



Cyberprzemoc

*Poradnik dla nauczycieli i wszystkich
zainteresowanych problemem
przemocy w sieci*

Rezultat projektu TABASCO nr 3

2023

Projekt TABASCO został zrealizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Projekt i wszystkie jego rezultaty, w tym niniejszy poradnik, odzwierciedlają jedynie stanowisko jego autorów, a Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w nich zawartość merytoryczną.

Niniejszy poradnik został opracowany w ramach projektu „TABASCO – stop cyberprzemocy wśród dzieci i młodzieży” (ang. „**A Targeted Anti-Bully Approach in Schools by Campaigning and Organizing**”), realizowanego w ramach PROGRAMU ERASMUS+, Akcja 2. Partnerstwa na rzecz gotowości do edukacji cyfrowej (KA226) w sektorze Edukacja szkolna.

Skierowany jest do wykorzystywania przez nauczycieli różnych przedmiotów, a także innych osób pracujących z młodzieżą, by wspierać ich w codziennej pracy z uczniami. Celem tego narzędzia jest zwiększenie potencjału nauczycieli poprzez wyposażenie ich w nowe umiejętności i wiedzę. Użytkownicy pracujący z tym poradnikiem mogą podnieść swoje kompetencje w zakresie podejmowania działań dotyczących zapobiegania aktów cyberprzemocy wśród młodych ludzi.

Znajdziesz tu zbiór metod, które zostały przetestowane w fazie eksperymentalnej projektu TABASCO. Inne nie zostały przetestowane przez zespół TABASCO, jednakże uznane zostały za dobre przykłady w zapobieganiu przemocy w sieci. Wszystkie zaprezentowane tu metody opracowane zostały przez ekspertów i nauczycieli w zakresie edukacji formalnej i pozaformalnej i wybrane przez organizacje partnerskie projektu jako dobre, sprawdzone rozwiązania.

SPIS TREŚCI

WSTĘP	3
O projekcie TABASCO	3
Metodologia TABASCO	4
społeczność przeciwko cyberprzemocy	5
1. Podejście całej szkoły i społeczności do zapobiegania przemocy w sieci wśród dzieci i młodzieży	5
2. Przemoc, a społeczeństwo.....	6
3. Społeczność	7
4. Między poznaniem a działaniem	7
5. Rola społeczne i zmiana zachowania.....	8
6. Rola społeczności szkolnej.....	8
Kompleksowe podejście do zapobiegania i walki z cyberprzemocą w Bułgarii, Polsce, Portugalii, Rumunii, w Niderlandach i we Włoszech	10
1. Wprowadzenie.....	10
2. Podejście przekrojowe.....	10
3. Metody i narzędzia	12
Kontekst krajowy	14
(A) WIEDZA / (B) PREWENCJA.....	14
(C) Wsparcie i odbiór	20
Zasoby i narzędzia	26
1. Porady i wskazówki (ang. Bag of tricks).....	26
2. Webquesty na temat cyberprzemocy	28
3. Dodatkowe materiały i źródła informacji	29
Wskazówki dla podejmujących inicjatywy przeciwko (cyber)przemocy	34
Jak przeciwdziałać (cyber)przemocy – przykłady ćwiczeń	38
Słowniczek terminów	71
PODSUMOWANIE	73

WSTĘP

O projekcie TABASCO

Rozwój nowych technologii i mediów społecznościowych sprzyja pojawianiu się różnych form przemocy w sieci, które mogą mieć emocjonalne konsekwencje dla rozwoju i równowagi psychicznej młodych ludzi. Chociaż nie wszystkie te działania mają miejsce w czasie zajęć, to przede wszystkim w szkole możemy podejmować różnego rodzaju działania mające na celu zapobieganie i zwalczanie wszelkich jej form.

Edukacja włączająca wymaga uwzględnienia różnorodności i złożoności uczniów. Aby stawić czoła złożoności zachowań indywidualnych i zbiorowych, mechanizmy interwencji w środowisku szkolnym powinny opierać się na zasadach podejścia holistycznego i systemowego. Wychodząc z założenia, że cyberprzemoc obejmuje złożoną sieć relacji, w których choć ofiara i agresor są głównymi bohaterami, nie możemy pominąć innych osób - świadków którzy odgrywają istotną rolę w zapobieganiu/wspieraniu lub wzmacnianiu tego typu przemocy rówieśniczej.

1. Cele

Główne cele projektu TABASCO to przede wszystkim:

- Pokazanie nauczycielom i osobom zarządzającymi placówkami oświatowymi, jak można wykrywać przemoc w Internecie i jak wspierać młode ofiary;
- Podnoszenie świadomości rodziców i opiekunów na temat konieczności i sposobów obserwowania młodych ludzi w ich zachowaniach i nawykach w Internecie, by mogli pomóc swoim dzieciom unikać cyberprzemocy, a także by wiedzieli więcej na temat rodzaju wsparcia, jakie mogą zapewnić lub do kogo się zwrócić, jeśli już staną się ofiarami;
- Podnoszenie świadomości uczniów i innych członków społeczności edukacyjnej na temat konkretnych środków i narzędzi opracowanych w ramach projektu TABASCO, które okazują się skuteczne w walce z cyberprzemocą;
- Zachęcenie młodych ludzi do podejmowania działań przeciw przemocy, co ma przynieść korzyści całej społeczności.

Metodologia TABASCO

Metodologia, którą tu prezentujemy, oferuje sprawdzone praktyki przeciwdziałania przemocy w Internecie skierowane do osób pracujących z uczniami w wieku od 9 do 19 lat. Metody te mogą być stosowane przez nauczycieli i pedagogów, niezależnie od przedmiotu, którego nauczają.

Pierwsza część niniejszego poradnika zawiera przydatne wskazówki, porady i szczegółowe informacje dla osób podejmujących inicjatywę przeciwdziałającą cyberprzemocy. W drugiej części przedstawione zostały opisane krok po kroku przykłady działań dla nauczyciela do ich wykorzystania podczas pracy z uczniami. Ponieważ grupa rówieśnicza odgrywa ważną rolę w momencie, w którym dochodzi do cyberprzemocy, proponujemy jedynie metody, które można zastosować w pracy grupowej. Przedstawione aktywności mają różny czas trwania. Oznacza to, że nauczyciel zainteresowany wykorzystaniem poszczególnych proponowanych tu metod, powinien z odpowiednim wyprzedzeniem zaplanować ich wykorzystanie w ciągu roku szkolnego.

Aby podnosić świadomości na temat problemu przemocy w Internecie organizować możemy m.in.:

- kampanie społeczne,
- portale, poprzez które można zgłaszać przypadki przemocy w Internecie,
- programy przeciwdziałania cyberprzemocy dla uczniów, realizowane przez cały rok np. przez odpowiedzialnych nauczycieli,
- szkolenia mające na celu przeszkolenie nauczycieli odpowiedzialnych za realizację programu przeciwdziałania i wykrywania różnych form przemocy w sieci
- szkolenia dla dzieci i młodzieży,
- szkolenia dla rodziców i opiekunów,
- szkolenia dla pracowników oświaty.

SPOŁECZNOŚĆ PRZECIWKO CYBERPRZEMOCY

1. Podejście całej szkoły i społeczności do zapobiegania przemocy w sieci wśród dzieci i młodzieży

Model SAFER - opis

Każde dziecko w każdej szkole zasługuje na bezpieczeństwo, zaangażowanie i odpowiednie wsparcie. Na tym skupia się kompleksowy model „*Whole School, Whole Community, Whole Child (WSCC) Model*”, który w dosłownym tłumaczeniu to „*Cała szkoła, cała społeczność, całe dziecko*”. To model wypracowany w ramach projektu badawczego SAFER we współpracy organizacji z różnych krajów europejskich pracujących na co dzień w dziedzinie edukacji i psychologii. Model WSCC wzmacnia ujednolicone i oparte na współpracy podejście mające na celu dbanie o dobrostan uczniów w Unii Europejskiej. To kompleksowe podejście skierowane do całej szkoły, czerpiące zasoby i wpływy z całej społeczności i służące zaspokajaniu potrzeb tej społeczności. Model WSCC reprezentuje ideę, że dzieci muszą być w centrum uwagi przy podejmowaniu decyzji. Dlatego wszystkie zasady, praktyki i programy powinny dążyć do tego by stwarzać warunki bezpiecznego wsparcia dla młodych ludzi wymagających pomocy. WSCC został wypracowany m.in. do promowania wszelkich działań (w szkole i poza szkołą) mających na celu przeciwdziałanie różnym form przemocy w Internecie. WSCA opiera się przede wszystkim na związku pomiędzy szkołą i społecznością, a poziomem zachowań osób stosujących przemoc rówieśniczą.

Kluczową rolę odgrywają tu:

- nabywanie kompetencji społecznych i obywatelskich, takich jak zrozumienie, szacunek, odpowiedzialność społeczna, rozwiązywanie konfliktów czy obywatelstwo. To prawa człowieka, które stanowią także podstawę tworzenia bezpiecznych klas, szkół i społeczeństwa, opartych na tych wartościach,
- promowanie wspólnych pozytywnych i demokratycznych wartości etycznych, ideologicznych, politycznych, psychospołecznych postrzeganych jako jeden wspólny obszar, w którym można zaprojektować strategie zapobiegania i radzenia sobie z przemocą rówieśniczą w sieci
- podnoszenie wiedzy i świadomości na temat korzystania z podstawowych praw (uczestnictwa, włączenia społecznego, wolności myśli i wypowiedzi itp.) umożliwiających

uczniom przestrzeganie i korzystanie z tychże praw oraz poszanowanie i przestrzeganie praw innych osób.

- tworzenie wspierającego środowiska, w którym młodzi ludzie są zachęceni do wykorzystywania swojego osobistego potencjału, w którym funkcjonują, uczą się i rozwijają emocjonalnie, przy wsparciu nauczycieli działających w kulturze, która w równym stopniu ceni ich własne dobro,
- bezpośrednio zaangażowanie nie tylko nauczycieli, uczniów, personelu szkół czy specjalistów współpracującymi ze szkołą, ale także rodziców i szerszej społeczności otaczającej szkołę.

Jak zacząć?: Metoda rozpoczyna się od analizy wewnętrznego wymiaru osobowego uczniów (poziom osobisty) (kwestionariusz biograficzny), zatem wykorzystanie pozostałych trzech wymiarów (klasa – szkoła – społeczność) oznacza zapewnienie pełnego zaangażowania i wzmocnienia pozycji uczniów jako bohaterów przeciwdziałania przemocy rówieśniczej. WSCA „promuje w ten sposób znaczący udział dzieci i młodzieży w wysiłkach mających na celu zapobieganie przemocy i znęcaniu się w szkole oraz reagowaniu na takie akty.”

Podejście WSCA:

- opiera się na zaangażowaniu nauczycieli, uczniów i całego personelu szkoły,
- promuje zachowania prospołeczne wraz z przeciwdziałaniem cyberprzemocy, jako jednej z form przemocy rówieśniczej,
- wykorzystuje wieloaspektowe strategie i narzędzia dydaktyczne, które działają na różnych poziomach systemów szkolnych i społecznych,
- pozwala na wybór zajęć i komponentów, które pasują do kontekstu i celów każdej szkoły i które można dostosować do potrzeb każdej szkoły i docelowego wieku uczniów.

2. Przemoc, a społeczeństwo

Przemoc rówieśnicza jako koncepcja pojawiła się w latach 70. i 80. XX wieku wraz z kategoryzacją przemocy w środowisku szkolnym, zgodnie z którą dana ofiara cierpi ze strony agresora lub grupy agresorów. Przemoc ta objawia się nierównymi szansami oprawcy i ofiary. Do tego powoduje cierpienie fizyczne i/lub psychiczne oraz izolację społeczną ofiary.

„Mamy zatem do czynienia z formą destrukcyjnej relacji społecznej, na którą duży wpływ ma dynamika społeczna podyktowana między innymi przez grupy rówieśnicze, systemy i procedury organizacji szkoły, etykę i zwyczaje samej otaczającej społeczności”.¹

Jeśli formy agresji, przemocy rówieśniczej oraz swobodnego lub świadomie motywowanego afirmowania władzy wśród dzieci i młodych ludzi są praktykami znanymi, a nawet usprawiedliwionymi, przemoc w sieci skupi się szczególnie na cierpieniu, jakie powoduje oprawca, a które często pozostaje niezauważone.

Istnieje wiele badań nad tym zjawiskiem. Znaczenie społeczności w zajęciu się problemem, jego łagodzeniu lub eliminowaniu uznaje się za kluczowe od czasu pierwszych badań i teorii Dana Olweusa z lat 70. XX wieku. Rola społeczności nabiera tu szczególnego znaczenia.

3. Społeczność

Bycie częścią wspólnoty jest elementem rozwoju indywidualności i osobowości każdego z nas, promując odniesienia znaczeniowe, agregując praktyki i aksjologicznie określając granice naszych wartości i zachowań. Akty, motywacja i konsekwencje przemocy rówieśniczej, których młodzi ludzie doświadczają indywidualnie, mają pośredni wpływ na społeczność, dynamikę grupy, dobrostan dzieci i młodzieży, ale także nie pozostają bez wpływu np. na ich rodziców.² W związku z tym jednostka odgrywa kluczową rolę w zwalczaniu form przemocy.

4. Między poznaniem a działaniem

Planując działania mające na celu zapobieganie i zwalczanie przemocy w sieci, nie powinno się zapominać o roli, jaką odgrywa afektywny i psychospołeczny aspekt.

Jeśli z jednej strony pojawiają się propozycje zajęć nakierowanych na poznanie problemu przemocy w sieci, takie jak wykłady i zajęcia promujące indywidualną refleksję, z drugiej strony prezentowane są zajęcia z zakresu dynamiki grupowej, w ramach których omawiane są koncepcje, idee i postawy ofiar i oprawców. Działania te mają zarówno wymiar (re)konstruktywny z koncepcyjnego punktu widzenia, jak i wymiar afektywny, jeśli chodzi o to, jak dzieci rozumieją lub przedstawiają zjawisko przemocy.

¹ José Ilídio Alves de Sá. 2012. *Bullying in Schools: Prevention and Intervention*. U.S., Aveiro

² Olweus, D. (2005). *Bullying at School: what we know and what we can do*. Oxford: Blackwell Publishing, p.59. apud Arede, Jorgelina Antónia Gomes. *Bullying in a school context: a case study*. 2016. UA Aveiro <https://ria.ua.pt/bitstream/10773/18410/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o.pdf>

Działania kierowane są do dzieci i młodzieży, gdzie jednocześnie w danej grupie wiekowej występuje większa częstość występowania przemocy i większe znaczenie ma w tym grupa rówieśnicza.

5. Rola społeczne i zmiana zachowania

Reprezentacja mentalna i komponenty afektywne to dwa z trzech elementów postaw uczniów, a zachowanie to trzeci z nich. Zatem podejście to obejmuje zmianę zachowań i uczuć. Można je łatwiej zmienić, jeśli społeczność rozumie powagę cyberprzemocy i przedstawia je jako negatywne zachowanie.

Dlatego ważne jest rozwijanie działań angażujących grupy lub znaczące grupy społeczności, którymi w przypadku szkoły są przede wszystkim osoby z najbliższego otoczenia (nauczyciele, pracownicy szkoły, rodzice, opiekunowie), ale także osoby mające znaczenie w niesieniu wsparcia (funkcjonariusze policji, agenci polityczni, lekarze, psycholodzy i inni).

6. Rola społeczności szkolnej

Nauczyciel odgrywa istotną rolę w zapobieganiu i identyfikowaniu zachowań świadczących o przemocy, a także w zamierzonym i częstym rozwijaniu umiejętności społecznych i emocjonalnych w klasie.

Tematy do opracowania: szkolenie na temat prześladowania i innych form przemocy w sieci oraz większa uwaga/zaangażowanie w zajęcia.

Programu rozwoju umiejętności i roli społeczności szkolnej w walce z cyberprzemocą może zawierać:

- kwestionariusz (co klasa myśli i wie na temat form cyberprzemocy);
- prezentację wyników, dyskusję;
- ćwiczenia na „przełamywanie lodów”;
- pracę nad większą samoświadomością i poznaniem siebie oraz budowaniem relacji międzyludzkich;
- część informacyjna na temat cyberprzemocy, w tym dyskusja;
- komunikacja;
- zarządzanie emocjami;
- umiejętności w zakresie relacji i interakcji z rówieśnikami.

Programy wzajemnego **wsparcia koleżeńskie** opierają się na założeniu, że grupa uczniów udziela wsparcia swoim rówieśnikom i uczy się od nich. To odpowiedzialni uczniowie reprezentujący populację studencką, którzy chcą coś zmienić i dbają o tę kwestię.

Tematy do opracowania: część informacyjna na temat przemocy i cyberprzemocy, komunikacja i aktywne słuchanie, zrozumienie problemów występujących wśród rówieśników w zakresie zagadnień związanych z przemocą.

Rodzice i opiekunowie prawni odgrywają kluczową rolę w kształtowaniu zachowań swoich dzieci oraz we wspieraniu ich w przypadku kiedy są ofiarami lub prześladowcami. Szkolenie dla rodziców i opiekunów powinno mieć na celu m.in. przekazanie informacji na temat cyberprzemocy, jako jednej z form przemocy. Podczas szkolenia wskazanym jest, aby rodzice otrzymali propozycje aktywności, rodzice mogą wykonywać ze swoimi dziećmi, aby rozwijać ich umiejętności społeczne i emocjonalne.

Tematy do opracowania: Informacje na temat znęcania się i cyberprzemocy, znaki ostrzegawcze (zauważenie, że Twoje dziecko może być ofiarą znęcania się lub samo stosuje przemoc) oraz strategie pomagające mu między innymi bezpiecznie surfować po Internecie.

Pracownicy szkoły to te osoby, które często mają możliwość aktywnie obserwować zachowania uczniów i którzy często słuchają i pomagają w rozwiązywaniu konfliktów rówieśniczych, także tych które mają miejsce poza szkołą. Kadra w szkole powinna podejmować w działaniach mających na celu bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w szkole, przyczyniając się do tworzenia dobrego środowiska szkolnego.

Tematy do opracowania: Część dotycząca prześladowania i innych form przemocy w sieci, znaków ostrzegawczych (znaki, że uczeń może być ofiarą znęcania się lub angażuje się w przemoc), komunikacji i aktywnego słuchania oraz strategii rozwiązywania konfliktów.

W związku z tym, aby wybrać i wdrożyć jakąkolwiek praktykę przeciwdziałania cyberprzemocy, proponujemy, aby w każdej instytucji, a nawet kraju zaczęto od zidentyfikowania „osoby pierwszej linii”. Oznaczałoby to zidentyfikowanie osoby ściśle współpracującej z młodzieżą, co mogłoby stanowić ważne odniesienie do informowania i podnoszenia świadomości na temat problemu przemocy w sieci i odpowiedzialnego korzystania z Internetu.

Następnie ważne może być zidentyfikowanie specjalistów lub instytucji w społeczności, które można zaangażować w zwiększenie wpływu działań, takich jak policja, nauczyciele, psychologowie i inne osoby. W dalszym etapie proponujemy wybór pomiędzy zajęciami wymienionymi w tym kompendium, zgodnie z charakterystyką grupy (wiek dzieci, wielkość grupy itp.), konkretnymi celami i kontekstem, w jakim się one odbywają.

Kompleksowe podejście do zapobiegania i walki z cyberprzemocą

w Bułgarii, Polsce, Portugalii, Rumunii, w Niderlandach i we Włoszech

1. Wprowadzenie

Różne formy przemocy w Internecie, z niepokojącą częstotliwością mają niszczycielskie skutki w życiu dzieci i młodzieży oraz negatywny wpływ na różne poziomy życia osoby doświadczającej przemocy. Co więcej, w mniejszym lub większym wymiarze, mają także wpływ na najbliższe otoczenie. Złożoność problemu cyberprzemocy wynika z sytuacji legislacyjnej różnych krajów. Dzięki różnym programom Unii Europejskiej realizowanych jest wiele inicjatyw mających na celu podnoszenie świadomości na temat problemu, zapobieganie i interwencję, które umożliwiają i promują globalne podejście do problemu.

Eksperti zalecają interwencję przede wszystkim na poziomie społeczności, ale także angażowanie różnych sektorów społecznych, czy jednostek, dla których skierowane są programy mogące zapobiegać i walczyć z cyberprzemocą.

2. Podejście przekrojowe

Zapobieganie i zwalczanie przemocy w szkole, zwłaszcza prześladowania i cyberprzemocy, wydaje się być kluczowe dla osiągnięcia Celów Zrównoważonego Rozwoju na lata 2016-2030, które mają na celu zapewnienie wysokiej jakości, dostępnej i sprawiedliwej edukacji oraz promowanie możliwości uczenia się przez całe życie, rozwijając spokojne i włączające społeczeństwa. Badanie UNICEF przeprowadzone w 30 krajach wskazuje, że co trzeci młody człowiek twierdzi, że stał się ofiarą cyberprzemocy, a jeden na pięciu przyznał, że porzucił szkołę z powodu cyberprzemocy i przemocy <https://youtu.be/HBuqPf68VMw> e <https://cybervengers.club/pt-pt/>.

Badania przeprowadzone przez UNESCO „Za liczbami: zakończenie przemocy i znęcania się w szkole” – <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000366483> – przeprowadzone w 2019 r. i objęło 144 kraje, pokazują, że 1 na 3 dzieci doświadczyło przemocy w ciągu ostatniego miesiąca, wskazując tym samym na potrzebę:

- a) wdrożenia polityk zapobiegających przemocy i zastraszaniu w szkole oraz reagowania na te zjawiska;
- b) szkolenia i wsparcia dla nauczycieli w zakresie zapobiegania przemocy i zastraszaniu w szkole;

c) promowania podejścia obejmującego całą społeczność, w tym uczniów, nauczycieli, techników, pracowników obsługi, rodziców/opiekunów i władze lokalne;

d) udzielania informacji i wsparcia dzieciom, młodzieży i ich rodzinom.

