



## POWIATOWE CENTRUM KSZTAŁCENIA ZAWODOWEGO

IM. KOMISJI EDUKACJI NARODOWEJ

ul. Wrocławska 30A, 59-400 Jawor

tel./fax: 0-prefiks-76-870-30-88

[www.pckzjawor.pl](http://www.pckzjawor.pl)

e-mail: [pckzjawor@poczta.internetdsl.pl](mailto:pckzjawor@poczta.internetdsl.pl), [sekretariat@pckzjawor.internetdsl.pl](mailto:sekretariat@pckzjawor.internetdsl.pl)



# DZIEŃ BEZPIECZNEGO INTERNETU 2012

[www.dbi.pl](http://www.dbi.pl)



Każdego roku 70 państw z pięciu kontynentów obchodzi **Dzień Bezpiecznego Internetu (DBI)**. W Polsce DBI od 2005 roku organizowany jest przez **Fundację Dzieci Niczyje**, oraz **Naukową i Akademicką Sieć Komputerową (NASK)**. Głównym partnerem DBI 2012 jest **Fundacja Orange**, a patronat honorowy nad wydarzeniem objęli **Minister Edukacji Narodowej Krystyna Szumilas** oraz **Rzecznik Praw Dziecka Marek Michalak**.

# W jaki sposób Internet może łączyć pokolenia?

Co trzeci rodzic nigdy nie tłumaczył dziecku zasad bezpiecznego surfowania i nie potrafi pomóc odnaleźć w Internecie potrzebnej dziecku informacji. Prawie połowa rodziców nigdy nie dała dziecku wskazówki, co zrobić, gdy coś je przestraszy czy zaniepokoi.

Okazuje się, że aż 58 proc. dzieci nie pamięta, żeby kiedykolwiek korzystały z Internetu wspólnie z rodzicami.

Jeszcze jakiś czas temu, korzystanie z Internetu było domeną wyłącznie ludzi młodych, którzy można powiedzieć, że przecierali szlaki. Dzisiaj strony internetowe różnego typu są chętnie odwiedzane także przez osoby w zaawansowanym wieku, które pamiętają pierwsze lata powojenne. Jak się okazuje, taki nowoczesny wynalazek jak Internet, może być z korzyścią wykorzystywany przez wszystkich ludzi na świecie. W globalnej sieci znajdziemy strony internetowe o bardzo zróżnicowanej tematyce.



Młodzież, chętnie korzysta z portali społecznościowych, osoby starsze częściej wybierają serwisy informacyjne czy też publicystyczne, oraz różnorakie fora dyskusyjne, dotyczące wszelakich zainteresowań i hobby. Internet jest bardzo bogaty, dzięki czemu każdy z nas znajdzie witryny bardzo atrakcyjne dla siebie. Obsługa Internetu, nie jest skomplikowana, wystarczy nauczyć się kilku podstawowych rzeczy,

oraz zapamiętać adresy wyszukiwarek internetowych, które znacznie ułatwiają poruszanie się w sieci. Strony internetowe, to narzędzie, bez którego trudno byłoby sobie wyobrazić codzienne życie wszystkich ludzi na świecie.

### **Wnioski:**

- ✓ Powszechny dostęp do Internetu umożliwia nam wymienianie się informacjami oraz danymi z osobami z całego świata!
- ✓ Tysiące portali społecznościowych daje nam możliwość nawiązania nowych znajomości!
- ✓ Informacje zawarte w Internecie pomagają nam rozwijać nasze zainteresowania!
- ✓ Następnym ważnym elementem jest Rozrywka. Tak uwielbiana przez wielu graczy możliwość gry ze sobą pozwala na grę z graczami z całego świata !
- ✓ Dla wielu osób Internet jest głównym źródłem informacji!
- ✓ Za pośrednictwem Internetu możemy robić zakupy nie ruszając się z fotela!



# Jakie zagrożenia czyhają na osoby korzystające z Internetu?



**Wszystko ma swoje wady oraz zalety.** Tak samo jest w tym przypadku. Przedstawiliśmy poniżej Państwu kilka z wielu zagrożeń czekających w Internecie!

- ✓ Treści nieodpowiednie dla określonych grup wiekowych.
- ✓ Treści zawierające przemoc.
- ✓ Treści niezgodne z prawem: rasizm, pornografia dziecięca.
- ✓ Treści niezgodne z prawdą.
- ✓ Treści zachęcające do autoagresji (samobójstwa, sekty, samookalecznia, anoreksja).
- ✓ Naruszanie praw człowieka.
- ✓ Nieadekwatna reklama i działania marketingowe skierowane do dzieci.
- ✓ Utrwalanie i przenoszenie danych.
- ✓ Naruszanie praw autorskich.

