

**MATERIAŁY DO PROWADZENIA ZAJĘĆ
EDUKACYJNO-PROFILAKTYCZNYCH
Z ZAKRESU
BEZPIECZNEGO,
ŚWIADOMEGO
I ODPOWIEDZIALNEGO
KORZYSTANIA Z INTERNETU**

AUTORZY: Eliza Iwan
Agnieszka Wrzesień-Gandolfo
Anna Topczewska
Kamila Kazała
Anna Wawruch-Lis
Felix Vaager
Erlend Eidem Hansen

RECENZENT: dr Wiesław Poleszak

KOREKTA: Ewa Bulisz

OPRACOWANIE GRAFICZNE I SKŁAD: Kamil Sobotka

WYDAWCA: Petit S.K. Lublin na zlecenie
Fundacji Sempre a Frente

ISBN: 978-83-65133-05-2

INFORMACJE O PROJEKCIE

Projekt **„Bezpieczni w Sieci”** był realizowany na terenie województwa lubelskiego w okresie od 1 marca 2015 do 30 kwietnia 2016 roku w partnerstwie z MøreogRomsdalfylkeskommune z Norwegii. Skierowany był bezpośrednio do młodzieży, edukatorów oraz rodziców. Głównym celem projektu było wsparcie młodzieży dotkniętej zjawiskiem przemocy w Internecie poprzez działania bezpośrednio skierowane do osób w wieku 13–18 lat z województwa lubelskiego oraz dostarczenie wiedzy i narzędzi edukacyjnych rodzicom i pracownikom młodzieżowym z dziedziny zwalczania cyberprzemocy oraz udzielania pomocy osobom nią dotkniętym.

W ramach projektu opracowany został innowacyjny program edukacyjno-profilaktyczny, zawierający scenariusze do prowadzenia zajęć z zakresu bezpiecznego, świadomego i odpowiedzialnego korzystania z Internetu.

Zrealizowano przy pomocy finansowej Miasta Lublin.



Fundacja
sempre a frente
nauka i rozwój przez doświadczenie

Copyright by Fundacja Sempre a Frente,
Lublin 2016

www.sempre.org.pl

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

Projekt jest współfinansowany
z Funduszy EOG w ramach programu
Obywatele dla Demokracji



SPIS TREŚCI

Sposób korzystania z publikacji	4
Eliza Iwan	
Internet w życiu młodych ludzi	5
Agnieszka Wrzesień - Gandolfo	
MODUŁ I - Cyberprzemoc	7
Anna Topczewska	
MODUŁ II - Niebezpieczne kontakty	22
Anna Wawruch – Lis, Kamila Kazała	
MODUŁ III - Szkodliwe treści	37
Anna Wawruch – Lis, Kamila Kazała	
MODUŁ IV - Kreowanie wizerunku w sieci	58
Agnieszka Wrzesień - Gandolfo	
MODUŁ V - Nadmierne korzystanie z internetu	78
Eliza Iwan	
MODUŁ VI - Zajęcia dla rodziców i wychowawców	96
Zespół ekspertów	
MODUŁ VII - Alternatywna propozycja pracy z młodzieżą	109
Felix Vaager, Erlend Eidsem Hansen	

SPOSÓB KORZYSTANIA Z PUBLIKACJI

WSKAZÓWKI DLA PROWADZĄCYCH ZAJĘCIA Z MŁODZIEŻĄ

Publikację kierujemy do nauczycieli oraz pedagogów szkolnych, jak również osób pracujących z młodzieżą w instytucjach pozaszkolnych, które poszukują materiałów pomocnych w prowadzeniu zajęć edukacyjno-profilaktycznych z zakresu bezpiecznego, świadomego i odpowiedzialnego korzystania z Internetu.

Całość składa się z części zatytułowanej Internet w życiu młodych ludzi, zawierającej informacje przeznaczone dla osób prowadzących zajęcia, których celem jest przybliżenie roli i znaczenia Internetu w życiu współczesnej młodzieży oraz sześć modułów tematycznych. Na poszczególne moduły poznawcze składają się treści teoretyczne oraz scenariusze zajęć, poświęcone zjawisku cyberprzemocy, niebezpiecznych kontaktów, szkodliwych treści, kreowania wizerunku w sieci oraz nadmiernego korzystania z Internetu. Natomiast szósty, ostatni moduł, posiada odmienny układ treści. Stanowi on praktyczną propozycję wykorzystania Internetu w rozwijaniu zainteresowań młodzieży.

Każdy moduł tematyczny poprzedzony został wstępem teoretycznym. W zamierzeniu autorów ma on służyć osobom prowadzącym zajęcia w pogłębieniu ich wiedzy i zwiększeniu kompetencji w zakresie omawianego zjawiska. W dalszej części znajdują się przykłady scenariuszy zajęć, dotyczące wybranych problemów, na których omówienie i realizację przewidziano jedną jednostkę lekcyjną, tj. 45 minut. Poza scenariuszami zajęć, prowadzący w każdym module tematycznym znajdzie propozycję kilku dodatkowych ćwiczeń do wykorzystania lub modyfikacji. Przedstawione ćwiczenia zostały przede wszystkim oparte o doświadczenia własne autorów w dotychczasowej pracy z młodzieżą. Scenariusze zajęć dostosowane zostały do młodzieży dorastającej w wieku 13–16 lat, aczkolwiek niektóre z ćwiczeń są możliwe do wykorzystania bądź dostosowania w pracy również ze starszą młodzieżą szkół średnich. Informację o tym, które z proponowanych aktywności są możliwe do zrealizowania podczas zajęć ze starszą młodzieżą, prowadzący znajdzie pod każdym ze scenariuszy.

Na końcu każdego modułu tematycznego zamieszczono wykaz literatury, która została wykorzystana w opracowaniu wstępu teoretycznego oraz scenariuszy zajęć.

Zachęcamy osoby prowadzące zajęcia do zapoznania się z nią w celu poszerzenia i pogłębienia wiedzy w wybranych obszarach tematycznych.

W publikacji nie omawiamy specyfiki procesu grupowego, metodyki pracy z grupą młodzieży, zawierania kontraktu grupowego, nie przedstawiamy również zestawu gier integracyjnych. Dobrze, by osoby, które chcą wykorzystać materiały zawarte w niniejszej publikacji, posiadały już podstawowy warsztat z zakresu pracy z młodzieżą bądź skorzystały z dodatkowej literatury w tym zakresie.

Publikacja pozostawia prowadzącemu dużą swobodę w sposobie wykorzystania zaproponowanych scenariuszy zajęć oraz dodatkowych ćwiczeń. Zawarte w niej materiały mogą posłużyć do realizacji kilkumiesięcznego programu profilaktycznego ze stałą grupą młodzieży. W takim przypadku warto wprowadzać scenariusze zajęć w zaproponowanej przez autorów kolejności. Niemniej jednak można również przeprowadzić tylko wybrane scenariusze zajęć z interesujących modułów tematycznych. Wszystkie scenariusze ćwiczeń tworzyliśmy z myślą o możliwości wykorzystania ich zarówno w kontekście edukacji formalnej, jak i pozaformalnej.

Mamy nadzieję, że z poradnika skorzystają zarówno nauczyciele i pedagodzy szkolni, włączając wybrane treści do prowadzonych godzin wychowawczych, jak również osoby pracujące z młodzieżą w kontekście pozaszkolnym, takim jak np. placówki wsparcia dziennego czy placówki opiekuńczo-wychowawcze.

Mamy również nadzieję, że zarówno instytucje szkolne, jak i pozaszkolne, włączą wybrane treści z publikacji do realizowanych programów profilaktycznych dla młodzieży dorastającej. ■

INTERNET W ŻYCIU MŁODYCH LUDZI

Dynamiczny rozwój Internetu na zawsze zmienił obraz rzeczywistości, w której przyszło dorastać dzisiejszemu pokoleniu dzieci i młodzieży. Cyfrowi tubylcy, jak zwykle się nazywać młodych ludzi urodzonych w świecie powszechnego dostępu do sieci, dorastają z Internetem i w Internecie¹.

Jak wynika z badań GUS w 2014 roku komputer posiadało prawie 10 milionów (77,1%) gospodarstw domowych w Polsce, a 74% miało dostęp do Internetu². Według badań NetTrack firmy Millward Brown, przeprowadzonych w okresie od stycznia do marca 2015 roku na grupie w przedziale wiekowym między 15 a 75 lat, z sieci korzystało 76,6% Polaków³.

Jeśli chodzi o grupę wiekową gimnazjalistów, europejskie badania EU NET ADB pokazują, że dwie trzecie z nich korzysta z Internetu regularnie: codziennie lub prawie codziennie (66%). 4-5 razy w tygodniu - 16 procent, natomiast 2-3 razy w tygodniu tylko 7%⁴. Najczęstszym miejscem korzystania z sieci jest własny pokój (73,9%), a ponad połowa (tj. 56,6%) respondentów deklaruje, że używa sieci na świeżym powietrzu. Ten ostatni wynik jest niewątpliwie związany z rosnącą popularnością pakietów internetowych w smartfonach oraz ogólnodostępnych sieci Wi-Fi.

Internet odgrywa w życiu młodych ludzi bardzo dużą rolę i jest dla nich najważniejszym medium. Dla wielu stał się nieodłącznym elementem rzeczywistości i bez niego nie potrafią wyobrazić sobie funkcjonowania. Tam szukają rozrywki, zdobywają wiedzę, rozwijają swoje pasje. Internet pełni również rolę cyfrowego podwórka, na którym utrzymują kontakty z kolegami i poznają nowych znajomych. Młodzi ludzie różne aktywności realizują równolegle online oraz offline i nie rozgraniczają tych dwóch światów. To dla nich dwa wymiary tej samej rzeczywistości, świat wirtualny jest niejako "przedłużeniem" rzeczywistości offline.

Z raportu Kompetencje cyfrowe młodzieży w Polsce wyłania się obraz dnia typowego nastolatka, który opisać można hasłem 3xS: sen, szkoła, surfowanie⁵. Średni czas poświęcany na Internet to 2,5 godziny dziennie. Cyfrowe pokolenie z trudem zmagając się z dłuższymi formami pisany, ma trudności ze skupieniem uwagi, przyzwyczajone jest do form krótkich, urozmaiconych wieloma grafikami. Podczas komunikacji online młodzież posługuje się skrótami i dużą ilością emotikonów. Sieć pomaga młodym ludziom zaspokoić potrzebę afiliacji i bycia na bieżąco z nowinkami w obrębie grupy rówieśniczej. Wyznacznikiem ich pozycji w grupie staje się coraz częściej liczba „lajków”, które pojawiają się pod treściami publikowanymi na portalu społecznościowym. Młodzież często eksperymentuje ze swoją tożsamością w sieci. Przy braku kontaktu "twarzą w twarz" nierzadko promuje treści i przystaje na zachowania, których nie podjęłaby offline.

Poznanie konkretnych aktywności, którym młodzi ludzie oddają się w Internecie ma duże znaczenie dla zrozumienia roli sieci w ich życiu oraz ich funkcjonowania w tym wymiarze. Wyniki badania, zrealizowanego przez TNS na zlecenie Orange Polska we współpracy z Fundacją Orange i Fundacją Dzieci Niczyje⁶, pokazują, że do najczęstszych aktywności młodych ludzi w sieci należy korzystanie z czatów i komunikatorów (80%), portale społecznościowych (79%) i portali z filmami online (65%). Dopiero na czwartym miejscu plasuje się poczta e-mail. Powyższe wyniki wskazują, że dla młodych ludzi Internet to główne źródło rozrywki i sposób na utrzymywanie kontaktów ze znajomymi. Co ciekawe, jedynie 15% ankietowanych przyznaje się do prowadzenia blogów, co podważa powszechnie panujące przeświadczenie, że młodzież jest zarówno odbiorcami, jak i twórcami treści.

Internet otworzył dla młodych ludzi wiele fascynujących możliwości. Jednocześnie jednak wraz z jego dynamicznym rozwojem pojawiły się wyzwania, które mają wpływ na bezpieczeństwo dzieci i młodzieży. Wśród nich na pierwsze miejsce wysuwa się kontakt z szkodliwymi treściami. Internet jest pełen materiałów nieodpowiednich dla młodych ludzi. Pornografia, przemoc, wulgaryzacja oraz akty promujące nienawiść i agresję wciąż pozostają w otwartym dostępie dla wszystkich, a sami młodzi bez przeszkód i z łatwością na nie trafiają. Niebezpieczne są także strony promujące praktyki autodestrukcyjne, takie jak np. samookaleczenia, anoreksja, bulimia oraz propagujące różne zachowania antyspołeczne w świetle pozytywnym. Problemem, o którym mówi się od wielu lat, jest cyberprzemoc, czyli przemoc przy użyciu mediów elektronicznych, która niestety jest codziennością wielu młodych ludzi. Wraz z ogromną popularnością smartfonów pozwalających na robienie zdjęć i nagrywanie filmików oraz mediów społecznościowych arsenał możliwości krzywdzenia innych stał się nieograniczony. Trzeba w tym miejscu wspomnieć również o sekstingu, czyli coraz powszechniejszej wśród młodzieży praktyce przesyłania sobie materiałów o charakterze seksualnym, do których upublicznienia nierzadko dochodzi, narażając ofiary na poniżenie i ataki o charakterze cyberprzemocowym ze strony koleżanek i kolegów. Nie można również pominąć tematu nadużywania Internetu, któremu w ostatnim czasie poświęca się coraz więcej uwagi. Niezwykle niebezpiecznym zjawiskiem jest obecnie tzw. grooming, czyli uwodzenie z wykorzystaniem Internetu, w wyniku którego dochodzi często do spotkania w świecie rzeczywistym i które może skutkować skrzywdzeniem młodego człowieka. Z korzystaniem z sieci wiąże się też szereg zagrożeń w ochronie prywatności młodych ludzi, dla których język regulaminów stron i portali jest zbyt trudny i którzy często nieświadomie publikują swoje dane osobowe w Internecie. Wreszcie należy zwrócić uwagę na to, że w ostatnich latach Internet stał się istotnym kanałem reklamy i wiele firm, dostrzegając w dzieciach ważną grupę konsumentów, kieruje do nich materiały promocyjne, nie zawsze odpowiednie do ich wieku.

Wszystkie te zjawiska stawiają wiele wyzwań dla rodziców, nauczycieli i innych profesjonalistów pracujących z dziećmi. Podczas gdy dla najmłodszych Internet jest środowiskiem naturalnym, starsze pokolenia były świadkami jego narodzin

1 P. Czerny, *My, dzieci sieci*, „Dziennik Bałtycki” 2012. Dostępny w Internecie: <http://pokazywarka.pl/pm1pgl/> [dostęp: 17.08.2015].

2 http://stat.gov.pl/download/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/54972/4/1/spoleczenstwo_informacyjne_w_polsce_2014_-_notatka.pdf

3 <http://www.egospodarka.pl/124395,Internet-w-Polsce-I-III-2015,1,12,1.html>

4 EU NET ADB *Badanie nadużywania internetu przez młodzież w Polsce i Europie*, red. K. Makaruk, Sz. Wójcik, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2012. Dostępny w Internecie: http://www.saferinternet.pl/images/stories/pdf/raport_eu_net_adb_pl.pdf

5 *Kompetencje cyfrowe młodzieży w Polsce (14-18 lat)*, Raport Fundacji Orange. Dostępny w Internecie: <http://fundacja.orange.pl/ajax/download,6.html?hash=cd40321c-56fa9cf63fa3f577e3bed3b6>

6 *Bezpieczeństwo dzieci w internecie* - Raport z badania dzieci i rodziców zrealizowanego w 2013 roku przez TNS na zlecenie Fundacji Orange we współpracy z Fundacją Dzieci Niczyje. Dostępny w Internecie: http://dzieckowsieci.fdn.pl/sites/default/files/file/Raporty_badawcze/Bezpieczenstwo_dzieci_w_internecie_2013.pdf

i dynamicznego rozwoju, z czasem zatem musiały nauczyć się poruszania po tym nowym, wirtualnym świecie. Z tego też wynika wiele obaw dorosłych, którym trudno dotrzymać kroku najmłodszym internautom, nierzadko przewyższającym ich w cyfrowych umiejętnościach. W profilaktyce zagrożeń w sieci zwraca się jednak uwagę na kluczową rolę rodziców, którzy powinni towarzyszyć dziecku w odkrywaniu cyfrowego świata od najmłodszych lat i tak dobierać aktywności, aby były dostosowane do danego etapu rozwoju dziecka. Trudno sobie dziś wyobrazić proces kształcenia bez możliwości korzystania z nowych technologii, dlatego na kolejnych etapach życia ważna staje się rola szkoły i profesjonalistów pracujących z dziećmi. Przy tym, dorośli powinni zawsze pamiętać, że Internet jest tylko narzędziem, które może być wykorzystywane zarówno w sposób twórczy, jak i dysfunkcyjny - i to już od użytkowników zależy czy okaże się przestrzenią bezpieczną czy nie. Mimo dysproporcji w korzystaniu z sieci między dziećmi a dorosłymi, ważne, aby ci ostatni uznali duże znaczenie Internetu w życiu młodych ludzi i rozmawiali z nimi o wartościach obowiązujących zarówno w wymiarze offline, jak i online, takich jak np. odpowiedzialność, szacunek, odpowiedni poziom kultury języka. ■



MODUŁ I

CYBERPRZEMOC

WSTĘP

W tym rozdziale poruszony został problem przemocy rówieśniczej, która opiera się na wykorzystywaniu nowoczesnych technologii komunikacyjnych, takich jak Internet czy telefonia komórkowa. Do omówienia tego zjawiska został użyty termin cyberprzemoc, będący polskim odpowiednikiem angielskiego terminu cyberbullying⁷. Cyberprzemoc będzie rozpatrywana zatem jako przemoc rówieśnicza dzieci i nastolatków będących użytkownikami Internetu i telefonów komórkowych.

Omawiając zjawisko przemocy, często mówi się o warunkach, jakie musi spełnić dane zachowanie, by mogło być nazwane przemocą. O przemocy można mówić, gdy: sprawca ma przewagę nad ofiarą, sprawca działa

intencjonalnie w celu skrzywdzenia ofiary, działanie sprawcy narusza dobra osobiste i prawa ofiary, ofiara w wyniku działań sprawcy doznaje krzywdy, relacja między sprawcą a ofiarą przemocy przekracza powszechnie akceptowane relacje społeczne⁸. Do przemocy dochodzi zwykle też w znanym ofierze środowisku.

Cyberprzemoc a „tradycyjna” przemoc rówieśnicza, mimo łączących ich wielu podobieństw, przy porównaniu ujawniają różnice w związku ze specyfiką każdej z nich. W poniższej tabeli przedstawiono różnice pomiędzy dwoma przywołanymi formami przemocy.

PRZEMOC „TRADYCYJNA”	CYBERPRZEMOC
Sprawca widzi reakcję ofiary. W sytuacji gdy jego intencją nie było skrzywdzenie ofiary tylko np. żart, widząc cierpienie ofiary może się od razu wycofać.	Sprawca nie widzi reakcji ofiary. Może się zdarzyć, że to co dla sprawcy będzie niewinnym żartem np. oznaczenie kogoś na portalu społecznościowym na zdjęciu, w ośmieszającej/zabawnej sytuacji dla ofiary będzie czymś przykrym i będzie wiązało się ze stresem przed pójściem do szkoły, kontaktem z rówieśnikami, będzie godziło w jego samoocenę, pewność siebie.
Sprawca ma bezpośredni kontakt z ofiarą. Widzi jej krzywdę, cierpienie, przeżywanie sytuacji. Widok cierpienia ofiary może wywołać u sprawcy refleksję nad własnym czynem, poczucie winy, chęć wycofania się ze swojego zachowania.	Sprawca nie ma bezpośredniego kontaktu z ofiarą. Krzywda, którą wyrządza może wydawać mu się mniej realna. Nie widząc reakcji, cierpienia ofiary sprawcy może być trudniej o empatię, refleksje na temat szkodliwości własnego czynu.
Przemoc tradycyjna wymaga od sprawcy pewnego wysiłku, zaplanowania kontaktu z ofiarą, doprowadzenia do spotkania, poczekania na odpowiednie warunki, w których np. ofiara będzie sama. Kontynuowanie przemocy wymaga od sprawcy przemyślenia, nie zależy od pojedynczego impulsu.	Internet sprzyja zachowaniom impulsywnym, obniżeniu kontroli własnych działań, tu wszystko dzieje się bardzo szybko, wrzucenie ośmieszającego materiału, naciśnięcie przycisku „wyślij” trwa na tyle krótko, że może nie starczyć czasu na pojawienie się wątpliwości.
Sprawca ma zwykle świadomość, że świadkowie przemocy, ofiara może skontaktować się z opiekunami, nauczycielami, od których spotkają go nieprzyjemności.	Sprawca często ma poczucie bezkarności w związku z tym, że ofiara nie zna jego tożsamości.
Sprawca musi wciąż powtarzać swoje zachowanie, żeby przemoc była kontynuowana. Sprawca decyduje o trwaniu przemocy, może w każdej chwili zaprzestać przemocowych zachowań.	Sprawca wrzucając materiał do Internetu traci nad nim kontrolę, nie ma wpływu na to ile osób go zobaczy oraz czy materiał nie będzie przekazywany dalej. W sytuacji gdy sprawca przemocy chciałby wycofać się z tego co zrobił, wykasować materiał, może być to już niemożliwe przez skopiowanie go i udostępnianie przez inne osoby.

7 Ł. Wojtasik, *Przemoc rówieśnicza z użyciem mediów elektronicznych – wprowadzenie do problematyki*, „Dziecko krzywdzone. Teoria, badania, praktyka”, Vol. 8 Nr 1 Cyberprzemoc (26), s. 7-11.

8 J. Pospiszyl, *Przemoc w rodzinie*, Warszawa 1994, s. 275.

Zwykle świadkami przemocy jest stosunkowo mała, ograniczona liczba osób.	Ośmieszające zdjęcie, przykry komentarz wrzucony do Internetu może w ciągu jednego dnia być wyświetlony przez kilkadziesiąt osób.
Czas trwania przemocy jest ograniczony w czasie. W sytuacji gdy dziecko spotyka się z nieprzyjemnymi komentarzami w klasie szkolnej, może liczyć na spokój, przerwę od tego, gdy wróci do domu lub w czasie kontaktu z rówieśnikami z podwórka.	Cyberprzemoc trwa 24 godziny na dobę 7 dni w tygodniu. W sytuacji gdy zdjęcie, obraźliwy materiał jest dostępny w Internecie, dziecko ma świadomość, że jest on tam cały czas, i że w każdej chwili ktoś może go oglądać, komentować, naśmiewać się z niego.
Kompromitujące dziecko zdarzenie było widziane przez grupę osób, dziecko przez jakiś czas pozostawało w centrum uwagi po czym stopniowo zapominano o danym wydarzeniu.	Kompromitujący materiał dostępny jest cały czas, usunięcie z jednego portalu nie daje gwarancji, że nie pojawi się w innym miejscu. Świadomość tego, że kompromitujący materiał jest dostępny dla nieograniczonej liczby osób i ofiara nie ma na to, żadnego wpływu znacznie pogłębia u niej poczucie bezradności. ⁹
Ofiara ma kontakt ze świadkami przemocy, zwykle wie kto widział ją w przemocowej sytuacji.	W sytuacji cyberprzemocy dochodzi do zjawiska tak zwanej niewidzialnej publiczności, ofiara przemocy nie jest pewna kto widział materiał o niej, może myśleć, że widziały go wszystkie osoby, z którymi się styka. ¹⁰
O przewadze sprawcy nad ofiarą decyduje zwykle siła fizyczna, popularność wśród rówieśników.	Siła fizyczna nie ma znaczenia, bardziej liczą się umiejętności posługiwania się mediami elektronicznymi.
Tożsamość sprawcy jest zwykle znana ofierze.	Ofiara często nie zna tożsamości sprawcy. Anonimowość sprawcy cyberprzemocy sprawia, że ofierze trudniej jest się z nim skonfrontować, obronić, może sprawiać, że osoba fantazjując na jego temat będzie przypisywać mu cechy osoby silnej, dominującej, niemożliwej do pokonania, wszechmocnej.

Cyberprzemoc jest trudniejsza do zaobserwowania i skontrolowania przez rodziców oraz nauczycieli, tym bardziej, że często nastolatki znacznie przewyższają swoich opiekunów w umiejętnościach posługiwania się Internetem, telefonem komórkowym. Cyberprzemoc może być też przez dorosłych lekceważona, dla dorosłych obraźliwe treści pojawiające się w Internecie mogą być czymś błahym, mało realnym, z perspektywy nastolatka jest to jak najbardziej realne. Świat wirtualny i realny nastolatków tworzy całość. Kontakty towarzyskie ze szkoły są kontynuowane w Internecie, kontakty z Internetu są początkiem relacji koleżeńskich, partnerskich w realu.

To co łączy obie formy przemocy to na pewno cierpienie ofiary, które mimo wirtualnej formy cyberprzemocy jest jak najbardziej realne i może prowadzić do tragicznych skutków m.in. do lęku przed pójściem do szkoły, wykluczeniem społecznym, do kryzysu psychicznego, a nawet prób samobójczych¹¹. Te dwie formy przemocy mogą się ze sobą łączyć, przenikać się, tak jak świat realny i wirtualny łączy się w życiu współczesnej młodzieży. Może być tak, że przemoc w środowisku szkolnym jest kontynuowana przez Internet lub cyberprzemoc inicjuje przemoc „tradycyjną”.

Bycie ofiarą przemocy rówieśniczej związane jest z dużym ładunkiem trudnych, nieprzyjemnych emocji.

9 Ł. Wojtasik, *Przemoc rówieśnicza z użyciem mediów elektronicznych – wprowadzenie do problematyki*,

10 Ibidem, s. 6.

11 M. Walrave, W. Heirman, *Skutki cyberbullyingu – oskarżenie czy obrona technologii?*, „Dziecko krzywdzone. Teoria, badania, praktyka”, Vol. 8 Nr 1 Cyberprzemoc (26), s. 27-46.

koszmary, nudności, obniżony nastrój itp.¹² Ofiary cyberprzemocy często nie zgłaszają się do dorosłych po pomoc z obawy przed ograniczeniem dostępu do telefonu komórkowego, Internetu, przez brak wiary w możliwości opiekuna przeciwdziałania przemocy, przez niechęć zapoznania opiekuna z kompromitującymi ich materiałami. Nie proszą także o pomoc rówieśników myśląc, że wszyscy są przeciwko nim.

Bardzo ważną rolę w zjawisku cyberprzemocy odgrywają jej świadkowie, rówieśnicy ofiary, obserwujący przemocową sytuację w Internecie. Świadcowie widząc krzywdzące kogoś komentarze, obraźliwe zdjęcia, wpisy lub mając kontakt z ofiarą widzą u niej skutki doświadczanej przemocy (zastraszenie, załamanie, bezradność, poczucie osamotnienia, odrzucenia). Świadcowie przemocy często pozostają bierni, boją się zareagować, by także nie stać się ofiarą cyberprzemocy. Czasem zdarza się też, że świadkowie cyberprzemocy sami zaczynają krzywdzić przez polubienie, udostępnienie kompromitującego kogoś materiału, komentowanie obraźliwych materiałów w sposób wyrażający aprobatę.¹³ Świadcowie, klikając przycisk „lubię to” i udostępniając krzywdzący kogoś materiał, sami stają się sprawcami cyberprzemocy, często nie mając takiej świadomości. Przez to, że to nie oni zainicjowali cyberprzemoc na samym początku, mogą nie czuć się jej sprawcami. Ważne jest uświadomienie młodym ludziom, że wyrażanie swojej aprobaty dla krzywdy innej osoby także jest przemocą. Istotną rolę świadków polega również na tym, że to oni okazując wsparcie mogą znacznie zmniejszyć cierpienie ofiary przemocy oraz dać jej siłę do podjęcia działań blokujących przemoc.

Różne są motywy podejmowania cyberprzemocy przez jej sprawców, część z nich może być spowodowana czynnikami rozwojowymi. Motywem może być np. chęć zaistnienia w grupie, zyskania popularności, przypodobania się silnej osobie w grupie rówieśniczej. Często u nastolatków chęć zachowania moralnego przegrywa z chęcią bycia akceptowanym przez grupę rówieśniczą, sprawia że decydują się oni na podjęcie społecznie nieakceptowanych działań, tym bardziej jeśli są one pożądane przez grupę, do której chcą przynależeć. W związku z tym, że Internet to miejsce, które może być postrzegane przez młodzież jako wolne od dorosłych łatwiej może dochodzić w nim do przekraczania norm społecznych i ulegania presji grupy rówieśniczej. Sprawcą cyberprzemocy może być osoba, której niskie kompetencje społeczne nie pozwalają w inny sposób zwrócić na siebie uwagi grupy i zrealizować swoich potrzeb w społecznie akceptowany sposób. Czasem motywem do stania się sprawcą przemocy może być potrzeba zaprezentowania swojej siły, przewagi, zaawansowanych umiejętności

posługiwania się Internetem. Czasem sprawca może podejmować krzywdzące kogoś działania z obawy przed stanieniem się ofiarą. Przestrzeń Internetu, anonimowość oraz kryjąca się pod nią obietnica bezkarności może powodować, że zdecydują się na nią szukające zemsty ofiary przemocy tradycyjnej lub osoby, które nie mają odwagi bezpośrednio się z kimś skonfrontować.¹⁴

Zróżnicowanie form cyberprzemocy jest bardzo duże i rośnie ono wraz z rozwojem technologii komunikacyjnych. Poniżej tabela przedstawiająca formy cyberprzemocy.

FORMY CYBERPRZEMOCY
nagrywanie, upublicznianie, rozsyłanie zdjęć, materiałów filmowych ośmieszających ofiarę, zawierających treści zarejestrowane wbrew jej woli np. nagranie, na którym ktoś przebiera się w szatni przed zajęciami w-f;
wysyłanie ofierze wiadomości sms, e-maili, wiadomości na czacie internetowym, na forum dyskusyjnym, przez komunikator internetowy zawierających wulgarnie, złośliwe, obraźliwe, poniżające treści lub groźby;
dodawanie wulgarnych, obraźliwych komentarzy pod materiałami zamieszczonymi przez ofiarę np. na jej profilu na portalu społecznościowym (tak zwane „hejty”);
podawanie się za kogoś w Internecie, rozsyłanie innym w czyimś imieniu złośliwych, obraźliwych wiadomości, tworzenie pod czyimś imieniem fałszywych profili na portalach społecznościowych, blogach i umieszczanie tam ośmieszających ofiarę treści;
włamania na konta e-mailowe, profile na blogu, portalu społecznościowym, czy na konto w grze internetowej (stworzenie, którego mogło wiązać się zainwestowaniem pewnej sumy realnych pieniędzy);
wykluczenie danej osoby z grupy utworzonej w Internecie np. wyłączenie kogoś z grupy klasowej na portalu społecznościowym. ¹⁵

12 V. Lubkina, G. Marzano, *Cyberprzemoc, [w:] Zagrożenia cyberprzestrzeni. Kompleksowy program dla pracowników służb społecznych*, red. J. Lizut, Wyd. WSP im. Janusza Korczaka, Warszawa 2014.

13 Ł. Wojtasik, *Cyberprzemoc, [w:] Bezpieczeństwo dzieci online. Kompendium dla rodziców i profesjonalistów*, red. A. Wrzesień-Gandolfo, Polskie Centrum Programu Safer Internet, Warszawa 2014.

14 K. Fenik, *Psychologiczne aspekty cyberprzemocy, [w:] Jak reagować na cyberprzemoc. Poradnik dla szkół*, red. Ł. Wojtasik i in., Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, wyd. 2. popr., Warszawa 2008.

15 Ł. Wojtasik, *Cyberprzemoc – charakterystyka zjawiska, [w:] Jak reagować na cyberprzemoc. Poradnik dla szkół*, red. Ł. Wojtasik i in., Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, wyd. 2. popr., Warszawa 2008.

W 2010 roku J. Pyżalski przeprowadził badania na grupie uczniów gimnazjalnych pokazujące skalę i zasięg zjawiska cyberprzemocy. Wśród badanych 13% było ofiarą, a 25,6 % było sprawcami cyberprzemocy (w rozumieniu przemocy jako zjawiska powtarzającego się, z intencjonalnym działaniem sprawcy, z przewagą sprawcy nad ofiarą). Z badań wynikało również, że 21% gimnazjalistów będących ofiarami przemocy offline, było również ofiarami cyberprzemocy, natomiast 44% badanych będących sprawcami „tradycyjnej” przemocy było również sprawcami cyberprzemocy.¹⁶

W badaniach sprawdzono również kontakt młodzieży z różnymi formami agresji elektronicznej. Badani zaznaczali, że mieli kontakt z jakąś formą agresji elektronicznej, jeżeli kiedykolwiek się z nią zetknęli, nawet jeżeli był to incydent jednorazowy. W poniższej tabeli przedstawione są wyniki badań, prezentujące jaki procent badanej młodzieży oznaczyło siebie jako ofiarę, sprawcę różnych form zachowań agresywnych w Internecie.

ZACHOWANIA AGRESYWNE	SPRAWCY	OFIARY
Wyzywanie podczas rozmowy na czacie internetowym.	44,00%	32,00%
Wystawienie obraźliwego komentarza na forum internetowym.	38,00%	32,00%
Wystawienie obraźliwego komentarza na portalu społecznościowym.	28,00%	31,00%
Obrażanie wyzwiskami podczas grania w gry online.	37,00%	30,00%
Wysyłanie linków do materiałów zawierających szkodliwe treści.	23,00%	26,00%
Rosyłanie obraźliwych wiadomości z przywłaszczonego konta internetowego.	15,00%	13,00%
Rosyłanie zdjęć wbrew czyjej woli.	12,00%	12,00%
Wykluczenie z grona znajomych.	31,00%	8,00%
Wykradanie i rosyłanie prywatnych wiadomości innych osób.	12,00%	8,00%
Założenie innej osobie fałszywego profilu na portalu społecznościowym wbrew jej woli albo bez jej wiedzy.	16,00%	7,00%
Publikowanie obrażających kogoś fotomontaży.	27,00%	6,00%
Założenie obrażającej kogoś strony internetowej.	6,00%	4,00% ¹⁷

¹⁶ J. Pyżalski, *Polscy nauczyciele i uczniowie a agresja elektroniczna – zarys teoretyczny i najnowsze wyniki badań*, [w:] Człowiek i uzależnienia, red. M. Jędrzejko, D. Sarzała, Akademia Humanistyczna im. Aleksandra Gieysztora, Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR, Pułtusk-Warszawa 2010.

¹⁷ Tamże.

Przywołane wyżej badania pokazują, że cyberprzemoc jest zjawiskiem stanowiącym element życia codziennego współczesnej młodzieży. Można przypuszczać, że zjawisko to będzie stawać się coraz bardziej popularne wraz ze wzrostem znaczenia dla nastolatków kontaktów z rówieśnikami przy użyciu telefonu komórkowego czy Internetu.

W polskim prawie nie funkcjonuje pojęcie cyberprzemocy, nie ma na nią oddzielnych zapisów. Istnieją jednak artykuły w Kodeksie Cywilnym, Kodeksie Karnym i Kodeksie Wykroczeń, które umożliwiają obronę przed niektórymi formami cyberprzemocy. W tym kontekście artykuły Kodeksu Cywilnego pozwalają wymóc na sprawcy zaprzestanie kontynuowania przemocy, wypłacenia ofierze odszkodowania za poniesione straty. W przypadku naruszenia przepisów zawartych w Kodeksie Karnym sprawca ponosi odpowiedzialność karną. Przykładowe artykuły znajdujące zastosowanie przy rozpatrywaniu cyberprzemocy to: art. 23,24 k.c. naruszenie dóbr osobistych dziecka, art. 216 k.k. zniewaga, art. 212 k.k. zniesławienie, art. 267, 268A k.k. włamanie, art. 141 k.w. używanie wulgaryzmów w miejscu publicznym. Dziecko, jako osoba niepełnoletnia, nie może samodzielnie wykonywać żadnych czynności prawnych, wszelkie czynności prawne podejmują za nią rodzice lub opiekunowie prawni. Jeżeli sprawcą przestępstwa jest osoba poniżej 17. roku życia, wszelkie czynności prawne realizowane są wobec niej poprzez Sąd Rodzinny i Nieletnich. W wielu sytuacjach, żeby rozpocząć dochodzenie prawnych konsekwencji cyberprzemocy wystarczy zgłosić sprawę na policję, są to przypadki m.in.: publikacja, rozsyłanie nagiego zdjęcia osoby niepełnoletniej, włamanie na skrzynkę e-mailową, konta internetowe, groźenie uszkodzeniem zdrowia lub odebraniem życia, wielokrotne wysyłanie niechcianych wiadomości, dodawanie wulgarnych komentarzy. Publikacja nagich zdjęć osoby niepełnoletniej, włamania i groźby są przestępstwami ściganymi z urzędu, tzn. że każda osoba, która posiada o nich informację ma obowiązek ich zgłoszenia. Warto uświadomić ten stan rzeczy młodzieży, powiedzieć, że cyberprzemoc tylko pozornie związana jest z anonimowością i bezkarnością. W wielu przypadkach nie jest niczym trudnym ustalenie chociażby komputera, z którego np. były wysyłane groźby. Jeżeli sprawca nie jest znany, można wystąpić do policji z wnioskiem o ustalenie sprawcy. Ważne, żeby osoby zgłaszające cyberprzemoc dysponowały odpowiednimi dowodami, dlatego warto jest zapisać otrzymywane wiadomości, zdjęcia, komentarze, screenshoty ekranu z wyświetlonym dowodem przemocy.¹⁸

Mimo braku jednoznacznych zapisów prawnych sprawcy cyberprzemocy nie są bezkarni, jest wiele działań, które można podjąć by ochronić ofiarę cyberprzemocy. Ważne jest uświadomienie młodzieży, że przy wyciąganiu

konsekwencji wobec sprawcy cyberprzemocy, nie ma znaczenia to, że np. obrażające kogoś materiały były wstawione dla żartu. Więcej informacji oraz bezpośrednie porady na temat działań, które można podjąć w razie zetknięcia z cyberprzemocą można otrzymać wchodząc np. na strony telefonów pomocowych www.116111.pl (strona telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży), www.800100100.pl (strona telefonu dla rodziców i nauczycieli w sprawie bezpieczeństwa dzieci). ■

18 J. Podlewska, W. Sobierajska, *Prawna ochrona dzieci przed cyberprzemocą. Analiza przepisów prawnych. Doświadczenia*, Dostępny w Internecie: Helpline.org.pl.

TEMAT: **Cyberprzemoc, a tradycyjna przemoc rówieśnicza. Perspektywa ofiary, sprawcy, świadka cyberprzemocy.**

CELE:

- przedstawienie uczestnikom cyberprzemocy jako innej formy przemocy rówieśniczej;
- uświadomienie młodzieży różnorodności form cyberprzemocy;
- pokazanie uczestnikom sytuacji cyberprzemocy z perspektywy ofiary, sprawcy, świadka.

METODY I FORMY PRACY:

- dyskusja moderowana połączona z mini-wykładem;
- analiza przypadku;
- burza mózgów.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

kartki A4, długopisy, wydrukowany załącznik nr 1, tablica/flipchart, markery

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Powitanie uczestników i wprowadzenie tematu zajęć, (2 minuty)

2. Ćwiczenie „Cyberprzemoc jako forma przemocy rówieśniczej”, (15 minut)

- Prowadzący rozdaje uczestnikom wydrukowany załącznik nr 1, następnie odczytuje uczestnikom historię z załącznika lub prosi o to jednego z uczestników. Pyta uczestników, czy odczytany przypadek uznaliby za przejaw przemocy rówieśniczej, prosi o wyjaśnienie odpowiedzi.
- Prowadzący pyta uczestników o to czy słyszeli o cyberprzemocy? Czym według nich jest cyberprzemoc?
- Prowadzący podsumowuje wypowiedzi uczestników, wyjaśniając czym jest cyberprzemoc.

Źródło: pomysł własny

3. Ćwiczenie „Formy cyberprzemocy”, (10 minut)

- Prowadzący pyta uczestników o to jakich form cyberprzemocy doświadczył Kacper. Następnie prowadzący pyta o inne zachowania, o których uczestnicy słyszeli od innych osób, znają je z własnego doświadczenia lub z mediów i które można byłoby zaliczyć do cyberprzemocy.
- Prowadzący zbiera formy cyberprzemocy wymienione przez uczestników, zapisuje je na arkuszu papieru, uzupełnia o te, które nie zostały wymienione (prowadzący korzysta z form cyberprzemocy wymienionych we wprowadzeniu teoretycznym do rozdziału).

Źródło: pomysł własny

4. Ćwiczenie „Perspektywa ofiary, sprawcy i świadka”, (18 minut)

- Prowadzący dzieli klasę na trzy grupy.
- Pierwsza grupa zastanawia się - jakie były motywy działania Mikołaja (sprawcy przemocy), jak zmieniały się jego uczucia, myślenie o sytuacji w trakcie jej trwania.
- Druga grupa zastanawia się nad tym - jak się czuł w tej sytuacji Kuba (świadek przemocy), co go powstrzymało od zareagowania, przeciwdziałania przemocy, jak zmieniały się jego odczucia.
- Trzecia grupa zastanawia się na tym - jak ta sytuacja wpłynęła na uczucia, myślenie o sobie Kacpra (ofiary przemocy), co go powstrzymało przed szukaniem pomocy.
- Następnie grupy przedstawiają wypracowany materiał, prowadzący prosi innych o dodawanie własnych refleksji, sam uzupełnia. Podsumowując wypowiedzi uczestników, prowadzący mówi grupie o tym, że często łatwo jest nam współczuć ofiarom przemocy, o których słyszymy w mediach, od znajomych, a nie widzimy cierpienia osób doświadczających przemocy w naszym otoczeniu - błędnie posądzając, że ktoś sam sobie zasłużył na takie traktowanie, bo np. jest złośliwy, inny, dziwny, izoluje się od grupy.
- Ważne, żeby uczniowie pamiętali, że przemoc może prowadzić do tragicznych konsekwencji, czasem nieodwracalnych i że nic nie usprawiedliwia działań sprawców przemocy.

Źródło: pomysł własny

TEMAT: Sposoby reagowania na cyberprzemoc oraz jej konsekwencje prawne, społeczne, emocjonalne.

CELE:

- pokazanie młodzieży zachowań, które mogą prowadzić do stania się sprawcą cyberprzemocy;
- pokazanie młodzieży możliwych konsekwencji (szkolnych, prawnych, emocjonalnych, społecznych) ponoszonych przez sprawców cyberprzemocy;
- zapoznanie młodzieży ze sposobami przeciwdziałania cyberprzemocy.

METODY I FORMY PRACY:

- dyskusja moderowana połączona z mini-wykładem;
- analiza przypadku;
- burza mózgów.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

kartki A4, długopisy, wydrukowany załącznik nr 1

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Powitanie uczestników i wprowadzenie tematu zajęć, (2 minuty)

2. Ćwiczenie „Kto był sprawcą?”, (10 minut)

- Prowadzący rozdaje uczestnikom wydrukowany załącznik nr 1. Prosi by go sobie przypomnieli.
- Następnie pyta uczestników: kto był w tej historii sprawcą przemocy? Czy był jeden sprawca czy kilku? Jakie zachowania przyczyniły się do podtrzymania przemocy?
- Prowadzący podsumowuje wypowiedzi uczestników, wymieniając zachowania podtrzymujące przemoc, takie jak przekazywanie dalej kompromitujących kogoś materiałów, podsyłanie linków, udostępnianie, dawanie „lajków”, wystawianie komentarzy świadczących o akceptacji, pokazywanie innym obraźliwego materiału.
- Prowadzący mówi o tym, że nie tylko osoba umieszczająca jakiś materiał w Internecie jest sprawcą cyberprzemocy, inne osoby dając „lajka” pod

obrażającym kogoś materiałem, pokazując go innym osobom z jednej strony mogą czuć, że nie robią nic złego przecież to nie one wrzuciły ten film, zdjęcie, komentarz itp., z drugiej strony ofiara przemocy widzi, że przemoc wobec niej jest akceptowana, czuje że nie ma się do kogo zwrócić.

Źródło: pomysł własny

3. Ćwiczenie „Konsekwencje”, (15 minut)

- Prowadzący pyta uczestników o to jakie konsekwencje mogły spotkać Mikołaja i inne osoby, które publikowały zdjęcia, dodawały komentarze, wysyłały groźby.
- Prowadzący dopytuje kolejno o konsekwencje ze strony dorosłych (policji, rodziców, nauczycieli), o wpływ na relacje z rówieśnikami, o konsekwencje emocjonalne ponoszone przez sprawcę przemocy.
- Prowadzący zbiera wypowiedzi uczestników, kieruje dyskusją w grupie, pilnuje by pojawiły się poniższe treści:

Konsekwencje ze strony dorosłych:

- odpowiedzialność karna, zajęcie się sprawą przez policję w sytuacji łamania prawa, konieczność zapłacenia ofierze odszkodowania, ustanowienie nadzoru kuratora;
- konieczność zmiany szkoły;
- obniżenie oceny z zachowania;
- wezwanie rodziców do szkoły przez wychowawcę.

Konsekwencje emocjonalne, społeczne:

- poczucie winy;
 - poczucie bezsilności związane z brakiem możliwości naprawienia wyrządzonych szkód;
 - poczucie wstydu przed rodzicami, nauczycielami;
 - utrata zaufania rówieśników, utrata ważnych dla siebie relacji;
 - oskarżenia ze strony rówieśników.
- Warto omawiając konsekwencje dodać, że dla policji, nauczycieli, rodziców nie będą miały znaczenia intencje sprawcy i tłumaczenie, że to miało być tylko żartem. Tak samo w sytuacji, gdy dwóch znajomych wyzywa się na portalu społecznościowym traktując to jako przejaw sympatii, dla nauczyciela, rodzica, policjanta nie będzie miało to znaczenia, wyzywanie kogoś w wulgarny, obraźliwy sposób jest

karalne, niezależnie od intencji. Na koniec ćwiczenia prowadzący pyta uczestników - czy sprawca cyberprzemocy jest rzeczywiście anonimowy? Czy znają historię, w których udało się ustalić tożsamość sprawcy, jeśli tak, to w jaki sposób?

Źródło: pomysł własny

4. Ćwiczenie „Co można zrobić?” (18 minut)

- Prowadzący dzieli grupę na trzy podgrupy.
- Jedna z podgrup odpowiada na pytanie, co mógł zrobić Kuba - przyjaciel Kacpra (jako świadek cyberprzemocy), żeby pomóc swojemu przyjacielowi?
- Druga grupa zastanawia się, co mógł zrobić Kacper (ofiara cyberprzemocy), do kogo zwrócić się o pomoc?
- Trzecia grupa zastanawia się jakie działania może podjąć Mikołaj (sprawca cyberprzemocy), żeby chociaż częściowo naprawić wyrządzone przez siebie szkody?
- Prowadzący zapisuje na tablicy wnioski uczestników, pyta czy coś jeszcze przychodzi im do głowy, może nie w kontekście przytoczonej historii, ale w przypadku różnych form cyberprzemocy.
- Prowadzący podsumowuje odpowiedzi uczestników oraz wprowadza poniższe treści, jeżeli nie zostały wymienione przez uczestników dyskusji.

Przeciwdziałanie cyberprzemocy:

- zwrócenie się po pomoc do osób dorosłych: rodziców, pedagoga szkolnego, wychowawcy;
- niekontaktowanie się ze sprawcą przemocy, nieodpowiadanie na komentarze, zaczepki;
- napisanie z prośbą do administratora portalu o usunięcie obraźliwych treści;
- zachowanie dowodów cyberprzemocy, należy zapisywać smsy, e-maile, screenshoty stron wyświetlających obraźliwy materiał;
- szukanie pomocy u specjalistów: należy zadzwonić na numer telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży, nr tel. 116 111 lub wejść na stronę telefonu zaufania www.116111.pl.

Świadek cyberprzemocy może wesprzeć ofiarę poprzez:

- poszukanie w klasie, w szkole osób, którym również nie podoba się zachowanie sprawców przemocy;
- powiedzenie ofierze, że nie popieramy krzywdzących ją zachowań sprawców przemocy;
- nieudostępnianie, niepokazywanie, blokowanie obraźliwych materiałów.

Sprawca przemocy w celu naprawienia szkód wyrządzonych przez siebie może:

- przeprosić ofiarę przemocy, powiedzieć jej o tym jak się czuje z tym co zrobił, zapewnić, że nie zamierza więcej jej krzywdzić;
- powinien reagować zdecydowanym sprzeciwem na osoby podtrzymujące zapoczątkowaną przez niego przemoc;
- usunąć wszelkie wrzucone przez siebie obraźliwe materiały, powinien skontaktować się z administratorem serwisu i na bieżąco usuwać udostępniane ponownie obraźliwe materiały.