W 2020 roku UNESCO we współpracy z francuskim Ministerstwem Edukacji, Młodzieży i Sportu zorganizowało Międzynarodową Konferencję poświęconą Przemocy Szkolnej <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374794> Komitet naukowy zaproponował kompleksowe podejście edukacyjne do skutecznego przeciwdziałania przemocy szkolnej. Rozpoznano związek między szkołą a społecznością, który obejmuje system edukacyjny, system społeczny i system technologiczny. Globalne podejście do zapobiegania i zwalczania przemocy szkolnej zawiera 9 elementów takich jak: konsekwentne i jasne polityki, wzmocnienie nauczycieli w zakresie przeciwdziałania przemocy szkolnej, plany nauczania i uczenia się, które sprzyjają środowisku opiekuńczemu, bezpieczne otoczenie, formy zgłaszania i wsparcia dla ofiar, uczestnictwo wszystkich aktorów w społeczności szkolnej, wzmocnienie i uczestnictwo uczniów, współpraca między sektorem edukacyjnym a innymi sektorami społeczeństwa, monitorowanie i ocena interwencji.

Godne uwagi są dwie zasady przewodnie:

- unikać odosobnionych środków, ponieważ są one nieskuteczne;
- dzieci i młodzież powinny być zaangażowane w projektowanie, wdrażanie i ocenę metod.

RADA EUROPA. PARLAMENT I KOMISJA EUROPEJSKA

Rada Europy opracowała strategię dotyczącą praw dziecka, gdzie założyła priorytetowy obszar "życie wolne od przemocy dla wszystkich dzieci", a co za tym idzie, zajęła się kwestią przemocy w szkołach, w ramach Karty Rady Europy dotyczącej Edukacji Obywatelskiej i Edukacji na rzecz Praw Człowieka. Realizując podejście przekrojowe, Rada Europy wsparła „wzmocnienie roli edukacji w zapobieganiu określonym formom przemocy, takim jak znęcanie się w szkołach, znęcanie się na tle homofobicznym, cyberprzemoc i przemoc związana z radykalizacją”.³

Strategia ta została opracowana w oparciu o aktualną Strategię Rady Europy na rzecz praw dziecka na lata 2022–2027.⁴ Rezolucja Parlamentu Europejskiego z dnia 12 kwietnia 2016 r. w sprawie uczenia się

³ Estratégia do Conselho da Europa sobre os Direitos da Criança (2016-2021), p. 19 In

<https://www.cnpdpoci.gov.pt/documents/10182/14731/Estrat%C3%A9gia+do+Conselho+da+Europa+sobre+os+Direitos+da+Crian%C3%A7a/5f2d0055-ee83-46fe-976f-fe40e76df7ba>

⁴ [Bullying - Direitos da Criança \(coe.int\)](#)

o UE w szkołach „wzywa Komisję do ułatwiania wymiany dobrych praktyk między państwami członkowskimi (...) w odniesieniu do (...) walki z dyskryminacją i uprzedzeniami w placówkach edukacyjnych, w tym ocena materiałów dydaktycznych i polityk zwalczania znęcania się i dyskryminacji.” W zaproponowanym zaleceniu Rady na rok 2022/2026 stwierdzono, że dobrostan uczniów w szkole „pogarsza się, a zastraszanie/cyberprzemoc jest powszechne i nasila się. Badania podkreślają, że znęcanie się w szkole ma niszczycielskie skutki dla dobrostanu i wyników w nauce uczniów i zwiększa ryzyko przedwczesnego kończenia nauki (...) Wzywa zatem państwa członkowskie do „tworzenia i promowania działań grupy eksperckiej ds. wspierania środowisk uczenia się dla grup zagrożonych niepowodzeniem szkolnym oraz wspierania dobrostanu w szkole, która będzie kontynuować prace nad identyfikacją dobrych praktyk (...) oraz zapobieganiem zastraszaniu i przemocy w szkole (...)”. W jednej z zasad przewodnich określonych w Planie działań w zakresie edukacji cyfrowej na lata 2021–2027 Europejska Komisja podkreśla, że „jakościowa i włączająca edukacja cyfrowa, w której szanuje się ochronę danych osobowych i etykę, powinna być strategicznym celem wszystkich organów i agencji działających w obszarach kształcenia i szkolenia [...]”. Uznaje się również potrzebę uwzględnienia dobra uczniów, nauczycieli i osób niebędących nauczycielami, a także rodziców, i w tym celu niezbędne jest promowanie umiejętności korzystania z mediów, krytycznego myślenia, walki z dezinformacją i mową nienawiści, szacunku o prawa własności intelektualnej.

3. Metody i narzędzia

Podejście do zjawiska zastraszania obejmuje trzy wymiary: wiedzę (świadomość, informacje i szkolenia), prewencję oraz wsparcie i działanie. Te wymiary, choć różne, są skomponowane w idealnym podejściu. Na poziomie wiedzy (A) realizowane są liczne działania uświadamiające, informacyjne i szkoleniowe dotyczące zjawiska cyberprzemocy, zarówno w aspekcie zachowań, jak i skutków.

Na poziomie profilaktyki (B) istnieją różne typologie, warto też wspomnieć o zaangażowaniu społeczności. Na poziomie Wsparcia i Działania (C) istnieje tworzenie zespołów, które integrują podejście do zjawiska i opracowują mechanizmy wsparcia i donoszenia.

(A) działania oparte na wiedzy:

- (A1) wykłady i webinaria
 - i) Wykłady i webinaria informacyjne;
 - ii) Dzielenie się doświadczeniami.

(A2) Kursy szkoleniowe dla profesjonalistów, nauczycieli i rówieśników.

(A3) Dynamika grupowa, promowanie identyfikacji zjawiska poprzez identyfikację zachowań; badanie motywacji; analiza konsekwencji:

- i) Tworzenie gier;
- ii) Tworzenie ulotek informacyjnych;
- iii) Tworzenie przestrzeni do refleksji;
- iv) Tworzenie filmów.

(B) Zapobieganie – angażowanie społeczności

- i) Zawody, w których biorą udział grupy jednorodne lub heterogeniczne;
- ii) Wspólna budowa paneli służących do dzielenia się emocjami i przemyśleniami;
- iii) Wspólne tworzenie instalacji artystycznych;
- iv) Wykłady kierowane do szerokiego grona odbiorców;
- v) Dynamika gier i przestrzeni spotkań.

(C) Wsparcie i działanie – szkolenie zespołów z następującymi obowiązkami:

- i) zbieranie informacji o zidentyfikowanych przypadkach znęcania się,
- ii) analiza kontekstów, środowisk i sytuacji zastraszania,
- iii) promowanie rozwiązań.

Kontekst krajowy

(A) WIEDZA / (B) PREWENCJA

PORTUGALIA - Wiedza/Prewencja

W Portugalii podejście do zjawiska znęcania się obecnie nadaje priorytet środowisku szkolnemu, gdyż w 2021 r. utworzono Komisję Monitorującą ds. Zwalczania Znęcania się i Cyberprzemocy w Szkołach, której misją jest zapewnienie szkoły włączającej, promowanie bezpiecznego środowiska spełniającego następujące funkcje: Projektowanie strategii uświadamiających, zapobieganie i zwalczanie mobbingu i cyberprzemocy. Promowanie i monitorowanie szkoleń kadry nauczycielskiej i niepedagogicznej w zakresie rozwoju umiejętności społecznych i emocjonalnych. Promowanie, monitorowanie planu zapobiegania i zwalczania znęcania się i cyberprzemocy. Monitorowanie występowania przemocy w kontekście szkolnym, w szczególności tych dwóch zjawisk.

NIDERLANDY - Wiedza/Prewencja

W Holandii szkoły muszą zapewniać bezpieczne środowisko społeczne i zwalczać prześladowanie (źródło: <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/veilig-leren-en-werken-in-het-onderwijs/vraag-en-antwoord/aanpak-pesten-school>). Sposób, w jaki to robią, zależy od szkół. Muszą jednak przestrzegać holenderskiej ustawy o bezpieczeństwie w szkołach. Szkoły podstawowe i średnie mają obowiązek sporządzić plan bezpieczeństwa. Protokół dotyczący prześladowania może być częścią tego planu, ale nie jest obowiązkowy. Szkoła musi określić: (1) w jaki sposób identyfikuje zachowania znęcające się; (2) Jakie porozumienia obowiązują w celu zapobiegania i zwalczania znęcania się; (3) Kim jest poufny doradca; (4) Kto jest osobą kontaktową w sprawie prześladowania, (5) Jak działa procedura skarg; (6) Gdzie można znaleźć niezależną komisję ds. skarg. Rodzice mogą znaleźć te informacje w szkolnym przewodniku i/lub na stronie internetowej szkoły. Oczywiście rodzice mogą również zwrócić się o to do Rady szkoły.

POLSKA - Wiedza/Prewencja

XX i XXI wiek to świat wielkich zmian. Postęp cywilizacyjny to szybki rozwój nowoczesnych technologii. To nie tylko niezliczone korzyści, ale także wiele pułapek i niebezpieczeństw. Coraz częściej mówimy o przemocy w sieci. Cyberprzemoc to agresywne zachowania w przestrzeni cyfrowej, najczęściej

przybierające formę werbalną poprzez komentarze, memy, filmiki. Coraz częstsze występowanie tego typu problemu zarówno w szkole, w rodzinie, jak i w społeczeństwie determinuje zwiększoną uwagę i działania mające na celu wypracowanie metod informowania, zapobiegania i minimalizowania zjawiska mowy nienawiści. Cyfryzacja jest narzędziem, które w nieodpowiednich rękach może stać się zagrożeniem. Widoczna jest potrzeba stosowania praktyk komunikacji bez przemocy. Apelują o to zarówno nauczyciele, rodzice, jak i sami uczniowie. Zwłaszcza, że zjawisko to nabiera rozpędu w środowisku wirtualnym.

Prawa ofiar.

W polskim prawie nie ma definicji cyberprzemocy. Stosowane są przepisy prawa karnego, a także kodeksu cywilnego. Niektóre akty agresji w sieci naruszają obowiązujące prawo (są uznawane za przestępstwo lub wykroczenie) i mogą być zgłaszane na policję, do prokuratury lub sądu. Należą do nich: zniesławienie lub znieważenie, naruszenie wizerunku, stalking, podszywanie się, groźby, włamanie. W przypadku tych przestępstw/wykroczeń ściganie sprawcy cyberprzemocy następuje po złożeniu wniosku przez ofiarę.

Kraj	WIEDZA/PREWENCJA
Portugalia	<p>Krajowe Obserwatorium Przemocy, od 2020 r.</p> <p>https://www.associacaoplanoi.org/observatorio-nacional-do-bullying/ https://www.sembullyingsemviolencia.edu.gov.pt/</p> <p>Linki do stron dot. informacji i świadomości na poziomie szkoły w obszarach programowych Obywatelstwo i rozwój oraz Technologie informacyjno-komunikacyjne.</p> <p>Program Bezpieczna Szkoła - https://www.psp.pt/Pages/atividades/programa-escola-segura.aspx Działania skierowane do dzieci i młodzieży w wieku od 6 do 18 lat: Akcja "Przemoc to oznaka słabości" - https://www.facebook.com/PSPPortugal/videos/bullying-%C3%A9-para-os-fracos/388418665751137/;</p> <p>"Zagrożenie internet" - https://www.psp.pt/Pages/atividades/ComunicarSeguranca.aspx - - skierowane do młodzieży w wieku 12-13 lat.</p> <p>"Przemoc w związkach" - https://www.psp.pt/Pages/atividades/programa-violencia-domestica.aspx - skierowane do młodzieży 14-15 lat.</p> <p>Kampania Szkoła bez przemocy - https://www.sembullyingsemviolencia.edu.gov.pt/</p> <p>Program Edukacji Zdrowotnej (PES) - "Zdrowie Psychiczne i Zapobieganie Przemocy" - https://www.dge.mec.pt/saude-mental-e-prevencao-da-violencia https://www.seguranet.pt</p>

	<p>https://www.seguranet.pt/pt/lideres-digitais-seguranet/</p> <p>Cyberbezpieczeństwo w szkołach https://www.internetsegura.pt/noticias/ciberseguranca-nas-escolas prezentuje konkretne zgeoreferencjonowane działania. https://www.seguranet.pt/mes-ciberseguranca-2022/, oraz zróżnicowane zasoby- Recursos de Apoio Cibersegurança nas Escolas (seguranet.pt).</p> <p>(wiek 11-14 lat) – Program UNICEF z dostępnymi online zasobami. –https://escolas.unicef.pt/</p> <p>Amnesty International Portugal - https://www.amnistia.pt/projeto-stop-bullying</p> <p>Cuida-te+ program ma na celu promowanie zdrowia młodzieży oraz zdrowych stylów życia. - https://ipdj.gov.pt/o-programa/.</p> <p>https://cybervengers.club/pt-pt/</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=ZxEeKWfKpvl&t=1s/ - Pintarolas.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=2uP2znfCvI&t=5s/ - H&S.</p> <p>Na poziomie sportowym program Violência Zero (violenciazero.gov.pt)</p> <p>Bandeira da Ética - IPDJ</p> <p>http://www.desportosembullying.pt/</p>
<p>Bułgaria</p>	<p>Bułgarskie Centrum Bezpiecznego Internetu: https://www.safenet.bg/: Oferuje zasoby dla nauczycieli, rodziców i uczniów, które pomagają unikać przemocy w Internecie</p> <p>https://teacher.bg/: oferuje zasoby i kursy dla nauczycieli, z których niektóre skupiają się na zapobieganiu przemocy i prześladowaniom online</p> <p>http://www.daskalo.com/effectivecommunication/files/2018/05/%D0%B0%D0%B3%D1%80%D0%B5%D1%81%D0%B8%D1%8F%D1%82%D0%B0-ilovepdf-compressed.pdf Oferuje informacje mające na celu podniesienie świadomości na temat cyberprzemocy oraz zapobiegania jej</p> <p>https://nmd.bg/: Krajowa Sieć dla Dzieci to sojusz organizacji społecznych i sympatyków działających na rzecz dzieci i rodzin w całym kraju</p> <p>https://childhub.org/bg/: Portal Ochrony Dziecka został zainicjowany przez grupę jednostek i organizacji z 10 krajów Europy Południowo-Wschodniej oraz z regionu europejskiego. Jego celem jest tworzenie bezpiecznego, wspierającego i inkludującego środowiska dla wszystkich dzieci.</p> <p>https://safer.bg/: Program edukacyjny opracowany szczególnie dla dzieci, ale także dla ich rodziców i aktywnych dorosłych</p> <p>https://detetovinternet.bg/: Kampania społeczna "Zabezpiecz swoje Dziecko w Internecie" została uruchomiona pod koniec 2021 roku, aby zapewnić ochronę dzieciom oraz rozwijać ich</p>

	<p>umiejętności bezpiecznego korzystania z Internetu. Platforma oferuje szereg materiałów edukacyjnych dla nauczycieli i rodziców.</p>
Niderlandy	<p>Pestweb dostarcza informacje na temat prześladowania dla dzieci i młodzieży w wieku od 8 do 18 lat.: https://www.pestweb.nl/</p> <p>"Fundacja 'Stop Pesten Nu' zaangażowana jest w podnoszenie świadomości i zapobieganie prześladowaniom oraz cyberprzemocy. Skupia się na różnorodnych grupach odbiorców, włączając uczniów, rodziców, szkoły, kluby sportowe, pracowników, pracodawców oraz placówki opieki. Fundacja Stop Bullying Now przekazuje jedno pilne przesłanie: Przemocy trzeba zapobiec, nie jutro, ale TERAZ!" https://www.stoppestennu.nl/</p> <p>https://www.mediawijsheid.nl/onlinepesten/: "Ta strona internetowa jest inicjatywą Sieci Kompetencji Mediowych (Netwerk Mediawijsheid) i przeznaczona jest dla szerokiego grona odbiorców, w tym młodzieży, dorosłych, seniorów, edukatorów, pracowników wsparcia zdrowia i opieki społecznej, nauczycieli oraz osób pracujących w administracji publicznej, mediach i biznesie. Celem tej strony jest: dostarczanie informacji na temat kompetencji medialnych, wskazywanie organizacji, firm i instytucji, gdzie można znaleźć więcej informacji; zapewnienie przeglądu istotnych wiadomości i wydarzeń. Dzieci, począwszy od 10. roku życia, mogą odwiedzić stronę..." https://www.HoeZoMediawijs.nl, "stronę internetową dla młodzieży, zapewniającą zabawę, bezpieczne i inteligentne korzystanie z mediów.</p> <p>https://www.vraaghetdepolitie.nl/pesten-en-online/online-pesten: Strona internetowa holenderskiej policji z obszerną sekcją pytań i odpowiedzi na temat (cyber)przemocy, skierowana do dzieci i młodzieży.</p> <p>https://www.allesoverpesten.be/: Strona internetowa zawierająca informacje na temat cyberprzemocy. Oferuje informacje dla dzieci/młodzieży, nauczycieli, doradców, rodziców oraz wszystkich, którzy mają kontakt z dziećmi i młodzieżą.</p> <p>https://saferinternetcentre.nl/: Centrum Bezpiecznego Internetu we współpracy z rządem holenderskim, firmami i instytucjami społecznymi, stara się opracowywać materiały, które dostarczają młodzieży i ich otoczeniu, włączając rodziców, nauczycieli i pracowników socjalnych, narzędzi do kształtowania obywateli cyfrowo kompetentnych.</p>
Polska	<p>NASK to państwowy instytut badawczy nadzorowany przez Kancelarię Prezesa Rady Ministrów.</p> <p>Dyżurnet.pl to zespół ekspertów Naukowej i Akademickiej Sieci Komputerowej pełniący funkcję punktu kontaktowego do zgłaszania nielegalnych treści w Internecie, w szczególności związanych z seksualnym wykorzystywaniem dzieci.</p> <p>Zgodnie z ustawą o krajowym systemie cyberbezpieczeństwa NASK-PIB został wyznaczony jako jeden z Zespołów Reagowania na Incydenty Komputerowe. Help Line. Telefon jest bezpłatny i czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.15 do 20.00 (połączenie bezpłatne). Jeśli zadzwonisz tam w nocy i zostawisz informacje o sobie i swoim numerze - konsultanci oddzwonią.</p> <p>800 12 12 12 (telefon zaufania). Z telefonem zaufania dla dzieci najczęściej kontaktujemy się w sprawie przemocy, problemów emocjonalnych, rówieśniczych, szkolnych i rodzinnych</p>

	<p>oraz wynikających z okresu dojrzewania. Zespół telefonu zaufania dla dzieci prowadzi również edukację w zakresie praw dziecka poprzez spotkania i zajęcia edukacyjne.</p> <p>Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży: Tel 116 111 Bezpłatna i anonimowa linia telefoniczna dla dzieci i młodzieży prowadzona od 2008 roku przez fundację Dajemy Dzieciom Siłę. Pomoc otrzymują wszystkie dzieci, które doświadczają kryzysów (różnych, w tym cyberprzemocy).</p> <p>Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci To bezpłatna i anonimowa infolinia telefoniczna i internetowa dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji, jak zapobiegać i pomagać dzieciom doświadczającym problemów i trudności wynikających z problemów i zachowań ryzykownych, takich jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystywanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, uzależnienia, depresja, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania</p>
Rumunia	<p>Ministerstwo Edukacji – Metodyczne wytyczne dotyczące stosowania przepisów przeciwko przemocy psychicznej - prześladowaniom. - https://www.edu.ro/norme-metodologice-de-aplicare-legii-%C3%AEmpotriva-violen%C8%9Bei-psihiologice-bullying-au-fost-publicate-%C3%AEEn</p> <p>Save the Children Romania i NEPI Rockcastle przeprowadzili projekt "Odpowiedzialny rodzic w erze cyfrowej" - 2021, 10 konferencji dla rodziców, nauczycieli i dzieci w formie 5 webinarów i 5 warsztatów. - https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/media/Documente/Comunicat-de-presa-Parinte-responsabil-in-era-digitala-SALVATICOPIII-NEPI-6-APRILIE-2021.pdf</p> <p>- Utworzenie grup przeciwdziałających prześladowaniom w 130 szkołach partnerskich. - http://www.scolifarabullying.ro/</p> <p>Szkoły z ZEROWĄ tolerancją dla przemocy - Konferencja 25 sierpnia, Bukareszt. https://www.youtube.com/watch?v=2byjrf82to0</p> <p>EDUPEDU.RO - Kampania na rzecz zapobiegania cyberprzemocy https://www.edupedu.ro/sfaturi-impotriva-agresiunilor-din-mediul-online-pentru-copii-si-tineri-de-la-centrul-de-asistenta-educationala-iasi/</p> <p>Stowarzyszenie Smart Parents i Fundacja Vodafone Romania uruchamiają "Edukacja bez prześladowania", jedyną aplikację, która pomaga zapobiegać i zwalczać prześladowania w Rumunii." https://asociatiparintiloristeti.ro/proiecte/s-a-lansat-educatie-fara-bullying-aplicatia-gratuita-de-prevenire-si-combatere-a-bullying-ul-in-randul-copiilor-din-romania/</p> <p>O cyberprzemocy i prawach dziecka w środowisku online https://next.juridice.ro/1250/despre-cyberbullying-si-drepturile-copiilor-in-mediul-online/</p>

Publikacje redakcyjne, artykuły, w których specjaliści informują o zjawisku cyberprzemocy.
<https://www.juridice.ro/550662/cyberbullyingul-provocari-legislative-tu-stii-ce-mai-face-copilul-tau.html>