# W jaki sposób i gdzie zgłosić przestępstwo?

## Co to jest Cyberprzemoc!?



Cyberprzemoc zdefiniować można najkrócej jako **przemoc z użyciem technologii informacyjnych i komunikacyjnych**. Najczęściej terminu tego używa się w odniesieniu przemocy rówieśniczej z użyciem telefonów komórkowych lub Internetu. Podstawowe formy cyberprzemocy to:

- nękanie, straszenie, szantażowanie z użyciem Sieci,
- rejestrowanie niechcianych zdjęć i filmów,
- publikowanie w Internecie lub rozesyłanie przy użyciu telefonu komórkowego ośmieszających, kompromitujących informacji, zdjęć,
- podszywanie się w Sieci pod rówieśników.

Do działań określanych mianem cyberprzemocy wykorzystywane są m.in: poczta elektroniczna, czaty, komunikatory, strony internetowe, blogi, serwisy społecznościowe, grupy dyskusyjne, telefony komórkowe, serwisy SMS i MMS. Wraz z intensywnym rozwojem Internetu i telefonii komórkowej Cyberprzemoc jest coraz bardziej powszechna wśród dzieci i młodzieży..

## STATYSTYKI:

- ✓ Co drugi młody internauta (52%) miał do czynienia z przemocą werbalną w Internecie lub poprzez telefon komórkowy;

- ✓ 47% dzieci doświadczyło wulgarnego wyzywania; 21%, poniżania, ośmieszania i upokarzania; 16% straszenia i szantażowania;
- ✓ 29% zgłasza, że ktoś w Sieci podawał się za nie wbrew ich woli;
- ✓ Ponad połowa (57%) internautów w wieku 12-17 była przynajmniej raz obiektem zdjęć lub filmów wykonanych wbrew ich woli;
- ✓ 14% dzieci zgłasza przypadki rozpowszechniania za pośrednictwem Internetu lub GSM kompromitujących je materiałów;
- ✓ Akty cyberprzemocy często powodują u ofiar irytację, lęk i zawstydenie.
- ✓ **Dzieci zazwyczaj nie informują nikogo o doświadczanej przemocy!**

## Co to jest Kradzież Tożsamości!?:

**Z** kradzieżą tożsamości mamy do czynienia wówczas, gdy ktoś bezprawnie wejdzie w posiadanie naszych danych osobowych i wykorzysta je wbrew naszej woli, podszywając się pod nas.

Jeszcze do niedawna, żeby móc się pod kogoś podszyc, trzeba było znać wiele jego danych osobowych. Rozwój nowoczesnych technologii, upowszechnienie Internetu i poczty elektronicznej czy usług e-bankowości doprowadziły do tego, że podanie się za inną osobę lub wykonanie w jej imieniu np. operacji bankowej jest obecnie znacznie łatwiejsze.

Niekiedy bowiem, by podszyć się pod inną osobę wystarczy posłużenie się np. jej pseudonimem (nick) wykorzystywanym na forach internetowych albo podanie numeru PIN jej karty płatniczej.

**Jeśli sami nie będziemy właściwie chronić naszych danych, np. nie wyrzucać ich na śmietnik lub z rozważą umieszczać w Internecie, to ani prawne regulacje, ani Generalny Inspektor Ochrony Danych Osobowych mogą nie uchronić nas przed konsekwencjami takiej**

**lekkomyślności. Warto pamiętać, że złodzieje tożsamości szukają danych i w sieci, i na śmietniku.**

## **Drodzy Rodzice !**

**Pamiętajcie, że aby zapobiec tragedii należy przeprowadzać rozmowy ze swoimi dziećmi, kontrolować ich poczynania w Internecie i nie pozwalać na to aby przesiadywały całe dni przed komputerem. Nie pozwólcie im aby straciły lata młodości!**

## **Jak pomóc dziecku, które ma kłopoty!?**

**C**oraz częściej zdarza się, że już nawet kilkuletnie dzieci spędzają kilka godzin dziennie przed komputerem, a mimo to ich rodzice nie interweniują. Tymczasem wielogodzinne korzystanie z komputera, podobnie jak długotrwałe oglądanie telewizji, przynosi bardzo negatywne konsekwencje.

Po pierwsze, powoduje stopniowy zanik więzi rodzinnych i możliwości oddziaływań wychowawczych ze strony rodziców.