Źródło: pomysł własny

SCENARIUSZ ZAJĘĆ NR 3

TEMAT: Reagowanie na cyberprzemoc. Zachowania zapobiegające staniu się ofiarą, sprawcą cyberprzemocy.

CELE:

- wyposażenie uczestników w wiedzę pozwalającą chronić się przed cyberprzemocą;
- zwrócenie uwagi uczestników na ich własne zachowania mogące prowadzić do cyberprzemocy.

METODY I FORMY PRACY:

- dyskusja moderowana połączona z mini-wykładem;
- burza mózgów.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

tablica/flipchart, markery, kredki, kartki A4, długopisy, lista z wypisanymi formami cyberprzemocy z poprzednich zajęć, wydrukowany załącznik nr 2

- Prowadzący tworzy wspólnie z uczestnikami listę możliwych reakcji w sytuacji spotkania się z hejtami.
- Jeżeli nie pojawią się poniższe treści, prowadzący je dodaje:
 - usunąć obraźliwy komentarz;
 - zablokować dodawanie komentarzy;
 - zgłosić administratorowi strony;
 - napisać, że nie podoba nam się taki sposób komentowania, nie chcemy, żeby ktoś nas obrażał;
 - nie rezygnować ze swojej pasji, nie brać tego do siebie, to że ktoś komentuje obraźliwie nie świadczy o nas tylko o osobie komentującej;
 - jeżeli się źle z tym czujemy, należy porozmawiać o tej sytuacji z przyjacielem, dorosłym.
- Na koniec prowadzący pyta uczestników - dlaczego osoby hejtują? Jakie konsekwencje swojego zachowania ponoszą hejterzy?

Źródło: pomysł własny

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Powitanie uczestników i wprowadzenie tematu zajęć, (2 minuty)

2. Ćwiczenie „Hejty”, (20 minut)

- Prowadzący dzieli uczestników na 5 grup.
- Każda z grup dostaje krótką historię i załączone do niej pytania z załącznika nr 2. Zadaniem uczestników jest zapoznać się z historią i wspólnie w grupie wypracować odpowiedzi na pytania.
- Po skończonej pracy w grupie prowadzący mówi, że każda z grup dostała historię, w której ktoś kogoś „zhejtował”.
- Prowadzący pyta uczestników - co to znaczy hejtować, czym hejt? Następnie prosi, aby uczestnicy podzielili się swoimi historiami i odpowiedziami na pytania.
- Prowadzący prowadzi dyskusję: dlaczego nie jest dobrze odpowiadać agresywnie na hejty (to tylko napędza hejtera, osiąga swój cel jeśli uda mu się sprowokować) oraz dlaczego nie jest dobrze w ogóle nie reagować (dajemy przyzwolenie na hejty, hejter musi wiedzieć, że nie ma prawa tak postępować).

3. Ćwiczenie „Jak nie stać się ofiarą, sprawcą cyberprzemocy?”, (20 minut)

- Prowadzący mówi uczestnikom, że to czy cyberprzemoc będzie obecna w ich otoczeniu w dużej mierze zależy od ich zachowań, od ich uważności i rozpoznawania w porę sytuacji ryzykownych.
- Prowadzący dzieli uczestników na dwie grupy.
- Zadaniem jednej z grup jest zastanowienie się na kwestię: jak korzystać w bezpieczny sposób z Internetu i telefonu komórkowego, tak by w przyszłości nie stać się ofiarą cyberprzemocy.
- Zadaniem drugiej grupy jest zastanowienie się nad tym: jak korzystać z Internetu i telefonu komórkowego, by nie sprawiać innym przykrości oraz by nie stać się sprawcą przemocy, na co należy zwrócić szczególną uwagę.
- Grupy zapisują swoje przemyślenia markerami na arkuszach szarego papieru w formie rad dla swoich rówieśników.
- Grupy przedstawiają to, co udało im się wypracować, natomiast prowadzący omawia po kolei każdą radę, sam uzupełnia o istotne treści, które się nie pojawiły, prosi grupę o dopisanie ich w formie rady, druga grupa może dodawać swoje pomysły.
- W celu ułatwienia zadania uczestnikom, prowadzący może powiesić w sali listę z formami cyberprzemocy, wypracowaną na poprzednich zajęciach.

- Prowadzący sam wprowadza poniższe treści, jeżeli nie zostaną wymienione przez uczestników:

By nie stać się ofiarą cyberprzemocy:

- należy chronić swoje hasła do kont internetowych,
- nie można przysyłać nieznanym osobom swoich zdjęć, filmów, informacji osobistych,
- nie wolno pozwalać na korzystanie ze swojego telefonu przypadkowym osobom, bez kontroli,
- trzeba dbać o prywatność swoich danych osobowych, nie dawać do nich ogólnego dostępu, zapoznać się z możliwościami zabezpieczenia prywatności na używanych portalach.

By nie stać się ofiarą cyberprzemocy:

- należy odzywać się do innych osób z szacunkiem (nie wyzywać, nie dodawać, obraźliwych komentarzy, nie udostępniać, nie dawać „lajków” do treści, które obrażają jakąkolwiek osobę),
- nie wolno nagrywać filmów oraz robić komuś zdjęć bez jego zgody,
- nie udostępniać filmów, zdjęć bez uzyskania zgody, szczególnie takich, które mogą kogoś skrzywdzić,
- nie wolno rozsyłać telefonem komórkowym wiadomości zawierających treści, które mogą kogoś skrzywdzić,
- nie należy publikować jakichkolwiek treści, nawet w formie żartu, które mogą być dla kogoś przykre.

Źródło: Modyfikacja ćwiczenia z publikacji „Stop cyberprzemocy. Scenariusz zajęć dla uczniów szkół gimnazjalnych”

PROPOZYCJE DODATKOWYCH AKTYWNOŚCI

1. Ćwiczenie „Podobieństwa i różnice przemocy offline i online”, (20 minut)

- Prowadzący pyta uczestników - jakie widzą podobieństwa, a jakie różnice, porównując ze sobą „tradycyjną” przemoc rówieśniczą, a cyberprzemoc?
- Prowadzący zapisuje odpowiedzi uczestników w tabelce, z jednej strony wypisuje podobieństwa, z drugiej różnice. Warto zwrócić uwagę na to, że obie formy łączy realne cierpienie ofiary, w różnicach podkreślić brak kontroli sprawcy, ciągłość trwania cyberprzemocy, wymienić inne podobieństwa i różnice opisane we wprowadzeniu teoretycznym.
- Prowadzący mówi uczestnikom, że w rzeczywistości te dwie formy przemocy często się ze sobą łączą, współistnieją.

Źródło: pomysł własny

2. Ćwiczenie „Plakaty profilaktyczne”, (30 minut)

- Prowadzący mówi uczestnikom, że ich zadaniem jest zaprojektowanie plakatów skierowanych do ich rówieśników, które dotyczyć będą cyberprzemocy.
- Prowadzący dzieli uczestników na trzy grupy.
- Pierwsza grupa przygotowuje plakat skierowany do świadków cyberprzemocy, zachęcający ich do podejmowania działań zachęcających do reagowania na cyberprzemoc (dobrze żeby znalazły się na nim hasła) oraz sposoby w jaki można reagować, wesprzeć ofiarę cyberprzemocy.
- Druga grupa kieruje swój plakat do ofiar cyberprzemocy. Zawiera na nim informacje o tym gdzie ofiara może szukać pomocy oraz co może zrobić (ważne, aby znalazły się hasła zachęcające do szukania pomocy i podtrzymujące na duchu).
- Trzecia grupa przygotowuje plakat dotyczący zasad bezpiecznego i kulturalnego korzystania z Internetu i telefonu komórkowego.
- Grupy kolejno prezentują swoje plakaty, wypracowane hasła, pozostali uczestnicy oceniają plakaty pod względem estetyki, pomysłowości wykonania i zawartych treści.

Źródło: pomysł własny

4. Ćwiczenie „Moje doświadczenia”, (30 minut)

- Prowadząc zajęcia z grupą, w której jest duży poziom zaufania i otwartości, można wprowadzić ćwiczenie bazujące na własnych doświadczeniach uczestników.
- Prowadzący rozdaje uczestnikom kartki A4, prosi by wypisali przykłady sytuacji:
 - w których sami doświadczyli zachowań agresywnych w Internecie, przypomnieli sobie swoje emocje, reakcje oraz czy ktoś im pomógł i udzielił wsparcia, a także co im pomogło w tych sytuacjach;
 - w którym pozostali obojętni na skierowaną przeciwko komuś innemu cyberprzemoc, przypomnieli sobie co im przeszkadzało w sprzeciwnieniu się cyberprzemocy, co mogłoby im w tamtej sytuacji pomóc zareagować, jakie miało skutki powstrzymanie się od reakcji dla ich relacji z ofiarą cyberprzemocy;
 - w których zareagowali, udzieliли wsparcia ofierze cyberprzemocy, co im pozwoliło zareagować, jakie skutki miało ich działanie;
 - w których sami swoim zachowaniem w Internecie mogli sprawić komuś przykrość, jak można było temu zapobiec, jak się z tym czuli, jakie to miało dla nich konsekwencje.
- Prowadzący dzieli uczestników na cztery grupy.
- W każdej z grup uczestnicy dzielą się ze sobą jednym z podpunktów ćwiczenia, wspólnie grupowo dyskutują, odpowiadają na pytania zawarte w podpunkcie, przedstawiają swoje wnioski na forum, pozostali uczestnicy mogą dodawać swoje własne refleksje.
- Prowadzący kieruje dyskusją, podtrzymuje ważne wątki, dodaje informacje.

Uwagi: propozycje ćwiczeń dodatkowych możliwe do wykorzystania dla starszej młodzieży.

Kacper 13 lat, chodził do drugiej klasy gimnazjum, był raczej osobą trzymającą się z boku, miał parę osób z klasy, z którymi rozmawiał, jednego bliższego przyjaciela Kubę, z natury był cichy, nieśmiały, nie był osobą popularną, mało osób zwracało na niego uwagę. Od pewnego Kacper czasu uczył się tańczyć brakedance, dlatego postanowił nagrać swój taniec telefonem. Na przerwach często grał w gry na telefonie komórkowym razem z kolegami ze szkoły, pożyczał swój telefon i nie kontrolował tego ile osób z niego korzysta. Pewnego razu Mikołaj znalazł film z tańcem Kacpra podczas bawienia się jego telefonem. Filmik wydał się Mikołajowi strasznie śmieszny, postanowił go skopiować i przesłać na telefony innych osób z klasy. Po rozesłaniu filmiku cała klasa naśmiewała się z Kacpra, a ten nie wiedział o co chodzi. Kilka osób z klasy postanowiło założyć Kacprowi fałszywy profil na portalu społecznościowym, gdzie wrzucili zdjęcia Kacpra, publikowali posty o tym jakim to jest dobrym tancerzem i wrzucili filmik, na którym tańczy. Inne osoby ze szkoły komentowały filmik często w wulgarny sposób. Film z Kacprem zebrał dużo „lajków”, miał też dużo udostępnień. Kacper nagle zaczął być rozpoznawany w szkole. Wcześniej nikt nie zwracał na niego uwagi, teraz dużo osób go rozpoznawało. Kacper był wytykany palcami, gdy szedł korytarzem słyszał za sobą nieprzyjemne komentarze, niewybredne żarty. Kacper zaczął również dostawać obraźliwe, wulgarnie wiadomości z wyzwiskami oraz takie że jest nienormalny i żeby lepiej nie wychodził z domu, bo zostanie pobity itp. Dziewczyny z klasy też się z niego naśmiewały, wysyłały mu wiadomości sms, że chciałyby się z nim umówić i patrzyły jak zareaguje, gdy przeczyta wiadomość. Kacper chodził słamszony, idąc po korytarzu czuł, że wszyscy się na niego patrzą, był przekonany, że wszyscy, z którymi rozmawia widzieli obrażające go zdjęcia i filmy, przestał rozmawiać z osobami z klasy. Kuba przyjaciel Kacpra czuł się źle z tym jak zachowywała się klasa, wiedział kto pierwszy wrzucił filmik do sieci, nie powiedział jednak o tym Kacprowi. Wolał nie reagować, żeby samemu nie stać się ofiarą naśmiewania. Kacper w końcu przestał pojawiać się w szkole. Kuba próbował odzywać się do Kacpra ten jednak nie odpowiadał na jego wiadomości. Później od rodziców Kacpra dowiedział się, że ten przeżył załamanie nerwowe, że obecnie chodzi na terapię i że nie wróci już do tej szkoły. Później ktoś zlikwidował fałszywy profil Kacpra. Wychowawczynie poinformowała klasę, o tym co się dzieje z Kacprem. Klasa zaczęła winić Mikołaja za tę sytuację. Mikołajowi zrobiło się szkoda Kacpra, w końcu byli kolegami, a to miał być tylko żart, próbował usuwać filmiki z Kacprem, żeby jakoś tę sytuację naprawić, ale one wciąż były udostępniane przez nieznaną mu osoby.

ZAŁĄCZNIK NR 2

PYTANIA DO HISTORII

- Jak się poczuł bohater historii?
- Jaki opisana sytuacja może mieć wpływ na myślenie o sobie, wiarę w siebie bohatera historii?
- Jak opisane wydarzenie może wpłynąć na chęć rozwoju zainteresowań, pasji bohatera historii?
- Czy słyszeliście o podobnych historiach z rzeczywistości?
- Jak waszym zdaniem powinien zareagować bohater historii?

1. Marta jest atrakcyjną, szczupłą, zawsze dobrze ubraną nastolatką, prowadzi bloga o modzie, na którym zamieszcza swoje zdjęcia w różnych stylizacjach, dodaje też posty o tym co jej się podoba, albo co myśli o nowych modowych trendach. Od jakiegoś czasu pod jej zdjęciami na blogu i na portalu społecznościowym zaczęły pojawiać się obraźliwe, wulgarnie komentarze, mówiące o tym, że nie ma gustu, ubiera się beznadziejnie, jest brzydka i nie powinna się nikomu pokazywać.
2. Kuba 16 lat interesuje się muzyką, na swoim profilu facebookowym często wkleja linki do ulubionych utworów muzycznych, dodaje relacje z koncertów, pisze swoje zdanie na temat nowych płyt słuchanych przez siebie zespołów. Gdy ostatnio wkleił link ze swoją najnowszą ulubioną piosenką osoby z jego znajomych z portalu, napisały mu w obraźliwy sposób, że to co wrzucił jest do niczego, że nie zna się na muzyce i żeby nie lepiej niczego już więcej nie udostępniał, pojawiły się też komentarze wyśmiewające jego recenzje z koncertów.
3. Bartek 15 lat uczy się w szkole muzycznej gry na klarnecie, postanowił podzielić się z innymi w Internecie swoją muzyczną pasją, założył sobie kanał na youtube, gdzie wrzucił kilka filmików, na których gra swoje ulubione utwory albo własne kompozycje, dodał też parę filmików na których udziela rad początkującym na temat doboru odpowiedniego instrumentu i pierwszych ćwiczeń. Na początku mało osób wyświetliło jego profil, postanowił go udostępnić na różnych portalach i wtedy zaczął mieć więcej odsłon. Osoby oglądające jego filmiki nie zostawiły na nim suchej nitki, obśmiały jego wygląd, brzmienie głosu, sposób mówienia oraz grania na instrumencie.
4. Agnieszka ma 14 lat od roku chodzi do miejskiego domu kultury na warsztaty z robienia biżuterii, szczególnie lubi robić kolczyki sprawia jej to dużą przyjemność, swoje kolczyki daje zwykle w prezencie znajomym, koleżankom z klasy, rodzinie. Postanowiła podzielić się na portalu społecznościowym zdjęciami zrobionej przez siebie biżuterii. Założyła do tego specjalną stronę i zaprosiła do jej polubienia swoich znajomych. Dużo osób polubiło jej stronę, ale znalazły się też osoby, które wyśmiały jej stronę, były wśród nich jej koleżanki z klasy, piisały np. że jej biżuteria jest wieśniacka i że nie wyszłyby nawet śmieci w niej wyrzucić.
5. Kasia ma 17 lat interesuje się poezją, od jakiegoś czasu pisze wiersze, bardzo to lubi, do tej pory pisała tylko dla siebie, czasem pokazała jakiś swój wiersz znajomemu, jej wiersze podobały się znajomym, ośmieliło ją to do wzięcia udziału w konkursie literackim zorganizowanym przez czasopismo o poezji, zdobyła na nim wyróżnienie za swój wiersz. Kasia od niedawna dołączyła do forum poetyckiego, gdzie różni początkujący poeci zamieszczają swoje wersje, spotkała się tam ze strasznie ostrą krytyką swojej twórczości, a nawet z wyśmiewaniem się z niej i obrażaniem.

- *Bezpieczeństwo dzieci online. Kompendium dla rodziców i profesjonalistów*, red. A. Wrzesień-Gandolfo, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2014.
Dostępny w Internecie: http://www.saferinternet.pl/images/artykuly/projekty-edukacyjne/Kompendium_www.pdf
- *Co komputer zrobił nam z głową?*, „Poradnik Psychologiczny Polityki”, t. 16, nr 09(9), 2014.
- *Dziecko krzywdzone. Teoria, badania, praktyka*, red. M. Sajkowska, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, nr 2(23), Warszawa 2008.
- *Jak reagować na cyberprzemoc. Poradnik dla szkół*, red. Ł. Wojtasik i in., Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, wyd. 2. popr., Warszawa 2008.
- Pyżalski J., *Agresja elektroniczna wśród dzieci i młodzieży*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Sopot 2011.
- Pyżalski J., *Polscy nauczyciele i uczniowie a agresja elektroniczna – zarys teoretyczny i najnowsze wyniki badań, [w:] Człowiek i uzależnienia*, red. M. Jędrzejko, D. Sarzała, Pułtusk-Warszawa. Akademia Humanistyczna im. Aleksandra Gieysztora, Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR, Pułtusk-Warszawa 2010.
- *Stop cyberprzemocy. Scenariusz zajęć dla uczniów szkół gimnazjalnych*, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, 2012.
Dostępny w Internecie: <http://dzieckowsieci.fdn.pl/scenariusz-zajec-stop-cyberprzemocy>
- *Zagrożenia cyberprzestrzeni. Kompleksowy program dla pracowników służb społecznych*, red. J. Lizut, Wydawnictwo WSP im. Janusza Korczaka, Warszawa 2014.

MODUŁ II

NIEBEZPIECZNE KONTAKTY

WSTĘP

Młode osoby wykorzystują Internet do wielu różnych celów. Według badań zrealizowanych w 2013 roku przez TNS na zlecenie Orange Polska we współpracy z Fundacją Orange i Fundacją Dzieci Niczyje najczęstszymi aktywnościami podejmowanymi przez dzieci i młodzież w wieku 10-15 lat w Internecie są: korzystanie z serwisów społecznościowych (67% badanych), czatów (66%)¹⁹ oraz gier online (66%). Z kolei badania prowadzone w 2014 roku na zlecenie NASK i Rzecznika Praw Dziecka wśród młodzieży gimnazjalnej i ponadgimnazjalnej wykazały, że zdecydowana większość korzysta z serwisów społecznościowych kilka razy dziennie (62,2% badanych), a co piąty (21,3%) raz dziennie. Nastolatki, które nie korzystają z tychże serwisów, stanowią bardzo mały odsetek populacji (3,8%)²⁰.

Korzystając z serwisów komunikacyjnych młody człowiek poszukuje osób mających te same lub zbliżone zainteresowania. Poszukuje w sieci odpowiedzi na nurtujące go pytania, zwraca się o pomoc, radę w rozwiązaniu kłopotów, z którymi często sam nie potrafi sobie poradzić. Problemy z relacjami w rodzinie i otoczeniu, niskie poczucie własnej wartości czy problemy emocjonalne mogą powodować niechęć do rozmowy o trudnej sytuacji z osobami z najbliższego otoczenia. Takie poczucie osamotnienia skłania do poszukiwania pomocy w sieci u osób często znanych tylko wirtualnie, a jednocześnie sprawiających bardzo pozytywne wrażenie – zrozumienia i wsparcia. Kontaktom podejmowanym w sieci często towarzyszy brak krytycyzmu i nadmierne zaufanie w dobrą wolę.

Według raportu z badań EU NET ADB z 2012 roku prowadzonych w grupie młodzieży w wieku 14-17 lat 68,6% badanych podejmuje kontakty z osobami znanymi tylko z sieci. Prawie 1/3 badanych (30,8%) poszła na spotkanie z osobą poznaną przez Internet.²¹ Wielu nastolatków nie informuje rodziców i opiekunów o takich znajomościach ani o planowanych spotkaniach w „realu” z osobami poznanymi w wirtualnej rzeczywistości.

Kontakty w sieci wiążą się z niebezpieczeństwem w postaci zjawiska groomingu, który jest szczególną relacją tworzoną w Internecie między osobą dorosłą a dzieckiem w celu jego uwiedzenia i wykorzystania seksualnego. Zachowanie takie dotyczy osób dorosłych o skłonnościach pedofilskich. Mechanizm takiego działania w wielu sytuacjach jest podobny – pedofil udaje przyjaciela młodej osoby, kreuje się na jedyne, który rozumie jego problemy, powoli podsuwa mu korzystne dla siebie rozwiązania problemu, równocześnie sugerując zachowanie tajemnicy przed

otoczeniem. Poprzez uwodzenie dziecka w Internecie sprawca może dążyć do spotkania się z nim w świecie rzeczywistym i seksualnego skrzywdzenia, a nawet do wykorzystania go do produkowania pornografii dziecięcej²².

Kontaktując się z inną osobą w sieci, młody człowiek nie może być pewny, czy jest ona tym za kogo się podaje – czy rozmawiamy z rówieśnikiem chcącym dowiedzieć się, gdzie i kiedy jest koncert ulubionego zespołu, czy też z czterdziestoletnim mężczyzną szukającym kontaktu z nastolatkiem. Co więcej, dzieci zawierające w sieci znajomości podają obcym dane osobowe, takie jak adres domowy (10%), numer telefonu (45%), adres e-mail (78%). Ponad 58% z nich wysłało osobie poznanej w sieci swoje zdjęcie²³. Informacje te mogą być wykorzystywane są w celu planowania przestępstw (np. włamań, kradzieży). Może się zdarzyć, że rozmówca będzie chciał w różny sposób uzyskać nasze loginy, hasła do serwisów internetowych, na przykład poprzez dostęp do gry online.

Kolejnym zagrożeniem mogą być spamy. Doświadczonych użytkowników Internetu co najwyżej irytują, ale młodą osobę, na przykład pod pretekstem uzyskania wygranej, mogą skłonić do ujawnienia danych osobowych lub uruchomienia szkodliwego oprogramowania: wirusy, trojany. Zjawiskiem, które w ostatnich latach przybrało na sile – jest phishing, polegający na wyłudzeniu danych dostępowych do serwisów internetowych (np. poprzez e-mail z prośbą o wpisanie loginu i hasła na spreparowanej stronie internetowej, podobnej lub identycznej ze znaną, do której odsyła link zawarty w wiadomości i wyłudzenie w ten sposób danych dostępowych do serwisu społecznościowego czy elektronicznego konta w banku).

Spamem są również wszelkiego rodzaju „łańcuszki szczęścia”, które w swych licznych odmianach mogą powodować u dziecka nieprzyjemne emocje, np. lęk, niepokój o swoją przyszłość, życie (np. „Umrzesz, jeśli natychmiast nie prześlesz tej wiadomości do 20 znajomych”).

Internet z jednej strony daje użytkownikom poczucie anonimowości, z drugiej, dzięki wyszukiwarkom, pozwala na łatwe znalezienie i powiązanie wielu informacji dotyczących konkretnej osoby. Często lekceważymy ten aspekt korzystając z Internetu. Powinniśmy zwracać większą uwagę dzieci na ochronę prywatności podczas korzystania z Internetu. Dotyczy to w przypadku młodzieży nie tylko podawania swoich danych personalnych, adresu, nazwy szkoły, ale również zdjęć, form spędzania wolnego czasu czy też aktywności w serwisach społecznościowych i informacji udostępnianych w ramach indywidualnego profilu. Elementem, na który należy zwrócić uwagę są usługi geolokalizacyjne – np. informacja, że dziecko załogowało się

19 Bezpieczeństwo dzieci w internecie. Raport z badań jakościowych i ilościowych, Warszawa 2013. Badanie zrealizowane przez TNS na zlecenie Orange Polska we współpracy z Fundacją Orange i Fundacją Dzieci Niczyje. Dostępne w Internecie: https://panoptikon.org/files/bezpieczenstwo_dzieci_w_internecie_2013.pdf

20 Ogólnopolskie Badanie: *Nastolatki wobec Internetu* Realizowane na zlecenie Rzecznika Praw Dziecka i NASK przez Pedagogium WSNS, w okresie maj – czerwiec 2014 roku, Warszawa 2014.

21 EU NET ADB *Badanie nadużywania internetu przez młodzież w Polsce i Europie*, red. K. Makaruk, Sz. Wójcik, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2012. Dostępny w Internecie: http://www.saferinternet.pl/images/stories/pdf/raport_eu_net_adb_pl.pdf

22 *Jak chronić dzieci przed wykorzystaniem seksualnym? Poradnik dla rodziców i profesjonalistów*, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2010. Dostępny w Internecie: <http://fdn.pl/materialy-dla-rodzicow?cat1=446&cat2=663&cat3=742>

23 Raport: *Bezpieczeństwo dzieci korzystających z Internetu* na zlecenie Telekomunikacji Polskiej, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2008. Dostępny w Internecie: http://www.olsztyn.eu/fileadmin/katalogi_wydzialowe/edukacja/przeciwAgresji/cyberprowok/Raport_Bezpieczenstwo_dzieci_korzystajac_ch_z_Internetu.pdf

w kinie, wraz z informacją, że to wspólne wyjście z rodzicami, to potencjalnie ułatwienie dla złodzieja.

Młódzież, jako użytkownik Internetu, może stać się ofiarą cyberprzestępczości (ang. cyber-crime, computer crime), czyli przestępstw związanych z komputerem i Internetem, ukierunkowanych na systemy i dane komputerowe, takich jak włamania do systemów komputerowych (hacking, cracking), nielegalne kopiowanie i rozpowszechnianie programów komputerowych (piractwo), nieuprawnione niszczenie danych komputerowych itp. Korzystając z sieci, internauci narażeni są też na konsekwencje tradycyjnych przestępstw, takich jak kradzieże, oszustwa czy wyłudzenia.²⁴

Internet umożliwia również łatwe dokonywanie zakupów. Młode osoby lubią korzystać z serwisów aukcyjnych (np. allegro.pl) i robić tam zakupy. Łatwo paść tu ofiarą oszustwa, gdyż sprzedawcy niejednokrotnie nie wywiązują się z transakcji (nie wysyłają kupionego przedmiotu) lub wysyłają przedmiot niezgodny z ofertą (np. podróbkę telefonu komórkowego). Tym większe niebezpieczeństwo stanowi to dla młodych osób, które szukając okazji, mogą bezrefleksyjnie zdecydować się na kupno produktu w nieprawdopodobnie niskiej cenie.

Chroniąc swoją prywatność, należy mieć na uwadze również kwestie bezpieczeństwa haseł i informacji potrzebnych do logowania, począwszy od najbardziej podstawowych elementów: konstrukcji bezpiecznego hasła (długiego, wykorzystującego obok liter zarówno cyfry, jak i znaki specjalne), jego przechowywania (tylko w pamięci), udostępniania (nikomu). Pamiętajmy również o zasadzie, że nie powinno się stosować tego samego hasła do wszystkich używanych przez siebie kont na serwisach internetowych i skrzynek pocztowych – jego kradzież może wtedy oznaczać całkowite przejście internetowej tożsamości, a w konsekwencji – narażenie i stanie się ofiarą przestępstwa w świecie wirtualnym lub rzeczywistym.

Celem zaproponowanych zajęć w tym module jest zapoznanie młodzieży z zagrożeniami, jakie niosą nieostrożne kontakty w sieci, ich skutkami zarówno krótkoterminowymi, jak i długofalowymi oraz zwrócenie uwagi na ochronę swoich danych osobowych.

Uczestnikom należy zwrócić uwagę, że mają prawo:

- odmówić rozmów na tematy intymne i każdy powinien to uszanować;
- przerwać każdy kontakt, który ich niepokoi;
- powiedzieć o wszystkim rodzicom/opiekunom prawnym;
- zgłosić administratorowi portalu każdą sytuację, która nie jest zgodna z jego regulaminem.²⁵

W przypadku podejrzenia bądź stwierdzenia, że młody człowiek jest ofiarą niebezpiecznego kontaktu w sieci, należy wskazać miejsce, gdzie może zwrócić się po pomoc. Dodatkowo przydatny może okazać się telefon zaufania dla dzieci i młodzieży pod bezpłatnym numerem 116 111. ■

24 Tamże.

25 <http://www.116111.pl/problemy/niebezpieczne-kontakty,aid,138>

TEMAT: Niebezpieczne kontakty w sieci.**CELE:**

- uświadomienie uczestnikom zagrożenia związanego z nawiązywaniem znajomości online;
- zapoznanie uczestników z przykładami niebezpiecznych kontaktów w sieci;
- przekazanie wiedzy o tym, gdzie można szukać pomocy, jeżeli jest się ofiarą niebezpiecznego kontaktu w sieci.

METODY I FORMY PRACY:

- dyskusja;
- burza mózgów.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

tablica / flipchart, duże arkusze papieru, markery, załączniki do ćwiczeń

PRZEBIEG ZAJĘĆ**1. Powitanie uczestników i wprowadzenie tematu zajęć, (2 minuty)****2. Ćwiczenie „Dobra czy zła znajomość”, (15 minut)**

- Prowadzący zapoznaje uczestników z historią Ewy (załącznik nr 1).
- Po przeczytaniu tekstu zadaje pytanie: „Jak dalej może potoczyć się ta historia?”
- Zachęca uczestników do podzielenia się ich przewidywaniami.
- Uczestnicy przedstawiają możliwy ciąg dalszy historii. Ważne, żeby pojawiły się różne pomysły, np.:
 - Alicja jest prawdziwa, naprawdę po Ewę przyjedzie ojciec, który tego dnia miał służbowe sprawy w mieście Ewy;
 - niestety Alicja nie jest tą osobą, za którą się podawała, tylko starszym panem, który miał inne plany w stosunku do dziewczynki;
 - Ewa nie spotkała się z koleżanką, bo Alicji w umówionym miejscu nie było.

- Prowadzący na koniec ćwiczenia, zadaje pytanie: czy i co zmienilibyście w postępowaniu Ewy? Jak bohaterka mogłaby zachować się inaczej?
- Prowadzący zbiera i podsumowuje wypowiedzi uczestników.

Źródło: pomysł własny

3. Ćwiczenie „Co mogę ukryć?”, (10 minut)

- Prowadzący prosi uczestników o wyobrażenie sobie sytuacji, w której rozmawiają na czacie na portalu społecznościowym (np. na portalu facebook) z kimś znajomym, np. z kolegą, koleżanką, kimś z rodziny lub kimś, kto zna ich osobiście od jakiegoś czasu.
- Prosi, by pomyśleli o konkretnej osobie.
- Gdy uczestnicy są gotowi, prosi by, zastanowili się nad tym, co w rozmowie ze znajomą osobą są w stanie ukryć, gdyby chcieli.
- Zapisuje na dużej kartce ich propozycje.
- Jeśli uczestnicy mają problem z wymyśleniem, dopytuje o różne rzeczy (np. nastrój, miejsce zamieszkania, imię, nazwisko, co w tym momencie robią, gdzie się znajdują, wiek, płeć, informacje o rodzinie, zainteresowaniach, szkole itp.).
- Kiedy lista jest gotowa, prowadzący prosi o wyobrażenie sobie sytuacji, w której rozmawiają na czacie po raz pierwszy z kimś nieznanym, osobą, której nigdy nie widzieli.
- Ponownie pyta, co w rozmowie ze nieznaną osobą są w stanie ukryć, gdyby chcieli.
- Znow zapisuje wypowiedzi na dużej kartce.
- Ważne, by prowadzący tak pokierował dyskusją, aby uświadomił uczestnikom, że w drugiej sytuacji są w stanie ukryć/zmienić każdą możliwą informację o sobie (nawet tak podstawową, jak imię).
- Na koniec ćwiczenia prowadzący zwraca uwagę uczestników na to, że skoro oni mogą ukryć każdą możliwą informację przed osobą, której nie znają w rzeczywistości, to każda inna osoba może wobec nich zrobić dokładnie to samo.

Źródło: pomysł własny

4. Ćwiczenie „Niebezpieczne kontakty w sieci”, (15 minut)

- Prowadzący dzieli uczestników na trzy grupy.
- Każda z nich ma za zadanie zastanowić się na tym, jakie mogą być przykładowe skutki kontaktów w Internecie z osobami, których nie znamy osobiście i które mogą ukryć przed nami informacje o sobie.
- Prosi, by przypomnieli sobie sytuacje, które mogły wydarzyć się znajomym albo słyszeli o nich w mediach.
- Grupy przygotowują listy przykładów.
- Po ok. 8 minutach prowadzący prosi uczestników o podzielenie się pracą. Kolejno grupy podają po jednym przykładzie aż do wyczerpania swoich list.
- Prowadzący zapisuje tę listę na dużej kartce. Uzupełnia ją, jeśli nie znajdują się na niej ważne przykłady, m.in.:
 - a. zostaną okłamyani;
 - b. osoba, z którą rozmawiam, okaże się być kimś innym (inaczej wygląda, jest w innym wieku itp.);
 - c. zaufam komuś, a on ujawni innym ludziom informacje na mój temat;
 - d. ustalę, że ktoś mi coś sprzeda, a produkt nigdy do mnie nie dotrze albo będzie podróbką;
 - e. ktoś przerobi moje zdjęcia i ośmieszy mnie;
 - f. ktoś może włamać się na mojego maila i wysłać znajomym jakieś wiadomości, znaleźć tam informacje o mnie;
 - g. ktoś może wysłać mi wirusa, który zepsuje mi komputer;
 - h. ktoś włamał się na moje (lub kogoś innego, kto korzysta z komputera) konto bankowe;
 - i. itp.

Źródło: pomysł własny

5. Podsumowanie zajęć, (3 minuty)

- Prowadzący dziękuje uczestnikom za udział w zajęciach. Podkreśla, że w przypadku podejrzenia, że osoba, z którą nawiązaliśmy kontakt w sieci ma wobec nas złe zamiary, należy:
 - a. zachować korespondencję z tą osobą: w historii komunikatora, e-mailach, wiadomościach sms itp.;
 - b. przypomnieć sobie wszystkie informacje, które posiadamy na temat tej osoby;
 - c. porozmawiać o tym z rodzicami czy inną zaufaną osobą dorosłą.

Rodzice lub prawni opiekunowie mogą podjąć działania, które zapewnią młodej osobie bezpieczeństwo. Dla osób, które czują, że trudno im będzie przeprowadzić taką rozmowę, jest możliwość skorzystania z telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży pod bezpłatnym numerem 116 111.

Źródło: pomysł własny

TEMAT: Cyberprzestępczość.**CELE:**

- zdefiniowanie pojęcia „cyberprzestępczość”;
- zapoznanie z ryzykownymi zachowaniami użytkowników Internetu, które mogą prowadzić do stania się ofiarą cyberprzestępstwa;
- ukazanie rodzajów cyberprzestępstw.

METODY I FORMY PRACY:

- dyskusja;
- mapa mentalna;
- burza mózgów;
- analiza przypadku.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

tablica / flipchart, duże arkusze papieru, markery, długopisy, karteczki samoprzylepne, załączniki do ćwiczeń

PRZEBIEG ZAJĘĆ**1. Powitanie uczestników i wprowadzenie tematu zajęć, (2 minuty)****2. Ćwiczenie „Pojęcie „cyberprzestępczość”, (10 minut)**

- Prowadzący prosi grupę o podanie skojarzeń związanych z pojęciem „przestępstwo”.
- Pojawiające się propozycje zapisuje hasłowo obok zapisanego wcześniej hasła „przestępstwo”. Pojawić się mogą m.in: czyn zabroniony przez prawo, kara, kradzież, oszustwo, włamanie, zbrodnia i inne.
- Następnie prowadzący dzieli uczestników na grupy, rozdaje im kartki samoprzylepne.
- Prosi o zapisanie odpowiedzi na pytanie: „Jakie rodzaje przestępstw można popełnić w sieci?”.
- Uczestnicy po zapisaniu przyklejają kartki na flipcharcie wokół hasła „cyberprzestępczość”.
- Prowadzący prosi uczestników o zdefiniowanie pojęcia

„cyberprzestępczość” w formie dyskusji. Może wspomóc się poniższym cytatem.

„W dzisiejszych czasach cyberprzestępczość to coś więcej niż tylko wirusy komputerowe. To także kradzież tożsamości, włamania na konta bankowe i profile w serwisach społecznościowych, oszustwa i wyłudzenia za pośrednictwem Internetu, wysyłanie niechcianych e-maili lub SMS-ów, przechwytywanie danych osobowych oraz wiele innych nielegalnych działań, na które narażeni jesteśmy w trakcie korzystania z sieci.”²⁶

Źródło: pomysł własny

3. Ćwiczenie „Prawdziwa historia”, (10 minut)

- Prowadzący odczytuje grupie fragmenty artykułu z „Newsweeka”, dotyczące cyberprzestępczości (załącznik nr 2).
- Następnie dzieli uczestników na 4-osobowe grupy.
- Następnie przekazuje każdej grupie kopię artykułu. Zadaniem uczestników jest analiza tekstu i wypisanie zachowań opisanych w tekście, które są ryzykowne i mogą doprowadzić do bycia ofiarą cyberprzestępstw (np. kradzież pieniędzy z konta, kradzież danych).
- Po ok. 8 minutach prowadzący prosi uczestników o podzielenie się pracą. Kolejno grupy podają po jednym przykładzie aż do wyczerpania swoich list.
- Prowadzący zapisuje tę listę na dużej kartce.
- Uzupełnia wypowiedzi uczestników, jeśli nie wyczerpią wszystkich możliwości.
- Zachęca uczestników do zastanowienia się i dopisania innych ryzykownych zachowań w Internecie, które ludzie podejmują, a nie zostały wskazane w tekście.

Źródło: pomysł własny

²⁶ http://www.wiadomosci24.pl/artykul/cyberprzestepczosc_czym_jest_i_jak_sie_przed_nia_bronic_244181.html

4. Ćwiczenie „Rodzaje cyberprzestępstw”, (15 minut)

- Prowadzący, wprowadzając grupę w ćwiczenie, zwraca uwagę na fakt, że komputery i urządzenia cyfrowe oraz Internet odgrywają coraz większą rolę w prowadzeniu nielegalnej działalności lub też w znaczny sposób pomagają w jej prowadzeniu, poprzez możliwości, które oferują, m.in. nielegalny handel w sieci, pirackie oprogramowanie, różnego rodzaju oszustwa (aukcje internetowe, ogłoszenia, oferty zarobkowania, usługi medialne) oraz przestępczość z wykorzystaniem elektronicznych instrumentów płatniczych. To wszystko czyni z komputerów i globalnej sieci Internet potężne narzędzie do popełniania przestępstw.
- Następnie prowadzący dzieli uczestników na 4 grupy. Każda otrzymuje opis sytuacji (załącznik nr 3).
- Zadanie każdej grupy polega na podaniu przykładów działań wskazanych osób, które doprowadziły do opisanej sytuacji i czy można było uniknąć takich konsekwencji (a jeśli tak, to w jaki sposób).
- Po 10 minutach grupy prezentują swoje historie na forum grupy. Prowadzący podsumowuje ćwiczenie, zwracając uwagę na wzrost liczby cyberprzestępstw.

Źródło: pomysł własny

5. Podsumowanie zajęć, (3 minuty)

- Prowadzący dziękuje uczestnikom za udział w zajęciach. Konkludując, prosi uczniów o wyrażenie własnych refleksji i spostrzeżeń odnośnie ich sposobów zabezpieczenia się przed atakami cyberprzestępców.

Źródło: pomysł własny

UWAGI: ćwiczenia 3 i 4 możliwe do wykorzystania dla starszej młodzieży.

TEMAT: Działania dla bezpiecznego korzystania i kontaktowania się w Internecie.

CELE:

- wskazanie błędów w tworzeniu zabezpieczeń w kontaktach (w bankowości elektronicznej, w poczcie, w portalu społecznościowym);
- zapoznanie z zasadami tworzenia silnych haseł i przećwiczenie ich;
- zapoznanie z danymi dotyczącymi kontaktów nastolatków w sieci;
- wskazanie zasad bezpiecznego kontaktu w Internecie.

METODY I FORMY PRACY:

- burza mózgów;
- dyskusja;
- praca z tekstem;
- praca z programem testującym siłę hasła.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

tablica / flipchart, duże arkusze papieru, długopisy, kredki, karteczki samoprzylepne, załączniki do ćwiczeń, komputer z dostępem do Internetu

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Powitanie uczestników i wprowadzenie tematu zajęć, (2 minuty)

2. Ćwiczenie „Siła hasła”, (15 minut)

- Prowadzący czyta fragment komunikatu prasowego z „Newsweeka”:
*„Firma Splash Data, producent oprogramowania związanego z bezpieczeństwem w sieci, przygotowała listę najbardziej popularnych, a co za tym idzie najgorszych haseł używanych w zeszłym roku przez internautów.
 Najbardziej powszechnie wykorzystywana jest kombinacja „123456”, która okupuje szczyty w tego typu zestawieniach już od wielu lat. Miejsce trzecie zajmuje natomiast dłuższa wersja tego kodu, wykorzystywana najwyraźniej przez osoby nieco bardziej przeznane - „12345678”.*

Na podium rozdziela je słowo „password”, czyli po prostu „hasło”. Inne często wykorzystywane w sieci hasła to między innymi „qwerty”, „abc123”, „admin” czy „iloveyou”.

Najpopularniejsze hasła 2013:

1. 123456	11. 123123
2. password	12. Admin
3. 12345678	13. 1234567890
4. qwerty	14. letmein
5. abc123	15. photoshop
6. 123456789	16. 1234
7. 111111	17. monkey
8. 1234567	18. shadow
9. iloveyou	19. sunshine
10. adobe123	20. 12345”

Źródło: <http://stylzycia.newsweek.pl/najpopularniejsze-hasla-2013-ranking-najgorsze-lista-newsweek-pl,artykuly,279682,1.html>

Prowadzący zachęca uczestników do podzielenia się ich refleksją nad tymi informacjami w dyskusji, zwraca przy tym uwagę, że tekst jest tłumaczeniem z języka angielskiego, przy czym podkreśla, że na polskim gruncie sytuacja wygląda analogicznie. Następnie prowadzący włącza stronę z narzędziem do sprawdzania siły haseł tak, aby była widoczna dla wszystkich. Dostępne na stronie: http://www.goodpassword.info/sprawdzanie_sily_hasla.php). Prosi uczestników o podanie przykładowego hasła (do e-maila, konta bankowego, portalu społecznościowego). Sprawdza jego siłę, zwracając uwagę na to, by hasło było silne we wszystkich testerach. Następnie pyta uczestników – czy wiedzą, jakie są warunki stworzenia bezpiecznego hasła. Ważne, by znalazły się tam następujące zasady tworzenia silnego hasła:

- ma co najmniej osiem znaków długości;
- nie zawiera nazwy użytkownika, imienia, nazwiska ani nazwy firmy;
- nie zawiera całego wyrazu;
- różni się znacznie od poprzednich haseł;
- zawiera znaki z każdej z czterech następujących kategorii: wielkie litery, małe litery, liczby, symbole lub spacje.

Grupa wspólnie wymyśla takie hasła, które będą jednocześnie silne i łatwe do zapamiętania.

Źródło: pomysł własny

3. Ćwiczenie „Prawda czy fałsz”, (15 minut)

- Prowadzący przykleja na podłodze linię z taśmy klejącej, która dzieli przestrzeń na dwie połowy.
- Po jednej stronie linii kładzie kartkę z napisem „Prawda”, po drugiej – kartkę z napisem „Fałsz”.
- Prosi uczestników, aby wstali i stanęli w okolicy środka sali. Tłumaczy, że będzie czytał różne stwierdzenia na temat kontaktów młodych osób w Internecie (załącznik nr 4).
- Po przeczytaniu stwierdzenia zadaniem uczestników jest zdecydowanie, czy w ich opinii zdania są prawdziwe, czy fałszywe – co sygnalizują staniem po odpowiedniej stronie linii.
- Kiedy wszyscy już wybiorą stronę, prowadzący pyta, czym kierowali się, podejmując decyzję, jak mogą ją uargumentować.
- Po krótkiej dyskusji prowadzący podaje prawidłową odpowiedź. Proces powtarza się przy kolejnych zdaniach.
- Po skończonych dyskusjach prowadzący zachęca uczestników do refleksji nad zachowaniem młodych osób w sieci, nad przemyśleniem swojego zachowania i zachowania swoich znajomych, zadając pytania:
 - Czy Ty/Twoi znajomi rozmawiacie przez Internet z osobami znanymi tylko z sieci?
 - Czy Ty/Twoi znajomi spotkaliście się kiedyś/myśleliście o spotkaniu z osobami znanymi tylko z sieci?
 - Czy zdarza się Tobie/Twoim znajomym podać swój adres, inne dane lub informacje (imię, nazwisko, miejsce zamieszkania, wygląd domu, godziny pracy rodziców, zabezpieczenia w domu, PESEL, nazwę szkoły, daty wyjazdów na wakacje, etc.)?
 - Czy zdarza się Tobie/Twoim znajomym wysłać swoje zdjęcia osobami znanymi tylko z sieci?

Chętne osoby prosi o wyrażenie swojego zdania na forum. Ważne, aby wybrzmiało, jak dużym niebezpieczeństwem są takie kontakty i to, że nawet z małej ilości informacji (np. nazwy szkoły), osoby o złych zamiarach są w stanie wywnioskować wiele (np. gdzie można spotkać potencjalną ofiarę, w jakich godzinach tam przebywa, z kim ma kontakt itp.). Istotny w tej sytuacji jest również fakt, że osoby te mogą czerpać informacje z różnych źródeł, nie tylko od nastolatka.

Źródło: pomysł własny

4. Ćwiczenie „Plan bezpieczeństwa w cyberprzestrzeni”, (10 minut)

- Prowadzący dzieli uczestników na 4-osobowe grupy.
- Na podstawie zdobytej wiedzy mają za zadanie przedyskutować następującą kwestię: jakie działania należy podjąć, żeby zabezpieczyć się przed niebezpiecznymi kontaktami?
- Następnie grupy opracowują w punktach plan bezpieczeństwa w cyberprzestrzeni na dużych kartkach.
- Po 10 minutach pracy w grupach, wyłonieni przedstawiciele grup prezentują na forum pomysły.
- Jeśli pojawią się jakieś sporne kwestie, to zostają one przedyskutowane na forum tak, aby całą grupą udało się wspólnie ustalić.

Źródło: pomysł własny

5. Podsumowanie zajęć, (3 minuty)

- Prowadzący dziękuje uczestnikom za udział w zajęciach i zachęca ich do stosowania zasad, które zostały wspólnie wypracowane.

Źródło: pomysł własny

UWAGI: ćwiczenia 2 możliwe do wykorzystania dla starszej młodzieży.

PROPOZYCJE DODATKOWYCH AKTYWNOŚCI

1. Ćwiczenie „Profilaktyka na kolorowo”, (60 minut)

- Uczestnicy dzielą się na 4 grupy, w których będzie im się dobrze pracowało.
- Zadaniem grup będzie przygotowanie kolorowego plakatu profilaktycznego na podany temat przy użyciu dostępnych materiałów.
- Przedstawiciele grup otrzymują opis zadania na kartkach, na których mogą też robić notatki.

Całą grupą przygotujcie plakat, który będzie przedstawiał tematykę bezpiecznego korzystania z Internetu, tzn. unikania niebezpiecznych kontaktów, odpowiedzialnego podejścia do danych i informacji w Internecie, ochrony przed cyberprzestępczością itp. Do przygotowania użycie wyłożonych materiałów. Na pracę przewidziane jest 45 minut.

- Każda grupa ma do dyspozycji duży karton i materiały (dużo kolorowych gazet ze zdjęciami i napisami, flamastry, różne rodzaje kredek, pastele, nożyczki, kleje).
- Po upływie wyznaczonego czasu grupy prezentują swoje prace.

