

## **LAKUJESZ CZY RATUJESZ?**

# **NIE BĄDŹ OGNIWEM W ŁAŃCUCHU NIENAWIŚCI – PRZERWIJ TO.**

Skutki przemocy w sieci nie kończą się po wyłączeniu telefonu. Dla młodych osób świat online jest realną przestrzenią życia publicznego. Doświadczając hejtu czy ośmieszenia często przeżywają one silny stres, lęk i poczucie izolacji.

### **Czym jest cyberprzemoc?**

- » ośmieszanie i upokarzanie osoby w Internecie, np. na portalach społecznościowych, hejt i nękanie,
- » rozpowszechnianie (często kompromitujących) zdjęć młodej osoby bez jej zgody,
- » podszywanie się pod drugą osobę.

### **Jakie mogą być skutki cyberprzemocy?**

- » obniżony nastrój i wycofanie,
- » spadek poczucia własnej wartości,
- » pojawienie się myśli samobójczych,
- » nasilenie zachowań ryzykownych, np. stosowania używek.

### **Jakie sytuacje powinny zwrócić naszą uwagę?**

- » nagła zmiana zachowania dziecka lub nastolatka,
- » unikanie szkoły lub znajomych,
- » wahania nastroju, porzucenie dotychczasowych zainteresowań,
- » nadmierne korzystanie z Internetu lub przeciwnie – unikanie go za wszelką cenę.

## **NIE PRZYGLĄDAJ SIĘ BIERNIE PRZEŚLADOWANIU W SIECI. TWOJA REAKCJA MA ZNACZENIE.**



« Sprawdź nasz profil FB

Szukasz pomocy?

Sprawdź naszą stronę »

