



Ghidul utilizării în siguranță a Internetului

Un Internet mai sigur pentru toți elevii!

2023

Ghidul utilizării în siguranță a Internetului

Un Internet mai sigur pentru toți elevii!

Ediția a II-a revizuită și actualizată

La elaborarea acestui ghid au contribuit

Claudia Maria Oprescu,
Coordonator program siguranța online

Andreea Hurezeanu,
Coordonator parteneriate si promovare

Ileana Rotaru,
Conf. univ. dr. Ileana Rotaru
Universitatea de Vest din Timișoara

Supervizare:

Gabriela Alexandrescu,
Președinte Executiv Salvați Copiii România

George Roman,
Advocay Director Salvați Copiii România

MULȚUMIRI SPECIALE

În numele Consorțiului Ora de net, coordonat în România de Organizația Salvați Copiii, adresăm mulțumiri pentru deschiderea și preocuparea pentru asigurarea interesului superior al copilului, întrucât doar prin eforturi conjugate ale autorităților și societății civile se pot stabili premisele unui sistem de protecție care să vină în întâmpinarea nevoilor copiilor în mediul online: Ministerului Justiției, Ministerului Educației, Ministerul Familiei, IGPR - Serviciul pentru Combaterea Criminalității Informatice, Direcției Generale de Asistență Socială și Protecția Copilului.

În același timp, mulțumiri speciale se adresează membrilor Consiliului Consultativ al proiectului Ora de net, care au participat încă din 2010 la discuțiile și dezbaterile privind necesitatea acestui ghid: Asociația Națională a Internet Service Providerilor din România, echipa BIK+.

Apreciam eforturile și angajamentul membrilor echipei de proiect Ora de net, a căror contribuție a fost esențială pentru modelarea acestui ghid într-un instrument de referință robust și pertinent: Andrei Marinescu, (Coordonator linie de raportare esc_Abuz), Andreea Ghinescu (Coordonator educațional), Lucia Prisecariu (Responsabil proces), Bianca Stan (Coordonator Educațional), și Laura Tomescu (Consilier siguranța copiilor în mediul online).

Mulțumim tuturor membrilor comunității de voluntari Ora de Net, cadre didactice și specialiști care lucrează în beneficiul copiilor, care au implementat proiectele educaționale propuse de echipa de coordonare și care și-au împărtășit experiența cu noi prin raportarea activităților susținute, contribuind astfel la o permanentă îmbogățire a resurselor în acord cu situația națională.

CUPRINS

| | |
|--|-----------|
| Cuvânt înainte..... | 5 |
| I. Ce reprezintă și cum se folosește acest ghid? | 9 |
| II. Copiii și noile tehnologii de informare și comunicare | 11 |
| A. Explorând culisele Internetului: o privire detaliată asupra evoluției și a impactului său | 11 |
| B. Învățarea independentă și beneficiile educaționale ale Internetului | 18 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 26 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 26 |
| III. Telefonul mobil | 27 |
| A. Setări generale de control. | 29 |
| B. Controlul parental pe mobil | 31 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 33 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 33 |
| IV. Diversitatea conținutului online în actul educațional..... | 34 |
| A. Cum pot fi jocurile video o experiență distractivă și educativă pentru copii? | 41 |
| B. Aplicarea la clasă a metodelor didactice moderne | 42 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 46 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 46 |
| V. Inteligența artificială | 48 |
| A. De ce este importantă inteligența artificială? | 48 |
| B. Ce este Internetul Lucrurilor (IoT)? | 51 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 52 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 53 |
| VI. Siguranța copiilor pe Internet și pe social media..... | 55 |
| A. Cercetările sociologice privind utilizarea internetului și comportamentul online al copiilor .. | 55 |
| B. Repere de conduită pentru utilizarea platformelor sociale în siguranță | 65 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 66 |
| Recomandare pentru ședințele cu părinții | 67 |
| VII. Riscuri online pentru copii și tineri pe Internet | 68 |
| A. Timpul excesiv petrecut în mediul online | 68 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 71 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 72 |

| | |
|---|------------|
| B. Protecția datelor cu caracter personal | 73 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 77 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 78 |
| C. Informații neverificate, „Download”, „Copy Paste” și drepturile de autor. | 78 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 82 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 84 |
| D. Cyberbullying - concept și particularități | 90 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 98 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 99 |
| E. Sextingul consensual și nonconsensual | 103 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 108 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 111 |
| F. Furtul de conturi | 111 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 112 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 113 |
| G. Activități de fraudă online | 113 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 114 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 115 |
| H. Conținutul online cu caracter dăunător pentru copii și tineri | 115 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 122 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 123 |
| VIII. Cum construim starea de bine în mediul digital? | 127 |
| A. Drepturile utilizatorilor în mediul online. | 130 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 132 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 133 |
| B. Identitatea, reputația online și siguranța copiilor pe Internet. | 133 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 135 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 135 |
| C. Impactul tehnologiei asupra sănătății mintale a copiilor: recomandări pentru o dezvoltare emoțională sănătoasă. | 136 |
| Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online! | 141 |
| Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții | 142 |
| IX. Referințe bibliografice. | 146 |
| X. Anexe | 149 |

CUVÂNT ÎNAINTE

În ultimul deceniu, tehnologia a schimbat în mod radical modul în care trăim, lucrăm și interacționăm. Aproape nimeni nu a fost mai afectat de această schimbare decât generațiile tinere, care au crescut într-o lume în care telefonul mobil, internetul și rețelele sociale sunt prezente în fiecare aspect al vieții lor, încă din clipa în care se nasc. Este evident că această evoluție tehnologică aduce cu sine numeroase oportunități pentru dezvoltare și comunicare, dar și riscuri semnificative, în special pentru copii și adolescenți. Din fericire, conștientizarea problemelor de securitate online și a pericolelor precum cyberbullying sau violarea confidențialității personale a crescut în ultimii ani. Cu toate acestea, suntem încă în etapa în care învățăm să navigăm în mod responsabil și etic în acest nou peisaj digital.

