

Modulul 3

Riscuri potențiale în utilizarea rețelelor sociale



PR.I.S.C.I.LLA
Preventing Incident of Sexual Cyberbullying
in Intellectual disability



Co-funded by
the European Union

Numărul proiectului: 2023-2RO01-KA220-YOU-000174271

1

Riscuri potențiale în utilizarea rețelelor sociale



Rezumatul modulului

În acest modul veți învăța despre riscurile care se pot întâmpla atunci când utilizați rețelele sociale. Aceste riscuri includ:



Hărțuire online



Grooming



Phishing

Veți învăța, de asemenea, cum să identificați aceste riscuri și cum să rămâneți în siguranță atunci când utilizați rețelele sociale.



Rezultatele învățării modulului

Până la sfârșitul acestui modul, veți fi capabili să:

1. Înțelegeți ce sunt hărțuirea cibernetică, grooming și phishing.
2. Recunoașteți situațiile în care aceste riscuri pot apărea.
3. Învățați sfaturi și pași pentru a vă proteja de aceste riscuri.



Rezumatul modulului



Acest modul este conceput pentru a vă ajuta să vă:

- Asumați riscuri pozitive prin utilizarea în siguranță a rețelelor sociale
- Simțiți stăpân pe acțiunile dumneavoastră online
- Dezvoltați independența în utilizarea rețelelor sociale
- Luați decizii corecte cu încredere



Hărțuirea online

Se întâmplă atunci când oamenii folosesc rețelele sociale sau platformele online pentru a trimite mesaje răutăcioase, a posta comentarii jignitoare sau a răspândi zvonuri. Hărțuitorii se ascund adesea în spatele unor conturi false.



Sfaturi pentru evitarea hărțuirii online



1. **Nu răspundeți.** Dacă cineva vă trimite mesaje răutăcioase, nu răspundeți.
2. **Salvați dovada.** Faceți capturi de ecran mesajelor sau comentariilor răutăcioase pentru a le arăta unei persoane de încredere.
3. **Blocați și raportați.** Utilizați instrumentele platformei pentru a bloca hărțuitorul și a raporta comportamentul acestuia.
4. **Discutați cu cineva de încredere.** Împărtășiți-vă sentimentele cu un părinte, profesor sau prieten.
5. **Fiiți bun în mediul online.** Tratați-i pe ceilalți cu respect pentru a ajuta la crearea unui mediu online pozitiv.



Grooming

Se întâmplă atunci când un adult folosește internetul pentru a manipula și a păcăli un tânăr să împărtășească informații personale, să trimită fotografii private sau să se implice în comportamente nesigure.



Sfaturi pentru a evita grooming-ul



1. **Nu vă împărtășiți informațiile personale.** Nu vă dați niciodată adresa, numărul de telefon, numele școlii sau parolele.
1. **Aveți grijă cu fotografiile.** Nu vă trimiteți fotografiile persoanelor pe care nu le cunoașteți.
1. **Aveți încredere în sentimentele dumneavoastră.** Dacă cineva din mediul online vă face să vă simțiți inconfortabil, încetați să mai vorbiți cu ei.
1. **Discutați cu o persoană de încredere.** Dacă simțiți nesiguranță în legătură cu cineva din mediul online spuneți-i unui profesor sau îngrijitor.
1. **Blocați și raportați.** Utilizați setările platformei pentru a bloca persoana și a-i raporta comportamentul.



Phishing

Se întâmplă atunci când cineva pretinde că este o persoană sau companie de încredere pentru a vă fura informații precum parolele, detaliile contului sau banii. Adesea utilizează e-mailuri, mesaje sau pagini web false pentru a vă păcăli.



Sfaturi pentru a evita phishing-ul



1. **Nu dați clic pe link-urile necunoscute.** Dacă primiți mesaje sau e-mailuri de la cineva în care nu aveți încredere, ignorați-l și nu dați clic pe nici un link din mesajul respectiv. 
1. **Verificați expeditorul.** Uitați-vă cu atenție la adresa de email sau numele de utilizator al expeditorului. Mesajele false au adesea mici greșeli de ortografie
1. **Păstrați-vă parolele în siguranță.** Nu împărtășiți niciodată parolele dumneavoastră cu nimeni.
1. **Aveți grijă cu premiile.** Dacă cineva vă spune că ați câștigat ceva uimitor, dar vi se pare ciudat sau prea ușor, probabil că nu este real.
1. **Utilizați site-uri web securizate.** Asigurați-vă că denumirea unui site web începe cu “https://” și afișează simbolul unui lacăt.



