

Аліса в Кіберленді

Захист дітей від насильства в Інтернеті:
Посібник для батьків та педагогів



Inštitút pre výskum
práce a rodiny



KMC

KOORDINAČNÉ METODICKE CENTRUM
PRE PREVENCIU NÁSILLIA NA ŽIAČOCH

unicef 

pre každé dieťa

Зміст

Визначення та пояснення цифрового гендерно-зумовленого насильства (GBV) та сексуального насильства над дітьми (CSA) в Інтернеті

4

Міжнародні права дітей у всьому світі	5
Що таке сексуальне насильство в Інтернеті?	6
Що таке сексуальне насильство над дітьми в Інтернеті?	6
Яку форму приймає це насильство?	8
Хто це робить?	14
Як кривдники це роблять?	15
Якими є результати та довгострокові наслідки сексуального насильства в Інтернеті?	16

Що ви можете зробити?

18

Як батьки/опікуни	19
Як педагог	28

Розпізнавання ознак насильства в Інтернеті

32

Куди повідомити та отримати підтримку в Словаччині?

38

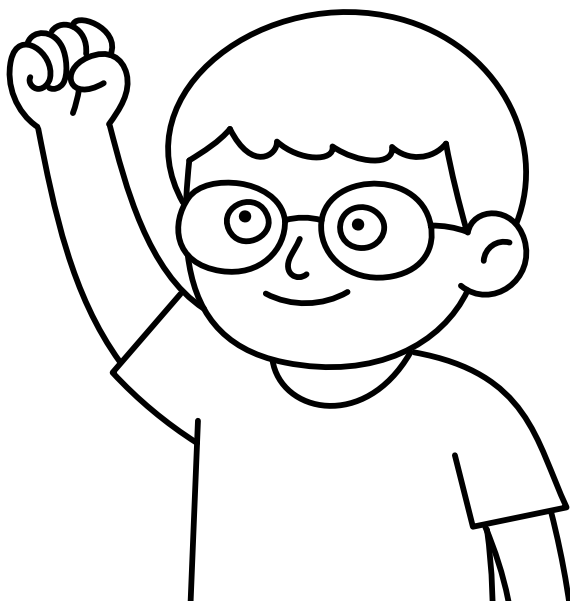
«Дана настанова була розроблена Офісом ЮНІСЕФ з реагування у справах біженців в Словаччині у співпраці з «Координаційним методичним центром з питань запобігання насильству щодо жінок» (Koordinačno – metodické centrum pre rodovo podmienené a domáce násilie (КМС). Керівництво було створено Мартою Ротску-Пантеліді та Барборою Буражовою з письмовими та редакційними внесками Зузани Нойпауер та Міхала Бізнара».

Визначення та пояснення цифрового гендерно- зумовленого насильства (GBV) та сексуального насильства над дітьми (CSA) в Інтернеті

Міжнародні права дітей у всьому світі

Конвенція Організації Об'єднаних Націй про права дитини є найбільш широко ратифікованим договором в історії, який підписали 195 країн. У ньому викладено 54 статті, які визначають права дітей у всіх сферах їхнього життя. Ці права також застосовуються в рівній мірі в цифровому світі.

Як онлайн, так і офлайн, всі діти мають право на захист від шкоди, дискримінації, експлуатації та насильства, включаючи сексуальну експлуатацію та жорстоке поводження. Кожен, хто перебуває в довірчих чи відповідальних стосунках з дітьми, зобов'язаний підтримувати та захищати ці права. Діти також мають право на відпочинок та ігри, доступ до безпечних послуг відповідно до віку та на захист від усіх форм насильства та жорстокого поводження в цих умовах.



Що таке сексуальне насильство в Інтернеті?

Ця форма насильства відбувається в Інтернеті або за допомогою нових технологій. Це також є проявом насильства за ознакою статі, яке в останні роки набуло широкого розповсюдження. Як і всі форми гендерно зумовленого насильства, воно може мати глибоко травматичні наслідки, включаючи фізичні, сексуальні, психологічні та навіть фінансові. Важливо відзначити, що його вплив часто виходить далеко за межі цифрового світу, впливаючи на кожен аспект життя людини. Нещодавні дослідження підкреслюють, що ця форма насильства непропорційно впливає на жінок, молодих дівчат та членів спільноти ЛГБТКІА+, які особливо вразливі до жорстокого поводження, домагань та експлуатації в Інтернеті.¹

Що таке сексуальне насильство над дітьми в Інтернеті?

Коли дитина або молода людина (визначена як будь-яка особа віком до 18 років) зазнає сексуального насильства, її часто примушують, маніпулюють або обманом втягують у сексуальні стосунки. Часто дитина може не до кінця розуміти, що те, що

відбувається, є насильством, або навіть, що це неправильно. Це зловживання може відбуватися офлайн, а зображення та відео потім поширюються в Інтернеті. Або ж насильство може відбуватися повністю в цифровому просторі.

Особливо тривожною тенденцією є збільшення так званого “самогенерованого” контенту сексуального насильства над дітьми. Це стосується зображень або відео, створених за допомогою таких пристроїв, як смартфони, планшети або комп’ютери з камерами. Дітьми маніпулюють, обробляють, обманюють або вимагають, щоб вони створювали та поширювали відвертий контент, часто не усвідомлюючи довгострокових наслідків цього. Такий матеріал зазвичай поширюється на різних платформах і непропорційно часто залучають дівчат віком від 11 до 13 років у домашніх умовах, наприклад, у їхніх спальнях.²

Міф

Моя дитина в безпеці вдома зі мною – тут нічого не станеться.