Un aspect îngrijorător este ritmul rapid în care tehnologia continuă să evolueze, depășind adesea capacitatea părinților, educatorilor și chiar a legiuitorilor de a ține pasul. Inteligența artificială, gamificarea și proliferarea platformelor de social media complică și mai mult ecuația, cerând o abordare mult mai complexă și integrată a educației privind siguranța online. Acum, mai mult ca oricând, avem nevoie de un parteneriat între școli, familii și societatea civilă și instituțiile de reglementare ale statului, pentru a asigura că tinerii sunt atât protejați cât încurajați să exploreze mediul digital.

Editia a doua a acestui ghid își propune să fie un instrument cuprinzător pentru toate părțile interesate: de la copii, părinți și educatori, la factorii de decizie și instituții. Ne concentrăm pe probleme critice precum riscurile online (de la cyberbullying, sexting sau grooming, până la fraudele online și conținuturi ilegale), setările de confidențialitate, limitele de vârstă pe rețelele sociale, inteligența artificială și riscurile asociate cu jocurile online. Este o resursă esențială în această eră digitală rapidă și dinamică și un pas necesar în crearea unei culturi de siguranță și responsabilitate online.

Dincolo de riscuri și provocări, există și o lume de oportunități nesfârșite în spațiul digital. Prin eforturi combinate, educație adecvată și angajament, putem învăța cum să navigăm în această lume complexă și să transformăm internetul într-un spațiu sigur și productiv pentru toate generațiile. Acest ghid speră să fie un pilon în construirea acestei fundații.

Gabriela Alexandrescu

Președinte Executiv

Organizația Salvați Copiii România

A fi copil nu este atât de ușor precum pare.

Lumea în care trăiesc copiii noștri e diferită de cea în care am crescut noi. Zilnic, tinerii se confruntă cu provocări, poate prea mari pentru vârsta lor fragedă. Iar majoritatea provocărilor apar din cauza celui pe care ei îl consideră prieten: internetul. Trebuie să fim conștienți de pericolele care se ascund pe internet. Și toți trebuie să conlucrăm pentru a găsi cele mai bune soluții. Comunicarea deschisă, sinceră, fără jenă, este cheia.

Deși este misiunea noastră să ne ghidăm copiii spre alegerile corecte, de multe ori și noi, la rândul nostru, avem nevoie de un ghid. „Ghidul siguranței în mediul online” a luat naștere tocmai din necesitatea unei comunicări deschise între copii și părinți, cadre didactice, psihologi, asistenți sociali. Acest ghid oferă aplicații și informații practice despre cum putem „naviga” în siguranță pe internet și ce trebuie făcut atunci când apar situații complicate. Astfel, ghidul vine în ajutorul tuturor copiilor care se confruntă cu provocări generate de mediul online.

Ministerul Justiției se implică și acționează. Am organizat de curând un concurs destinat liceenilor: „Legile se aplică și pe net!” și am citit cu mare tristețe despre traumele prin care au trecut adolescenții din cauza cyberbullying-ului sau al furtului de identități. „Ghidul siguranței în mediul online” vine atât cu mijloace de prevenție, cât și cu soluții pentru aceste cazuri și este, astfel, o lectură necesară pentru toți profesorii și părinții.

Felicitări președintelui executiv, doamna Gabriela Alexandrescu, și întregii echipe Salvați Copiii România! Volumul de față este un adevărat sprijin pentru a avea siguranță în mediul online.

Alina - Ștefania Gorghiu,
Ministrul Justiției, Guvernul României





I. CE REPREZINTĂ ȘI CUM SE FOLOSEȘTE ACEST GHID?

Acest ghid reprezintă rezultatul unui efort colectiv depus în cadrul proiectului european privind siguranța online a copiilor și tinerilor, de către echipa de implementare din România, împreună cu cadre didactice, psihologi și consultanți juridici, care și-au oferit generos sprijinul.

Este important de menționat faptul că lansarea celei de-a doua ediții a ghidului siguranței online, a venit în urma solicitărilor venite din partea profesorilor, tinerilor, părinților și a societății civile de a avea acces la resurse și informații de actualitate și relevante în acest domeniu. Astfel, acest material nu este doar rezultatul muncii echipei de implementare, ci reprezintă o colaborare sinergică între multiple părți interesate, informațiile și resursele oferite fiind în concordanță cu politicile și standardele educaționale naționale.

Scopul ghidului este de a oferi cadrelor didactice și adulților care lucrează cu copii și tineri resurse teoretice ușor de înțeles și recomandări de aplicații practice în cadrul activităților educaționale, fără a fi necesară utilizarea tehnologiilor avansate. Pe lângă informațiile statistice rezultate în urma cercetărilor sociologice derulate de Organizația Salvați Copiii la nivel național, pe parcursul materialului se pot regăsi argumente importante privind utilizarea responsabilă a Internetului de cei mici, întrucât aceștia pot adopta cu multă ușurință moduri nepotrivite de interacțiune, comunicare și utilizare a tehnologiei, dacă nu sunt pregătiți să gestioneze corect potențialele riscuri online.