Interaktywna platforma dotycząca bezpieczeństwa dzieci, gdzie można znaleźć informacje, pomysły i porady dla rodziców, sugestie dotyczące radzenia sobie w sytuacjach cyberprzemocy oraz listę stron internetowych dla dzieci.
<https://kids.kaspersky.com/cyberbullying-facts/>

POMARAŃCZA - Kampania na rzecz zapobiegania cyberprzemocy: <https://responsabilitate-sociala.orange.ro/revista-de-responsabilitate/cyberbullying/>

Kampania na rzecz zapobiegania cyberprzemocy - podcasty radiowe
<http://www.itsybity.ro/tag/cyberbullying/?ref=responsabilitate-sociala.orange.ro>

Cyberprzemoc - bezpieczeństwo dzieci w Internecie
<https://mihaelaolarublog.ro/cyberbullying-siguranta-copiilor-pe-internet/>
https://www.youtube.com/watch?v=D8n4hmNb2ko&ab_channel=a7tv

UNICEF - <https://www.unicef.org>

Informacje na temat cyberprzemocy oraz rozwiązań interwencyjnych
<https://www.unicef.org/romania/ro/povești/cyberbullying-ce-este-și-cum-îi-punem-capăt>

Programy prewencji, artykuły informacyjne, odpowiedzi na pytania dotyczące cyberprzemocy. Platforma Kinderpedia - <https://www.kinderpedia.co/ro/bullying-cyberbullying.html>

Save the Children Romania - <https://www.salvaticopiii.ro>

Platforma: <https://www.salvaticopiii.ro/ce-facem/protectie/protectie-impotriva-violentei/prevenirea-violentei-in-scoala/prevenirea-bullying-ului-in-scoli-si-gradinite>

- Badania naukowe, kampanie opracowywane we współpracy z różnymi firmami (Kaufland Romania), grupy działania, działania prewencyjne / edukacyjne / zdrowotne / prawa dzieci. - <https://www.salvaticopiii.ro/ce-facem/protectie/protectie-impotriva-violentei/prevenirea-violentei-in-scoala> -

- Utworzenie grup przeciwdziałających prześladowaniom w 130 szkołach partnerskich - <http://www.scolifarabullying.ro/>

Ministry of Education - 2020 - Normy dotyczące egzekwowania prawa przeciwko przemocy psychicznej. - <https://www.edu.ro/normele-metodologice-de-aplicare-legii-%C3%AEmpotriviavolenti%C8%9Bei-psiologice-bullying-au-fost-publicate-%C3%AE>

<p>Education Law, art 5- https://lege5.ro/gratuit/gm3timzrgi4q/art-5-prevenirea-bullyingului-si-a-cyberbullyingului-in-unitatile-de-invataman-preuniversitar-norma-metodologica?dp=gmytonbygiztgny</p> <p>OMEC Order nr 4343 / 2020 - https://www.edu.ro/sites/default/files/fisiere/Legislatie/2020/OMEC_4343_2020_norme%20antibullying.pdf</p> <p>Policja Rumuńska, Kampania przeciwko cyberprzemocy - https://www.juridice.ro/695878/politia-romana-a-demarat-campania-pentru-prevenirea-cyberbullyingului.html</p>
--

(C) Wsparcie i odbiór

W ostatnich latach, w odpowiedzi na wyzwania, jakie stanowi zęncanie się i cyberprzemoc, stworzono instrumenty zwalczania tego zjawiska. Szkolenie najbardziej bezpośrednio zaangażowanych podmiotów (rodziców, nauczycieli i innych pracowników zajmujących się edukacją), kursy szkoleniowe, zapewnienie instrumentów wspierających ofiary (tworzenie kanałów komunikacji i donosu) oraz szersze mechanizmy walki z udziałem społeczności. Zaliczamy do nich: kampanie o różnych formatach i przy użyciu różnych środków. W poniższej tabeli przedstawiono niektóre z tych środków i kanałów wsparcia i zwalczania.

Kraj	Szkolenie	Wsparcie/ Tackle
Portugalia	<p>"Bullying and Cyberbullying: Preventing & Acting" - https://www.nau.edu.pt/pt/curso/bullyin-g-e-ciberbullying-prevenir-agir/ - Kurs szkoleniowy skierowany do nauczycieli</p> <p>Kursy i szkolenia promowane przez Portugalskie Stowarzyszenie Pomocy Ofiarom https://formacaoapav.pt/ i skierowane do profesjonalistów, którzy mają kontakt bezpośredni lub pośredni z ofiarami prześladowania. Cyfrowa Akademia dla Rodziców - https://www.e-redes.pt/pt-pt/sustentabilidade/nos-e-as-comunidades/investimento-social/academia-digital-para-pais - Digitalna Akademia dla Rodziców to inicjatywa E-REDES we współpracy z Dyrekcją Generalną Edukacji (DGE),</p>	<p>APAV Safe Internet Line - Support Line +351 800 219 090</p> <p>https://www.internetsegura.pt/lis/sobre-a-lis.</p> <p>SOS Criança - 116 111 - od Instytutu Wspierania Dzieci - https://iacrianca.pt/intervencao/sos-crianca.</p> <p>Biuro ds. Cyberprzestępczości - https://cibercrime.ministeriopublico.pt/</p> <p>Linia Zgłoszeń, Dziecko w Zagrożeniu https://www.cnpdpj.gov.pt/comunicar-situacao-de-perigo (+351 96 123 11 11);</p> <p>Krajowe Obserwatorium Prześladowania: https://www.associacaoplanoi.org/observatorio-nacional-do-bullying/</p>

	<p>oparta na przekonaniu, że umiejętność korzystania z technologii cyfrowych jest warunkiem włączenia społecznego Curso Bullying e violência escolar - Cognos. – promuje kursy szkoleniowe dla edukatorów. W wymiarze społecznym istnieją programy takie jak "Osiedla BEZ Przemocy - https://www.associacaoplanoi.org/bairro-s-sem-bullying/ - które promują bezpieczne środowiska i zdrowie psychiczne, zapobiegając prześladowaniom poprzez zintegrowane działania społeczne.</p>	<p>Odznaka Szkoły Bez Przemocy - https://www.sembullyingsemviolencia.edu.gov.pt/?page_id=24890.</p> <p>Odznaka Szkoły Zdrowej (PES) - https://escolasaudavelmente.pt/escola-saudavelmente/selo-saude-psicologica-escolar/regulamento-de-candidatura.</p> <p>Oznaczenie Ochronne - Prawa Dziecka - https://www.cnpdpj.gov.pt/selo-protetor.</p> <p>Seguranet Wyzwania - https://www.seguranet.pt/desafios</p>
<p>Bułgaria</p>	<p>http://openedubg.com/images/sampledata/BG/project/lesons/25.pdf szkolenie na temat „Stawianie czoła cyberprzemocy – jakie czynniki identyfikują cyberprzemoc i przemocy online oraz co mogą zrobić, aby je ograniczyć</p> <p>http://openedubg.com/images/sampledata/BG/project/lesons/34.pdf: Szkolenie na temat „Stawianie czoła cyberprzemocy – jakie czynniki nasilają cyberprzemoc i przemoc online oraz jak można je ograniczyć?</p> <p>https://eurocirilic.com/bg/courses/%D0%B1%D0%BE%D1%80%D0%B1%D0%B0-%D1%81-%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%BE%D0%B7%D0%B0-%D0%B8-%D0%BA%D0%B8%D0%B1%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%BE%D0%B7%D0%B0-%D0%BF%D1%8A%D1%82%D1%8F%D1%82-%D0%BA/: Szkolenie na temat „Rozwiązywanie problemu prześladowań i cyberprzemocy: droga do lepszej współpracy wewnątrz i poza klasą</p> <p>https://cyber360.bg/courses/kibersigurnost-za-roditeli-chast-1/: Szkolenie przeznaczone do pomocy rodzicom w lepszym zrozumieniu koncepcji</p>	<p>Krajowa infolinia: https://endviolence.nmd.bg/ Infolinia Krajowa została stworzona w celu wsparcia dzieci, rodziców oraz specjalistów w kwestiach związanych z bezpieczeństwem online dzieci. Doradcy infolinii pracują nad zapobieganiem nadużyciom online oraz interweniują w sytuacjach przemocy, takich jak cyberprzemoc, wykorzystywanie (przygotowywanie dziecka do wykorzystania seksualnego), sexting (wysyłanie intymnych zdjęć online), nadużycie danych osobowych, prowadzenie profili i tożsamości online, itp. Poradnictwo dostępne jest anonimowo pod numerem krajowym 124 123 oraz za pośrednictwem strony internetowej Centrum www.safenet.bg.</p> <p>https://www.cybercrime.bg/index.html: przeznaczona do zgłaszania do Dyrekcji ds. Cyberprzestępczości Generalnej Dyrekcji ds. Zwalczania Cyberprzestępczości Ministerstwa Spraw Wewnętrznych, jeśli jesteś ofiarą lub świadkiem cyberprzestępstwa</p> <p>https://116111.bg/: Infolinia Krajowa dla Dzieci 116 111 jest zarządzana i administrowana przez Państwową Agencję Ochrony Dziecka. Agencja jest jedynym wyspecjalizowanym organem Rady Ministrów ds. wytyczania, koordynowania</p>

	<p>cyberbezpieczeństwa oraz jak mogą chronić swoje dzieci przed zagrożeniami czyhającymi online</p> <p>https://www.institute-hr.com/%d0%ba%d0%b8%d0%b1%d0%b5%d1%80%d1%82%d0%be%d1%80%d0%bc%d0%be%d0%b7-%d1%81%d1%80%d0%b5%d0%b4-%d0%bf%d0%be%d0%b4%d1%80%d0%b0%d1%81%d1%82%d0%b2%d0%b0%d1%89%d0%b8%d1%82%d0%b5/</p> <p>: Cyberprzemoc wśród nastolatków - program szkoleniowy dla edukatorów dotyczący ryzyka przemocy w internecie i jego zarządzania w różnych grupach wiekowych</p>	<p>i kontrolowania wdrażania państwowej polityki dotyczącej działań na rzecz ochrony dzieci w Republice Bułgarii. Od chwili powstania, infolinia została utworzona, aby wspierać wszystkie dzieci i ich rodziny. Osoby odbierające połączenia to wykwalifikowani psycholodzy gotowi słuchać, wspierać, doradzać i kierować rozmówców we wszystkich ich sprawach, 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu, anonimowo i bezpłatnie.</p> <p>http://web112.net/: Bezpieczna infolinia internetowa</p>
<p>Niderlandy</p>	<p>https://www.stoppestennu.nl/cursusaan-bod-workshops-trainingen-voorlichtingen: Stop Pesten Nu oferuje bogatą paletę interaktywnych form pracy dotyczących prześladowania, nieodpowiedniego zachowania (dyskryminacja, prześladowanie, agresja i molestowanie seksualne) oraz cyberprzemocy. Od żywych scenek po inspirujące filmy, od pouczających prezentacji w PowerPoint po quizy i kreatywne zadania.</p> <p>https://childfocus.be/nl-be/Vorming/Professionals: Child Focus oferuje szkolenia dla wszystkich, których działania zawodowe są (bezpośrednio lub pośrednio) związane z główną grupą docelową Child Focus: dziećmi i młodzieżą. Child Focus informuje jak radzić sobie z problemami. Uczy jak najlepiej reagować, zapobiegać w przypadku problemów online (sextingu, grooming itp.). Oferowane jest wsparcie, wskazówki i narzędzia prewencyjne dostosowane do sytuacji. Szkolenie dla edukatorów (nauczycieli, doradców szkolnych, dyrektorów, ...) na temat</p>	<p>https://www.mindnederland.nl/: MiND jest krajowym punktem kontaktowym, gdzie można zgłaszać przypadki dyskryminacji online. W Holandii dyskryminacja może być uznana za przestępstwo. MiND sprawdza, czy zgłoszenie stanowi przestępstwo na podstawie Kodeksu Karnego i odpowiedniej praktyki sądowej oraz wysyła prośby o usunięcie materiału do konkretnych stron internetowych</p> <p>https://www.dekinderombudsman.nl/: Kinderombudsman sprawdza, czy rząd i inne organizacje przestrzegają ustaw i przepisów mających na celu ochronę dzieci. Dzieci do 18. roku życia mogą się skontaktować.</p> <p>https://www.politie.nl/aangifte-of-melding-doen: Do holenderskiej policji można składać zgłoszenia dotyczące (między innymi) (online) nękania, przemocy, groźb oraz dyskryminacji</p> <p>https://www.meldpunt-kinderporno.nl/ : Meldpunt Kinderporno to strona internetowa, na której ludzie mogą zgłaszać (potencjalne) materiały pornograficzne z udziałem dzieci (zdjęcia lub filmy), które są dostępne publicznie w Internecie. Meldpunt Kinderporno sprawdza, czy materiały stanowią przestępstwo, a jeśli tak, dodaje je do bazy danych policji, Interpolu i INHOPE</p>

	<p>cyberprzemocy. Omawiane są następujące tematy: (1) aktualne wydarzenia i tendencje w cyberprzemocy; (2) rozpoznawanie, zapobieganie i reagowanie na cyberprzemoc i presję rówieśniczą online; (3) angażowanie się z uczniami w rozmowy na temat cyberprzemocy i presji rówieśniczej online; (4) jak zwiększyć odporność uczniów na działania online; (5) bezpieczeństwo społeczne online w szkole: doświadczenia innych szkół; (6) wskazówki dotyczące materiałów dydaktycznych, przydatne strony pomocy oraz (7) przepisy prawne.</p> <p>https://www.mediawijsheid.nl/lesmateriale/#themas: Mediawijsheid oferuje zestawy nauczania i pomysły dotyczące cyberprzemocy i manier online dla edukatorów</p> <p>https://www.deconflixers.be/files/downloads/cyberpesten-gids-deel-ii.pdf Narzędzia dla szkół/nauczycieli</p>	<p>(międzynarodowa organizacja punktów kontaktowych)</p> <p>https://www.kindertelefoon.nl/: Dzieci w wieku od 8 do 18 lat mogą skontaktować się z Kindertelefoon, aby porozmawiać o wszystkim, co ich nurtuje, z wolontariuszami lub z rówieśnikami na forum internetowym.</p> <p>https://www.ikbegrijp jou.nl/: To organizacja non-profit, która ma na celu pomoc osobom, które czują się samotne, nie tylko młodym, ale także osobom starszym. Głównym celem jest bycie aktywnymi słuchaczami, czy masz problem czy po prostu chcesz porozmawiać. Działają wyłącznie z poprzez wolontariuszy.</p> <p>https://www.helpwanted.nl/ : Specjalnie stworzona, aby doradzać młodzieży (< 26 lat) w kwestii nadużyć seksualnych online (takich jak udostępnianie czy szantażowanie kogoś zdjęciami intymnymi).</p> <p>https://www.schoolenveiligheid.nl/: Stichting School & Veiligheid ma na celu informowanie o polityce krajów na temat cyberprzemocy.</p>
<p>Polska</p>	<p>https://cyberprofilaktyka.pl/baza-wiedzy/publikacje.html</p> <p>Cyberprofilaktyka NASK zajmuje się działaniami edukacyjnymi w zakresie bezpiecznego korzystania z nowych technologii, podnoszenia świadomości na temat cyberprzemocy. Nadrzędną misją jest uczynienie Internetu miejscem przyjaznym dla każdego. NASK stale współpracuje z ekspertami i środowiskiem naukowym w przygotowywaniu akcji edukacyjnych dla młodzieży, nauczycieli, wychowawców.</p> <p>https://dbamomojzasieg.pl/soc/, CYFROWO ODPOWIEDZIALNA SZKOŁA to społeczność uczniów, rodziców i nauczycieli, dla których wartością jest kształtowanie równowagi pomiędzy korzystaniem z nowych technologii a świadomym tworzeniem realnych relacji</p>	<p>Centrum informacyjne, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę</p> <p>Od 30 lat chroni dzieci przed przemocą i wykorzystywaniem seksualnym. Zapewnia dzieciom i ich opiekunom wsparcie, profesjonalną pomoc psychologiczną i prawną. Uczy dorosłych, jak mądrze i skutecznie reagować na przemoc wobec dzieci i co robić, gdy podejrzewają, że dziecko jest krzywdzone. Wspiera i angażuje rodziców do wychowywania dzieci z miłością i szacunkiem. Wpływa na polskie prawo, jak chronić interesy dzieci.</p> <p>(Polskie Centrum Programu Safer Internet)</p> <p>powstał w 2005 roku w ramach programu Komisji Europejskiej Safer Internet, a obecnie działa w ramach instrumentu "Łącząc Europę". W jego skład wchodzi Państwowy Instytut Badawczy NASK (koordynator PCPSI) oraz Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę. Centrum podejmuje szereg kompleksowych działań na rzecz bezpieczeństwa</p>

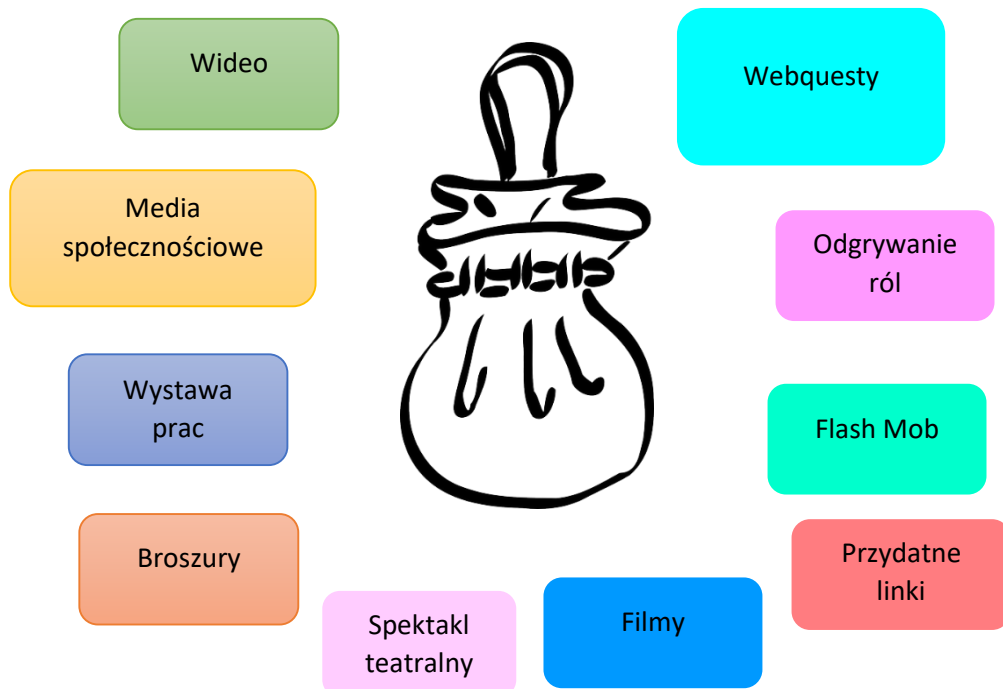
	<p>poza przestrzenią Internetu. Dbając o tę równowagę pozytywnie wpływamy na dobrostan psychiczny, fizyczny i społeczny całej społeczności szkolnej. Korzyści z przystąpienia do ogólnopolskiej sieci Szkół Odpowiedzialnych Cyfrowo: 1) Dostęp do innowacyjnego programu Szkoła Cyfrowo Odpowiedzialna i bieżące wsparcie; 2) Bieżące wsparcie w jego realizacji; 3) Udział w badaniu dotyczącym relacji w szkole - start już we wrześniu 2021 r. 4) Bezpłatny dostęp do bieżącej diagnostyki szkoły oraz szeregu materiałów edukacyjnych na temat e-uzależnienia, higieny cyfrowej i znaczenia relacji międzyludzkich. 5) możliwość udziału w dedykowanych webinarach i konferencjach tematycznych realizowanych dla sieci Szkół Odpowiedzialnych Cyfrowo 6) wsparcie w zarządzaniu mediami cyfrowymi w społeczności szkolnej; 7) dostęp do ogólnopolskiej społeczności Szkół Odpowiedzialnych Cyfrowo w celu wymiany doświadczeń</p>	<p>dzieci i młodzieży korzystających z Internetu i nowych technologii.</p>
<p>Rumunia</p>	<p>Save the Children "Net time" program- www.oradenet.ro/resurse - proponuje szereg wydarzeń tematycznych i kompleksowych działań mających na celu informację i prewencję cyberprzemocy, oferując wsparcie dla rodziców, uczniów i nauczycieli w realizacji działań, popularyzację inicjatyw oraz prezentowanie uzyskanych wyników za pomocą intuicyjnych, łatwo dostępnych platform. Kurs "Prawdziwy nauczyciel w wirtualnej szkole" został opracowany we współpracy z firmą Huawei Romania w celu wzbogacenia wiedzy i szkolenia umiejętności cyfrowych nauczycieli, jako świadomych animatorów wpływu nowych technologii na życie dzieci. Inicjatywa "Małych Cyfrowych Odkrywców" dostarcza zasobów dla rodziców i dzieci, które mogą być również wykorzystywane przez nauczycieli</p>	<p>"Organizacja "Save the Children" we współpracy z NEPI Rockcastle - grupą inwestycyjno-deweloperską zajmującą się nieruchomościami, organizuje serię wydarzeń "Odpowiedzialny rodzic we współczesnej erze cyfrowej "- https://www.oradenet.ro/resurse/organizatia-salvati-copiii-alaturi-de-nepi-rockcastle-lanseaza-seria-de-evenimente-parinte-responsabil-in-era-digitala/</p> <p>Kurs „Prawdziwy nauczyciel w wirtualnej szkole - https://www.oradenet.ro/resurse/ora-de-net-lanseaza-cursul-de-formare-profesor-real-intr-o-scoala-virtuala/</p> <p>https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/micii-exploratori-digitali_carte-colorat_web.pdf</p> <p>Konkretnym przykładem są działania prowadzone w szkołach, które były koordynowane przez grono pedagogiczne we współpracy z uczniami i ich</p>