Реальність

«Самогенероване» сексуальне насильство над дітьми в Інтернеті часто відбувається, коли діти перебувають у своїй спальні вдома, за зачиненими дверима, іноді з іншими членами сім’ї вдома.

Яку форму приймає це насильство?³

Грумінг

Грумінг - це систематичний маніпулятивний процес, в якому, як правило, людина старша, ніж жертва, прагне завоювати довіру дитини або підлітка, часто вразливого, з кінцевою метою сексуальної експлуатації або насильства. Ця форма насильства все частіше поширюється в Інтернеті, особливо через платформи соціальних мереж, де діти та підлітки часто стають мішенню. У багатьох випадках грумери видають себе за однолітків, використовуючи фальшиві імена та фотографії, щоб виглядати більш схожими та надійними. Процес починається з психологічних маніпуляцій, виявлення спочатку надмірного інтересу, захоплення, вдячності та співпереживання, щоб дитина відчувала себе особливою та зрозумілою. Грумери часто заохочують дітей зберігати таємниці про свої стосунки, підкреслюючи, що вони мають унікальний зв'язок, який інші не можуть збагнути. З часом вони будують тісні стосунки з молодою людиною (емоційний зв'язок), ізолюючи їх від близьких, маючи на увазі, що тільки вони розуміють і підтримують їх. Вони поступово порушують кордони дитини, часто спочатку непомітно, порушуючи сексуальні теми, роблячи недоречні коментарі або просячи відверті фотографії. Така поведінка помилково подається як вираз любові або близькості, що ще більше збиває з пантелику жертву. Кінцева мета грумінгу - завоювати повну довіру дитини, щоб організувати особисту зустріч, після чого кривдник може здійснити сексуальну експлуатацію. Грумінг є надзвичайно шкідливою та продуманою формою насильства, яка може мати тривалі психологічні наслідки на жертв.

Сексуальне насильство на основі зображень

Обмін фотографіями та відео сексуального змісту в Інтернеті без згоди зображеної особи є не лише порушенням конфіденційності, але й формою насильства. Контент може поширюватися через веб-сайти, групи чату, додатки для обміну повідомленнями тощо. Злочинець, як правило, є колишнім партнером або колишнім інтимним партнером, але може бути і незнайомцем. Мета полягає в тому, щоб принизити жертву та/або отримати фінансову вигоду. Ця форма насильства широко відома як порнографія помсти, яка перегукується з мотивами помсти злочинця (колишньої/колишнього інтимного партнера). У деяких випадках вона також функціонує як продовження насильства з боку інтимного партнера в інтернет-просторі. Потерпілі можуть відчувати значні емоційні розлади, репутаційні збитки, а в деяких випадках - загрози для їхньої безпеки та засобів до існування.

Секстортинг

Секстортинг (сексуальні домагання) – це форма сексуального шантажу, коли особа – часто колишній партнер, колишній кавалер або навіть незнайомец – погрожує публічно оприлюднити оголені або сексуально відверті зображення чи відео жертви, якщо не будуть виконані певні вимоги. Ці вимоги можуть включати:

1. надсилання додаткового відвертого контенту,
2. займатися з ними сексом,
3. дати їм грошей.

Це сексуальний шантаж з метою переслідування, ганьби та контролю над жертвою. Секстортинг - це вкрай примусовий та експлуаторський акт, який може мати руйнівні психологічні та емоційні наслідки.

Секстортинг, визнаний в усьому світі серйозним злочином, є зростаючою формою зловживань в Інтернеті. Потерпілі можуть відчувати себе в пастці, ізольованими або присоромленими, але вони повинні знати, що вони не самотні - підтримка доступна, і вони можуть звернутися за допомогою, не боячись осуду.

Морфінг або трансмографіка

Морфінг або трансмографіка - це зміна, накладання та з'єднання фотографій або відео для створення «глибоких підробок» і завантаження їх на порнографічні платформи з метою сексуалізації та приниження особи, проти якої спрямовані ці дії.

Кіберсталкінг

Переслідування також може відбуватися в Інтернеті або за допомогою технологій. Кіберсталкінг - це неодноразове звернення до людини за допомогою електронної пошти, соціальних мереж або додатків для обміну повідомленнями навіть всупереч чітко вираженій відмові жертви. Часто переслідування може відбуватися одночасно в реальному світі, включаючи постійні телефонні дзвінки, переслідування та/або вторгнення в такі місця, як школи та додому. Така поведінка може включати нав'язливе спілкування, небажану увагу та стеження, що розмиває межу між онлайн та офлайн переслідуваннями.

Доксинг

Доксинг - це практика публікації чиєїсь особистої інформації в Інтернеті в наклепницькій формі. Воно може включати пошук та розміщення особистої інформації (наприклад, ім'я, адреса, місце роботи, адреса електронної пошти, номер телефону та профілі в соціальних мережах) в Інтернеті або навіть оприлюднення особистих повідомлень. Намір, як правило, полягає в тому, щоб переслідувати, залякувати, погрожувати або іншим чином завдати шкоди особі, піддаючи її публічній увазі або небезпеці.

Секстинг без згоди

Секстинг без згоди відбувається, коли хтось ділиться сексуальними повідомленнями, зображеннями або відео з іншою особою без її згоди. До цієї ж категорії належить публікація особистих повідомлень, що містять сексуальний контент (образливий секстинг) в Інтернеті без згоди всіх, хто ними обмінявся, з наміром принизити жертву.