După parcurgerea acestui material, profesorii vor dobândi o înțelegere mai clară a principiilor, regulilor, a modalităților moderne de abordare a potențialelor riscuri asociate navigării copiilor pe Internet, cât și a mecanismelor prin care pot coopera părinții în vederea asigurării bunăstării offline și online.

În același timp, elevii care vor fi implicați direct în activitățile recomandate, își vor însuși principii privind conduita responsabilă în mediul online și vor putea face multiple conexiuni importante, corelând atât beneficiile, cât și riscurile sociale implicate de activitatea lor pe Internet.

Grupurile țintă pentru care este destinat acest material sunt reprezentate de:

- › Cadrele didactice din învățământul gimnazial și liceal;
- › Asistenți sociali;
- › Specialiști în educație;
- › Consilieri școlari;
- › Părinți/ responsabili legali;
- › Psihologi.

Ghidul a fost structurat într-un mod accesibil și ușor de înțeles, evitându-se limbajul tehnic, așa încât atât parcurgerea, cât și aplicarea metodelor moderne prezentate nu vor necesita cunoștințe sau abilități tehnologice avansate.

În primul rând, capitolele de introducere oferă o prezentare generală a subiectului și a lumii Internetului, astfel încât cititorii să beneficieze de o înțelegere cât mai clară a contextului, precum și a nevoii și importanței utilizării în siguranță a tehnologiei digitale de către copii și tineri. Pe măsură ce ghidul avansează, se trece treptat de la aspectele generale la cele specifice, acoperind astfel o gamă mai largă de subiecte legate de siguranța online, pentru a oferi cititorilor o înțelegere detaliată și cuprinzătoare a riscurilor și măsurilor de protecție necesare în mediul digital.

Structura fiecărui capitol include o parte teoretică, care explică termenii și semnificațiile conceptuale specifice, și o parte aplicativă, care joacă un rol esențial în înțelegerea și asimilarea cunoștințelor și ilustrează modul în care se pot aplica informațiile dobândite în situații reale, facilitând astfel învățarea activă și dezvoltând abilitățile practice ale elevilor. Aplicațiile implică studii de caz, exerciții practice, ceea ce contribuie semnificativ la consolidarea înțelegerii lor și la dezvoltarea competențelor digitale specifice. De asemenea, aceste aplicații încurajează gândirea critică, rezolvarea problemelor și luarea deciziilor, pregătind elevii pentru situații reale în care trebuie să aplice cunoștințele dobândite și să ia decizii informate.

Prin urmare, aplicațiile practice completează partea teoretică, transformând cunoștințele în competențe tangibile, măsurabile, oferind astfel elevilor șansa de a-și îmbunătăți abilitățile de folosire a tehnologiilor într-un mod sigur, util și creativ. De asemenea, pentru a facilita înțelegerea și aprofundarea subiectului, capitolele conțin ilustrații, studii de caz și link-uri către materiale multimedia relevante. Aceste resurse suplimentare oferă informații adiționale și exemple concrete, adaptate în funcție de nivelul de dificultate al elementelor abordate.

Acest ghid poate fi utilizat în:

- ▶ orele de dirigenție;
- ▶ activitățile extrașcolare;
- ▶ săptămânile “Școala Altfel” și “Săptămâna Verde”
- ▶ ședințele cu părinții
- ▶ dezbaterile organizate în cadrul școlii, cu participarea mai multor clase de elevi, însoțiți de cadre didactice.

Ghidul este o resursă cuprinzătoare și utilă, fiind structurat astfel încât să îndeplinească cerințele și nevoile profesorilor și adulților care lucrează cu copii și tineri, în contextul utilizării sigure a Internetului. Astfel, sunt asigurate premisele necesare pentru a motiva cadrele didactice, a le sprijini în revizuirea metodelor lor de predare curente, și a le ajuta să facă ajustări sau să introducă inovații, având astfel un impact semnificativ asupra procesului de predare și învățare, precum și asupra utilizării sigure, creative și eficiente a Internetului de către elevi.

II. COPIII ȘI NOILE TEHNOLOGII DE INFORMARE ȘI COMUNICARE

A. Explorând culisele Internetului: o privire detaliată asupra evoluției și a impactului său

Internetul reprezintă astăzi, nu doar unul dintre cele mai folosite cuvinte în limbajul cotidian, nici o simplă sintagmă a cărei căutare pe pagina Google generează în doar 0,38 secunde aproximativ 24.120.000.000 de rezultate, ci **un element esențial al vieții noastre**, fără de care, cea mai mare parte dintre copii, tineri, adulți și seniori nu își mai pot imagina traiul sau activitatea profesională. Internetul (*un simplu substantiv care se scrie cu majusculă*) vizează această interconectare unică și unitară a calculatoarelor și a altor dispozitive care sunt unite prin protocoale de comunicare specifice și care a ajuns la dimensiuni incomensurabile, oferind utilizatorilor săi **o diversitate fantastică de servicii** și utilități care se îmbunătățesc, se transformă și sunt produse cu o frecvență uimitoare: e-mail, pagini web (www), platforme și rețele sociale online, aplicații cu diferite funcționalități (*de exemplu, de la simpla orientare spațio-geografică și starea meteo, la servicii de traducere instantanee, până la resurse educaționale și divertisment*), e-commerce, e-banking etc. Toate această evoluție, recunoscută ca o “*revoluție tehnologică*”, a determinat Consiliul pentru Drepturile Omului din cadrul ONU, încă din anul 2016, să considere **accesul la Internet ca un drept uman de bază**.