Źródło: pomysł własny

ZAŁĄCZNIK NR 1

HISTORIA EWY

Ewa uczęszcza do pierwszej klasy liceum ogólnokształcącego. Nowa szkoła, nowi koledzy i koleżanki. W klasie powstało kilka grup, do jednej z nich Ewa bardzo chciałaby należeć. Niestety oni tego nie chcą. Na lekcjach jest rozkojarzona, nie uważa, zastanawia się, dlaczego nie chcą się z nią zaprzyjaźnić. Zastanawia się: co z nią jest „nie tak”? Na przerwach patrzy z zazdrością na grupy rozgadanych koleżanek. Podchodzi do nich, stara się dostosować do nich, niestety bez skutku. Oceny w szkole ma coraz gorsze. Rodzice są niezadowoleni. Próbuje z nią rozmawiać, ale ona nie chce im opowiedzieć o swoim problemie, wstydzi się. Szuka w Internecie rady – co zrobić, żeby koleżanki ją polubiły. Zaczyna coraz więcej czasu spędzać na forach internetowych. Na jednym z nich nawiązuje znajomość ze swoją rówieśniczką, z którą rozpoczyna regularne kontakty. Alicja okazuje się być bardzo sympatyczną dziewczyną. Niestety mieszka w innej miejscowości i pozostaje im tylko kontakt internetowy. Ewa wysłała jej zdjęcia z ostatnich wakacji, otrzymała również od Alicji jej zdjęcie. Postawiła na swoim biurku. Zwierza jej się ze swoich problemów, opowiada o marzeniach. Nareszcie ktoś ją rozumie, nie moralizuje, nic nie każe, akceptuje taką, jaka jest. Brakuje jej tylko kontaktu w realu.

Pewnego dnia Ewa otrzymuje informację, że nieoczekiwanie wieczorem Alicja będzie w jej mieście i chciałaby się z nią spotkać. Miejsce spotkania jest dość odległe od domu Ewy, rodzice nie będą mogli jej zawieźć, bo pracują do późna. Ewa pojedzie komunikacją miejską, w domu nikogo nie będzie przez kilka godzin.

Każdy z nas może stać się współnikiem internetowych złodziei. Wystarczy odrobina chciwości i nieuwagi.

Gdy Marek Barczak, 32-latek z Poznania, wspomina ten grudniowy wieczór, jeszcze dziś przechodzą go dreszcze. Siadł przed komputerem, żeby opłacić fakturę za telefon oraz Internet. Tuż po zalogowaniu się na konto bankowe spostrzegł, że nie jest tam sam. Cursor poruszał się bez jego udziału. Właśnie otwierała się strona transakcyjna, na której był już przygotowany przelew na 2,3 tys. złotych, czyli prawie wszystko, co miał w tym momencie na rachunku. Chwilę później w okienku do wpisywania haseł autoryzujących transakcję zaczęły się pojawiać kolejne znaki. Jakby tajemniczy gość miał je pod ręką tak samo jak Marek. – To było jak w filmie o duchach! Szczęście, że odruchowo sam kliknąłem w okienko do haseł. To spłoszyło złodzieja, a za moment nie było już śladu po jego buszowaniu na koncie – tłumaczy rozemocjonowany. To było tak, jakby nakrył włamywacza w domu, a ten salwował się ucieczką przez okno.

ZACHOWAŁAM SIĘ TROSKĄ DZIECINNIE

Marek przez tydzień wojował z bankiem, żądając, aby ten wyjaśnił, jakim sposobem doszło do włamania. Bał się, że nawet zmiana loginu i hasła nie zagwarantuje, że ów ktoś znów nie zaatakuje konta i tym razem skutecznie go nie oczyści. Nic jednak nie wskórał. Do kradzieży przecież nie doszło, a bank napisał, że ręczy za swój system ochrony przed atakami hakerskimi oraz zaapelował do Barczaka o przestrzeganie zasad bezpieczeństwa przy korzystaniu z konta.

Po otrzymaniu tej wiadomości Marek wpadł we wściekłość. Ale teraz, po dziesiątkach godzin spędzonych na bankowych forach internetowych i na rozmowach na ten temat ze znajomymi, nie dałby sobie uciąć ręki, że sam jest bez winy. Nieraz przecież zdarzyło mu się wyjść z konta w pośpiechu, bez wylogowania. A to okazja dla monitorujących sieć hakerów. W podróży, zwłaszcza zagranicznych, zdarzało mu się też odwiedzać kawiarenki internetowe i zlecać przelew. W dodatku, odkąd rok temu zaczął korzystać z bankowości mobilnej, kody dostępu zapisane ma w smartfonie, z którego loguje się na konto w „pierwszej lepszej” sieci Wi-Fi i na który dostaje z banku hasło do zatwierdzania danej transakcji.

Marek chyba nie wykazał się wystarczającą czujnością. Pociesza się, że na forach, przez które się przekopał, wyczytał wyznania bardziej od siebie lekkomyślnych. Niektórzy odpisywali na wiadomości sms, w których oszuści podszywający się pod bank prosili o weryfikację danych osobowych, loginu czy hasła. Zdarzało się, że dostawali je na przysłowiowym talerzu. Inni dali się złapać na haczyk w postaci e-maila z linkiem do fałszywej (choć często bardzo starannie odwzorowanej) strony swojego banku.

Na taką sztuczkę nabrała się latem zeszłego roku Zofia Ławrynowicz, posłanka PO. Otworzyła link z e-maila, który przyszedł na jej sejmową pocztę. – Znakomicie podrobili stronę banku i dokumentnie wyczyścili mi konto. Ale przynajmniej do błędu, zachowałam się troszkę dziecinnie – tłumaczyła potem w Radiu Szczecin.

Wśród klientów bankowości elektronicznej są nawet tacy, którzy nie odmówili prośbie „banku” o podanie np. dwóch kolejnych haseł do autoryzacji przelewu pieniędzy. Te pieniądze wędrują potem, dla zatarcia śladów, przez sznurek kont aż do jakiegoś banku na Seszelach lub Malediwach. Albo po prostu w Rosji lub na Ukrainie, bo tam coraz częściej urywa się ślad. (...)

ZOMBI ATAKUJĄ

Na witrynach większości banków ostrzeżenia biją po oczach: „Uwaga na trojan Banapter, podmieniający numery rachunków bankowych wklejanych ze »schowka«!”, „Pamiętaj, bank nigdy nie prosi o wykonywanie przelewów testowych!”, „Ostrzegamy przed nową wersją trojana Zeus/Zbot atakującego telefony komórkowe!”. (...)

Setki tysięcy Polaków dostaje ostatnio na pocztę e-mailową spam z propozycjami atrakcyjnej finansowo i mało absorbującej pracy. Ba, takie oferty pojawiają się nawet w lokalnych urzędach pracy! Mało absorbująca praca, rzekomo w handlu czy obsłudze klientów, sprowadza się do założenia lub udostępnienia swego konta, z którego okazjonalnie byłyby dokonywane płatności dla „kontrahentów firmy”. W rzeczywistości chodzi o znalezienie słupów, na których rachunki przychodziłyby pieniądze kradzione z kont w kraju czy za granicą i którzy przelewaliby je na kolejne, pomagając w zatarciu śladów. (...)

Mamy już prawie 22 miliony użytkowników bankowości internetowej, w tym połowę takich, którzy logują się na konto przynajmniej kilka razy miesięcznie. Zdaniem Mirosława Maja komputer nawet co trzeciego z nich może być zainfekowany. „Polskie komputery są masowo wykorzystywane przez cyberprzestępców. Pod względem liczby maszyn »zombi« nasz kraj zajmuje ósme miejsce na świecie” – alarmuje firma Symantec w raporcie za 2012 roku.

Zombi to komputery z różnymi wirusami, m.in. groźnymi trojanami produkowanymi głównie po to, by buszować w bankowości elektronicznej (np. ZitMo, E-Security, Citadel czy Zeus P2P). Właściciel zainfekowanego komputera praktycznie traci nad nim kontrolę. Cyberprzestępcy grupują je w sieć i zdalnie kontrolują, jako tzw. botnet. Za pomocą takich sieci atakują bankowe systemy informatyczne i witryny internetowe.

Jeszcze gorzej może być w przypadku ponad dwóch milionów klientów bankowości mobilnej, korzystających z niej głównie przez smartfony, zabezpieczone słabiej niż komputery. Ledwie co trzeci instaluje na nich wybrany program antywirusowy. Większość ściąga, jak popadnie, rozmaite aplikacje – często już zainfekowane. Eksperti ostrzegają, że ponad 90% trojanów tworzonych jest na system Android, najpopularniejszy w naszych telefonach. (...)

Źródło: <http://technowinki.onet.pl/internet-i-sieci/kazdy-z-nas-moze-stac-sie-wspolnikiem-internetowych-zlodziei-wystarczy-odrobina/z6sm5>

GRUPA 1

Arek zamówił w Internecie klubową koszulkę. Zapłatę uiścił przy odbiorze. W domu po rozpakowaniu paczki okazało się, że zamiast klubowej koszulki jest podkoszulka z jakiegoś marketu.

GRUPA 2

Znajomi Moniki mają do niej pretensje za zamieszczone przez nią wpisy na facebooku. Nie życzą sobie, żeby oznaczała ich w postach z „jakimiś głupimi tekstami”. Mimo jej tłumaczeń, że od kilku dni nie zaglądała na facebooka, znajomi nie wierzą jej.

GRUPA 3

Z Mateuszem zerwała dziewczyna po przeczytaniu e-maila, którego od niego otrzymała. Stwierdziła, że „to obrzydliwe” i że nie chce mieć z nim nic do czynienia. Chłopak twierdzi, że nic do niej nie pisał.

GRUPA 4

Marek w wakacje pracował i zarobione pieniądze wpłacił na konto bankowe. Planował jeszcze trochę zarobić i kupić dobrej klasy komputer. Dziadek, podziwiając wnuka, podarował mu brakującą sumę. Marek udał się do banku w celu wypłaty pieniędzy, niestety okazało się że na koncie ma tylko 100 zł, bo jak wynikało z wyciągów bankowych, resztę wypłacił kilka dni wcześniej.

1. Ponad 2/3 nastolatków rozmawia w sieci z osobami znanymi wyłącznie przez Internet.
Prawda (68,6% według badań EU NET ADB)
2. Nie więcej niż 20% nastolatków umawia się na spotkanie z osobą poznaną przez Internet.
Fałsz (30,8%, a według innych badań nawet 45,5%)
3. Aż 50% nastolatków podaje swój adres domowy osobom znanym tylko z sieci.
Fałsz (10% podaje adres domowy)
4. Ponad 50% nastolatków wysyła swoje zdjęcia osobom poznanym w Internecie.
Prawda (58%)

- *Bezpieczeństwo dzieci w internecie. Raport z badań jakościowych i ilościowych*, Warszawa 2013.
Badanie zrealizowane przez TNS na zlecenie Orange Polska we współpracy z Fundacją Orange i Fundacją Dzieci Niczyje.
Dostępne w Internecie: https://panoptykon.org/files/bezpieczenstwo_dzieci_w_internecie_2013.pdf

- EU NET ADB *Badanie nadużywania internetu przez młodzież w Polsce i Europie*, red. K. Makaruk, Sz. Wójcik, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2012.
Dostępny w Internecie: http://www.saferinternet.pl/images/stories/pdf/raport_eu_net_adb_pl.pdf

- *Jak chronić dzieci przed wykorzystywaniem seksualnym? Poradnik dla rodziców i profesjonalistów*, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2010.
Dostępny w Internecie: <http://www.gadki.fdn.pl/pdf/jak-chronic-dzieci.pdf>

- Raport z badania. Ogólnopolskie badanie „*Nastolatki wobec Internetu*” - badanie ogólnopolskie, Realizowane na zlecenie Rzecznika Praw Dziecka i NASK przez Pedagogium WSNS, w okresie maj – czerwiec 2014 r., red. R. Lange, J. Osiecki, Warszawa 2014.
Dostępne w Internecie: http://brpd.gov.pl/sites/default/files/raport_z_badiana_nastolatki_wobec_internetu_-_po_poprawkach_edytorskich.pdf

- Raport: *Bezpieczeństwo dzieci korzystających z Internetu* na zlecenie Telekomunikacji Polskiej, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2008.
Dostępny w Internecie: http://www.olsztyn.eu/fileadmin/katalogi_wydzialowe/edukacja/przeciwAgresji/cyberprzemoc/Raport_Bezpieczenstwo_dzieci_korzystajac_ch_z_Internetu.pdf

Inne strony internetowe:

- [http://fdn.pl/materialy-dla-rodzicow?cat1=446&cat2=663&cat3=742;](http://fdn.pl/materialy-dla-rodzicow?cat1=446&cat2=663&cat3=742)
- <http://www.116111.pl/problemy/niebezpieczne-kontakty,aid,138>
- http://www.wiadomosci24.pl/artykul/cyberprzestepczosc_czym_jest_i_jak_sie_przed_nia_bronic_244181.html
- <http://stylzycia.newsweek.pl/najpopularniejsze-hasla-2013-ranking-najgorsze-lista-newsweek-pl,artykuly,279682,1.html>
- <http://technowinki.onet.pl/internet-i-sieci/kazdy-z-nas-moze-stac-sie-wspolnikiem-internetowych-zlodziei-wystarczy-odrobina/z6sm5>



MODUŁ III

SZKODLIWE TREŚCI

WSTĘP

W obecnych czasach Internet jest narzędziem ułatwiającym życie w wielu jego aspektach. Korzystamy z sieci, żeby poszerzyć wiedzę, znaleźć poradę na interesujący nas temat, przeczytać książkę, posłuchać muzyki. Znajdują się w nim również materiały zawierające treści szkodliwe, tj. takie, które mogą wywołać negatywne emocje u odbiorcy lub promować niebezpieczne zachowania.²⁷ Zaliczane są do nich m.in. treści:

- prezentujące pornografię i przemoc;
- propagujące dyskryminację oraz nawołujące do wrogości;
- promujące działania szkodliwe dla zdrowia.

Młodzi ludzie często podchodzą do informacji znalezionych w Internecie bez krytycznego podejścia. Tymczasem obok treści rzetelnych i sprawdzonych można znaleźć w Internecie materiały bez wartości poznawczej, np. „przekłamania historyczne, błędnie prezentowane ustalenia naukowe, a także trafić na teksty promujące nietolerancję, gloryfikujące faszyzm, niezdrowy tryb życia (anoreksja i inne), umniejszające szkodliwość używek lub propagujące błędne praktyki medyczne”.²⁸

Narażenie dzieci i młodzieży na szkodliwe treści w Internecie było i jest przedmiotem badań wielu badaczy i organizacji. Spośród 16-latków z całej Europy, objętych badaniem EU Kids Online, 58% uznaje, że kontakt z treściami szkodliwymi, takimi jak np. pornografia czy prze-moc jest jednym z głównych internetowych zagrożeń²⁹. W badaniach EU NET ADB wykazano, że ponad 67% polskich 14–17-latków deklaruje, że miało w sieci kontakt z treściami pornograficznymi, przy czym około jedna czwarta z nich oceniła to doświadczenie jako negatywne³⁰. Ponad połowa badanych nastolatków natrafiła na przynajmniej jeden rodzaj treści szkodliwych w Internecie: najczęściej były to przekazy słowne o charakterze mowy nienawiści lub wydzwięku agresywnym (40%), materiały na temat skrajnego odchudzania się (prawie 30%), doświadczenia osób z używania narkotyków (24%), sposoby na samookaleczenie się (ponad 20%) oraz treści poruszające kwestie samobójstwa czy nawołujące do popełnienia przestępstw (15%).³¹

Raport zespołu Dyżurnet.pl zawiera dane obrazujące skalę narażenia na kontakt z niebezpiecznymi treściami. W 2013 roku odnotowano 6697 zgłoszeń o groźnych i nielegalnych treściach w Internecie (co w stosunku do 2012 roku stanowi wzrost o 25%), z czego 1235 dotyczyło podejrzenia o seksualne wykorzystywanie dzieci.³²

27 <http://www.saferinternet.pl/pl/szkodliwe-tresci>

28 www.orange.pl Poradnik dla rodziców „Bezpieczne media”, Fundacja Orange, Fundacja Dzieci Niczyje.

29 *Bezpieczeństwo dzieci online. Kompendium dla rodziców, nauczycieli i profesjonalistów*, Polskie Centrum Programu Safer Internet, Warszawa 2014.

30 J. Włodarczyk, *Zagrożenia związane z korzystaniem z internetu przez młodzież. Wyniki badania EU NET ADB*, „Dziecko krzywdzone. Teoria, badania, praktyka” 2013, 12 (1), s. 49–68.

31 S. Kozak, *Patologie komunikowania w Internecie*, Wydawnictwo Difin, Warszawa 2011, s. 167–185.

32 https://dyzurnet.pl/images/stories/PDF/raporty/Raport_Dyzurnet_2014.pdf

„Do nieodpowiednich treści w Internecie dzieci mogą dotrzeć różnymi kanałami – bezpośrednio poprzez zdjęcia i filmy na stronach internetowych, materiały otrzymane poprzez pocztę elektroniczną w wiadomościach typu „SPAM” (np. w załącznikach lub linkach) czy korzystając z komunikatów lub poprzez internetowe fora. Nośnikiem treści nieodpowiednich dla dzieci są również gry komputerowe, często dostępne dla dzieci on-line.”³³

Nastoletni internauci są narażeni na zagrożenie tzw. sekstingiem. „Seksting to niebezpieczne przesyłanie treści o charakterze erotycznym, głównie swoich nagich lub półnagich zdjęć, za pomocą Internetu i telefonu komórkowego. Jest ono popularne głównie wśród nastolatków, przede wszystkim z powodu chęci rozrywki, początku fascynacji seksem, zainteresowania płcią przeciwną, braku doświadczenia, ciekawości czy nieśmiałości. Konsekwencje tego zjawiska mogą być bardzo poważne. Niejednokrotnie wysłane znajomemu czy przyjacielowi zdjęcie było przez niego wykorzystywane i trafiało do publicznego obiegu w celu żartu, ośmieszenia czy zemsty po tym jak osoba, która udostępniła zdjęcie zerwała ze swoją dziewczyną czy chłopakiem. Częste są również przypadki szantażu, w których odbiorca tego typu zdjęć grozi ich ujawnieniem i opublikowaniem w Internecie, próbując skłonić w ten sposób ofiarę do określonego zachowania”³⁴. Wyniki badań prowadzonych przez Fundację Dzieci Niczyje obrazują skalę zjawiska sekstingu wśród polskich nastolatków w wieku 15-19 lat:

- 55% badanych osób deklaruje, że nikt z ich znajomych nie wysłał takich materiałów do innych osób. 45% przyznaje, że przynajmniej niektórzy z ich znajomych to robią.
- Nieco ponad 1/3 respondentów (34%) przyznaje, że przynajmniej raz w życiu otrzymała wiadomość tego typu. Procent ten jest większy w grupie chłopców.
- Nadawcami wiadomości o charakterze sekstingu najczęściej byli znajomi, a najpopularniejszym powodem dla ich wysłania było „podrywanie” lub próba zwrócenia na siebie uwagi drugiej osoby.
- 11% nastolatków deklaruje, że sami wysłali wiadomość ze swoim zdjęciem bądź filmem. Odsetek ten był wyższy wśród dziewcząt.
- Odbiorcami takich wiadomości był najczęściej chłopak/dziewczyna respondenta i były one wysyłane przede wszystkim w ramach flirtu w związku.³⁵

33 *Bezpieczeństwo dzieci w internecie. Raport z badań jakościowych i ilościowych*, Warszawa 2013. Badanie zrealizowane przez TNS na zlecenie Orange Polska we współpracy z Fundacją Orange i Fundacją Dzieci Niczyje. Dostępne w Internecie: https://panoptykon.org/files/bezpieczenstwo_dzieci_w_internecie_2013.pdf

34 Polskie Centrum Programu Safer internet, www.saferinternet.pl

35 K. Makaruk, Sz. Wójcik, *Seksting wśród polskiej młodzieży. Wyniki badania ilościowego*, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2014.

Niestety to, co w założeniu miało być flirtem, sposobem na poderwanie, zdobycie sympatii drugiej osoby, często może przerodzić się w powód do cyberprzemocy.

Kolejnym rodzajem szkodliwych treści, na które narażone są młode osoby materiały nawiązujące do wrogości czy agresji. „Mowa nienawiści obejmuje wszelkie formy wypowiedzi, które szerzą, propagują czy usprawiedliwiają nienawiść rasową, ksenofobię, antysemityzm oraz inne formy nienawiści bazujące na nietolerancji m.in.: nietolerancję wyrażającą się w agresywnym nacjonalizmie i etnocentryzmie, dyskryminację i wrogość wobec mniejszości, imigrantów i ludzi o imigranckim pochodzeniu.”³⁶

Rasistowskie i ksenofobiczne komentarze czy wiadomości występują powszechnie na forach dyskusyjnych, czatach czy w serwisach społecznościowych. Co więcej, istnieją nawet strony internetowe skierowane rzekomo do dzieci, które w rzeczywistości zostały założone przez grupy rasistowskie. Manipulacja na tego typu stronach polega na tym, że treść ich podstron różni się od treści strony głównej i ma za zadanie kształtować postawy rasistowskie wśród młodych osób.³⁷

Zjawiskiem szerszym od mowy nienawiści jest hejtowanie. Termin „hejt” pochodzi od angielskiego „hate”, oznaczającego „nienawiść”. Hejtowanie to agresywne, nienawistne, deprymujące wypowiedzi, ale pozbawione podłoża ideologicznego. Jest to poważny, ale niestety bagatelizowany problem, który najczęściej dotyka młodych ludzi. Nastolatki często nie przywiązują wagi do tego, co piszą w Internecie, a co więcej – nie mają świadomości, jak ktoś może zareagować, nawet jeśli jest to forma żartu z ich strony. Często mogą nie mieć refleksji nad tym, że stali się sprawcami cyberprzemocy. Zaś ofiary ich działań cierpią i przeżywają różnego rodzaju trudne emocje.³⁸

Mowa nienawiści i szersze hejtowanie znajdują się na pograniczu cyberprzemocy (opisanej w module I) oraz narażenia na szkodliwe treści. Mogą być rozpatrywane jako elementy jednego lub drugiego zagadnienia w kontekście nastolatków w zależności od tego, czy młoda osoba jest uczestnikiem (ofiara, świadkiem lub sprawcą), czy też jest wyłącznie narażona na ekspozycję treści szerzących wrogość i nienawiść względem kogoś. Wyznaczenie takiej granicy jest niezmiernie trudne, więc zjawiska te mogą być analizowane zarówno w postaci jednego, jak i drugiego zagrożenia.

Szkodliwymi treściami są również materiały zachęcające użytkowników Internetu do zachowań zagrażających ich zdrowiu i życiu. Nastolatek w sieci może być namawiany do przyjmowania narkotyków, dopalaczy, przedstawianych jako sposób na szybkie i proste rozwiązanie problemów, poprawę nastroju czy możliwości intelektualnych. Młoda osoba mająca

problemy z samoakceptacją, trudności w kontaktach z rodziną, rówieśnikami, może szukać rozwiązania swoich problemów w sieci. Tym samym może trafić na strony zawierające mylne i niebezpieczne informacje, nawołujące do podjęcia działań szkodliwych dla zdrowia, np. ruch pro-ana czy też pro-mia (propagujące zachowania mające negatywny wpływ na zdrowie, wyniszczające organizm, które mogą doprowadzić do anoreksji, bulimii³⁹) bądź porady na temat tego, jak odebrać sobie życie⁴⁰.

Zakres tematyczny szkodliwych dla dzieci i młodzieży treści dostępnych w Internecie jest ogromny. Oprócz wymienionych głównych rodzajów, należy zwrócić uwagę również na inne zagrażające materiały, propagujące lub zachęcające m.in. do sekt, okultyzmu, magii, satanizmu, destruktywnych gier komputerowych, wyzwiań itp. Te i wszystkie inne nieodpowiednie treści, na które narażone są młode osoby, mogą mieć negatywne skutki już w trakcie oglądania lub bezpośrednio po nim, a także w późniejszym czasie. Skutki mogą pojawić się zarówno w psychice (funkcjonowaniu emocjonalnym czy poznawczym), jak i zachowaniu. „Za szczególnie szkodliwe dla rozwoju dzieci uważa się: pokazywanie przemocy i agresji w realistyczny sposób oraz ich nagradzanie, gloryfikowanie agresji, przedstawianie aktów agresji w wystylizowany artystycznie sposób (np. w zwolnionym tempie), pokazywanie aktu seksualnego w zbliżeniu, ukazanie genitaliów, pokazywanie, jak samookaleczać się lub popełnić samobójstwo.”⁴¹

Celem zajęć w tym module jest ukazanie młodemu człowiekowi zagrożeń, z jakimi może spotkać się w Internecie, zwrócenie uwagi na bardzo ostrożne podchodzenie do informacji zamieszczanych w sieci oraz uświadomienie, że bezkrytyczne przyjmowanie rad otrzymanych za pośrednictwem sieci jest bardzo niebezpieczne.

Należy pamiętać, aby w przypadku napotkania w sieci na treści szkodliwe i nielegalne, poinformować o tym zespół Dyżurnet.pl – punkt kontaktowy zajmujący się przyjmowaniem zgłoszeń dotyczących treści nielegalnych, ich analizą i współpracą w tym zakresie z policją. Zgłoszenie można dokonać anonimowo. Można też skorzystać z telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży 116 111. ■

36 J. Włodarczyk, *Mowa nienawiści w Internecie w doświadczeniu polskiej młodzieży*, „Dziecko krzywdzone. Teoria, badania, praktyka” 2012, Vol. 13, Nr 2(2), s. 122-158.

37 <http://kopalniawiedzy.pl/rasizm-Siec-Internet,6554>

38 <http://www.mowanienawisci.info/wp-content/uploads/2014/10/Mowa-nienaw-i%C5%9Bci-w-internecie-w-do%C5%9Bwiadczeniu-polskiej-m%C5%82odzie%C5%BCy.pdf>

39 http://www.psychoterapiapt.pl/uploads/PT_1_2010/Talarczyk2PT2010n1s67.pdf

40 *Co komputer zrobił nam z głową?*, „Poradnik Psychologiczny Polityki”, t. 16, nr 09(9), 2014.

41 <http://www.bezpieczneinterneciaki.pl/dlaczego-chronimy-dzieci-przed-nieodpowiednimi-treściami-z-internetu/>

TEMAT: Niebezpieczne treści w Internecie

CELE:

- zdefiniowanie pojęcia: szkodliwe treści;
- wskazywanie szkodliwych treści w Internecie;
- ukazania wpływu szkodliwych treści na młodego człowieka;
- wskazanie sposobów przeciwdziałania narażenia na szkodliwe treści w Internecie i sposobów poradzenia sobie z negatywnymi konsekwencjami.

METODY I FORMY PRACY:

- analiza przypadków;
- dyskusja;
- burza mózgów;
- mapa myśli.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

tablica / flipchart, duże arkusze papieru, samoprzylepne karteczki, markery, długopisy, załączniki do ćwiczeń

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Powitanie uczestników i wprowadzenie tematu zajęć, (2 minuty)

2. Ćwiczenie „Czy mi to szkodzi?”, (15 minut)

- Prowadzący dzieli uczestników na cztery grupy.
- Każda otrzymuje krótki opis sytuacji, który ma za zadanie przeanalizować (załącznik nr 1).
- Uczestnicy zastanawiają się:
 - Na ile opisana sytuacja może zdarzyć się w rzeczywistości? Komu może się przydarzyć?
 - Jakie uczucia mogą pojawić się u bohatera? Jakie myśli mogą mu towarzyszyć?
 - Jakie mogą być skutki tej sytuacji, zarówno na teraz, jak i w dalszej przyszłości?

- Grupy zapisują swoje odpowiedzi.
- Po ok 8. minutach prowadzący zaprasza do podzielenia się pracą na forum. Przedstawiciel grupy najpierw czyta opis sytuacji, a następnie prezentuje wnioski grupy. Uczestnicy z innych grup również mogą podzielić się swoimi refleksjami.
- W razie potrzeby prowadzący uzupełnia analizę, zwracając szczególną uwagę na krótko- i długoterminowe skutki narażenia na szkodliwe treści.

Źródło: pomysł własny

3. Ćwiczenie „Szkodliwe treści”, (10 minut)

- Prowadzący prosi uczestników o powrót do grup, w których pracowali.
- Każda z nich dostaje plik samoprzylepnych karteczek.
- Zadaniem grupy jest zapisanie skojarzeń z pojęciem SZKODLIWE TREŚCI W INTERNECIE.
- Po skończonej pracy prowadzący prosi o przyklejenie karteczek na przygotowanym wcześniej arkuszu papieru z napisem: SZKODLIWE TREŚCI W INTERNECIE, przyklepionym do ściany, tak aby powstały grupy z powtarzających się odpowiedzi.
- Ważne, aby znalazły się tam poniższe odpowiedzi:
 - treści o charakterze pornograficznym, zwłaszcza dostępne bez żadnego ostrzeżenia;
 - treści obrazujące agresję, przemoc, obrażenia fizyczne, deformacje;
 - treści nawołujące do samookaleceń lub samobójstw i innych praktyk szkodliwych dla zdrowia np. ruch pro-ana, pro-mia, zachęcanie do zażywania niebezpiecznych substancji;
 - treści ksenofobiczne, nawołujące do wrogości, a nawet nienawiści wobec różnych grup społecznych lub jednostek;
 - sekty, satanizm.
- Prowadzący podsumowuje, że treści szkodliwe to takie, które mogą wywołać negatywne emocje u odbiorcy lub promować niebezpieczne zachowania. Może to dotyczyć uczestników zajęć, ich znajomych, młodszego rodzeństwa itp.

Źródło: pomysł własny

4. Ćwiczenie „Unikamy zagrożeń”, (15 minut)

- Prowadzący prosi uczestników o powrót do opisu sytuacji z pierwszego ćwiczenia – z młodszą siostrą, która obejrzała horror.
- Zwraca uwagę na to, że owa młodsza siostra (koleżanka, kuzynka itp.) mogłaby w Internecie natrafić na każdą możliwą szkodliwą treść, o której była mowa w poprzednich ćwiczeniach.
- Prosi uczestników o wyobrażenie sobie takiej sytuacji i zastanowienie się nad tym, jak można rozwiązać problem narażenia młodej osoby na tak szkodliwe treści w Internecie i jak można pomóc jej, gdy już była narażona na takie treści.
- Zachęca do podania konkretnych rozwiązań i zapisuje je na tablicy lub dużej kartce.
- W miarę potrzeb zadaje pytania pomocnicze:
 - Jakich zachowań powinna unikać w sieci, żeby nie narażać się na kontakt ze szkodliwymi treściami?
 - Na jakie rzeczy należy być uważnym, żeby nie natrafić na takie treści?
 - Gdzie można zgłosić strony z niewłaściwymi treściami dla młodych osób?
 - Od kogo młoda osoba, której zaszkodził kontakt z takimi treściami, może uzyskać pomoc?
- Prowadzący stara się tak pokierować dyskusją, aby zostały wypowiedziane wskazówki przydatne również dla starszych osób.
- Uzupełnia ewentualnie wypowiedzi uczestników o informacje zawarte w części wprowadzającej do modułu oraz podaje adresy internetowe i telefony instytucji, zajmujących się walką z zagrożeniami w Internecie, które mogą być pomocne dla młodych internautów w sytuacjach, gdy spotkają się z zagrożeniami:
 - www.dyzurnet.pl 801 615 0051 615 00515 005
 - www.helpline.org.pl 800 100 100
 - Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży www.116111.pl 116 111
 - Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka 800 12 12 12
 - Policja

Źródło: pomysł własny

5. Podsumowanie zajęć, (3 minuty)

- Prowadzący dziękuje uczestnikom za udział w zajęciach. Podsumowuje wnioski wypracowane przez grupę.

Źródło: pomysł własny

TEMAT: Szkodliwe treści seksualne w Internecie

CELE:

- przedstawienie zjawiska sekstingu;
- omówienie zachowań użytkowników internetu i urządzeń mobilnych przyczyniających się do rozprowadzania treści seksualnych;
- omówienie wielowymiarowych konsekwencji sekstingu i zapoznanie uczestników z konsekwencjami prawnymi;
- przedstawienie skali narażenia młodych osób na treści o charakterze pornografii czy sekstingu.

METODY I FORMY PRACY:

- dyskusja;
- burza mózgów;
- analiza tekstu;
- analiza przypadku.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

tablica / flipchart, duże arkusze papieru, markery, długopisy, załączniki do ćwiczeń, woreczek z paskami z pytaniami, kartki z napisami „Prawda” i „Fałsz”

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Powitanie uczestników i wprowadzenie tematu zajęć, (2 minuty)

2. Ćwiczenie „Czym jest seksting?”, (5 minut)

- Prowadzący pyta uczestników: czy wiedzą, czym jest „seksting”, czy potrafią podać definicję?
- Prosi grupę o podanie skojarzeń związanych z tym zjawiskiem.
- Zapisuje je na tablicy lub dużej kartce wokół słowa „SEKSTING”. Jeśli uczestnicy mają problem ze zdefiniowaniem zjawiska, prowadzący pomaga, rozdzielając leksem na dwa słowa: „seks” i „texting”.
- Podsumowuje, podając definicję przywołaną w informacjach zawartych we wprowadzeniu do niniejszego modułu.

Źródło: pomysł własny

3. Ćwiczenie „Z życia wzięte”, (15 minut)

- Prowadzący pokazuje uczestnikom przygotowany wcześniej woreczek z paskami, na których zostały zamieszczone pytania (załącznik nr 2).
- Kładzie go na środku i tłumaczy, że wewnątrz są pytania wprowadzające do dyskusji, a ich treść dotyczy problemu „sekstingu”.
- Prosi chętną osobę o wylosowanie pytania, przeczytanie go na forum i odpowiedź, zgodnie ze swoją wiedzą i przekonaniem.
- Prowadzący zachęca również inne osoby do wyrażenia swojego zdania – dopytuje, czy zgadzają się z przedmówcą i jaka jest ich opinia.
- Kiedy uczestnicy skończą odpowiadanie na pierwsze pytanie, woreczek przekazywany jest do dowolnej osoby i proces się powtarza.
- Prowadzący kontroluje czas i na podstawie aktywności uczestników wyznacza, ile pytań jest możliwych do omówienia.

Źródło: pomysł własny

4. Ćwiczenie „Prawda czy fałsz”, (12 minut)

- Prowadzący przykleja na podłodze linię z taśmy klejącej, która dzieli przestrzeń na dwie połowy.
- Po jednej stronie linii kładzie kartkę z napisem „Prawda”, po drugiej – kartkę z napisem „Fałsz”.
- Prosi uczestników, aby wstali i stanęli w okolicy środka sali.
- Tłumaczy, że będzie czytał różne stwierdzenia na temat szkodliwych treści w Internecie, zwłaszcza dotyczących treści o charakterze pornograficznym i seksualizującym (załącznik nr 3).
- Po przeczytaniu stwierdzenia zadaniem uczestników jest zdecydowanie: czy w ich opinii zdania są prawdziwe czy fałszywe, co sygnalizują uczestnicy staniem po odpowiedniej stronie linii.
- Kiedy wszyscy już wybiorą stronę, prowadzący pyta – czym kierowali się, podejmując decyzję oraz jak mogą ją uargumentować?
- Po krótkiej dyskusji prowadzący podaje prawidłową odpowiedź.
- Proces powtarza się przy kolejnych zdaniach.

Źródło: pomysł własny

5. Ćwiczenie „Co za to grozi?”, (8 minut)

- Prowadzący odczytuje grupie tekst „Seksting a prawo” (załącznik nr 4).
- Pyta uczestników o refleksje po jego usłyszeniu – czy mieli świadomość konsekwencji prawnych za przesyłanie materiałów o charakterze seksualnym?
- Czy znają przypadki, w których ktoś został ukarany przez prawo polskie za przesyłanie takich treści?
- Prowadzący zwraca uwagę że również sprawców z historii omawianych we wcześniejszych przykładach (mimo tego że to nie polskie przypadki), spotkały konsekwencje prawne.

Źródło: pomysł własny

6. Podsumowanie zajęć, (3 minuty)

- Prowadzący dziękuje uczestnikom za udział w zajęciach.
- Odwołuje się do wypracowanych wspólnie wniosków z zajęć.
- Zwraca uwagę na zachowania różnych osób, które przyczyniają się do rozprzestrzeniania materiałów seksualnych w sieci oraz szerokie konsekwencje tych działań.

Źródło: pomysł własny

UWAGI: wszystkie aktywności możliwe do wykorzystania dla starszej młodzieży.

TEMAT: Szkodliwych treści w Internecie ciąg dalszy

CELE:

- zwrócenie uwagi uczestników do refleksji nad wyzwaniem łańcuszkami rozprzestrzeganymi w Internecie;
- wskazanie niebezpieczeństw związanych z udziałem w wyzwaniach;
- zapoznanie z pojęciem i przykładami mowy nienawiści w Internecie;
- przedstawienie zapisów prawnych dotyczących mowy nienawiści.

METODY I FORMY PRACY:

- dyskusja;
- burza mózgów;
- praca z tekstem.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

tablica / flipchart, duże arkusze papieru, samoprzylepne karteczki, markery, flamastry

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Powitanie uczestników i wprowadzenie tematu zajęć, (2 minuty)

2. Ćwiczenie „Wyzwania w sieci”, (20 minut)

- Prowadzący dzieli uczestników na cztery grupy.
- Dwie z nich dostają krótki tekst dotyczący Ice Bucket Challenge, dwie pozostałe – dotyczący wyzwania piwnego (załącznik nr 5).
- Zadaniem grup jest przeczytanie tekstu i przedyskutowanie opisanych zjawisk, tego co słyszeli i co wiedzą na ich temat oraz ich doświadczeń z nimi związanych.
- Następnie grupy opracowują odpowiedzi na poniższe pytania:
 1. Jakie zyski można mieć z Ice Bucket Challenge?
 2. Jakie są złe strony Ice Bucket Challenge? Co można stracić na tym wyzwaniu?

3. Jakie zyski można mieć z wyzwania piwnego?

4. Jakie są złe strony wyzwania piwnego? Co można stracić na tym wyzwaniu?

- Po ok. 8 minutach prowadzący prosi uczestników, aby przedstawili zjawiska, którymi się zajmowali i aby kolejno odczytali swoje wnioski.
- Pozostałe grupy prosi o dodawanie swoich przemyśleń.
- Prowadzący uzupełnia wypowiedzi uczestników, dodaje, że zarówno jedno jak i drugie wyzwanie, może doprowadzić do śmierci (informacje w pełnych artykułach w załączniku).
- W podsumowaniu podkreśla zwłaszcza negatywne skutki udziału w wyzwaniach, poddając uczestnikom do refleksji pytanie – czy pozytywne skutki (np. uznanie wśród znajomych, większa popularność na portalu społecznościowym itp.) są warte podjęcia również negatywnych konsekwencji?

Źródło: pomysł własny

3. Ćwiczenie „Dopisz zakończenie”, (15 minut)

- Prowadzący prosi uczestników, żeby dobrali się w pary.
- Każda para dostaje historyjkę odnoszącą się do różnych zachowań w sieci związanych z mową nienawiści (załącznik nr 6).
- Zadaniem par jest dopisanie zakończenia do opowieści.
- Po wypełnieniu zadania uczestnicy przedstawiają swoje historie i ich zakończenia.
- Wyjaśniają dlaczego ich historie zakończyły się w ten sposób.
- Jeśli historie mają negatywne zakończenia, prowadzący prosi, by grupa zastanowiła się – czy dana historia mogłaby się skończyć inaczej i jak tego dokonać?

Źródło: <http://www.podrugię.pl/wp-content/uploads/2014/12/Nie-daj-się-złapać-w-sieci-mowa-nienawiści.pdf>

4. Ćwiczenie „Co na to prawo?”, (5 minut)

- Prowadzący przekazuje grupie, że działania opisane we wcześniejszym ćwiczeniu są przejawami mowy nienawiści, która jest zachowaniem karanym przez polskie prawo.
- Pyta uczestników – czy wiedzą czym jest to zjawisko i jakie mogą być konsekwencje prawne za rozpowszechnianie takich treści?
- W razie potrzeby tłumaczy definicję, którą można znaleźć we wprowadzeniu do niniejszego modułu.
- Następnie przywołuje przepisy prawne, na które mogą powołać się osoby, które spotkały się z mową nienawiści w Internecie (załącznik nr 7).

Źródło: pomysł własny

6. Podsumowanie zajęć, (3 minuty)

- Prowadzący dziękuje uczestnikom za udział w zajęciach.
- Odwołuje się do wypracowanych wniosków z zajęć.
- Zwraca uwagę na niebezpieczeństwa związane z rozprzestrzenianiem się łańcuszków w postaci wyzwania i mowy nienawiści w Internecie.

Źródło: pomysł własny

UWAGI: wszystkie aktywności możliwe do wykorzystania dla starszej młodzieży.

PROPOZYCJE DODATKOWYCH AKTYWNOŚCI

1. Ćwiczenie „Z życia wzięte”, (15 minut)

- Prowadzący dzieli uczestników na 4 grupy.
- Każda z nich otrzymuje krótki opis historii osoby, której dotyczy „seksting” (załącznik nr 8).
- Zadaniem grupy jest zapoznanie się z autentyczną historią oraz analiza tekstu pod kątem dwóch czynników:
 - Jakie były przyczyny opisanej sytuacji? Jakie zachowania różnych osób doprowadziły do tej sytuacji?
 - Jakie były konsekwencje opisanej sytuacji?
- Grupy zapisują swoje wnioski.
- Po ok. minutach prowadzący prosi, aby przedstawiciele grup odczytali historie z materiałów, a następnie przedstawili efekty pracy grupy.
- Pozostali uczestnicy mogą dodawać swoje przemyślenia.
- Ważne, aby wybrzmiała refleksja o tym, że do takich i podobnych sytuacji prowadzą nieprzemyślane zachowania ze strony wszystkich uczestników sytuacji.

Źródło: pomysł własny

Uwagi: propozycje ćwiczeń dodatkowych możliwe do wykorzystania dla starszej młodzieży.

GRUPA 1

10-letnia Karolina szukała jakiegoś fajnego filmu w Internecie. Natrafiła na jeden, o którym wcześniej nie słyszała, ale miał wysokie oceny na stronie. Okazało się, że jest to horror zawierający bardzo drastyczne sceny. Cała akcja miała miejsce w domku jednorodzinny, a większość scen rozgrywała się w piwnicy. Dziewczynka obejrzała całość.

GRUPA 2

Maciek nie może porozumieć się z bratem w kwestii sprzątnięcia w pokoju. Niby to ich wspólny obowiązek, ale jakoś tak się zdarza, że zawsze to właśnie do niego rodzice mają pretensje o bałagan. Nie ma już cierpliwości do brata i pewnego dnia z nudów zaczyna wpisywać w wyszukiwarce: „jak zmusić...”. O dziwo, od razu pojawia się odpowiedź: „jak zmusić kogoś, żeby zrobić to, czego ja chcę”. Zaciekawiony wchodzi na stronę, która okazuje się być blogiem chłopaka, zamieszczającego filmiki ze szkoły, jak sprytnie jemu i jego kolegom udaje się „przekonać” dzieciaki z podstawówki, żeby „nie podskakiwały”. Początkowo chce od razu wyłączyć stronę, ale zaciekawia się i przegląda filmiki.

GRUPA 3

Na przerwie Karol opowiada, że jego rodzice od lat pracują w weekendy. Wtedy zostaje sam w domu i może robić co chce. Przypomina sobie, jak pierwszy raz z kolegami weszli na stronę ze zdjęciami rozebranych dziewczyn, podobno z okolicy. Potem przekierowało ich na stronę z filmami. Ponieważ Karol miał „dobre” warunki w domu i swobodnie mógł korzystać z Internetu, to prawie co weekend spotykał się z kolegami na taki seans. Wspominają też, że z czasem dziewczyny z klasy wydawały się już „takie nijakie”.

GRUPA 4

Lena od zawsze narzekała, że jest za gruba, że nikt jej nie zechce, że nigdy nie będzie mieć chłopaka z takim wyglądem. Wszyscy znajomi zawsze ją przekonywali, że nic nie musi zmieniać, bo wygląda ok, ale ona nie słuchała. Koleżanka z klasy orientuje się, że właściwie od kilku tygodni skończyły się jej narzekania. Zagaduje ją na ten temat, a Lena chętnie opowiada, że znalazła fajny portal, który jej pomógł, więc nie ma potrzeby już zaliczyć się znajomym. Dopytuje się, o co chodzi. Ona pokazuje czerwoną bransoletkę i opowiada, że koleżanki od „Any” dały jej mnóstwo rad, jak stosować dietę 500 kalorii i jak to zrobić, żeby rodzice „nie jęczeli”, że nie je mięsa. Koleżanka zastanawia się, czy ta „Ana” to jakiś dietetyk albo trener, ale koleżanka mówi, że już nic więcej nie powie, bo nikt jej nie zrozumie wcześniej.

Przykładowe odpowiedzi dotyczące skutków:

GRUPA 1

- uczucie strachu podczas oglądania filmu;
- lęk przed zejściem do piwnicy;
- problemy ze snem;
- koszmary senne itp.

GRUPA 2

- nasilenie się myśli agresywnych, złości;
- krzywdzenie innych;
- zaciekawienie, zafascynowanie przemocą;
- skłonności do manipulacji itp.

GRUPA 3

- myślenie o kobietach jako obiektach seksualnych;
- zmniejszenie się szacunku dla kobiet;
- przedmiotowe traktowanie kobiet;
- zakłamanie wyobrażenie na temat seksu i kobiet;
- uzależnienie od pornografii itp.

GRUPA 4

- zaufanie osobom znanym tylko z Internetu;
- niebezpieczna dieta;
- tajemnice przed rodzicami;
- zagrożenie anoreksją itp.

Pytania do woreczka:

Czy spotkałeś(-aś) się z przykładem sekstingu w swoim otoczeniu? Opowiedz o nim.

Czy powinno się przechowywać swoje rozbierane zdjęcia na telefonie lub komputerze?

Czy powinno się przechowywać rozbierane zdjęcia chłopaka lub dziewczyny na telefonie lub komputerze?

Z jakiego powodu dziewczyny wysyłają chłopakom swoje rozbierane zdjęcia?

Z jakiego powodu chłopcy wysyłają dziewczynom swoje rozbierane zdjęcia?

Co się może stać z rozbieranymi zdjęciami, które ktoś ma na telefonie lub komputerze po rozstaniu?

W jaki sposób rozbierane zdjęcia mogą wejść w „niepowołane ręce”?

Jakie mogą być skutki tego, że ktoś umieści przeróbkę rozbieranego zdjęcia na grupie na facebooku?

Czym może kierować się osoba, która umieszcza rozbierane zdjęcia znajomej lub znajomego w sieci?

Z jakiego powodu chłopak lub dziewczyna może poprosić o rozbierane zdjęcie?

1. 2/3 nastolatków ma kontakt z materiałami pornograficznymi w Internecie.
Prawda (67% według badań EU NET ADB)
2. Zdecydowana większość osób uważa to za negatywne doświadczenie.
Fałsz (mniejszość – ¼ z 67%, które mają kontakt z treściami pornograficznymi)
3. Prawie połowa nastolatków bierze udział w sekstingu.
Prawda (45% według badań Fundacji Dzieci Niczyje)
4. Nagie lub półnagie zdjęcia wysyłane są najczęściej do chłopaka lub dziewczyny nadawcy.
Prawda (według badań Fundacji Dzieci Niczyje)

SEKSTING A PRAWO

W polskim kodeksie karnym nie ma przestępstwa o nazwie „seksting”. Biorąc jednak pod uwagę cechy tego zjawiska, w wielu przypadkach można uznać, że narusza ono polskie prawo karne, wypełniając znamiona kilku przestępstw. Seksting w ogólnym sensie wypełnia znamiona przestępstwa prezentowania pornografii. Nowelizacja Kodeksu Karnego, która weszła w życie 26 maja 2014 roku, zakazuje bowiem utrwalania treści pornograficznych z udziałem małoletniego do 18 roku życia (art. 202 § 4 kk). Zatem jakiegokolwiek formy utrwalania treści o charakterze seksualnym na nośnikach elektronicznych z udziałem osoby poniżej 18 roku życia są w Polsce karalne.

Ponadto zakazane jest również prezentowanie, rozpowszechnianie, produkcja, utrwalanie, sprowadzanie, przechowywanie i posiadanie treści pornograficznych z udziałem małoletniego do 18 roku życia (art. 202 § 3 kk). Również osoba, która przechowuje, posiada lub uzyskuje dostęp do treści pornograficznych z udziałem małoletniego podlega karze (art. 202 § 4 kk).

