

AI SLOVÁ MÔŽU
ZRANIŤ.



SI LEPŠÍ. Povedz

NIE KYBERSÍKANE.



MINISTERSTVO
VNÚTRA
SLOVENSKEJ REPUBLIKY

KYBERŠIKANA

SITUÁCIA JE VÁŽNA...

Varovné štatistiky za roky 2023 – 2024:

- ✓ **67%** mladých Slovákov čelilo nenávisným správam online (4. najhoršie miesto v EÚ).
- ✓ **279%** nárast prípadov kyberšikany v roku 2023 oproti roku 2022.
- ✓ **15%** detí na slovenských školách má priamu skúsenosť s kyberšikanou.
- ✓ **176%** nárast hlásených problémov oproti roku 2022.

ČO JE TO KYBERŠIKANA

Kyberšikana je úmyselný, spravidla opakovaný útok prostredníctvom informačno-komunikačných technológií voči osobám, ktoré sa nevedia alebo nemôžu účinne brániť.

Špecifické znaky:

- ✓ **Anonymita šikanujúceho** - falošné identity znižujú zábrany.
- ✓ **Časová a miestna neobmedzenosť** - útoky prichádzajú kedykoľvek a odkiaľkoľvek.
- ✓ **Trvalá dostupnosť obsahu** - ponížujúci materiál zostáva online.
- ✓ **Skryté následky** - psychické dosahy nie sú vždy viditeľné navonok.
- ✓ **Rýchle šírenie** - šikanovaný sa o napadnutí nemusí okamžite dozvedieť.
- ✓ **Obsah je prístupný veľkému množstvu osôb.**

KDE SA VYSKYTUJE KYBERŠIKANA?

Najčastejšie miesta výskytu:

- 1 Sociálne siete (81,4%)
- 2 SMS správy (21,3%)
- 3 E-mailová komunikácia (2,7%)
- 4 Online a číťovacie aplikácie

Typické prejavy kyberšikany:

- ✓ Urážanie, nadávanie, obťažovanie, zastrašovanie, vyhrážanie a vydieranie.
- ✓ Vytvorenie falošných a posmešných profilov.
- ✓ Zverejňovanie a šírenie upravených, intímnych a zosmiešňujúcich fotografií alebo videí.
- ✓ Krádež identity a zneužitie prístupových údajov.
- ✓ Kybernetické prenasledovanie.
- ✓ Happy slapping (natáčanie fyzických útokov a ich šírenie).
- ✓ Vylúčenie zo skupiny.

RODINA JE ZÁKLAD POMOCI

5 AKTIVÍT NA DOMA

1 VÍKENDOVÝ ROZHOVOR

- ✓ Spýtajte sa: „Čo bolo trendy tento týždeň na internete?“
- ✓ Dieťa rozpráva, vy počúvate bez prerušovania a hodnotenia.
- ✓ Na záver: „Povieš mi to, ak by ťa niekto otravoval?“

2 HRA „ČO BY SI UROBIL, KEBY...?“

- ✓ Pri večeri sa spýtaj: „Čo by si urobil, keby ti niekto napísal, že si hlúpy?“ otázku za „keby“ môžeš meniť.
- ✓ Správna odpoveď: Neodpísať, zablokovať, povedať doma.
- ✓ Odmena: „Dieťa si vyberie odmenu podľa vlastného výberu.“

3 SPOLOČNÁ KONTROLA MOBILU

- ✓ „Ukáž mi svojich kamošov na Instagrame. Koho ešte sleduješ?“
- ✓ „Kto je tento človek? Poznáš ho?“
- ✓ Zisti dôvod záujmu dieťaťa o konkrétnu osobu alebo tému. Bez kriku. S úsmevom.

4 PAPIER NA CHLADNIČKE

- ✓ Napíšte spolu 3 pravidiel: „Mobil k večeri nepatrí.“ „Heslo nehovoríme nikomu.“ „Problémy riešime spolu.“
- ✓ Každý v rodine sa podpíše fixkou.
- ✓ Papier spolu viditeľne zaveste napríklad na chladničku.