Așa cum îl știm azi, Internetul își are începuturile în anii, 60 din Statele Unite ale Americii, într-o agenție finanțată de către guvern, numită Advanced Research Projects Agency (ARPA). Pe scurt, Internetul presupune un set de reguli, numite și protocoale ale Internetului, prin care două rețele de calculatoare pot schimba informații între ele. Inițial, aceste protocoale ale Internetului erau utilizate în cadrul rețelei Advanced Research Projects Agency Network (ARPANET), folosită în universități și centre de cercetare, dar și în cadrul rețelei militare, Military Network (MILNET).

Calculatoarele care erau folosite în cadrul acestor rețele erau complet diferite față de cele de astăzi. Aceste protocoale ale Internetului, numite Transmission Control Protocol/ Internet Protocol (TCP/IP), au permis sistemelor să comunice unele cu altele, chiar dacă erau diferite. Ele s-au dovedit a fi foarte populare și au fost folosite pe o scară extinsă. Rețeaua ARPANET s-a dezvoltat în anii, 80, iar protocoalele menționate s-au răspândit în toată lumea, permițând calculatoarelor din aproape orice țară să comunice între ele, indiferent de producător sau tipul de rețea din care făceau parte.

Pentru ca toate calculatoarele conectate la Internet să se „găsească”, ele trebuie să aibă nume unice, care sunt formate dintr-un șir lung de cifre care definesc poziția calculatorului în rețea. Însă, pentru a fi mai ușor de accesat, aceste șiruri de numere sunt înlocuite cu adrese web binecunoscute (de exemplu, www.google.com). Ultima parte a adresei, „.com”, reprezintă domeniul de bază. În funcție de scopul și funcția site-ului, există mai multe domenii printre care:

- com: organizație comercială;
- edu: instituție educațională;
- gov: departament guvernamental;
- mil: militar;
- org: organizație non-profit;
- tv: televiziune.

Pe lângă aceste câteva domenii de bază care definesc scopul site-ului, există și o listă foarte mare de domenii care indică locul. Astfel, fiecărei țări i-a fost alocat un domeniu reprezentat de două litere din denumirea țării: România are .ro, Ungaria are .hu, Marea Britanie are .uk etc. Folosirea „.com” în adresa unui site web este una dintre particularitățile Internetului, deoarece inițial „.com” definea paginile din Statele Unite ale Americii. De aceea, Statele Unite nu au un domeniu de bază. Organizațiile comerciale din Statele Unite au folosit „.com” pentru că era un domeniu ușor de reținut și scurt, însă în timp „.com” a devenit foarte popular pentru majoritatea companiilor din afara Statelor Unite.

Astfel, în anii, 80 Internetul oferea conectivitate între sute de mii de computere, fiecare dintre ele putând avea **cantități nelimitate de informații**, însă identificarea informațiilor potrivite devenise o problemă. De aceea, în 1990, un centru de cercetare a dezvoltat un sistem sofisticat care permitea studenților și academicienilor să găsească informațiile mult mai ușor. Centrul de cercetare se numea Organizația Europeană pentru Cercetare Nucleară (CERN), existent și în ziua de azi în Elveția, iar sistemul gândit de ei a fost denumit **World Wide Web**.

Prin urmare, Internetul a fost inițial o uriașă bază de date cu scop științific și educațional, având rolul predominant de documentare și comunicare. Ulterior, datorită creșterii numărului de utilizatori conectați la Internet, a crescut și numărul de site-uri ale diferitelor organizații care oferă conținut informațional sau produse, și implicit numărul de vizitatori ai acestor site-uri, care au devenit consumatori de produse sau servicii.

La nivel mondial, utilizarea Internetului a înregistrat o creștere semnificativă în ultimii ani. Conform datelor recente, există peste 4,9 miliarde de utilizatori de Internet în lume, ceea ce reprezintă o creștere de aproximativ 63% în comparație cu datele anterioare. În plus, aproximativ 59% din populația globală are acces la Internet. Creșterea are loc în special în țările aflate în curs de dezvoltare, unde accesul la Internet devine tot mai rapid și răspândit. În 2022, în România 8 din 10 gospodării erau conectate la Internet de acasă, reprezentând aproximativ 95% din populația țării (pentru grupa de vârstă 16-74 ani), conform datelor furnizate de Institutul Național de Statistică din România.¹⁾, iar la nivelul anului 2023, numărul utilizatorilor de internet în România atinge aproape 18 milioane de persoane, într-o creștere constantă, evidentă în ultimii 5 ani.

Un sector important în care s-a înregistrat **o creștere semnificativă în ultimii ani este cel al utilizării dispozitivelor mobile**. Numărul utilizatorilor care accesează Internetul prin intermediul telefoanelor inteligente (*smartphone-uri*) și al tabletelor a crescut considerabil. La nivel global, din cele 8 miliarde de locuitori, se estimează că 92% dintre utilizatorii de internet folosesc un dispozitiv mobil pentru accesare. În special, *smartphone-urile* care utilizează sistemul Android (*dezvoltat de Google*) sunt mai răspândite decât cele care utilizează sistemul IOS (*dezvoltat de Apple*). În medie, la nivel mondial, Internetul este folosit 6 ore și 37 min în fiecare zi, iar în România chiar 7 ore și 13 min pe zi.²

În România este depășită media mondială a populației care utilizează platformele de social media - 59,3%, țara noastră înregistrând un procent de 67%, dintre care 54%

1 Comunicat de Presă, nr. 304, 7 decembrie 2022, București: Institutul Național de Statistică, 2022, accesibil la https://insse.ro/cms/sites/default/files/com_presa/com_pdf/tic_r2022.pdf.