Chroniona tymi przepisami jest osoba małoletnia do 18 roku życia, co zapewnia jej ochronę prawną przed zjawiskiem sekstingu. Dla samej karalności nie ma znaczenia wyrażenie zgody przez osobę, której nagryzanie zostało utrwalone, a także też jej stosunek do tej sytuacji, w świetle prawa jest to przestępstwo.

Jeżeli uzyskanie materiałów od małoletniego o charakterze seksualnym (utrwalenie wizerunku nagiej osoby lub osoby podczas czynności seksualnej) odbyło się z użyciem przemocy, groźby bezprawnej lub podstępem, sprawca takiego działania będzie odpowiadał karnie (art. 191a kk). Ponadto będzie także odpowiadał również wówczas, kiedy nielegalnie i nieetycznie zdobyte materiały, będzie rozpowszechniał bez zgody osoby, którą np. nagrano lub sfotografowano nago.

Osoby poniżej 18 roku życia zaangażowane w seksting nie są zwolnione z odpowiedzialności za swoje czyny. Nieletni w wieku 13–17 lat odpowiada za wyżej opisane czyny karalne przed sądem rodzinnym i nieletnich. Osoby po ukończeniu 17 roku życia odpowiadają za przestępstwa przed sądem karnym.

W przypadku sekstingu i jego konsekwencji możliwe jest również dochodzenie roszczeń cywilnych (odszkodowanie, zadośćuczynienie) na drodze postępowania cywilnego, gdyż seksting zdecydowanie narusza dobra osobiste człowieka podlegające ochronie prawnej, takie jak: zdrowie, wolność, cześć, nazwisko lub pseudo-nim, wizerunek, tajemnica korespondencji.

Tekst pochodzi z publikacji: Ł. Wojtasik, Seksting wśród dzieci i młodzieży, „Dziecko krzywdzone. Teoria, badania, praktyka” 2014, Vol. 13 Nr 2, s. 79-98.

PIWNE WYZWANIE

„Od jakiegoś czasu można zaobserwować na portalu społecznościowym Facebook zjawisko „Piwnych wyzwania”. Zabawa polega na wypiciu piwa na tzw. „hejnał”, czyli na raz. Oczywiście należy to nagrać, udostępnić na tablicy, następnie wyzwąć kolejne trzy osoby, które powinny zrobić to samo w ciągu 24 godzin. Jeśli nominowana osoba nie wywiąże się z zadania, jest zobowiązana do kupna piwa tej, która ją wyzwala. W ten oto sposób tworzy się internetowy łańcuszek (...).”

Źródło: http://www.wiadomosci24.pl/artykul/piwne_wyzwania_hitem_facebooka_296543.html

“Pomysł na tę formę łańcuszka opiera się nie tylko na fakcie, że wysyłamy komunikat, ale jest to jednocześnie zaproszenie do rywalizacji. Włączamy się w tę grę, aby nie ucierpiała na tym nasza samoocena. Dodatkowym bodźcem do działania jest zaproszenie na forum publicznym, potraktowane często jako wyzwanie.”

Źródło: http://www.wiadomosci24.pl/artykul/piwne_wyzwania_hitem_facebooka_296543.html

„PIWNE WYZWANIA”

Od jakiegoś czasu można zaobserwować na portalu społecznościowym Facebook zjawisko „Piwnych wyzwania”. Zabawa polega na wypiciu piwa na tzw. „hejnał”, czyli na raz. Oczywiście należy to nagrać, udostępnić na tablicy, a następnie wyzwąć kolejne trzy osoby, które powinny zrobić to samo w ciągu 24 godzin. Jeśli nominowana osoba nie wywiąże się z zadania, jest zobowiązana do kupna piwa tej, która ją wyzwala. W ten oto sposób tworzy się internetowy łańcuszek.

Portale społecznościowe, takie jak Facebook, co jakiś czas stają się miejscem do rozprzestrzeniania tzw. łańcuszków, czyli wiadomości, które użytkownicy chętnie podchwytyją i udostępniają dalej.

24-godzinne wyzwanie, czyli “Neknomination”, ma swoje początki w Australii. Jego nazwa pochodzi od slangowego określenia “to neck a drink”, które oznacza wypicie możliwie największej ilości alkoholu za jednym razem, do tzw. dna. Jednakże pierwotna wersja wyzwania wyglądała całkiem inaczej od tej, która panuje obecnie w Polsce. Zamiast wypicia jednego, symbolicznego piwa, należało wypić jak największą ilość alkoholu.

Pomysł wykorzystwała grupa znajomych z Kanady. Ich wersja wyzwania

ICE BUCKET CHALLENGE

„Wyzwanie nazywane Ice Bucket Challenge jest proste. Najpierw nominujesz trzy osoby, a potem wylewasz na siebie wiadro lodowatej wody. W teorii, ci którzy nie odważą się na podobny krok mają obowiązek wpłacić 100\$ na konto Stowarzyszenia Walki z ALS. W praktyce, płacą niemal wszyscy. Także ci, którzy zimny prysznic mają już za sobą.”

Źródło: <http://stylzycia.newsweek.pl/zimny-prysznic-w-slusnej-sprawie-newsweek-pl,artykuly,346010,1.html>

polegała na tym, by nagrać krótki film przedstawiający daną osobę, wykonującą zabawne i nietypowe czynności na śniegu, najlepiej w samej bieliźnie. Całość powinna być zwieńczona wypiciem piwa lub innego, dowolnego trunku, a następnie wyzwaniem trzech znajomych, tak jak w polskiej wersji. Wyzwanie szybko zyskało popularność. W związku z tym powstała grupa na Facebooku 24 Hour Challenge, na której internauci dzielą się nagraniami wyzwania. Należy natomiast zwrócić uwagę, że twórcy grupy zastrzegli, że grupa 24 Hour Challenge jest przeznaczona dla osób powyżej 19 roku życia.

W Polsce „Piwne wyzwanie” króluje na tablicach użytkowników zaledwie od kilku dni. Mimo to, już jest bardzo popularne. “Neknomination” posiada zwolenników, którzy wychwalają nową formę rozrywki i twierdzą, że może być jedynie niebezpieczna dla osób bez wyobraźni. Na Facebooku powstały strony przeciwników, m.in. Stop Nek Nominate, która posiada już ponad 66 tys. fanów.

Po nagłośnieniu akcji podniosły się głosy, że Facebook powinien w jakiś sposób zareagować i usuwać takie fanpage'e oraz strony, ze względu na to, iż działają negatywnie na młodzież poprzez promowanie nadużyć alkoholu. Jednakże żadne działania nie zostały wszczęte.

Według Leszka Mellibrudy, psychologa społecznego, tego typu łańcuszki w portalach społecznościowych są również formą przymusu, a także szantażu. Jednocześnie dają przy tym poczucie ważności i przynależności do danej grupy.

Wraz z rozwojem „Pivnego wyzwania” w mediach pojawiły się informacje dotyczące ofiar tej pozornie niewinnej zabawy. Jak podaje tokfm.pl już pięć osób zmarło z powodu przedawkowania alkoholu.

Dwie ofiary pochodzą z Wielkiej Brytanii. Jedną z nich jest 29-letni mężczyzna, który zmarł zaraz po spożyciu 0,5 litra wódki, natomiast drugiej ofiary, 29-latkę nie udało się odratować po tym, jak spożył mieszankę dużej ilości wina, whisky, wódki i piwa. W lutym pojawiły się kolejne trzy ofiary. Rodzice jednej z ofiar tej “zabawy” planują kampanię, która będzie miała za zadanie zaprzestanie promowania “Neknomination” na Facebooku.

Zatem rodzi się pytanie, jaki jest sens brania udziału w tego typu zabawkach? Według ekspertów, czyli psychologów społecznych oraz naukowców, tego typu akcje mogą grozić wykluczeniem z towarzystwa (przy np. niespełnieniu warunków zabawy). Nominacje wywołują chęć pokazania siebie, a również chęć sprawdzenia się, pokazanie innym, że potrafię.

„Pomysł na tę formę łańcuszka opiera się nie tylko na fakcie, że wysyłamy komunikat, ale jest to jednocześnie zaproszenie do rywalizacji. Włączamy się w tę grę, aby nie ucierpieła na tym nasza samoocena. Dodatkowym bodźcem do działania jest zaproszenie na forum publicznym, potraktowane często jako wyzwanie” - mówi portalowi wirtualnemedi.pl Konrad Maj, psycholog społeczny z SWPS – „Ten łańcuszek jest wyzwaniem i zaproszeniem do pewnej formy rywalizacji. Kiedyś można było na to nie reagować, dziś brak reakcji obciąża nasz wizerunek i jesteśmy zmuszeni do pewnych działań. Jeśli nie odpowiemy, to wszyscy się dowiadują. Dawniej bierność nie powodowała negatywnych konsekwencji, a teraz dużo nas kosztuje.”

Konrad Maj wspomina również o istnieniu ogromnego niebezpieczeństwa, wynikającego z możliwości niewykonania zadania. Często po prostu osoba nominowana nie jest w stanie tego zrobić, co powoduje drwiny czy ostracyzm ze strony otoczenia. „Ludzie przyjmują zaproszenie do tej gry, gdyż nie chcą się czuć źle. Poza tym, skoro inni też to robią, to znaczy, że ma to jednak jakiś sens” - dodaje Maj.

Na portalu pojawiła się propozycja nowego rodzaju wyzwania. „Krwista (nie) piwna nominacja” coraz częściej gości na tablicach użytkowników Facebooka. Niestety, udostępniany jest jedynie filmik promujący akcję. Jak na razie nie ma napływu krwistych nominacji. Może ten rodzaj wyzwania robi równie furorę? W końcu oddanie krwi w stacji krwiodawstwa nie zagraża życiu, a może pomóc.

Źródło: http://www.wiadomosci24.pl/artukul/piwne_wyzwania_hitem_facebooka_296543.html

DLACZEGO LUDZIE WYLEWAJĄ NA SIEBIE WIADRA LODOWATEJ WODY?

Amerykane polewają się lodowatą wodą i wspierają przy tym fundację na rzecz walki ze stwardnieniem rozsianym bocznym. Wypełnione lodem wiadro podbiło serca Amerykanów. Tzw. Ice Bucket Challenge, czyli krótkie filmiki, w których ludzie oblewają się zimną wodą, podbijają sieć i pomagają nieuleczalnie chorym.

Wyzwanie, nazywane Ice Bucket Challenge, jest proste. Najpierw nominujesz trzy osoby, a potem wylewasz na siebie wiadro lodowatej wody. W teorii, ci którzy nie odważą się na podobny krok, mają obowiązek wpłacić 100\$ na konto Stowarzyszenia Walki z ALS. W praktyce, płacą niemal wszyscy. Także ci, którzy zimny prysznic mają już za sobą.

Pod tajemniczym skrótem ALS, kryje się stwardnienie zanikowe boczne. Nieuleczalna choroba, która wyniszcza komórki rdzenia kręgowego i zazwyczaj prowadzi do śmierci w ciągu 3-5 lat od wykrycia. Tylko niektórym pacjentom udaje się dożyć starości, którą trudno zresztą nazwać szczęśliwą. Jednym z nich jest znany astrofizyk Stephen Hawking. Absolwent Uniwersytetu w Cambridge oraz Uniwersytetu w Oxfordzie od kilkudziesięciu lat porusza się na wózku inwalidzkim i rozmawia z innymi ludźmi za pomocą syntezatora mowy.

Akcja, w której ludzie polewają się kostkami zamrożonej wody na rzecz osób chorych na ALS, rozpoczęła się przypadkiem. Początkowo Ice Bucket Challenge ukrywał się w zakamarkach Twittera, a każdy uczestnik mógł samemu wybrać organizację charytatywną, na którą przeznaczy kwotę 100\$. Dopiero gdy wyzwanie doszło do Pete’a Fratesa, usłyszał o nim cały świat.

Frates to były baseballista i kapitan drużyny z uniwersytetu w Bostonie, u którego dwa lata temu wykryto stwardnienie zanikowe boczne. Mimo przeciwności losu, młody mężczyzna nie poddał się chorobie i stał się aktywnym członkiem Stowarzyszenia Walki z ALS. 31. lipca wstawił na swojego Facebooka krótki film z hashtagem #StrikeOutALS, w którym przy akompaniamencie piosenki „Ice Ice Baby”, zachęcił do udziału w akcji swoich znajomych. W ten sposób Ice Bucket Challenge trafił do hokeistów Boston Bruins i wyruszył na podbój całego Internetu. Celebryci uruchomili kolejnych celebrytów. W ciągu kilku tygodni w wyzwaniu wzięli udział m.in. Bill Gates, Steven Spielberg, Justin Timberlake, Cristiano Ronaldo i Kobe Bryant. Nominowany został także prezydent Stanów Zjednoczonych, Barack Obama.

Sukces społecznościowy spotkał się z ogromnym sukcesem finansowym. W ciągu ostatnich trzech tygodni do Stowarzyszenia Walki z ALS wpłynęło rekordowe 15,6 mln \$. Fundacja pozyskała też ponad 300 tys. nowych ofiarodawców, których liczba cały czas rośnie. Można powiedzieć, że internetowy łańcuszek wreszcie na coś się przydał.

Źródło: http://www.wiadomosci24.pl/artukul/piwne_wyzwania_hitem_facebooka_296543.html

ICE BUCKET CHALLENGE: CAMERON LANCASTER PIERWSZĄ OFIARĄ AKCJI CHARYTATYWNEJ?

18-letni Szkot Cameron Lancaster może być pierwszą ofiarą charytatywnej akcji Ice Bucket Challenge, bijącej rekordy popularności w sieci – podaje telegraph.co.uk. Chłopak utonął po skoku do sztucznego jeziora, utworzonego na terenie opuszczonego kamieniołomu.

Do zdarzenia doszło w Inverkeithing w Szkocji. Z relacji brytyjskich mediów wynika, że 18-latek najpierw wziął udział w Ice Bucket Challenge, a następnie skoczył do jeziora i już nie wypłynął. Jego ciało znaleziono kilka godzin później.

Policja, która wyjaśnia okoliczności zdarzenia, podkreśla, że opuszczony kamieniołom to popularne miejsce spotkań młodych ludzi. Skoki do wody z 25-metrowych klifów też nie należą do rzadkości.

ALS Ice Bucket Challenge to nowe wyzwanie, które polega na oblaniu się lodowatą wodą, a następnie nominowaniu kolejnej osoby. Jeśli "ofiara" nie wykona zadania, musi wpłacić pieniądze na organizację charytatywną, zajmującą się chorymi na stwardnienie zanikowe boczne.

Coraz częściej pojawiają się jednak głosy, że inicjatywa zatraciła swój pierwotny cel, a służy jedynie możliwości „pokazania się” w Internecie.

Źródło: <http://wiadomosci.onet.pl/wielka-brytania-i-irlandia/ice-bucket-challenge-cameron-lancaster-pierwsza-ofiara-akcji-charytatywnej/5gzs2>

1. Ania od niedawna zamieszkała w nowej miejscowości. Przeprowadziła się do niej razem z mamą po tym jak jej rodzice wzięli rozwód. Ania jest nieśmiała i czuje się niepewnie w nowej grupie rówieśników, którą poznała w szkole. Dość szybko jednak trafia do grona ich znajomych na Facebooku. Szperając po sieci dociera do grupy stworzonej przez kolegów z klasy. Grupa zatytułowana jest NOWA. Czyta wpisy: „dziwna taka w ogóle się nie odzywa”, „jakbyś tak wyglądała też byś trzymała głowę na kłódkę – hehe”, „jakaś przymulona jest... widziałaś jakie nosi ciuchy, z poprzedniej epoki chyba”, „albo ma je po prababci”, „taaaa... wygryzione przez mole”, „sama jest molem... hehehe”.
2. Marcin znajduje na swojej tablicy anonimową wiadomość – „wszyscy geje są frajerami”. Nie miał nigdy specjalnie dobrych relacji z kolegami z klasy, ale nikt nigdy oficjalnie nie nazwał go gejem. W pierwszej chwili myśli, że to jakaś pomyłka. Kasuje wiadomość. Po pewnym czasie pojawia się kolejna – „geje do gazu”, a potem następne o podobnej treści. Komunikaty są wulgarne. Marcin blokuje dostęp do swojej tablicy. Zaczyna wówczas otrzymywać wiadomości na swoją skrzynkę z podobnymi treściami.
3. Dziewczyny nagrały filmik w szatni przed lekcją WF. Na filmiku jest Natalia (dość otyła koleżanka). Widać jak próbuje wciągnąć nieco przyciasne rajstopy. Siłuje się z nimi. Filmik trafia do Internetu. Przekazują go sobie wszyscy koledzy i koleżanki z klasy. Pod filmikiem są komentarze, w których wyśmiewają się z Natalii.

Art. 256 kk

Kto publicznie propaguje faszystowski lub inny totalitarny ustrój państwa lub nawołuje do nienawiści na tle różnic narodowościowych, etnicznych, rasowych, wyznaniowych albo ze względu na bezwyznaniowość, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 2.

Art. 257 kk

Kto publicznie znieważa grupę ludności albo poszczególną osobę z powodu jej przynależności narodowej, etnicznej, rasowej, wyznaniowej albo z powodu jej bezwyznaniowości lub z takich powodów narusza nietykalność cielesną innej osoby, podlega karze pozbawienia wolności do lat trzech.

Art. 190 kk

Kto grozi innej osobie popełnieniem przestępstwa na jej szkodę lub szkodę osoby najbliższej, jeżeli groźba wzbudza w zagrożonym uzasadnioną obawę, że będzie spełniona, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do lat 2.

Art. 216 kk

§ 1. Kto znieważa inną osobę w jej obecności albo choćby pod jej nieobecność, lecz publicznie lub w zamiarze, aby zniewaga do osoby tej dotarła, podlega grzywnie albo karze ograniczenia wolności.

§ 2. Kto znieważa inną osobę za pomocą środków masowego komunikowania, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do roku.

Art. 212 kk

§ 1. Kto pomawia inną osobę, grupę osób, instytucję, osobę prawną lub jednostkę organizacyjną niemającą osobowości prawnej o takie postępowanie lub właściwości, które mogą poniżyć ją w opinii publicznej lub narazić na utratę zaufania potrzebnego dla danego stanowiska, zawodu lub rodzaju działalności, podlega grzywnie albo karze ograniczenia wolności.

§ 2. Jeżeli sprawca dopuszcza się czynu określonego w § 1 za pomocą środków masowego komunikowania, podlega grzywnie, karze ograniczenia wolności albo pozbawienia wolności do roku.

Źródło: Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 roku – Kodeks Karny (Dz. U. z 1997 r. Nr 88, poz. 553 z późn. zm.).

GRUPA 1

Jednym z pierwszych głośnych medialnych przypadków sekstingu była historia amerykańskiej nastolatki z Ohio, Jessiki Logan. Dziewczyna wysłała z telefonu komórkowego nagie zdjęcia swojemu chłopakowi. Po tym, gdy zerwali, chłopak rozesłał je do uczniów szkoły dziewczyny i innych okolicznych uczelni. Jessica była wyzywana i prześladowana. Po jakimś czasie opowiedziała swoją historię w lokalnej telewizji, by przestrzec swoje rówieśniczki przed sekstingiem. Niedługo potem, 3 lipca 2008 roku, w wieku 18 lat popełniła samobójstwo.

GRUPA 2

(...) media obiegła podobna historia 13-letniej Hope Witsell z Florydy. Zdjęcia jej nagich piersi, które przesała swojemu chłopakowi trafiły w niepowołane ręce, następnie do sieci i szybko stały się popularne wśród uczniów okolicznych szkół. Dziewczyna nie wytrzymała fali krytyki i prześladowania. Powiesiła się w swoim pokoju. Jeszcze po śmierci Hope Witsell na profilach założonych w celu jej prześladowania w serwisach społecznościowych MySpace i Facebook pojawiały się prześmiewcze wpisy i komentarze na jej temat.

GRUPA 3

Za przykład może posłużyć głośna sprawa 14-letniej Margerite, która wysłała nagie zdjęcia swojemu chłopakowi. Kiedy para się rozstała, chłopak przesał zdjęcia ko-leżance Margerite, a ta rozesłała je do wszystkich swoich kontaktów telefonicznych i internetowych z niewybredną prośbą: „Kto uważa, że ta dziewczyna jest dziwką, niech rozesła to zdjęcie swoim znajomym”. Zdjęcia trafiły do tysięcy osób. Finał sprawy był możliwie łagodny dla jej ofiary. Mimo fali nienawistnych komentarzy, przy wsparciu rodziców i rówieśników Margerite odzyskała równowagę psychiczną.

GRUPA 4

Niespełna 16-letnia Amanda poznała na wideoczacie mężczyznę, który namówił ją do pokazania przed kamerą piersi, a następnie szantażował i prześladował, pod groźbą upublicznienia jej nagich zdjęć, domagał się kolejnych pokazów. Gdy zdjęcia trafiły do sieci, dziewczyna stała się obiektem drwin ze strony rówieśników. Przeszła załamanie nerwowe i depresję. Mimo przeprowadzki i zmiany szkoły nie potrafiła odciąć się od historii krążących w sieci zdjęć. Kiedy ktoś na Facebooku założył jej fałszywe konto ilustrowane jej nagą fotografią podjęła nieudaną próbę samobójczą. Niedługo później opublikowała w serwisie YouTube dziewięciominutowy dramatyczny film, w którym na kolejno pokazywanych kartkach opisała swoją historię. Film zwrócił uwagę i mediów wielu przedstawicieli kanadyjskiego życia publicznego na problem sekstingu i cyber-przemocy, ale też nasilił falę nienawiści pod adresem dziewczyny. Po miesiącu, w październiku 2012 roku Amanda Todd odebrała sobie życie.

Źródło: Ł. Wojtasik, Seksting wśród dzieci i młodzieży, „Dziecko krzywdzone. Teoria, badania, praktyka”, Vol. 13 Nr 2 (2014).

- *Poradnik dla rodziców „Bezpieczne media”*, Fundacja Orange, Fundacja Dzieci Niczyje.
- *Bezpieczeństwo dzieci online. Kompendium dla rodziców i profesjonalistów*, red. A. Wrzesień-Gandolfo, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2014.
Dostępny w Internecie: http://www.saferinternet.pl/images/artykuly/projekty-edukacyjne/Kompendium_www.pdf EU NET ADB.
- *Bezpieczeństwo dzieci w internecie. Raport z badań jakościowych i ilościowych*, Warszawa 2013. Badanie zrealizowane przez TNS na zlecenie Orange Polska we współpracy z Fundacją Orange i Fundacją Dzieci Niczyje.
Dostępny w Internecie: https://panoptykon.org/files/bezpieczenstwo_dzieci_w_internecie_2013.pdf
- *Co komputer zrobił nam z głową? „Poradnik Psychologiczny Polityki”*, t. 16, nr 09(9), 2014.
- Kozak S., *Patologie komunikowania w Internecie*, Wydawnictwo Difin, Warszawa 2011, s. 167–185.
- Makaruk K., Wójcik Sz., *Seksting wśród polskiej młodzieży. Wyniki badania ilościowego*, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2014.
- Ustawa z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks Karny (Dz. U. z 1997 r. Nr 88, poz. 553 z późn. zm).
- Wojtasik Ł., *Seksting wśród dzieci i młodzieży*, [w:] Dziecko krzywdzone. Teoria, badania, praktyka, Vol. 13 Nr 2 (2014).
- Włodarczyk J., *Mowa nienawiści w Internecie w doświadczeniu polskiej młodzieży*, „Dziecko krzywdzone. Teoria, badania, praktyka” 2012, Vol. 13, Nr 2 (2), s. 122-158.
- Włodarczyk J., *Zagrożenia związane z korzystaniem z internetu przez młodzież. Wyniki badania EU NET ADB*, „Dziecko krzywdzone. Teoria, badania, praktyka” 2013, 12 (1), s. 49–68.

Strony internetowe:

- <http://kopalniawiedzy.pl/rasizm-Siec-Internet,6554>
- <http://www.bezpieczneinterneciaki.pl/dlaczego-chronimy-dzieci-przed-nieodpowiednimi-tresciami-z-internetu/>
- <http://www.podrugie.pl/wp-content/uploads/2014/12/Nie-daj-się-złapać-w-sieci-mowa-nienawiści.pdf>
- http://www.psychoterapiaptp.pl/uploads/PT_1_2010/Talarczyk2PT2010n1s67.pdf
- <http://www.saferinternet.pl/pl/szkodliwe-tresci>
- https://dyzurnet.pl/images/stories/PDF/raporty/Raport_Dyzurnet_2014.pdf

MODUŁ IV

KREOWANIE WIZERUNKU W SIECI

WSTĘP

Internet już dawno stał się ważną płaszczyzną kształtowania naszego wizerunku. Podejmowane przez nas w sieci aktywności tworzą cyfrowy ślad, który w różnych sytuacjach może mieć duże znaczenie dla naszej reputacji. Według Słownika Języka Polskiego PWN 'wizerunek' to „czyjaś podobizna na rysunku, obrazie, zdjęciu” albo „sposób, w jaki dana osoba lub rzecz jest postrzegana i przedstawiana”⁴². Dla niniejszego modułu istotny jest ten drugi kontekst. Młodzi ludzie, którzy w sposób szczególny przejmują się tym, co inni myślą na temat ich ubioru, fryzury czy stylu bycia, często zupełnie zaniedbują sferę online. Nie zdają sobie sprawy z tego, że przez lata korzystania z Internetu repozytorium informacji na ich temat staje się coraz większe, a raz zamieszczone treści, kopiowane i przekazywane dalej, mogą być praktycznie nie do usunięcia.

Problem kreowania wizerunku w sieci wiąże się w szczególności z portalami społecznościowymi, z których korzysta zdecydowana większość polskich nastolatków.

Według badań EU NET ADB prawie 90% z nich w wieku 14–17 lat posiada przynajmniej jeden profil na portalu społecznościowym (najczęściej na Facebooku - 78,4% respondentów) i korzysta z niego codziennie⁴³.

Informacji o nas dostarczają publikowane zdjęcia, statusy, komentarze, ale także wydarzenia, w których uczestniczymy, grupy do których należymy i „lajki”, które dajemy. Z wszystkich tych aktywności można wyczytać zainteresowania, poglądy, emocje, a nierzadko i cechy charakteru użytkowników. Dodatkowo młodzi ludzie często korzystają z usług geolokalizacyjnych i logują się w różnych miejscach, wyświetlając na profilach swoją fizyczną lokalizację. Często też oznaczają koleżanki i kolegów, wpływając w ten sposób na wizerunek innych.

Nie wszyscy użytkownicy mają świadomość możliwości dostosowania ustawień prywatności i ograniczenia widoczności publikowanych informacji. Z badań EU Kids Online II wynika, że aż 26% europejskich dzieci w wieku 9-16 lat ma profile otwarte⁴⁴, czyli wszystko co na nich udostępniają jest publicznie widoczne. Z tym zaś związane jest nie tylko zagadnienie wizerunku, ale także kwestia bezpieczeństwa fizycznego dzieci i młodzieży, która może być śledzona przez osoby o złych intencjach.

Problem wizerunku online nie ogranicza się jedynie do portali, choć one ze względu na oferowane szerokie funkcjonalności, zdają się być największym wyzwaniem. Dużo mówią o nas również wpisy na blogach, komentarze na forach dyskusyjnych, forma naszego adresu mailowego czy język, którym posługujemy się w wiadomościach mailowych.

Młodzi internauci rzadko zastanawiają się nad konsekwencjami swoich działań w Internecie – tymi natychmiastowymi, jak i odroczone w czasie. Żenujące zdjęcia z pijackiej imprezy, wulgarne wpisy czy komentarze, mogą w łatwy sposób pogrzyżać reputację młodego człowieka. Oprócz utraty zaufania koleżanek czy kolegów i wykluczenia z grupy rówieśniczej, trzeba pamiętać także o możliwych przyszłych konsekwencjach, gdy niechlubny cyfrowy ślad wyeliminuje kandydatkę młodego człowieka podczas ubiegania się o staż czy pierwszą pracę.

Istotne jest to, że nasz wizerunek kształtują nie tylko nasze własne działania, ale także to, co na nasz temat piszą i publikują inni. W oczywisty sposób oznacza to, że nie mamy pełnej kontroli nad naszym wizerunkiem w sieci, stąd właśnie tak ważna rola edukacji w tym obszarze. Wiedza, o tym co wpływa na kształtowanie wizerunku oraz w jaki sposób chronić swoją prywatność, pomaga zminimalizować ryzyko.

Współcześnie inni mogą w łatwy sposób wyszukiwać informacje o nas. Wyszukiwarki oferują możliwość kompilowania informacji na temat danej osoby z różnych źródeł, z czego chętnie korzystają np. pracodawcy czy rekruterzy.

Wyniki badania przeprowadzonego przez grupę Pracuj „HR-owca portret własny 2014” pokazują, że 24% rekruterów sprawdza profile kandydatów na portalach branżowych, takich jak LinkedIn czy Goldenline⁴⁵.

13% ankietowanych przyznaje, że sprawdza także portale o charakterze niebiznesowym, jak Facebook czy Twitter⁴⁶. Informacje znalezione na otwartych profilach kandydatów są dla rekruterów bardziej wiarygodne niż dane wpisywane do CV.

Według badań portalu CareerBuilder aż 46% z nich zrezygnowało z zatrudnienia kandydata po zapoznaniu się z materiałami znalezionymi na jego temat w sieci⁴⁷.

42 Słownik Języka Polskiego PWN. Dostępny w Internecie: <http://sjp.pwn.pl/sjp/wizerunek;2579940.html>

43 EU NET ADB *Badanie nadużywania internetu przez młodzież w Polsce i Europie*, red. K. Makaruk, Sz. Wójcik, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2012. Dostępny w Internecie: http://www.saferinternet.pl/images/stories/pdf/raport_eu_net_adb_pl.pdf

44 Livingstone, Sonia and Ólafsson, Kjartan and O'Neill, Brian and Donoso, Veronica 2012, "Towards a better internet for children: findings and recommendations from EU Kids Online to inform the CEO coalition". EU Kids Online, The London School of Economics and Political Science, London, UK.

45 J. Oreł, *Social media w rekrutacji. Są pułapką czy pomagają?*, Dostępny w Internecie: <http://www.pulshr.pl/rekrutacja/social-media-w-rekrutacji-sa-pulapka-czy-pomagaja,20350.html> (dostęp 05.03.2016).

46 Tamże.

47 J. Koc, *Szukasz pracy? Uwważ, co udostępniasz na Facebooku czy Twitterze*, 2015. Dostępny w Internecie: <http://www.pulshr.pl/rekrutacja/szukasz-pracy-uwazaj-co-udostepniasz-na-facebooku-czy-twitterze,26345.html> (dostęp 05.03.2016).

Informacjami o nas mogą być zainteresowane w przyszłości też inne podmioty, takie jak firmy ubezpieczeniowe, operatorzy komórkowi czy agencje reklamowe. O tym jak wielkim wyzwaniem jest zarządzanie wizerunkiem online, świadczy w ostatnim czasie liczba firm specjalizujących się w zarządzaniu reputacją oraz oferujących programy, które informują gdy w Internecie ukaze się coś nowego na ustalone wcześniej przez nas hasło, np. nasze imię i nazwisko.

W powyższym świetle edukacja młodzieży w zakresie dbania o wizerunek online wydaje się palącym zadaniem. Poniższy moduł edukacyjny ma na celu uświadomienie młodym ludziom, jak wiele można o nich wyczytać z sieci oraz w jakich sytuacjach informacje te mogą im zaszkodzić. Warto, aby uczestnicy zajęć zadali sobie pytanie – czy ich wizerunek online jest spójny z tym, który prezentują na co dzień? Poniższe scenariusze mają ich także uczulić na to, że przez swoje nierozważne działania mogą zdyskredytować innych. Jednocześnie warto pokazać młodym ludziom, że Internet dają także niespotykane szanse – na pozytywne zaistnienie i wyróżnienie się, np. poprzez merytoryczne wypowiedzi, nietypowe zainteresowania i hobby czy prowadzenie bloga eksperckiego. ■

TEMAT: Aktywności wpływające na nasz wizerunek w Internecie i związaną z nim reputację.

CELE:

- uświadomienie uczestnikom, że to, co robią w Internecie wpływa na ich wizerunek;
- pokazanie które internetowe aktywności mają wpływ na wizerunek, ze szczególnym uwzględnieniem portali społecznościowych;
- pokazanie w jakich sytuacjach informacje znalezione online mogą nas zdyskredytować.

METODY I FORMY PRACY:

- mini-wykład;
- dyskusja moderowana;
- burza mózgów.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

tablica/flipchart, karteczki samoprzylepne, wydrukowany załącznik nr 1

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Powitanie uczestników i wprowadzenie tematu zajęć, (2 minuty)

2. Burza mózgów, (10 minut)

- Prowadzący zadaje pytanie: które z naszych aktywności w Internecie mogą wpływać na nasz wizerunek?
- Uczestnicy podają swoje pomysły, a trener zapisuje je na tablicy.
- Prowadzący powinien zadbać, aby wśród przykładów znalazły się:
 - profile w portalach społecznościowych (zdjęcia, wydarzenia, w których uczestniczymy, „lajki”, świadczące o naszych poglądach i zainteresowaniach);
 - wpisy na blogach;
 - wypowiedzi na forach i grupach dyskusyjnych;
 - forma adresu e-mail;
 - język wiadomości mailowych, w tym ortografia i poprawność językowa;

- komentarze innych.

Źródło: na podstawie scenariusza “Mój wizerunek online” Fundacji Dzieci Niczyje

3. Ćwiczenie „Każdy klik ma znaczenie”, (10 minut)

- Prowadzący rozdaje uczestnikom po 3 karteczki samoprzylepne.
- Prosi wszystkich o krótkie zastanowienie się i przyklepnięcie post-it’ów na tablicy/flipcharcie przy tych aktywnościach, z którymi według nich mogą wiązać się największe zagrożenia dla wizerunku.
- Gdy uczestnicy dokonają wyboru prowadzący odczytuje te, które zdobyły najwięcej głosów i prosi grupę o podanie przykładów.
- Kto może być zainteresowany sprawdzeniem naszej internetowej przeszłości? W jakich sytuacjach może nam ona zaszkodzić?
- Jeśli nie padnie to ze strony uczestników, ważne, aby prowadzący wskazał na możliwe odroczone konsekwencje kompromitujących materiałów online, które mogą pojawić się przy poszukiwaniu stażu, pracy czy aplikowaniu na studia.

Źródło: pomysł własny

4. Dyskusja, (10 minut)

- Ania uczęszcza dwa razy w tygodniu na lekcje angielskiego do prywatnej szkoły językowej. Zawsze przed zajęciami wchodzi na Facebooka i loguje się w miejscu przebywania. Niestety ustawienia prywatności na profilu Ani nie ograniczają obcom dostępu do tego typu informacji i jej lokalizacja wyświetla się publicznie. W jaki sposób informacja ta może zostać wykorzystana?
- Możliwe odpowiedzi:
 - możliwość śledzenia dziewczyny przez osoby o złych intencjach;
 - informacja dla potencjalnych złodziei/włamywaczy o tym, kiedy nie ma jej w domu;
 - informacja na temat zainteresowań i stylu życia dziewczyny;
 - znajomi Ani mogą zasięgnąć u niej opinii na temat jakości kursów w tej szkole;
 - możliwość poznania innych osób, które np. chcą razem szkolić język w czasie konwersacji.

Źródło: pomysł własny

5. Ćwiczenie „Wizerunek publiczny”, (10 minut)

- Prowadzący dzieli uczniów na 3 grupki i każdej rozdaje kartkę przedstawiającą profil społecznościowy wybranej osoby, w takiej formie, w jakiej jest dostępny publicznie (załącznik nr 1).
- Każda grupa ma za zadanie zastanowić się nad wizerunkiem danego użytkownika. Które elementy z profilu na niego wpływają? Pozytywnie czy negatywnie? Czy użytkownicy ci świadomie kształtują swój wizerunek? W jakich sytuacjach może on mieć znaczenie? Czy wszystkie opublikowane informacje są bezpieczne?
- Na koniec przedstawiciel każdej z grup dzieli się przemyśleniami na forum.

Źródło: pomysł własny

6. Podsumowanie, (3 minuty)

- Prowadzący dziękuje uczestnikom za aktywny udział.
- Podkreślając, możliwe odroczone konsekwencje materiałów publikowanych w sieci, prosi grupę o wykonanie w domu ćwiczenia polegającego na wpisaniu w wyszukiwarkę Google własnego imienia i nazwiska.
- Czego mogą dowiedzieć się o mnie inni? Czy w Internecie są materiały na mój temat, które mnie ośmieszają?
- Jeśli temat będzie kontynuowany, warto aby prowadzący podczas kolejnego spotkania zapytał uczestników o ich refleksje po tym ćwiczeniu.

UWAGI: aktywności 2, 3, 4, 5 możliwe do wykorzystania dla starszej młodzieży.

TEMAT: „Inni o nas” czyli jak działania innych użytkowników w sieci mogą wpływać na nasz wizerunek.

CELE:

- utrwalenie wiedzy z poprzednich zajęć;
- uświadomienie uczestnikom, że na nasz wizerunek mogą wpływać także inne osoby i uczulenie; młodych ludzi na informacje, które zamieszczają online na temat np. koleżanek czy kolegów.

METODY I FORMY PRACY:

- mini-wykład;
- dyskusja moderowana.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

tablica/flipchart, wydrukowany załącznik nr 2

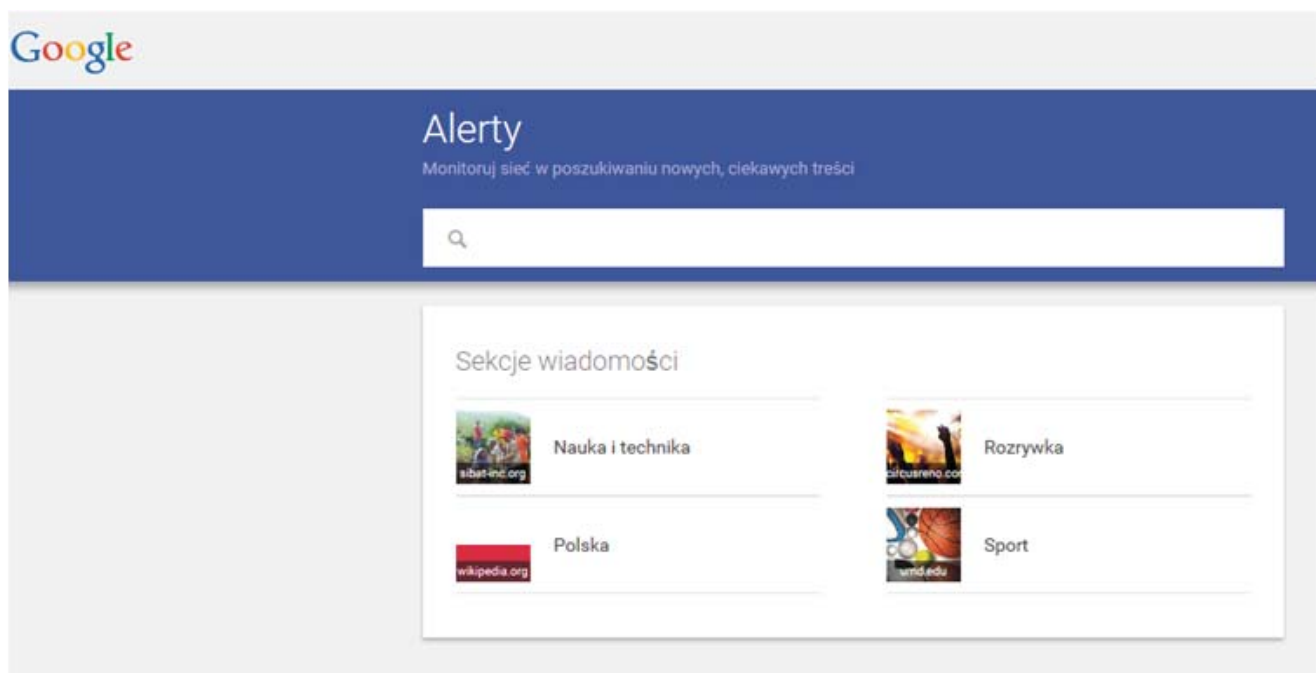
PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Powitanie uczestników i wprowadzenie tematu zajęć, (2 minuty)

2. Dyskusja, (5 minut)

- Prowadzący nawiązuje do ćwiczenia domowego i zaprasza chętnych do podzielenia się swoimi refleksjami. Czy w wyszukiwarce Google znalazłem coś na swój temat, co mnie zaskoczyło? Czy znalazłem materiały na swój temat, które stworzyli inni (zdjęcia, posty itp.)?
- Prowadzący pyta grupę, czy wie jak w wyszukiwarce Google ustawić alerty ze swoim imieniem i nazwiskiem, informujące o tym, że coś nowego o nas ukazało się w sieci? Jeśli uczestnicy nie wiedzą, prowadzący wyjaśnia kolejne kroki (<https://www.google.com/alerts>).

Źródło: pomysł własny



3. Dyskusja, (10 minut)

- Prowadzący mówi, że na nasz wizerunek w Internecie mogą wpływać także działania innych osób. Pyta grupę o przykłady takich aktywności i zapisuje je na tablicy.
- Ważne, aby wśród nich padły następujące: hasła tagowanie, oznaczanie, logowanie się, geolokalizacja.
- Trener prosi grupę o wyjaśnienie tych terminów w kontekście portali społecznościowych.
 - W jaki sposób mogą one wpłynąć na wizerunek osób trzecich?
 - Czy Ania słusznie denerwuje się, gdy koleżanka oznacza ją w miejscach, w których przebywają wspólnie? Co może zrobić w tej sytuacji Ania?
 - Marcin wrzuca na Facebooka zdjęcia ze wszystkich ważniejszych imprez i wydarzeń, w których uczestniczy. Zawsze oznacza przy tym osoby, które są akurat z nim. Część jego znajomych jest z tego powodu bardzo niezadowolona. Jak mogą rozwiązać tę sytuację?

Źródło: pomysł własny

4. Ćwiczenie „Jak postąpić”, (15 minut)

- Prowadzący dzieli uczestników na 4 grupy. Każda dostaje na karteczce zadanie: „Co powinieneś zrobić w przypadku, gdy...?” (załącznik nr 2):
 - a. Koleżanka opublikowała na swoim profilu zdjęcia z sobotniej imprezy, tagując na nich swoich znajomych, w tym Ciebie. Niektóre z tych zdjęć są bardzo kompromitujące i wywołały lawinę niecenzuralnych komentarzy.
 - b. Jako przewodnicząca szkoły udzielałaś wywiadu lokalnej gazecie. Ta całkowicie przekręciła Twoją wypowiedź, stawiając Cię w negatywnym świetle. Dodatkowo przy artykule wstawiono Twoje zdjęcie, które skopiowane zostało z profilu na Facebooku.
 - c. Kolega opublikował na Twoim profilu filmik o dość wulgarnym podtekście. Zobaczyła to cała szkoła oraz kuzyni, których masz na liście znajomych.
 - d. Należysz do różnych grup na Facebooku i administratorka jednej z nich oznaczyła Cię w poście, z którym niekoniecznie czujesz się komfortowo. Do tej samej grupy należą też Twoi znajomi, którzy mogą ten post zobaczyć.
- Po zakończeniu dyskusji, przedstawiciele każdej z grup dzielą się przemyśleniami na forum.

Źródło: pomysł własny

5. Ćwiczenie „Rady nie od parady”, (10 minut)

- Prowadzący dzieli tablicę/flipchart na dwie części i prosi uczestników o sformułowanie kilku rad w dwóch obszarach:

Jak dbać o własny wizerunek w internecie?

Jak nie szkodzić wizerunkowi innych?

Wszystkie propozycje zapisuje na tablicy/flipcharcie.
Ważne, aby wśród nich znalazły się:

- odpowiednie ustawienia prywatności profilu (dostęp do zdjęć, filmików, wydarzeń, grup itp.);
- dbałość o jakość komentarzy i opinii zamieszczanych na twoim profilu i blogu;
- dbałość o formę adresu mailowego;
- świadome tworzenie listy „znajomych” na portalu społecznościowym;
- regularne monitorowanie informacji na swój temat w Internecie.

- nie tagować osób na zdjęciach bez ich wiedzy i zgody;
- przy publikowaniu zdjęć, zwłaszcza gdy oznaczamy na nich osoby, ograniczać dostęp do publikowanych materiałów poprzez odpowiednie ustawienia prywatności;
- nie oznaczać innych, logując się w różnych miejscach bez ich zgody;
- komentując w Internecie, nie należy podawać imion i nazwisk koleżanek oraz kolegów.

Źródło: pomysł własny

6. Podsumowanie, (3 minuty)

- Prowadzący dziękuje uczestnikom za aktywny udział. Podsumowując zajęcia, trener zaznacza, że na nasz wizerunek mogą wpływać także inne osoby oraz że każdy jest odpowiedzialny za umieszczane informacje i materiały, dlatego musi pamiętać, że może nimi zaszkodzić innym.
- Prosi uczestników, aby w ramach zadania domowego przejrzyli na swoim profilu na portalu społecznościowym stare posty, zdjęcia i miejsca logowania, ze szczególnym uwzględnieniem znaczników, ustawionych przez nich samych, jak i inne osoby. Czy wśród znalezionych materiałów jest być może coś, co powinienem usunąć?

UWAGI: aktywności 2, 4, 5 możliwe do wykorzystania dla starszej młodzieży.

TEMAT: Jak chronić swój wizerunek na Facebooku?**CELE:**

- utrwalenie wiedzy z poprzednich zajęć poprzez ćwiczenia praktyczne;
- pokazanie sposobów na kontrolowanie swojego wizerunku online, poprzez np. odpowiednie ustawienia prywatności w portalach społecznościowych;
- zapoznanie się z konkretnymi możliwościami w tym zakresie oferowanymi przez Facebook.

METODY I FORMY PRACY:

- mini-wykład;
- dyskusja moderowana.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

dostęp do komputerów/laptopów i internetu, wydrukowany załącznik nr 3, tablica/flipchart

PRZEBIEG ZAJĘĆ**1. Powitanie uczestników i wprowadzenie tematu zajęć, (2 minuty)****2. Ćwiczenie „Z Fejsem za pan brat”, (20 minut)**

- Ćwiczenie dotyczy prywatności na portalu społecznościowym Facebook. Prowadzący dzieli uczestników na 4 grupy i każdej rozdaje karteczki z zadaniami (załącznik nr 3):
 1. Jak ograniczyć widoczność grup, do których należymy na Facebooku? Jak utworzyć na Facebooku wydarzenie widoczne tylko dla wybranej grupy znajomych?
 2. Jakie ustawienia wprowadzić, aby móc przeglądać wszystkie posty, w których oznaczają nas inni, przed opublikowaniem ich na naszej osi czasu? Jak ograniczyć wybranym znajomym widoczność zdjęć, w których jesteśmy „otagowani”?
 3. Jak mogę ściągnąć wszystkie swoje zdjęcia i posty z Facebooka na dysk komputera? Jak mogę przejrzeć wszystkie posty, które „polajkowałem” miesiąc temu?

4. Jak zablokować dostęp do moich zdjęć profilowych osobom spoza listy moich znajomych? Jak sprawdzić jak mój profil widzi konkretna osoba oraz jak wygląda on publicznie?

- Dodatkowo uczestnicy powinni zastanowić się, dlaczego powyższe ustawienia są ważne oraz w jakich sytuacjach mogą mieć szczególne znaczenie.
- Następnie na forum klasy przedstawiciel każdej grupy prezentuje wnioski z dyskusji i wyjaśnia jak wprowadzić dane ustawienia.

Źródło: pomysł własny

3. Dyskusja, (10 minut)

- Facebook pozwala na ukrycie listy naszych znajomych. Dlaczego warto rozważyć wprowadzenie tego ustawienia? Np.: osoby niepożądane mogą przeglądać listę naszych kontaktów, aby ocenić w jakim towarzystwie się obracamy. Mogą wysłać zaproszenia naszym znajomym, a jeśli oni je zaakceptują i my na naszym profilu będziemy mieli przypadkiem ustawienie widoczności na „znajomi znajomych”, to wówczas tamte osoby będą widziały nasze posty, zdjęcia itp.
- Dodatkowo, prowadzący pyta o to, czy uczestnicy znają narzędzia do organizowania swoich kontaktów? Facebook umożliwia tworzenie list do porządkowania znajomych. Dostępne są listy: Bliżsi znajomi, Dalsi znajomi, Ograniczenie dostępu. Można także tworzyć listy niestandardowe. Nasi znajomi nie będą powiadamiani o umieszczeniu na listach.

