy koleżanki – nie przyłączają się do sprawcy i jasno komunikują, że nie podoba im się takie zachowanie.

Świadkowie stanowią także cenne źródło informacji o tym, co się dzieje na forum klasy. Mogą pomóc w identyfikacji sprawcy przemocy i ustaleniu przebiegu zajścia. Należy pamiętać o otoczeniu ich profesjonalną opieką, podobnie jak uczniów będących obiektem prześladowania. **Ważne, by w wyniku interwencji nie narazić świadków na zemstę i groźby ze strony sprawcy. Postępowanie interwencyjne wymaga od wyjaśniającego sprawę dyskrecji i poufnego postępowania.** Występowaniu w roli świadka często towarzyszą trudne przeżycia – uczniowie boją się, że sami również mogą stać się obiektem prześladowań, obawiają się etykiety donosiiciela. Pamiętaj, aby zadbać o ich bezpieczeństwo. Gdy wyjaśniasz sprawę, nie konfrontuj świadka ze sprawcą, nie wywołuj ostentacyjnie z lekcji celem złożenia zeznań. Takie działanie może narazić go na odwet ze strony agresora. Brak dbałości o podstawowe zasady bezpieczeństwa może sprawić, że następnym razem uczeń nie podejmie działań na rzecz obrony słabszych i pokrzywdzonych oraz nie zgłosi zagrażającego zdarzenia.

Gdy uczeń zgłasza, że był świadkiem krzywdzenia kolegi lub koleżanki:

- Powiedz, że dobrze zrobił, zgłaszając fakt przemocy.
- Podkreśl, że wymagało to od niego wiele odwagi.
- Zapewnij o swojej dyskrecji.
- Nie ujawniaj jego danych, jeśli nie jest to konieczne (np. gdy sprawa została zgłoszona na policję).
- Zadbaj o jego bezpieczeństwo, nie upubliczniając jego udziału w sprawie.

- Podpowiedz, jak może pomóc krzywdzonemu koledze lub koleżance – kilka wskazówek znajdziesz poniżej.

Co możesz zrobić, gdy jesteś świadkiem cyberprzemocy wobec kolegi lub koleżanki?

- **Wyraż sprzeciw.** Jasno i wyraźnie okaż swój sprzeciw wobec prześladowania. Powiedz agresorom, że to, co robią, nie jest zabawne. Napisz post w obronie ofiary przemocy na stronie, na której znajduje się krzywdzący materiał.
- **Zgłoś cyberprzemoc** administratorowi serwisu.
- **Nie udostępniaj.** Jeśli otrzymałeś krzywdzące kogoś materiały, nie przesyłaj ich dalej. Nie „lajkuj” stron, które służą do prześladowania jakiejś osoby.
- **Zaangażuj innych.** Poproś kolegów z klasy, aby oni również nie przesyłali między sobą obraźliwych treści.
- **Poinformuj dorosłego** (nauczyciela, rodzica, pedagoga) o sytuacji, w której znalazł się Twój znajomy lub znajoma, albo zachęć tę osobę, aby sama to zrobiła.
- **Podpowiedz** koledze lub koleżance, gdzie może szukać pomocy, powiedz jej o telefonach zaufania i stronach pomocowych.
- **Wspieraj.** Okaż wsparcie nękaney osobie. Zrób dla niej coś miłego. To może być mała rzecz, która pokaże prześladowcom i ofierze, że nie jest sama – zaproś ją do wspólnej pracy na lekcji, porozmawiaj z nią na przerwie, zjedzcie razem obiad w szkolnej stołówce.

CYBERPRZEMOC A PRAWO

W polskim prawie **nie ma definicji cyberprzemocy**. Brak również przepisów wprost regulujących to zjawisko. Nie oznacza to jednak, że nie możemy się przed nią bronić, a sprawcy pozostają całkowicie bezkarni.

W celu ochrony dzieci przed przemocą w internecie można wykorzystywać istniejące regulacje – zarówno przepisy prawa karnego, jak i kodeksu cywilnego.

Niektóre akty internetowej agresji naruszają obecnie obowiązujące prawo (są uznawane za przestępstwo lub wykroczenie) i mogą zostać zgłoszone na policję, do prokuratury lub do sądu. Są to: zniesławienie lub zniewaga, naruszenie wizerunku, stalking, podszywanie się pod kogoś, groźby, włamania. W przypadku tych przestępstw bądź wykroczeń ściganie sprawcy cyberprzemocy następuje po złożeniu wniosku przez osobę pokrzywdzoną.