Кіберзалякування

Кіберзалякування - це багаторазове використання цифрових платформ для залякування, погроз або заподіяння шкоди комусь. Часто мішенню для нього стають діти та підлітки. У контексті кіберсексуальних домагань часто використовуються агресивна, сексистська, образлива, мізогіністична та гомофобна мова та риторика, що непропорційно впливає на жінок, дітей, підлітків та ЛГБТКІА+ осіб.

Жахливі кадри/Апскіртінг

«Жахливі кадри» - це фото- або відео зйомка людей в агресивній або тривожній манері, яка змушує їх почуватися некомфортно. Такі зйомки зазвичай відбуваються без згоди суб'єкта і можуть включати фотографування когось у приватних ситуаціях на відстані або без його відома.

Апскіртінг – це специфічна форма вуайєризму, коли людина таємно та без згоди робить фото або відео інтимних зон іншої людини, часто розміщуючи камеру під одягом.

Ці практики порушують особисті кордони і можуть спричинити значний емоційний стрес для постраждалих.

Кіберфлешинг

Відправлення, зазвичай через чат, зображення геніталій людини незнайомій особі в Інтернеті без її згоди.

Сексистська мова ворожнечі

Вона визначається як будь-яке висловлювання, що поширює, провокує, заохочує або виправдовує ненависть за ознакою статі. На практиці цей термін стосується сексистських словесних нападів та погроз (наприклад, погроз зґвалтування та катування), спрямованих на жінок, дівчат та ЛГБТКІА+ людей. Таке висловлювання є не просто образливим; воно сприяє більш широкому культивуванню мізогінії та гендерно зумовленого пригнічення, як в Інтернеті, так і в автономному режимі.

Міф

«Сексуальне насильство в Інтернеті стосується лише дітей з нестабільних або неблагополучних сімей».

Реальність

Діти з усіх верств суспільства є потенційними жертвами. Будь-яка дитина, яка має неконтрольований доступ до Інтернету, потенційно піддається ризику.

Хто це робить?⁴

Цифрове гендерне насильство (GBV) та сексуальне насильство над дітьми (CSA) може вчинити будь-хто. Як і у випадку особистого насильства, не існує єдиного профілю кривдника: романтичні партнери, знайомі, друзі та незнайомці можуть виявитися злочинцями.

Насильство може відбуватися між людьми одного віку, а також між різними поколіннями. У багатьох випадках саме теперішні або колишні партнери — будь то у стабільних або випадкових стосунках - спричиняють цифрове гендерне насильство. Кривдники часто використовують цифрову анонімність, приховуючи свою особу за псевдонімами, підробленими профілями або кількома онлайн-особами. Ця анонімність дозволяє їм маніпулювати, погрожувати та контролювати своїх жертв, уникаючи викриття.

Міф

«Небезпека незнайомця»: Більшість випадків сексуального насильства над дітьми в Інтернеті здійснюються незнайомими людьми.

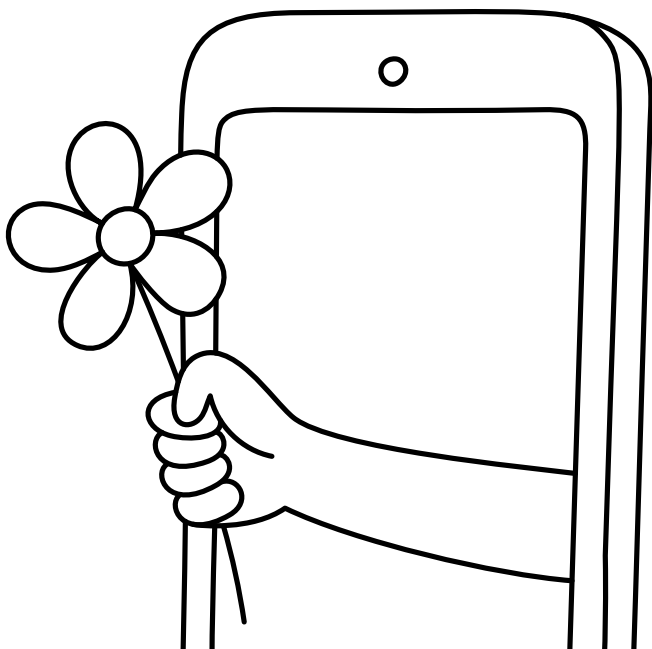
Реальність

Насправді, багато випадків сексуального насильства над дітьми в Інтернеті часто здійснюються кимось, кого дитина вже знає, наприклад, другом, знайомим, членом сім'ї або романтичним партнером.

Як кривдники це роблять?⁵

Всупереч поширеній думці, багато форм цифрового насильства трапляються не в прихованих куточках Інтернету, а на виду на тих самих платформах та додатках, якими користуються діти та їхні батьки.

Після того, як кривдники вступили в контакт, вони швидко здійснюють свої наміри, часто заохочуючи, маніпулюючи або примушуючи дітей до участі в сексуалізованих діях, які вони потім можуть записати, тим самим створюючи для них додаткові можливості для примусового контакту та поглиблення насильства. Порушники часто використовують сайти для розміщення зображень та кіберблокування (безпечні послуги обміну файлами) для зберігання та розповсюдження матеріалів. Тривожно, що час між першим зверненням до дитини та розповсюдженням матеріалу може становити лише кілька хвилин або годин.