	<p>pracujących z młodszymi dziećmi. Tworzenie sieci wolontariuszy - nauczycieli, osób ze świata sztuki i popularnych wśród dzieci i młodzieży. "</p> <p>Z wsparciem 2400 wolontariuszy zorganizowaliśmy działania informacyjne dla: 39484 dzieci z szkół podstawowych, gimnazjalnych i średnich, 4900 rodziców, 1645 nauczycieli i 80 specjalistów z 726 placówek edukacyjnych w kraju." – cf https://www.salvaticopiii.ro/afla-mai-multe/noutati/salvati-copiii-lupta-impotriva-cyberbullyingului</p> <p>Program wolontariatu opracowany przez nauczycieli współpracujących z uczniami i ich rodzicami - https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/ghid-cadre-didactice.pdf https://voluntapp.ro/index.php Działania informacyjne i prewencyjne poprzez publikację broszur dla nastolatków: "Zastanów się przed udostępnieniem", "Świat cyfrowy. Co powinieneś wiedzieć jako...", "Twoja obecność online". Utworzenie strony na Facebooku, gdzie poruszany jest temat cyberprzemocy, oferując przy tym porady i rozwiązania do zarządzania sytuacjami kryzysowymi https://www.facebook.com/SigurPeNet</p>	<p>rodzicami, z wykorzystaniem materiałów wsparcia dostarczonych przez program „Godzina Online” oraz stworzonych przez nauczycieli, którzy opracowali te działania. Raporty i materiały zostały udostępnione na platformie TEAMS szkoły oraz platformie VoluntApp programu Godzina Online.</p> <p>Poruszane tematy: "Cyberprzemoc (nękanie online) / Usługa CTRL_Ajutor Ora de Net"; "Internet - zasób edukacyjny / Tworzenie i udostępnianie treści osobistych / Dane osobowe w Internecie"; "Internet a życie rodzinne / Uzależnienie od Internetu"; "Jak rozróżnić fakty od opinii w mediach?"; "Jak unikać cyberprzemocy?", "Przemoc szkolna". https://voluntapp.ro/raport.php?id=8467 https://voluntapp.ro/raport.php?id=8584 https://voluntapp.ro/raport.php?id=8704 https://voluntapp.ro/raport.php?id=8530 https://voluntapp.ro/raport.php?id=8538 https://voluntapp.ro/raport.php?id=8538 https://voluntapp.ro/raport.php?id=8531 https://voluntapp.ro/raport.php?id=7405 https://voluntapp.ro/raport.php?id=7404 https://voluntapp.ro/raport.php?id=8494 https://www.qie.ro/faptesiopinii/profil</p> <p>Badanie opinii przeprowadzone na poziomie klas szkół średnich - inicjatywa w ramach Globalnej Kampanii na rzecz Edukacji, zainicjowana przez Organizację Save the Children Romania. Temat poruszany: Przemoc szkolna https://docs.google.com/forms Linia wsparcia oferowana przez Save the Children we współpracy z Facebookiem i MediaSmarts, dostępna za darmo przez telefon lub wiadomość tekstową, poprzez którą dzieci i młodzież otrzymują porady dotyczące problemów, z jakimi się borykają. W celu uzyskania więcej informacji, można skorzystać z następujących linków:</p> <p>NetTime oradenet.ro / ctrl AJUTOR Helpline: 031 80 80 000 MediaSmarts mediasmarts.org Facebook Family Safety Center facebook.com/safety Tips for preventing bullying and harassment facebook.com/safety/bullying https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/brosura_smartphone2.pdf</p>
--	--	--

Zasoby i narzędzia

1. Porady i wskazówki (ang. Bag of tricks)

Aby przeciwdziałać przemocy szkolnej i pomóc uczniom/młodym ludziom potrzeba wielu zasobów. Będą się one różnić w zależności od wieku i potrzeb Twoich uczniów. Najważniejsze jest, aby narzędzia i informacje, które wykorzystasz były wszechstronne, obiektywne i aktualne. Istotne jest także, aby były one odpowiednie, interesujące i zrozumiałe dla tych, którzy z nich będą korzystać. Zasoby mogą obejmować materiały papierowe lub audiowizualne, stronę internetową, filmy, itp.



Przykładowe linki:

- Żadnej przemocy w Portugalii / No Bully Portugal <https://nobully.pt/>
- <https://eusinto.me/saude-psicologica-na-escola/saude-psicologica-na-escola/falar-sobre-o-bullying/>
- <https://www.portalbullying.com.pt/>
- <https://www.apavparajovens.pt/pt/>
- <https://www.seguranet.pt/pt/ciberbullying-0>
- <https://www.amnistia.pt/projeto-stop-bullying/>
- <https://www.cnpdpj.gov.pt/bullying-ciberbullying-e-seguranca-digital1>
- <https://www.sembullyingsemviolencia.edu.gov.pt/>
- <https://www.associacaoplanoi.org/observatorio-nacional-do-bullying/>
- <https://www.psp.pt/Pages/atividades/ComunicarSeguranca.aspx>

- <http://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/25819>
- https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Esaude/referencial_educacao_saude_vf_junho2017.pdf
- <https://www.educaciontrespuntocero.com/recursos/acoso-escolar-o-bullying/>
- <https://aepae.es/como-detectar-acoso-escolar>
- <https://www.kivaprogram.net/what-is-kiva/>
- https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/opp_vamosfalarsobrebullying_documento.pdf
- https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/opp_checklist_bullying.pdf
- https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/covid_19_cyberbullying_jovens.pdf
- <https://www.stoppestennu.nl/>
- <https://www.allesoverpesten.be/>
- <https://www.mediawijsheid.nl/>
- <https://www.mediawijs.be/nl>
- <https://www.cyberpesten.be/>
- <https://www.vpngids.nl/veilig-internet/kind-en-jeugd/cyberpesten/>
- <https://www.slachtofferzorg.be/cyberpesten>
- <https://www.politie.be/5415/vragen/criminaliteit-op-internet/cyberpesten>
- <https://www.politie.nl/informatie/wat-is-cyberpesten.html>
- <https://www.nji.nl/pesten>
- <https://didatticapersuasiva.com/bullismo-e-cyberbullismo-attivita-didattica/>
- <https://www.culthera.it/wp-content/uploads/2017/07/Prevenire-il-bullismo-a-scuola.pdf>
- <https://www.altalex.com/guide/cyberbullismo>
- <https://www.stateofmind.it/cyberbullismo/>
- <https://www.agendadigitale.eu/cultura-digitale/cyberbullismo-cose-la-normativa-il-reato-il-quadro-tra-legge-e-psicologia/>
- <https://www.unicef.it/diritti-bambini-italia/bullismo-cyberbullismo/>

Nauczyciele:

- <https://www.seguranet.pt/pt/atividades-de-prevencao-de-bullying-e-de-ciberbullying-manual-enable>
- <https://www.dpgmediagroup.com/nl-BE/sidekicksamacademy> - Wideo na temat cyberprzemocy – wywiad z Sarą Pabian, członkiem zespołu projektu TABASCO
- <https://www.klasse.be/thema/pesten/>
- <https://www.vrijclb.be/thema/pesten>
- <https://www.stoppestennu.nl/leraar-voor-scholen-kenniscentrum-pesten>
- https://assets.vlaanderen.be/image/upload/v1664875215/Flowchart_cyberpesten_A2_ictgc_p.pdf
- <https://www.piattaformaelisa.it/formazione-docenti/>
- <https://www.francoangeli.it/Libro/Bullismo,-bullismi.?id=12769>
- <https://www.miur.gov.it/bullismo-e-cyberbullismo>
- <https://www.unicef.it/diritti-bambini-italia/bullismo-cyberbullismo/>
- <https://www.universoscuola.it/bullismo-cyberbullismo-scuola-ruoli-responsabilita-varie-figure-scolastiche.htm>
- <https://didatticapersuasiva.com/il-ruolo-degli-insegnanti-nel-contrasto-del-cyberbullismo/>

Rodzice:

- <https://escolasaudavelmente.pt/pais/comunicar-com-os-filhos/falar-sobre-o-bullying>
- <https://escolasaudavelmente.pt/pais/comunicar-com-os-filhos/falar-sobre-o-cyberbullying>
- <https://www.medianest.be/thema/cyberpesten>
- <https://www.stoppesten.nl/ouders-opvoeders-kenniscentrum-pesten>
- <https://onderwijs.vlaanderen.be/nl/ouders/ondersteuning-en-begeleiding/omgaan-met-grensoverschrijdend-gedrag/wat-kan-je-als-ouder-doen-bij-grensoverschrijdend-gedrag-op-school>
- <https://www.vcov.be/ouderinfotheek/vcov-infomateriaal/Pesten>
- <https://www.pestweb.nl/>
- <https://oudersenonderwijs.nl/kennisbank/pesten-en-sociale-veiligheid/>
- <https://www.dove.com/it/autostima/help-for-parents/teasing-and-bullying/help-your-child-understand-the-impact-of-being-a-bystander.html>
- <https://www.ichiesi.edu.it/wp-content/uploads/GUIDA-AL-CYBERBULLISMO-PER-GENITORI-Copia.pdf>
- <https://www.commissariatodips.it/consigli/per-i-genitori/cyberbullismo-consigli-per-i-genitori/index.html>
- <https://www.commissariatodips.it/consigli/per-i-genitori/cyberbullismo-consigli-per-i-genitori/index.html>
- <https://www.tuttoscuola.com/cyberbullismo-5-consigli-per-i-genitori/>
- https://www.fondazioneveronesi.it/magazine/articoli/pediatria/cyberbullismo-vittima-un-adolescente-su-3-amp?psafe_param=1&gclid=CjwKCAjw6eWnBhAKEiwADpnw9o3aymHoWzorLVqhDm-DgsYTpUEHYnXA-qobR Js9FT39Fd7hCYWXBoCgjUQAvD BwE
- <https://www.tecnica della scuola.it/cyberbullismo-e-responsabilita-legali-dei-genitori-video>

2. Webquesty na temat cyberprzemocy

Dostępne na stronie internetowej projektu TABASCO w językach angielskim, bułgarskim, polskim, portugalskim, rumuńskim, niderlandzkim i włoskim: <https://www.tabasco-erasmus.eu/webquests/>

- Przemoc w sieci - świadomość konsekwencji działania w Internecie” (ang. Bullying – Awareness of practices and consequences)
- Przemoc w sieci – co jeśli jestem ofiarą? (ang. Bullying – What is I was the victim?)
- Przemoc wśród nastolatków na randkach (ang. Teen dating Violence)
- Ochrona tożsamości i reputacji online (ang. Protecting Online Identity and Reputation)
- Rozwiązywanie konfliktów w Internecie (ang. Resolving Conflicts in Online Communities)
- Cyberprzemoc (ang. Cyberbullying)
- Udostępnianie w sieci informacji na temat dzieci przez rodziców (ang. Sharenting)
- Prześladowanie (ang. Stalking)
- Cyberprzemoc II (ang. Cyberbullying II)

- Cyberprzemoc (jak szkoły, nauczyciele i rodzice powinni sobie z tym radzić) (ang. Cyberbullying (how schools, teachers and parents should deal with it))
- Przemoc (Przestań znęcać się, porozmawiaj o tym) (ang. Bullying - Stop bullying, talk about it)

Aby skorzystać z tej Platformy, możesz zapoznać się z następującym filmem: <https://www.tabasco-erasmus.eu/crossmediaplatform/video-instruction-for-students-teachers-parents-and-other-stakeholders/>

3. Dodatkowe materiały i źródła informacji

Link	Krótki opis	Dostępne wersje językowe
Manual Enable.pdf (seguranet.pt)	ENABLE (Europejska Sieć Przeciwko Przemocy w Środowiskach Edukacyjnych i Rekreacyjnych) ma na celu dbanie o dobrostan dzieci, wykorzystując metody skuteczne w walce z przemocą, tworząc holistyczne podejście do rozwijania umiejętności. Zasoby zawarte w tej publikacji oraz w Internecie są dostępne pod adresem: http://enable.eun.org/ Mają na celu między innymi wspieranie rozwoju umiejętności uczenia się społeczno-emocjonalnego. ENABLE to projekt współfinansowany przez Komisję Europejską, wspierany przez zespół doradców składający się z 12 międzynarodowych ekspertów i wdrażany przez sześciu głównych partnerów w pięciu krajach.	angielski, bułgarski, polski, portugalski, rumuński, niderlandzki, włoski
https://www.amnistia.pt/wp-content/uploads/2017/10/Manual-Stop-Bullying-At-Portugal.pdf	Podręcznik „Przeciwdziałania Przemocy Szkolnej” - to materiał edukacyjny oparty na prawach człowieka mający na celu zwalczanie dyskryminacji.	portugalski
https://www.go-ouders.be/brochure-pestenaanpakken-wat-kunnen-ouders-doen	Broszura „Jak radzić sobie z prześladowaniem? Co mogą zrobić rodzice?” Ta broszura jest skierowana do rodziców. Informuje co mogą zrobić, jeśli ich dziecko jest zaangażowane w przemoc w sieci (jako ofiara, świadek lub sprawca). Broszura została opracowana przez flamandzki okręg szkolny 'Gemeenschapsonderwijs'.	niderlandzki
https://www.okontreir.be/de-pest-aan-mij/	Grupa teatralna „O Kontreir” wystawia sztukę teatralną pod tytułem „De Pest! Aan mij”. Jest ona skierowana do uczniów szkół. W spektaklu ukazane są historie ofiar i oprawców. Celem przedstawienia jest zainspirowanie widowni do refleksji nad odpowiedzialnością w sytuacjach związanych z przemocą.	niderlandzki
https://itsuptoyou.nu/	Interaktywny film na temat zachowania świadka w sytuacjach przemocy	niderlandzki
https://www.youtube.com/watch?v=q3sOIOMTcNs Link do zwiastuna	Film o przemocy zatytułowany „Spijt” (angielski „Żal”), który zdobył nagrodę dla najlepszego filmu młodzieżowego w Europie i kilka nagród w różnych krajach.	niderlandzki

https://didatticapersuasiva.com/bullismo-e-cyberbullismo-attivita-didattica/	Poradnik jak prawidłowo korzystać z telefonu komórkowego	włoski
https://it.pearson.com/aree-disciplinari/storia/temi-attualita/cyberbullismo-una-proposta-laboratorio-didattico-sspg.html	Nauczanie historii, a przemoc	włoski
https://www.donboscopadova.it/cyberbullismo-scuola-secondaria-padova-donbosco/	Teatr a Cyberprzemoc	włoski
https://www.safenet.bg/images/sampled/Materiali/Dругият_техник_за_Internet_small.pdf	Poradnik "Jak dużo wiem o Internecie?" (ang. "How much do I know about Internet?")	bułgarski
https://www.youtube.com/channel/UCP0HE1CNa_eX8vSZerey0Q/videos	Kanał YouTube poświęcony bezpieczeństwu w Internecie, zawierający ponad 60 filmów tematycznych	bułgarski
https://ec.europa.eu/justice/grants/results/daphne-toolkit/file/3036/download_en?token=z73gLo6O	Podręcznik „T.A.B.B.Y. w Internecie” dla nauczycieli na temat oceny zagrożeń mobbingu wśród młodzieży) (ang. Manual for teachers developed by "T.A.B.B.Y. in Internet" project Threat Assessment of Bullying Behavior in Youth)	angielski, bułgarski
http://cyberhelp.eu	Projekt „Spórz - cyberprzemoc, seksting, uwodzenie nieletnich – codzienność w pracy socjalnej” (ang. "Look - cybermobbing, sexting, posing, grooming in the everyday life of youth social work") Do wykorzystania w codziennej pracy opracowano: • Gra RPG • Pula pomysłów • Przewodnik do dyskusji	angielski, bułgarski
https://rria.ici.ro/wp-content/uploads/2019/07/5_articol_Vevera_Albescu.pdf	A. V. Vevera i A. R. Albescu, „Cyberprzemoc” (ang. Cyberbullying) artykuł opublikowany w rumuńskim Journal of Information Technology and Automatic Control, tom. 29, nr 2, 63-68, Narodowy Instytut Badań i Rozwoju Informatyki – ICI Bukareszt, 2019. W artykule przeczytasz o: - pojęciu cyberprzemocy - rodzajach i metodach cyberprzemocy - formach cyberprzemocy i jej wpływu na ofiary	rumuński
https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/files/f8/f851d9ad-d5a9-4ab8-a2b5-692b3a56e960.pdf	Save the Children Rumunia: „Badanie dotyczące wpływu cyberprzemocy na dzieci i młodzież, Bukareszt, 2023” Zagadnienia: - informacje, w tym dane statystyczne, na temat portali społecznościowych z których korzystają dzieci i młodzież, ich zachowaniach w mediach społecznościowych oraz wpływie jaki ma na nie korzystanie z Internetu	rumuński
https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/files/10/10551dfa-	Save the Children Rumania „Każda przemoc wpływa na zdrowie fizyczne i emocjonalne dzieci. Przemoc wśród dzieci” – badanie socjologiczne na poziomie krajowym, 2016	rumuński

f0b2-4cb0-a103-08d811dc31a9.pdf	<p>Treść:</p> <ul style="list-style-type: none"> - społeczna percepcja przemocy - relacje rodzinne i opinie na temat wychowania dziecka - grupa przyjaciół i wpływ na zachowanie dziecka - konceptualizacja, skutki - badania ilościowe dotyczące cyberprzemocy – zachowania, typowe i specyficzne sytuacje przemocowe, opinie rodziców 	
https://cinetic.arts.ro/wp-content/uploads/2020/01/Bullying_Daiana-Marinescu.pdf	<p>doc. Prof. dr C. Popa (koordynator), D. C. Marinescu „Gry teatralne w zwalczaniu zachowań przemocowych” (“Theatrical games in combating bullying”, UNATC / Faculty of Theatre, 2020)</p> <p>Treść:</p> <ul style="list-style-type: none"> - o znęcaniu się i cyberprzemocy - sztuka jako forma terapii - studium przypadku - propozycja działań 	rumuński
https://www.isjialomita.ro/red/download/Educatia_nonformala_-_ghid_pentru_cadrede_didactice.pdf	<p>T. Vild, A. Dumitru, „Edukacja pozaformalna. Poradnik dla nauczycieli”</p> <p>Zagadnienia:</p> <ul style="list-style-type: none"> - o edukacji pozaformalnej: metody, charakterystyka facylitatora, metody pracy, gry, teatr 	rumuński
http://listen.animusassociation.org/wp-content/uploads/2016/09/manual-rom-web.pdf	<p>T. A. Netzelmann, E. Steffan, M. Angelova, „Strategie na rzecz klasy wolnej od przemocy” – Poradnik dla nauczycieli i pracowników szkoły, Save the Children, 2016 – publikacja powstała w ramach Projektu „INTRODUCING PARTICIPATORY AND CHILD-CENTERED APPROACH FOR EARLY IDENTIFICATION AND PREVENTION OF BULLYING IN SCHOOL SETTING IN 7 EU COUNTRIES ” JUST/2013/DAP/AG/5372 Przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej – Program DAPHNE III</p> <p>Zagadnienia:</p> <ul style="list-style-type: none"> - o znęcaniu się, metodach i działaniach zapobiegających przemocy, narzędziach wczesnej identyfikacji i właściwej interwencji w sytuacjach znęcania się 	rumuński

Webquesty	<p>Cyberprzemoc (ang. Cyberbullying): https://www.slideshare.net/bfraley3/webquest-on-cyber-bullying</p> <p>Cyberprzemoc dla edukatorów (and. Cyber Bullying for educators): https://www.slideshare.net/JDianetti/cyber-bullying-webquest</p> <p>Cyberprzemoc (ang. Cyberbullying): https://www.slideshare.net/BethanyMitchell/webquest-master-1</p> <p>Cyberprzemoc (ang. Cyberbullying): https://zunal.com/webquest.php?w=167676</p> <p>Cyberprzemoc (ang. Cyberbullying): https://prezi.com/00quvuys3_ofk/cyber-bullying-web-quest/</p> <p>Cyberprzemoc (ang. Cyberbullying): https://sites.google.com/a/godfrey-lee.org/internet-safety-webquest/process/cyberbullying</p>
Odgrywanie ról	<p>Odgrywanie ról – stop przemocy (ang. „Anti-Bullying – Role playing game”): https://www.youtube.com/watch?v=67kpysU0e6U</p> <p>Porozmawiajmy o cyberprzemocy (ang. „Let's talk about cyberbullying” – role play): https://www.youtube.com/watch?v=ltYz9ad12n8</p>