ZNIESŁAWIENIE, ZNIEWAGA

Przesyłanie obraźliwych treści i opinii, tworzenie ośmieszających stron internetowych, rozsyłanie za pomocą telefonu kompromitujących materiałów, rozsiewanie plotek i pomówień.

Przykład: Kolega rozesłał do wszystkich osób w klasie przerobione zdjęcie koleżanki, na którym jej twarz doklejona została do tułowia świni.

NARUSZENIE WIZERUNKU

Zamieszczenie zdjęcia lub filmu z udziałem ucznia na stronie internetowej lub portalu społecznościowym, rozesłanie bez jego zgody zdjęcia lub filmu z jego udziałem drogą e-mailową, telefonem komórkowym.

Przykład: Koleżanki zamieściły na klasowym portalu zdjęcia dziewczynki znad morza w kostiumie kąpielowym z podpisem „Uwaga! Wieloryb na plaży”.

WŁAMANIA

Włamania do miejsca w internecie strzeżonego hasłem, np. na konto e-mailowe, profil w serwisie społecznościowym czy bloga w celu uzyskania dostępu do informacji lub niszczenia/zmieniania zamieszczonych tam materiałów.

Przykład: Ktoś włamał się na fotobloga nastolatki na Instagramie i usunął wszystkie zdjęcia, które zamieszczała tam od kilku lat.

KRADZIEŻ TOŻSAMOŚCI (PODSZYWANIE SIĘ)

Podawanie się za pokrzywdzonego (po uprzednim włamaniu się na jego konto i uzyskaniu dostępu np. do jego poczty, konta w komunikatorze itp.) i wysyłanie w jego imieniu wiadomości, nieprawdziwych informacji do innych osób; rozpowszechnianie nieprawdziwych informacji o ofercie.

Przykład: Koleżanka z klasy założyła koledze konto na portalu randkowym, na którym zamieściła jego zdjęcie i podała jego adres e-mailowy wraz z informacją, że jest chętny do świadczenia usług towarzyskich w zamian za pieniądze.

GROŻBY

Przesyłanie gróźb drogą e-mailową lub za pomocą innych narzędzi dostępnych w internecie, takich jak czat, komunikatory, forum itp.

Przykład: Ktoś nieznany przesyła chłopakowi na komunikatorze wiadomości o treści: „W końcu cię dopadniemy, debilu!”, „Zdychaj, śmieciu!”. Do jednej z nich dołączone było zdjęcie szkoły, do której chodzi.

CYBERSTALKING

Wielokrotne wysyłanie komuś w internecie lub przy użyciu telefonu niechcianych informacji, zdjęć, bardzo częste wysyłanie e-maili i informacji za pomocą komunikatorów czy czatów mimo braku zgody odbiorcy.

Przykład: Po rozstaniu z chłopakiem dziewczyna otrzymuje od niego po kilkadziesiąt SMS-ów i e-maili dziennie. Bardzo często chłopak pisze w nich, że wie, z kim ona się spotyka, gdzie chodzi po szkole itp.

NIKTÓRE PRZESTĘPSTWA TO TZW. PRZESTĘPSTWA ŚCIGANE Z URZĘDU:

- ▲ opublikowanie w internecie, w jakiegokolwiek formie, filmu lub zdjęcia nagiej osoby poniżej 18. roku życia (jest to przestępstwo rozpowszechniania pornografii z udziałem dziecka);
- ▲ znieważenie grupy osób na tle religijnym, etnicznym itp.;
- ▲ stalking w przypadku, gdy jego następstwem było targnięcie się na życie ofiary cyberprzemocy.

W tych sytuacjach policja lub prokuratura mają obowiązek wszczęcia postępowania niezależnie od tego, czy osoba poszkodowana złoży wniosek o ściganie sprawcy, czy nie.

Osoby lub instytucje publiczne (np. szkoły) posiadające wiedzę o tego rodzaju przestępstwach mają obowiązek zawiadomić o nich policję lub prokuraturę, która następnie zobowiązana jest wszcząć właściwe postępowanie. Podjęcie postępowania przez organy ścigania w tej sytuacji nie wymaga złożenia wniosku o ściganie sprawcy przez osobę poszkodowaną.

Pamiętaj!

Wobec sprawców, którzy nie ukończyli 17. roku życia, niezależnie od formy cyberprzemocy, odpowiedzialność za popełnione czyny ustala sąd rodzinny i nieletnich.

W przypadku cyberprzemocy w stosunku do dzieci, czyli osób poniżej 18. roku życia, wszystkie działania prawne realizują rodzice lub opiekunowie prawni.