Якими є результати та довгострокові наслідки сексуального насильства в Інтернеті?⁶

Переживання сексуального насильства може викликати почуття та реакції, які можуть здатися лякаючими або викликати сумніви в собі. Це нормальні наслідки інтенсивних емоцій та маніпуляцій, які виникають під час жорстокого поводження.

Ось кілька поширених прикладів

➔ Почуття провини та сорому:

Насильство може змусити когось відчувати, що він зробив щось не так або що вона/він винен.

ВАЖЛИВО: Кривдник несе стовідсоткову відповідальність, а не жертва.

➔ Зниження довіри до інших:

Після жорстокого поводження вони можуть відчувати себе нездатними довіряти людям або будувати нові стосунки.

Насильство часто відбувається після того, як кривдник завоював довіру жертви, що може призвести до відчуття незахищеності.

→ **Страх або тривога:**

Вони можуть відчувати постійний страх, занепокоєння або нервозність.

Досвід жорстокого поводження може створити відчуття невпевненості, яке викликає страх перед повторенням поганих речей.

→ **Складність вираження емоцій:**

Може бути важко говорити про почуття, і вони можуть уникати певних тем.

Насильство може викликати емоційну розгубленість і пригнічення як захисний механізм.

→ **Знижена самооцінка:**

Вони можуть відчувати себе менш цінними або вважати, що заслуговують на те, що сталося.

Важливо пам'ятати наступне: Ніхто не заслуговує на насильство, і жертва ніколи не винна в цьому.

→ **Погана успішність у школі:**

Вони можуть мати проблеми з концентрацією уваги або показувати гірші результати в навчанні → Стрес і болючі спогади можуть впливати на повсякденну діяльність, таку як навчання.

→ **Соціальна ізоляція:**

Вони можуть проводити менше часу з друзями та сім'єю, віддаючи перевагу самотності.

Страх бути осудженим оточуючими або почуття недовіри можуть призвести до відходу від соціального життя.

**Що ви можете
зробити?**

Як батьки/опікуни

Навчайте та моделюйте здорові стосунки, повагу, згоду та конструктивне спілкування.

Розуміння та заохочення позитивних соціальних цінностей, поваги, співпереживання, доброго спілкування та вирішення конфліктів може допомогти захистити дітей в Інтернеті. Батькам або опікунам не потрібні технологічні навички, щоб говорити зі своїми дітьми про ці речі.⁷

Поговоріть зі своєю дитиною про безпеку в Інтернеті та сексуальне насильство онлайн.

Регулярні розмови з дитиною можуть допомогти гарантувати її безпеку в Інтернеті. Якщо ви зробите це частиною своїх щоденних розмов, так само, як ви розповідаєте про свій день у школі, це допоможе вашим дітям відчувати себе розслабленими. Розпочніть розмову та вислухайте їхні занепокоєння.

Діти старшого віку та підлітки мають мінливі потреби та поведінку, і їм може бути соромно говорити з вами про складні теми, пов'язані з потенційним сексуальним насильством.⁸ Перша розмова, ймовірно, буде найважчою – говорити про секс незручно, і ніхто не хоче думати про щось настільки шокує, як сексуальне насильство. Мало хто з батьків та опікунів відчуватиме впевненість або готовність поговорити зі своєю дитиною про це, і всі б хотіли, щоб це не було необхідним.

Ось кілька порад, як розпочати розмову¹⁰

- ➔ Заздалегідь сплануйте те, що ви хочете сказати. За необхідності зверніться за підтримкою та інформацією. Це допоможе вам відчувати себе готовим.
- ➔ Виберіть час, коли ви і ваша дитина вільні від відволікаючих факторів і відчуваєтеся розслабленими. Поговоріть з дитиною в безпечній для неї обстановці. Ніколи не буде «ідеального» часу для розмови про сексуальне насильство над дітьми в Інтернеті, але спробуйте переконатися, що ваша дитина розслаблена та спокійна, і відкрита для спілкування.
- ➔ Будьте чесними відповідно до віку. Залежно від віку ви можете надати своїм дітям більш-менш детальну інформацію про те, чому ця розмова настільки важлива. Однак вам потрібно пояснити проблему чітко та зрозуміло.
- ➔ Уникайте осуду, звинувачень або сорому. Незалежно від того, що говорить вам ваша дитина, ніколи не намагайтеся, що вона винна в спілкуванні з незнайомими людьми в Інтернеті або обговоренні особистих чи інтимних питань, а також не несе відповідальності, якщо хтось просить її поділитися сексуальним матеріалом або якщо вона вже поділилася ним. Ключовим є підтримка відкритого спілкування. Якщо ваша дитина думає, що ви засуджуєте або ганьбите її, вона з меншою

ймовірністю буде говорити з вами чесно і з більшою ймовірністю буде поводитися таємно в майбутньому. Залишайтеся неконфронтаційними, не звинувачуйте свою дитину та підкреслюйте, що саме кривдник несе відповідальність за свої дії.

- ➔ Визнайте, що вони можуть відчувати себе не готовими говорити відразу, або що їм може бути комфортніше розмовляти з кимось іншим. Якщо можливо, посприйте наступній розмові. Якщо ви можете, спочатку поговоріть з цією людиною, щоб вона знала, про що їй потрібно поговорити з дитиною, і поясніть, чому.

Що можна і що не можна робити¹¹

Замість того, щоб сказати:

- «Дай мені свій телефон! Я видаляю цей додаток.»
- «Не користуйся телефоном, це небезпечно.»
- «Якщо хтось запитує у вас відео, а ви його надсилаєте, то ви самі в цьому винні.»
- «Ти був неправий/неслухняний/це було погано так робити.»