Flash Mob	Flash Mob „Stop znęcaniu się, stop przemocy; uczynimy świat lepszym miejscem! (ang. "Stop Bullying, Stop Violence; Let's make the world a better place!"): https://youtu.be/zTDeFAK3MJE Flash Mob projekt Erasmus+ TABASCO w szkole "Mihai Drăgan" Bacău: https://youtu.be/OC5hoSMKyb8 Stop cyberprzemocy (ang. "Anti Bullying Flash Mob"): https://youtu.be/6rH9woP5qu4?si=XTCyttB1SVdXO_N
Strony internetowe	Effects of Cyberbullying / Social Media Victims Law Center - https://socialmediavictims.org Bullying helplines in Romania – https://findahelpline.com UNICEF - https://www.unicef.org Save the Children Romania – https://salvaticopiii.ro “The Impact of Cyberbullying on Menral Health” - News-Mmedical.net – https://www.news-medical.net
Filmy	Movies – “Anti Bullying Animated” https://www.youtube.com/watch?v=YyDJafzuUK4 Movies – “New Boy Oscar® Nominated Short Film” https://www.youtube.com/watch?v=FdeioVndUhs Movies – “Discrimination” https://www.youtube.com/watch?v=Tk4DNEldPLQ Wonder (2017 Movie) Official Trailer – https://youtu.be/ngiK1gQKgK8?si=GWYSHwWmyjnE9Gmq
Spektakl teatralny	UNATC, "Theatrical games in combating bullying" - by Daiana Cristin Marinescu – https://cinetic.arts.ro/wp-content/uploads/2020/01/Bullying_Daiana-Marinescu.pdf
Broszura	Save the Children Romania „Choose to oppose bullying!" - Brochure for teachers https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/media/Documente/Brosura-bullying-profesori-ianuarie-2022-03.pdf „Choose to oppose bullying!" - Brochure for parents https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/media/Documente/Brosura-bullying-parinti-ianuarie-2022-02.pdf „Choose to oppose bullying!" - Brochure for children https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/media/Documente/Brosura-bullying-copii-ianuarie-2022-01.pdf „ The digital world. What you need to know if ..." – two brochures for the information of teenagers https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/brosura-adolescenti-1.pdf and https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/brosura-adolescenti-2.pdf „Think before you share" - information and prevention brochure edited by Save the Children together with Facebook and MediaSmarts https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/sfaturi_de_la_facebook.pdf „ Your image online"- smartphone brochure https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/brosura_smartphone2.pdf Bullying and internet harassment / short stories – booklet https://demetrius.ro/wp-content/uploads/2022/01/IO1-Bullying-si-hartuire-pe-internet-Povestiri-pentru-elevi_RO.pdf

Wystawa prac	Save the Children - Net Hour Program - exhibition on disinformation, misinformation and conspiracy theories - https://oradonet.ro/wp-content/uploads/2023/08/gr_misinformation_poster_rom.pdf
Media społecznościowe	Demo - Application "Education without bullying" - The application can be downloaded for free from Google Play or the App Store and was made by the Asociatia Parintilii Isteți with funding from the Vodafone Romania Foundation through the Fund for Good Deeds. https://www.youtube.com/watch?v=eo9KJTyJuq8 „ Stop Bullying - Interactive toys" https://wordwall.net/ro-ro/community/stop-bullying
wideo	<p>Save the Children Rumania – Czym jest przemoc? (ang. "What is bullying"): https://youtu.be/l3lBSnOJ5IM https://www.youtube.com/watch?v=EhuK0gMH-Co</p> <p>Wybierz przeciwstawianie się przemocy (ang. „Choose to stand up to bullying"): https://www.youtube.com/watch?v=IjbhmDpj8wk</p> <p>Randki offline – ciekawość, zagrożenia (ang. „Offline dating. Curiosity and Dangers") https://www.youtube.com/watch?v=MFqWg6FF0Xs</p> <p>Niebezpieczeństwa na kliknięcie. Jak być bezpiecznym w Internecie?" (ang. „Dangers a click away. How to be safe on the internet?") https://coresibrasov.ro/pericole-la-un-click-distanta-cum-sa-fii-in-siguranta-pe-internet/</p> <p>Bajka terapeutyczna - „Micul Rautăcios – znęcanie się” - bajki edukacyjne dla dzieci (ang. Therapeutic story - "Micul Rautăcios - bullying" - educational stories for children) https://www.youtube.com/watch?v=aSif3wV3Cgo</p> <p>Zapobieganie cyberprzemocy i świadomość zagrożeń związanych z naruszeniem prywatności (ang. Cyberbullying prevention and awareness of the risks associated with the violation of privacy): https://www.youtube.com/watch?v=kzwyE7ddcQ</p> <p>„O znęcaniu się i cyberprzemocy... aby każdy zrozumiał” (ang. „About bullying and cyberbullying ... for everyone to understand"): https://youtu.be/HeKUeme-GWE oraz https://youtu.be/5WbEt89VEmQ</p> <p>„Stop uzależnieniu od sieci” (ang. „Stop addiction to the net"): https://youtu.be/SDx6u_AQxO4</p> <p>Stop Cyberprzemocy (ang. „Anti-Bullying – Role play"): https://www.youtube.com/watch?v=67kpysU0e6U</p> <p>„Jak pomagamy dzieciom zapobiegać i radzić sobie z przemocą” – Urania Cremene (ang. „How we help children prevent and manage bullying” – Urania Cremene): https://www.youtube.com/watch?v=-e2dMZKLThY</p> <p>Porozmawiajmy o cyberprzemocy (ang. „Let's talk about cyberbullying"): https://www.youtube.com/watch?v=ltYz9ad12n8</p>

Wskazówki dla podejmujących inicjatywy przeciwko

(cyber)przemocy



- ✓ Nie musisz wiedzieć wszystkiego, ale dowiedz się, gdzie szukać informacji.
- ✓ Twoje umiejętności jako nauczyciela, doradcy, mentora, opiekuna polegają na pomaganiu danej osobie w podjęciu decyzji o jej własnym zachowaniu. Nie możesz decydować za nich.
- ✓ Relacja, którą budujesz, jest równie ważna jak informacje, które przekazujesz - bądź zachęcający, wspierający, pozytywny i przyjazny.
- ✓ Okazuj prawdziwe zainteresowanie drugą osobą, utrzymuj 100% koncentracji podczas wszystkich spotkań.
- ✓ Miej własne zadanie, nie bój się kwestionować zdania innych, ale rób to z wyczuciem i delikatnością.
- ✓ Uważaj na przekraczanie granic. Nie próbuj doradzać w sprawach, o których nie masz pojęcia.
- ✓ Poświęć trochę czasu na aktualizację swojej wiedzy, poznawaj narzędzia.
- ✓ Pamiętaj w grupie mogą być niepełnosprawni, mogą mieć problemy zdrowotne lub trudności w nauce. Upewnij się, że rozumiesz ich stan dla ich funkcjonowania w społeczeństwie, edukacji i życia zawodowego. Zapoznaj się ze specjalistycznymi zasobami i organizacjami, które mogą im pomóc.
- ✓ Pamiętaj, potencjalne ofiary lub agresorzy często potrzebują pomocy w zakresie emocjonalnym. Upewnij się, że masz umiejętności, aby im w tym pomóc.
- ✓ Nie możemy zakazać mediów społecznościowych. Bycie online jest częścią rozwoju społecznego nastolatków. Możemy jednak nauczyć młodzież, jak zachowywać się w Internecie. **Czego nie powiesz offline, nie mów też online.**
- ✓ Kiedy ktoś zgłosi przypadek znęcania się, wysłuchaj historii wszystkich zaangażowanych osób: ofiar, sprawców i osób postronnych. Tylko w ten sposób możliwe będzie lepsze zrozumienie tego, co dzieje się w klasie, na placu zabaw, w mediach społecznościowych i innych miejscach.



Dodatkowe wskazówki dla nauczycieli, pozostałej kadry szkół, innych specjalistów, decydentów politycznych

Metody i techniki stosowane w pracy grupowej mają na celu osiągnięcie innego poziomu komunikacji, poszukiwanie drogi do drugiego człowieka i do siebie, ale także poznanie warunków, w jakich to

wszystko będzie możliwe – warunków samorozwoju , warunków panujących w klasie i otaczającej nas rzeczywistości.

Tworzenie coraz ciekawszych, znaczących materiałów opartych na wiedzy i samowiedzy; praca, która zakłada pełniejszy rozwój, a co za tym idzie ustawiczne kształcenie osobowości człowieka, a także zwiększanie czasu wolnego, stawia przed edukacją nowe wyzwanie – prowokowanie jej absolwentów do potrzeby odpowiedniego organizowania czasu wolnego. W tym nowym świecie edukacja opiera się na tematach praktycznych umiejętności i działań życiowych, a nie na tradycyjnych dyscyplinach.

W pracy grupowej – poprzez ustrukturyzowane sytuacje / metody interaktywne / uczniowie mogą doświadczyć i spersonalizować stosowane koncepcje. W grupie wszyscy jesteśmy równi, ale jednocześnie w grupie działanie i rozwój odgrywają różne role, tworzą się zasady grupowe i nowe relacje.

1. Nie ma jednej „właściwej drogi” na pracę w grupie, wszystko zależy w dużej mierze od:

- naszej osobowości;
- sposobu, w jaki komunikujemy się z innymi;
- naszej wiedzy;
- uczestników – ich wieku, zainteresowań;
- środowiska, w którym pracujemy;
- czasu trwania spotkań grupowych;
- perspektywy czasowej;
- perspektywy uczestników.

2. Ważnymi aspektami pracy w grupie są:

- pozytywne nastawienie do uczestników;
- przyjęcie podstawowych zasad działania grupowego;
- przestrzeganie podstawowych zasad działania;
- atmosferę współpracy, zaufania i wzajemnego wsparcia;
- demokratyzacja relacji w grupie.

3. Prowadzenie i kierowanie pracą grupy to proces dokonywania wyborów w ciągle zmieniających się sytuacjach - wymaga od nas elastyczności, ciągłego zaangażowania, ciągłej oceny, samokształcenia.

- Ważną umiejętnością facylitatora⁵ jest prowadzenie grupy do rozwiązywania problemów i szczegółowe poznanie procesu;

⁵ „To facilitate” oznacza „ułatwiać”. Trzeba oddzielić rolę nauczyciela czy trenera od facylitatora. Trener jest osobą, która, w sposób mniej lub bardziej warsztatowy, przekazuje wiedzę (trener biznesu, rozwoju osobistego itp.). Natomiast facylitator to osoba organizująca sposób

- Kluczem do sukcesu jest ciągłe utrzymywanie jedności pomiędzy uczestnikami;
 - dostarczanie ważnych treści;
 - monitorowanie procesów zachodzących podczas przyswajania tej treści;
 - relacje między uczestnikami oraz między nimi a facylitatorem.

Oznacza to:

- ważne są otwarte relacje pomiędzy uczestnikami zaangażowanymi w proces uczenia się;
- poruszane przez nas tematy powinny być ujęte w formie problemów;
- praca grupowa jest niezwykle złożona pod kilkoma względami;
- trudno jest pracować jednocześnie w grupie dwudziestu, dwudziestu pięciu osób;
- trudno jest zapewnić warunki niezbędne do efektywnej pracy;
- trudno jest utrzymać dyscyplinę i motywację przez dłuższy czas;
- trudno jest przewidzieć wszystko, co może się wydarzyć w pracy grupowej.

4. Proces przygotowania do pracy w grupie jest niezwykle ważny – w praktyce pomaga nam tak zaprojektować program, aby odpowiadał zasadniczym wymaganiom i potrzebom grupy.

5. Należy ocenić potrzeby grupy, które obejmują:

- ✓ analizę organizacyjną środowiska uczenia się, w którym będziemy prowadzić pracę grupową
- ✓ analiza grupowa
- ✓ analiza uczestników i ich potrzeb

Analiza ta zazwyczaj pokazuje sytuację grupy, z którą będziesz pracować, jakie są oczekiwania i zainteresowania jej członków oraz czego potrzebują; jaka wiedza, umiejętności i postawy są do podniesienia czy potrzeby do zaspokojenia.

- ✓ analiza zadań, które należy wykonać, aby grupa osiągnęła swoje cele.

6. Oto kilka praktycznych wskazówek:

- Przed pierwszym spotkaniem z grupą dowiedz się więcej na temat uczestników
- Starannie przemyśl strukturę spotkania, jego elementy
- Postaw na swobodne prowadzenie rozmowy, co stworzy u uczniów poczucie wolności i przyjaznej atmosfery.

Ważne jest, aby podkreślić, co uczestnicy zyskają w procesie uczenia się, takie jak doświadczenie, ekscytująca współpraca, różne sposoby pracy, odkrycie wielu nowych rzeczy i ludzi.

W tym celu z pomocą przychodzą nam tzw. „lodołamacze”, czyli działania otwierające. Za ich pomocą nadajemy ton działaniom, pokazujemy jak będą wyglądać, wskazujemy, kto będzie odpowiadał za to,

pracy nad jakimś zagadnieniem. W tym przypadku wiedza jest w zespole, który zna potrzeby organizacji. Podczas spotkania facylitator proponuje metody pracy, które pozwalają zneutralizować to, co przeszkadza uczestnikom warsztatu w wypracowaniu rozwiązań i w realizacji wyznaczonych celów.

co się będzie działo, ale także ukierunkowujemy powiązanie z przyszłymi tematami. Bardzo często w formie żartu, gry lub spontanicznej „twórczej” aktywności ćwiczenia te rozwijają i wyznaczają wzór nowych umiejętności komunikacyjnych.

- Tworzenie zasad pracy grupowej

Jest to działanie konieczne, spójne, pierwsze działanie standaryzujące grupę. Opracowanie zasad kieruje uczestników do modelu pracy, do przyjrzenia się i omówienia relacji w grupie, daje im ramy, w których będą realizować swoje interakcje. Dlatego też należy zwrócić szczególną uwagę na tę czynność.

- Dyskusja

Dyskusja jest podstawowym modelem pracy w grupie. Jest także jedną z form zapobiegania konfliktom. Jeżeli w wyniku dyskusji nie dochodzi do wypracowania wspólnego stanowiska, dyskusja pomaga w określeniu istniejących rozbieżności. To może dać podstawę do dalszych działań, torujących drogę do godzenia różnych, nawet sprzecznych, poglądów lub interesów.

7. Kilka wskazówek dla nauczyciela/interesariuszy:

- Wyjaśnij zadanie w sposób jasny i konkretny
- Upewnij się, że grupa osiągnęła oczekiwany rezultat
- Stwórz model udanego przejścia do interakcji
- „Pokaż (nie tylko mów)” to podstawowa technika zapewniająca sukces w klasie
- Ustal jasne cele i czas trwania działania
- Buduj szacunek wśród członków grupy
- Praca w grupach dostosuj do wieku uczniów

Przykłady metod:

- Dyskusje, studia przypadków, odgrywanie ról
- Filmy wideo przedstawiające sytuacje cyberprzemocy
- Ćwiczenia interaktywne
- Ćwiczenia poprawiające umiejętności komunikacyjne, podejmowania decyzji, rozwiązywania konfliktów itp.

Jak przeciwdziałać (cyber)przemocy – przykłady ćwiczeń

T-SHIRT I SZNUR DO BIELIZNY

1 – Wprowadzenie

Proponowane działania koncentrują się na podnoszeniu świadomości i wrażliwości na cyberprzemoc, mając na celu zwrócenie uwagi na problem, z jakim borykają się dzieci i młodzież.

2 – Cele działania

Podnoszenie świadomości i uwrażliwianie na zjawisko nękania. Uczniowie w zespołach malują koszulki z przesłaniem przeciwko przemocy rówieśniczej..

3 – Słowa kluczowe

Zastraszanie, cyberprzemoc, sprawca, ofiara, obserwator, obrońca, motywacja: konsekwencje

4 – Metodologia

Jest to metoda pracy, w której członkowie grupy współdziałają, aby osiągnąć wspólny cel. Dobra metoda pracy zespołowej powinna promować skuteczną komunikację, wzajemne zaufanie, współodpowiedzialność, kreatywność i innowacyjność.

5 – Czas trwania

45 minut

6 – Opis

Krok 1 - Zidentyfikowanie problemu.

Każdemu zespołowi rozdawana jest koszulka, na której należy stworzyć komunikat przeciwko nękaniam lub przemocy rówieśniczej: stworzyć zarys. Zadanie skłania do dyskusji na temat formy (skuteczności przekazu) i treści (co jest przedmiotem troski i priorytetem do przekazania).

Krok 2 - Debata i ustalenia dotyczące stworzonego projektu.

1. Omówienie metodologii podejmowania decyzji.
2. Zastanowienie się i podjęcie decyzji, co namalować.

Krok 3 - Malowanie koszulki.

Uczniowie w swoich zespołach malują koszulkę.

Krok 4 - Noszenie koszulki - świadomość społeczna.

1. W wyznaczonym dniu koszulki będą noszone przez jednego z członków zespołu.
2. Uczniowie spotykają się, aby wymienić się doświadczeniami.
3. Uczniowie zakładają koszulki.



Porady i wskazówki:

Działalność ta jest wszechstronna i może być realizowana poprzez tworzenie flag, plakatów lub innych elementów, które jednocześnie mają kreatywny wyraz i wpływ na społeczeństwo.



Krok 5 - Powieszenie koszulki na sznurku do bielizny.

Koszulki zostaną zawieszane we wspólnej przestrzeni publicznej. Następnie uczniowie oceniają siebie w publicznym pokazie tego, co powiedzieli, a inni analizują ich słowa i wyrażenia.

7 - Produkt

Koszulki z napisem przeciwko zastraszaniu.

8 - Rezultaty

Świadomość zjawiska nękania.

Uzasadnienie wybranego przestania.

Dostrzeżenie, werbalizowanie cierpienia ofiary.

9 – Ocena

Kwestionariusz

ODGRYWANIE RÓL (IMPROWIZACJA)

1 – Wprowadzenie

Proponowane działania koncentrują się na podnoszeniu świadomości i wrażliwości na nękanie i cyberprzemoc, biorąc pod uwagę skalę problemu, z jakim borykają się dzieci i młodzież.

2 – Cel działania

Podnoszenie świadomości i uwrażliwianie na nękanie.

3 – Słowa kluczowe

Zastraszanie; cyberprzemoc; sprawca; ofiara; obserwator; obrońca; motywacja: konsekwencje.

4 – Metodologia

Jest to metoda pracy, w której członkowie zespołu współpracują, aby osiągnąć wspólny cel. Dobra metoda pracy zespołowej powinna promować skuteczną komunikację, wzajemne zaufanie, współodpowiedzialność, kreatywność i innowacyjność.

5 – Czas trwania

Przygotowanie 90 minut; Prezentacja 1-2 minuty.

6 – Opis

Krok 1 - Określenie tematu.

W zespole, omówienie tematu, podział zadań.

Krok 2 - Tworzenie narracji.

Stworzenie historii na temat znęcania się i przeznaczenie na to od 1 do 2 minut.

Krok 3 - Reprezentacja. Uczniowie wchodzi w interakcje, reprezentując role i zwracając uwagę na konteksty, motywacje i skutki.

Krok 4 - Analiza

Analiza przedstawionej sytuacji.

7- Produkt

Uczniowie w zespołach odgrywają role w historii odzwierciedlającej sytuację związaną z nękaniami (motywacja/zachowania/konsekwencje/...).

8 - Rezultaty

Wiedza budowana wśród rówieśników na temat zjawiska nękania, jego motywacji, zachowań i konsekwencji.

9 – Ocena

Kwestionariusz



OD CEGŁY DO MURU

1 – Wprowadzenie

Proponowane działania koncentrują się na podnoszeniu świadomości i wiedzy na temat nękania i cyberprzemocy, biorąc pod uwagę skalę problemu, z jakim borykają się dzieci i młodzież.

2 – Cel działania

Uwrażliwienie i świadomość na temat nękania i cyberprzemocy

2 – Słowa kluczowe

Zastraszanie, cyberprzemoc, aggressor, ofiara, obserwator, obrońca, motywacja: konsekwencje

4 – Metodologia

Jest to metoda pracy, w której członkowie zespołu współpracują, aby osiągnąć wspólny cel. Dobra metoda pracy zespołowej powinna promować skuteczną komunikację, wzajemne zaufanie, współodpowiedzialność, kreatywność i innowacyjność.

5 – Czas trwania

90 minut

6 – Opis

Krok 1 - Ustalenie poziomu świadomości poszczególnych osób w odniesieniu do zjawiska.

Każdy zespół otrzymuje karton lub arkusz A2 z 3 trójkątami. Trójkąty będą miały górną i dolną część. Każdy uczeń wypowiada w dolnej części wyrażenie, słowo lub propozycję w odpowiedzi na każde z 3 pytań/tematów:

- Wyraża zachowanie ilustrujące znęcanie się.
- Podaje motywację do rozwijania zachowań nękańcych (zachowania agresora).
- Określa konsekwencję, która może stanowić zastraszanie (dla ofiary).

Krok 2 – Poszerzanie wiedzy - samoświadomość.

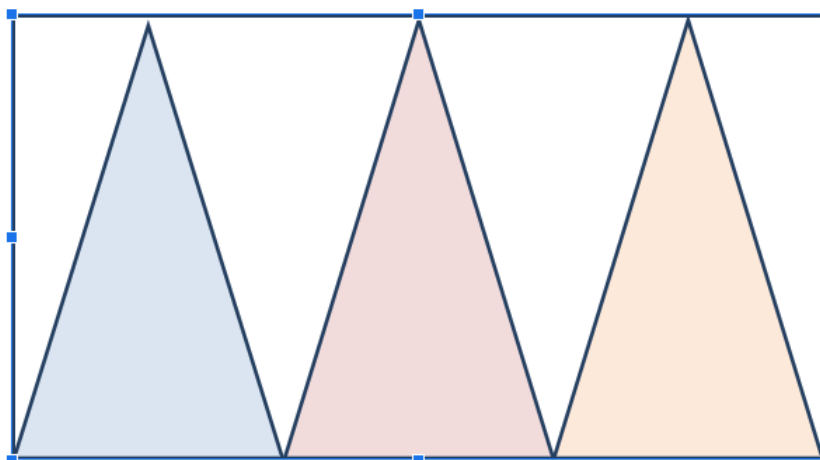
Uczniowie w swoich zespołach poprawiają, kwestionują, badają lub rozwijają pomysły między sobą, gdy pojawiają się nieporozumienia, pomysły lub nieznanne słowa (nauczyciel działa jako moderator). Facylitator wyłącza się zadając pytania.

Krok 3 – Uwrażliwienie klasy

Każdy zespół będzie rozważał i decydował o 3 słowach lub propozycjach, które uzna za najbardziej znaczące, aby umieścić je na szczycie każdej z piramid.

Krok 4 – Świadomość społeczna

Karton jest pocięty na 3 części, które są pogrupowane według zagadnienia i umieszczone w przestrzeni publicznej. Uczniowie widzą siebie w publicznej ekspozycji tego, co powiedzieli, a inni zobaczą siebie w tych wyrażeniach.