2

Scenarii de caz



Acum vom citi cele trei situații online care vă vor ajuta să înțelegeți unele riscuri pe care puteți să le întâmpinați când folosiți rețelele sociale și internetul.

După citirea fiecărei povestiri, vom reflecta asupra situației, vom identifica riscurile implicate și ne vom gândi la cele mai bune modalități de a reacționa în siguranță.

Scopul acestei activități este să vă ajute să recunoașteți pericolele din mediul online și să dezvoltați strategii pentru a vă proteja.



Cazul lui Lucia

- Lucia are 19 ani și îi place să deseneze. Își împărtășește adesea lucrările de artă pe rețelele de socializare.
- Într-o zi cineva îi trimite un mesaj în care spune “Bună! Îmi plac desenele tale. Ești atât de talentată! Putem fi prieteni?” Lucia este fericită și răspunde “Mulțumesc! Sigur!” După câteva zile, persoana respectivă începe să îi pună Luciei întrebări personale precum “Unde locuiești?” și “Poți să îmi trimiți o poză cu tine?” De asemenea, îi spune Luciei “Nu spune nimănui despre conversația noastră – este secretul nostru.”



Cazul lui Lucia – să discutăm

- 1. Ce s-ar putea întâmpla dacă Lucia împărtășește online informații personale cu o persoană pe care nu o cunoaște?
- 2. Ce ar trebui să facă Lucia atunci când persoana îi cere poze cu ea?
- 3. Dacă Lucia se simte nesigură cu privire la această situație, care este cel mai bun pas de făcut?



Cazul lui Luca

- Luca distribuie o fotografie amuzantă cu el pe rețelele de socializare. Cineva comentează: „Arăți atât de prost!”, iar alte persoane încep să râdă și să scrie lucruri răutăcioase despre el. Luca se simte supărat și nu știe ce să facă. Se întreabă dacă ar trebui să își șteargă contul sau să răspundă furios la comentarii.



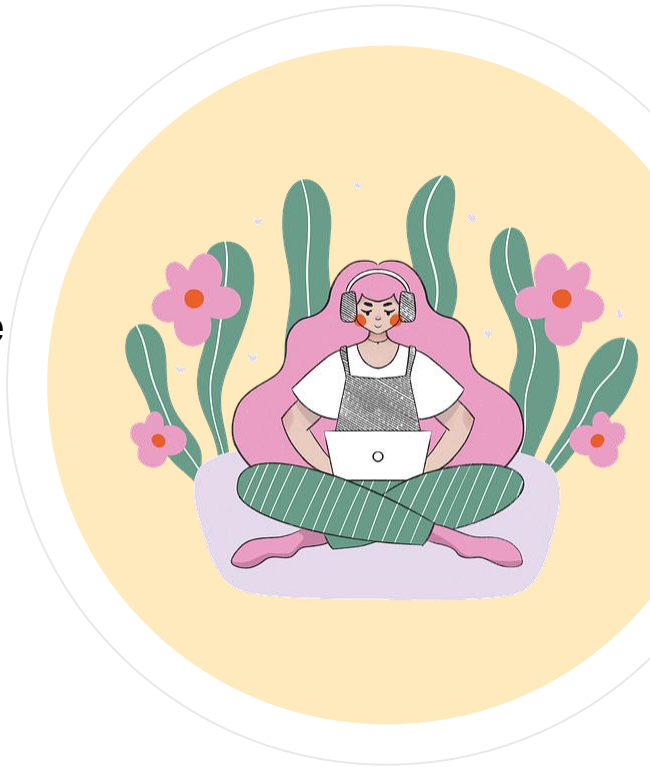
Cazul lui Luca – să discutăm

1. Care este primul lucru pe care Luca ar trebui să îl facă în ceea ce privește comentariile răutăcioase?
2. Cu cine ar trebui să vorbească Luca dacă se simte rănit de comentarii?
3. Care ar fi o modalitate bună pentru Luca de a face față hărțuirii online în viitor?