Źródło: pomysł własny

4. Dyskusja, (10 minut)

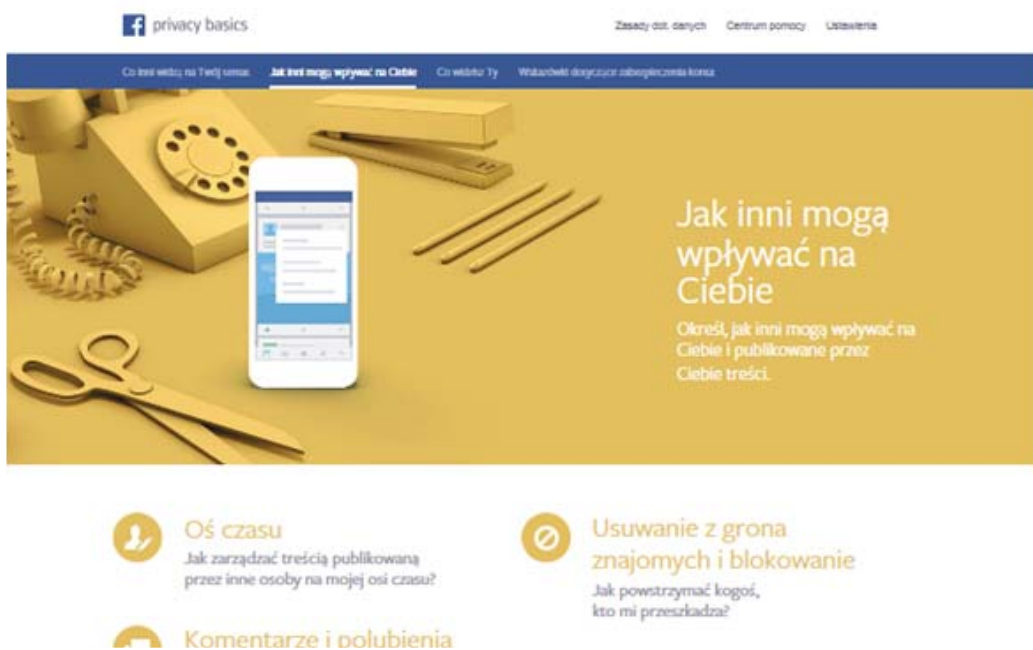
- Prowadzący prosi grupę o podanie przykładów – jak nasza aktywność w sieci może nas pozytywnie wyróżnić i pomóc w różnych sytuacjach życiowych, typu zdobycie pracy, pozyskanie nowych klientów itp.
- Przykłady mogą wykraczać poza portal społecznościowy Facebook.
- Wszystkie propozycje zapisane zostają na tablicy.

Źródło: pomysł własny

5. Podsumowanie, (3 minuty)

- Podsumowując, prowadzący prosi uczniów o zapoznanie się z różnymi ustawieniami prywatności jakie umożliwia portal Facebook oraz odpowiednie ich dostosowanie.

Źródło: <https://www.facebook.com/about/basics/how-others-interact-with-you/>



Prowadzący podkreśla również, że portal daje możliwość sprawdzenia – jak nasz profil wygląda publicznie:

Źródło: <https://www.facebook.com/about/basics/what-others-see-about-you/profile/>



UWAGI: aktywności 2, 3 i 4 możliwe do wykorzystania dla starszej młodzieży.

PROPOZYCJE DODATKOWYCH AKTYWNOŚCI

1. „Kampania społeczna”, (30 minut)

- Prowadzący dzieli uczestników na 3-4 grupy.
- Zadaniem każdej jest opracowanie koncepcji kampanii reklamowej, poświęconej wizerunkowi online i ochronie reputacji.
- Uczestnicy mają do dyspozycji duże arkusze papieru, kolorowe flamastry, bibułę i nożyczki.
- Kampania ma być skierowana do rówieśników. Uczestnicy powinni przygotować slogan, koncepcję graficzną kampanii i uzgodnić kanały przekazu (Internet, TV, radio, reklama outdoorowa).
- Po zakończeniu prac przedstawiciele każdej z grup prezentują pomysły wszystkim uczestnikom.

Źródło: pomysł własny

2. Projekcja filmów połączona z dyskusją, (30 minut)

- W zależności od poziomu znajomości języka angielskiego w grupie, prowadzący może puścić następujące filmy w oryginalnej wersji językowej:
 - „Real Life, Digital Reputation”: <https://www.youtube.com/watch?v=X0Oumfi7Rhg> (5 min.)
 - „Your Facebook Online Reputation can help or hurt your future”: <https://www.youtube.com/watch?v=z2wgQtcCZPo> (9 min.)
 - „The Interview”: <https://esafety.gov.au/esafety-information/esafety-issues/digital-reputation> (1,30 min.)
- Po obejrzeniu filmów, prowadzący pyta uczestników o ich wrażenia po projekcji. Czy z filmów dowiedzieli się czegoś nowego? Czy coś ich zaskoczyło?

Źródło: pomysł własny

3. „Ja na Facebooku”, (30 minut)

- W grupie o dużym poziomie otwartości i zaufania między uczestnikami, prowadzący może zaprosić kilku ochotników do pokazania pozostałym osobom swojego profilu na Facebooku. Wszyscy mogą komentować co z zamieszczonych na profilu informacji można wywnioskować na temat jego posiadacza: cechy osobowości, zainteresowania, preferowane wartości, informacje na temat relacji z innymi.
- Czy na profilu dostępne są informacje, które negatywnie wpływają na wizerunek właściciela?
- Ćwiczenie przeznaczone jest do realizacji w trakcie zajęć socjoterapeutycznych.

Źródło: pomysł własny

4. „Elektroniczna wizytówka”, (30 minut)

Ćwiczenie do poprowadzenia z młodzieżą od 15 roku życia.

- List opisujący historię pracodawcy pochodzi ze strony: <http://wawalove.pl/Jak-nie-zatrudniłem-warszawiaków-do-pracy-LIST-a19963>.
- Po jego przeczytaniu można poprowadzić dyskusję, wykorzystując następujące pytania:
 - Jak osoby opisane w liście zniszczyły swoje szanse na otrzymanie pracy, o którą ubiegały się?
 - Czy uczestnicy mają świadomość, że przyszli pracodawcy coraz częściej sprawdzają ich profile i aktywności online?
 - Czy ich profil, który wyłania się online, jest spójny z tym co prezentują na co dzień? W jaki sposób osoba poszukująca pracy może pozytywnie wyróżnić się w Internecie?



Jestem właścicielem kilku salonów z biżuterią w całej Polsce. Ponieważ otwieram właśnie w stolicy kolejny (sam nie pochodzę z Warszawy), potrzebowałem trzech dyspozycyjnych osób do pracy. Płacę w miarę dobrze, wychodząc z założenia, że w pracownika warto zainwestować.

Opublikowałem odpowiednie ogłoszenie, a po kilku dniach uzbierał mi się całkiem niezły stosik "cefałek", z których moja pracownica wybrała odpowiednich jej zdaniem pięć osób. Miałem z nimi porozmawiać osobiście i wybrać trzy najodpowiedniejsze.

Wybierając te osoby, kierowałem się wieloma czynnikami. Nie tylko oddawałem w ich ręce spory majątek, ale mieli oni reprezentować firmę z długą tradycją, o umiejętności sprzedaży nawet nie wspominam. Przyjrzałem się więc ich życiorysom dokładnie. Wszystko było w porządku, kwalifikacje i aparycja były więcej niż dobre, ale z ciekawości wieczorem, zajrzeliśmy z żoną na ich, prawie zupełnie otwarte dla wszystkich, facebookowe profile.

Im dłużej je przeglądałem, tym większe robiły mi się oczy. Moi, ewentualni, przyszli pracownicy, nie tylko szeroko komentowali bieżące wydarzenia polityczne i społeczne, ale również w określony sposób je komentowali. Jeden z nich, 23-letni chłopak pisał na swoim wallu, że "Hitler miał rację, a wszystkich arabów należy zagazować". "Ciapaci" było określeniem najdelikatniejszym, ale nie przytoczę tu słów, jakich użył na wobec uchodźców w komentarzach. Dodam tylko, że "brudasy" też nie było najostrejszym.

Inny z kandydatów miał profil ukryty, ale komentował często ogólnopolskie wydarzenia kulturalne, w których i ja brałem udział, więc mogłem przeczytać np., że "jak tu arabusy przyjadą, to ich poczęstuje maczetą". Jednak najbrutalniejsze w opiniach były dziewczyny. Jedna z nich we wpisie o tęczu na pl. Zbawiciela pisała, że "Ta Żydówka pozwala, by p***y mogły maszerować od rana do wieczora, a prawdziwym patriotom nie wolno" lub "cioty to się powinno topić w Wiśle i brać pieniądze za takie przedstawienie". Nie cytuję tu najmocniejszych wpisów, dodam tylko, że jedna z nich opublikowała na swoim wallu słynne, wstrząsające zdjęcie ciała dziecka wyrzuconego przez morze na plażę i podpisała je "jednego terrorystę mniej".

I ja miałbym powierzyć takim ludziom stanowiska? Co byłoby, gdyby do mojego salonu wszedł bogaty mieszkaniec Arabii Saudyjskiej, w turbanie i chciał zakupić biżuterię? Usłyszałyby, że jest "szmatłogłowym kozoj...cą"? "Terrorystą"? Że "powinno się go zagazować"? Co byłoby, gdyby zjawiła się w moim sklepie homoseksualna para? Usłyszałyby, że "powinno się ich w Wiśle utopić"? Nie jestem już młody i być może moje pokolenie miało większą i dokładniejszą busolę moralną. Chyba też byliśmy wychowani w ten sposób, by publicznie nie wyrażać takich nienawistnych sądów. Niejednokrotnie komuś zorzeczyłem, nie jestem niewiniątkiem, ale nigdy nie opublikowałbym zdjęcia martwego dziecka z obrzydliwym podpisem.

Nie chciałem takich ludzi w moim salonie. Chętnych do pracy za niezłe pieniądze nie brakuje, więc też szybko znalazłem odpowiednie osoby (wcześniej oczywiście je sprawdzając). Zastanowiło mnie również jedno - czy piszący te nienawistne komentarze nie wiedzą, że każdy może to przeczytać? Że to, co w Internecie, nie zginie nigdy? Że jest to ich elektroniczna wizytówka, którą ich przyszły pracodawca może przeczytać? Że to, co napisali, pozostanie na wieki? Że być może ktoś z nich będzie chciał pełnić funkcję publiczną? Być politykiem lub celebrytą?

W każdym razie wybrana wcześniej piątka osób, mimo wysokich kwalifikacji nie dostała pracy. Zapewne zatrudni ich ktoś, kto nie zna ich przekonań. Na pewno nie ja.

Źródło: pomysł własny

f

Q
Zuzanna Strona główna

Zuzanna Mierzejewska

Friends
Following
Message
...

Oś czasu
Informacje
Znajomi 32 wspólnych znajomych
Zdjęcia
Więcej

Prezentacja

Studiowała na uczelni: Uniwersytet Adama Mickiewicza

Mieszka w: Poznan, Poland

Z Konin, Poland

Telefon: 409 840 9394

Post
Zdjęcie / film

* Opublikuj

Zuzanna Mierzejewska dodała zdjęcie
26 marca o 20:50

kur***, to była impreza. Do szybkiego powtórzenia!

Lubię to!
Komentarz
Udostępnij

Justyna Malinowska, Emilia Noculak i 22 innych użytkowników

Justyna Kosakowska ale się wtedy narębałaś!
Lubię to! · Odpowiedz · 26 marca o 20:16

Mark Salomon Dirra oja oja, ale dupcia. Dawaj więcej
Lubię to! · Odpowiedz · 1 · 26 marca o 20:17

Daria Makaronarska twarzowo ci z tymi flaszkami w tle :D
Lubię to! · Odpowiedz · 26 marca o 20:16

Nati Pasta hehe, chyba wszystkim urwał się wtedy film...gdzie reszta fot?
Lubię to! · Odpowiedz · 1 · 26 marca o 20:17

Zdjęcia (publiczne)

Znajomi · 325 (32 wspólnych)

Polski · English (US) · Русский · Deutsch · Español · Português (Brasil) +

[Prywatność](#) · [Regulamin](#) · [Pliki cookie](#) · [Reklama](#) · [Opcje wyświetlania reklam](#) · [Więcej](#)

Facebook © 2016

MODUŁ IV: KREOWANIE WIZERUNKU W SIECI


Daria Makaronarska twarżowo ci z tymi naszkami w te :D
Lubię to! · Odpowiedz · 26 marca o 20:16

Nati Pasta hehe, chyba wszystkim urwał się wtedy film...gdzie reszta fot?
Lubię to! · Odpowiedz · 1 · 26 marca o 20:17

Napisz komentarz...

Zuzanna Mierzejewska dodała zdjęcie
26 marca o 20:50 · 🌐

Moja Aneczka, najlepsza imprezowiczka świata!



Lubię to! · Komentarz · Udostępnij

Justyna, Emilia i 22 innych użytkowników


Mark Salomon Dirra Najlepsza laska, najlepszy kompan do picia!
Lubię to! · Odpowiedz · 26 marca o 20:16

Daria Makaronarska Nooo, Anka to lubi sobie... :D
Lubię to! · Odpowiedz · 1 · 26 marca o 20:17

Napisz komentarz...

Zuzanna Mierzejewska z użytkownikiem Maria Górecka
w: **dyskoteka „Dekada”**
2 kwietnia o 17:17 · 🌐

Czas trochę zaszałeć!



dyskoteka „Dekada”
+18
Zapisz

Lubię to! · Komentarz · Udostępnij

Kamil Brzeziński, Alicja Ziółkowska i 23 innych użytkowników

Justyna Szwedek Fala?
Lubię to! · Odpowiedz · 2 kwietnia o 17:26

Izabela Rutkowska My też w Łodzi 😊
Lubię to! · Odpowiedz · 2 kwietnia o 17:48

Edyta Kot Kto bogatemu zabroni 😊
Lubię to! · Odpowiedz · 2 kwietnia o 22:22

Napisz komentarz...

Zuzanna Mierzejewska ostatnio była w: **Łódź** · dodano 6 miejsc
2 kwietnia o 17:17 · 🌐

Się szlajam po mieście, a co! - razem z Joanna Fadek, Michał Zimora, Ada Zit.



Kino Helios · **fitness Body & Mind** · **bar Kalejdoskop**

Lubię to! · Komentarz · Udostępnij

Bartek Dajer, Jakub Prószczyński i 47 innych użytkowników

Zobacz więcej komentarzy (4)

Michał Górecki A gdzie jesteś? U siebie tam pod Otwockiem? 😊
Lubię to! · Odpowiedz · 1 kwietnia o 23:31
Odpowiedź od: Rafał Neska · 11 odpowiedzi

Edie Maciejewska Pozdrowienia z Powiśla 😊





Lubię to! · Odpowiedz · 5 · 1 kwietnia o 23:35
Odpowiedź od: Kamil Brzeziński · 23 odpowiedzi

Jacek Jankowski sami alkoholicy
Lubię to! · Odpowiedz · 2 · 1 kwietnia o 23:36
Odpowiedź od: Michał Górecki · 3 odpowiedzi

Napisz komentarz...

f Marek Strona główna


Marek Brzeski Friends Following Message ...

[Oś czasu](#) [Informacje](#) [Znajomi](#) 32 wspólnych znajomych [Zdjęcia](#) [Więcej](#)

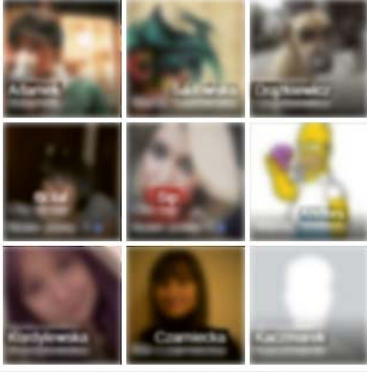
Prezentacja

- Pracuje w: kelner w Pizzeria „Dolce Vita”
- Studiował na uczelni: Zespół Szkół Zawodowych w Ozorkowie
- Mieszka w: Ozorków
- Z: Ozorków

Zdjęcia (publiczne)



Znajomi · 325 (32 wspólnych)



Polski · English (US) · Русский · Deutsch · Español · Português (Brasil) +

Prywatność · Regulamin · Pliki cookie · Reklama · Opcje wyświetlania reklam ▶ · Więcej · Facebook © 2016


Post **Zdjęcie / film**

Napisz coś...

* Opublikuj

Marek Brzeski dodał zdjęcie
26 marca o 20:50

a ty co żeś odpadł wczoraj?



Lubię to! Komentarz Udostępnij

Justyna Malinowska, Emilia Nocolak i 22 innych użytkowników

Justyna Kosakowska w końcu Andrzejki raz do roku
Lubię to! · Odpowiedz · 26 marca o 20:16

Mark Salomon Dirra kur***, leb mnie dziś boli jak nie wiem co. Po północy ruszyliśmy jeszcze całą bandą na miasto. Piotr Brzeski darłeś się tak, że pół wsi z łózek się zerwało, hehe
Lubię to! · Odpowiedz · 1 · 26 marca o 20:17

Nati Pasta coś czuję, że popołudniu będą poszukiwania zwolnienia do roboty...
Lubię to! · Odpowiedz · 1 · 26 marca o 20:17

Napisz komentarz...

Marek Brzeski dodał zdjęcie
26 marca o 20:50

Marek Brzeski dodał zdjęcie
26 marca o 20:50

TAK JEST KU****, ZERUJ TO!




Lubię to! · Komentarz · Udostępnij

Justyna, Emilia i 22 innych użytkowników

Mark Salomon Dirra Jaaaaaaa, co za barany... Marek Brzeski xD!
Lubię to! · Odpowiedz · 26 marca o 20:16

Daria Makaronarska nie dam rady się dziś zwlec...
Lubię to! · Odpowiedz · 1 · 26 marca o 20:17

Napisz komentarz...



Marek Brzeski Friends · Following · Message · ...

Oś czasu · Informacje · Znajomi 32 wspólnych znajomych · Zdjęcia · Więcej ▾

Informacje

Przeгляд

Praca i wykształcenie

Miejsca, w których mieszkała

Dane kontaktowe i podstawowe informacje

Rodzina i związki

Informacje szczegółowe o użytkowniku Weronika

Wydarzenia z życia

ZWIĄZEK

Brak informacji o związku do wyświetlenia

CZŁONKOWIE RODZINY

Piotr Brzeski
Wujek

Sylwia Brzeska
Ciotka

Anna Brzeska
Ciotka

Marta Rudzka
Ciotka

Łukasz Brzeski
Kuzyn

f Q Adrian Strona główna

Adrian Rząsik

Friends Following Message ...

Oś czasu Informacje Znajomi 32 wspólnych znajomych Zdjęcia Więcej

Prezentacja

- Student
- Uczęszczał do: Gimnazjum nr 24
- Mieszka w: Kielce, Poland
- Z: Kielce, Poland

Zdjęcia (publiczne)

Grupy

- Polska dla białych
- Nie dla ciapatych brudasów w Polsce
- Młode dupecki
- Szlachta nie pracuje
- Chamskie dowcipy z internetu
- Hejtuję bo lubię

[Polski](#) · [English \(US\)](#) · [Русский](#) · [Deutsch](#) · [Español](#) · [Portugués \(Brasil\)](#)

[Prywatność](#) · [Regulamin](#) · [Pliki cookie](#) · [Reklama](#) · [Opcje wyświetlania reklam](#) · [Więcej](#)

Facebook © 2016

Adrian Rząsik został oznaczony na zdjęciach (4)
26 marca o 20:50

o!aprdl. co to sie dzialo?

Lubię to! · Komentarz · Udostępnij

Justyna Malinowska, Emilia Noculak i 22 innych użytkowników

Zobacz więcej komentarzy (3)

- Patrycja Skowrońska** Dopiero zauwazyilas? 😊
Lubię to! · Odpowiedz · 1 · 18 październik 2015 o 01:26
- Patrycja Skowrońska** Ja juz pol wodka z Toba oproznilam
Lubię to! · Odpowiedz · 1 · 18 październik 2015 o 01:27
- Patrycja Skowrońska** I cale wino
Lubię to! · Odpowiedz · 1 · 18 październik 2015 o 01:27
- Adriana Pawlowska** Hahaha myslalam ze to sen!
Lubię to! · Odpowiedz · 18 październik 2015 o 01:30

Napisz komentarz...

Adrian Rząsik udostępnił link.
13 godz. ·

Prysznicowa filozofia 😊



Zdjęcia użyte w ZAŁĄCZNIKU NR 1 pochodzą z serwisu Flickr:

„IMG_6929.JPG”, autorstwo icanteachyouhowtodoit opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/4QKjuB>
 „Comfest Afterparty”, autorstwo Lorena Cupcake opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/6AU2Gm>
 „Rachel & Lil”, autorstwo Ben Francis opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/LoRXK>
 „Beer Cantus”, autorstwo Jirka Matousek opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/dVYtgj>
 „Double-fisting”, autorstwo Simon Law opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/t7ktZ>
 „Pleased As Punch - I LOVE IT!!”, autorstwo Richard Riley opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/m2U4V>
 „Blonde, Me & that damn sleeping woman...”, autorstwo Richard Riley opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/7vtCfK>
 „Yeah party hard!”, autorstwo Leo Hidalgo opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/eUvt33>
 „Chemistry-0052_wm”, autorstwo Haydn Curtis opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/6gWUNw>
 „Mister Enero 2006”, autorstwo Cirofono opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/7xneB>
 „Partying Hard?”, autorstwo Brian Moore opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/Dy83B>
 „IMG_8513.JPG”, autorstwo icanteachyouhowtodoit opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/4ALf3g>
 „alcohol's good for ma baby yall”, autorstwo allison opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/r4vxn>
 „Shots”, autorstwo limtheu opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/65uf9r>
 „Crispin and my Care Bears underwear”, autorstwo Dani Lurie opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/etMtP>
 „2007029”, autorstwo Fred Benenson opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/wjU6H>
 „Mystery Kahlua”, autorstwo Andrew Ratto opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/qnKW>
 „IMG_3813.JPG”, autorstwo icanteachyouhowtodoit opublikowane na licencji CC BY 4.0, źródło: <https://flic.kr/p/4GkQD>

GRUPA A

Co powinieneś zrobić w przypadku, gdy:

koleżanka opublikowała na swoim profilu zdjęcia z sobotniej imprezy, „tagując” na nich swoich znajomych, w tym Ciebie. Niektóre z tych zdjęć są bardzo kompromitujące i wywołały lawinę niecenzuralnych komentarzy.

GRUPA B

Co powinieneś zrobić w przypadku, gdy:

jako przewodnicząca szkoły udzielałaś wywiadu lokalnej gazecie. Ta całkowicie przekręciła Twoją wypowiedź, stawiając cię w negatywnym świetle. Dodatkowo przy artykule wstawiono Twoje zdjęcie, które skopiowane zostało z profilu na Facebooku.

GRUPA C

Co powinieneś zrobić w przypadku, gdy:

kolega opublikował na Twoim profilu filmik o dość wulgarnym podtekście. Zobaczyła to cała szkoła oraz kuzyni, których masz na liście znajomych.

GRUPA D

Co powinieneś zrobić w przypadku, gdy:

należysz do różnych grup na Facebooku i administratorka jednej z nich oznaczyła Cię w poście, z którym niekoniecznie czujesz się komfortowo. Do tej samej grupy należą też twoi znajomi, którzy mogą ten post zobaczyć.

1. Jak ograniczyć widoczność grup, do których należymy na Facebooku?
Jak utworzyć na Facebooku wydarzenie widoczne tylko dla wybranej grupy znajomych?
2. Jakie ustawienia wprowadzić, aby móc przeglądać wszystkie posty, w których oznaczają nas inni, przed opublikowaniem ich na naszej osi czasu?
Jak ograniczyć wybranym znajomym widoczność zdjęć, na których jesteśmy „otagowani”?
3. Jak mogę ściągnąć wszystkie swoje zdjęcia i posty z Facebooka na dysk komputera?
Jak mogę przejrzeć wszystkie posty, które „polajkowałem” miesiąc temu?
4. Jak zablokować dostęp do moich zdjęć profilowych, osobom spoza listy moich znajomych?
W jaki sposób sprawdzić jak mój profil widzi konkretna osoba oraz jak wygląda on publicznie?

- *Bezpieczeństwo dzieci online. Kompendium dla rodziców i profesjonalistów*, red. A. Wrzesień-Gandolfo, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2014.
Dostępny w Internecie: http://www.saferinternet.pl/images/artykuly/projekty-edukacyjne/Kompendium_www.pdf EU NET ADB
- *Badanie nadużywania internetu przez młodzież w Polsce i Europie*, red. K. Makaruk, Sz. Wójcik, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa 2012.
Dostępny w Internecie: http://www.saferinternet.pl/images/stories/pdf/raport_eu_net_adb_pl.pdf
- Kirwil L., *Polskie dzieci w Internecie. Zagrożenia i bezpieczeństwo - część 2*. Częściowy raport z badań EU
- Kids Onlinell przeprowadzonych wśród dzieci w wieku 9-16 lat i ich rodziców, Wydawnictwo SWPS – EU, Warszawa 2011.
- Koc J., *Szukasz pracy? Uwważ, co udostępniasz na Facebooku czy Twitterze*, 2015.
Dostępny w Internecie: <http://www.pulshr.pl/rekrutacja/szukasz-pracy-uwazaj-co-udostepniasz-na-facebooku-czy-twitterze,26345.html> (dostęp 05.03.2016).
- Livingstone, Sonia and Ólafsson, Kjartan and O'Neill, Brian and Donoso, Veronica (2012), *"Towards a better internet for children: findings and recommendations from EU Kids Online to inform the CEO coalition"*. EU Kids Online , The London School of Economics and Political Science, London, UK.
- Oreł, J., *Social media w rekrutacji. Są pułapką czy pomagają?*
Dostępny w Internecie: <http://www.pulshr.pl/rekrutacja/social-media-w-rekrutacji-sa-pulapka-czy-pomagaja,20350.html> (dostęp 05.03.2016)
- Scenariusz „*Mój wizerunek online*”, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje.
Dostępny w Internecie: http://dzieckowsieci.fdn.pl/sites/default/files/scen_wizerunek02_0.pdf
- *Słownik Języka Polskiego PWN*.
Dostępny w Internecie: <http://sjp.pwn.pl/sjp/wizerunek;2579940.html>



MODUŁ V

NADMIERNE KORZYSTANIE Z INTERNETU

WSTĘP

Wśród uzależnień od technologii, do najpoważniejszych należy uzależnienie od informacji, a tym samym przymus bycia online. Co raz większa ilość ludzi doświadcza nowego rodzaju potrzeby – potrzeby sprawdzania skrzynki pocztowej, otrzymanych wiadomości tekstowych czy nieodebranych połączeń na telefonie, konta na profilu społecznościowym. Co więcej, wielu dorosłych i nastolatków ma potrzebę przeglądania profili innych osób w celu „dowiedzenia się” – co u nich słychać. U wielu „wciągniętych w sieć” pojawia się frustracja, gdy nie ma nowych wiadomości, wtedy przeglądają dalej, oddając swój czas przeznaczony na inne aktywności życiowe – sieci i małym urządzeniom przenośnym.

Internet i urządzenie przenośne do niego podłączone zawsze może zaspokoić podstawowe pragnienia i potrzeby człowieka: bycia wysłuchanym, poczucia przynależności do określonej grupy czy społeczności oraz swobodnego wypowiedzania się. Popularnym stało się twierdzenie, że jeśli nie masz konta na „fejsbuku”, to nie istniejesz. Nie uczestniczysz w rozmowach na zamkniętych grupach, nie dołączasz do wydarzeń i nie wiesz o czym się teraz mówi. Takie cechy Internetu sprawiają, że dla wielu przebywanie w nim staje się dużo ciekawsze niż bycie w kręgu najbliższych osób, rodziny, znajomych i przyjaciół⁴⁸.

Najbardziej to dotyczy dzisiejszego pokolenia nastolatków, dla których Internet jest naturalnym środowiskiem. Młodzi żyją i wychowują się w zupełnie innej rzeczywistości niż osoby urodzone w latach 70. i 80. XX wieku. Dzisiejsza młodzież raczej nie gra w Zoskę, nie spędza godzin na podwórku z rówieśnikami, gdzie mogłaby sama uczyć się rozwiązywania swoich konfliktów i organizowania swojej aktywności, bawiąc się na przykład w podchody. Współcześni nastolatki widzą się w szkole, a po niej umawiają się na „czat room’ie”. Na przerwach w szkole można zaważyć, że młodym ludziom coraz trudniej o naturalny kontakt ze sobą. Wpatrzeni w smartfony siedzą obok siebie i nie podejmują rozmowy ze sobą. Dla nich to właśnie w Internecie toczą się ważne rzeczy, które odciągają ich od tzw. realu. Młodzież zamiast podejmować różnorodne aktywności typowe dla okresu dojrzewania, woli zrobić sobie „selfie”, umieścić je na Facebooku, a potem polubić i dodawać komentarze pod nim.

Z badań EU Kids Online 2012 wynika, że większość polskich dzieci i młodzieży łączy się z Internetem najczęściej we własnym pokoju. Bywa, że rodzice są nieświadomi z rodzaju podejmowanej aktywności przez dziecko w Internecie za zamkniętymi drzwiami pokoju. Są zadowoleni, że dziecko nie

sprawia problemów wychowawczych i nie chce wychodzić z rówieśnikami w późnych porach wieczornych⁴⁹.

To, co często może być pierwszym sygnałem alarmowym dla rodziców, to problemy nastolatka w szkole. Wtedy rodzic zaczyna łączyć niewyspanie i zmęczenie dziecka z wielogodzinnym przesiadywaniem przed komputerem.

Mózg dziecka najlepiej rozwija się w jego pierwszych latach życia. W tym czasie rodzic powinien zadbać o to, by dziecko miało szerokie pole do eksploracji i aktywności. To ta różnorodności aktywności sprawia, że będzie mu łatwiej zdobywać nowe doświadczenia i w ten sposób nadbudowywać posiadaną już wiedzę oraz umiejętności. Dlatego tak ważne jest przebywanie dziecka na podwórku czy placu zabaw, gdzie ma okazję uczyć się naturalnej rozmowy z kolegami przy trzepaku. Duża ilość interakcji z rówieśnikami i innymi osobami jest konieczna do harmonijnego oraz zintegrowanego rozwoju dziecka. Brak aktywności i doświadczania rzeczywistości przez dziecko upośledza jego percepcję. Niestety żadna bajka, gra komputerowa czy społeczność internetowa nie jest w stanie zastąpić bliskiej interakcji z opiekunem, która się dzieje poprzez czytanie książek, wspólne zabawy i rozmowy.

Zbyt wczesny kontakt dziecka z nowymi technologiami zabiera możliwość podejmowania w wystarczającym stopniu różnorodnych aktywności i doświadczeń potrzebnych do rozwoju sensorycznego i poznawczego. Dlatego niezwykle istotne jest zwrócenie uwagi na wiek, w którym dziecko zaczyna korzystać z nowych mediów. Dziecko właściwie do 2 roku życia nie powinno oglądać niczego na monitorze komputera. Natomiast w wieku od 2 do 12 lat spędzanie czasu dziecka przed komputerem nie powinno przekraczać dwóch godzin dziennie. Pierwszy smartfon w życiu dziecka powinien się pojawić nie wcześniej niż w 14 roku życia⁵⁰.

Co raz częściej badacze zwracają uwagę, że korzystanie z Internetu jest prawdopodobnie najbardziej uzależniającą czynnością. Niestety, ze względu na stosunkowo nowe zjawisko uzależnienia od Internetu, na ten moment nie ma wystarczających badań, które potwierdzałyby to założenie. Natomiast jest zgoda co do tego, że najbardziej narażone na uzależnienie od Internetu są dzieci i młodzież, które nie zostały nauczone racjonalnego korzystania z komputera czy telefonu.

48 B. Białek, *Po co polskiej szkole medytacja*, „Psychologia w szkole” 2003, nr 4 (40).

49 EU Kids Online, 2012. Dostępny w Internecie: <http://www.saferinternet.pl/pl/raporty-i-badania>

50 M. Zylińska, *Głowa na huśtawce*, [w:] *Co komputer zrobił nam z głową?*, „Poradnik Psychologiczny Polityki”, t. 16, nr 09(9), 2014.

Termin uzależnienie od Internetu dotyczy zaburzenia kontroli impulsów i przyczynia się do pogorszenia funkcjonowania danej osoby w obszarze psychologicznym, społecznym i zawodowym. Komputer i Internet to dzisiaj narzędzia życia codziennego, także dorastającego nastolatka. Niosą one wiele korzyści i nie można ich wykluczyć z funkcjonowania młodej osoby. Jednakże warto wiedzieć, jakie zachowania mówią, że nastolatka może dotyczyć problem zaburzenia rozciągalnego korzystania z Internetu. Taka wiedza pozwoli na podjęcie działań, które pomogą młodej osobie uniknąć negatywnych konsekwencji dla jej zdrowia i rozwoju społecznego⁵¹.

Niepokój powinno wzbudzić takie korzystanie z Internetu przez młodą osobę, które wpływa niekorzystnie na pełnienie roli ucznia, posiadane relacje z rówieśnikami i osobami dorosłymi, w tym rodziców czy pełnienie dotychczasowych obowiązków domowych. Jeśli nastolatek nie ma znajomych i przyjaciół, niechętnie wybiera się do szkoły, brak mu zainteresowań poza spędzaniem całego czasu wolnego przed komputerem, to warto sprawdzić czy nie ucieka on w świat rzeczywistości wirtualnej.

Mechanizmy uzależnienia od Internetu porównywane są do uzależnień od substancji psychoaktywnych. Dobrze wiedzieć, że o problemowym w korzystaniu z Internetu świadczy nie tylko ilość czasu spędzanego w nim, ale także określone zachowania w sieci. Amerykańska psycholog K. Young wyróżniła pięć typów zachowań, będących przejawem uzależnienia od Internetu:

- erotomania internetowa, np. cyberseks, oglądanie filmów i zdjęć o treści pornograficznej;
- socjomania internetowa, czyli uzależnienie od internetowych kontaktów społecznych, np. nadmierne korzystanie z portali społecznościach, czatów, forum, poczty elektronicznej;
- uzależnienie od sieci, np. zakupy i aukcje online, hazard w sieci;
- przeciążenie informacyjne, czyli przymus pobierania informacji, np. nadmierne przeglądanie portali informacyjnych, przymus „bycia na bieżąco” i pobierania danych;
- uzależnienie od komputera, które przede wszystkim obejmuje granie w gry komputerowe.⁵²

O problemie uzależnienia od Internetu mówi się od niedawna. Nie ma zgody co do terminologii tego zjawiska, badacze mówią o uzależnieniu od Internetu, nadmiernym korzystaniu z Internetu, zaburzeniu korzystania z Internetu. Mimo niskiego stanu badań nad tym zjawiskiem, powszechnie

uważa się ten problem za jeden z poważniejszych obecnie zagrożeń dla młodzieży. Dlatego ta kwestia powinna być uwzględniana w programach profilaktycznych, zarówno w kontekście edukacji formalnej, jak i pozaformalnej.

Celem, zaproponowanych zajęć w niniejszym rozdziale, jest poznanie przez młodzież problemu nadmiernego korzystania z Internetu, jego objawów oraz negatywnych konsekwencji dla rozwoju psychospołecznego. Zajęcia mają być również czasem na wypracowanie zestawu rozwojowych aktywności, zarówno w sieci, jak i poza nią. Ponadto zawarte ćwiczenia pomogą prowadzącemu zaprosić uczestników zajęć do refleksji nad swoim sposobem korzystania z nowych technologii i tego do czego służą one im w codziennym życiu.

W przypadku podejrzenia bądź rozpoznania problemu nadmiernego korzystania z Internetu, prowadzący powinien wskazać młodej osobie miejsce, gdzie może zwrócić się po pomoc. Obecnie funkcjonuje w Polsce telefon zaufania dla dzieci i młodzieży pod bezpłatnym numerem: 116 111. Warto zachęcać młodzież do skorzystania z pomocy i informacji dostępnych na stronie www.116111.pl bądź udania się do placówki w danej miejscowości, która zajmuje się profesjonalnym udzielaniem pomocy pedagogiczno-psychologicznej, między innymi w zakresie tzw. uzależnień behawioralnych. ■

51 M. Rowicka, *Uzależnienia behawioralne. Profilaktyka i terapia*, Wydawnictwo Fundacja Praesterno, Warszawa 2015.

52 *Co komputer zrobił nam z głową?*, „Poradnik Psychologiczny Polityki”, t. 16, nr 09(9), 2014., s. 41-43.

TEMAT: Sposoby korzystania z Internetu i problemy związane z jego nadużywaniem.

CELE:

- poznanie przez młodzież sposobów korzystania z Internetu oraz jego specyfiki, w tym objawów nadmiernego korzystania z Internetu przez młodą osobę;
- refleksja nad sposobami i motywacjami korzystania z nowych technologii przez młodzież;
- poznanie swojego sposobu korzystania z Internetu;
- przekazanie wiedzy o tym, gdzie można szukać pomocy, jeżeli w otoczeniu zauważy się problem nadużywania komputera i Internetu.

METODY I FORMY PRACY:

- dyskusja moderowana połączona z mini-wykładem;
- burza mózgów;
- wypełnienie kwestionariusza.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

tablica / flipchart, duże arkusze papieru, markery, flamastry, kredki, załączniki do ćwiczeń

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Powitanie uczestników i wprowadzenie tematu zajęć, (2 minuty)

2. Ćwiczenie „Prawda czy fałsz?”, (15 minut)

- Prowadzący zaprasza uczestników do wzięcia udziału w dyskusji o Internecie, która będzie miała na celu zweryfikowanie ich wiedzy odnośnie sposobów korzystania oraz zjawiska nadmiernego korzystania z niego przez młodych ludzi.
- Dyskusja będzie uzupełniana przez wypowiedzi prowadzącego, co pozwoli na uporządkowanie wiedzy uczestników.
- Prowadzący nakleja taśmę malarską na środku podłogi sali. Krzesła należy odsunąć na bok, tak aby stworzyć przestrzeń do przemieszczania się. Taśma malarska na podłodze odgradza od siebie dwie części sali.

- Na jednej z nich prowadzący umieszcza na ścianie bądź krzesle kartkę z napisem: PRAWDA, na drugiej z napisem FAŁSZ.
- Następnie prosi, aby wszyscy uczestnicy zgromadzili się na środku sali, który wyznacza naklejona taśma malarska.
- Wyjaśnia, że będzie kolejno czytać twierdzenia dotyczące korzystania z Internetu przez młodych ludzi (załącznik nr 1).
- Każdy z uczestników zastanawia się, czy dane twierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe, a następnie staje po stronie odpowiadającej swojemu wyborowi.
- Kiedy wszyscy się już ustawią, prowadzący prosi uczestników o uargumentowanie swojego wyboru. Pozwala by uczestnicy mogli przez krótki czas wymienić odmienne opinie.
- W przypadku, gdy brakuje osób chętnych do wyrażenia swojego stanowiska, wówczas prosi o wypowiedzenie się po jednej osobie z każdej strony.
- Wypowiedzi uczestników prowadzący zbiera, podsumowuje i podaje prawdziwe stanowisko.
- Trener kontynuuje ćwiczenie z kolejnymi twierdzeniami. Ilość sekwencji dostosowuje do dynamiki grupy.

Źródło: pomysł własny

4. Ćwiczenie „Typy osób nadużywających Internet”, (15 minut)

- Prowadzący wprowadza uczestników w ćwiczenie mówiąc, że istnieją cztery typy intensywnych użytkowników Internetu, które zostały opisane na podstawie badań przeprowadzonych w Europie.
- Dzieli uczestników na cztery grupy, każdej z nich rozdaje opis jednego typu osoby nadużywającej korzystania z Internetu (załącznik nr 2) oraz kredki, markery i duży arkusz papieru.
- Następnie prosi uczestników o dokładne zapoznanie się z opisem i stworzenie posteru z charakterystyką takiej osoby. Młodzież może narysować dany typ osoby lub tylko wypisać jej cechy.
- Ważne by młodzież zastanowiła się nad następującymi kwestiami: powody korzystania z Internetu, co taka osoba myśli o sobie i o otaczającym ją świecie, jakie ma zainteresowania, w jaki sposób korzysta z nowych technologii.
- Następnie uczestnicy odzwierciedlają swoje refleksje je na posterach.
- Po 10 minutach pracy grupowej, zespoły kolejno przedstawiają swoje postery oraz dzielą się wnioskami.

Źródło: pomysł własny

4. Ćwiczenie „Czy korzystanie z komputera lub Internetu stanowi dla mnie problem?”, (10 minut)

- Prowadzący wyjaśnia uczestnikom, jak wypełnić samodzielnie krótki kwestionariusz (załącznik nr 3).
- Zawiera on osiem pytań, a jego celem jest pomoc w określeniu czy ankieter ma problemy w prawidłowym korzystaniu z komputera bądź Internetu?
- Według autorki kwestionariusza, K. Young, na duże prawdopodobieństwo uzależnienia wskazuje pięć lub więcej odpowiedzi twierdzących.
- Po wypełnieniu kwestionariusza, zachęcamy młodzież do krótkiej rozmowy w parach odnośnie refleksji nad swoim sposobem korzystania z Internetu i komputera.

Źródło: pomysł własny

5. Podsumowanie zajęć, (5 minut)

- Prowadzący dziękuje uczestnikom za udział w zajęciach.
- Informuje, że w przypadku podejrzenia bądź rozpoznania problemu nadmiernego korzystania z Internetu, mogą skorzystać z pomocy dostępnej na stronie www.116111.pl bądź poleca udanie się do placówki, udzielającej pomocy pedagogiczno-psychologicznej. Jeśli czas pozwala ,warto poprosić, by każdy z uczestników krótko podzielił się swoimi wrażeniami z zajęć.

UWAGI: aktywności 2,3,4 możliwe do wykorzystania dla starszej młodzieży.

TEMAT: Negatywne konsekwencje wynikające z nadużywania Internetu oraz rozwojowe aktywności dla młodych ludzi, które mogą być realizowane zarówno w sieci, jak i poza nią.

CELE:

- uświadomienie uczniom, jakie problemy mogą wiązać się z nadmiernym korzystaniem z komputera i Internetu;
- poznanie negatywnych konsekwencji dla rozwoju społecznego wynikające z nadmiernego korzystania z Internetu;
- wypracowanie zestawu rozwojowych aktywności dla młodych ludzi, które mogą być realizowane zarówno w sieci, jak i poza nią.

METODY I FORMY PRACY:

- dyskusja;
- burza mózgów;
- analiza przypadku.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

tablica / flipchart, duże arkusze papieru, markery, flamastry, kredki, załączniki do ćwiczeń

PRZEBIEG ZAJĘĆ

**1. Wprowadzenie do zajęć,
(3 minuty)**

- Prowadzący przedstawia uczestnikom temat zajęć oraz mówi, że dla dzisiejszego pokolenia nastolatków Internet jest naturalnym środowiskiem, niesie dla niego wiele korzyści, pomaga w pracy, szkole, rozwoju zainteresowań oraz relaksowaniu się. Należy jednak pamiętać, że może stać się formą ucieczki, gdyż wiele rzeczy dzieje się tam łatwiej i szybciej.
- Dziś będziemy rozmawiać o negatywnych konsekwencjach korzystania z Internetu, tzn. w zbyt dużym wymiarze czasu, a także o rozwojowych aktywnościach dla młodych ludzi, które mogą być realizowane zarówno w sieci, jak i poza nią.

Źródło: pomysł własny

**2. Ćwiczenie „Historia Oliwi”,
(15 minut)**

- Prowadzący dzieli uczestników w pary, rozdaje im długopisy oraz kartkę z tabelką (załącznik nr 5).
- Wyjaśnia, że za chwilę przeczyta im historię pewnej dziewczyny (załącznik nr 4), a ich zadaniem będzie wypełnienie kartki w parach.
- Uczestnicy w pierwszym wierszu tabeli mają za zadanie zaznaczyć jakich ważnych umiejętności, przydatnych w dorosłym życiu, nauczyła się Oliwia w okresie ostatnich dwóch.
- W następnych kolumnach wypisują co straciła w tym czasie: w obszarze szkoły, relacji z osobami dorosłymi oraz rówieśnikami.
- Po 5 minutach pracy własnej, każda para dzieli się swoimi wnioskami.
- Na koniec prowadzący zapisuje na flipczarcie wspólnie ustaloną z grupą listę negatywnych konsekwencji dla rozwoju młodej osoby, które płyną z nadmiernego korzystania z Internetu.

Źródło: pomysł własny

**3. Ćwiczenie „Rozwojowe aktywności – burza mózgów”,
(10 minut)**

- Prowadzący dzieli uczestników na dwie grupy. Jedną z nich prosi o wypracowanie zestawu rozwojowych aktywności dla młodych ludzi, realizowanych w Internecie.
- Druga grupa wypracowuje aktywności rozwojowe jako alternatywę dla Internetu.
- Po kilku minutach obie grupy kolejno prezentują swoje pomysły.
- Grupa wspólnie z prowadzącym wybiera kilka (maksymalnie 6 aktywności), które będą wykorzystane w kolejnym ćwiczeniu – Targu aktywności młodzieżowych.
- W przypadku, gdyby grupy miały problem z generowaniem pomysłów, prowadzący może rozdać listę aktywności (załącznik nr 6).

Źródło: pomysł własny

4. Ćwiczenie „Targ Aktywności Młodzieżowych”, (15 minut)

- Prowadzący dzieli uczestników na tyle grup, ile zostało wybranych najciekawszych aktywności w poprzednim ćwiczeniu.
- Każda z grup ma zadanie stworzyć plakat promujący aktywność, która została jej przydzielona przez prowadzącego.
- Warto by na plakacie znalazła się grafika, symbol i korzyści płynące z danej aktywności dla młodej osobie.
- Po przygotowaniu plakatów młodzież tworzy stoisko swojej aktywności.
- Wszyscy w tym samym czasie zarówno odwiedzają stanowiska innych osób, jak i promują swoje własne.
- Przy każdym ze stoisk zawsze musi być przynajmniej jedna osoba, która będzie udzielała odpowiedzi na pytania odwiedzających.

Źródło: pomysł własny

5. Podsumowanie zajęć, (5 minut)

- Prowadzący dziękuje uczestnikom za udział w zajęciach.

UWAGI: aktywności 2,3 możliwe do wykorzystania dla starszej młodzieży.

TEMAT: Mechanizmy uzależnień od Internetu, oraz czynników chroniących przed nadmiernym korzystaniem z sieci.

CELE:

- poznanie przez uczestników mechanizmów uzależnień;
- poznanie przez uczestników czynników chroniących przed nadmiernym korzystaniem z sieci.

METODY I FORMY PRACY:

- dyskusja;
- burza mózgów;
- mini-wykład.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

tablica / flipchart, duże arkusze papieru, markery, flamastry, kredki, załączniki do ćwiczeń

- Prowadzący jest otwarty na propozycje młodych ludzi, dba by każdy się wypowiedział. Prosi o odwoływanie się własnych doświadczeń oraz sytuacji znanych im z życia.
- Ważne, by w podsumowaniu ćwiczenia prowadzący jasno wskazał czynniki chroniące przed uzależnieniami i zachowaniami problemowymi, którym jest m.in. nadmierne korzystanie z Internetu:
 - wiedza o sobie, jaki jestem, jakie są moje mocne strony a jakie ograniczenia;
 - wiedza o potrzebach swoich i innych, o relacjach interpersonalnych;
 - posiadanie umiejętności potrzebnych do zaspokajania swoich potrzeb (akceptacji, miłości, uznania, szacunku, przynależności do grupy), czyli m.in. umiejętność komunikowania swoich myśli, potrzeb i emocji. Umiejętność wyrażania swoich opinii, umiejętność pracy w grupie, radzenia sobie ze stresem w konstruktywny sposób, umiejętność zachowań asertywnych

Źródło: doświadczenia z warsztatów

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Wprowadzenie do zajęć, (3 minuty)

2. Ćwiczenie „Dlaczego ludzie wchodzą w uzależnienia?”, (20 minut)

- Prowadzący dzieli grupę na dwa zespoły.
- Jeden zespół ma wypracować listę cech, zachowań i powodów młodej osoby sięgającej po używki, a drugi listę cech i zachowań oraz motywacji do nich młodej osoby, która dobrze sobie radzi w szkole i poza nią.
- Po 10 minutach pracy oba zespoły kolejną prezentują swoje pomysły.
- Prowadzący podczas prezentacji zespołów jest czujny na stereotypy.
- Na koniec przedstawia uczestnikom twierdzenia dotyczące mechanizmów uzależnień (załącznik nr 7).
- Pyta młodzież – co z tych twierdzeń jest dla nich nowe, na ile się z nimi zgadzają, co ich zaskoczyło?
- W kolejnej części ćwiczenia zaprasza młodzież do dyskusji nad czynnikami chroniącymi przed uzależnieniami. Zadaje młodzieży pytanie: Jaka wiedza i umiejętności chronią nastolatki przed uzależnieniami?