5 KARTIČKA DO VRECKA

- ✓ Vystrihnite spolu kartičku veľkosti vizitky.
- ✓ Napíšte: „Ak máš problém: 1. Zablokuj ho 2. Povedz doma 3. Volaj 116 111.“
- ✓ Dieťa nosí kartičku pri sebe, napríklad v peňaženke alebo v peračníku.

Naše rodinné pravidlo: „Ak sa ti niečo stane on-line, povedz nám to. Sme tu všetci pre teba. Pomôžeme ti.“

VIEME AKO NA TO – METÓDA ZUBOK

Z – ZDOKUMENTUJTE

U – UKONČITE

B – BLOKUJTE

O – OZNÁMTE

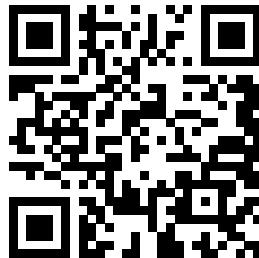
K – KONTAKTUJTE odbornú pomoc v prípade potreby

Podpora dieťaťa:

- ✓ bezpečný priestor pre rozhovor
- ✓ zachovanie pokoja bez paniky
- ✓ ocenenie dôvery a odvahy
- ✓ uistenie, že za násilie a agresívne konanie je zodpovedný ten, kto sa ho dopúšťa

Inštitucionálne kroky:

- ✓ oficiálne oznámenie na políciu
- ✓ spolupráca so školou
- ✓ vyhľadanie psychologickej podpory



AJ TAKTO MÔŽE VYZERAŤ KYBERŠIKANA

Prípád 1: Zneužitie dôvery

Študentka podľahla manipulácii cez falošný profil a poskytla intímne fotografie, ktoré sa následne rozšírili medzi spolužiakmi. Škola spolupracovala s pracoviskom pomoci obetiam, zabezpečila právnu podporu a realizovala preventívny program.

Prípád 2: Obťažovanie zdravotne znevýhodneného dieťaťa

Žiačka so zdravotným znevýhodnením sa stala terčom online útokov počas dištančnej výučby. Napriek opakovaným intervenciám matky, škola situáciu nedokázala vyriešiť, čo viedlo k vážnym psychickým následkom.

Prípád 3: Šírenie klamstiev z pomsty

Bývalý partner zverejnil nepravdivé informácie o bývalej partnerke s cieľom vyhnúť sa plateniu výživného. Obet' v dôsledku toho stratila sociálne kontakty a utrpela vážnu psychickú traumu.

KONTROLNÝ ZOZNAM PRE RODIČOV

- ✓ Vytvorenie prostredia dôvery
- ✓ Pravidelné rozhovory o tom, ako sa zodpovedne správať na internete
- ✓ Pravidelná kontrola bezpečnostných nastavení a nastavenia súkromia
- ✓ Vzdelávacie aktivity o online rizikách
- ✓ Stanovené pravidlá používania digitálnych technológií
- ✓ Znalosť kontaktov pomoci

UŽITOČNÉ KONTAKTY

Tiesňové volania:

- ✓ **Integrovaný záchranný systém:** 112
- ✓ **Polícia:** 158
- ✓ **Linka detskej istoty – online poradenstvo**
Chatová poradňa: www.lidi.sk (18:00-22:00h)
E-mailová podpora: 116111@ldi.sk

Nonstop linky pomoci:

- ✓ **Linka detskej istoty:** 116 111
(bezplatne, anonymne)

- ✓ **Národná linka na pomoc deťom v ohrození VIAC AKO NI(c)K:** www.viacakonick.gov.sk
- ✓ **Krízová linka pomoci IPčko**
chat: www.ipcko.sk
telefón: 0800 500 333
e-mail: poradna@ipcko.sk
- ✓ **Linka Nezábudka:** 0800 800 566
(bezplatne, primárne pre dospelých - rodičia/ učiteľia)

K dispozícii sú vám aj informačné kancelárie pre obeť zriadené MV SR, v ktorých vám radi bezplatne a diskrétno pomôžeme. Zdieľaním pomáhate chrániť ďalšie deti.

Najúčinnnejšia ochrana kombinuje dôverný vzťah, systematickú prevenciu a pripravenosť na okamžitú reakciu.