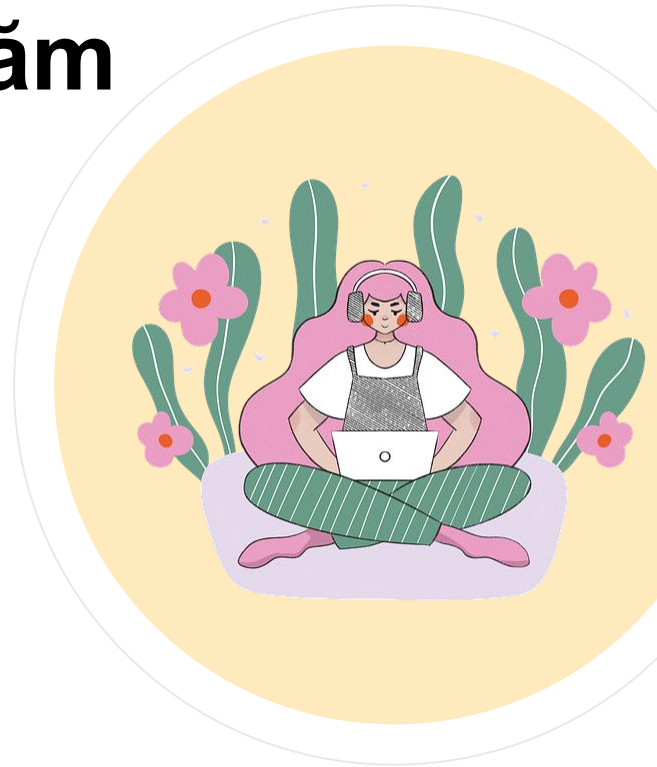
Cazul lui Ana

Ana primește un email care pare a fi de la magazinul său online preferat. În email scrie “Felicitări! Ați câștigat un card cadou în valoare de 50€! Dați clic aici pentru a vă revendica premiul.” Ana este încântată, dar nu este sigură dacă e adevărat. Observă că adresa de email e ciudată, iar link-ul nu coincide cu site-ul web al magazinului.



Cazul lui Ana – să discutăm

1. Ce ar trebui să facă Ana înainte de a da clic pe link?
2. Care este un semn de avertizare că acest e-mail ar putea fi fals?
3. Dacă Ana crede că acest e-mail este suspect, ce ar trebui să facă?



Activitate: identificarea riscurilor

În această activitate veți vedea fotografii sau veți auzi povești scurte despre lucruri care se pot întâmpla în mediul online. Sarcina ta este să:

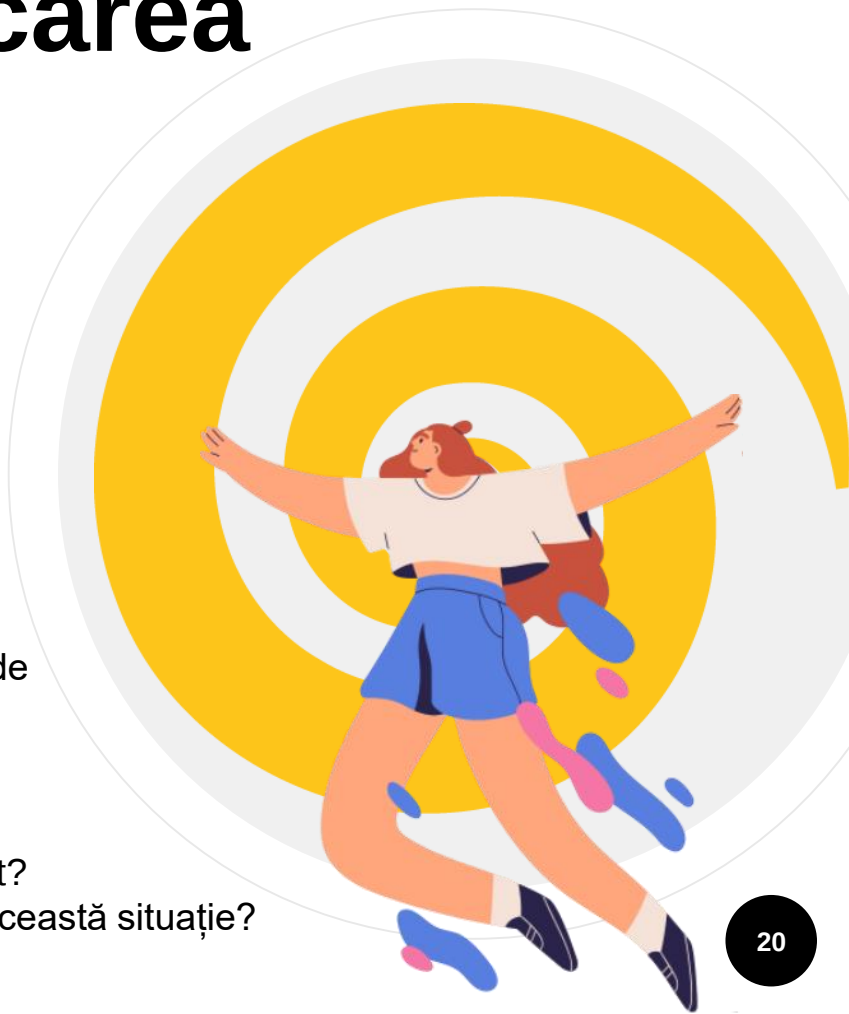
- ✓ Decizi dacă situația este sigură sau riscantă.
- ✓ Spui de ce crezi că este riscantă.
- ✓ Explici ce ai face pentru a fi în siguranță.