Decydując się na podjęcie kroków prawnych, należy mieć świadomość, że w praktyce droga ta może okazać się skomplikowana i kosztowna. Sprawy cywilne trwają zwykle bardzo długo i wymagają wniesienia wysokich opłat sądowych. Brak współpracy ze strony wielu administratorów sieci często utrudnia ustalenie sprawcy, a rodzice reprezentujący dziecko jako osoby

fizyczne, a nie uprawnione instytucje, ze względu na Ustawę o ochronie danych osobowych, mają ograniczoną możliwość uzyskania informacji o cyberagresorze. Szczegółowy opis działań prawnych, jakie możesz podjąć w sytuacji różnych form cyberprzemocy, wraz ze wzorami pism procesowych znajdziesz w poradniku „[Jak reagować na cyberprzemoc? Poradnik dla szkół](#)”, dostępnym m.in. na platformie OSE IT Szkoła (it-szkola.edu.pl).



GDZIE SZUKAĆ POMOCY?

Istnieją różne zespoły i linie pomocowe zajmujące się sprawami dotyczącymi bezpieczeństwa dzieci, także w internecie. Na stronach internetowych tych instytucji znajdziesz informacje i wskazówki, które podpowiedzą Ci, jak rozwiązać problem cyberprzemocy. Możesz również skorzystać ze wsparcia i porad pracujących tam specjalistów, dzwoniąc na infolinię, korzystając z czatu lub wysyłając e-mail. Z takiej pomocy może także skorzystać Twój uczeń i jego rodzice – dla dzieci prowadzone są specjalne strony internetowe i infolinie.

TELEFON DA RODZICÓW I NAUCZYCIELI



Bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i online dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie przeciwdziałania przemocy, a także pomocy psychologicznej dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności, takie jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, depresja i obniżony nastrój, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania. Linia czynna jest od poniedziałku do piątku w godzinach 12.00–15.00. Więcej informacji znajdziesz na stronie <https://800100100.pl/>.

TELEFON ZAUFANIA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY



Bezpłatny i anonimowy telefon dla dzieci i młodzieży prowadzony przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę. Telefon dostępny jest codziennie, 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu. Dzieci i młodzież mogą także zarejestrować się na stronie internetowej i napisać wiadomość do

konsultantów pełniących dyżur online.
Więcej informacji znajdziesz na stronie
<https://116111.pl/>.

DZIECIĘCY TELEFON ZAUFANIA RZECZNIKA PRAW DZIECKA



Bezpłatna telefoniczna linia interwencyjna dla dzieci i młodzieży. Osoby dorosłe mogą zgłaszać problemy dzieci lub rażące zaniedbania względem nich. Telefon jest czynny codziennie, 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu. Więcej informacji na stronie <https://brpd.gov.pl/telefon-zaufania>.

DYŻURNET.PL



Zespół ekspertów NASK, działający jako punkt kontaktowy do zgłaszania nielegalnych treści w internecie, szczególnie związanych z seksualnym wykorzystywaniem dzieci. Zgłoszenia o potencjalnie nielegalnych treściach można przekazywać za pomocą formularza, na adres e-mailowy lub przez infolinię 0 801 615 005. Szczegółowe informacje znajdziesz na stronie <https://dyzurnet.pl/>.

PRZYDATNE STRONY

Jeśli chciałbyś dowiedzieć się więcej o tym, jak dbać o bezpieczeństwo dzieci w internecie, zachęcamy do odwiedzenia stron internetowych instytucji działających na rzecz bezpieczeństwa najmłodszych użytkowników internetu. Znajdziesz tam ciekawe informacje, materiały i porady – nie tylko dotyczące cyberprzemocy.