2 Digital around the world, We are social, 2023, accesibil la <https://datareportal.com/global-digital-overview#:~:text=A%20total%20of%205.07%20billion,12%20months%20to%20October%202022>.

pentru căutarea de branduri și conținut despre ele, 42% ca sursă de știri, 19% pentru urmărirea social media creatorilor de conținut, iar 12% pentru activitatea profesională.³

Cercetările sociologice privind utilizarea internetului și comportamentul online al copiilor și tinerilor realizate de Organizația Salvați Copiii, relevă faptul că în anul 2023, odată cu apariția unor noi forme de divertisment și comunicare, copiii și tinerii au început să exploreze și să adopte aceste noi modalități de a petrece timp online, petrecând perioade de timp mult mai extinse în mediul digital.

”Îmi place să fiu online pentru că acolo joc jocurile mele preferate, să vorbesc cu prietenii și să văd lucruri interesante. Nu mă ceartă nimeni, nu mă întrebă nimeni dacă mi-am făcut temele. E ca și cum aș avea o lume întreagă cu atâtea lucruri distractive de făcut, doar a mea!” Matei, 11 ani.

Rezultatele studiilor sociologice efectuate periodic între 2019 și 2023, indică transformări semnificative în comportamentul și experiențele copiilor în spațiul virtual, oferind o perspectivă esențială asupra evoluției acestora. Mai mult decât atât, oferă părinților și educatorilor informații valoroase pentru a ghida copiii în utilizarea responsabilă a internetului, contribuind la o mai bună înțelegere a nevoilor și preocupărilor copiilor și tinerilor în mediul online.

Definiții, semnificații, corelații și evoluții în serviciile cheie ale Internetului

În continuare, vom încerca să definim pe scurt, ca punct de plecare, câteva dintre cele mai importante servicii oferite de Internet:

World Wide Web (www) reprezintă un sistem de documente și informații legate între ele, accesate prin Internet. Cu ajutorul unui browser Web (*cum ar fi Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari etc.*), utilizatorul are acces la informații de tip text, audio, video etc. Documentul de bază al WWW este pagina Web. Acest serviciu oferă posibilitatea accesului la o cantitate imensă de informații, fapt ce duce la necesitatea stabilirii unei metode de selectare a datelor care ne interesează, cerință îndeplinită prin folosirea motoarelor de căutare.

E-mail (poșta electronică) - trimiterea și primirea de mesaje în format electronic pe Internet. E-mailul este unul dintre cele mai utilizate servicii de comunicare online. Utilizatorii pot trimite mesaje scrise, atașa fișiere și pot comunica în mod asincron cu alți utilizatori prin intermediul adresei lor de e-mail.

³ Utilizarea internetului este în creștere, două treimi dintre români folosesc social media, 12 decembrie 2022, Maioreanu, B., 2022, accesibil la <https://www.economistul.ro/comunicat/utilizarea-internetului-este-in-crestere-doua-treimi-dintre-romani-folosesc-social-media-46394/>.

Mesagerie instantanee (instant messaging) - este o formă de comunicare care permite schimbul instantaneu (*în timp real*) de mesaje de tip text între mai multe sisteme conectate la Internet, fie ele computere sau telefoane inteligente (smartphone). Serviciile de mesagerie instantanee (*cum ar fi WhatsApp, Facebook Messenger, Telegram, Signal etc.*) funcționează pe același principiu al comunicării mesajelor scrise în timp real, având în plus facilitatea alcătuirii unui grup propriu de utilizatori cu care se dorește comunicarea. Prin intermediul mesageriei instantanee, formalismul mesajelor este mult diminuat. Multe sisteme de acest gen permit utilizatorilor să anunțe dacă sunt sau nu conectați, disponibili pentru conversație, plecați din birou sau de acasă etc. În același timp, unele sisteme de mesagerie instantanee permit trimiterea mesajelor către utilizatori care nu sunt conectați la sistem, cei apelați putând vizualiza mesajele după conectare. Sistemele de mesagerie instantanee au cunoscut îmbunătățiri tehnologice considerabile prin creșterea varietății tipurilor de mesaje care pot fi împărtășite (*audio, video, imagini și chiar fișiere*), precum și o conectare a acestora cu diferite funcționalități online (*site-uri, platforme, dispozitive de stocare*) și sisteme de operare. Astfel, atât în comunicarea între două persoane, dar și pe grupuri se pot crea documente, produse media colaborative, se pot distribui informații utile etc. determinând o interacțiune foarte mare a membrilor.

Așadar, pe lângă comunicarea de mesaje scrise, au fost dezvoltate și alte facilități pentru comunicarea în timp real, cum ar fi: serviciile audio și video care permit transmiterea vocii către o altă persoană sau unui grup prin intermediul serviciilor de mesagerie instantanee și utilizarea unui microfon atașat dispozitivului sau încorporat. Astfel, se pot organiza videoconferințe sau transmite prin Internet emisiuni de radio și televiziune.

Serviciul whiteboard (planșetă electronică) - permite vizualizarea, analizarea și editarea online a unui document de către un grup de utilizatori. Aceștia pot colabora asupra aceluiași document, adăugând sau modificând conținutul în timp real. Serviciul whiteboard poate oferi, pe lângă editarea de text, și facilități de editare grafică și desen.