Exemplu

Un străin vă trimite un mesaj în care spune: “Ești atât de tare! Putem să ne întâlnim?”

Întrebați-vă:

- Este riscant?
- De ce ar putea fi riscant?
- Ce ar trebui să faci în această situație?



Identificarea riscurilor Scenarii

Scenariul 1:

Cineva din mediul online spune: “Te pot ajuta să ai o mulțime de urmăritori dacă îmi trimiți parola ta.”

Scenariul 2:

Un prieten postează o fotografie amuzantă cu tine fără să îți ceară permisiunea.

Scenariul 3:

Cineva comentează la postarea ta “Ești atât de urât/ă, toată lumea te urăște.”

Scenariul 4:

Primești un email care spune: “Felicitări! Ai câștigat 1.000 €! Dați clic aici pentru a vă revendica premiul.”

Scenariul 5:

Ești într-o conversație de grup online despre jocul tău video favorit. Cineva din grup vă întreabă “Când e ziua ta de naștere? Vrem să sărbătorim cu tine!”

Scenariul 6:

Primești un mesaj de la cineva care spune: “Căutăm persoane care să lucreze de acasă. Doar trimiteți numele, adresa și detaliile bancare pentru a începe!”

Scenariul 7:

Faci o fotografie de grup cu prietenii tai într-un parc și vrei să o postezi pe rețelele de socializare. Unul dintre prietenii tăi spune că nu dorește ca fotografia să fie postată online.

Scenariul 8:

Un străin vă trimite un mesaj spunând: “Ești atât de cool și drăguță! Mi-ar plăcea să vorbim mai mult. Poți să-mi spui mai multe despre tine?”