Arkusz z 3 trójkątami

7 - Produkt

Kartonowa piramida pogrupowana w 3 odrębne kategorie: motywacje, zachowania i konsekwencje.

8 – Rezultaty

Wyjaśnienie zjawiska nękania, od motywacji agresora, zachowań nękających i konsekwencji dla ofiary. Zwerbalizowanie cierpienia ofiary.

9 – Ocena

Kwestionariusz



Porady i wskazówki

Wykorzystaliśmy to ćwiczenie w kilku klasach, a następnie, dzięki zwielokrotnieniu zespołów stworzyliśmy końcowy panel o większym wpływie.

FILM KRÓTKOMETRAZOWY/WIDEO NARRACYJNY**1 – Wprowadzenie**

Proponowane działania koncentrują się na podnoszeniu świadomości na temat nękania i cyberprzemocy, biorąc pod uwagę dotkliwość tego problemu wśród dzieci i młodzieży

2 – Cele działania

Świadomość i uwrażliwienie na nękanie. Uczniowie w zespołach tworzą historię wideo odzwierciedlającą doświadczenie związane z zastraszaniem (motywacja/zachowania/konsekwencje/...).

3 – Słowa kluczowe

Zastraszanie, cyberprzemoc, aggressor, ofiara, obserwator, obrońca, motywacja: konsekwencje.

4 – Metodologia

Jest to metoda pracy, w której członkowie zespołu współdziałają i współpracują, aby osiągnąć wspólny cel. Dobra metoda pracy zespołowej powinna promować skuteczną komunikację, wzajemne zaufanie, współodpowiedzialność, kreatywność i innowacyjność.

5 – Czas trwania

5 X 45 minut

6 – Opis

Krok 1 - Określenie tematu przez zespół, omówienie tematu, podział zadań, planowanie.

Krok 2 - Tworzenie narracji.

Stworzenie historii/narracji na temat znęcania się, którą można przekształcić w wideo trwające 1-2 minuty.

Krok 3 - Filmowanie.

Filmowanie telefonem komórkowym - na przykład za pomocą aplikacji inshot - <https://inshot.com/>

Krok 4 – Edytowanie.

Przy użyciu inshot lub innego zasobu.

Krok 5 - Oglądanie - udostępnianie.

Transmisja wideo na wewnętrznej platformie Yammer lub innych.

7 - Produkt


Film krótkometrażowy - od 1 do 2 minut

8 - Rezultaty

Wyjaśnienie zjawiska znęcania się, począwszy od motywacji znęcającego się, zachowania znęcającego się i konsekwencji dla ofiary. Rozpoznawanie, werbalizowanie cierpienia ofiary.

9 – Ocena

Kwestionariusz.

 **Porady i wskazówki:**
Zadania wymagane w tym ćwiczeniu mogą być dłuższe niż przewidywano, ponieważ proces filmowania i edycji może zająć

KOMIKSY

1 – Wprowadzenie

Proponowane działania koncentrują się na podnoszeniu świadomości na temat nękania i cyberprzemocy, biorąc pod uwagę wagę problemu, z jakim borykają się dzieci i młodzież.

2 – Cele działania

Podnoszenie świadomości i wiedzy na temat nękania. Uczniowie w zespołach tworzą komiksową historię odzwierciedlającą doświadczenie związane z zastraszaniem (motywacja/zachowania/konsekwencje/...).

3 – Słowa kluczowe

Zastraszanie, cyberprzemoc, sprawca, ofiara, obserwator, obrońca, motywacja: konsekwencje

4 – Metodologia

Jest to metoda pracy, w której członkowie zespołu współpracują, aby osiągnąć wspólny cel. Dobra metoda pracy zespołowej powinna promować skuteczną komunikację, wzajemne zaufanie, współodpowiedzialność, kreatywność i innowacyjność.

5 – Czas trwania

5 X 45 minut

6 – Opis

Krok 1 – Zdefiniowanie tematu

Przez zespół (- omówienie tematu, -podział zadań, -planowanie).

Krok 2 Stworzenie narracji.

Tworzenie historii/narracji o nękanii, którą można przenieść na wideo, trwające 1-2 minuty.

Krok 3 – Rysowanie historii.

Krok 4 – Wyświetlanie-udostępnianie.
(wybór trybu udostępniania, transmisja jako album/wideo/... na wewnętrznej platformie Yammer lub innych).

7 – Produkt

Uczniowie w zespołach symulują historię odzwierciedlającą sytuację związaną z nękaniiem (motywacja/zachowania/konsekwencje/...)

8 - Rezultaty

Wiedza budowana wśród rówieśników na temat zjawiska nękania, jego motywacji, zachowań i konsekwencji.

9 – Ocena

Kwestionariusz.



Porady i wskazówki

Tworzenie komiksów ma charakter zabawy i może być rozwijane przy użyciu narzędzi cyfrowych.



ZBLIZ SIE DO LINII, JEŚLI...

1 – Wprowadzenie

Ćwiczenie to ma na celu zwiększenie empatii między uczestnikami poprzez dostrzeżenie, że inni ludzie w pewnym momencie swojego życia już czuli lub doświadczali tych samych rzeczy.

2 – Cele działania

Promowanie empatii i integracji w grupie

3 – Słowa kluczowe

Zastraszanie, empatia

4 – Metodologia

Grupa dynamiczna

5 – Czas trwania

15 minut + czas na uwagi

6 – Opis

Moderator przykleja taśmę na podłodze, oddzielając klasę. Poproś uczestników, aby stanęli naprzeciwko linii, po tej samej liczbie uczniów z każdej strony. Muszą zrobić dwa kroki do tyłu, utrzymując wszystkich w linii (w tej samej odległości co taśma na podłodze). Moderator wyjaśnia, że powie kilka zdań, a każdy, kto identyfikuje się z tymi sytuacjami lub cechami, musi zrobić krok do przodu, zbliżając się do linii. Następnie, po kilku sekundach, mogą wrócić do miejsca startu i tak dalej. Wypróbuj to raz - przed rozpoczęciem gry - aby sprawdzić, czy wszyscy rozumieją (przykład: "Zbliź się do linii, jeśli jesteś wewnątrz klasy..."; w tym przypadku każdy powinien zrobić krok do przodu, a następnie, po kilku sekundach, cofnąć się).

Zbliź się do linii jeśli:

- ...lubisz czytać.
- ...nosisz džinsy.
- ...lubisz czekoladę.
- ...lubisz rysować.
- ... masz braci lub siostry.
- ... jesteś jedynakiem.
- ... urodziłeś/aś się w innym mieście.
- ... nosisz okulary.
- ... masz zwierzęta.
- ... jesteś tancerzem.

Nauczyciel wyjaśnia, że teraz będzie mówił poważniejsze zdania i dlatego nie ma miejsca na komentarze lub hałas. Zdania powinny być wypowiedane głośno i powoli, aby uczniowie mieli czas na zastanowienie się.

Zbliż się do linii, jeśli...

- ... spędzasz więcej niż dwie godziny korzystając z mediów społecznościowych.
- ... kiedykolwiek odczuwałeś strach.
- ... wiesz, co to jest cyberprzemoc.
- ... znasz kogoś lub grupę, która zachowywała się online z zamiarem skrzywdzenia lub wyśmiania kogoś.
- ... kiedykolwiek czułeś się samotny.
- ... inny uczeń lub uczniowie rozpowszechniają kłamstwa lub plotki o kimś, kogo znasz online, aby go zranić lub sprawić, że inni go nie lubią.
- ... ktoś wyśmiewał się z Ciebie w Internecie za to, że ubierasz się lub nosisz inne ubrania niż reszta twoich kolegów i koleżanek z klasy.
- ... byłeś świadkiem, jak ktoś powiedział online, że inni nie będą ich lubić, jeśli nie zrobią tego, co powiedział inny uczeń (inni uczniowie).
- ... czułeś się bardzo szczęśliwy.

7 - Produkt

Doświadczenie w dynamice grupy.

8 - Rezultaty

W tej dynamice, w pierwszej części, w różnych zdaniach, niektórzy ludzie zbliżają się do linii, ale nie wszyscy - w grupie jest więcej różnic; w drugiej części ćwiczenia większość ludzi zna kogoś, kto już doświadczył sytuacji zastraszania lub cyberprzemocy - jest więcej punktów wspólnych. Dzieje się tak, ponieważ pierwsze zdania odnoszą się do cech osobowości, okoliczności lub zainteresowań, w których można dostrzec osobliwości grupy - różnice między ludźmi, ale jednocześnie to, co czyni ich wyjątkowymi. W drugiej części są to sytuacje, których prawie każdy doświadczył lub zna kogoś, kto ich doświadczył. Fakt, że możemy zidentyfikować te stany i jesteśmy w stanie postawić się w sytuacji drugiej osoby, również zbliża nas do siebie.

"Zarówno nasze różnice - to, co czyni nas wyjątkowymi - jak i nasze podobieństwa mogą nas zbliżyć".

To ćwiczenie jest ćwiczeniem empatii i spójności grupy. W tym sensie ćwiczenie może zakończyć się zdaniem, w którym każdy zrobi krok naprzód (przykład: Podejdź bliżej linii, jeśli pijesz wodę).

9 – Ocena

Moment refleksji w grupie - na koniec moderator musi zapytać:

- Co się stało z tą zmianą?
- Jak się czułeś?
- Czego się nauczyłeś?

Porady i wskazówki:

Z naszych doświadczeń z tym ćwiczeniem wynika, że jako że uczestnicy są proszeni o udzielanie osobistych odpowiedzi, uważamy, że bardzo ważne jest obserwowanie emocjonalnych reakcji uczestników. Zwykle, gdy w dyskusji pojawia się bardziej drażliwy temat, grupa ma tendencję do okazywania empatii wobec tej osoby, ale moderator musi zwracać uwagę na takie sytuacje.

SKRZYNKA PROBLEMÓW

1 – Wprowadzenie

To ćwiczenie promuje zastanowienie się nad konsekwencjami nękania.

2 – Cele działania

Uczeń wie, jak znaleźć rozwiązania, gdy pojawiają się problemy.

3 – Słowa kluczowe

Mobbing; rozwiązywanie problemów; praca zespołowa.

4 – Metodologia

Praca zespołowa; grupy składające się z 4-5 uczniów

5 – Czas trwania

45 minut

6 – Opis

Uczniowie są podzieleni na grupy 4-5 osobowe. Nauczyciel podaje każdej grupie jeden przykład sytuacji zastraszania lub agresji między rówieśnikami. Następnie każda grupa uczniów musi zastanowić się, co czuła ofiara, agresor i/lub świadek oraz jakie są możliwe konsekwencje tej sytuacji. Muszą zapisać to na kartce i umieścić wszystkie kartki w pudełku lub torbie. Następnie uczniowie wybierają losową kartę, a ich zadaniem jest szybkie znalezienie możliwych rozwiązań problemu. Uczniowie dzielą się swoimi przemyśleniami na temat sposobów radzenia sobie z sytuacjami nękania.

7 - Produkt

Tworzenie kart z sytuacjami zastraszania i rozwiązywaniem problemów

8 - Rezultaty

Strategie stosowane w sytuacjach nękania.

9 – Ocena

Liczba wykorzystanych strategii

Porady i wskazówki:

W oparciu o nasze doświadczenie z zajęciami okazało się, że historia przedstawiona przez moderatora musi być bardzo obiektywna, z dobrym opisem sytuacji i postaci, z jak największą liczbą szczegółów.

NIE CZYŃ INNYM TEGO, CZEGO NIE CHCESZ, BY CZYNIONO TOBIE

1 – Wprowadzenie

To ćwiczenie ma na celu zwiększenie umiejętności uczestników do wczuwania się w sytuację innych, co jest niezbędne w procesie zdobywania świadomości na temat nękania i interwencji.

2 – Cele działania

Zwiększenie świadomości trudności w zrozumieniu perspektywy innych osób. Rozwijanie empatii.

3 – Słowa kluczowe

Zastraszanie, empatia

4 – Metodologia

Dynamika grupy

5 – Czas trwania

60 minut

6 – Opis

Ćwiczenie rozpoczyna się bez podawania jego nazwy. Na początku każdy uczeń otrzymuje kartkę papieru i musi napisać zadanie, które chciałby, aby wykonał jeden z jego kolegów (zgodnie z dostępnym miejscem), ale musi napisać swoje imię na początku zdania. Na przykład: "Ja, Maria, chcę, aby Anna naśladowała kurczaka." Kiedy wszyscy uczniowie skończą, prowadzący zbiera kartki i dopiero wtedy wypowiada nazwę ćwiczenia: "Nie rób innym tego, czego nie chcesz, by robiono Tobie!". W ten sposób każdy uczeń będzie musiał zrobić to, co pomyślał dla swojego kolegi z klasy. Prowadzący losowo bierze jedną kartkę na raz, a osoba, która ją napisała, robi to, co zaproponowała koledze. Ćwiczenie kończy się, gdy wszyscy uczniowie wezmą w nim udział.

Porady i wskazówki:

Zastosowaliśmy to ćwiczenie w klasach, więc sugerujemy, że jeśli ma być zastosowane w większych grupach, można podzielić klasę na 4 lub 5 grup, a każda z nich musi wybrać zadanie do wykonania

7 - Produkt

Doświadczenie w zakresie dynamiki grupy

8 - Rezultaty

Ważne jest, aby uczniowie uświadomili sobie, że byli entuzjastycznie nastawieni do gry, nie myśląc o tym, że "drugi" może być zakłopotany i dopiero gdy sytuacja się odwróci, byli w stanie poczuć, co spowodowałoby dla kolegi. W rzeczywistości, w codziennym życiu, gdyby wiele z tego, na co pozwalamy innym, działało się z nami, odgrywalibyśmy bardziej aktywną i zaangażowaną rolę w naszych relacjach, będąc bardziej skłonni do zrozumienia tego, co czuje druga osoba.

9 – Ocena

Moment refleksji, na koniec moderator musi zapytać:

- Co czułeś?
- Jak to ćwiczenie może odzwierciedlać nasze codzienne życie?

INTERAKTYWNA HISTORIA

1 – Wprowadzenie

Wiele dzieci i młodych dorosłych doświadcza cyberprzemocy, jako osoba zastraszana lub jako osoba postronna, a czasem jako osoba zastraszająca innych. Skutki nękania mogą być druzgocące i często ludzie nie mają pojęcia, co z tym zrobić. W tej interaktywnej historii dzieci i młodzi dorośli mają szansę zdecydować, w jaki sposób historia będzie się dalej zmieniać.

2 – Cele działania

Proponowane działanie koncentruje się na zdobywaniu wiedzy na temat cyberprzemocy, podnoszeniu świadomości i zrozumieniu, że można podejmować różne rodzaje działań w celu zwalczania cyberprzemocy.

3 – Słowa kluczowe

Zastraszanie, cyberprzemoc online, działania i konsekwencje.

4 – Metodologia – nauka wspomagana komputerowo

Jest to metoda, w której osoby decydują o tym, jak dalej potoczy się historia nękania.

5 – Czas trwania

10-30 minut (w zależności od tego, jak często wybierasz różne ścieżki w fabule).

6 – Opis

Krok 1 - Wyjaśnienie ćwiczenia i skierowanie uczniów na stronę internetową. Uczniowie otrzymają historię o osobie, która jest prześladowana w Internecie, mogą decydować o tym, jak historia będzie kontynuowana, wybierając różne ruchy w określonych momentach historii. Zostają również poinformowani, że mogą rozpocząć historię kilka razy, dzięki czemu mogą dokonywać różnych wyborów i zobaczyć, jak wpłynie to na fabułę.

Krok 2 – Samodzielne decydowanie o przebiegu historii. Uczniowie rozpoczynają historię i pracują samodzielnie. Nauczyciel pomaga w razie potrzeby. Alternatywnie, uczniowie pracują w parach, więc muszą przedyskutować, które działanie wybrać i dlaczego.

Krok 3 – Uwrażliwienie grupy.

Uczniowie omawiają co zrobili i czego się nauczyli. Mogą teraz przejść do dyskusji na temat tego, jak wdrożyć to, czego się dowiedzieli we własnej grupie.

7 - Produkt

Interaktywna historia

8 - Rezultaty

Wiedza na temat nękania, zarówno z punktu widzenia ofiary, jak i agresora. Poczucie sprawczości, świadomość, że można coś zrobić z zastraszaniem. Wiedza o konsekwencjach swoich wyborów, gdy jest się zastraszonym lub jest się osobą postronną.

9 – Ocena

Dyskusja po ćwiczeniach/ krótka ankieta.

Porady i wskazówki:
Doradzamy, aby zmotywować uczniów do przeczytania wszystkich elementów historii w całości i dokładnie, zanim wskażą swój wybór i przejdą dalej.

GADU-GADU-ADAPTACJA

1 – Wprowadzenie

Niderlandzka fundacja Szkoła i Bezpieczeństwo (www.schoolveiligheid.nl) przedstawia narzędzia do rozmawiania o nękanii. Nie mają one jednak jeszcze zastosowania do cyberprzemocy. Zaadaptowano teksty na kartach tak, aby odnosiły się do cyberprzemocy.

2 – Cele działania

Pomysł polega na tym, aby przez cały rok omawiać temat cyberprzemocy. Można umieścić te karty w pudełku i zdecydować się na wyjęcie jednej z nich co tydzień lub zorganizować dzień, w którym omawia się je wszystkie. Uczniowie dowiedzą się, co sądzą o cyberprzemocy i pozwolą im zastanowić się nad następującymi kwestiami co jest potrzebne do stworzenia miłej atmosfery, zarówno online, jak i w klasie. Karty zachęcają uczniów do wyrażania uczuć i potrzeb. Niderlandzka fundacja Szkoła i Bezpieczeństwo podkreśla, że ważne jest, aby zadawać te pytania w bezpiecznym i znanym środowisku.

3 – Słowa kluczowe

Cyberprzemoc, osobiste doświadczenia, bezpieczeństwo, atmosfera w grupie

4 – Metodologia

Karty ułatwiają dyskusję grupową na temat cyberprzemocy. Odpowiadając na pytania, uczniowie mogą podzielić się czymś osobistym na swój temat. Uczniowie mają możliwość wskazania swoich granic: w razie potrzeby mogą wybrać inną kartę lub przekazać ją koledze/koleżance z klasy, którzy chcą o tym porozmawiać. Jako nauczyciel możesz wstępnie wybrać pytania odpowiednie do czasu i wieku grupy.

5 – Czas trwania

+ 5 minut dla każdej karty

6 – Opis

Jak korzystać z kart: Wydrukuj karty i wytnij je. Umieść je w słoiku lub kopercie. Słoik lub kopertę można umieścić w określonym czasie w ciągu tygodnia lub za każdym razem, gdy w klasie pojawi się temat nękania. Uzgodnij z grupą, jak rozmawiać ze sobą w przyjemny i pełen szacunku sposób. Poproś ucznia o wzięcie karty lub sam ją weź. Następnie poproś ucznia o udzielenie odpowiedzi na pytanie. Uzgodnij znak, gdy nie odpowiesz na pytanie; uczeń może wtedy powiedzieć na przykład "zdaję". Innym sposobem jest poproszenie ucznia o odczytanie karty i podanie trzech uczniów, którzy podniosą palec, aby udzielić odpowiedzi. Można również poprosić uczniów o samodzielne dodawanie stwierdzeń lub pytań.

Cyberprzemoc/nękanie w sieci – przykładowe pytania na kartach

Jak myślisz, dlaczego ktoś miałby nękać inną osobę online??	Gdybym był nauczycielem, powstrzymałbym cyberprzemoc przez
---	--

To, czego nie mówi się innej osobie offline, nie mówi się również online.	Gdybym był szefem platformy mediów społecznościowych, powstrzymałbym cyberprzemoc przez ...
Komu dałeś dziś "polubienie" lub komu odpowiedziałeś w pozytywny sposób? I co powiedziałeś?	Jak myślisz, dlaczego ktoś miałby nękać inną osobę w sieci?
Jeśli doświadczam czegoś online, z czym nie czuję się dobrze, pomaga mi porozmawianie o tym z przyjacielem.	Czego potrzebujesz, aby czuć się bezpiecznie w grupie online?
Jeśli doświadczam czegoś online, z czym nie czuję się dobrze, pomaga mi porozmawianie o tym z nauczycielem.	Wspólnie wymyślcie dwa sposoby na powstrzymanie cyberprzemocy.
Jeśli doświadczam czegoś online, z czym nie czuję się dobrze, zgłaszam to platformie (tiktok, snapchat, whatsapp, ...).	Co byś stracił, gdybyś nie był w grupie społecznościowej swojej klasy?
Jeśli doświadczam czegoś w sieci, z czym nie czuję się dobrze, warto udać się na policję.	Kto powinien zapobiegać lub powstrzymywać cyberprzemoc? Nauczyciel? Uczniowie? Inni? Kto?
Nękanie online może być tylko żartem, powinieneś być w stanie sobie z tym poradzić.	Jak mógłbyś dać innej osobie znać, że nie podoba Ci się jej zachowanie w sieci?
Gdybym był nauczycielem, powstrzymałbym cyberprzemoc przez	Zapytaj dwóch kolegów/koleżanki z klasy o ich najlepszy/najzabawniejszy moment online w tym tygodniu.
Gdybym był szefem platformy mediów społecznościowych, powstrzymałbym cyberprzemoc przez ...	Aby przyczynić się do miłej atmosfery w grupie online, mogę
Czy wiesz, czym jest niepisana zasada? Wymień niepisaną zasadę, której używasz online.	Zapytaj swojego nauczyciela, czy w czasach, gdy nękanie w sieci nie istniało, w szkole było więcej przypadków nękania.
Jak pokazać w sieci, że nie podoba Ci się zachowanie innej osoby?