Po drugie, szkodzi zdrowiu, gdyż z jednej strony oznacza wielogodzinne wystawienie na promieniowanie w zamkniętym pomieszczeniu, a z drugiej strony prowadzi do rezygnacji z ruchu i aktywnego wypoczynku na świeżym powietrzu.

Po trzecie, korzystając z komputera bez obecności i kontroli ze strony rodziców młodzi są narażeni na szkodliwe bodźce psychiczne (przemoc, erotyka) zawarte w wielu programach komputerowych.

Po czwarte, długotrwałe przesiadywanie przy komputerze powoduje zmęczenie oraz zaniedbywanie obowiązków szkolnych i domowych. Wreszcie prowadzi do popadnięcia w uzależnienie, a w konsekwencji powoduje szkody zdrowotne, utrudnia rozwój intelektualny, osłabia siłę woli i osobowość, a także wrażliwość moralną oraz więzi rodzinne i religijne.

Najważniejszą rzeczą dotyczącą przeciwdziałania uzależnieniom jest rozmowa. **Nie bójmy się rozmawiać.** Nie bójmy się mówić o tym, co czujemy, czego się boimy itd. Często sami nie umiemy określić tego, co czujemy więc trudno nam rozmawiać o emocjach. Jednakże im dłużej przyglądasz się swojemu wnętrzu, tym więcej możesz zmienić, wprowadzić pozytywne zmiany. **Nie bój się swoich emocji. Twoje życie jest najważniejsze!!!**

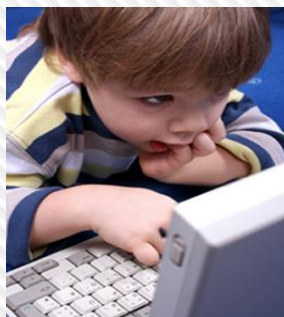
**WWW.Helpline.org.pl** – wspólny projekt Fundacji Dzieci Niczyje oraz Fundacji Orange na rzecz przeciwdziałania przestępczości w sieci na szkodę dzieci.



**WWW.Dyzurnet.pl** – głównym zadaniem tej organizacji jest dążenie do usunięcia internetowych treści nielegalnych wytworzonych z udziałem dzieci lub skierowanych przeciwko ich bezpieczeństwu, a także dotyczących rasizmu oraz ksenofobii.

## Jak rozpoznać uzależnienie od Internetu, komputera?

- Nadmierne spędzanie czasu przed komputerem powyżej 50% czasu wolnego.
- Podczas używania Internetu osoba całkowicie poświęca się tej czynności.



- Odkłada obowiązki na później, aby mieć jak najwięcej czasu na przeglądanie sieci.
- Nigdy nie ma dość zawsze znajdzie pretekst, aby zasiąść do komputera.
- Wymuszone odejście od

komputera wpływa negatywnie na samopoczucie uzależnionego.

- W zaawansowanych przypadkach izolacja od komputera może wywoływać agresję, płacz lub inne emocje.
- Zdarza się, że uzależniony zaspokaja podstawowe potrzeby tj. jedzenie, spanie, picie przed komputerem.
- Nagminne przesiadywanie przed monitorem do późnych godzin.

O uzależnieniu od komputera możemy mówić w momencie, gdy dziecko spędza przed monitorem wiele godzin zaniehbując wszelkiego rodzaju inną aktywność. Często dochodzi do uzależnienia dosłownie na oczach rodziców, którzy zamiast w porę zareagować, żyją w błogim przekonaniu, że ich pociecha poszerza swoją wiedzę dzięki Internetowi.

Najłatwiej zdiagnozować uzależnienie, kiedy zauważymy, że dziecko bezwiednie, surfuje w sieci, mimo że miało tylko sprawdzić wiadomości w skrzynce mailowej lub długa gra komputerowa tak go wciąga, że zaniehbuje posiłki, a także spanie. Brak kontaktu z komputerem powoduje u niego agresję i frustrację.

Te „objawy” uzewnętrzniają się bardzo szybko, jeśli oczywiście nie zbagatelizujemy sprawy. Jako rodzice powinniśmy wiedzieć, że uzależnienie od komputera jest tym samym, czym nałóg narkotkowy, alkoholowy czy nikotynowy. Jest on równie niebezpieczny i w skrajnych przypadkach

## Zalecenia dla rodziców!!!

**W** przypadku cyberfobii, czyli uzależnienia od komputera, należy wyznaczyć ostre granice między normalnym czasem spędzonym przed komputerem i stanami uważanymi za patologiczne. Gdy natomiast zachodzi uzależnienie od komputera u dziecka, konieczna jest pomoc psychologa, który będzie wiedział, jak wybrnąć z tego problemu.