Transfer de fișiere - permite utilizatorilor să trimită și să primească text, imagini, fișiere audio și video etc. Utilizatorii pot partaja fișiere direct sau prin intermediul serviciilor de stocare în cloud, cum ar fi Dropbox, Google Drive, OneDrive etc.

Acestea sunt câteva dintre principalele servicii oferite de Internet în prezent. Este important de menționat că pe măsură ce tehnologia evoluează, vor apărea noi servicii sau pot avea loc schimbări în funcționalitățile existente. Acestea se actualizează de către fabricanți în permanență, iar o serie de facilități și/sau funcționalități apar odată cu (re)instalarea sau upgradarea softurilor specifice sau dorite de utilizatori din platformele de achiziții recomandate (de exemplu, Magazin Play de la Google).

Comunități online (social media) - O rețea socială virtuală reprezintă un serviciu disponibil pe Internet, creat cu principalul scop de a conecta utilizatori cu aceleași interese, activități, hobby-uri. Pe baza unui cont creat pe aceste site-uri, utilizatorii își pot crea profiluri, pot adăuga domeniile de interes, educație, locul de muncă, date personale, etc. Au la dispoziție instrumente de mesagerie (chat), de adăugare a fotografiilor și conținutului video, diferite jocuri online și sisteme de comentarii, votare și recomandări.

Weblog (blog) - o publicație web cu caracter personal (un fel de jurnal online) ce conține articole periodice, actualizate continuu. Actualizarea blogurilor constă în adăugarea de texte noi, asemenea unui jurnal de bord, toate contribuțiile fiind afișate în ordine invers cronologică în partea de sus, la vedere. Acest gen de publicații sunt în principiu accesibile publicului larg, care poate adăuga diverse comentarii, creându-se astfel o comunitate de cititori în jurul blogului.

Se creează astfel comunități de utilizatori cu interese specifice:

- Rețele sociale de afaceri: LinkedIn, Xing, Talkbiznow etc.
- Rețele sociale de prietenie și schimb de informații: Facebook, Instagram, Twitter etc.
- Rețele sociale cu conținut preponderent video și imagini: Instagram, Pinterest, Flickr, TikTok.
- Rețele sociale de divertisment și informare cu conținut video: YouTube, Twitch etc.
- Comunități pentru ecologiști: Care2, Ecobuddies etc.
- Comunități de blogging: WordPress, Blogger, Medium etc.

Datorită interactivității acestui serviciu, putem enumera câteva avantaje:

- Acces rapid la ultimele știri, evenimente și noutăți.
- Permitearea căutării prietenilor, cunoștințelor, colegilor de școală.
- Permitearea partajării conținutului audio-video și a imaginilor.
- Permitearea comentariilor, votării și recomandării mesajelor, textelor, fotografiilor sau videoclipurilor adăugate de către ceilalți utilizatori.

Pe de altă parte, există și dezavantaje în cazul în care informațiile personale furnizate sunt publice, și nu se optează pentru un profil privat, crește riscul furtului de identitate sau înșelătorie online practicate de către unii utilizatori ai acestor rețele. Este important de menționat că în prezent rețelele de socializare au devenit din ce în ce mai populare și influente, iar numărul de utilizatori și funcționalitățile acestora se schimbă rapid. Din punctul de vedere al numărului de utilizatori, Meta Platforms

adună în continuare un număr impresionant prin cele 3 mai cunoscute platforme ale sale: Facebook cu 2,93 miliarde de utilizatori, WhatsApp cu 2 miliarde și Instagram cu 1,4 miliarde. De asemenea, compania Google, prin platforma YouTube deține 2,5 miliarde de utilizatori, iar compania chineză Wechat (de care aparține platforma TikTok) înregistrează deja 1 miliard de utilizatori. Din punctul de vedere al preferințelor, 45% din utilizatorii activi ai platformelor de media sociale, preferă în ordine descrescătoare: WhatsApp, Facebook și Instagram, în timp ce Twitter se află pe o poziție discretă cu doar 3,5% dintre utilizatori.

Rezultatele obținute în urma cercetărilor realizate de Organizația Salvați Copii România, arată că în anul 2019, rețelele sociale precum Facebook și Instagram erau cele mai populare, iar în 2023, Instagram, TikTok, Discord, Snapchat și BeReal sunt semnificativ mai mult utilizate de copiii și tineri, iar impactul influencerilor devine mai semnificative în luarea deciziilor și a alegerilor pe care le fac cu privire la viitorul lor. Internetul poate fi asemănat cu un ocean navigat de mii și mii de utilizatori care folosesc diverse dispozitive. Aceste dispozitive sunt de fapt uneltele prin intermediul cărora un utilizator de Internet poate accesa informațiile de care are nevoie din mediul online.

Datorită creșterii continue a numărului de dispozitive conectate la Internet, a fost necesară tranziția de la protocolul de Internet IPv4 la Ipv6. Fiecare dispozitiv care se conectează la Internet primește o adresă IP. Cu protocolul Ipv4, numărul de adrese disponibile s-a epuizat în 2012 (4.294.967.296 de adrese unice). Pentru a asigura o funcționare fluentă și rapidă, s-a introdus Ipv6, care permite 34,000,000,000,000,000,000,000,000,000,000 de adrese unice.