3. Ćwiczenie „Specyfika uzależnienia się od Internetu?”, (15 minut)

- Prowadzący dzieli grupę na 4-osobowe zespoły.
- Uczestnicy mają za zadanie wypracować listę powodów, dla których tak łatwo można uzależnić się młodej osobie od Internetu.
- Te powody mają być inne, niż wypisywane na listach podczas wcześniejszego ćwiczenia.
- Po pięciu minutach pracy w grupach uczestnicy kolejno prezentują swoje pomysły. Każda z grup ma uargumentować rezultaty pracy w zespole.
- Prowadzący, w trakcie prezentacji grup, koryguje błędne twierdzenia.
- Warto, aby uzupełnił wypowiedzi młodzieży o informację, że mechanizmy uzależnienia od Internetu są podobne jak w przypadku substancji psychoaktywnych. To, co odróżnia Internet od substancji psychoaktywnych to:
 - ogólnodostępność Internetu: nie można go wyeliminować z życia współczesnego człowieka, ludzie potrzebują go w pracy, domu, szkole i to samo w sobie jest już zagrożeniem w zatraceniu granicy;
 - łatwość użytkowania: korzystanie z Internetu nie wymaga większego wysiłku, dostarcza wiele przyjemności, co może pociągać i jednocześnie stanowić ucieczką od trudności w życiu codziennym;
 - anonimowość w Internecie: dla wielu osób jest pociągająca

i zachęcająca do aktywności;

- możliwość dowolnej autoprezentacji i kreowania swojego wizerunku: możemy pokazywać to czego nam brakuje w realnym życiu, np. być bardzo pewnym siebie;
- otrzymywanie wzmocnień i nagród: użytkownicy Internetu dostają pewnego rodzaju prezenty (np. polubienia, miłe wiadomości i komentarze, śmieszne emotikony czy filmiki), co może zachęcać do wyczekiwania na nie, a tym samym wydłuża się czas przebywania w sieci;
- możliwość łatwego zaspokajania potrzeb, o które może być trudno w realnym życiu: np. akceptacja ludzi, przynależności do grupy, miłości, szacunku, posiadania wielu cech lub rzeczy, bycia atrakcyjnym.

Źródło: pomysł własny

5. Podsumowanie zajęć, (5 minut)

- Prowadzący dziękuje uczestnikom za udział w zajęciach.

UWAGI: aktywności 2 i 3 możliwe do wykorzystania dla starszej młodzieży.

PROPOZYCJE DODATKOWYCH AKTYWNOŚCI

1. Ćwiczenie „Złodzieje czasu”, (20 minut)

- Prowadzący rozdaje uczestnikom czyste kartki A4 oraz kredki i flamastry.
- Prosi uczestników, aby na kartce narysowali duże koło, a następnie samodzielnie (bez konsultacji z innymi osobami) zaznaczyli na diagramie kołowym grupy czynności, na które poświęcają określony czas podczas swojego typowego dnia.
- Każdą z zaznaczonych części kolorują innym kolorem oraz wpisują w nią ilość czasu oraz określają procent swojego czasu z całej doby.
- Sumy procentów z poszczególnych grup czynności mają dać 100%.
- Następnie uczestnicy wyjmują ze swojego koła część, w której znajduje się korzystanie z telefonu, Internetu czy komputera.
- Dokładnie analizują i rozpisują rodzaj czynności, czas poświęcany na nie i motywy, które stoją za korzystaniem z nich.
- Kolejnym etapem jest refleksja nad tym, czy dane czynności mogą być zastąpione na inne oraz czy czas korzystania może zostać skrócony.
- Na koniec prosimy chętne osoby o przedstawienie swoich kół.
- Wszystkich uczestników zapraszamy do dzielenia się na forum swoimi przemyśleniami z ćwiczeń.

Źródło: doświadczenia z warsztatów

2. Projekcja filmu „Sala samobójców” reż. Jan Komasa połączona z dyskusją, (120 minut)

- W zależności od możliwości czasowych, prowadzący może zaproponować młodzieży wspólne obejrzenie filmu i dyskusję o powodach i konsekwencjach niekontrolowanego bycia w cyberprzestrzeni.
- Prowadzący może skorzystać także z pytań do dyskusji, opracowanych przez miesięcznik („Remedium” 2012, nr 7/8, s. 6), albo przygotować je samodzielnie.

UWAGI: propozycje 1 i 2 możliwe do wykorzystania dla starszej młodzieży.

ZAŁĄCZNIK NR 1

TWIERDZENIA DOTYCZĄCE KORZYSTANIA Z INTERNETU PRZEZ MŁODYCH LUDZI

Większość polskiej młodzieży łączy się z Internetem we własnym domu, najczęściej we własnym pokoju z komputera osobistego.

Prawda. Z badań EU Kids Online 2012 wynika, że większość polskich dzieci i młodzieży łączy się z Internetem we własnym domu, najczęściej we własnym pokoju. Bywa, że rodzice są nieświadomi rodzaju podejmowanej aktywności przez dziecko w Internecie, które ma miejsce za zamkniętymi drzwiami pokoju.

Pierwszy smartfon w życiu dziecka powinien pojawić się nie wcześniej niż w 14 roku życia.

Prawda. Zbyt wczesny kontakt dziecka z nowymi technologiami zabiera możliwość podejmowania w wystarczającym stopniu różnorodnych aktywności i doświadczeń potrzebnych do rozwoju sensorycznego i poznawczego. Dlatego niezwykle istotne jest zwrócenie uwagi na wiek, w którym dziecko zaczyna korzystać z nowych mediów. Dziecko do drugiego roku życia nie powinno oglądać niczego na monitorze komputera. W wieku od 2 do 12 lat, spędzanie czasu dziecka przed komputerem, nie powinno przekraczać dwóch godzin dziennie.

Najczęściej uzależniają się od Internetu osoby, które stosują używki (tj. nikotyna, alkohol, narkotyki) lub osoby, będące już od nich uzależnione.

Fałsz. Korzystanie z Internetu jest prawdopodobnie najbardziej uzależniającą czynnością. Najbardziej narażone na uzależnienie od Internetu są dzieci i młodzież, które nie zostały nauczone racjonalnego korzystania z komputera czy telefonu. Istotne są też cechy indywidualne, tj. duże zapotrzebowanie na stymulację.

Do serwisu społecznościowego Facebook trafia 20% wszystkich zdjęć wykonywanych na świecie.

Prawda. Na Facebooku publikowanych jest codziennie ok. 250 milionów zdjęć. Warto pamiętać, że to co wrzucamy do sieci już w niej zostaje i nie mamy kontroli nad tym jak inne osoby mogą wykorzystać nasze zdjęcie.

Główne zachowanie, które jest przejawem uzależnienia od Internetu i komputera, to granie w gry komputerowe. Pozostałe nadmierne sposoby korzystania z Internetu nie grożą już tak uzależnieniem.

Fałsz. Istnieją jeszcze cztery inne typy zachowań, które są przejawem uzależnienia od Internetu:

- erotomania internetowa, np. cyberseks, oglądanie filmów i zdjęć o treści pornograficznej;
- socjomania internetowa, czyli uzależnienie od internetowych kontaktów społecznych; np. nadmierne korzystanie z portali społecznościach, czatów, forum, poczty elektronicznej;
- uzależnienie od sieci, np. zakupy i aukcje online, hazard w sieci;
- przeciążenie informacyjne, czyli przymus pobierania informacji, np. nadmierne przeglądanie portali informacyjnych, przymus „bycia na bieżąco” i pobierania danych.

Najistotniejszy sygnał alarmowy, mówiący o tym, że młoda osoba może mieć problem z nadmiernym korzystaniem z Internetu, to pogorszenie wyników w nauce.

Fałsz. Powinny niepokoić również takie objawy jak: zdecydowany spadek zainteresowania innymi aktywnościami niezwiązanymi z komputerem, zanik życia towarzyskiego i znajomych, długotrwałe obniżony nastrój, smutek i wycofanie, jak również problemy zdrowotne, tj. bóle kręgosłupa, bóle głowy, oczu, karku, brzucha, problemy jelitowe, a także permanentne zmęczenie i niewyspanie.

Wciągnięci w sieć – to młodzi ludzie, którzy zaniedbują ważne obszary życia codziennego w związku z nadmiernym zaangażowaniem w Internet, w którym wyraźnie preferują konkretną aktywność, a także mają kłopot z ograniczeniem tego zachowania i doświadczają jego negatywnych skutków. Z powodu braku kompetencji społecznych, czują się wyobcowani lub wykluczeni z grupy rówieśniczej.

Wszystko naraz – te osoby mają potrzebę wielu doświadczeń, których szukają zarówno w Internecie, jak i w realnym świecie. Żyją intensywnie, brakuje im czasu. Cechuje ich wysoki poziom kompetencji społecznych.

Pełny krąg – przedstawiciele tego typu przechodzą okres intensywnego używania Internetu, jednak w pewnym momencie sami korygują i ograniczają to zachowanie. Powodem może być poczucie przesyty, doświadczanie szkodliwych skutków nadużywania lub zaangażowanie energii i uczuć w inną sferę życia, na przykład związek uczuciowy. Te osoby są uspołecznione i otwarte na doświadczenia.

Zabijanie czasu – ci młodzi ludzie, poprzez nadużywanie Internetu, radzą sobie z poczuciem nudy. Dla nich świat poza Internetem nie jest ciekawy, dlatego nie angażują się w prawie żadne zajęcia i aktywności w realnym życiu. Są zamknięci na doświadczenia i cechują się dość niskim poziomem umiejętności społecznych.

Źródło: Jak reagować na problem nadmiernego korzystania z Internetu przez dzieci i młodzież. Poradnik dla szkół, Fundacja Dzieci Niczyje

ZAŁĄCZNIK NR 3

KRÓTKI KWESTIONARIUSZ K. YOUNG

1. Czy czujesz się zaabsorbowany Internetem (myślisz o poprzednich sesjach korzystania z sieci lub czekasz na następne)?
2. Czy odczuwasz potrzebę zwiększania czasu spędzanego w Internecie, tak by było to dla ciebie bardziej satysfakcjonujące?
3. Czy podejmowałeś już wielokrotne nieudane próby kontrolowania, ograniczania lub zaprzestania korzystania z Internetu?
4. Czy czujesz wewnętrzny niepokój, depresyjny nastrój lub rozdrażnienie, gdy próbujesz ograniczyć lub zaprzestać korzystania z Internetu?
5. Czy zdarza ci się spędzać w Internecie więcej czasu niż pierwotnie zaplanowałeś?
6. Czy zdarzało się ryzykować utratę ważnych relacji z innymi ludźmi lub możliwości edukacyjnych czy zawodowych w związku ze spędzaniem zbyt długiego czasu w Internecie?
7. Czy zdarzało ci się oszukiwać bliskich, terapeutów lub inne osoby w celu ukrycia swego nadmiernego zainteresowania Internetem?
8. Czy używasz Internetu w celu ucieczki od problemów lub by uniknąć nieprzyjemnych uczuć (np. poczucia bezradności, winy, niepokoju czy depresji)?

Twierdząca odpowiedź na pięć spośród ośmiu powyższych pytań wskazuje na możliwość uzależnienia od Internetu.

Źródło: Co komputer zrobił nam z głową?, „Poradnik Psychologiczny Polityki”, t. 16, nr 09(9), 2014.

Oliwia ma 16 lat i już prawie od dwóch lat nadużywa komputera i Internetu. Jej cały czas pozaszkolny pochłania gra w ulubioną grę online, przeglądanie Facebooka oraz rozmowy na czacie z nowo poznanymi osobami. Taki sposób korzystania z Internetu stał się dla Oliwi dominującą aktywnością, z której czerpie wiele przyjemności, ale również stanowi ona źródłem konfliktów z rodzicami i dwiema najlepszymi przyjaciółkami, które odsunęły się od niej przez to w ostatnim czasie. Oliwia z całkiem dobrej uczennicy stała się jedną z gorszych w nowej klasie. Nie nawiązała też nowych znajomości, w związku z czym nie jest zapraszana na imprezy i spotkania pozaklasowe. Oliwia z coraz większą niechęcią myśli o chodzeniu do szkoły, zdarza się, że boli ją rano brzuch, gdy szykuje się do szkoły. Oliwia przestała chodzić na lekcje z rysunku, które kiedyś bardzo lubiła. Teraz woli rozmawiać z Bartkiem, który bardzo dobrze ją rozumie. Oliwia jeszcze go nie widziała „na żywo”, bo poznali się w Internecie dwa miesiące temu. Poza tym ona mieszka w Lublinie, a on jest ze Szczecina. Właśnie zaznaczyła na swoim profilu, że jest z Bartkiem w związku. Oliwia mimo, że na swoim profilu Facebook wygląda na zadowoloną i pogodną osobę, która jest w szczęśliwym związku, to w rzeczywistości czuje się bardzo osamotniona. Czuje się bardzo niepewnie, nie do końca wie kim jest, coraz częściej jest podenerwowana, prowokuje kłótnie z rodzicami, gdy ci chcą ograniczyć jej czas korzystania z Internetu. Zaczęła oszukiwać rodziców i omija zabezpieczenia na komputerze. Jednocześnie rodziców martwią pogarszające się oceny Oliwi, jej stałe zmęczenie i niewyspanie oraz związek z Bartkiem, o którym nic nie wiedzą. Oliwia jedynie wspomniała, że jest „trochę” starszy. Rodzice myślą o wybraniu się z Oliwią do psychologa.

Źródło: pomysł własny

ZAŁĄCZNIK NR 5

NEGATYWNE KONSEKWENCJE DLA ROZWOJU SPOŁECZNEGO PŁYNĄCE Z NADMIERNEGO KORZYSTANIA Z INTERNETU

Umiejętności potrzebne w dorosłym życiu, które nabywa się w okresie dorastania.

Młody człowiek zdobywa je między innymi poprzez zainteresowania, które same w sobie mają charakter rozwojowy i pomagają działać łatwiej, szybciej, sprawniej. Lista przykładowych umiejętności np. planowanie przyszłości, radzenie sobie ze stresem, samodzielne i krytyczne myślenie, przedsiębiorczość, asertywność, rozwiązywanie konfliktów międzyludzkich, komunikacja międzyludzka, współpraca w zespole.

Szkoła i edukacja	Relacje z rówieśnikami i budowanie zdrowych związków partnerskich	Relacje z rodzicami i innymi osobami dorosłymi

Źródło: pomysł własny

ZAŁĄCZNIK NR 6

LISTA ROZWOJOWYCH AKTYWNOŚCI DLA MŁODYCH LUDZI, KTÓRE MOGĄ BYĆ REALIZOWANE ZARÓWNO W SIECI, JAK I POZA NIĄ

Aktywności realizowane w sieci i komputerze	Aktywności realizowane poza siecią i komputerem
<ul style="list-style-type: none"> ▪ prowadzenie bloga; ▪ nauka programowania i tworzenia aplikacji; ▪ wykorzystywanie programów graficznych czy muzycznych; ▪ wykorzystywanie komputera do celów edukacyjnych. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ przynależność do organizacji młodzieżowych; ▪ bycie wolontariuszem (Dom Dziecka, Świetlice, Caritas, Centrum Wolontariatu itp.); ▪ aktywność w samorządzie szkolnym, pełnienie funkcji w klasie szkolnej; ▪ rozwój zainteresowań: teatr, taniec, granie na instrumencie, sport itp.; ▪ uczęszczanie na zajęcia dodatkowe np. Dom Kultury, szkoła języków obcych; ▪ uczestnictwo w międzynarodowych wymianach młodzieży; ▪ uczestnictwo w pozaszkolnych programach profilaktycznych.

ZAŁĄCZNIK NR 7

TWIERDZENIA DOTYCZĄCE MECHANIZMÓW UZALEŻNIEŃ

- To naturalne, że młodzież znajdująca się w okresie dorastania próbuje różnych rzeczy, w tym również używek.
- Samo spróbowanie nie prowadzi do uzależnienia. Wyjątkiem jest heroina, od której można się uzależnić od pierwszego razu.
- Do uzależnienia prowadzi używanie. Im częściej się używa, tym większe jest prawdopodobieństwo uzależnienia.
- Wielu ludzi, którzy są obecnie w stanie uzależnienia, gdy zaczęli mieć kontakt z daną używką, byli przekonani, że problem uzależnienia ich nie będzie dotyczył w przyszłości.
- Uzależniają się ludzie, dla których używka staje się funkcjonalna. Co oznacza, że pozwala im robić lub mieć coś, co by nie było możliwe bez używki wcześniej.
- Żadna osoba, sięgając po używkę po raz pierwszy, nie może skontrolować, że się od niej nie uzależni oraz przewidzieć tego jak się zachowa pod jej wpływem.
- W dużym ryzyku uzależnienia są osoby, które sięgają po używkę by sobie z poradzić z cierpieniem, problemem, zaspokojeniem potrzeb, które są za trudne w pełnej świadomości (potrzeba uznania, akceptacji, miłości).
- Uzależnienie jest chorobą zaprzeczenia. Zaprzeczenie problemowi nie pozwala go zobaczyć, a jedynie utrzymuje i rozwija.

- „*Poradnik Psychologiczny Polityki, Co komputer zrobił nam z głową*, Tom 16, 09. 2014 Badania EU Kids, Online 2012.
Dostępny w Internecie: <http://www.saferinternet.pl/pl/raporty-i-badania>
- *Jak reagować na problem nadmiernego korzystania z internetu przez dzieci i młodzież. Poradnik dla szkół*, red. P. Chocholska, K. Makaruk, W. Otawa, A. Pasek-Gilarska, Ł. Wojtasik, Sz. Wójcik, Wydawnictwo Fundacja Dzieci Niczyje, Warszawa
- Psychologia w szkole "2013,, nr 4 (40)./2013
- Rowicka M., *Uzależnienia behawioralne. Profilaktyka i terapia*, Fundacja Praesterno, Warszawa 2015.

MODUŁ VI

ZAJECIA DLA RODZICÓW I WYCHOWAWCÓW

TEMAT: Znaczenie Internetu w życiu młodzieży i współczesne zagrożenia związane z korzystaniem z Internetu, ze szczególnym uwzględnieniem zjawiska cyberprzemocy.

CELE:

- zapoznanie uczestników z charakterystyką okresu dojrzewania, jego najważniejszymi zadaniami rozwojowymi oraz sposobami ich realizacji przez współczesną młodzież;
- refleksja nad rolą Internetu w życiu współczesnego pokolenia młodych ludzi;
- poznanie zagrożeń związanych z korzystaniem z Internetu.

METODY I FORMY PRACY:

- dyskusja;
- burza mózgów;
- wizualizacja
- wykład z prezentacją multimedialną.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

taśma papierowa, markery, flipchart, duże kartki, muzyka relaksacyjna, post-ity, długopisy, kartki z potrzebami rozwojowymi młodzieży, rzutnik multimedialny, prezentacja, wydrukowane materiały z załączników

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Powitanie uczestników, przedstawienie prowadzących i uczestników, (20 minut)

- Prowadzący wita uczestników na szkoleniu.
- Następnie prowadzący (lub osoby prowadzące) przedstawiają się (imię i nazwisko, doświadczenie w pracy z młodzieżą i/lub bycie rodzicem nastolatka).
- Prosi uczestników, aby również przedstawili się (imię i nazwisko, miejsce pracy z młodzieżą/imiona oraz wiek dzieci, ewentualnie zainteresowania).
- Wszyscy przygotowują sobie wizytówki, np. zapisują imiona na papierowej taśmie i przyklejają w widocznym miejscu.

Źródło: pomysł własny

2. Wprowadzenie do warsztatów, (10 minut)

- Prowadzący omawia przebieg zajęć.
- Przedstawia tematy, które będą realizowane.
- Zaznacza, że spotkanie będzie prowadzone w sposób warsztatowy, ponieważ jest to metoda, która pozwala na aktywne uczenie się, również w oparciu na doświadczeniach uczestników.
- Lepiej zapamiętujemy te treści, które przećwiczyliśmy, opracowaliśmy w kontekście naszych doświadczeń, połączyliśmy teorię z praktyką.

Źródło: pomysł własny

3. Zasady pracy w grupie, (10 minut)

- Prowadzący wprowadza strukturę kontraktu – spisu zasad, na które grupa umawia się na czas trwania zajęć.
- Podchodzi do flipcharta i prosi uczestników o podanie zasad, które chcieliby zapisać, aby czas wspólnie spędzony był wykorzystany efektywnie, a jednocześnie aby czuli się bezpiecznie.
- Może zaproponować pewne zasady, np.:
 - a. Jesteśmy po imieniu – na czas warsztatu.
 - b. Mówimy we własnym imieniu. Stosujemy komunikat “Ja”, zamiast “Ty” i “My”.
 - c. Dzielimy się swoim doświadczeniem i refleksjami.
 - d. Jesteśmy punktualni.
 - e. Jesteśmy dyskretni (osobiste doświadczenia i reakcje emocjonalne nie przedostają się poza nasze spotkanie).
- Po zapisaniu wszystkich zasad prowadzący odczytuje je jeszcze raz i pyta uczestników, czy zgadzają się na taki kontrakt, dopytuje czy ktoś chciałby coś jeszcze do niego dodać.

Źródło: pomysł własny

4. Ćwiczenie „Powrót do okresu dorastania”, (75 minut)

- Prowadzący zaprasza uczestników do wzięcia udziału w wizualizacji. Jej celem jest powrót w wyobraźni do swojego okresu dorastania, przypomnienie sobie co w tym czasie było ważne i jakie aktywności były podejmowane. Prosi, aby uczestnicy przyjęli wygodną pozycję i zamknęli oczy. Włącza muzykę relaksacyjną i przechodzi do odczytania tekstu wizualizacji (załącznik nr 1).
- Po wizualizacji prowadzący prosi, aby uczestnicy zastanowili się nad odpowiedzią na następujące pytania: Co było dla mnie ważne w wyobrażonym czasie i dlaczego? Co chciałem(-am) osiągnąć? Na czym mi najbardziej zależało w okresie dorastania? Każdy uczestnik dostaje długopis i 3 post-ity, zapisuje na każdej z nich swoje najważniejsze potrzeby z okresu dorastania.
- Kiedy wszyscy są gotowi, prowadzący kładzie na podłodze duże kartki z kategoriami ZADAŃ ROZWOJOWYCH, stawianych przed młodzieżą w okresie dorastania:
 1. Określenie tożsamości osobowej (odpowiedzenie sobie na pytanie “Kim jestem?”).
 2. Określenie tożsamości seksualnej (identyfikacja z własną płcią, akceptacja swojego wyglądu, związku).
 3. Uzyskanie samodzielności życia (rozwój niezależności emocjonalnej od rodziców i innych osób dorosłych, budowanie dojrzałych i trwałych więzi z ludźmi, związki partnerskie, przygotowanie do podjęcia studiów lub pracy, tym samym próba uzyskania niezależności ekonomicznej od rodziców, m.in. poprzez przyjęcie systemu wartości zgodnego z normami społecznym: przygotowanie do małżeństwa i życia w rodzinie, aktywność społeczna, w tym rozwój zainteresowań, pełnienie różnych ról społecznych).
- Zachęca uczestników, aby każdy przeczytał swoje wypowiedzi na kartkach i przykleił je do odpowiednich kategorii. Kiedy wszyscy przykleją swoje karteczki, zaprasza uczestników do dyskusji o tym w jaki sposób oni realizowali swoje potrzeby. Następnie zachęca do refleksji nad tym jak dzisiejsza młodzież może je realizować?
- Prowadzący w omówieniu zwraca uwagę na to, że współczesna młodzież ma takie same potrzeby, jakie mieli dorośli w swoim okresie dorastania. Różnicą jest to, jak są one realizowane.
- Po zakończeniu ćwiczenia duże kartki z potrzebami rozwojowymi zachowujemy, ponieważ będą potrzebne jeszcze w innym ćwiczeniu. Uczestnicy dostają materiały dotyczące specyfiki okresu dorastania i Internetu w życiu młodych ludzi.

Źródło: pomysł własny

5. Prezentacja „Zagrożenia dla młodych osób w Internecie”, (45 minut)

- Prezentacja multimedialna z mini-wykładem i dyskusją moderowaną.

Źródło: pomysł własny

6. Ćwiczenie „Perspektywa ofiary, sprawcy i świadka”, (45 minut)

- Prowadzący dzieli klasę na trzy grupy, każdej grupie daje wydrukowany załącznik nr 1.
- Pierwsza grupa zastanawia się – jakie były motywy działania Mikołaja (sprawcy przemocy), jak zmieniły się jego uczucia, myślenie o sytuacji w trakcie jej trwania?
- Druga grupa zastanawia się nad tym – jak czuł się w tej sytuacji Kuba (Świadek przemocy), co go powstrzymało od zareagowania, przeciwdziałania przemocy, jak zmieniły się jego odczucia?
- Trzecia grupa zastanawia się na tym – jak ta sytuacja wpłynęła na uczucia Kacpra (ofiary przemocy), na jego sposób myślenia o sobie, co go powstrzymało przed szukaniem pomocy?
- Następnie grupy przedstawiają wypracowany materiał.
- Prowadzący prosi innych o dodawanie własnych refleksji, sam także uzupełnia.
- Prowadzący pyta grupę o to jak sytuacja cyberprzemocy wpłynęła na atmosferę w klasie, wzajemne relacje uczniów.

Źródło: pomysł własny

7. Projekcja i dyskusja wokół filmu <https://www.youtube.com/watch?v=u090rNvB18Q> bądź filmu <http://seksting.fdn.pl/film-na-zawsze>

8. Rundka końcowa, (15 min)

TEMAT: Sposoby korzystania z Internetu przez młodzież, problemy związane z jego nadużywaniem oraz sposoby zabezpieczenia dziecka przed jego negatywnymi konsekwencjami

CELE:

- poznanie sposobów korzystania z Internetu przez młodzież oraz specyfiki, w tym objawów nadmiernego korzystania z Internetu przez młodą osobę;
- refleksja nad sposobami i motywacjami korzystania z nowych technologii przez młodzież;
- przekazanie wiedzy o tym, gdzie można szukać pomocy, jeżeli zauważy się problem nadużywania komputera i Internetu.

METODY I FORMY PRACY:

- dyskusja;
- burza mózgów;
- wizualizacja.

Scenariusz opiera się na pracy zbiorowej oraz pracy w małych grupach.

WYMAGANE MATERIAŁY/POMOCE:

taśma papierowa, markery, flipchart, duże kartki, muzyka relaksacyjna, post-ity, długopisy, kartki z potrzebami rozwojowymi młodzieży, rzutnik multimedialny, prezentacja, wydrukowany załącznik nr 1

PRZEBIEG ZAJĘĆ

1. Powitanie uczestników i wprowadzenie tematu zajęć, (2 minuty)

2. Ćwiczenie „Co wiem o sposobach korzystania z Internetu przez współczesną młodzież?”, (15 minut)

- Prowadzący zaprasza uczestników do wzięcia udziału w dyskusji o Internecie, która będzie miała na celu zweryfikowanie ich wiedzy na temat sposobów korzystania oraz zjawiska nadmiernego korzystania z niego przez młodych ludzi.
- Dyskusja będzie uzupełniana przez wypowiedzi prowadzącego, co pozwoli na uporządkowanie wiedzy uczestników.
- Prowadzący rozdaje twierdzenia. Uczestnicy kolejno czytają twierdzenia dotyczące korzystania z Internetu przez młodych ludzi (załącznik nr 1) i wypowiadają się czy ich zdaniem twierdzenie jest prawdziwe czy fałszywe. Kiedy wszyscy już ustawią się, prowadzący prosi uczestników o uargumentowanie swojego wyboru.

- Zachęca pozostałe osoby do wypowiedzenia się.
- Wypowiedzi uczestników prowadzący zbiera, podsumowuje i podaje prawdziwe stanowisko.

Źródło: pomysł własny

3. Ćwiczenie „Co uzależnia w Internecie?”, (15 minut)

- Prowadzący dzieli grupę na zespoły.
- Uczestnicy mają za zadanie wypracować jak najdłuższą listę powodów, dla których tak łatwo można uzależnić się młodej osobie od Internetu. Następnie zespoły prezentują swoje pomysły.
- Prowadzący w trakcie prezentacji grup, koryguje błędne twierdzenia.
- Warto by uzupełnił wypowiedzi o informacje, że mechanizmy uzależnienia od Internetu są podobne jak od substancji psychoaktywnych.
- To, co odróżnia Internet od substancji psychoaktywnych to:
 - **ogólnodostępność Internetu**, nie można go wyeliminować z życia współczesnego człowieka, ludzie potrzebują go w pracy, domu, szkole i to samo sobie jest już zagrożeniem w zatraceniu granicy;
 - **łatwość użytkowania**, korzystanie z Internetu nie wymaga większego wysiłku, dostarcza wiele przyjemności, co może pociągać i być ucieczką od trudności w codziennym życiu;
 - **anonimowość w Internecie**, dla wielu osób jest pociągająca i zachęcająca do aktywności;
 - **możliwość dowolnej autoprezentacji i kreowania swojego wizerunku** – możemy pokazywać tam to, czego nam brakuje w realnym życiu, np. być bardzo pewnym siebie;
 - **otrzymywanie wzmocnień i nagród**, użytkownicy Internetu dostają pewnego rodzaju prezenty (np. polubienia, miłe wiadomości i komentarze, śmieszne emotikony czy filmiki), co może zachęcać do wyczekiwania na nie, a tym samym wydłuża czas przebywania w sieci;
 - **możliwość łatwego zaspokajania potrzeb, o które może być trudno w realnym życiu** (np. akceptacja ludzi, przynależności do grupy, miłości, szacunku, posiadania wielu cech lub rzeczy, bycia atrakcyjnym).

Źródło: pomysł własny

4. Projekcja i dyskusja wokół filmu

- <https://www.youtube.com/watch?v=HUngLgGRJpo>

Źródło: pomysł własny

5. Ćwiczenie „Typy osób nadużywających Internet”, (15 minut)

- Prowadzący wprowadza uczestników w ćwiczenie mówiąc, że istnieją cztery typy intensywnych użytkowników Internetu, które zostały opisane na podstawie badań przeprowadzonych w Europie.
- Dzieli uczestników na cztery grupy, każdej z nich rozdaje opis jednego typu osób nadużywających Internet (załącznik nr 2), kredki, markery oraz duży arkusz papieru.
- Następnie prosi uczestników o dokładne zapoznanie się z opisem i stworzenie posteru z charakterystyką takiej osoby.
- Uczestnicy mają się zastanowić nad następującymi kwestiami: jakie są powody korzystania z Internetu, co taka osoba myśli o sobie i o otaczającym ją świecie, jakie ma zainteresowania, w jaki sposób korzysta z nowych technologii?
- A następnie zostają one odzwierciedlone na posterach.
- Po 10 minutach pracy grupowej zespoły kolejno przedstawiają swoje postery oraz dzielą się wnioskami.

Źródło: pomysł własny

6. Ćwiczenie „Co chroni młodzież przed podejmowaniem zachowań ryzykownych?”, (15 minut)

- Prowadzący zaprasza uczestników do dyskusji o tym, co chroni młodzież przed podejmowaniem zachowań ryzykownych. Przed dyskusją prosi by zapisali, a następnie przedstawili przykłady czynników chroniących młodzież i konkretnych aktywności, które młodzież może podejmować by wyposażyć się w wiedzę i umiejętności, która zabezpieczą ich przed zachowaniami problemowymi.
- Prowadzący podkreśla, że to co chroni młodzież przed podejmowaniem zachowań ryzykownych, to posiadanie umiejętności psychospołecznych, tj. znajomość siebie i swoich potrzeb, radzenie sobie z emocjami, wysoka samoocena.
- Prowadzący, w przypadku gdy uczestnicy nie wyczerpali aktywności, zapisuje inne przykłady: wyjazd na wymianę młodzieży do Włoch, warsztaty graffiti, poznanie gwiazd, spotkania w grupie rówieśników, przynależność do organizacji młodzieżowych, bycie wolontariuszem (Dom Dziecka, Świetlice, Caritas, Centrum Wolontariatu itp.), aktywność w samorządzie szkolnym, pełnienie funkcji w klasie szkolnej, rozwój zainteresowań: teatr, taniec, granie na instrumencie, sport itp., uczęszczanie na zajęcia dodatkowe np. Dom Kultury, szkoła języków obcych, uczestnictwo w międzynarodowych wymianach młodzieży, udział w pozaszkolnych programach profilaktycznych.
- **Pozytywne aktywności realizowane w sieci i komputerze:** prowadzenie bloga, nauka programowania i tworzenia aplikacji, wykorzystywanie programów graficznych czy muzycznych, wykorzystanie komputera do celów edukacyjnych.
- Podaje również informację, że w przypadku podejrzenia bądź rozpoznania problemu nadmiernego korzystania z Internetu, młodzież może skorzystać z pomocy dostępnej na stronie www.116111.pl. Ponadto może udania się do placówki udzielającej pomocy pedagogiczno-psychologicznej.

Źródło: pomysł własny

Kacper 13 lat, chodził do drugiej klasy gimnazjum, był raczej osobą trzymającą się z boku, miał parę osób z klasy, z którymi rozmawiał, jednego bliższego przyjaciela Kubę, z natury był cichy, nieśmiały, nie był osobą popularną, mało osób zwracało na niego uwagę. Od pewnego Kacper czasu uczył się tańczyć brakedance, dlatego postanowił nagrać swój taniec telefonem. Na przerwach często grał w gry na telefonie komórkowym razem z kolegami ze szkoły, pożyczał swój telefon i nie kontrolował tego ile osób z niego korzysta. Pewnego razu Mikołaj znalazł film z tańcem Kacpra podczas bawienia się jego telefonem. Filmik wydał się Mikołajowi strasznie śmieszny, postanowił go skopiować i przesłać na telefony innych osób z klasy. Po rozesłaniu filmiku cała klasa naśmiewała się z Kacpra, a ten nie wiedział o co chodzi. Kilka osób z klasy postanowiło założyć Kacprowi fałszywy profil na portalu społecznościowym, gdzie wrzucili zdjęcia Kacpra, publikowali posty o tym jakim to jest dobrym tancerzem i wrzucili filmik, na którym tańczy. Inne osoby ze szkoły komentowały filmik często w wulgarny sposób. Film z Kacpresem zebrał dużo „lajków”, miał też dużo udostępnień. Kacper nagle zaczął być rozpoznawany w szkole. Wcześniej nikt nie zwracał na niego uwagi, teraz dużo osób go rozpoznawało. Kacper był wytykany palcami, gdy szedł korytarzem słyszał za sobą nieprzyjemne komentarze, niewybredne żarty. Kacper zaczął również dostawać obraźliwe, wulgarnie wiadomości z wyzwiskami oraz takie że jest nienormalny i żeby lepiej nie wychodził z domu, bo zostanie pobity itp. Dziewczyny z klasy też się z niego naśmiewały, wysyłały mu wiadomości sms, że chciałyby się z nim umówić i patrzyły jak zareaguje, gdy przeczyta wiadomość. Kacper chodził słamszony, idąc po korytarzu czuł, że wszyscy się na niego patrzą, był przekonany, że wszyscy, z którymi rozmawia widzieli obrażające go zdjęcia i filmy, przestał rozmawiać z osobami z klasy. Kuba przyjaciel Kacpra czuł się źle z tym jak zachowywała się klasa, wiedział kto pierwszy wrzucił filmik do sieci, nie powiedział jednak o tym Kacprowi. Wolał nie reagować, żeby samemu nie stać się ofiarą naśmiewania. Kacper w końcu przestał pojawiać się w szkole. Kuba próbował odzywać się do Kacpra ten jednak nie odpowiadał na jego wiadomości. Później od rodziców Kacpra dowiedział się, że ten przeżył załamanie nerwowe, że obecnie chodzi na terapię i że nie wróci już do tej szkoły. Później ktoś zlikwidował fałszywy profil Kacpra. Wychowawczynie poinformowała klasę, o tym co się dzieje z Kacpresem. Klasa zaczęła winić Mikołaja za tę sytuację. Mikołajowi zrobiło się szkoda Kacpra, w końcu byli kolegami, a to miał być tylko żart, próbował usuwać filmiki z Kacpresem, żeby jakoś tę sytuację naprawić, ale one wciąż były udostępniane przez nieznaną mu osobę.

Internet w życiu młodych ludzi.

Internet odgrywa w życiu młodych ludzi bardzo dużą rolę i jest dla nich najważniejszym medium. Dla wielu stał się nieodłącznym elementem rzeczywistości i bez niego nie potrafią wyobrazić sobie funkcjonowania. Tam szukają rozrywki, zdobywają wiedzę i rozwijają swoje pasje. Internet pełni również rolę cyfrowego podwórka, na którym utrzymują kontakty z kolegami i poznają nowych znajomych. Młodzi ludzie różne aktywności realizują równoległe online i offline, tym samym nie rozgraniczają tych dwóch światów. To dla nich dwa wymiary tej samej rzeczywistości, świat wirtualny jest niejako „przedłużeniem” rzeczywistości offline. Sieć pomaga młodym ludziom zaspokoić potrzebę afiliacji i „bycia na bieżąco” z nowinkami w obrębie grupy rówieśniczej. Wyznacznikiem ich pozycji w grupie coraz częściej staje się liczba „lajków”, które pojawiają się pod publikowanymi na portalu społecznościowym treściami. Młodzież często eksperymentuje ze swoją tożsamością w sieci, przy braku kontaktu „twarzą w twarz” nierzadko promuje treści i przystaje na zachowania, których nie podjęłaby offline.

Internet otworzył dla młodych ludzi wiele fascynujących możliwości. Jednocześnie jednak wraz z jego dynamicznym rozwojem pojawiły się wyzwania, które mają wpływ na bezpieczeństwo dzieci i młodzieży. Wszystkie te zjawiska stawiają wiele wyzwań dla rodziców, nauczycieli i innych profesjonalistów pracujących z dziećmi. Podczas gdy dla najmłodszych Internet jest środowiskiem naturalnym, starsze pokolenia były świadkami jego narodzin i dynamicznego rozwoju, z czasem zatem musiały nauczyć się poruszania po tym nowym, wirtualnym świecie. Z tego też wynika wiele obaw dorosłych, którym trudno dotrzymać kroku najmłodszym internautom, nierzadko przewyższającym ich w cyfrowych umiejętnościach. W profilaktyce zagrożeń w sieci zwraca się jednak uwagę na kluczową rolę rodziców, którzy powinni towarzyszyć dziecku w odkrywaniu cyfrowego świata od najmłodszych lat i tak dobierać aktywności, aby były dostosowane do danego etapu rozwoju dziecka. Trudno sobie dziś wyobrazić proces kształcenia bez możliwości korzystania z nowych technologii, dlatego na kolejnych etapach życia ważna staje się rola szkoły i profesjonalistów pracujących z dziećmi. Przy tym wszystkim dorośli powinni zawsze pamiętać, że Internet jest tylko narzędziem, które może być wykorzystywane zarówno w sposób twórczy, jak i dysfunkcyjny, i to od użytkowników zależy czy będzie przestrzenią bezpieczną. Mimo dysproporcji w korzystaniu z sieci między dziećmi a dorosłymi, ważne, aby ci ostatni uznali duże znaczenie Internetu w życiu młodych ludzi i rozmawiali z nimi o wartościach obowiązujących zarówno w wymiarze offline jak i online, takich jak np. odpowiedzialność, szacunek, odpowiedni poziom kultury języka.

Jak zrozumieć młodzież w okresie dojrzewania?

Okres dojrzewania jest uważany za jedną z najważniejszych faz w rozwoju człowieka. Stanowi etap przejściowy między dzieciństwem a dorosłością, z czym wiąże się pojawienie wielu zmian w zachowaniu i funkcjonowaniu nastolatka. Zmianie ulega głównie ilość i jakość doświadczeń. Zachodzą w tym okresie istotne zmiany fizyczne, psychiczne oraz emocjonalne. Młodzież nawiązuje nowe relacje interpersonalne, tworzy bardziej dojrzałe więzi z rówieśnikami, zdobywa potrzebne umiejętności do radzenia sobie na polu osobistym oraz społecznym.

Okres dojrzewania jest **fazą kryzysową** w życiu młodego człowieka. Kryzys polega na załamaniu się wypracowanych wcześniej i skutecznych dotychczas sposobów zaspokajania potrzeb i radzenia sobie w środowisku społecznym. **Rozwój fizyczny** powoduje konieczność podjęcia roli mężczyzny lub kobiety, samookreślenia się w obrębie własnej płci. **W sytuacji rodzinnej** dochodzi do rozdźwięku między oczekiwaniami nastolatka a oczekiwaniami rodziców. W relacji nastolatek – dorosły pojawia się wiele problemów, konfliktów, które w dużej mierze są wynikiem nieokreślonego statusu dorastających (nie są już dziećmi, a jeszcze nie są dorosłymi). Rodzicom trudno jest sobie poradzić z uznaniem autonomii dorastających dzieci, a dodatkowo obawiają się, że rówieśnicy, którym młodzi aktualnie poświęcają najwięcej czasu, mają na nich negatywny wpływ. Młodzież czuje się z kolei bezradna i pozbawiona wsparcia. Rodzice wskutek słabnięcia ich autorytetu ograniczają dziecku samodzielność i swobodę postępowania, co wpływa na powstawanie niepokoju, poczucia zagrożenia wśród dorastających.

Obszary konfliktowe wynikają ze sprzeczności pomiędzy rodzicami i dorastającą młodzieżą:

- kontrola ze strony rodziców - potrzeba swobody u dorastających;
- odpowiedzialność po stronie rodziców - dorastający bierze odpowiedzialność za swoje decyzje;
- przykładanie przez rodziców dużej wagi do nauki szkolnej - poświęcanie czasu na inne rodzaje aktywności przez młodzież.

Według teorii rozwoju psychospołecznego E. Eriksona, okres adolescencji związany jest z kryzysem między tożsamością a niepewnością ról. Nieuchronną konsekwencją zmian jest kryzys tożsamości – młody człowiek musi dokonać wyboru między ważnymi dla niego wartościami, scalić dotychczasową wiedzę o sobie, określić siebie i stać się niezależną osobą. Konieczna staje się odpowiedź na pytania: Kim jestem? Kim są inni ludzie? Jakie jest moje miejsce w świecie, który mnie otacza? Celem dorastającej młodzieży jest osiągnięcie tożsamości „ja” oraz świadomości siebie, będących źródłem poczucia bezpieczeństwa i stabilności, która w tym okresie dojrzewania została zachwiana.

Zadania rozwojowe w okresie adolescencji to przede wszystkim:

- dorastanie do wzorca osoby dorosłej przez samodzielne dawanie sobie rady z różnymi problemami;
- dorastanie do poczucia własnej tożsamości, akceptacji siebie;
- osiągnięcie trwałego sukcesu;
- osiągnięcie nowych, bardziej dojrzałych więzi z rówieśnikami obojga płci;
- ukształtowanie roli męskiej lub kobiecej;
- akceptacja swojego wyglądu, panowanie nad własnym ciałem;
- osiągnięcie autonomii uczuciowej;
- przygotowanie do małżeństwa i życia w rodzinie;
- przygotowanie do pracy zawodowej;
- rozwijanie systemu wartości, światopoglądu;
- dążenie do postępowania w sposób odpowiedzialny społecznie, kompetentny.

Każde pomyślne przezwyciężenie sytuacji kryzysu wzbogaca osobowość, a także pozwala na sprawne i adekwatne funkcjonowanie w otoczeniu.

Najważniejsze potrzeby w okresie nastoletnim:

- niezależności i samodzielności, budowania tożsamości;
- społecznego kontaktu, akceptacji przez grupę;
- bliskich relacji, opartych na zaufaniu (przyjaźń, związki);
- poznawcze – rozwoju intelektualnego;
- aktywności – działania, rozwoju zainteresowań;
- dbania o wygląd, atrakcyjność, zdrowie.

Charakterystyczne dla okresu dojrzewania są:

- chwiejność i zmienność emocjonalna, podatność na kryzysy emocjonalne;
- koncentracja na sobie;
- poszukiwanie sensu życia;
- krytycyzm wobec dorosłych;
- kształtowanie się własnego systemu wartości;
- konformizm wobec grupy rówieśniczej, silna potrzeba akceptacji z jej strony;
- sprzeczność pomiędzy potrzebą niezależności wobec dorosłych (zwłaszcza rodziców) a potrzebą pomocy z ich strony;
- ograniczona zdolność formułowania długoterminowych planów i przewidywania konsekwencji swoich działań;
- dążenie do przekraczania granic stawianych przez dorosłych, eksperymentowania, podejmowania zachowań ryzykownych.

Zagrożenia związane z korzystaniem z Internetu.

Okazuje się, że większość internautów spędza przed komputerem 3-5 godzin dziennie. Co piąta korzystająca z Internetu osoba spędza w nim 6 godzin dziennie (badania Microsoft 2013 rok).

Nawiązywanie niebezpiecznych kontaktów

Badania przeprowadzone w 2006 rok wśród 10 tys. młodych internautów w wieku 12-17 lat pokazały, że 90% dzieci w Polsce, korzystających z Internetu, zawiera za jego pomocą znajomości.

- ▶ 92,1 % wykorzystuje komunikatory do rozmów ze znajomymi;
- ▶ aż 64 % zawiera poprzez komunikatory nowe znajomości;
- ▶ 68 % młodych osób otrzymuje propozycję spotkania od obcej osoby, a połowa z nich korzysta z tej propozycji.

Niebezpieczne treści

- ▶ 70 % deklaruje, że miało przypadkowy kontakt (treści o charakterze pornograficznym, filmy prezentujące przemoc, treści nawołujące do nietolerancji, promujące hazard, anoreksję, stosowanie używek, zaangażowanie w działalność sekt, sadyzm).

Cyberprzemoc

- ▶ ponad połowa dzieci pada ofiarą cyberprzemocy;
- ▶ 50 % sprawców przemocy rówieśniczej realizuje ją z wykorzystaniem nowoczesnych technologii;
- ▶ 16 % dzieci i młodzieży doświadczyła w Internecie straszenia i szantażowania;
- ▶ 21 % - poniżania i ośmieszania;
- ▶ 47 % - wulgarnego wyzywania;
- ▶ 29 % zgłasza, że ktoś podawał się za nich w sieci, wbrew ich woli;
- ▶ 14 % zgłasza, że w Internecie były publikowane materiały ośmieszające ich (wpisy, filmy, zdjęcia, teksty).

Cyberprzestępstwa – nieuprawniony dostęp do danych;**Uzależnienie od Internetu**

- ▶ Co dziesiąty nastolatek w Polsce jest zagrożony uzależnieniem od Internetu i ta liczba rośnie.

Nadużywanie Internetu – jest objawem. Należy zidentyfikować podłoże tego problemu.

Zanurzanie się w sieć / wsiąkanie w internetowy świat – to ucieczka od problemów.

Mechanizm powstawania uzależnienia: napięcie - używka / angażowanie się w czynności zastępcze – poczucie ulgi, rozluźnienia.

Jeśli młodemu człowiekowi brakuje czegoś w świecie realnym, to zastępczych relacji, kontaktów, bodźców szuka w Internecie. Jest to ucieczka od problemów, nieprzyjemnych uczuć, przed samym sobą, bezpośrednim kontaktem, przed zbyt trudną rzeczywistością, codzienną nudą. Bardziej zagrożone są osoby sfrustrowane i zagubione w świecie dorosłych, którym brakuje kompetencji społecznych. Borykające się z problemami emocjonalnymi, które mają trudność z bezpośrednim kontaktowaniem się z rówieśnikami.

Sygnaly nadużywania Internetu:

1. Duże zaangażowanie dziecka w korzystanie z Internetu, myślenie co się tam dzieje, trudności w doczekaniu się kolejnej sesji.
2. Trudność w kontrolowaniu czasu, potrzeba zwiększenia ilości czasu spędzanego w sieci, by uzyskać większe zadowolenie. Próby kontroli oraz ograniczenia czasu, nie udają się.
3. Uczucie złości, rozdrażnienie, lęk, wewnętrzny niepokój, gdy nie może korzystać z Internetu.
4. Konsekwencje w życiu realnym (zaniedbywanie szkoły, nieobecności, rezygnacja z podejmowanych wcześniej aktywności, pogorszenie kontaktu ze znajomymi, rodzicami).

