

# HEJT W INTERNECIE

## JAK UCHRONIĆ PRZED NIM DZIECKO?



# CO ROBI HEJTER?

Wyraża swoje poglądy zdecydowanie, zamieszczając negatywne komentarze pod adresem innych użytkowników. Komentuje, aby ich znieważać. Komentarze hejterów mogą być uznane za prześladowanie i cyberprzemoc, gdyż są zazwyczaj agresywne i obraźliwe. Hejter wszczyna kłótnie, obrzuca innych obelgami, próbuje wszystkich rozżłościć swoimi komentarzami i wpisami, „minusuje” filmy lub inne materiały zamieszczone przez kogoś innego w sieci.



# MOWA NIENAWIŚCI W INTERNECIE

To ustne lub pisemne wypowiedzi, a także poniżanie, wyszydzanie i oskarżanie grupy lub jednostki z powodów po części od niej niezależnych. Może to być przynależność rasowa, etniczna czy religijna, a także płeć, orientacja seksualna, kalectwo, przynależność do grupy społecznej, terytorialnej, do określonego zawodu czy mówienie określonym językiem.



# CO ROBIĆ, ABY UCHRONIĆ DZIECKO PRZED HEJTEM?

- dbaj o bliskie relacje z dzieckiem, okazuj mu pozytywne uczucia,
- buduj w domu przyjazną atmosferę, sprzyjającą otwartej komunikacji,
- naucz je rozpoznawać swoje emocje,
- naucz je panować nad trudnymi emocjami i problemami (m. in. poprzez warsztaty, spotkania z psychologiem),
- uświadom dziecku jego mocne strony, zalety, doceniaj jego pozytywne zachowania, szczególnie w sytuacjach trudnych,
- rozwijaj kompetencje społeczne dziecka umożliwiające radzenie sobie w różnych sytuacjach społecznych, w tym empatię, przyjmowanie perspektywy innej osoby, refleksyjność, hamowanie automatycznych reakcji emocjonalnych, samokontrolę, odpowiedzialne podejmowanie decyzji z uwzględnieniem ich konsekwencji (poprzez obserwację Twoich zachowań czy udział w warsztatach),
- wskaż mu, aby zgłaszało się po pomoc do Ciebie, psychologa/pedagoga w sytuacjach emocjonalnie trudnych,
- ucz go konstruktywnego reagowania na agresję,
- wskaż dziecku różnicę pomiędzy hejtem (bezpodstawny), a krytyką (mającą na celu modyfikację zachowania),

- poznaj dobrze zjawisko hejtu w internecie, jego przyczyny, a przede wszystkim skutki, jakie ze sobą ono niesie, szczególnie dla osoby hejtowanej i rozmawiaj z dzieckiem na ten temat,
- przekaż dziecku, że jeżeli będzie ofiarą lub świadkiem mowy nienawiści w internecie powinno **REAGOWAĆ!**,
- obejrzyj wraz z dzieckiem materiały np. z kampanii Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę „Nie hejtuję-reaguję” i podyskutuj z nim na temat hejtu w Internecie – być może jest ono w grupie ryzyka (jako ofiara lub sprawca), wówczas bądź czujny, rozmawiaj, obserwuj, szukaj pomocy u psychologa w szkole.

## PRZYCZYNY HEJTU W INTERNECIE

- zazdrość,
- złośliwość,
- poczucie nudy,
- poczucie bezradności,
- niską samoocenę,
- próbę rozładowania swoich negatywnych emocji kosztem innych,
- próbę zyskania popularności poprzez ośmieszenie kogoś.



# REAKCJA NA HEJT

- Pożądane: REAGUJĘ: zgłaszam sprawę do administratora; blokuję IP hejtera; zgłaszam posty jako hejty; proszę o pomoc inne osoby.
- Niepożądane: dołączam się; obserwuję, ale nie reaguję; chcę zareagować, ale boję się, że zostanę zaatakowany; ignoruję to, bo to nie moja sprawa.



# POMOC PRZY DOŚWIADCZANIU HEJTU W INTERNECIE

- a ufana osoba dorosła – nawet, jeżeli samo jest już pełnoletnie,
- miejscowa policja,
- pedagog/psycholog w szkole,
- telefon zaufania dla dzieci i młodzieży Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę: 116 111,
- portale: [www.helpline.org.pl](http://www.helpline.org.pl);  
[www.dyzurnet.pl](http://www.dyzurnet.pl); [www.116111.pl](http://www.116111.pl).



#pomagam

#reaguję

#nie hejtuję