Reflecții și discuții

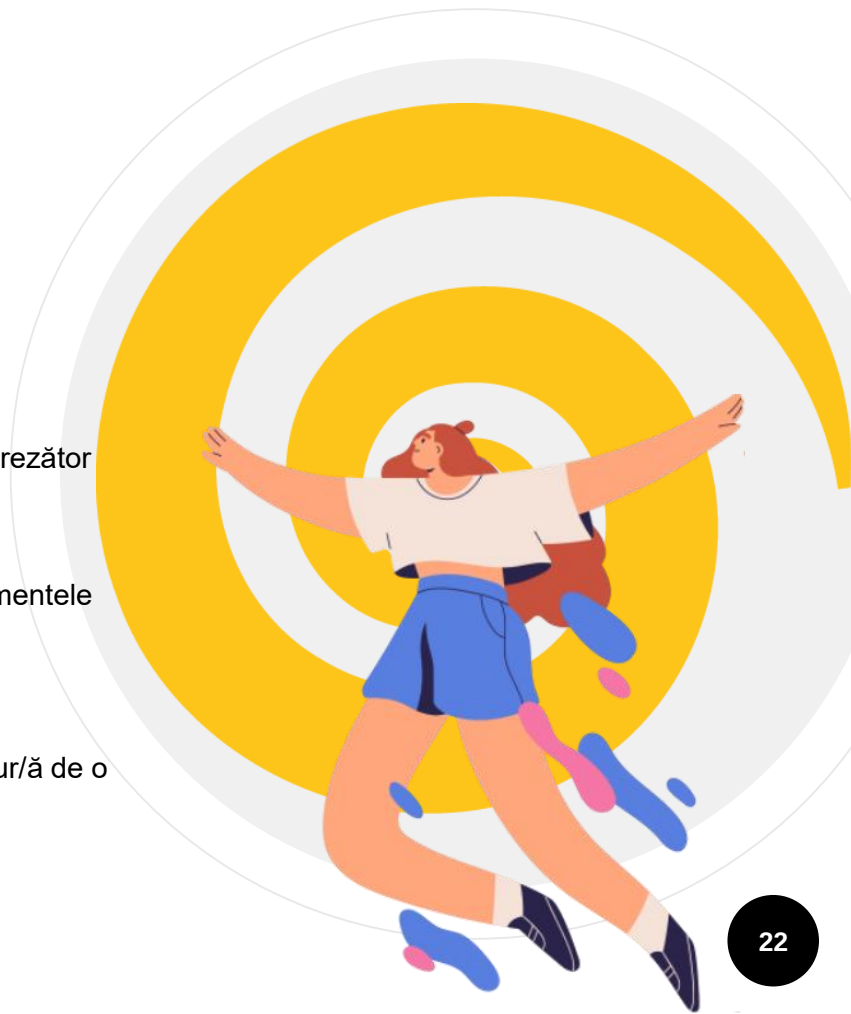
După terminarea scenariilor, gândiți-vă puțin la ceea ce ați învățat.

Întrebați-vă:

- ☒ Care risc v-a surprins cel mai mult?
- ☒ Cum v-ați simțit când ați decis ce să faceți în fiecare situație?
- ☒ Ce veți face diferit data viitoare când veți fi online?
- ☐ Discutați cu grupul sau profesorul despre răspunsurile dumneavoastră. Împărtășirea gândurilor dumneavoastră vă poate ajuta să vă simțiți mai încrezător în ceea ce privește siguranța online.

Amintiți-vă

- ☐ Dacă ceva vi se pare în neregulă în mediul online, aveți încredere în sentimentele voastre.
- ☐ Nu împărtășiți informații personale sau parole cu persoane pe care nu le cunoașteți.
- ☐ Discutați întotdeauna cu cineva în care aveți încredere dacă nu sunteți sigur/ă de o situație.



Jocuri de rol

În această activitate veți exersa cum să răspundeți la diferite riscuri online, jucând situații în grupuri mici. Aceasta vă va ajuta să vă simțiți mai încrezători cu privire la ce să faceți dacă vă confrunțați cu aceste riscuri în viața reală.

Instrucțiuni

Veți lucra în grupuri mici pentru a pune în scenă diferite situații. Fiecare grup va primi un scenariu despre riscul din mediul online. O persoană va juca rolul persoanei care se confruntă cu problema, iar ceilalți vor juca diferite roluri, cum ar fi un prieten, persoana riscantă sau un adult de încredere. După ce vom juca scenariul, vom vorbi despre ce s-a întâmplat și cum să gestionăm situația.





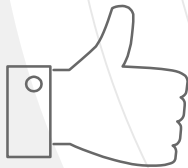
Scenariul 1



- **Situație:** Cineva din mediul online spune: “Ești atât de talentat/ă. Pot să văd mai multe poze cu tine? Îți promit ca nu le voi arăta nimănui.”
- **Roluri:**
 - Persoana căreia i se cer fotografii.
 - Străinul.
 - Un adult de încredere sau un prieten cu care persoana vorbește pentru sfaturi.
- **Etape de acțiune:**
 - Refuzați să trimiteți fotografii.
 - Blocați persoana străină.
 - Discutați cu o persoană de încredere despre ce s-a întâmplat.