Znaczenie nabywania kompetencji psychospołecznych w okresie dorastania.

Współczesne podejściu do zachowań problemowych młodzieży przenosi zainteresowanie z jednego zachowania ryzykownego (np. picia alkoholu, zażywania marihuany czy nadużywania Internetu) na ich całościowy ogląd.

Wyniki wielu badań zwracają uwagę, że u młodzieży podejmującej zachowania ryzykowne zauważono brak umiejętności psychospołecznych (tj. rozwiązywania problemów, radzenia sobie z emocjami, niska samoocena). Jednocześnie stwierdzono, że czynniki, które sprzyjają prozdrowotnym zachowaniom wśród młodzieży to dobre relacje i wsparcie w rodzinie, wzorce zachowań zdrowotne reprezentowanych.

Kompetencje psychospołeczne można ćwiczyć i trenować poprzez udział w sytuacjach społecznych i zadaniowych. Im więcej podejmujemy kontaktu z innymi, im więcej interakcji prowadzimy, tym wyższe kompetencje społeczne posiadamy. Ponadto, kompetencje te nabywane są i kształtowane w toku socjalizacji, w kontekście interakcji z innymi ludźmi. Początkowo tymi innymi są osoby najbliższe: matka, ojciec, inni opiekunowie, rodzeństwo, później zaś rówieśnicy i przedstawiciele różnych instytucji społecznych (np. wychowawczynie w przedszkolu, nauczyciel, trener). Człowiek w trakcie swojego życia napotyka na różne sytuacje społeczne, które przyczyniają się do zdobywania nowych doświadczeń i coraz to bardziej zaawansowanych umiejętności.

Kompetencje społeczne są niezbędne do prawidłowego i pełnowartościowego funkcjonowania jednostki w społeczeństwie. Jest to szczególnie istotne, jeśli mamy na myśli dzieci i dorastającą młodzież, niekiedy borykającą się z wieloma problemami. Kluczowa rola przypada tutaj nie tylko rodzicowi, ale i pedagogowi, nauczycielowi, psychologowi, a także każdemu, kto bierze udział w procesie wychowania.

Dotychczasowe badania empiryczne pokazują, że kompetencje korelują dodatnio z takimi czynnikami jak: dobrostan psychiczny, satysfakcja życiowa, jakość relacji interpersonalnych, gotowość niesienia i przyjmowania pomocy czy radzenie sobie ze stresem. Ujemną korelację dostrzega się natomiast w odniesieniu do zaburzeń psychicznych, objawów somatycznych, samotnością, zachowaniami przestępczymi oraz różnego rodzaju uzależnieniami.

Nabywanie, kształtowanie oraz rozwijanie kompetencji społecznych, tak ważnych dla młodego człowieka, może odbywać się tylko za pośrednictwem obopólnej pracy dorosłego i dorastającego. Jednym ze sposobów uchronienia młodych przed współczesnymi zagrożeniami jest kształtowanie kompetencji psychospołecznych w ramach programów profilaktycznych.

Materiały profilaktyczne:

Internet Addiction Test (wersja angielska)

<http://www.globaladdiction.org/dldocs/GLOBALADDICTION-Scales-InternetAddictionTest.pdf>

<http://netaddiction.com/internet-addiction-test/>

Artykuły, materiały szkoleniowe oraz scenariusze zajęć dotyczące zagrożeń w Internecie ze strony Fundacji Dzieci Niczyje:

http://www.saferinternet.pl/images/stories/pdf/raport_eu_net_adb_pl.pdf

http://www.academia.edu/9040285/Nadu%C5%BCywanie_internetu_przez_m%C5%82odzie%C5%BC._Wyniki_badania_EU_NET_ADB

e-learning dla profesjonalistów: <http://dziekowsieci.fdn.pl/kurs-e-learning-dziecko-w-sieci-profesjonalisci?cat1=&cat2=674&cat3=>

e-learning dla rodziców: <http://dziekowsieci.fdn.pl/rodzice-kurs-e-learning-dziecko-w-sieci?cat1=&cat2=961&cat3=>

<http://fdn.pl/materialy-serwisu-sieciakipl?cat1=445&cat2=674&cat3=742>

<http://fdn.pl/lekcja-bezpieczenstwa-scenariusz-zajec>

Przewodnik dla Młodzieży „Dbaj o fejs”:

<http://www.dbajofejs.pl/files/DbajOFejsFDN.pdf>

„Bezpieczeństwo dzieci online. Kompedium dla rodziców i profesjonalistów”:

<http://dziekowsieci.fdn.pl/kompedium>

„Elementarz dla rodziców”:

<http://dziekowsieci.fdn.pl/elementarz-dla-rodzicow-i-dzieci?cat1=&cat2=961&cat3=742>

Pomocna literatura:

Erikson E. H., Dzieciństwo i społeczeństwo, Poznań 1997.

Gaś Z. B., Pomoc psychologiczna młodzieży, Warszawa 1995.

Hamer H., Rozwój umiejętności społecznych, Warszawa 1999.

Harwas- Napierała B., Trempała J., Psychologia rozwoju człowieka, Wyd. PWN, Warszawa 2000.

Hobfoll S., Stres, kultura i społeczność, Wyd. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2006

Hunter-Geboy C., Edukacja bez tabu, Centrum Wspierania Partycypacji Społecznej Gdańsk, 2009.

Obuchowska I., Drogi dorastania. Psychologia rozwojowa okresu dorastania dla rodziców i wychowawców, Warszawa 1996.

ZAŁĄCZNIK NR 3

WIZUALIZACJA: POWRÓT DO OKRESU DORASTANIA

Zamknij oczy, zrelaksuj się, weź głęboki wdech i wydech. Pozwól powrócić myślom do swoich nastoletnich lat. Wyobraź sobie, że znów jesteś nastolatkiem. Ile masz teraz lat?

Postaraj przypomnieć sobie, jak wyglądało Twoje życie w tym wieku. Przypomnij sobie siebie samego. Jak wyglądałeś? Co myślałeś o sobie? Jak się ze sobą czułeś, co w sobie lubiłeś a czego nie? Przypomnij sobie swoje najbliższe otoczenie i ten czas swojego życia. Jaki byłeś?

Kim byli ludzie, z którymi się spotykałeś i przyjaźniłeś? Która z osób była Ci wtedy najbliższa? Jakie były tematy Waszych rozmów?

Przypomnij sobie co było dla Ciebie ważne? Jak spędzałeś(-aś) swój czas i czym się interesowałeś(-aś)? Co lubiłeś robić, a czego robić nie lubiłeś? Jakie miałeś plany i marzenia?

Czy pamiętasz swoje troski i zmartwienia z tamtego czasu? Czego one dotyczyły?

Co Cię wtedy smuciło i drażniło, a co sprawiało radość i zadowolenie?

Pozostań jeszcze chwilę ze swoimi wspomnieniami, a potem powoli otwórz oczy.

TWIERDZENIA DOTYCZĄCE KORZYSTANIA Z INTERNETU PRZEZ MŁODYCH LUDZI

Pierwszy smartfon w życiu dziecka powinien pojawić się nie wcześniej niż w 14 roku życia.

Prawda. Zbyt wczesny kontakt dziecka z nowymi technologiami zabiera możliwość podejmowania w wystarczającym stopniu różnorodnych aktywności i doświadczeń potrzebnych do rozwoju sensorycznego i poznawczego. Dlatego niezwykle istotne jest zwrócenie uwagi na wiek, w którym dziecko zaczyna korzystać z nowych mediów. Dziecko do drugiego roku życia nie powinno oglądać niczego na monitorze komputera. W wieku od 2 do 12 lat, spędzanie czasu dziecka przed komputerem, nie powinno przekraczać dwóch godzin dziennie.

Najczęściej uzależniają się od Internetu osoby, które stosują używki (tj. nikotyna, alkohol, narkotyki) lub osoby, będące już od nich uzależnione.

Fałsz. Korzystanie z Internetu jest prawdopodobnie najbardziej uzależniającą czynnością. Najbardziej narażone na uzależnienie od Internetu są dzieci i młodzież, które nie zostały nauczone racjonalnego korzystania z komputera czy telefonu. Istotne są też cechy indywidualne, tj. duże zapotrzebowanie na stymulację.

Do serwisu społecznościowego Facebook trafia 20% wszystkich zdjęć wykonywanych na świecie.

Prawda. Na Facebooku publikowanych jest codziennie ok. 250 milionów zdjęć. Warto pamiętać, że to co wrzucamy do sieci już w niej zostaje i nie mamy kontroli nad tym jak inne osoby mogą wykorzystać nasze zdjęcie.

Główne zachowanie, które jest przejawem uzależnienia od Internetu i komputera, to granie w gry komputerowe. Pozostałe nadmierne sposoby korzystania z Internetu nie grożą już tak uzależnieniem.

Fałsz. Istnieją jeszcze cztery inne typy zachowań, które są przejawem uzależnienia od Internetu:

- erotomania internetowa, np. cyberseks, oglądanie filmów i zdjęć o treści pornograficznej;
- socjomania internetowa, czyli uzależnienie od internetowych kontaktów społecznych; np. nadmierne korzystanie z portali społecznościach, chatów, forum, poczty elektronicznej;
- uzależnienie od sieci, np. zakupy i aukcje online, hazard w sieci;
- przeciążenie informacyjne, czyli przymus pobierania informacji, np. nadmierne przeglądanie portali informacyjnych, przymus „bycia na bieżąco” i pobierania danych.

Najistotniejszy sygnał alarmowy, mówiący o tym, że młoda osoba może mieć problem z nadmiernym korzystaniem z Internetu, to pogorszenie wyników w nauce.

Fałsz. Powinny niepokoić również takie objawy jak: zdecydowany spadek zainteresowania innymi aktywnościami niezwiązanymi z komputerem, zanik życia towarzyskiego i znajomych, długotrwałe obniżony nastrój, smutek i wycofanie, jak również problemy zdrowotne, tj. bóle kręgosłupa, bóle głowy, oczu, karku, brzucha, problemy jelitowe, a także permanentne zmęczenie i niewyspanie.

Internet daje możliwość dowolnej autoprezentacji i kreowania swojego wizerunku.

Prawda.

Internet można łatwo wyeliminować z życia współczesnego nastolatka. Mamy nad tym pełną kontrolę.

Fałsz.

Internet daje możliwość łatwego zaspokajania potrzeb, o które może być trudno w realnym życiu.

Prawda.

ZAŁĄCZNIK NR 5

TYPY MŁODYCH LUDZI NADUŻYWAJĄCYCH INTERNETU

Wciągnięci w sieć – to młodzi ludzie, którzy zaniedbują ważne obszary życia codziennego w związku z nadmiernym zaangażowaniem w Internet, w którym wyraźnie preferują konkretną aktywność, a także mają kłopot z ograniczeniem tego zachowania i doświadczają jego negatywnych skutków. Z powodu braku kompetencji społecznych, czują się wyobcowani lub wykluczeni z grupy rówieśniczej.

Wszystko naraz – te osoby mają potrzebę wielu doświadczeń, których szukają zarówno w Internecie, jak i w realnym świecie. Żyją intensywnie, brakuje im czasu. Cechuje ich wysoki poziom kompetencji społecznych.

Pełny krąg – przedstawiciele tego typu przechodzą okres intensywnego używania Internetu, jednak w pewnym momencie sami korygują i ograniczają to zachowanie. Powodem może być poczucie przesytu, doświadczanie szkodliwych skutków nadużywania lub zaangażowanie energii i uczuć w inną sferę życia, na przykład związek uczuciowy. Te osoby są uspołecznione i otwarte na doświadczenia.

Zabijanie czasu – ci młodzi ludzie, poprzez nadużywanie Internetu, radzą sobie z poczuciem nudy. Dla nich świat poza Internetem nie jest ciekawy, dlatego nie angażują się w prawie żadne zajęcia i aktywności w realnym życiu. Są zamknięci na doświadczenia i cechują się dość niskim poziomem umiejętności społecznych.

Źródło: Jak reagować na problem nadmiernego korzystania z Internetu przez dzieci i młodzież. Poradnik dla szkół, Fundacja Dzieci Niczyje

MODUŁ VII

**LARP -
ALTERNATYWNA
FORMA PRACY
Z MŁODZIEŻĄ**

LARP: narracyjna gra fabularna. LARP to rozrywka, w wielu przypadkach uczestnictwo w nim jest dobrowolne. Osoby biorą udział w grze, ponieważ tego chcą. Jeśli niniejszy materiał wykorzystany będzie w celach edukacyjnych lub podczas zajęć obowiązkowych w ramach działań klubu lub też w podobnych organizacjach, koordynator ma większą możliwość kontrolowania grupy, dlatego też z materiału tego należy korzystać z większą rozważą.

Na czym polega odgrywanie ról?

Odgrywanie ról oznacza wcielanie się w danego bohatera w określonym czasie, w którym wszyscy uczestnicy gry rozmawiają, zachowują się w sposób w jaki zachowywałby się odgrywany przez nich bohater. Uczestnicy mogą nie rozumieć wielu kwestii, stąd obecność koordynatora, którego rolą jest wyjaśnienie wszelkich wątpliwości przed rozpoczęciem gry. Wszystkie kwestie omówiono bardziej szczegółowo w dalszej części niniejszego tekstu. Bardzo często w grupie młodych ludzi istnieje już pewna funkcjonalna lub dysfunkcyjna dynamika społeczna. Prowadzi ona do pewnego rodzaju napięć i nieporozumień. Dlatego też konieczne jest powołanie koordynatora, który określi zarys działania oraz wyznaczy osoby decyzyjne w poszczególnych obszarach.

Koordynator i mistrz gry

Jest to larp z przewodnikiem, który będzie pełnił funkcję koordynatora przeprowadzającego pozostałych uczestników przez całą opowieść. Osoba ta musi przygotować się przed rozpoczęciem gry, ponadto musi także dopilnować, aby każdy uczestnik wziął udział w podsumowaniu po zakończonej grze. Może się ono odbyć w formie grupowej dyskusji bądź też, w przypadku, gdy osoba nie chce wziąć udziału w pracy grupowej, larp powinien porozmawiać indywidualnie z danym uczestnikiem (w tradycyjnych larpach funkcja ta została określona funkcją Mistrza Gry).

Dobrowolna czy obowiązkowa?

Dobrowolność oznacza, że każdy może zdecydować: czy chce brać udziału w grze, ma też możliwość zrezygnowania z udziału w jej trakcie, jeśli na przykład uzna, że dany jej fragment jest zbyt przerażający. Reakcja taka jest całkiem naturalna, ważne natomiast jest aby uwzględnić ten fakt w analizie po zakończeniu gry. Koordynator powinien poinformować graczy, gdzie mogą przejść lub gdzie mogą udać się, jeśli nie będą brać udziału w grze lub gdy zrezygnują z niej w trakcie jej trwania. Jeśli jakaś osoba wyjdzie przed końcowym podsumowaniem gry, koordynator powinien się z nią skontaktować w celu indywidualnego omówienia gry.

Przygotuj 5 krzeseł w końcu sali (naprzeciwko krzeseł nauczyciela), na których będą mogły usiąść osoby, które zrezygnowały z gry, a które chcą śledzić dalszy jej przebieg.

Jeśli osoby te będą chciały zrobić sobie przerwę i wyjść z sali, koordynator powinien je poinformować, kiedy powinny wrócić na podsumowanie i analizę.

Pomoc w wyborze postaci

Po pierwsze, uczestnicy muszą zdać sobie sprawę, że sami nie mogą wybierać członków swojej grupy, to koordynator dokona takiego wyboru w oparciu o typ postaci oraz wybranego typu strategii społecznej dla danej grupy. Uczestnicy natomiast, otrzymują możliwość wyboru postaci, którą chcą odgrywać, mogą też wybrać jednego przyjaciela w danej historii, mogą także odrzucić propozycję grania danej postaci. Muszą jednakże zdawać sobie sprawę, że możliwość brania udziału w grze uzależniona jest od wyboru jednej z proponowanych postaci. W grze mogą pojawić się maksymalnie 2 takie same postaci.

Koncentracja na opowieści lub na odgrywaniu siebie

Gra fabularna może rozwijać się dzięki dynamice w niej zawartej, wyolbrzymia lub przerysuje niektóre typy zachowań, tak by można je było przeanalizować po zakończeniu danej sesji. Okazuje się, że wiele osób grać będzie bohaterów o podobnym statusie społecznym lub też sposobie zachowania do ich własnych.

Kolejna strategia polega na zmianie pewnej dynamiki społecznej, którą Ty jako koordynator lub długoletni członek grupy postrzegasz w zupełnie inny sposób; chciałbyś zmienić hierarchię i relacje między poszczególnymi osobami. Jest to trudniejsze, jednak jeśli brak ci pewności, powinienes zapobiegać tworzeniu się silnych grup i zacząć kontrolować przebieg całej opowieści. Kontrolę nad przebiegiem historii powinna sprawować grupa lub Ty, jako koordynator spoza struktury opowieści (i poprzez swoją postać w opowieści, jako nauczyciel). Jeśli sam zrezygnujesz ze sprawowania kontroli nad opowieścią, upewnij się, że nie przejmie jej nieliczna, choć społecznie dominująca grupa. Jeśli tak się stanie, przerwij odgrywanie larpa, przedefiniuj postać lub kilka z nich, albo poproś osoby, które przejęły kontrolę nad opowieścią, żeby przestały dominować.

Grać by wygrać, grać by przegrać

Jest to narracyjna gra fabularna. Oznacza to, że albo się w niej wygrywa, albo przegrywa. To, z kolei oznacza, że pojawiają się zwycięzcy i przegrani, a w związku z tym automatycznie tworzy się pewnego rodzaju napięcie i suspens w trakcie całej gry. Jednakże w przypadku larpa odgrywanego na zasadzie konkurencji w sieci, przemoc i brutalność może przyjmować dość drastyczne formy. Grupa graczy, która przyjmuje tego typu styl gry, musi czuć się dość komfortowo w sytuacji grania osób złośliwych i wrednych.

Jeżeli koordynator się waha, zaleca się, by larp odgrywany był z nastawieniem na przegraną. Oznacza to, że wszyscy uczestnicy współpracują tak, by ich postaci znalazły się w tarapatach, by przydarzały im się złe i tragiczne rzeczy, ponieważ i tak wszystkie postaci (nie gracze) są ludźmi z problemami. Każdy powinien zrobić wszystko by nie wygrać, a najciekawszymi scenami będą te, w których ktoś odpada lub przegrywa z kretesem.

Taka strategia może być mniej ryzykowna, nie oznacza to natomiast, że gra będzie mniej interesująca. Jako koordynator możesz poprosić uczestników

by grali tak, aby przegrać, w ten sposób unikniesz pewnego rodzaju rozczarowania i dyskomfortu z rezultatu gry.

Czas

Cała gra trwa 4 godziny. Kiedy koordynator objaśnia zasady i koncepcję gry, mamy do czynienia z fazą przygotowania. Objasnianie zasad i koncepcji gry, jak również warsztaty, nie powinny zająć więcej niż 1 godzinę. Jeśli brakuje czasu, należy pominąć kilka prób. Po godzinie rozpoczyna się gra. Cały larp trwa nie dłużej niż 2 godziny. Zawiera 9 scen. Scena powinna trwać od 5 do 15 minut. Po 2 godzinach lub gdy odegrano wszystkie 9 scen, czas na zaplanowany epilog z udziałem wszystkich postaci. Jeśli koordynator zdecyduje o zakończeniu larpa przed odegraniem wszystkich 9 scen, nie należy pomijać epilogu.

Sceny

Istnieją dwa typy scen. Sceny w sali w trakcie trwania zajęć, kiedy uczestnicy poświęcają dużo czasu na sporządzaniu potajemnych notatek i zapisków oraz sceny na dziedzińcu szkolnym, w trakcie przerw, kiedy klany zbierają się i omawiają strategię przechytrzenia innych, planują w jaki sposób przejąć panowanie nad światem. Uczestnicy będą uciekać się do różnych sztuczek by niewidoczne moce stały się widoczne; skorzystają z Internetu na 3 różne sposoby:

- przeniosą plansze gry internetowej do 1 pomieszczenia z krzesłami; każde krzesło służy jako symboliczna tablica Facebooka;
- przeniosą akcję internetową poprzez dodanie do normalnej, typowej akcji specjalnego typu akcji, które można odegrać w scenerii sali lekcyjnej;
- przeniosą różne typy komunikacji z istotami nadprzyrodzonymi.

Przykład gry: Wewnętrzna bestia

Jest to historia o naszym wewnętrznym demonie, bestii. Demonie sprawiającym nam ogromną przyjemność, takim, który unika jakiegokolwiek cierpienia czy bólu. Człowiek nie zdaje sobie sprawy, że jest bestią. A im bardziej nią się staje, tym mniej jest tego świadom.

Co jest potrzebne do gry?

- 8-16 graczy;
- 1-2 mediatorów;
- 4 godziny;
- pomieszczenie wielkości sali lekcyjnej;
- 16 krzesel + 6 krzesel;
- symboliczny larp o układzie teatralnym;
- młodzi ludzie zostają ovladnięci przez mityczne potwory.

TEKST:

Wyobraź sobie ostatni dzień lata. Trawę pod bosymi stopami. Chłopak. Dziewczyna.

Tego wieczoru spacerowaliście sami. Wieczór kiedy to się stało....

Gwiazdy jaśniały, księżyc w pełnym blasku. Rozbłysk światła. Łaskotanie w stopy. Szok emocjonalny. Jakby zmarł ktoś Ci bliski. Może to Ty?

Może to słoneczne przesilenie, może przejaw nadmiernego promieniowania w ziemi?

Wewnętrzna siła. Odwieczna ciemność. Wewnątrz.

– Kim jesteś, zapytała ciemność, – Jestem tobą, odpowiedziała dziewczyna.

– Jaki jest wasz cel, zapytała ciemność. – Będziemy panować nad światem, odpowiedział chłopak.

(cisza)

Ta historia nie opowiada o nas, odgrywamy role i postaci, wcielamy się w bohaterów. To narracyjna gra fabularna. Larp jest to historia, którą tworzymy na bieżąco, ale jak każda historia, w pewnym sensie opowiada ona o nas.

Historie opowiadają o ludziach, o rodzaju ludzkim. Możliwe, że nie opisują bezpośrednio nas, ale ukazują pewną prawdę o każdym z nas. Kto jest dobry, kto jest słaby, kto może zostać królową i królem balu pełni księżyca.

(cisza)

Pierwszy dzień szkoły. Ponuro i nudno. Dziś wieczorem impreza przed powrotem do szkoły. Impreza pełni księżyca. Impreza, na którą wszyscy czekaliście. Wkrótce zebranie klanu. Spotkanie przyjaciół po latach. Czy się zmienili? Czy czasami nie wydaje ci się, że zupełnie ich nie znasz? Czy znasz siebie? Te myśli opanowują twój umysł kiedy idziesz po schodach do sali, kiedy siadasz w ławce.

Na chwilę przed tym, jak nauczyciel wejdzie do Sali, przypominasz sobie znów pytania zadane w ciemności.

– Kim jesteś, zapytała ciemność.

– Jestem tobą, odpowiedziała dziewczyna.

– Jaki jest wasz cel, zapytała ciemność.

– Będziemy panować nad światem, odpowiedział chłopak.

(cisza)

Kiedy otworzycie oczy, będziecie z w sali lekcyjnej, nie krępcie się, rozrabiajcie, buccie, strójcie głupie miny, klaszczcie kiedy nauczyciel sprawdza obecność na początku lekcji. Pamiętajcie jesteście rozwydrzonymi nastolatkami.

Rekwizyty i przedmioty

Do pierwszej gry potrzebne będą następujące przedmioty i rekwizyty. Bez niektórych z nich nie będzie możliwe przeprowadzenie gry, niektóre nie są konieczne, ale dobrze byłoby je mieć.

Potrzebne przedmioty:

30 krzesła, (te, których nie wykorzystasz powinny zostać ustawione wzdłuż ściany z tyłu sali), piłka (do sceny w sali gimnastycznej), system nagłaśniający, odtwarzacz audio, podłączony do systemu nagłaśniającego, flamastry dla uczestników, karteczki samoprzylepne w dwóch kolorach (żółte i różowe), biała taśma maskująca (do oklejenia podłogi w sali i do wykonania plaketek imiennych), ksero/kopie tekstów ról poszczególnych postaci (znajdziesz je w dalszej części niniejszego opracowania), zapasowa taśma klejąca, na wypadek gdyby karteczki samoprzylepne zaczęły się odklejać.

Dobrze byłoby, gdyby dostępna była: sala, w której można wyłączyć wszystkie światła, latarka dla nauczyciela, tablica lub biała tablica do pisania mazakami. Dla każdego gracza: wcześniej przygotowane wizytówki z imieniem, rękawiczki, okulary przeciwsłoneczne, koszulka bez wzoru, na której można będzie pisać, 3 pisaki do pisania na materiale.

Zakończenie

Gra kończy się po 2 godzinach ze względu na ograniczony limit czasowy, może także zakończyć się przed planowanym czasem w trzech innych przypadkach:

1. Kiedy liczba krzeseł jest mniejsza niż liczba „unicestwionych” lub „poskromionych” postaci, kiedy ostatnia osoba zostawia krzesło i musi usiąść na krzesłach postawionych pod ścianą oraz kiedy wszystkie krzesła są już zajęte.
2. Kiedy którakolwiek z osób siedziała na krzesłach ustawionych z boku dłużej niż godzinę.
3. Kiedy gra przerwana zostaje przez koordynatora, który zauważa, że w larpie lub też całej opowieści, pojawiło się wystarczająco dużo paskudnych i wrednych zachowań, służących jako materiał bazowy do analizy odegranego larpa. W tym przypadku oznacza to przejście do Sceny Epilogu pt. Smutny, Przygnębiający Poniedziałek.

Krzesła

Na tyle oparcia krzesła każdego uczestnika symulujemy facebookową oś czasu.

Każda osoba musi mieć swoje krzesło. Poszczególni gracze przyklejają na tyle oparcia zapisane na kartce imiona oraz imiona odpowiadających im potworów.

Na górze kartki umieść napis „Oś czasu” i przyklej go poniżej przyklepionej już kartki z imionami.

Kiedy uczestnicy dokonają wyboru postaci, umieszczą nazwę i typ potwora na górze kartki, ich własne imię powinno zostać zapisane markerem koloru niebieskiego lub czarnego, a nazwa potwora czerwonym. Uczestnicy przyjmują imię postaci, które zapisali na kartce lub też wybierają wymyślone przez siebie imię (np. „Barghast, Minotaur”).

(Lista postaci i ich opis umieszczony został w dalszej części poniższego tekstu). W trakcie odgrywania scen w sali lekcyjnej, pozostali uczestnicy będą umieszczali karteczki samoprzylepne z zapisanymi komentarzami i uwagami na tyle oparcia każdego krzesła.

W części sali przeznaczonej na salę lekcyjną, poustawiaj w nietypowy sposób 16 krzeseł w cztery rzędy po cztery krzesła, każde krzesło skierowane powinno być do środka sali. W ten sposób każda osoba będzie w stanie dosięgnąć kilku krzeseł, chyba, że znajduje się w strefie bezpiecznej na tyle sali lub też z przodu sali. W tym przypadku krzesło danego uczestnika będzie łatwym celem innych uczestników. W przypadku, gdy któryś z uczestników zostanie „poskromiony” miłymi uwagami (5) lub „unicestwiony” złośliwymi uwagami (7), zostawia krzesło i siada na jednym z sześciu krzeseł umieszczonych pod ścianą.

Umieść 6 „pustych” krzeseł z tyłu sali. W przypadku, gdy w grze uczestniczy mniej niż szesnastu graczy, liczba „pustych” krzeseł powinna być mniejsza niż 6.

Liczba krzeseł umieszczonych pod ścianą powinna odpowiadać liczbie uczestników.

Od 16 do 15 graczy = 6 krzeseł, od 14 do 12 graczy = 5 krzeseł, od 11 do 10 graczy = 4 krzeseł, od 9 do 8 graczy = 3 krzesła.

Postacie

Każdej postaci odpowiada mitologiczna istota, przypisana jest jej także pewna sugestia co do doboru imienia, przyjaciół wybieranych przez uczestników (pozytywne relacje) i jednego wroga (negatywna relacja). Istnieją także klany, do których dana postać przynależy (klany tworzone są przez koordynatora podczas podziału uczestników na 3 grupy). Uczestnicy sami wybierają osobę, z którą będą miały dobrą relację, natomiast tekst roli określa osobę, z którą relacja ma być negatywna. Opis wszystkich piętnastu postaci został zamieszczony na końcu niniejszego tekstu. Zrób po 2 kopie tekstu każdej postaci.

Klan nr 1 – Istoty Natury

Klan Istot Natury pragnie utrzymać równowagę pomiędzy dobrem a złem. Członkowie klanu chcą pozbyć się Klanu Umarłych i poskromić członków klanu Zdegenerowanych Istot Ludzkich lub zaprzyjaźnić się z jednym lub z kilkoma członkami tego klanu.

Postaci: Gnom, Minotaur, Duch, Nimfa, Troll

Klan nr 2 – Zdegenerowane Istoty Ludzkie

Członkowie klanu Zdegenerowanych Istot Ludzkich chcą pozbyć się członków Klanu Istot Natury i poskromić członków klanu Trupów lub zaprzyjaźnić się z jednym lub z kilkoma członkami tego klanu.

Postaci: Wiedźma, Czarodziej, Wilkołak, Frankenstein, Podrzutek

Klan nr 3 - Trupy

Członkowie klanu Trupów chcą pozbyć się członków Zdegenerowanych Istot Ludzkich i poskromić członków klanu Istot Natury lub zaprzyjaźnić się z jednym lub z kilkoma członkami tego klanu.

Postaci: Wampir, Zjawa, Zombie

Podział i wybór postaci

Ponieważ postaci się dublują, w jednej turze gry powinno pojawić się więcej postaci niż jest to konieczne. Ma to na celu tworzenie pewnego rodzaju różnorodności i możliwości wyboru. W przypadku większości postaci dublowanie bohaterów nie stanowi problemu, nie dopuszczaj jednak by w grze pojawiło się więcej niż dwóch identycznych bohaterów. Aby zautomatyzować ten proces w fazie przygotowań, koordynator przygotowuje tylko 2 kopie tekstu każdej z postaci.

Podziel grupę na 3 mniejsze. Poproś uczestników by ustawili się w trzy oddzielne okręgi.

Poinformuj uczestników, do którego klanu przynależą (jeżeli uczestnicy nie zgadzają się by należeć do danego klanu, dokonaj koniecznych zmian, tak by osoby w poszczególnych 3 grupach były w miarę zadowolone z dokonanego podziału).

Podziel postaci na klany. Rozdaj każdemu uczestnikowi tekst jego postaci. Poproś dodatkowe postacie, należące do tego samego klanu, by weszły do środka koła i usiadły na podłodze. Koordynator informuje uczestników, że mogą zamieniać się rolami, ale nie pomiędzy sobą, lecz z osobami siedzącymi na podłodze. Kiedy wszyscy uczestnicy wybiorą swoje role, mają 5 minut na zapoznanie się z tekstem i opisem roli. W trakcie, gdy uczestnicy zapoznają się z rolami, koordynator rozdaje uczestnikom po dwie kartki papieru, pasek białej taśmy maskującej oraz flamastry do zapisania imion odgrywanych bohaterów oraz bestii, które je opanowały. Uczestnicy zapisują na kartkach imiona postaci i demonów, które je opanowały i przyklejają kartki na tyle oparcia krzesła. Po przeczytaniu tekstu i opisu swojej postaci, uczestnicy wstają i ustawiają się w rzędzie zgodnie z podziałem na 3 klany. Poproś uczestników by się przedstawili: podali imię swojej postaci, odpowiadające im imię potwora oraz w jednym zdaniu opowiedzieli o swojej postaci. Koordynator musi dość restrykcyjnie pilnować, aby wypowiedź każdego z uczestników nie przekroczyła jednej minuty, a całość prezentacji kwadransu.

7 Ciemnych Mocy eliminuje ludzkie istoty

W tekście każdej postaci wpisany jest tekst odpowiadającego mu potwora. Odgrywając partie potwora można wpływać na inne postaci. Dzięki temu gracze mogą umieszczać uszczypliwe komentarze zapisane na karteczkach samoprzylepnych. Wypowiedzi stylizowane są takie jak zamieszcza się na osi czasu na Facebooku, a zamieszczane są na tyle oparcia krzesła innych uczestników. Każda osoba może umieścić maksymalnie 2 karteczki w trakcie 1 sceny odgrywanej w sali lekcyjnej. Kiedy dana osoba ma 7 lub więcej negatywnych komentarzy na oparciu krzesła, jego postać zaczyna być przygnębiona i jest wyrzucana ze szkoły. Krzesło danej postaci zostaje na miejscu, natomiast wyeliminowana osoba siada na jednym z krzesła umieszczonych z tyłu pomieszczenia. Wyeliminowana postać w trakcie jednej sesji nadal może umieścić po 2 pozytywne uwagi na oparciach krzesła pozostałych uczestników, ale tylko 1 z uszczypliwym komentarzem. Osoby te grają teraz postaci, które opuściły dysfunkcyjny krąg przyjaciół i próbują pomóc poskromić bądź też uratować jak największą liczbę osób, aby te mogły wypłatać się z kręgu negatywnej atmosfery. Postaci, które zostały wyeliminowane z gry mogą próbować bronić swoich przyjaciół lub też cały klan, umieszczając negatywne komentarze na osi czasu swoich wrogów.

5 pozytywnych uwag poskramia bestię

Każda postać ma pewne słabości. Aby być szczęśliwa, potrzebuje czegoś od innych postaci lub musi poprosić o coś inną postać. Sposobem na wypędzenie z siebie bestii jest jej poskromienie. Poskramianie ma miejsce, gdy na osi czasu (na oparciu krzesła) umieszczane zostaną karteczki samoprzylepne z pozytywnymi komentarzami. W danej historii, każda z postaci osiąga szczęście i nie chce czynić zła kiedy na oparciu krzesła umieszczonych zostanie 5 lub więcej pozytywnych komentarzy. Kiedy bestia zostanie poskromiona dana postać nie jest już członkiem swojego klanu. Traci też swoje ciemne, potworne moce. W tym momencie, koordynator bierze czerwony flamaster i wykreśla imię potwora z kartki danego uczestnika. Od tej chwili poskromione postacie mogą pomagać innym i tworzyć nowe sojusze oraz nowy klan z członkami innych klanów. Gracze mogą też zdecydować, że usiądą na krzesłach z osobami, które zostały wyeliminowane i w ten sposób wcześniej zakończyć larpa. Jako, że poskromione postacie mogą być traktowane jako zdrajcy własnego klanu, mogą nadal otrzymywać negatywne komentarze od innych postaci, co umożliwia członkom ich dawnego klanu pastwienie się nad nimi i pozbycie się z sali lekcyjnej. Maksymalna liczba postaci poskromionych, siedzących na tyle Sali, jest identyczna jak liczba wyeliminowanych, podobnie liczba pozytywnych i negatywnych komentarzy w danej scenie w sali lekcyjnej – tj. 1.

Karteczki samoprzylepne i flamastry

Każda bestia ma 2 kolory karteczek samoprzylepnych. Rozdaj przynajmniej 15 żółtych karteczek na negatywne komentarze i 10 karteczek (w innym kolorze) na pozytywne uwagi. Upewnij się, że każdy uczestnik ma 1 flamaster. Koordynator tłumaczy, że żółte karteczki służą do zapisywania negatywnych komentarzy, a inne kolory na wypowiedzi o charakterze pozytywnym.

Koordynator wyjaśnia uczestnikom, że karteczki samoprzylepne służą do umieszczania uwag na osi czasu pozostałych uczestników, kartki papieru na tyle oparc krzesel służą za oś czasu. Koordynator wyjaśnia, że każda osoba może napisać maksymalnie trzy komentarze w trakcie sceny odgrywanej w sali lekcyjnej. W każdej scenie w sali lekcyjnej powinny zostać wypisane 2 negatywne i maksymalnie 3 pozytywne komentarze.

Uwagi na karteczkach samoprzylepnych muszą być opatrzone imieniem adresata oraz imieniem osoby, która dany komentarz sporządziła. Kiedy uwaga zostanie usunięta, umieszcza się ją na podłodze pod krzesłem, do którego była przyklejona, drukiem do góry. Koordynator wyjaśnia reguły eliminacji danej postaci, informując, że postać, która otrzyma 7 lub więcej negatywnych uwag na żółtych kartkach jest eliminowana (jeśli w grze bierze udział mniej niż 12 osób limit zmniejsza się do 6). Koordynator powinien też wyjaśnić, że kiedy dana osoba zostanie wyeliminowana musi opuścić grę i usiąść na krzesłach umieszczonych z tyłu sali. Kiedy wszystkie krzesła są zajęte, koordynator może zakończyć grę.

Kiedy dana osoba otrzyma 5 lub więcej pozytywnych uwag na karteczkach w innym kolorze zostaje poskromiona i pozbywa się swojego wewnętrznego potwora.

Kiedy gracze siedzą na krzesłach ustawionych pod ścianami, w trakcie każdej sceny odgrywanej w sali lekcyjnej, mogą nadal umieszczać po jednej pozytywnej i jednej negatywnej uwadze na krzesłach innych uczestników. Są teraz osobami, które opuściły dysfunkcyjny krąg przyjaciół i próbują pomóc poskromić bądź też uratować jak najwięcej osób aby te mogły wypłatać się z kręgu niemiłej atmosfery. Postaci, które zostały wyeliminowane z gry, mogą próbować bronić swoich przyjaciół lub też całego klanu, umieszczając negatywne komentarze na osi czasu swoich wrogów.

Warsztaty: Jak przygotować i przećwiczyć larpa?

Konstruowanie przestrzeni

Za pomocą białej taśmy podziel salę na dwie części.

1 otwarta przestrzeń bez krzesel, która będzie strefą spotkań, po części też dziedzińcem szkolnym czy też parkiem nocą, jedna część z szesnastoma krzesłami, ustawionymi w czterech rzędach po cztery krzesła, ułożone w półkolu przodem do ściany (w kształcie księżycy lub wachlarza). 1 krzesło z przodu dla nauczyciela.

Poinstruuuj każdego, żeby przeszedł do strefy otwartej. Wyłącz wszystkie światła. Jeśli jest to możliwe, otwórz okno tak, aby do pomieszczenia wpadało świeże powietrze.

Ćwiczenie 1 –Przyjaciele i wrogowie.

Gracze stoją w kółku. Sprawdzają tekst roli, wyszukując w tekście, kto jest ich naturalnym wrogiem. W oparciu o swoje sympatie i zaufanie każdy gracz wybiera osobę, która będzie Jego/Jej przyjacielem. Żadna z postaci nie powinna mieć więcej niż dwóch wrogów czy też przyjaciół. Ponadto, każdy powinien mieć jedną postać, która sądzi, że jest Jego lub Jej wrogiem.

Pod koniec każdego ćwiczenia koordynator wypisuje nazwiska osób w kolejności alfabetycznej oraz im odpowiadające imiona ukrytych potworów.

Gracze zapisują swoje imiona oraz imiona przyjaciół i wrogów na kartce ze swoją rolą.

Ćwiczenie 2 – Hierarchia w klanie

Koordynator dzieli graczy na klany i wyjaśnia, że właśnie teraz poznają pozycję swojej postaci w hierarchii klanu. Odbywa się to na zasadzie pojedynku spojrzeń. Na początku wszyscy się rozglądają dokoła. Koordynator wydaje następujące polecenie: „Popatrzcie się na siebie. Wyobraźcie sobie, że jesteście osobą, którą będziecie odgrywać. Proszę, aby osoby, które wiedzą lub chcą odgrywać rolę bohatera o niższym statusie społecznym, usiadły.” Instrukcja powtarzana jest do czasu, gdy nie pozostanie 1 lub 2 osoby stojące. Kiedy wybranych zostanie 2 kandydatów na liderów, wszyscy siedzący na podłodze przechodzą i siadają za danym kandydatem. Kandydat, za którym usiadło najwięcej osób, wybrany zostaje przywódcą klanu.

Ćwiczenie 3 – Pozowanie do fotografii grupowej

Biorąc pod uwagę osobowości poszczególnych bohaterów, każdy klan zbiera się żeby zapozować do zdjęcia (takiego jak do typowego zdjęcia z okładki albumu zespołu muzycznego). Podczas gdy grupa stoi i rozmawia w czasie przerwy, koordynator wyjaśnia w jaki sposób grupa powinna ustawić się do zdjęcia.

Przejsie do magicznego kręgu

Koordynator informuje graczy, że opowieść za chwilę się rozpocznie. Jeśli ktoś chce skorzystać z toalety, ma na to 5 minut. Kiedy wszyscy będą gotowi, siadają na krzesłach i milkną. Kiedy wszyscy będą gotowi koordynator prosi wszystkich, aby zamknęli oczy i wzięli głęboki wdech. Następnie, wydech.

Opowieść.

Prolog.

Zgaś światło.

Włącz muzykę.

Przeczytaj rozdział zatytułowany „Wewnętrzna bestia”, zamieszczony na początku niniejszego tekstu.

Włącz światło. Rozpocznijcie odgrywanie larpa. Nauczyciel pełni rolę koordynatora. Uczniowie są uczestnikami. Jesteście w sali lekcyjnej

Scena 1 – Witaj szkoło

Nauczyciel bierze alfabetyczną listę postaci i prosi uczniów, aby wstali kiedy wyczytywane będzie ich imię.

Dość prowokacyjnie i teatralnie nauczyciel mówi: „nie gwizdźcie, nie zwracajcie się po imieniu i nie naśmiewajcie się z osoby wyczytywanej”.

(Przy odrobinie szczęścia sprowokuje to graczy do przeciwnej reakcji).

Nauczyciel odczytuje imiona nadane poszczególnym postaciom. Kiedy dana osoba wstaje, nauczyciel pyta : „Jak tam twoje wakacje?” – Po wysłuchaniu kilku zdań odpowiedzi prosi ucznia by usiadł.

Scena 2 – Praca w grupach

Po sprawdzeniu listy, nauczyciel dzieli klasę na 3 dowolnie dobrane grupy. Podział musi różnić się od podziału na poszczególne klany. Następnie prosi każdą z grup by ustawiła krzesła w koło.

(Osoby przechodzące będą w ten sposób widziały tył krzesła z przymocowaną kartką z facebookową osią czasu). Nauczyciel rozdaje każdej grupie jedno zadanie. Tytuły poszczególnych zadań to: „Bogini i księżyc”, „Magia i Księżyc”, „Pełnia” (Zadania te znajdziesz na ostatnich stronach poniższego tekstu).

Nauczyciel informuje wszystkich, że mają 7 minut na przygotowanie się, następnie grupa przedstawiać będzie 2-minutową prezentację na temat powierzonego im tematu.

Później, nauczyciel rozdaje każdemu uczniowi żółte i różowe karteczki samoprzylepne i sprawdza czy każdy ma własny pisak. (Gracze mają za zadanie zapisywać informacje na oparciach krzesel, na osi czasu).

Po zakończeniu wszystkich prezentacji, nauczyciel prosi uczniów o ponowne ustawienie krzesel w rzędach, po cztery krzesła w każdym

rzędzie. Następuje przerwa. Nauczyciel prosi aby uczniowie wyszli na przerwę na dziedziniec szkolny (wskazując na przestrzeń po drugiej stronie białej taśmy maskującej). Koordynator prosi wszystkich by przed wyjściem popatrzyli na facebookową oś czasu i przypomina, że przed wyjściem mogą zdjąć jedną karteczkę z komentarzem z oparcia swojego krzesła.

Scena 3 – Zgromadzenie klanów

Wszyscy wychodzą na dziedziniec szkolny. Koordynator prosi wszystkich, aby przyjęli pozę, którą wcześniej ćwiczyli i by zamknęli oczy. Koordynator włącza inny rodzaj muzyki.

Koordynator zaczyna czytać: „Pierwszy dzień w szkole. Całym gangiem jesteście na dziedzińcu. Kto w tym roku będzie waszym przyjacielem? Czy wasi wrogowie nadal są w pobliżu? Czy możecie powiedzieć coś miłego i coś złośliwego o swoich wrogach? – i kim jest ten dupek, który umieścił jakiś komentarz na waszej osi czasu tuż przed przerwą?”

3 klany gromadzą się na dziedzińcu szkolnym i rozpoczynają dyskusję.

Podczas, gdy uczestnicy odgrywają swoje role, koordynator ustawia krzesła w dwa rzędy naprzeciwko siebie. Po około 10 minutach, kiedy zdaniem koordynatora należy przerwać grę, pada komenda „Stop” oraz „zamknijcie oczy”. Koordynator zmienia rodzaj muzyki na muzykę sali lekcyjnej.

„Koniec przerwy. Przechodzimy do sali. Wychowanie fizyczne. O nie! Naprawdę nienawidzicie zajęć z wychowania fizycznego?”

Otwórzcie oczy.

Scena 4 – Wychowanie fizyczne

Koordynator prosi wszystkich, aby przeszli do sali, popatrzyli na facebookową oś czasu (przypomina, że przed rozpoczęciem zajęć mogą zdjąć jedną karteczkę z komentarzem z oparcia swojego krzesła).

„W tej scenie możecie pisać uwagi jedynie w trakcie trwania zajęć z wychowania fizycznego i jedynie o osobach siedzących bezpośrednio po waszej lewej lub prawej stronie. Liderzy grup mogą zdecydować, kto będzie siedział obok kogo. Istnieje możliwość przekazania swojego komentarza innemu członkowi klanu, jeśli siedzi on lub ona obok osoby, na temat, której chciałbyś napisać komentarz. O tak. Wychowanie fizyczne. O nie! Naprawdę nienawidzicie zajęć z wychowania fizycznego.”

Koordynator przechodzi z końca sali na jej przód i wciela się w rolę nauczyciela.

Nauczyciel wskazuje dwie osoby, jedną odgrywającą rolę Minotaura i drugą odgrywającą rolę Wilkołaka (jeśli w grze nie ma jednej z dwóch przywołanych postaci, wybierz tylko jedną). Nauczyciel prosi obie osoby, aby stanęły na przodzie dwóch oddzielnych rzędów.

Zadaniem ich będzie wybieranie na przemian członków swoich grup.

Kiedy wszyscy zostaną podzieleni na grupy należy poprzestawiać krzesła.

(Może to zająć chwilę, nauczyciel nie może popędzać uczestników, powinni oni zacząć zachowywać się jak infantylne nastolatki, powinni się mieszać i spiskować. Jeśli będzie to interesujące, pozwól by sytuacja się rozwinęła.

(Należy zmienić muzykę na szybszą)

Nauczyciel podaje uczestnikom piłkę. Drużyna otrzymuje 2 punkty, kiedy przejmie piłkę i traci 1 punkt, kiedy piłka upadnie na podłogę. Wszyscy uczestnicy wstają. Rzucają piłkę pomiędzy rzędami. Czynność powtarzana jest 1 lub 2 razy (w zależności od tego co będzie się działo w trakcie gry i jakie uwagi będą wymieniane podczas gry).

Po 10 minutach koordynator prosi uczniów by ustawili krzesła w 4 rzędach.

Następnie ogłoszona zostaje przerwa. Nauczyciel prosi, aby uczniowie wyszli na przerwę na dziedziniec szkolny (wskazując na przestrzeń po drugiej stronie białej taśmy maskującej). Nauczyciel prosi wszystkich, aby przed wyjściem popatrzyli na facebookową oś czasu i przypomina, że przed wyjściem mogą zdjąć jedną karteczkę z komentarzem z oparcia swojego krzesła.

Scena 5 – Zgromadzenie klanów

Wszyscy gracze przechodzą na dziedziniec szkolny. Koordynator prosi wszystkich, aby przyjęli pozę, którą wcześniej ćwiczyli, tym razem, jednak, proszeni są by usiąsiedli. Tym razem istnieje możliwość przemieszania się członków klanu. Przypomnij uczestnikom, że poszczególni bohaterowie mogą ukradkiem wkradać się do innych klanów, mogą też być zapraszani przez inne klany.

Tym razem przerwa trwa dłużej.

Koordynator zaczyna czytać: „Pierwszy dzień w szkole. Całym gangiem jesteście na dziedzińcu. Kto w tym roku będzie waszym przyjacielem? Czy wasi wrogowie nadal są w pobliżu? Czy możecie powiedzieć coś miłego i coś złośliwego o swoich wrogach? – i kim jest ten dupek, który umieścił jakiś komentarz na waszej osi czasu tuż przed przerwą?”