Скажіть:

- «Чому тобі подобається користуватися цим додатком?»
- «Про які речі люди там говорять?»
- «Ніхто не повинен просити тебе робити що-небудь сексуальне онлайн або надсилати їм щось подібне.»

«Вони помиляються, коли так запитують.»

«У вас є згода на те, чим ви хочете поділитися?»

«Що б ти зробив, якщо хтось тисне на тебе, щоб ти зробив щось, чого ти не хочеш робити?»

Якщо ваша дитина розповідає вам про те, що вже сталося:

Замість того, щоб сказати:

«Не можу повірити, що ти це зробив!»

«Чому ти це зробив, коли знав, що це небезпечно?»

«Яка дурна річ, так зробити/ти дурень.»

Скажіть:

«Я дуже радий, що ти мені сказав.»

«Молодець, що розповів мені про це – так було нелегко сказати.»

«Розкажи мені, що сталося, і ми розберемося разом.»

«Вони були неправі, попросивши тебе це зробити.»

«Ніхто ніколи не повинен просити тебе зробити щось подібне.»

Завжди можна сказати «ні».; «Вони винні.»; «Хочеш обійнятися?»

Ключове – це підтримувати комунікацію відкритою та уникати засудження

Встановлення правил щодо того, як ви використовуєте технології в сім'ї

Хоча ви не можете контролювати все, що ваша дитина робить в Інтернеті, наявність сімейного контракту або угоди може визначити очікування щодо позитивної та безпечної поведінки в Інтернеті.

Залучення вашої дитини до встановлення «правил» змусить дитину відчути, що її думка має значення і що вона має право голосу. Діти зрозуміють, чому існують правила щодо використання Інтернету, і це буде більш справедливо, ніж коли їм кажуть «це станеться» без пояснення причин. Також дуже важливо, щоб ви, будучи дорослим, також дотримувалися правил і були прикладом для наслідування. Діти копіюють те, що ви робите, тому вони запитають вас, чи є одне правило для них, а інше - для дорослих.

Що потрібно сказати: «Які правила нам потрібні для безпечного користування Інтернетом?»; «Що має статися, якщо хтось не дотримується цих правил?»

Чи є заборона доступу до Інтернету та пристроїв гарною ідеєю?

Заборонити дітям користуватися усіма соціальними мережами, наприклад, забрати у них пристрої, змусити їх видалити свої програми або змусити їх відписатися від усіх, кого вони не знають особисто, не є ефективним способом зберегти їх безпеку. Перешкоджаючи їм отримати доступ до важливої частини своєї реальності та спілкуватися зі своїми друзями, вони можуть почати відчувати себе обуреними, злими та відчуженими від вас.

Вони можуть розглядати ці заходи як покарання, а не як спосіб гарантувати їх безпеку в Інтернеті та почати шукати способи обійти обмеження. Якщо вони стурбовані тим, що можуть бути введені додаткові обмеження, вони можуть неохоче ділитися своїм досвідом у майбутньому.

Дізнайтеся про платформи та додатки, які подобаються вашій дитині. Цікавтеся їхнім онлайн-життям

Цікавтеся онлайн-життям своїх дітей так само, як якщо б вони читали книгу, малювали, щось робили або дивилися телевізор. Так само, як ви запитуєте про те, що вони роблять, і виявляєте інтерес до їхнього офлайн-життя, робіть те ж саме з їх використанням Інтернету. Виявлення інтересу до того, що вони читають, дивляться або роблять в Інтернеті, у позитивний і відкритий спосіб спонукатиме їх поділитися цим з вами, а не ставитися до цього як до чогось приватного і що нікого не цікавить.

Не поспішайте з висновками.

Відкидаючи або висміюючи платформу чи додаток, які подобаються вашій дитині, вона може відчути сором за їх використання. Вони можуть відчувати себе «винними» і ставати скритною щодо використання певних додатків чи платформ, і навіть можуть таємно користуватися пристроєм, навіть якщо роблять це безпечно. З віком така скритність може стати звичкою, що може зробити їх більш вразливими, оскільки вони менш схильні до відкритості або навіть можуть брехати про те, що роблять.

Ознайомтеся з інструментами онлайн-безпеки, додатками та налаштуваннями, які допоможуть захистити дитину в Інтернеті.

Дізнайтеся, як використовувати технології, щоб убезпечити вашу дитину в Інтернеті.

Навіть якщо у вас вже є засоби контролю, варто приділити трохи часу, щоб вивчити інші доступні варіанти, які допоможуть захистити вашу дитину в Інтернеті.

Налаштуйте батьківський контроль – використовуйте налаштування безпеки в домашньому Wi-Fi, пристроях і облікових записках. Використовуйте налаштування безпеки. Ознайомтеся з налаштуваннями безпеки в додатку та на пристрої разом із дитиною та регулярно переглядайте їх, щоб переконатися, що вони все ще активні. Регулярні розмови про безпеку в Інтернеті мають важливе значення, особливо з огляду на те, що технології розвиваються так швидко.

Приклади безпечної поведінки в Інтернеті:

- вибір імені користувача;
- не ділитися особистою інформацією;
- перевірка джерел інформації;
- налаштування конфіденційності (зокрема запити на дружбу/підписку, фотографії та дозволи на тегування).