7 - Produkt

Dyskusja w grupie

8 - Rezultaty

Dzielenie się doświadczeniami związanymi z cyberprzemocą, świadomość

9 – Ocena

Dyskusja po ćwiczeniu/krótki ankieta.

TEATR SPOŁECZNY

1 – Wprowadzenie

Proponowane zajęcia koncentrują się na zwiększaniu świadomości i wiedzy na temat cyberprzemocy, biorąc pod uwagę wagę problemu, z jakim borykają się dzieci i młodzież.

2 – Cele działania

• Szczególne kompetencje:

Rozwój proaktywnych zachowań i postaw wśród dzieci/młodzieży w odniesieniu do zjawisk cyberprzemocy.

• Zachowania:

- ✓ Identyfikacja zachowań związanych z cyberprzemocą w fizycznym środowisku społecznym i w środowisku online.
- ✓ Przykłady skutków zjawisk cyberprzemocy
- ✓ Stosowanie rozwiązań zniechęcających do stosowania mobbingu i cyberprzemocy.
- ✓ Demonstrowanie odpowiedzialnych i pełnych szacunku zachowań w środowisku online w sytuacjach interakcji z użytkownikami online..

3 – Słowa kluczowe

Zastraszanie, cyberprzemoc, agresor, ofiara, obserwator, obrońca, motywacja, konsekwencje.

4 – Metodologia – teatr społeczny

Zabawne działania symbolicznie odzwierciedlają niewidzialne zjawiska w osobistej narracji, poszukując rozwiązań i czyniąc je widzialnymi. Chcemy być posłańcami otwartości na zmiany podejścia do różnorodności. Teatr społeczny to metoda pracy, w której uczestnicy biorą udział w rozwiązywaniu sytuacji społecznej, pracując w zespołach i przyjmując role w odniesieniu do społeczno-emocjonalnego rezonansu doświadczanego w grze aktorskiej praktykowanej na poziomie symbolicznym. Członkowie zespołu współdziałają i współpracują, aby osiągnąć wspólny cel. Stymuluje to i rozwija samoocenę, szacunek i komunikację, wzajemne zaufanie, współodpowiedzialność, kreatywność i innowacyjność w procesie zmiany dysfunkcyjnych zachowań w relacjach społecznych offline i online.

5 – Czas trwania

90 minut

6 – Opis

A. Grupa fokusowa

Krok 1 - Wyjaśnienie charakterystycznych elementów zjawiska cyberprzemocy:

Tworzone są dwa zespoły robocze składające się z 6-8 członków z klas równoległych uczniów, tego samego poziomu szkolnego. Rozdawane są arkusze i przybory do pisania.

Pytania wyjaśniające zagadnienie zaproponowane do analizy:

1. Jak definiujesz zjawisko "cyberprzemocy"?
2. Określ możliwe role napotymane w sytuacjach zastraszania i cyberprzemocy.
3. Jakie relacje zachodzą między zidentyfikowanymi rolami?
4. Jaki wpływ na osobę mogą mieć te zjawiska społeczne?
5. Podać przykłady możliwych rozwiązań interwencyjnych.
6. Podsumowanie odpowiedzi przez moderatora.

Krok 2 - Identyfikacja sytuacji problemowej i możliwego rozwiązania

Uczniowie przedstawiają pomysły, analizują, wyjaśniają, doprecyzowują, proponują możliwe rozwiązania, poprawiają, uzupełniają i organizują powstałe pomysły w spójny format, który można odegrać w symbolicznej grze. Moderator udziela jedynie wsparcia i wyjaśnień w przypadku nieporozumień, niejasnych pomysłów lub terminów.

B. Teatr społeczny

Krok 1 - Prezentacja zachowań charakterystycznych dla zjawisk cyberprzemocy. Przygotowanie gry. Każda grupa obraduje nad ostateczną formą inscenizacji. Proponowany czas trwania akcji to maksymalnie 10 minut. Jedną z ról w grze teatralnej jest rola narratora, który ma za zadanie mobilizować publiczność do działań, wyrażania pomysłów, tymczasowego przyjmowania ról i ułatwiania komunikacji między aktorem a publicznością.

Gra próbna jest zakończona. Uczniowie wybierają najlepszą opcję do odegrania na scenie.

Krok 2 - Uwrażliwienie grupy.

Każdy zespół prezentuje wybraną wersję jednej klasie. Po zakończeniu gry następuje podsumowanie. Za zgodą uczniów gra teatralna jest nagrywana.

Krok 3 - Świadomość społeczna - plakat

Wszyscy uczestniczący uczniowie otrzymują kartonowe arkusze, na których odwzorowują pisemnie lub rysunkowo myśli, doświadczenia podczas prezentacji gry teatralnej. Są one pogrupowane tematycznie: przyczyny, motywacje, skutki zjawiska. Uzyskane wyniki są wyświetlane na tablicy do wglądu uczniów, a nagranie z ćwiczenia jest umieszczane na szkolnej platformie

7 - Produkt

Wystawa z plakatami/komunikatami, zestaw teatralny - można wybrać kilka aktów, które zostaną zaprezentowane z innymi klasami, w zależności od zidentyfikowanego problemu i potrzeb uczniów.

8 - Rezultaty

Wyjaśnienie zjawiska cyberprzemocy, w odniesieniu do przyczyn, motywacji uczestników cyberprzemocy, różnic między tymi zjawiskami społecznymi a zachowaniami agresywnymi, konsekwencji dla ofiary i rozwiązań zniechęcających do rozprzestrzeniania się tego zjawiska. Rozpoznawanie, werbalizowanie cierpienia ofiary i pobudzanie odwagi do proszenia o pomoc/oferowania pomocy.

9 – Ocena

Kwestionariusz.

EMPATIA

1 – Cele działania

Rozwijanie empatii i pomaganie uczniom w postrzeganiu sytuacji z różnych perspektyw.

2 – Czas trwania

60 minut

3 – Opis

Uczniowie mogą ćwiczyć empatię, wcielając się w rolę ofiary cyberprzemocy, prześladowcy lub osoby postronnej, zastanawiając się, jak czuliby się w każdej z tych ról. Role mogą być rozłożone na różnych kartach, a każdy uczeń może wybrać jedną z nich. Dla uczniów interesujące będzie zobaczenie jak w tej samej sytuacji reagują różne osoby.

Sugerowane role dla kart:

- Jestem agresorem. Dlaczego muszę znęcać się nad innymi? Co motywuje moje zachowanie i jakie są możliwe przyczyny moich działań?
- Znęcam się nad kimś. Jak mogę przeprosić?
- Byłem zastraszony online. Jak się z tym czuję? Jaki ma to na mnie wpływ emocjonalny? Czy się boję, niepokoję itp.?
- Ktoś rozpowszechnia plotki na mój temat. Co mogę zrobić?
- Byłem świadkiem zastraszania kogoś, ale nie interweniowałem. Czy mogłem postąpić inaczej? Dlaczego zdecydowałem się nie interweniować?
- Byłem świadkiem znęcania się nad kimś i zainterweniowałem. Uczeń odgrywający tę rolę może opisać, w jaki sposób interweniował, aby powstrzymać zastraszanie, jakie działania podjął i dlaczego uważał, że działanie było ważne.
- Jestem rodzicem i moje dziecko padło ofiarą cyberprzemocy. Co mogę zrobić?
- Jestem rodzicem i odkryłem, że moje dziecko znęca się nad innym dzieckiem (dziećmi). Co mogę zrobić?
- Jestem nauczycielem szkolnym i uczeń zwrócił się do mnie z informacją, że padł ofiarą cyberprzemocy. Co mogę zrobić?
- Jestem nauczycielem szkolnym i byłem świadkiem incydentu cyberprzemocy w klasie? Jak mogę rozwiązać ten problem? Jak mogę współpracować ze szkołą i rodzicami, aby zapobiec powtórzeniu się takiej sytuacji?

Jestem psychologiem szkolnym i zgłosiła się do mnie ofiara cyberprzemocy. Jak mogę wesprzeć ofiarę i pomóc jej poradzić sobie z emocjonalnym wpływem cyberprzemocy? W jaki sposób mógłbym pracować z prześladowcą, aby zająć się podstawowymi przyczynami jego zachowania?

REFLEKSJE NAD WŁAŚCIWYM I NIEWŁAŚCIWYM ZACHOWANIEM W SIECI

1 – Cele działania

Rozróżnianie właściwego i niewłaściwego zachowania w sieci.

2 – Metodologia

Podziel klasę na grupy 4-5 osobowe.

3 – Czas trwania

90 minut

4 – Opis

Poproś uczniów, aby przygotowali komiksy potencjalnych bezpiecznych i niebezpiecznych sytuacji online (np. ktoś, kogo nigdy nie spotkałeś osobiście, prosi Cię o nieodpowiednie zdjęcie). Jeśli uczniowie mają trudności z wymyśleniem niebezpiecznych zachowań online, poniżej znajdują się sugestie, których można użyć, aby ich zainspirować:

- Wysyłanie złośliwych lub zawierających groźby SMS-ów/wiadomości
- Wprawianie innych w zakłopotanie poprzez publikowanie zdjęć, tworzenie stron internetowych lub ujawnianie danych osobowych
- Udawanie kogoś, używając jego imienia i nazwiska
- Udostępnianie adresu domowego online
- Udostępnianie numeru telefonu nieznanym osobom
- Używanie publicznego Wi-Fi do poufnych operacji (np. transakcji finansowych)
- Utrzymywanie kont stale zalogowanych, nawet gdy nie są używane
- Pozostawianie ustawień profili w sieciach społecznościowych ustawionych na publiczne
- Korzystanie z publicznych komputerów (np. w szkole, klubie internetowym itp.) do logowania się na prywatne konta
- Udostępnianie danych osobowych online osobom, których nigdy nie poznało się osobiście.
- Niezamierzone publikowanie prywatnych zdjęć online

Linki do stron internetowych służących do tworzenia komiksów, takich jak Canva, Pixton i Storyboard That. Programy te umożliwiają przeciąganie i upuszczanie postaci, tła i dymków na cyfrowe płótno.

PRESJA I WPŁYW RÓWIEŚNIKÓW W INTERNECIE

1 – Wprowadzenie

Rówieśnicy to osoby należące do tej samej grupy społecznej, więc termin "presja rówieśnicza" odnosi się do wpływu, jaki rówieśnicy mogą wywierać na siebie nawzajem. Presja rówieśnicza to proces, w którym członkowie tej samej grupy społecznej wpływają na innych członków, aby robili rzeczy, na które mogą być oporni lub których w przeciwnym razie nie zdecydowaliby się zrobić.

2 – Opis

Pozytywna i negatywna presja rówieśnicza odnosi się do wpływu wywieranego przez rówieśników na zachowania. Kluczowe rozróżnienie polega na wpływie tego wpływu na dobrostan i rozwój osoby. Poniżej znajduje się kilka przykładów zarówno pozytywnej, jak i negatywnej presji rówieśniczej, spróbuj rozróżnić te dwie kategorie:

Doskonałość akademicka
 Nadużywanie substancji
 Zdrowy styl życia
 Znęcanie się
 Wyznaczanie celów
 Prześladowanie
 Integracja społeczna
 Negatywne postawy i przekonania
 Uprzejmość
 Łamanie zasad

Działalność społeczna
 Wyznaczanie celów i rozwój osobisty
 Pomijanie szkoły
 Lekkomyślna jazda
 Wolontariat
 Angażowanie się w niebezpieczne zachowania seksualne
 Empatia
 Udział w nielegalnych działaniach
 Samodoskonalenie
 Rozwój osobisty

Pozytywna presja rówieśników	Negatywna presja rówieśników

Odpowiedzi

Pozytywna presja rówieśników:

- Doskonałość akademicka - gdy koledzy z klasy zachęcają się nawzajem do nauki, aktywnego uczestnictwa w zajęciach i dążenia do sukcesu, tworzy to pozytywną presję rówieśniczą, aby uczniowie osiągnęli doskonałe wyniki w nauce.
- Zdrowy styl życia - jeśli grupa przyjaciół angażuje się w regularne ćwiczenia, zachęca do zdrowego odżywiania i zniechęca do niezdrowych zachowań, takich jak palenie lub nadmierne picie alkoholu, promuje pozytywną presję rówieśniczą na utrzymanie zdrowego stylu życia.
- Integracja społeczna i życzliwość - rówieśnicy, którzy promują integrację, życzliwość i empatię, tworzą pozytywną presję rówieśniczą, która zachęca uczniów do wzajemnej akceptacji, wsparcia i szacunku.

- Praca społeczna i wolontariat - gdy przyjaciele wspólnie angażują się w pracę społeczną lub wolontariat, wywierają pozytywną presję rówieśniczą, motywując innych do działania na rzecz społeczności i wywierania na nią pozytywnego wpływu.
- Wyznaczanie celów i rozwój osobisty - rówieśnicy, którzy zachęcają do wyznaczania celów, samodoskonalenia i rozwoju osobistego, inspirują innych do wyznaczania i realizowania własnych celów, wspierając pozytywną presję rówieśników na rzecz indywidualnego rozwoju.

Negatywna presja rówieśników:

- Nadużywanie substancji - gdy rówieśnicy namawiają kogoś do eksperymentowania z narkotykami, alkoholem lub innymi szkodliwymi substancjami, stanowi to negatywną presję rówieśniczą, która może mieć szkodliwy wpływ na fizyczne i psychiczne samopoczucie danej osoby.
- Opuszczanie zajęć lub łamanie zasad - gdy koledzy z klasy namawiają innych do opuszczania zajęć, oszukiwania na egzaminach lub angażowania się w inne zachowania łamiące zasady, tworzy to negatywną presję rówieśniczą, która może utrudniać postępy w nauce i prowadzić do konsekwencji dyscyplinarnych.
- Zastraszanie i nękanie - jeśli grupa uczniów zachęca lub uczestniczy w zastraszaniu, dokuczaniu lub nękaniu innych, stanowi to negatywną presję rówieśniczą, która może powodować cierpienie emocjonalne i krzywdę ofiary.
- Ryzykowne zachowania - presja rówieśnicza do angażowania się w niebezpieczne działania, takie jak nieostrożna jazda, angażowanie się w niebezpieczne zachowania seksualne lub udział w nielegalnych działaniach, jest negatywną presją rówieśniczą, która może mieć poważne konsekwencje.
- Negatywne postawy i przekonania - gdy rówieśnicy promują negatywne postawy, takie jak rasizm, seksizm lub nietolerancja, wywierają negatywną presję rówieśniczą, wspierając szkodliwe środowisko, które utrwała uprzedzenia i dyskryminację. It is crucial for students to recognize and resist negative peer pressure, while seeking out positive influences that align with their values, goals, and well-being.

Dowiedz się więcej o presji rówieśników i sposobach radzenia sobie z nią z poniższych zasobów internetowych: (można skorzystać z tłumacza lub dostępnych wersji językowych)

<https://kidshelpline.com.au/teens/issues/peer-pressure-and-fitting>

<https://kidshealth.org/en/kids/peer-pressure.html>

<https://yourlifecounts.org/learning-center/peer-pressure/20-ways-to-avoid-peer-pressure/>

<https://caps.ucsc.edu/counseling/aod/peer-pressure.html>

<https://www.aspenridgerecoverycenters.com/how-to-deal-with-peer-pressure/>

<https://www.casita.com/blog/how-to-tackle-peer-pressure>

<https://parentandteen.com/say-no-peer-pressure/>

<https://www.verywellmind.com/what-is-peer-pressure-22246>

UCZUCIA ZWIĄZANE Z CYBERPRZEMOCĄ

1 – Wprowadzenie

Audiowizualne bodźce emocjonalne mają kluczowe znaczenie dla percepcji emocjonalnej uczniów. Możliwość osiągnięcia zadowalającego poziomu świadomości emocjonalnej jest niezbędna do zapobiegania zastraszaniu. Często mówi się, że cyberprzemoc jest związana ze stanem społeczno-psychologicznym uczniów. Badania pokazują jednak, że tak nie jest i że cyberprzemoc może obejmować dowolną kategorię społeczno-psychologiczną. Centralnym elementem pozostaje niewystarczająca edukacja emocjonalna.

2 – Cele działania

Uczniowie identyfikują emocje związane z poniżaniem i zastraszaniem.

3 – Słowa kluczowe

Inteligencja emocjonalna, edukacja emocjonalna, świadomość społeczna i psychologiczna, dojrzałość

4 – Metodologia

Wiek 8-11 i 11-14+

Zasoby: Telewizor, tablica lub ekran komputera, na którym można odtwarzać filmy, po jednej karcie dla każdego ucznia, krótka scena z filmu/programu telewizyjnego/internetowego, który pokazuje znęcanie się.

Przygotowanie: Przed rozpoczęciem zajęć wybierz scenę z filmu, programu telewizyjnego lub internetowego, która przedstawia sytuację cyberprzemocy, z którą uczniowie mogą się utożsamiać.

5 – Czas trwania

40 minut

6 – Opis

Odtwórz wybraną scenę. Po zakończeniu krótkich klipów przeanalizuj z uczniami cyberprzemoc. Zadaj następujące pytania:

- Dlaczego ta osoba była zastraszana?
- Jak czuła się osoba zastraszana?
- Czy kiedykolwiek byłeś świadkiem podobnej sytuacji zastraszania?

Gdy uczniowie skończą pisać, zbierz wszystkie karty. Potasuj karty i rozdaj je całej klasie. Przejdź po sali i poproś uczniów o przeczytanie tylko emocji i uczuć wymienionych w drugim pytaniu.

Podczas czytania poproś uczniów, aby podnieśli ręce, jeśli kiedykolwiek odczuwali opisywaną emocję (niekoniecznie z powodu dokuczania lub zastraszania).

Następnie podziel uczniów na trzyosobowe grupy. Poproś grupy o wymyślenie strategii, które pomogą im przestać poniżać i dokuczać innym. Na koniec zapytaj ich, jak się czują, dokuczając komuś.

Na koniec przeczytaj następujący cytat Martina Luthera Kinga Jr. **"Ostatecznie zapamiętamy nie słowa naszych wrogów, ale milczenie naszych przyjaciół"**.

Zadaj grupom następujące pytania:

- Co może oznaczać ten cytat?
- Jak myślisz, co dr King miałyby do powiedzenia na temat zastraszania?

7 - Produkt

Przygotowanie raportu zawierającego opis projektu i schemat przekazywania działań innym klasom.

8 - Rezultaty

Współpraca; podnoszenie samoświadomości emocjonalnej; rozpoznawanie emocji nękających; autorefleksja; dzielenie się doświadczeniami emocjonalnymi; zrozumienie, zaufanie, szacunek dla innych; praca nad własnym poczuciem empatii.

PODSUMOWANIE SAMEGO SIEBIE

1 – Wprowadzenie

Świadomość własnej roli w grupie lub społeczności jest kluczowym elementem zapobiegania cyberprzemocy. Wszystkie elementy, które stymulują konkretną i głęboką refleksję nad tym, jakie możliwości ma każdy, aby zapobiegać tym zjawiskom, są centralnym elementem wszystkich wysiłków mających na celu zwalczanie i zapobieganie cyberprzemocy

2 – Cele działania

Identyfikacja zachowań, które należy zmienić.

3 – Słowa kluczowe

Rozwój osobisty, profilaktyka i zaangażowanie społeczne, postawa obywatelska

4 – Metodologia

Wiek 11-14+

5 – Czas trwania

Od 40 to 80 minut

6 – Opis

Ćwiczenie 1 - Spojrzenie na siebie

Upewnij się, że uczniowie rozumieją już, że każdy ma obowiązek zrobić coś, aby upewnić się, że prześladowanie nie będzie występować. Czasami musimy spojrzeć na siebie, aby upewnić się, że nie zachowujemy się w sposób, który nie pomaga powstrzymać nękania. Daj każdemu uczniowi arkusz do z pytaniami: Czy mógłbyś czasami znęcać się nad innymi ludźmi? Wyjaśnij, że jest to ćwiczenie osobiste i nie muszą się nim z nikim dzielić, chyba że chcą. Powinni być szczerzy. Uczniowie będą myśleć o zastraszaniu w odniesieniu do własnego zachowania. Ten rodzaj samooceny jest początkiem procesu zmiany.

Ćwiczenie 2 - Flaga przyjaźni

Rozdaj arkusz do kopiowania: Flaga przyjaźni. Uczniowie wycinają flagę, wypełniają niezbędne informacje i dekorują ją. Połączenie ze społecznością - Gotowe flagi przyjaźni można zabrać do domu i podzielić się nimi z rodziną.

7 - Produkt

Flaga przyjaźni.

8 - Rezultaty

Świadomość, poczucie własnej skuteczności, umiejętność podejmowania decyzji, współpraca, umiejętności komunikacyjne

ZAANGAŻOWANA SPOŁECZNOŚĆ

1 – Wprowadzenie

To ćwiczenie, wykorzystujące metodę zwaną maieutyką, opracowaną i zaproponowaną przez włoskiego socjologa Danilo Dolci w latach pięćdziesiątych XX wieku. Ma na celu przekazanie uczniom informacji na temat społeczności edukacyjnej, poprzez otwarty i odpowiedzialny dialog. Uczniowie będą musieli zrozumieć głębokie znaczenie społeczności edukacyjnej, a także będą musieli zdać sobie sprawę z tego, co oznacza wiodąca rola społeczności edukacyjnej w odniesieniu do ich roli jako odpowiedzialnych obywateli.

2 – Cele działania

Podnoszenie świadomości i uwrażliwianie na nękanie i cyberprzemoc. Uczniowie w zespołach omawiają i tworzą pierwszy krok do zaangażowania społeczności edukacyjnej w zapobieganie cyberprzemocy.