OSE IT Szkoła <https://it-szkola.edu.pl/>

Akademia NASK <https://akademia.nask.pl>

Program Safer Internet www.saferinternet.pl

Strona kampanii „Nie zagub dziecka w sieci”
www.gov.pl/niezagubdzieckawsieci

Dyżurnet.pl www.dyzurnet.pl

Cybernauci www.cybernauci.edu.pl

Cyfrowobezpieczni www.cyfrowobezpieczni.pl

Fundacja Orange www.fundacja.orange.pl

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę www.fdds.pl

Fundacja Dbam o Mój Zasięg <https://dbamomojzasieg.pl/>

BIBLIOGRAFIA

- Barlett C.P., Gentile D.A., (2012), *Attacking Others Online: The Formation of Cyberbullying in Late Adolescence*, Psychology of Popular Media Culture 2012, Vol. 1, No. 2, 123–135 [online, dostęp z dn. 23.04.2021].
- Bąk A., (2016), *Korzystanie z urządzeń mobilnych przez małe dzieci w Polsce. Wyniki badania ilościowego*, Warszawa: Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę.
- Borkowska A., Szymańska J., Witkowska M., (2012), *Przeciwdziałanie agresji i przemocy w szkole. Poradnik dla nauczycieli*, Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji [online, dostęp z dn. 23.04.2021].
- Borkowska A., Witkowska M., (2017), *Media społecznościowe w szkole*, Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy [online, dostęp z dn. 23.07.2019].
- Hinduja S., Patchin J.W., (2019), *Cyberbullying Identification, Prevention, and Response*, Cyberbullying Research Center [online, dostęp z dn. 23.04.2021].
- Lange R. (red.), (2021), *Nastolatki 3.0. Raport z ogólnopolskiego badania uczniów*, Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy.
- Lange R. (2019), *Rodzice Nastolatków 3.0. Raport z ogólnopolskiego badania społecznego*, Warszawa: NASK – Państwowy Instytut Badawczy, 2019 [online, dostęp z dn. 23.04.2021].
- Office For Internet Safety, (2008), *Get With It! A Guide To Cyberbullying*, Brunswick Press Ltd. [online, dostęp z dn. 23.04.2021].
- Podlewska J., (2009), *Odpowiedzialność prawna za cyberprzemoc w stosunku do nieletnich*, „Dziecko Krzywdzone. Teoria. Badania. Praktyka”, tom 8, nr 1, s. 47–56.
- Pyżalski J., (2015), *Przemoc rówieśnicza – o czym musimy pamiętać a często zapominamy*, Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji [online, dostęp z dn. 23.04.2021].
- Pyżalski J., (2012), *Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży*, Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls” [online, dostęp dn. 16.04.2021].
- Pyżalski J., (2009), *Agresja elektroniczna wśród dzieci i młodzieży*, Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Walrave M., Heirman W., (2009), *Skutki cyberbullyingu – oskarżenie czy obrona technologii?*, „Dziecko Krzywdzone. Teoria. Badania. Praktyka”, tom 1, nr 8, 27–46. [online, dostęp z dn. 23.04.2021]
- Wojtasik Ł. (red.), (2009), *Jak reagować na cyberprzemoc. Poradnik dla szkół*, Warszawa: Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę [online, dostęp z dn. 16.04.2021].

Państwowy Instytut Badawczy NASK

NASK jest Państwowym Instytutem Badawczym nadzorowanym przez Kancelarię Prezesa Rady Ministrów. Prowadzi badania naukowe i prace rozwojowe na rzecz bezpieczeństwa systemów sieciowych, a także nad technologiami opartymi na najnowocześniejszych rozwiązaniach, wykorzystujących sztuczną inteligencję i zaawansowaną analizę danych. NASK na mocy ustawy o Krajowym Systemie Cyberbezpieczeństwa pełni zadania jednego z trzech Zespołów Reagowania na Incydenty Komputerowe (CSIRT) poziomu krajowego. Instytut realizuje strategiczne programy z obszaru cyfryzacji Polski, a także prowadzi rejestr domeny .pl, w którym znajduje się ponad 2,6 mln domen. NASK wypełnia misję edukacyjną, ekspercką i popularyzatorską na rzecz podnoszenia poziomu kompetencji cyfrowych oraz świadomości bezpieczeństwa użytkowników sieci.

Program Ogólnopolska Sieć Edukacyjna (OSE) jest realizowany przez Państwowy Instytut Badawczy NASK pod nadzorem Kancelarii Prezesa Rady Ministrów i współfinansowany z Programu Operacyjnego Polska Cyfrowa (POPC) na lata 2014–2020. OSE to program publicznej sieci telekomunikacyjnej, dającej szkołom w całej Polsce możliwość podłączenia szybkiego, bezpłatnego i bezpiecznego internetu. W ramach programu OSE prowadzone są także działania edukacyjno-informacyjne, promujące zasady bezpiecznego korzystania z technologii cyfrowych. Więcej informacji na stronach: www.ose.gov.pl oraz www.it-szkola.edu.pl.

NASK – współtworzymy rewolucję cyfrową w Polsce!

Kontakt:

ul. Kolska 12, 01-045 Warszawa
+48 22 182 55 55
ose@nask.pl
ose.gov.pl

Dofinansowano ze środków budżetu państwa