În principal, dispozitivele prin intermediul cărora avem acces la informații și resursele postate online se împart în:

- ▶ computere de tip desktop sau laptop;
- ▶ smartphone-uri și telefoane mobile cu acces la Internet;
- ▶ tablete și e-readere;
- ▶ smart TV-uri.

Acestea sunt doar câteva dintre dispozitivele utilizate pentru a accesa Internetul. Este important de menționat că tehnologia continuă să evolueze, iar noi dispozitive pot fi introduse pe piață în viitor pentru a răspunde nevoilor utilizatorilor și a facilita accesul la informație și comunicare online.

B. Învățarea independentă și beneficiile educaționale ale Internetului

Pentru a avea o înțelegere cât mai clară a unei activități sigure, utile și creative a unui elev pe Internet într-o zi de școală, vă propunem să analizăm în continuare, câteva aspecte relevante. Referindu-ne la **accesarea unui browser de Internet** pentru căutarea resurselor și realizarea temelor, este important ca elevii să fie conștienți de utilizarea unor motoare de căutare eficiente și să știe cum să selecteze surse relevante și de încredere pentru a-și extinde și îmbogăți cunoștințele.

Elevii accesează **resursele de divertisment online**, ceea ce presupune urmărirea de clipuri video, vizionarea de momente comice sau implicarea în pauze recreative, cum ar fi jocurile online. Este important ca aceștia să își gestioneze corect timpul dedicat activităților de divertisment și să nu le prioritizeze în detrimentul îndeplinirii sarcinilor școlare.

Problema întâlnită frecvent este plagiatul sau copierea în realizarea referatelor sau a altor lucrări și proiecte. Din cauza faptului că informațiile sunt accesibile rapid pe Internet, unii elevi pot fi tentați să recurgă la metoda simplă de copy-paste, ceea ce duce la prezentarea acelorași referate în clasă sau la lucrări cu variații foarte apropiate pe aceeași temă. Pentru a evita această problemă, elevii trebuie să fie informați și educați în privința importanței creării unor lucrări originale și **dezvoltarea unei culturi a căutării de resurse online corecte**, aspecte esențiale pentru dezvoltarea abilităților de cercetare și învățare. Deși Internetul oferă o cantitate vastă de informații, înțelegerea și utilizarea corectă a acestora sunt esențiale pentru a obține un referat original, fiind important să li se explice elevilor metodele corecte de cercetare online, de filtrare și prelucrare a informațiilor. Iată câteva recomandări care pot ajuta elevii să obțină un referat original:

- ▶ Stabilirea unui timp rezervat exclusiv pentru căutare de resurse în mediul online și asigurarea că elevii au suficient timp pentru a explora și a selecta surse relevante.
- ▶ Oferirea mai multor surse de unde elevii pot extrage informații și încurajarea lor de a explora diferite site-uri web, cărți online, articole, documentare sau alte surse de încredere. Recomandarea unor surse specifice, utile și veridice.
- ▶ Explicarea modului în care se poate face diferența între sursele de calitate și cele care nu reprezintă realitatea, metode de analizare a sursei, verificarea credibilitatea autorului sau a publicației și identificarea dacă informațiile selectate sunt susținute de dovezi și cercetări solide.
- ▶ Prelucrarea atentă a informației, înainte de a o include în referat. Elevii ar trebui să sintetizeze și să restructureze informațiile în propriile cuvinte, evitând copierea directă. Dacă totuși decid

să includă informații exacte, este important să adauge sursele corespunzătoare pentru a evita acuzațiile de plagiat.

- Acordarea unei atenții sporite asupra faptului că nu toate informațiile găsite online sunt reale sau veridice. De exemplu, în cazul enciclopediilor deschise, cum ar fi Wikipedia, oricine poate fi editor și poate adăuga informații. Elevii trebuie să înțeleagă necesitatea verificării informațiilor cu ajutorul altor surse sau a surselor considerate veridice și să aibă grijă să selecteze doar informațiile de încredere.

Pentru a elabora un referat original, elevii trebuie să dețină abilități de cercetare online, să utilizeze surse diverse, să verifice credibilitatea informațiilor și să prelucreze informațiile într-un mod personal și original. Este necesară promovarea programelor de dezvoltare a abilităților de gândire analitică, de gândire critică în timpul căutării și utilizării informațiilor. Deoarece avem acces rapid la web, activități precum căutarea într-un dicționar, citirea unei cărți și chiar și o plimbare până la bibliotecă pot fi considerate o pierdere de timp sau chiar poate o corvoadă pentru tinerii din ziua de azi. Pentru a rezolva această problemă, este important să recomandăm surse de încredere atunci când vine vorba de traduceri.

Cel mai popular serviciu de traducere este Google Translate (www.translate.google.com), deși traduceri realizate nu sunt întotdeauna corecte în totalitate. Google Translate utilizează milioane de documente traduse de editori umani specializați, pe care le scanează pentru a identifica un model pentru cuvintele introduse de utilizator. Odată ce un model este găsit, calculatorul îl utilizează pentru a traduce ceva similar. Totuși, traduceri realizate cu acest program nu pot fi considerate sigure și nu sunt întotdeauna corecte. În aceste cazuri, este recomandat să utilizăm și alte surse, precum dicționarele clasice. Iată câteva exemple de website-uri de traducere:

- DeepL Translator (deepl.com) – traduceri din și în 31 de limbi, care poate fi folosit gratuit pentru traduceri de până la 1.500 caractere/traducere. De asemenea, este disponibil pentru traduceri din documente în format doc, pdf, ppt.
- <http://hallo.ro/> - traduceri din și în limbile Engleză, Germană, Spaniolă, Franceză și Italiană.
- <http://ro-en.gsp.ro/> - traduceri din limba Română în limba Engleză. Dicționarul online este realizat cu ajutorul voluntar al masteranzilor de la Masteratul în Traducerea Textului Literar Contemporan de la Universitatea din București, precum și alți traducători, terminologi și pasionați de limba engleză.