Konieczne będzie również wprowadzenie ścisłego limitu korzystania z komputera, a niekiedy nawet pozbycie się go z domu na jakiś czas. W tym momencie istotną rolę odgrywają rodzice, którzy powinni pomóc dziecku w znalezieniu i rozwijaniu zainteresowań. Zastąpią one natrętne myśli o komputerze i w przyszłości sprawią, że dziecko nie będzie odczuwało tak silnej potrzeby skorzystania z Internetu. Znacznie lepiej jest, jak każdy wie, zapobiegać niż leczyć.

Właściwa profilaktyka ze strony rodzica, będzie polegała po prostu na zdrowym zainteresowaniu własnym dzieckiem i utrzymywaniem z nim bliskich stosunków, które często są zastępowane przez komputer. Pamiętajmy, że cyberfobia może skutkować między innymi schorzeniami kręgosłupa, pogorszeniem wzroku. Długotrwałe siedzenie przed komputerem naraża nas na szkodliwe promieniowanie,

a także skutecznie odciąga od aktywnego spędzania czasu na świeżym powietrzu.

**Żeby zminimalizować ryzyko utraty tożsamości, warto przestrzegać kilku podstawowych zasad:**

- ✓ nie wyrzucać na śmietnik dokumentów czy nośników informatycznych, gdyż dla potencjalnego złodzieja to kopalnia wiedzy, zwłaszcza gdy zawierają one wiele różnych informacji umożliwiających ustalenie tego gdzie pracujemy, ile zarabiamy, kiedy nie ma nas w domu, ile mamy dzieci, jak drogie robimy zakupy,
- ✓ niszczyć dokumenty w sposób uniemożliwiający odtworzenie zawartych w nich danych osobowych,
- ✓ nie podawać w Internecie, w tym na portalach społecznościowych, zbyt wielu informacji o sobie, swoich bliskich i znajomych,
- ✓ nie zamieszczać w sieci zdjęć, które mogą świadczyć o naszym stanie majątkowym,
- ✓ zachować rozwagę przy wypełnianiu i podpisywaniu różnego rodzaju ankiet, formularzy czy umów. Należy pamiętać, że administrator danych musi spełnić wobec nas obowiązek informacyjny, czyli przekazać nam niezbędne informacje na swój temat tak, abyśmy mieli pewność, przez kogo i w jakim celu dane będą przetwarzane,
- ✓ zachować ostrożność przy korzystaniu z usług bankowości elektronicznej i dokonywaniu zakupów przez Internet.

# **Na koniec chcieliśmy Państwu przedstawić wiersz o Bezpiecznym Internecie!**

Oto jest wierszyk o Internecie, Który wcale głupot nie plecie.

A więc posłuchaj moich rad, One idą jakoś tak:

„W Internecie najważniejsze jest bezpieczeństwo (tak przynajmniej  
mówi Ministerstwo).

Istnieje duże prawdopodobieństwo, Że czyha tam na ciebie jakieś  
niebezpieczeństwo.

Po pierwsze zainstaluj program antywirusowy, Bo do twego komputera  
może wkraść się wirus nowy.

Zastanów się dobrze, wybierz najlepszego – Ja osobiście polecam  
Kasperskiego.

Następnie zapoznaj się z drugą radą moją – Przez Internet nie umawiaj  
się z nieznajomą.

Nie podawaj też swoich danych Takich, jak adresu, czy nazwiska mamy.

A wiesz co to jest takiego „SPAM”? Pewne wątpliwości co do tego  
mam.

SPAM to takie niechciane wiadomości, Od których witryna jest pełna z  
nieczystości.

A więc dlatego pamiętaj: nie spamuj na chatach, Bo od moderatora  
dostaniesz bana.

Możesz go dostać za coś niedobrego, Pamiętaj o tym, mój kolego!

Jeszcze jedną sprawę poruszę, Gdy ktoś chce to zrobić, to go pouczę:

Wiesz, co to Cyberprzemoc, internauto drogi? Na przykład jak w necie  
czyjeś zdjęcia zamieścisz bez zgody.

I ten ktoś się na ciebie obrazi, Powie o tym rodzicom, Maćkowi i Madzi,

I będziesz miał przez to spory problem, Jak się dyrektor o tym dowie.”

Wierszyk może się trochę nie rymował, Ale co się będę tym  
przejmował –

Przecież rady są najważniejsze, I do przestrzegania pilniejsze.



Autorzy:

Marcin Marciniak – klasa 1A

Patryk Krzywania – klasa 1A