Zamknijcie oczy. Koordynator włącza inny rodzaj muzyki.

Koordynator czyta: „Pierwszy dzień po wakacjach. Jesteście na dziedzińcu szkolnym ze swoim gangiem. Skończyliście właśnie jeść lunch. Kto dołączy do waszego klanu? Czy jest ktoś kogo naprawdę nienawidzicie? Czy ktoś dołączył do was po lunchu? – i kto w tym roku pierwszy ucieknie do domu z płaczem? Przynajmniej nie będziesz to ty...”

3 klany gromadzą się na dziedzińcu szkolnym i zaczynają dyskusję.

Podczas, gdy uczestnicy odgrywają scenę, koordynator umieszcza czystą

kartkę papieru na tyle oparcia każdego krzesła. Nauczyciel jest gotowy do testu, testu z psychologii i geometrii.

Po około 10 minutach, kiedy koordynator widzi, że należy zakończyć scenę, pada polecenie „Nie ruszać się”, następnie koordynator każe uczestnikom zamknąć oczy. Koordynator zmienia rodzaj muzyki na muzykę z sali lekcyjnej.

„Koniec przerwy. Wracamy do sali. Pierwszy sprawdzian w tym roku. Och! Sprawdzian z matmy. Nienawidzicie sprawdzianów z matmy.”

Otwórzcie oczy.

Scena 6 – Test z psychologii i geometrii

Koordynator prosi wszystkich, aby przeszli do Sali i popatrzyli na facebookową oś czasu oraz przypomina, że przed rozpoczęciem zajęć mogą zdjąć jedną karteczkę z komentarzem z oparcia swojego krzesła.

Koordynator czyta: „Zamknijcie oczy. W poniższej scenie odgrywanie test z geometrii. Macie dostęp jedynie do krzesel osób siedzących bezpośrednio obok was lub przed wami. Podczas testu nie wolno wam wstawać z miejsc. Możecie podawać wiadomości pozostałym uczniom siedząc.”

Test jest w pewnym sensie testem psychologicznym. Może nauczyciel zdał sobie sprawę, że coś jest nie tak. Może po prostu popadał w paranoję. Może twoja wewnętrzna bestia przejmuje kontrolę nad tobą?

- Kim jesteś, zapytała ciemność.
- Jestem tobą, odpowiedziała dziewczyna.
- Jaki jest wasz cel, zapytała ciemność.
- Będziemy panować nad światem, odpowiedział chłopak.

Otwórzcie oczy.”

Koordynator przechodzi z końca sali na jej przód i wciela się w rolę nauczyciela oraz prosi wszystkich, aby rozwiązali 9 zadań testowych z geometrii. Podziel 2 strony papieru na 5 mniejszych elementów, czyli ostatecznie na 10 części. Zapisz swoje imię na pierwszej części.

Zadanie na rysowanie:

1. Narysuj okrąg. Dodaj 3 linie tak, aby nabrał kształt twarzy.
2. Narysuj 3 kwadraty. Dodaj 1 linię tak, aby powstały 2 trójkąty. W jeden z kwadratów wrysuj okrąg.
3. Narysuj 2 sąsiadujące trójkąty. Dodaj 3 trójkąty, tak aby powstał symbol.
4. Narysuj pięciobok. Narysuj linie biegnące przez 5 wierzchołków figury.
5. Narysuj linię horyzontu stosując jedynie linie i zasady perspektywy.
6. Narysuj 2 proste równoległe. Jak długie linie jesteś w stanie narysować tak, aby nadal narysować je jako równoległe?

7. Narysuj sześcian. Narysuj okrąg. Okrąg to słońce. Pokaż jaki wpływ ma światło na perspektywę od zacienionej strony sześcianu i jego cień obok.
8. Narysuj księżyc w nowiu. Narysuj 3 sierpy tzw. młodego księżyca. Dwa z nich zacienij.

Świecący księżyc w środku.

Po około 10 minutach nauczyciel zbiera testy i ogłasza przerwę.

Koordynator prosi wszystkich by przed wyjściem popatrzeli na facebookową oś czasu i przypomina, że przed wyjściem mogą zdjąć jedną karteczkę z komentarzem z oparcia swojego krzesła.

Scena 7 – Ostatnia Przerwa Przed Imprezą Pełni Księżyca (Full Moon Party)

Wszyscy gracze przechodzą na dziedziniec szkolny. Koordynator prosi wszystkich, aby przyjęli pozę, którą wcześniej ćwiczyli. Przypomnij wszystkim, aby poruszali się wolno i ostrożnie. Nie wolno biegać.

Jest to ostatnia przerwa.

Gracze zamykają oczy. Koordynator włącza inny rodzaj muzyki.

Koordynator zaczyna czytać: „ostatnia przerwa przed imprezą pełni księżyca (Full Moon Party). Jesteście wraz ze swoim klanem na dziedzińcu szkolnym. Kogo wybieriecie na Króla Balu, czy uzgodniliście kogo wybieriecie na Królową, czy znaleźliście już jakiś sprzymierzeńców, koniec końców, zwycięzca jest tylko jeden. Czas na ostateczną bitwę.”

3 klany gromadzą się na dziedzińcu szkolnym i zaczynają dyskuszję.

Koordynator przygotowuje kapelusze i karteczki do głosowania na Króla i Królową Balu w ostatniej scenie larp.

Po około 10 minutach, kiedy koordynator widzi, że należy zakończyć scenę, pada polecenie „Nie ruszać się”, następnie koordynator każe uczestnikom zamknąć oczy. Koordynator zmienia rodzaj muzyki na muzykę z sali lekcyjnej.

„Koniec zajęć w szkole. Wracając do domu w deszczu myślisz o Imprezie Pełni Księżyca. Obawiasz się tego, co zrobią inne klany. Każdy wie, że Król Balu może wyeliminować jednego z uczestników gry. Królowa ma prawo nakazać jednej osobie by wykonywała jej rozkazy. Może poprosić 1 osobę, aby spełniła jej jedno życzenie, może prosić absolutnie o wszystko.

Gromadzicie się na dziedzińcu szkolnym na balu na rozpoczęcie roku szkolnego, w przeddzień pełni.”

Otwórzcie oczy.

Scena 8 – Piękna czy nie? (Hot or Not?)

Koordynator prosi wszystkich, aby przeszli do sali, popatrzeli na facebookową oś czasu i przypomina, że przed rozpoczęciem zajęć mogą zdjąć jedną karteczkę z komentarzem z oparcia swojego krzesła.

„W tej scenie będziecie wybierać króla i królową imprezy.

Zapiszcie imię Królowej na jednej z karteczek, a imię Króla na drugiej.”

Nauczyciel wchodzi do sali i rozdaje każdemu po 2 karteczki.

Nauczyciel wybiera jednego ucznia i prosi, aby zebrał głosy oddane na Królową. Nauczyciel zbiera głosy oddane na Króla.

Nauczyciel wybiera jedną osobę i prosi, aby odczytała poszczególne głosy.

Gdy Król i Królowa zostaną wybrani, nauczyciel prosi, żeby stanęli obok niego (z przodu sali lekcyjnej).

Następnie nauczyciel prosi Królową, by ta wybrała osobę, która tej nocy będzie jej służącym. Nauczyciel pyta: „Wasza Wysokość, jaki rozkaz wyda Wasza Wysokość służącemu?”

Następnie, nauczyciel zaprasza do siebie Króla. Kogo nie chcesz widzieć na swoim przyjęciu, drogi Królu, kto ma opuścić przyjęcie? Kiedy król wskazuje na jednego z uczniów, nauczyciel wykrzykuje imię wybranej osoby mówiąc: „nie jesteś mile widziany na przyjęciu pełni księżyca, natychmiast opuść budynek!” Kiedy osoba opuszcza grę, koordynator podchodzi do wyłącznika. Koordynator wyłącza światło i woła „Nie ruszajcie się, zamknijcie oczy”.

Scena 9 – Scena Epilogu pt. Smutny, Przynębiający Poniedziałek

Koordynator włącza sentymentalną muzykę. Koordynator czyta tekst podsumowujący :

„To już koniec, to epilog naszej historii. Historie opowiadają o ludziach, o rodzaju ludzkim. Możliwe, że nie opisują bezpośrednio nas, ale ukazują pewną prawdę o każdym z nas.

Koordynator powoli przechadza się po sali i kładzie dłoń na ramionach poszczególnych graczy. Gracze wywoływani są przez koordynatora imieniem potwora, którego odgrywali i proszeni o opowiedzenie o swoim bohaterze. Na przykład: Minotaurze, jak się Minotaur teraz czuje? Co Zjawa sądzi na temat życia?”

Kiedy wszyscy uczestnicy zakończą swoje wypowiedzi, koordynator mówi:

„Kim jesteś, zapytała ciemność. Jestem tobą, odpowiedziała dziewczyna. Jaki jest wasz cel, zapytała ciemność. Będziemy panować nad światem, odpowiedział chłopak. (Larp się zakończył).

Podsumowanie, praca po zakończonej grze:

1. (15 min), (Włącz światło) – Larp się zakończył. Koordynator prosi uczestników, aby podziękowali sobie nawzajem za wspólną grę i uściśli sobie dłonie. Następnie uczestnicy ustawiają swoje krzesła na środku sali w formie okręgu. Każde krzesło zwrócone jest tyłem oparcia do wnętrza okręgu, tak aby każdy widział wszystkie krzesła. Poproś każdego uczestnika, aby w jednym zdaniu (maksymalnie przez 30 sekund) powiedział jak się czuje w danym momencie. Poinformuj uczestników, że jeśli nie chcą się wypowiadać mogą powiedzieć Pass. Jeśli ktoś powiedział „Pass”, po wysłuchaniu wypowiedzi wszystkich osób ponownie zapytaj tę osobę czy może jednak zechciałaby się wypowiedzieć. Jeżeli będzie chciała, pozwól jej mówić.
2. Krąg odzwierciedla następujące 3 pytania; odpowiedź na każde z nich zajmuje maksymalnie 2 minuty. Koordynator musi bardzo restrykcyjnie pilnować czasu przerywać osobom, których wypowiedź trwa dłużej niż 1 minutę.
 - Którego komentarla, który zapisałeś wstydzisz się najbardziej? Trzy zdania wyjaśnienia.
 - Czy łatwiej jest zapisywać uszczypliwe komentarze na czyjś temat, jeśli samemu takowe się otrzymało. Jeśli odpowiedź brzmi „tak”, proszę o kilka słów komentarla – dlaczego?
 - Co odzwierciedlało najbardziej realistyczną dynamikę w grze, co było najmniej istotne dla rzeczywistości w odniesieniu do serwisów społecznościowych.
3. Koordynator prosi, żeby wszyscy wstali i informuje ich, że tym razem głosowanie będzie polegało na chodzeniu. Koordynator wskazuje 3 kąty sali i informuje wszystkich, że swoją opinie wyrażać będą poprzez przejście do jednego z trzech wcześniej wskazanych kątów sali, oczywiście zgodnie z zadawanym pytaniem. W poszczególnych rogach przyklej kartki z napisem „Tak”, „Nie” i „Może”. Koordynator czyta następujące zdania:
 - „Mam uwagi, które poprzez serwisy społecznościowe umieściłem na osi czasu innych, a które chciałbym cofnąć.”
 - „W swojej sieci społecznej mam osoby, które chciałbym ukryć lub zablokować.”
 - „Mam w jednej ze swoich sieci ustawione zabezpieczenia, które teraz chcę zmienić.”
 - „Rozważam wysłanie przyjacielskiej wiadomości osobie, która mogła otrzymać ode mnie złośliwy komentarz.”
 - „I mam zamiar wysłać przyjazną uwagę komuś, kto otrzymał ode mnie negatywny komentarz na serwisie społecznościowym.”
4. Koordynator prosi wszystkich, aby popatrzyli na zapiski na karteczkach samoprzylepnych. Koordynator umieszcza 3 puste kartki na podłodze i prosi, by każdy wybrał jedną karteczkę samoprzylepną i możliwie pasującą uwagi oraz by umieścił je na jednej z 3 kartek. Osoby powinny wybrać uwagę, która jest najbardziej destruktywna. Postaraj się umieszczać karteczki samoprzylepne z podobnymi uwagami na tej samej karcie papieru. Koordynator dzieli wszystkich na 3 grupy (identyczne, jak w scenie 2 pracy grupowej). Każda grupa przeprowadza krótką dyskusję, w której odnosi uwagi z larp do swoich doświadczeń w serwisach społecznościowych. Po dyskusji każda grupa robi prezentację na temat tego, o czym rozmawiała.
5. Podziel wszystkich na 3 klany, na które podzieleni byli wcześniej. Omów 3 tematyczne pytanie odnoszące się do złego traktowania:
 - Czy któreś z osób poświęcono trochę więcej pozytywnej uwagi niż innym członkom klanu? Wszyscy powinni omówić kwestię tego jak do tego doszło.
 - Czy którakolwiek osoba w klanie była źle traktowana. Członkowie klanu powinni przeprowadzić burzę mózgów i znaleźć możliwie jak najwięcej komplementów dla tej właśnie osoby. Wyślij jednego z członków klanu, aby przeprosił tę osobę i przekazał Wasze wyrazy szacunku dla niej w imieniu całego klanu.
 - Omów pozytywne mechanizmy w serwisach społecznościowych oraz życiu społecznym, które mogą zapobiegać złemu traktowaniu i zastraszaniu.

Po około 10 minutach, koordynator prosi każdą grupę o przedstawienie kilku pozytywnych mechanizmów zapobiegających złemu traktowaniu i zastraszaniu.
6. Wszyscy wstają i przyjmują pozę lidera grupy heavymetalowej – wyjąc do księżycy.
(Można tylko wstać i wyjrzeć przez okno).
7. Koordynator dziękuje wszystkim za udział w larpie, przypomina wszystkim „Poskromcie swojego wewnętrznego potwora, Bądźcie ludźmi i Dobranoc.”
„Twoja odmienność sprawia, że jesteś silniejszy. Twoja ciemna strona sprawia, że żyjesz. Twoja wrażliwość zapewni Ci łączność z resztą cierpiących na świecie. Twoja kreatywność Cię wyzwoli. Jesteś jak najbardziej normalny.”

BOHATEROWIE

Postać 01: Wampir

Klan nr 3 – Klan Trupów

Imiona (wybierz jedno): Joan, Charlie, Louise, Austin, Tim

- Wróg naturalny (po pierwsze dana postać musi otrzymać dwa negatywne komentarze); Wilkołak
- Przyjaciel: (wybierz jednego z graczy, który nie będzie otrzymywał od Ciebie negatywnych komentarzy, bez względu na to komu ufasz poza kontekstem gry).

Wampir to legendarna postać, która żyje karmiąc się krwią istot żywych. Wampir jest samotnikiem i uwielbia mieć kontrolę nad pozostałymi samotnymi osobami. Czyha na niczego nieświadome osoby i napada je w chwili, gdy nikt nie może im pomóc. Wampir to zazwyczaj postać typu tak, nie, tak, nie, postać zagmatwana, która chciałaby uzyskać coś od innych, ale zarazem tego nie bierze, bądź też chce to wziąć, ale inni nie zdają sobie z tego sprawy. Natura wampira to zbiór sprzeczności, nawiązuje relację z kimś kim gardzi, a traci kontakt z tymi, którzy, jak się okazuje, obdarzają go uczuciem. Jego ciemna strona karze mu traktować wszystkich niczym zabawki.

Wampiry będą wydawać syczące dźwięki zanim cokolwiek powiedzą. Wampiry są małomówne. Patrz się intensywnie na ludzi. Patrz się na ludzkie szyje i taktują je jedynie jak własny żer.

Podczas odgrywania roli Wampira możesz przykleić jedynie 2 karteczki na oparciu krzesła w trakcie trwania jednej sceny w sali lekcyjnej, będą one jednak utajnione (zegnij karteczkę samoprzylepną tak, by nikt nie mógł odczytać zapisanej na niej treści). Jeśli jednak chciałbyś, aby tekst zapisany, na którejś z kartek, był widoczny, wskazujesz koordynatorowi lub mówisz cicho, którą z kartek ma rozłożyć. W trakcie każdej przerwy możesz wykorzystać swoje wampirze moce jedynie raz.

Karteczki przyklejane przez Wampira są zawsze anonimowe.

Wampira można poskromić zaprzyjaźniając się z nim, ale wampir jest z natury samotnikiem i aby zostać poskromionym musi otrzymać 7, a nie pięć pozytywnych uwag. W ten sposób przestaje być wampirem i staje się przyjacielem, który umieszcza pozytywne komentarze na osi czasu.

Postać 02: Wilkołak

Klan: Zdegenerowane Istoty Ludzkie

Imiona (wybierz jedno): Rick, Julia, Shane, Gorgh, Fanny

- Wróg naturalny (po pierwsze dana postać musi otrzymać dwa negatywne komentarze); Troll.
- Przyjaciel: (wybierz jednego z graczy, który nie będzie otrzymywał od Ciebie negatywnych komentarzy, bez względu na to komu ufasz poza kontekstem gry).

Według legendy, wilkołak to człowiek, który potrafił się przekształcić w wilka. Wilkołak to istota brutalna i porywczy. Jego ciemna strona umożliwia mu przeistaczanie się w wilczą istotę, która pragnie zdobyć fizyczną dominację nad innymi. Wilkołaki to ofiary urojeń wywołanych przez wrodzoną i niesamowicie silną melancholię. Mogą polować jedynie na te osoby, które sprowokowały ich klan. Kiedy wilkołak poluje, stwarza fizyczne zagrożenie, próbuje dominować zapisując uwagi na kartkach. Na początku brutalność Wilkołaka jest niewielka, jednak z czasem, bestia przejmuje kontrolę nad ciałem i zaczyna stanowić bezpośrednie zagrożenie dla ludzi. Wilkołak usiłuje być anonimowy, jednak nie zawsze mu się to udaje.

Wilkołaki da się poskromić uspakajając je. Wilkołak znika kiedy otrzyma 5 pozytywnych spokojnych komplementów za racjonalne wypowiedzi i czyny.

Postać 03: Wróżka

Klan: Istoty Natury

Imiona (wybierz jedno): Star, Hope, Moon, Sky

- Wróg naturalny (po pierwsze dana postać musi otrzymać dwa negatywne komentarze); Duch.
- Przyjaciel: (wybierz jednego z graczy, który nie będzie otrzymywał od Ciebie negatywnych komentarzy, bez względu na to komu ufasz poza kontekstem gry).

Według legend wróżki to magiczne istoty, duchy natury lub też istoty mające łączność z pięknymi miejscami. W większości ludowych podań mowa o konieczności bronienia się przed ich złośliwością. Chociaż zazwyczaj we współczesnej kulturze przedstawiane są jako młode, czasem uskrzydłone, małe istoty w ludzkiej postaci.

Wróżka zbiera obietnice i karze osoby, które ich nie dotrzymują. Jej ciemna strona karze jej traktować każdą pozytywną uwagę jako pewnego rodzaju obietnicę.

Jeśli ktoś po przyznaniu pozytywnego komentarza przyzna Wróżce negatywny, Wróżka musi umieścić na osi czasu tej osoby dwie dodatkowe karteczki z komentarzami. Uwagi te są niezmiernie krytyczne i bardzo niepozytywne.

Wróżki to duszki natury, które sprawują pieczę nad światem istot ludzkich, przemieszczają się pomiędzy światem podziemnym a światem istot ludzkich. Dlatego też wchodzą w pewnego rodzaju układy z innymi, aby

móc podczas przerw w grze uzyskać dostęp do ich klanów. Wróżki oszukują i płatają figle, cytują przeczytane gdzieś zdania i frazy, oszukują podczas zajęć. Są zwodnicze, potrafią sprawić, że kłamstwo brzmi jak prawda. Są w stanie tak zmanipulować ludzki umysł, że dana osoba traktuje kłamstwo jako prawdę. Próbuje przemyścić to w swoich uwagach i komentarzach. Wróżki częściej innych swoim jedzeniem i alkoholem, następnie zmuszają ich by zostali ich przyjaciółmi oraz zapraszają by podczas przerw przyłączyć się do ich klanu.

Aby poskromić Wróżkę należy w pozytywnych uwagach zapisywanych na kartkach posługiwać się ich ludzkim imieniem. Musi ona też mieć prawdziwych przyjaciół, którzy stale ją wspierają i są wobec niej lojalni oraz chronią ją pilnując, aby na jej osi czasu pojawiało się jak najmniej nieprzychylnych komentarzy.

Postać 04: Minotaur

Klan: Istoty Natury

Imiona (wybierz jedno): Janos, Jazz, Barghast, Pike, Broodie

- Wróg naturalny (po pierwsze dana postać musi otrzymać dwa negatywne komentarze), Wiedźma.
- Przyjaciół: (wybierz jednego z graczy, który nie będzie otrzymywał od Ciebie negatywnych komentarzy, bez względu na to komu ufasz poza kontekstem gry).

W mitologii Minotaur jest strażnikiem labiryntu. Pół-człowiek, pół-byk. Jego rogi to oznaka męskości. Prowokuje go widok krwi, feministki lub bezsensowne myślenie.

Postać Minotaura sądzi, że prawdziwi mężczyźni są gatunkiem zagrożonym i muszą się bronić. Treningi, chodzenie na siłownię, budowanie masy mięśniowej, picie piwa, wykrzykiwanie wstrętnych chuligańskich sloganów – to typowe cechy Minotaura. Wybierz drużynę piłkarską. Bądź kibolem. Podczas rozmowy mów o swojej drużynie. Minotaur eliminuje pozostałe osoby z kręgów społecznych i różnych miejsc. Wybiera pewną wypowiedź danej osoby i przekształca ją w coś co wprawia autora we wściekłość. Powtarza tę sentencję umieszczając ją ciągle na osi czasowej innych osób.

Nadzwyczajne moce Minotaura to możliwość nakazania w swoich komentarzach, umieszczanych na kartkach samoprzylepnych, by inni uciszyli się i sobie poszli oraz przypominanie innym, że są słabi i beładni. Minotaur to jedyna postać mająca możliwość naklejenia trzech niepozytywnych komentarzy w trakcie trwania jednej sceny.

Minotaura można poskromić odnosząc się do łagodniejszej strony osobowości, pokazując emocje i słabość.

Postać 05: Wiedźma (zwana też Wytcher)

Klan: Zdegenerowane Istoty Ludzkie

Imiona (wybierz jedno): Emma, Rain, Storm, Agata, Zelda, Pytia

- Wróg naturalny (po pierwsze dana postać musi otrzymać dwa negatywne komentarze); Minotaur.
- Przyjaciół: (wybierz jednego z graczy, który nie będzie otrzymywał od Ciebie negatywnych komentarzy, bez względu na to komu ufasz poza kontekstem gry).

Wiedźma zawarła pakt z ciemnymi mocami. Wewnętrzna ciemność. Wiedźma jest w stanie zmienić atmosferę rozmowy na ponurą i mroczną, jednym wyrazem twarzy lub sarkastyczną uwagą. Tylko wiedźma może przyczynić się do tego, że dana osoba będzie postrzegana jako zła. Czyni to poprzez zwykły komentarz odnoszący się do tego, co dana osoba robiła podczas zajęć w sali lekcyjnej, podczas przerwy lub umieszczając uwagi na osiach czasowych innych osób.

Wiedźma jest posiadaczką nieograniczonych ciemnych mocy, a skoro jest opętana przez nie, to także osoba opętana przez Wiedźmę nabiera przekonania, że każdy chce ją przechrzyć, oszukać i zwodzić. Wiedźma poddaje w wątpliwość przyjaźń najbliższych osób i jest przekonana, że osoby, których uwagi są pozytywne pragną jedynie jej uczucia i komfortu fizycznego. Wiedźmę mogą ostatecznie poskromić osoby, które są przekonane, że Wiedźmy są niezawodne i dobre.

Postać 06: Frankenstein

Klan: Zdegenerowane Istoty Ludzkie

Imiona (wybierz jedno): Matylda, Maroz, Mons, Maria, Martin, Stein

- Wróg naturalny (po pierwsze dana postać musi otrzymać dwa negatywne komentarze); Gnom.
- Przyjaciół: (wybierz jednego z graczy, który nie będzie otrzymywał od Ciebie negatywnych komentarzy, bez względu na to komu ufasz poza kontekstem gry).

Powolny, niemądry potwór. Frankenstein pragnie miłości i nie rozumie, dlaczego jej nie otrzymuje z niczyjej strony. Osoba z wewnętrznym potworem w postaci Frankensteina to osoba, której czyny są złe, wstrętne, jednak sama nie jest w stanie zrozumieć, dlaczego i jak to się dzieje. Jest to krańcowo społecznie ślepa istota, której brakuje empatii i która nie potrafi odczytać mowy ciała innych osób. Frankenstein chce po prostu, aby ktoś przytulił.

Nadzwyczajna moc Frankensteina polega na wywoływaniu współczucia u osób, które go nie lubią. Frankenstein bardzo często umieszcza komentarze na temat bycia samotnym, wywołując u innych wyrzuty sumienia.

Frankenstein chce naprawdę zostać poskromiony, będzie próbował to osiągnąć patrząc na inne osoby przenikliwym, dziwnym wzrokiem. Przy odrobinie szczęścia Frankenstein przyciągnie uwagę innych ze względu na ich chęć zbawienia jego potępionej duszy lub też chęć ulżenia mu w cierpieniu.

Postać 07: Gnom

Klan: Istoty Natury

Imiona (wybierz jedno): Rasputin, Mika, Sasha, Tasha, Nico

- Wróg naturalny (po pierwsze dana postać musi otrzymać dwa negatywne komentarze); Podrzutek.
- Przyjaciół: (wybierz jednego z graczy, który nie będzie otrzymywał od Ciebie negatywnych komentarzy, bez względu na to komu ufasz poza kontekstem gry).

Gnom był kiedyś tradycyjnym członkiem klasy. Gnom udaje miłego i próbuje wyglądać na opanowanego oraz stara wtopić się w tłum. Gnom jest radosny i szczęśliwy, dlatego chce pomagać. W dawnych czasach Gnom opiekował się koźmi, kotami, a nawet dziećmi. Gnom uwielbia wkradać się do innych gangów, ukrywa się i podsłuchuje ich knowania. Gnom pomaga odrobić pracę domową, podpowie Ci, gdy nauczyciel zada podchwytliwe pytanie. Gnom oczekuje czegoś w zamian.

Gnom chce, by ktoś się o niego troszczył. Gnom chce być Twoim najlepszym przyjacielem. Gnom się wścieka i jest mściwy, jeśli nie jesteś lub nie chcesz być jego przyjacielem. Gnom ma jeden dodatkowy pozytywny komentarz – przypadający na każdą scenę w sali lekcyjnej, który może przykleić na dowolnym krześle (2 pozytywne i 2 negatywne). Gnom musi przyznać pozytywny komentarz jednej osobie w każdej scenie, ma on taką możliwość. Jeśli komentarz ten nie zostanie odwzajemniony identycznym, pozytywnym komentarzem, umieszczonym na jego osi czasu w kolejnej scenie w sali lekcyjnej, Gnom skupi całą swoją uwagę na tej osobie i będzie umieszczał negatywne komentarze na jej osi czasu.

Gnom podszeptuje innym różne rzeczy na temat tej zniechęconej osoby i informuje nauczyciela co planuje lub knuje dana osoba. Gnom będzie szczęśliwy i wyrozumiały, kiedy obdarowywać go się będzie różnymi prezentami: owsianką, jogurtem, napojami, słodyczami, rysunkami na jego osi czasu, uśmiezkami. Gnom zostaje poskromiony, kiedy trzech „przyjaciół” umieści pozytywne komentarze w dwóch kolejnych sesjach w sali lekcyjnej (lub gdy na jego osi czasu pojawi się pięć pozytywnych uwag).

Postać 08: Duch

Klan: Trupy

Imiona (wybierz jedno): Serafin, Serafina, Claude, Klaudia, Buzz, Rip

- Wróg naturalny (po pierwsze dana postać musi otrzymać dwa negatywne komentarze); Nimfa.
- Przyjaciół: (wybierz jednego z graczy, który nie będzie otrzymywał od Ciebie negatywnych komentarzy, bez względu na to komu ufasz poza kontekstem gry).

Duch to istota która nigdy nie mówi, a jedynie szepcze. Duch to istota, która zawsze chowa się pośród przyjaciół. Duch jest istotą tak cichą i dyskretną, że dla innych jest jakby niewidzialny. Duch nie może zabierać czy też zostawiać żadnych przedmiotów. W trakcie zajęć z wychowania fizycznego nie może łapać piłki, musi upuścić ją na podłogę. Jednakże Duchy są idealnymi

istotami podszeptującymi tajne informacje o jednym klanie drugiemu, duch może śledzić co zostało napisane na kartkach umieszczanych na krzesłach. Duch może wchodzić i wychodzić z sali lekcyjnej, kiedy tylko zechce. Duch musi poruszać się powoli i zawsze dotykać innych w ramię zanim zacznie im szeptać do ucha.

Duch potrzebuje znajomych, którzy dotykają, przytulają i umieszczają pozytywne uwagi oraz miłe rysunki na jego osi czasu. Duch może zapytać szeptem innych czy może ich dotknąć, sam zaś, musi się odsuwać (bardzo powoli), kiedy inne osoby próbują go dotknąć, unikając w ten sposób tego, czego najbardziej potrzebuje. Duch potrzebuje przyjaciół, którzy mówią bezpośrednio i żądają od niego konkretnych odpowiedzi.

Duch potrzebuje innych, aby móc otoczyć ich fizyczną opieką. Kiedy 5 osób dotknie ducha, zostaje on poskromiony (Ducha można także poskromić pięcioma pozytywnymi komentarzami).

Postać 09: Zombie

Klan: Trupy

Imiona (wybierz jedno): Zerzan, Thomas, Sarah, Henry, Henrietta, Tuwa

- Wróg naturalny (po pierwsze dana postać musi otrzymać dwa negatywne komentarze); Czarodziej.
- Przyjaciół: (wybierz jednego z graczy, który nie będzie otrzymywał od Ciebie negatywnych komentarzy, bez względu na to komu ufasz poza kontekstem gry).

Zombi jest fizycznie nieżywą istotą, której ciało podlega ciągłemu rozkładowi. Zombi zazdrości żywym i ma ciągłą chęć niszczenia i eliminacji innych. Zombi nie jest hałaśliwy, ale wydaje dziwne dźwięki i przeszkadza innym w trakcie lekcji. Zombi dziwnie chodzi, i ma bardzo sztywny, prawie hip-hopowy styl poruszania rękami. Zombi będzie chciał polizać twoje palce. Nie wolno mu tego robić.

Zombi łapie ludzi za ramię (a nie za inne części ciała), by zwrócić na siebie uwagę. Jeśli ktoś poprosi Zombie, żeby przestał to robić i odmówią mu bezpośrednio, Zombi musi natychmiast narysować dwa śmieszne lub złośliwe rysunki, a następnie przykleić je do pleców innych podczas przerwy (między zajęciami lub podczas trwania zajęć w sali lekcyjnej). Ów rysunek umieszczany jest na osi czasu danej osoby bez względu na to jak daleko znajduje się krzesło tej osoby. Zombie może także zapisywać komentarze w stylu „uderz mnie” lub „kopnij mnie w tyłek”.

Zombi może zostać poskromiony przez kogoś, kto widzi piękno jego wnętrza, poprzez prawienie mu komplementów. Dotknięcie Zombie zanim on zdoła dotknąć Ciebie sprawi, że będzie szczęśliwy. Zombi zostaje poskromiony, kiedy pozostałe osoby zmuszają go by mówił poprawnie, by skupiał się na ich rozmowie, a nie chodził i dotykał innych. Z czasem, gdy Zombi otrzymuje coraz więcej pozytywnych komentarzy, tym mniej natury bestii w Zombie oraz lepsze zachowanie.

Postać 10: Czarodziej

Klan: Zdegenerowane Istoty Ludzkie

Imiona (wybierz jedno): Walther, Wictor, Wera, Wenche, Beckie

- Wróg naturalny (po pierwsze dana postać musi otrzymać dwa negatywne komentarze); Wróżka.
- Przyjaciół: (wybierz jednego z graczy, który nie będzie otrzymywał od Ciebie negatywnych komentarzy, bez względu na to komu ufasz poza kontekstem gry).

Czarodziej jest magikiem, który sprawia, że umarli zaczynają znów chodzić, żyją. Mający obsesję na punkcie zmarłych, manipulator zapomnianych rzeczy. Jest to postać, która przywołuje zło lub konflikt, coś zapomnianego, coś o czym mówiono podczas ostatniej przerwy lub nawet w zeszłym roku. W oczach czarodzieja żaden konflikt nie został zakończony, jest on jedynie potencjalnym tematem dla pogmatwanej interpretacji, nowym sposobem by kontrolować przyjaciół i wrogów. Czarodziej żyje dzięki zmuszaniu ludzi do stosowania swojej logiki, próbując przedefiniować zdania innych: „czy miałeś na myśli...”. Bardzo często przytakuje, ale sam ma własne czary i plany.

Czarodziej może sprawić, by komentarze, które zostały usunięte i leżą na podłodze, zostały przywrócone do gry. Podczas każdego wyjścia i wejścia do klasy Czarodziej może podnieść z podłogi maksymalnie 2 kartki z uwagami. Kiedy Czarodziej umieszcza uwagę w formie zapytania jednemu z członków klanu Trupów, adresat musi udzielić natychmiastowej odpowiedzi, czy chce tego czy nie. (poinformuj uczestników o tym). Bestia Czarodzieja może zostać poskromiona poprzez odczuwanie radości, życia – tu i teraz. Czarodziej musi kochać życie. Czarodzieja da się poskromić przytulając go, tańcząc z nim oraz przez powiedzenie mu by przestał gadać i bawił się. Radosne uśmiechy i śmieszne żarty poskramiają go najszybciej.

Postać 11: Zjawa

Klan: Trupy

Naturalny wróg (nie można z nim się z nim zaprzyjaźnić ani przyznawać mu pozytywnych komentarzy).

Imiona (wybierz jedno): Abi, Clodrick, Ash, Barry, Liza

- Wróg naturalny (po pierwsze dana postać musi otrzymać dwa negatywne komentarze); Frankenstein.
- Przyjaciół: (wybierz jednego z graczy, który nie będzie otrzymywał od Ciebie negatywnych komentarzy, bez względu na to komu ufasz poza kontekstem gry).

Według legend, zjawa zawodzi i krzyczy, kiedy ktoś ma umrzeć. Istnieją klany, które posiadają Zjawy, a którejś krzyki zapowiadają śmierć członka klanu. W tej szkole zjawa nawiedza Klan Zdegenerowanych Istoty Ludzkich. Zjawa jest ryczącym duchem wietrznych korytarzy w szkole. Jest tą osobą w klasie, która zawsze zaczyna płakać. Jest to emocjonalnie niestabilna, bardzo wrażliwa osoba.

Nadnaturalna moc Zjawy to sprawianie by inni płakali. Zjawa zawsze umieszcza smutne i przygnębiające komentarze na temat innych osób. (głównie o Zdegenerowanych Istotach Ludzkich) na ich facebookowej osi czasu. Czasem może to być miłe, bo zniweluje wcześniejszą energię bestii, ale kiedy Zjawa zamieści smutny komentarz o kimś, Zjawa (koordynator może służyć pomocą) informuje daną postać, że musi natychmiast napisać jeszcze jeden negatywny nadnaturalny komentarz.

Zjawa sądzi, że wszystkie pozostałe osoby są nieczułe. Zjawa musi być wysłuchana, musi mieć czas na wyjaśnienie. Zjawę można opanować i uczynić ją szczęśliwą, potwierdzając pozytywnymi komentarzami na jej osi czasu jej poglądy i udowadniając, że jest się wyrozumiałym.

Postać 12: Nimfa

Klan: Istoty Natury

Imiona (wybierz jedno): Toni, Antonio, Felicja, Feliks, Terry, Lizzie

- Wróg naturalny (po pierwsze dana postać musi otrzymać dwa negatywne komentarze); Zombi.
- Przyjaciół: (wybierz jednego z graczy, który nie będzie otrzymywał od Ciebie negatywnych komentarzy, bez względu na to komu ufasz poza kontekstem gry).

W podaniach i legendach Nimfa jest niesamowicie piękną, ale równie nieśmiałą istotą, która oczarowuje każdego, ale chowa się w głębinach, w ciemnym zakątku, blisko ściany lub gdzieś na klatce schodowej w szkole.

Specjalne moce Nimfy to wywodzenie innych na manowce, z dala od miejsca, w którym powinni się znajdować. Nimfa zwabia innych do sali w trakcie przerwy, a wywabia z klasy podczas trwania zajęć. W trakcie trwania jednej sceny może wywabiać maksymalnie jedną osobę. Nimfa szepcze „czt”, przykładając palec do ust, delikatnie chwytając czyjąś rękę i wyprowadza daną osobę na manowce. Nimfa nie może zaprowadzić nikogo na krzesła stojące pod ścianą.

Nimfę mogą poskromić osoby, które przyklejają karteczki z pozytywnymi uwagami na każdy temat oprócz wyglądu, które także skupiają uwagę na czymś innym, na przykład na filozofii, prawdziwej przyjaźni i rozmawiają o tym, co dotyczy Nimfy (ogólnie rzecz biorąc, o tym kim Nimfa mogłaby być i co mogłaby robić, gdyby nie zwoziła i czarowała innych).

Postać 14: Podrzutek

Klan: Zdegenerowane Istoty Ludzkie

Imiona (wybierz jedno): Puck, Rick, Wendy, Alicja, Tara

- Wróg naturalny (po pierwsze dana postać musi otrzymać dwa negatywne komentarze); Wampir.
- Podrzutek powinien wybrać przyjaciela spośród istot natury: Wróżkę, Trolla albo Gnoma, którzy będą pełnić rolę rodzica (pamiętaj, żeby przekazać tę informację graczowi wcielającemu się w rolę Odmieńca)

W podaniach i legendach Podrzutek to dziecko Wróżki, Trola lub Gnoma, które zostało potajemnie podmienione z dzieckiem ludzkim. Tematyka podmienionych dzieci jest bardzo powszechna w podaniach

ludowych i odzwierciedla obawy w stosunku do niemowląt cierpiących na niewyjaśnione przypadłości, zaburzenia, choroby lub też zaburzenia rozwojowe.

W larpie, Podrzutek jest pół-człowiekiem, pół-istotą natury. Podrzutek ma problem z lojalnością ze względu na to, że wychowywany był w klanie Zdegenerowanych Istot Ludzkich, jednocześnie przynależąc do innej grupy. Podrzutek jest niebezpieczny, choć udaje osobę lojalną wobec klanu i pewną. Podrzutek umieszcza będzie karteczki z pytaniami na osi czasu swojego rodzica, kiedy tylko będzie miał ku temu okazję. Podrzutek wykorzystuje do tego moc przewodnika, zarówno po świecie ludzi, jak i świecie natury. Sięgając w głąb swej dwudzielnej natury, Podrzutek może zdecydować się dołączyć do Klanu Istot Natury i podczas przerwy, przyprowadzić do klanu gościa (jednego z członków klanu Istot Natury). Kiedy zostanie poskromiony, wybiera jedną postać spośród klanu Zdegenerowanych Istot Ludzkich na swojego drugiego rodzica i od razu przyznaje mu dwie pozytywne opinie.

Postać 15: Troll

Klan: Istoty Natury

Imiona (wybierz jedno): Trude, Troels, Helga, Terrence, Tengil

- Wróg naturalny (po pierwsze dana postać musi otrzymać dwa negatywne komentarze); Zjawa.
- Przyjaciel: (wybierz jednego z graczy, który nie będzie otrzymywał od Ciebie negatywnych komentarzy, bez względu na to komu ufasz poza kontekstem gry).

Troll jest istotą nadprzyrodzoną, wywodzącą się z nordyckiej mitologii i skandynawskich wierzeń ludowych. Troll zamieszkuje odległe miejsca skaliste, tereny górskie lub jaskinie. Żyje samotnie lub w małych grupach rodzinnych oraz rzadko służy pomocą ludziom. Ciemna strona Trolli każe im sądzić, że nikt nie jest w stanie im pomóc, że jako potwory zmuszone są samotnie walczyć i ginąć lub odnosić ciężkie rany. Troll to samotnik, świetny sportowiec, nie potrafi jednak współpracować z innymi. Warczy na ludzi, gdy ich poucza. Popisuje się umiejętnościami. Troll jest silny. Nie rozumie słabości. Troll ceni wyżej czyny nad słowa. Nie może polegać na nikim. Troll pakuje się w tarapaty. Troll stawia wyzwania pozostałym klanom. Troll uwielbia dezorganizować wszelkie dyskusje, dodając coraz to nowsze punkty do omówienia, bez względu na to czy są istotne czy nie. Potrafi też nawiązywać do czegoś, co kompletnie nie ma znaczenia w odniesieniu do postaci, która otrzymuje negatywną uwagę lub postaci, która zarzucona nawałnicą niezliczonych, dość niesmacznych i nieszczególnie konstruktywnych komentarzy, otrzymuje nagle pozytywną uwagę od Trolla. Upór to specjalna moc trolli. Muszą otrzymać 13, a nie 7 negatywnych opinii, żeby zostać wyeliminowanym z gry i usiąść na tylnych krzesłach.

Trolla można poskromić pokazując i udowadniając mu, że może polegać na innych. Troll jest szczęśliwy, gdy inni są odważni i silni. Broni ich w dyskusji, przyznając pozytywne opinie.

Temat dla Grupy 1: Pełnia

Pełnia

Źródło: Wikipedia, wolna encyklopedia

Zdjęcie pełni księżyca widziane okiem 9.25-calowego teleskopu Schmidt'a-Cassegrain'a. Księżyc znajdował się w pobliżu najdalszej północnej ekliptycznej szerokości, tak, że południowe kraterzy były najbardziej widoczne.

Zdjęcie pełni podczas częściowego zaćmienia 26 czerwca 2010.

Pełna faza księżyca, występująca kiedy Księżyc jest w pełni oświetlony, znajduje się po przeciwnej stronie Ziemi niż Słońce. Dokładniej, pełnia występuje wtedy, gdy geocentrycznie widoczne długości Księżyca różnią się o 180 stopni. Oznacza to, że półkula Księżyca skierowana w stronę Ziemi (bliższa strona) jest prawie cała oświetlona przez Słońce i wydaje się okrągła, natomiast przeciwna jego półkula, niewidoczna z Ziemi jest zupełnie nieoświetlona. Pełnie kojarzone są z chwilową bezsennością (niemożność snu), obłądkiem (stąd termin lunatyk lunatyzm) oraz różnymi „magicznymi zjawiskami”, takimi jak wilkołactwo. Jednakże psychologowie stwierdzili, że brak jest konkretnych dowodów na wpływ pełni księżyca na ludzkie zachowanie. Dowiedli, że badania ogólnie są niespójne, niektóre wykazują pozytywne, a inne negatywny wpływ księżyca na ludzi. W jednym przypadku, w wydaniu British Medical Journal z 23 grudnia 2000 roku opublikowano wyniki dwóch badań dotyczących przypadków hospitalizacji z powodu ugryzień psa na terenie Anglii i Australii. Wyniki badania przeprowadzonego w szpitalu Bradford Royal Infirmary wykazały, że ilość przypadków ugryzień była dwukrotnie większa podczas pełni, natomiast badania przeprowadzone w państwowych szpitalach w Australii wykazały, że liczba ta jest mniejsza. Wyniki te mają jednak znaczenie w odniesieniu do zachowań psów, a nie ludzi.

Temat dla Grupy 2: Bogini i księżyc,

Luna (bogini)

Źródło: Wikipedia, wolna encyklopedia

W starożytnej religii i mitologii rzymskiej, Luna była boskim wcieleniem Księżyca (łac. luna; ang. skrót od łac. „lunar”). Jest często przedstawiana, jako żeński odpowiednik Słońca (Sol), które traktowane było na przestrzeni minionych wieków jako bóstwo. Luna bywa też czasem przedstawiana jako przejaw triady bogiń rzymskich (Diva Triformis) wraz z Proserpiną i Hekate. Luna nie zawsze traktowana jest jako odrębna bogini, czasem jako określenie charakteryzujące boginię, ponieważ zarówno Diana i Junona określane są mianem bóstw lunarnych. W sztuce rzymskiej, Luna przedstawiana była z półksiężycem na rydwanie zaprzężonym w dwa konie (biga). W pieśniach stulecia Carmen Saeculare, wystawionej w 17 p.n.e., Horacy nazywa ją „dwurogą królową gwiazd” (siderum regina bicornis), prosząc ją by posłuchała śpiewu dziewczyc, kiedy Apollo słucha śpiewy chłopców. Warron skategoryzował Lunę i Sol (Słońce), jako postrzegane bóstwa, w odróżnieniu od bóstw niewidocznych, tj. Neptun, i ubóstwionych herosów tj. Herkules. Była jednym z bóstw, które Makrobiusz określił mianem tajemnych bóstw opiekuńczych Rzymu. W kulcie imperialnym, Sol i Luna odzwierciedlają zakres rzymskiego panowania nad światem, mającym

na celu zachowanie pokoju na świecie. Greckim odpowiednikiem Luni była Selene. W sztuce i literaturze rzymskiej, mity o Selene zaadaptowane są pod imieniem Luna. Na przykład mit o Endymionie był bardzo popularnym motywem rzymskich malowideł ściennych.

Ciągnięta przez woła biga Luni na Paterze Parabiago (ok. I-V wiek p.n.e.).

Temat dla grupy 3: Magia i Księżyc

Magia lunarna

Źródło: Wikipedia, wolna encyklopedia

Magia lunarna, Magia Księżyca związana jest z księżycem. Istnieje przekonanie, wspólne dla wielu kultur, według którego odprawianie rytuałów w trakcie różnych faz księżyca może przyczynić się do zmian fizycznych lub psychicznych danej osoby. Rytuały te były w przeszłości organizowane w okolicach pełni księżyca, rzadziej w okolicach nowiu. Praktyki te są powszechne wśród zwolenników religii neopogańskich i czarostwa – w tym Wicca. Czarownice w literaturze greckiej i rzymskiej, zwłaszcza te z Thessali, były regularnie oskarżane o „ściągnięcie księżyca na ziemię” przy użyciu magicznych zaklęć. W ten sposób chciano udowodnić, że czarownice posiadały magiczne moce (Wergiliusz Eklogi 8.69), mogły rzucać zaklęcia miłości (Swetoniusz Tyberiusz 1.8.21) lub sporządzać magiczny sok z księżyca (Apulejusz Metamorfozy 1.3.1). Te przekonania wydają się być zgodne z tradycjami wielu innych kultur, na przykład, rzucanie zaklęcia i ching odbywało się podczas szczytu pełni księżyca.

Wicca

Źródło: Wikipedia, wolna encyklopedia

Wicca (Wymowa angielska /'wɪkə/) jest współczesną pogańską religią, opartą na czarach. Powstała w Anglii w pierwszej połowie XX wieku, a upubliczniona została w 1954 roku przez Geralda Gardnera, emerytowanego brytyjskiego urzędnika. Pod względem struktury teologicznej oraz rytuałów Wicca czerpie z różnorodnych starożytnych, pogańskich oraz hermetycznych motywów. Słowo czarownica pochodzi z języka średnioangielskiego wicche, wicce (/ˈwɪtʃe/) (rodzaj żeński), ‘czarownica’ i ‘wicca’ (/ˈwɪtʃa/) (rodzaj męski) ‘czarodziej’.

(Rzeźba Rogatego Boga w Museum of Witchcraft w Boscastle, Kornwalia.)

Wicca, celebrowana klasycznie, jest religią dualistyczną, w której oddaje się cześć bogini i bogu. Tradycyjnie, przewodnimi bóstwami są potrójna bogini oraz rogaty bóg. Bóstwa te mogą być postrzegane w sposób henoteistyczny, jako aspekty wielu bóstw pogańskich reprezentujących różne panteony historyczne. Dlatego też, bardzo często określa się je mianem „Wielkiej Bogini” i „Wielkiego Rogatego Boga”, przy czym przymiotnik „wielki/wielka” nawiązuje do boskości, w której zawiera się wiele innych bóstw w obrębie ich własnej natury. Bóstwa są często postrzegane, jako aspekty większej panteistycznej istoty boskiej, która postrzegana jest jako bezosobowa moc lub proces, a nie wcielone bóstwo. Choć dyteizm czy też biteizm, jest tradycyjną formą Wicca, wierzenia Wiccan obejmują politeizm czy też panteizm, a nawet monizm, a nawet monoteizm bogini.

Fundacja
sempre  frente
nauka i rozwój przez doświadczanie

www.sempre.org.pl

ISBN: 978-83-65133-05-2