Важливо знати про будь-які ознаки того, що ваша дитина засмучена або переживає через свою активність в Інтернеті. На-

приклад, якщо дитина засмучена чимось або зазнає знущань, підтримка її здатності захищати себе передбачає навчання її:

- ➔ беззвучності;
- ➔ обмеженням;
- ➔ блокувати та
- ➔ звітувати – як дорослому, так і за допомогою повідомлень у додатку.

Замість того, щоб сказати:

«Ти не повинен використовувати своє справжнє ім'я!»;
«Не можна публікувати фотографії».

Скажіть:

«Чи розповідали вам у школі про те, яку інформацію безпечно або небезпечно розміщувати?»,
«Чи безпечно використовувати своє повне ім'я? Що ти можеш використовувати замість цього?»,
«Це гарне ім'я користувача – воно тобі підходить, і воно все ще безпечно»,
«Ти спитав у Х, чи він не проти, щоб ти опублікував фотографію де ви вдвох?»,
«Ця знаменитість використовує своє справжнє ім'я, тому що використання соціальних мереж є частиною її роботи».

Узгодження засобів контролю

Обговоріть та узгодьте налаштування конфіденційності для платформ і додатків, якими користується ваша дитина, а також більш загальні налаштування для всієї родини. Поясніть дитині, чому ви віддаєте перевагу певним елементам керування або хочете застосувати нові, і чому ви можете обмежити використання певного додатка. **Якщо вони розуміють причини ваших рішень, вони з більшою ймовірністю приймуть і поважатимуть їх і самі застосовуватимуть обмеження, коли стануть старше і стануть більш незалежними у використанні Інтернету.**

Міф

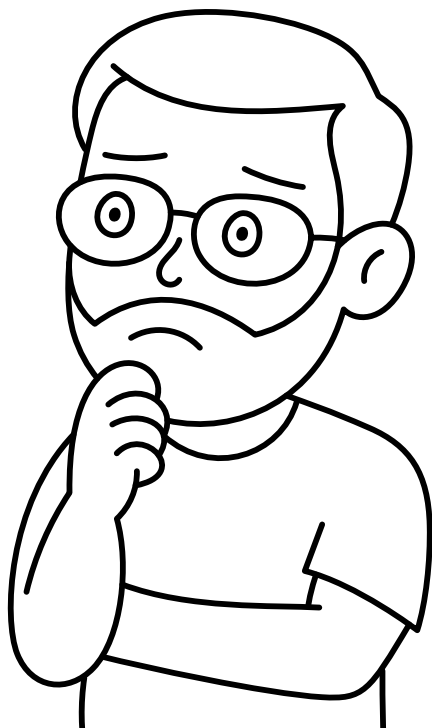
Батьківського контролю та налаштувань конфіденційності достатньо для забезпечення безпеки дітей та молоді в Інтернеті.

Реальність

Для гарантування безпеки в Інтернеті потрібні різні стратегії, включаючи відкриті та чесні розмови з дітьми та молоддю.

Як педагог

1. Включіть такі теми, як здорові стосунки, згода, булінг та безпека в Інтернеті, до шкільної програми.
2. Створюйте психологічно та фізично безпечне середовище.
3. Варто моделювати турботливі та поважні відносини, а також застосовувати позитивну дисципліну та методи вирішення конфліктів.
4. Вислухайте та підтримайте постраждалих від кібернасильства⁹



Корисні поради!

Як говорити про зображення сексуального насильства над дітьми та поширення зображень оголеного тіла?

Педагоги повинні визнати, що молоді люди діляться особистим або інтимним контентом в Інтернеті з різних причин, часто як засіб вивчення відносин, ідентичності або самовираження на цифрових просторах. Це може включати флірт, пошук зв'язку, зміцнення довіри або намагання знайти самоствердження. Однак деякий контент поширюється під тиском або за допомогою маніпуляцій, включаючи примус з боку однолітків або партнерів, шантаж, грумінг з боку дорослих або обман, наприклад, хтось прикидається однолітком. Хоча це може торкнутися всіх молодих людей, дівчата та молодь ЛГБТК+ часто повідомляють про більший тиск, тоді як хлопці часто стають мішенню у випадках вимагання. Після оприлюднення, цей контент може швидко поширюватися через мережі однолітків, особливо в школах, що призводить до репутаційної шкоди, булінгу або ганьби. Навіть неперевірені чутки про такий контент можуть мати серйозний емоційний вплив, незалежно від того, чи існує контент насправді.

Як ви можете підтримати молодих людей, які постраждали:¹²

- ➔ **Не мінімізуйте вплив:** якщо їхнє зображення було поширене без їхньої згоди, це може бути неймовірно болісним, тому не мінімізуйте вплив.

- ➔ **Уникайте звинувачень жертви**, кажучи, наприклад, що дитина винна в тому, що її зображення було поширене або що вона не повинна була поширювати його в першу чергу.

Молода людина ніколи не винна, якщо зображення було поширене без її згоди.

Для освітян життєво важливо уникати звинувачення жертви, яке передбачає, що молоді люди несуть відповідальність за те, що їхні зображення поширюються без їхньої згоди.

Така поведінка може змусити молодих людей відчувати сором у надзвичайно вразливий момент і зменшити ймовірність того, що вони повідомлять про інші інциденти або жорстоке поводження в майбутньому.

Як уникнути звинувачень жертви:

Коли ви звертаєте увагу на інцидент, пам'ятайте:

1. Той факт, що молода людина створила або поділилася зображенням, в першу чергу, не означає, що вони несуть відповідальність за його поширення далі.
2. Не нагадуйте їм, що вони повинні були знати краще або що ви розповідали про відповідні правила/закони на попередніх уроках.