3 – Słowa kluczowe

Edukacja społeczności, cyberprzemoc, sprawca, ofiara, obserwator, obrońca, motywacja, konsekwencje

4 – Metodologia

Podejście to opiera się na tak zwanej metodzie maieutycznej. Metoda ta, wywodząca się z myśli Sokratesa, została zmodernizowana we Włoszech przez socjologa Danilo Dolci. Dzieci są angażowane w otwartą dyskusję, w której każdy jest bohaterem i musi wyrazić swoje stanowisko na dany temat. Więcej informacji na stronie www.montesca.eu/react

5 – Czas trwania

2 godziny

6 – Opis

1. Grupa siedzi w kręgu w klasie i rozpoczyna od ćwiczenia, w którym moderator wyraża, czym powinna być społeczność edukacyjna. Wymieniane są pomysły, mając na uwadze z jednej strony potrzeby i wymagania grupy, a z drugiej strony niezbędne planowanie dydaktyczne. Moderator może przygotować grupę do dzielenia się dokumentem, w zależności od różnych sytuacji, może to być lektura książki, film, dzieło sztuki. Od pierwszej dyskusji grupa przejdzie do pytania generatywnego. Pytanie generatywne powinno brzmieć: "Czym jest społeczność, gdy dodamy termin "edukacja"?"
2. Przed rozpoczęciem dialogu należy poświęcić kilka minut na ciszę, zaprosić uczestników do refleksji i zawsze pamiętać, aby mówić po kolei.
3. Ci, którzy chcą zabrać głos, podnoszą ręce i zabierają głos w sposób uporządkowany i pełen szacunku; jeśli mają trudności, mogą kontynuować w kolejności, podążając za kręgiem, ale zawsze pozostawiając im swobodę mówienia, kiedy uznają to za stosowne, lub nie mówić, jeśli nie czują się gotowi. Podążanie za kolejnością wypowiedzi jest bardzo ważnym ćwiczeniem, jest to również cel, do którego grupa dochodzi powoli.
4. Pytanie generujące brzmi: omawiana społeczność może coś zrobić, aby zapobiec nękanemu.

5. Koordynator zachęca do wątpliwości, nawet jeśli to konieczne, prowokując je, ponieważ każda operacja poszukiwawcza nie wywodzi się z pewników lub wcześniej ustalonych prawd, ale z poszukiwania, badania.
6. Gdy dialog dobiega końca, koordynator stara się podsumować to, co się pojawiło, wykorzystując w jak największym stopniu wkład wszystkich, zwłaszcza tych, którzy są najbardziej onieśmieleni.
7. Podczas podsumowania próbuje się określić, co społeczność może zrobić w celu zapobiegania cyberprzemocy (kroki i działania).

7 - Produkt

Opracowany dokument, który zostanie wysłany do potencjalnych interesariuszy

8 - Rezultaty

Świadomość zjawiska cyberprzemocy.

Świadomość na temat systemu społecznego definiowanego jako środowisko wychowawcze.

Świadomość roli środowiska pozaszkolnego w zapobieganiu cyberprzemocy.

9 – Ocena

Kwestionariusz

WZORCE

1 – Wprowadzenie

Celem tego ćwiczenia jest uświadomienie uczniom, że każdy może być wzorem do naśladowania. W szczególności, że bycie świadkiem i podnoszenie świadomości na temat cyberprzemocy jest nie tylko sprawą osób postronnych, ale wszystkich aktywnych i świadomych obywateli.

2 – Cele działania

Podnoszenie świadomości i uwrażliwianie na cyberprzemoc. Świadomość wzorców do naśladowania

3 – Słowa kluczowe

Wzorce ról, aktywne obywatelstwo, zastraszanie, cyberprzemoc, sprawca, ofiara, obserwator, obrońca, „motywacja, konsekwencje

4 – Metodologia – otwarta dyskusja-czas w kręgu

Czas w kręgu to szczególny punkt w życiu szkoły: nie ma już ławek w rzędach, ale krzesła w kręgu; nie ma już poznawczej oceny wyników, ale słuchanie bez osądzania. Komunikacja odbywa się zgodnie ze wspólnymi zasadami zaprojektowanymi w celu promowania aktywnego słuchania i uczestnictwa przez wszystkich (przydatne może być na przykład ustalenie, że tury mówienia są określane rytualnie poprzez przekazanie przedmiotu).

5 – Czas trwania

1 godzina

6 – Opis

Nauczyciel powinien rozpocząć ćwiczenie w kręgu:

Ustawić krzesła w kręgu.

Określić częstotliwość dyskusji.

Ustalić czas trwania: 1 godzina jest zazwyczaj wystarczająca.

Nauczyciel może przygotować pierwszą rundę propozycji i poprosić uczniów o głosowanie w sprawie priorytetów lub stworzyć skrzynkę z propozycjami, które można zapisać i umieścić w niej.

Pytanie brzmi: "Jak jako aktywny obywatel możesz zapobiegać cyberprzemocy?".

7 – Produkt

Relacja z aktywności i krótki protokół z dyskusji

8 - Rezultaty

Świadomość zjawiska cyberprzemocy.

Świadomość systemu społecznego rozumianego jako środowisko wychowawcze

Świadomość roli środowiska pozaszkolnego w zapobieganiu cyberprzemocy.

9 – Ocena

Kwestionariusz



CYBERPRZEMOC I KOMUNIKACJA

1 – Cele działania

Zidentyfikowanie cech charakterystycznych komunikacji dotyczącej cyberprzemocy. Omówienie cyberprzemocy i sposobów radzenia sobie z nią.

2 – Czas trwania

60 minut

3 – Opis

Podziel uczniów na małe grupy. Daj każdej grupie artykuł w gazecie na temat cyberprzemocy. Poproś ich o przeczytanie artykułów i pogrupowanie ich według nagłówków/rodzajów cyberprzemocy, takich jak: wykluczenie, molestowanie, cyberprześladowanie, oczernienie, fałszywe profile, seksting....

Niektórzy uczniowie wolą wymyślać własne nagłówki. Niektóre artykuły mogą pasować do więcej niż jednego nagłówka.

Poproś grupy, aby porównały swoje prace, zadając następujące pytania:

- Jak myślisz, dlaczego ludzie zachowują się w ten sposób wobec innych?
- Co mówi Ci to o ich wartościach?
- Co można zrobić, aby powstrzymać cyberprzemoc?

Teraz poproś uczniów, aby przedyskutowali temat „Cyberprzemoc jest tak zakorzeniona w naszym społeczeństwie, że nigdy nie zostanie całkowicie usunięta”. Na koniec poproś uczniów, aby w ciągu najbliższych tygodni znaleźli przykład cyberprzemocy w lokalnej gazecie. Opiszą to w swoim dzienniku, określą jaki to rodzaj cyberprzemocy i zasugerują zmiany, które mogłyby powstrzymać tego rodzaju cyberprzemoc.

“PRYWATNOŚĆ”

1 – Wprowadzenie

XX i XXI wiek to świat dużych zmian. Postęp cywilizacyjny to szybki rozwój nowoczesnych technologii. To nie tylko niezliczone korzyści, ale też wiele pułapek i niebezpieczeństw. Coraz częściej mówi się o przemocy w sieci. Cyberprzemoc to agresywne zachowania w przestrzeni cyfrowej, najczęściej przybierające postać słowną poprzez komentowanie, memy, wideo. Zwiększona częstotliwość występowania tego typu problemu zarówno w szkole, w rodzinie i w społeczeństwie determinuje zwiększoną uwagę i działania do wypracowania metod, które mają za zadanie informować, zapobiegać i minimalizować zjawisko hejtu. Cyfryzacja to narzędzie, które w nieodpowiednich rękach może stać się zagrożeniem. Widać potrzebę wprowadzenia praktyk z zakresu komunikacji bez przemocy. Apelują o to zarówno nauczyciele, rodzice, jak i sami uczniowie. Tym bardziej, że zjawisko to nabiera rozpędu w środowisku wirtualnym. Ważne jest, aby uświadamiać młodzież jak należy postępować, pokazywać w praktyce czego należy się wystrzegać, a co jest właściwe.

2 – Cele działania

Uświadomienie wagi problemu, zapoznanie uczniów z zagrożeniami związanymi z cyberświatem, konsekwencjami cyberprzemocy. Podanie metod ochrony przez cyberatakami. Jak należy zabezpieczać swoje konta na portalach itp.

3 – Keywords

Znęcanie się, ofiara, cyberprzemoc, smutek, obserwator, przemoc, wykluczenie, ochrona przed cyberprzemocą

4 – Metodologia

Praca w grupach, indywidualna, burza mózgów, otwarta dyskusja. Praca oparta na współpracy, wymianie myśli. Działania mają doprowadzić do wypracowania metod jak się ustrzec przed cyberprzemocą

5 – Czas trwania

3 X 45 min.

6 – Opis

Uczniowie zostają podzieleni na cztery grupy. Każda z nich podaje swoje sposoby dobrego zabezpieczenia się przed cyberprzemocą. Podane sugestie są zapisywane na tablicy. Następnie nauczyciel uzupełnia wypowiedzi uczniów. Rozpoczyna się dyskusja na temat sposobów zapobiegania cyberprzemocy (np. jak tworzyć hasła, aby nie były łatwe do rozszyfrowania, oznaczanie swoich profili na portalach jako prywatne, chronienie swoich haseł i loginów, nie publikowanie zdjęć w przestrzeni publicznej).

7 - Produkt

Zdefiniowanie metod zapobiegania cyberprzemocy, jak bezpiecznie udostępniać swoje dane w internecie)

8 – Rezultaty

Wyjaśnienie jak bezpiecznie udostępniać swoje dane w internecie. Wzrost świadomości zagrożenia wyciekiem prywatnych danych.

9 – Ocena
Kwestionariusz

CYBERPRZEMOC –“BURZA MÓZGÓW”

1 – Wprowadzenie

XX i XXI wiek to świat dużych zmian. Postęp cywilizacyjny to szybki rozwój nowoczesnych technologii. To nie tylko niezliczone korzyści, ale też wiele pułapek i niebezpieczeństw. Coraz częściej mówi się o przemocy w sieci. Cyberprzemoc to agresywne zachowania w przestrzeni cyfrowej, najczęściej przybierające postać słowną poprzez komentowanie, memy, wideo. Zwiększona częstotliwość występowania tego typu problemu zarówno w szkole, w rodzinie i w społeczeństwie determinuje zwiększoną uwagę i działania do wypracowania metod, które mają za zadanie informować, zapobiegać i minimalizować zjawisko hejtu. Cyfryzacja to narzędzie, które w nieodpowiednich rękach może stać się zagrożeniem. Widać potrzebę wprowadzenia praktyk z zakresu komunikacji bez przemocy. Apelują o to zarówno nauczyciele, rodzice, jak i sami uczniowie. Tym bardziej, że zjawisko to nabiera rozpędu w środowisku wirtualnym. Ważne jest, aby uświadamiać młodzież jak należy postępować, pokazywać w praktyce czego należy się wystrzeżać, a co jest właściwe.

2 – Cele działania

Uświadomienie wagi problemu, zapoznanie uczniów z zagrożeniami związanymi z cyberświatem, konsekwencjami cyberprzemocy i sposobami zapobiegania jej. Uwrażliwienie młodzieży, spowodowanie wzrostu empatii.

3 – Słowa kluczowe

Znęcanie się, ofiara, cyberprzemoc, smutek, obserwator, przemoc, wykluczenie

4 – Metodologia

Praca w grupach, indywidualna, burza mózgów, otwarta dyskusja. Praca oparta na współpracy, wymianie myśli. Działania mają doprowadzić do wypracowania konkluzji, że cyberprzemoc jest zła i należy się jej przeciwstawiać.

5 – Czas trwania

3 X 45 min.

6 – Opis

Uczniowie zostają podzieleni na 4 grupy. Grupa pierwsza i druga wypisują na dużej kartce korzyści wynikające z używania Internetu. Natomiast pozostałe dwie grupy wypisują zagrożenia związane z cyberświatem. (np. publikowanie w Internecie przerobionych, ośmieszających zdjęć, nękanie). Rozpoczyna się minidebata, nauczyciel ją moderuje. Porusza zagadnienia takie jak: cyberprzemoc, uzależnienie, ofiara, smutek, wykluczenie. Nauczyciel w efekcie definiuje pojęcie cyberprzemoc.

68



7 - Produkt

Zdefiniowanie pojęcia cyberprzemoc. Sprecyzowanie co jest dobre, a co złe. Jak należy się zachowywać w cyberświecie.

*Cyberprzemoc (agresja online) – : prześladowanie, upokarzanie, nękanie, wyśmiewanie innych osób z wykorzystaniem Internetu.

8 - Rezultaty

Wyjaśnienie zjawiska cyberprzemocy, nękania. Praca nad poczuciem empatii, ukazanie negatywnych skutków używania internetu, rozpoznawanie dobrych i złych stron.

9 – Ocena

Kwestionariusz.

DOBRY I ZŁY

1 – Wprowadzenie

XX i XXI wiek to świat dużych zmian. Postęp cywilizacyjny to szybki rozwój nowoczesnych technologii. To nie tylko niezliczone korzyści, ale też wiele pułapek i niebezpieczeństw. Coraz częściej mówi się o przemocy w sieci. Cyberprzemoc to agresywne zachowania w przestrzeni cyfrowej, najczęściej przybierające postać słowną poprzez komentowanie, memy, wideo. Zwiększona częstotliwość występowania tego typu problemu zarówno w szkole, w rodzinie i w społeczeństwie determinuje zwiększoną uwagę i działania do wypracowania metod, które mają za zadanie informować, zapobiegać i minimalizować zjawisko hejtu. Cyfryzacja to narzędzie, które w nieodpowiednich rękach może stać się zagrożeniem. Widać potrzebę wprowadzenia praktyk z zakresu komunikacji bez przemocy. Apelują o to zarówno nauczyciele, rodzice, jak i sami uczniowie. Tym bardziej, że zjawisko to nabiera rozpędu w środowisku wirtualnym. Ważne jest, aby uświadamiać młodzież jak należy postępować, pokazywać w praktyce czego należy się wystrzegać, a co jest właściwe

2 – Cele działania

Uświadomienie wagi problemu, zapoznanie uczniów z zagrożeniami związanymi z cyberświatem, konsekwencjami cyberprzemocy i sposobami zapobiegania jej. Uwrażliwienie młodzieży, spowodowanie wzrostu empatii, rozróżnienie jakie zachowanie jest poprawne, a jakie nie.

3 – Słowa kluczowe

Znęcanie się, ofiara, cyberprzemoc, smutek, obserwator, przemoc, wykluczenie, cyberatak, naruszenie prywatności

4 – Metodologia

Praca w grupach. Praca oparta na współpracy, wymianie myśli. Działania mają doprowadzić do wypracowania konkluzji, że cyberprzemoc jest zła i należy się jej przeciwstawiać

5 – Czas trwania

3 X 45 minut (lekcja 45 min.). Powstanie 6 krótkich video (1-2 minuty).

6 – Opis

Uczniowie zostają podzieleni na 3 grupy. Każda z grup ma za zadanie nakręcić po 2 filmy. Pierwszy ma obrazować przykład cyberprzemocy, a drugi ma pokazać jak należy zachowywać się w cyberświecie. To zadanie pokaże czy młodzież dobrze rozumie zagadnienie cyberprzemocy oraz ukaże dalsze, ewentualne kroki, które należy poczynić, aby postrzeganie cyberprzemocy było właściwe.

7 - Produkt

Powstanie 6 krótkich filmów/ video (1-2minuty), które zobrazują jak młodzież widzi temat cyberprzemocy.

8 - Rezultaty

Wyjaśnienie zjawiska cyberprzemocy, nękania. Wskazanie ewentualnych, przyszłych zagadnień do pracy z młodzieżą w temacie cyberprzemocy.

9 – Ocena

Kwestionariusz/ rozmowa

Słowniczek terminów

Agresor	Agresor o osoba, która działając brutalnie lub agresywnie, stara się skrzywdzić lub zastraszyć tych, których uważa za bezbronych (ofiary).
Przeciwko znęcaniu się	Postawa lub działanie polegające na odrzuceniu i/lub przeciwdziałaniu znęcaniu się i cyberprzemocy.
Zastraszanie	Zespół agresywnych zachowań, które występują między rówieśnikami, zamierzone i powtarzające się. Mogą mieć wpływ i powodować krzywdę fizyczną, werbalną, społeczną, psychologiczną i/lub seksualną.
Cyberprzemoc	Wirtualna forma znęcania się. Zachowania polegające na agresji, groźbie, zastraszaniu lub wykluczeniu, których celem jest wywołanie bólu, wstydu, strachu lub dyskomfortu u ofiary, poprzez działania z wykorzystaniem Internetu, czy innych kanałów.
Cyberstalking	Prześladowanie w Internecie. Może obejmować groźbę wyrządzenia szkody fizycznej danej osobie. To także fałszywe oskarżenia, groźby i często towarzyszy temu prześladowanie offline. Jest to przestępstwo i może skutkować zakazem zbliżania się, a nawet karą więzienia dla sprawcy.
Zniesławienie	Akt zniesławienia lub obrażania kogoś poprzez plotki i pogłoski. W tym rozpowszechniane w Internecie, w celu wyrządzenia szkody reputacji.
E-poradnik	Dotyczy to wszelkich wskazówek przekazywanych w formie elektronicznej, tj. na smartfonie lub za pośrednictwem platformy internetowej, e-mailem lub za pośrednictwem mediów społecznościowych.
Wzmocnienie	Działalność zachęcająca i motywująca do działania, wiąże się także z budowaniem pewności siebie i wiary we własne możliwości.
Wykluczenie	Zamierzone usunięcie osoby z określonej społeczności wirtualnej.
Flaming	Polega na wrogiej interakcji pomiędzy użytkownikami Internetu za pomocą obraźliwych wiadomości.
Role grupowe	Badane są role i obowiązki lidera oraz poszczególnych członków pracujących w grupie lub zespole. Słowo „rola” odnosi się do tego, jak dana osoba będzie się zachowywać i jaką funkcję będzie pełnił w grupie jako całości.

Szczęśliwy klaps	Przejrzysty interfejs między znęcaniem się twarzą w twarz, a znęcaniem się wirtualnym. Ten rodzaj przemocy generowany jest poprzez rozpowszechnianie filmów wideo przedstawiających sceny agresji fizycznej, w których ofiara zostaje napadnięta na ulicy i jest nagrywana kamerami w smartfonach. Następnie film jest publikowany na stronach internetowych, w celu poniżenia.
Molestowanie	Nękanie to powtarzające się obraźliwe zachowania, które jest celowo wymierzone w daną osobę. Zazwyczaj celem jest wywołanie u ofiary poczucia zagrożenia lub zastraszenia. Ofiara może czuć się przestraszona, zraniona lub zniechęcona.
Kradzież tożsamości	W przypadku kradzieży tożsamości osoba atakująca podszywa się w Internecie pod inną osobę, wykorzystując dane osobowe ofiary, takie jak konto e-mail lub komunikator, w celu zawstydzenia i wyrządzenia szkody.
Kluczowe kompetencje	Zestaw umiejętności umożliwiających identyfikację, obronę i zwalczanie przemocy.
Outing	Naruszenie intymności. Ujawnienie tajemnic, informacji prywatnych, intymnych lub kompromitujących zdjęć.
Phishing	Phishing to rodzaj oszustwa internetowego, podczas którego osoba atakująca wysyła oszukańczą wiadomość (na przykład sfałszowaną, wprowadzającą w błąd), której celem jest nakłonienie osoby do ujawnienia atakującemu poufnych informacji lub zainstalowania złośliwego oprogramowania.
Sexting	Jest to naruszenie dobrego imienia osoby poprzez rozpowszechnianie w Internecie obraźliwych materiałów o charakterze seksualnym, a mianowicie poprzez publikację w Internecie zdjęć lub filmów ofiary oraz manipulowanie i zmienianie wizerunków.
Groźenie	Wysyłanie powtarzających się wiadomości zawierających groźby.
Umiejętności przekrojowe	Umiejętności przekrojowe to umiejętności, które można wykorzystać w różnorodnych sytuacjach. Termin „przekrojowy” odnosi się do sposobu, w jaki kompetencje te łączą się z różnymi zadaniami i funkcjami.
Ofiara	Osoba, która w wyniku działania doznała naruszenia jej integralności fizycznej lub psychicznej.
Świadek	Osoby, które widziały, słyszały lub przeżyły bezpośrednio lub pośrednio sytuację przemocy. Świadczyki mogą zająć przychylnie stanowisko wobec agresora, przychylnie ofierze lub obojętność.

PODSUMOWANIE

Podsumowując, korzystanie z niniejszego podręcznika metodologicznego powinno uwzględniać pogląd, że:

- a) inicjatywy dotyczące znęcania się zostały skonstruowane przez tych, którzy je promują, oraz że większa współpraca pomiędzy różnymi osobami pracującymi nad tą tematyką przyniesie korzyści wszystkim zainteresowanym
- b) podejście „całej szkoły”, które uwzględnia dzieci i młodzież jako aktywną część tych kampanii, promuje ich większe zaangażowanie.

Mamy zatem nadzieję, że niniejszy dokument będzie użytecznym narzędziem dla wszystkich zainteresowanych stron i specjalistów zajmujących się problemem znęcania się i cyberprzemocy. Zarówno w zakresie promowania większej świadomości i zapobiegania temu problemowi, jak i w perspektywie wspierania i radzenia sobie z sytuacjami znęcania się na różne sposoby. Zgromadzone tu zasoby i działania należy wykorzystywać elastycznie, można je dostosowywać odpowiednio do potrzeb i specyfiki grup i szkół, w których są realizowane. Zgodnie z celami, jakie chcemy osiągnąć. Dlatego też niniejszy materiał powinien służyć jako przewodnik i alternatywne narzędzie wspierające praktyki przeciwdziałania znęcaniu się. Zawarte tutaj komentarze i wskazówki zostały napisane na podstawie doświadczeń, jakie przeżyliśmy podczas zajęć i mogą się one różnić od Twoich własnych.