



CZYTAŁAM
OMAWIAM
i WYPEŁNIAM



Plan pierwszej pomocy

W ten sposób zawsze wiem, co robić.

Omówcie plan pierwszej pomocy i wspólnie go wypełnijcie.

Profilaktyka

- Rozmawiamy o tym, czego doświadczam w cyfrowym świecie.
- Moje osoby zaufania to:
.....
- Wyraźne sygnały wirtualnego mobbingu to:
.....
- Informujemy się na bieżąco. Kto wie, co to jest mobbing w sieci, ten potrafi mu przeciwdziałać.

Prawidłowe działanie

- Nie reaguję na obraźliwe zaczepki i ataki. Nie oznacza to, że pozostaję bierny.
- Rozmawiamy o wszystkim, co nas niepokoi. Zapisujemy nieprzyjemne e-maile i wiadomości. Tak możemy udowodnić, co zaszło.
- Szukam pomocy! oraz na pewno pomogą znaleźć mi rozwiązanie.
- Jeśli poczułem się naprawdę zagrożony przez atak w sieci, moi rodzice zawiadamiają policję.

Sam byłem sprawcą przemocy w sieci – co teraz?

- Rozmawiamy o tym, co się stało.
- Wyobraź sobie, jakbyś się czuł, gdybyś sam padł ofiarą mobbingu.
- Wspólnie zastanawiamy się, jak znaleźć rozwiązanie. Pierwszy krok to zazwyczaj szczere przeprosiny.

Kontakt w nagłych wypadkach:

Wskazówki dla dzieci i rodziców, jak zapobiegać cyberprzemocy.

<https://116111.pl/>

<https://800100100.pl/>

Informacje na temat tego, czym jest cyberprzemoc, jak można mu zapobiegać i jak na nią reagować.

<http://www.t-mobile.pl/pl/w-cyfrowym-swiecie>

Na tej stronie znajdziecie informacje oraz porady jak chronić swoje dzieci przed zagrożeniami w sieci.

www.betterinternetforkids.eu