3. Не слід одразу говорити молодій людині, що вона повинна була зробити або що вона несе відповідальність за свою безпеку.

➔ **Дайте учням відчувати себе в безпеці**

Пам'ятайте, що учень, який розкриває інформацію, повинен відчувати себе в безпеці та бути почутим. Використовуйте привітну мову тіла та тон і ведіть розмову у відповідному місці.

Спробуйте використовувати спокійні, заспокоїливі фрази, такі як:

- «Не хочеш розповісти мені, що відбувається?»
- «Я тут, щоб вислухати тебе – пам'ятай, що ти не самотній і що школа намагатиметься допомогти тобі всіма можливими способами».
- «Сміливо можеш ділитися цим – дякую».

➔ **Не обіцяйте, що кожне зображення можна видалити, але запевніть учня, що будуть зроблені всі зусилля.**

➔ **Не просіть переглядати вміст/зображення.**

➔ **Треба повідомити:** Координатору (це, наприклад, шкільний психолог).

Дізнайтеся, які правила діють у вашій школі. Після інциденту, пов'язаного зі зловживанням сексуальною поведінкою, школа повинна вжити низку заходів, щоб вирішити, чи потрібен план безпеки. У всіх школах будуть різні підходи.

Розпізнавання ознак насильства в Інтернеті¹³

Інтернет – це неймовірний ресурс, який пропонує чудовий спосіб спілкуватися з іншими, допомагає взаємодіяти з розважальним контентом та досліджувати нові інтереси та тенденції. Однак важливо, щоб діти та молодь розуміли потенційний вплив онлайн-контенту та взаємодій на їхнє психічне здоров'я та загальний добробут. Якщо вихід в Інтернет негативно впливає на психічне здоров'я дитини та молодої людини, важливо визнати це та вжити необхідних заходів для виправлення балансу та їх захисту. Залежно від віку дитини, корисно поставити їй два запитання:¹⁴

«Як ти розумієш, що засидівся в Інтернеті і тобі потрібно зробити перерву?»

«Яку пораду ти б дав людині, чия діяльність в Інтернеті негативно впливає на її психічне здоров'я?»

Існують певні попереджувальні ознаки, які можуть вказувати на те, що дитина зазнає насильства або інших труднощів в Інтернеті.

Наприклад, дитина може:

- ➔ Внести зміни у своє користування інтернетом, наприклад, проводити в мережі набагато більше або набагато менше часу, ніж зазвичай.
- ➔ Хотіти припинити користуватися додатками та сервісами або брати участь в офлайн-активностях, які їй раніше подобалися.
- ➔ Діти виявляють незрозумілі зміни в поведінці, наприклад, стають замкнутими, відстороненими, засмученими або злими після виходу в Інтернет або використання своїх пристроїв.

- Стають більш скритними щодо своєї онлайн-активності. Це може включати небажання ділитися інформацією про те, з ким діти розмовляють і що вони роблять в Інтернеті, а також ізолювати себе (наприклад, закрити двері або вийти з кімнати), щоб використовувати свої пристрої.
- Згадувати імена друзів, контактів або підписників, про яких ви не знаєте, і розпливчasto розповідати або не бажати говорити про те, хто вони.
- Почати говорити про більш дорослі проблеми, демонструвати невідповідну поведінку або використовувати невідповідну мову для свого віку.
- Мати необґрунтовані подарунки, кредити або гроші, які можна витратити в Інтернеті.

Наслідки насильства в Інтернеті та поза ним можуть бути широкими і можуть призвести до того, що дитина або молода людина:

- може мати проблем зі сном, включаючи нічні кошмари;
- може мати відчуття надзвичайної втомленості та труднощі з концентрацією уваги;
- може виявляти поведінкові проблеми або відставання в школі.
- соціальна відстороненість;
- бути більш емоційним або відчувати незвичайні спалахи гніву;
- менше дбати про свій зовнішній вигляд чи поведінку;
- почуваються під тиском або панічні атаки;
- мати розвиток розладу харчової поведінки;
- мати думки про заподіяння собі шкоди або її заподіяння;
- стикатися із суїцидальними думками;
- мати інші проблеми з психічним здоров'ям;
- мати спогади або повторювані чи тривожні думки.

Міф

Якби мою дитину цькували в Інтернеті, я б помітив ознаки, тому що на це потрібен час.

Реальність

Онлайн-педофіли за лічені хвилини можуть завоювати довіру потенційної жертви та зав'язати з нею «дружбу».

Як підготуватися до розмови?¹⁵

Якщо ви виявили, що дитина перебуває в групі ризику, вчинила або зазнала цифрового насильства, поговоріть з нею індивідуально. Під час підготовки до цих розмов подумайте, як ви підійдете до них і чи може дитина(діти) мати труднощі в спілкуванні з вами. Існує багато причин, через які дітям може бути важко поговорити з вами про такий інцидент.

Дитина, якій було завдано шкоди, може, наприклад:

- ➔ відчувати себе **збентеженою або сором'язливою** через свій досвід,
- ➔ відчувати **відповідальність** за заподіяну шкоду,
- ➔ боятися, що їй **не повірять**, якщо вона комусь розкаже,
- ➔ піддаватися **погрозам або маніпуляціям** з боку особи, яка заподіяла їм шкоду,

- ➔ боятися **реакції дорослих** – дитина може думати, що втратить контроль над тим, що відбувається далі, або може соромити свою сім'ю або громаду,
- ➔ боятися інших наслідків розповіді, таких як остракізм та/або **знуцання** з боку однолітків, пошкодження її **репутації** або необхідність **переходу до нової школи**,
- ➔ не володіючи **мовою** або **здатністю** спілкуватися в усній формі, або не знаючи, як розповідати,
- ➔ **не визнавати свій досвід образливим** – це може бути особливо важливо, якщо дитина думає: «Це просто частина шкільного життя» або «Інші мають це гірше, ніж я».