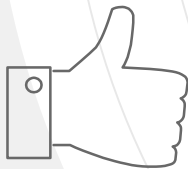
Scenariul 2



- **Situație:** Cineva vă comentează la postare: “E atât de prostesc. De ce te mai obosești?” Alți oameni încep să dea like comentariului și să scrie și lucruri răutăcioase.
- **Roluri:**
 - Persoana hărțuită.
 - Hărțuitorul.
 - Un adult de încredere sau un prieten cu care persoana vorbește.
- **Etape de acțiune:**
 - Nu răspundeți comentariilor răutăcioase.
 - Faceți capturi de ecran ca dovadă.
 - Blocați și raportați hărțuitorul.



Scenariul 3



- **Situație:** Primești un email care spune: "Felicitări! Ați câștigat un telefon nou! Dați clic pe acest link pentru a vă revendica premiul."
- **Roluri:**
 - Persoana care primește e-mailul.
 - Impostorul care trimite e-mailul.
 - Un prieten sau un adult de încredere care oferă sfaturi.
- **Etape de acțiune:**
 - Nu dați clic pe link.
 - Ștergeți e-mailul și raportați-l ca spam.
 - Discutați cu o persoană de încredere dacă sunteți nesigur/ă.



Discuții și concluzii

Discuții

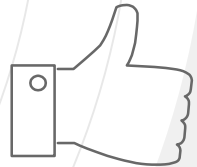
După ce ați jucat scenariul, haideți să discutăm:

- ✓ Ce a făcut ca situația să fie riscantă?
- ✓ Ce a făcut persoana respectivă pentru a rămâne în siguranță?
- ✓ Cum v-ați simțit să practicați această situație?
- ✓ Ce ați face dacă vi s-ar întâmpla acest lucru în viața reală?

Concluzii

Ați făcut o treabă excelentă exersând cum să gestionați riscurile din mediul online! **Amintiți-vă:**

- ✓ Întotdeauna aveți încredere în instinctele dumneavoastră – dacă ceva vi se pare greșit, probabil că este.
- ✓ Blocați și raportați persoanele care vă fac să vă simțiți inconfortabil.
- ✓ Discutați cu o persoană de încredere dacă nu sunteți sigur/ă ce să faceți.



Sortarea riscurilor Joc



Vom exersa identificarea comportamentelor online sigure și riscante prin sortarea exemplelor în categoriile „Sigur” sau „Riscant”.

În această activitate, veți vedea exemple de lucruri pe care oamenii le pot face online. Sarcina voastră este să decideți dacă fiecare exemplu este „sigur” sau „riscant”.

Vom lucra în perechi sau în grupuri mici. Fiecare grup va primi cartonașe cu exemple de acțiuni online. Sarcina voastră este să plasați fiecare cartonaș în categoria „Sigur” sau „Riscant” pe tablă sau pe masă.

După sortarea cartonașelor, vom discuta despre alegerile noastre în grup.

Sortarea riscurilor Joc

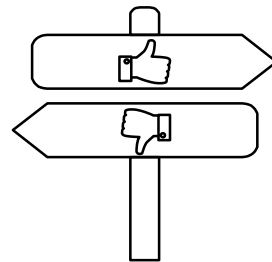


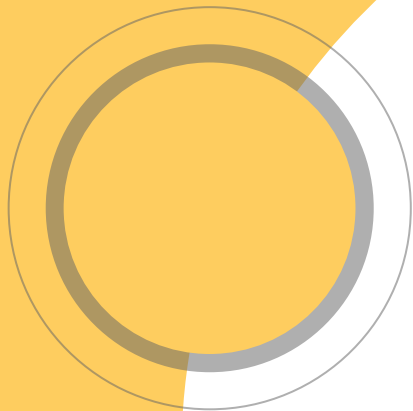
Exemplu de card:

„Distribuiți numele complet și adresa pe profilul dumneavoastră.”
Este sigur sau riscant?

Răspuns: Riscant. Distribuirea de informații personale vă poate face vulnerabil.

Acum este rândul tău!





Vă mulțumim!



Co-funded by
the European Union

Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate aparțin, însă, exclusiv autorului (autorilor) și nu reflectă neapărat punctele de vedere și opiniile Uniunii Europene sau ale Agenției Executive Europene pentru Educație și Cultură (EACEA). Nici Uniunea Europeană și nici EACEA nu pot fi considerate răspunzătoare pentru acestea.