



1. POROZMAWIĄJ Z OFIARĄ

Wesprzyj ofiarę, pokaż jej, że zależy Ci na niej. Słuchaj, nie oceniaj. Dla ofiary cyberprzemocy sama świadomość, że jest osoba do której może się zwrócić, jest bardzo znacząca.

2. NIE DZIAŁAJ POCHOPNIE

Zanim podejmiesz jakiegokolwiek kroki, pamiętaj emocje są złym doradcą. Zareaguj stosownie do sytuacji –czasem wystarczy rozmowa a czasem pilna interwencja.

3. POSZUKAJ POMOCY U INNYCH

Pamiętaj, jako świadek masz moc, której ofiara cyberprzemocy nie posiada. Dzięki konkretnym działaniom możesz zatrzymać spiralę przemocy. Nie zgadzaj się na wszelkie zachowania o charakterze przemocowym. Gdy dowiesz się o planach upokorzenia lub skrzywdzenia kogoś – zareaguj, wyraż swój sprzeciw. Czasem zwrócenie uwagi agresorowi i pokazanie, że większość osób nie popiera go może zatrzymać cyberprzemoc. Im większa grupa osób pokaże swoją niezgodę tym takie działanie będzie skuteczniejsze.

Zastanów się również kogo można jeszcze poprosić o pomoc. Powiadom, najlepiej rodziców lub zaufaną osobę dorosłą.

4. ZACHOWAJ DOWODY

Pomóż ofierze zachować dowody cyberprzemocy w postaci kopii, screenshota (zrzut ekranu) lub wydruków.

5. ZGŁOŚ INCYDENT

Pomóż zablokować treści o charakterze cyberprzemocowym lub zgłoś je do administratora. Każde media społecznościowe mają centrum bezpieczeństwa, gdzie możesz zgłaszać takie przypadki.

Warto też skorzystać z punktu pomocowego – telefonu zaufania **116 111**.

W przypadku natrafienia na nielegalne treści zgłoś sprawę do punktu kontaktowego dyzurnet@dyzurnet.pl