Дитина, яка заподіяла шкоду, може, наприклад:

- ➔ відчувати **сором або сором'язливість за** свою поведінку,
- ➔ боятися наслідків прийняття відповідальності, таких як **покарання з боку школи або батьків, залучення поліції, залучення соціального працівника або необхідність переїзду до нової школи**,
- ➔ боятися інших наслідків прийняття відповідальності, таких як **відчуження** та/або **відплата** від своїх однолітків, шкода її **репутації** або необхідність переходу до **нової школи**,
- ➔ не володіють **мовою** або **здатністю** спілкуватися усно, або не вміють про це говорити,
- ➔ **не визнавати свою поведінку образливою** – це може бути особливо важливо, якщо дитина думає: «Це просто частина шкільного життя» або «Інші роблять ще гірші речі».

Дитині, яка сама зазнала сексуального насильства, може бути особливо важко говорити про свою поведінку.

Деякі діти можуть зіткнутися з додатковими бар'єрами на основі таких характеристик, як їх вік, соціальний статус, культура, переконання, етнічне походження, стать, сексуальна орієнтація, гендерна ідентичність або її вираження, чи інвалідність – або комбінація цих характеристик. Фахівці можуть робити припущення щодо дітей, наприклад, припускати, що хлопчик вчинив сексуальне насильство, тому що «хлопчики є хлопчики», замість того, щоб розглянути можливість того, що його поведінка свідчить про те, що він сам зазнав насильства. Однак фахівці не повинні робити припущень, які виправдовують насильство; висновки завжди повинні бути підкріплені фактами.

Будьте готові до того, що діти, які заподіяли шкоду або постраждали від неї, можуть не підтримувати зоровий контакт або не визнавати все, що ви говорите, коли ви зустрічаєтеся з ними. Вони, ймовірно, відчують значний стрес, збентеження або сором, але не думайте, що вони не слухають, тому що не показують цього.

**Куди повідомити
та отримати
підтримку в
Словаччині?**

**Словацька національна
гаряча лінія** (Slovenská
národná hotline) для по-
відомлення про цифрове
наси́льство або образли-
вий онлайн-контент

[Read more](#)

**Управління національ-
ної безпеки**
Звітування про інциден-
ти кібербезпеки

[Read more](#)

Підтримка психічного здоров'я

Linka detskej istoty

[Read more](#)

Linka dôvery Nezábudka

0800 800 566

**Národná linka na pomoc
deťom v ohrození**
VIAC AKO NI(c)K —
цілодобовий онлайн-чат
для дітей та молоді

[Read more](#)

Примітки та інше

Примітки

- 1 PlaySafe App User UNICEF Greece & Diotima
- 2 IWF A guide for parents and carers
- 3 PlaySafe App User UNICEF Greece & Diotima
- 4 PlaySafe App User UNICEF Greece & Diotima
- 5 IWF A guide for parents and carers
- 6 The «Let's block online sexual abuse!» campaign, Information and Documentation Center on the Rights of the Child (CIDDC)
- 7 TIPS FOR PARENTS AND CAREGIVERS: KEEPING CHILDREN SAFE ONLINE DURING THE COVID-19 PANDEMIC, UNICEF
- 8 <https://www.nspcc.org.uk/>
- 9 ICMEC “Connected kids: a comprehensive guide to ensuring online safety and well-being” & [How can I talk to my child about online safety?](#)
- 10 IWF A guide for parents and carers & ICMEC “Connected kids: a comprehensive guide to ensuring online safety and well-being”
- 11 [Q&A: The role of teachers in preventing and addressing school violence](#) | [UNESCO](#) & “YOUTH GUIDE TO END ONLINE GENDER-BASED VIOLENCE”, UN WOMEN
- 12 IWF “Nude sharing and Child Sexual Abuse Imagery”
- 13 ICMEC “Connected kids: a comprehensive guide to ensuring online safety and well-being”
- 14 ICMEC “Connected kids: a comprehensive guide to ensuring online safety and well-being”
- 15 Safety planning in education A guide for professionals supporting children following incidents of harmful sexual behaviour p. 24

Інші ресурси

- Safety planning in education: A guide for professionals supporting children following incidents of harmful sexual behaviour (Centre of expertise on child sexual abuse (CSA Centre))
- Making All Spaces Safe Technology Facilitated Gender based Violence UNFPA, 2021
- Yosep, I.; Hikmat, R.; Mardhiyah, A. Preventing Cyberbullying and Reducing Its Negative Impact on Students – Using E-Parenting: A Scoping Review. Sustainability 2023, 15, 175
- Elsaesser, C., Russell, B., Ohannessian, C. M., & Patton, D. (2017). Parenting in a digital age: A review of parents' role in preventing adolescent cyberbullying. Aggression and Violent Behavior, 35
- 79/243 United Nations Convention against Cybercrime; A/RES/79/243
- Combating Cyber Violence against Women and Girls, European Institute for Gender Equality (EIGE)
- ThinkUKnow: Parents and carers guide to online child sexual exploitation