- <http://www.bing.com/translator> - serviciu realizat de compania Microsoft;
- <http://www.babelfish.com>;
- <http://www.systranet.com/translate>;
- <http://www.genium.ro> - secțiunea „Pt. Traduceri”.

Pentru a realiza o traducere utilizând dicționarele disponibile pe Genium.ro, puteți parcurge următorii pași:

1. Accesați site-ul <http://www.genium.ro>.
2. Navigați către secțiunea „Pt. Traduceri”.
3. Utilizați dicționarele disponibile pentru a căuta și traduce cuvintele sau expresiile dorite.

E-learning

Sistemele de e-learning sunt din ce în ce mai utilizate în întreaga lume, inclusiv în România. Acestea permit instituțiilor educaționale, universităților și companiilor să ofere cursuri și seminarii online către utilizatori aflați la distanță sau în zone geografice diferite. Prin intermediul Internetului, utilizatorii se pot conecta la sistemele de e-learning și pot vizualiza lecții, participa la cursurile live sau accesa lecțiile predate anterior. De asemenea, aceste sisteme includ adesea instrumente de evaluare a cunoștințelor acumulate și notare corespunzătoare fiecare participant la curs.

Spre exemplu, enciclopediile online reprezintă o resursă excelentă pentru elevi, studenți și profesori, oferind o cantitate enormă de informații la îndemână prin funcția de căutare integrată în fiecare enciclopedie. Cu toate acestea, este important să facem diferența între enciclopediile deschise tuturor editorilor și cele care au editori profesioniști care sunt responsabili de adăugarea termenilor și definițiilor. Enciclopediile deschise permit oricui cu un cont să adauge termeni și articole, care ulterior sunt verificate de editori specializați. Până la momentul verificării, aceste articole rămân vizibile și accesibile pentru oricine, dar cu mențiunea că necesită editare. **Pentru a găsi informații utile într-o enciclopedie online, elevii pot urma următoarele sfaturi:**

- Utilizarea motorului de căutare integrat în enciclopedie pentru a găsi informațiile dorite.
- Conștientizarea că enciclopediile online nu ar trebui să fie singura sursă utilizată pentru referate sau proiecte, recomandarea fiind ca

elevii să acceseze și să utilizeze mai multe surse, cum ar fi cărți, articole științifice sau alte materiale academice relevante.

- Analizarea și prelucrarea informațiilor găsite în enciclopedie înainte de a le include în lucrarea voastră. Este importantă interpretarea, selectarea și integrarea într-un mod critic în contextul temei abordate.
- Verificarea informațiilor găsite în enciclopedie prin consultarea altor surse, mai ales dacă acestea sunt esențiale pentru lucrarea voastră. Încercați să utilizați surse de încredere, cum ar fi publicații academice, site-uri oficiale sau resurse online specializate.

Exemple de enciclopedii online populare și utile includ:

- www.wikipedia.org (enciclopedie deschisă cu versiune în limba română);
- www.saferpedia.eu (enciclopedie online despre siguranța pe Internet și noile tehnologii, disponibilă în limba engleză și română);
- <http://www.ipedia.ro> (enciclopedie deschisă în limba română);
- www.britannica.com (enciclopedie online editată de experți în limba engleză);
- <http://www.scholarpedia.org> (enciclopedie online dedicată mediului academic, scrisă în limba engleză);
- <http://www.thecanadianencyclopedia.com> (enciclopedie disponibilă în limbile engleză și franceză, cuprinzând informații din diverse domenii: politică, artă, cultură, știință, etc.).

Încurajați elevii să exploreze aceste surse și să folosească informațiile într-un mod responsabil și critic în procesul lor de învățare și cercetare. În continuare am realizat o scurtă listă a resurselor pe care elevii le pot accesa pentru activitățile școlare:

Resurse în limba română:

- www.referat.ro - site-ul poate fi utilizat ca sursă de inspirație, dar elevii trebuie să fie atenți să nu plagieze.
- <http://www.cartiaz.ro> - oferă cărți și articole în format .doc sau .pdf din diverse domenii: artă, cultură, învățământ, științe, muzică, etc.
- <http://romaniaeuropa.com/cartionline/gratis/> - oferă cărți în limba română pe mai multe categorii de interes.
- <http://biblior.net/> - furnizează informații și cărți din literatura română.

Câteva exemple de resurse disponibile în limba engleză:

- www.websters-online-dictionary.org - pentru definiții în limba engleză.
- Microsoft Encarta - o colecție de DVD-uri în limba engleză cu informații, articole și clipuri video.
- <http://encyclopedia2.thefreedictionary.com/> - o enciclopedie completă și un dicționar de termeni din mai multe domenii (medical, legal, financiar) în limba engleză.
- <http://www.about.com> - un site pentru adolescenți și copii cu sfaturi și informații legate de școală în limba engleză.
- <http://books.google.com> - oferă cărți gratuite sau informații despre cărți (majoritatea în limba engleză).
- <http://scholar.google.com> - adună informații despre termenul căutat din mai multe surse de încredere și articole în limba engleză, fiind util pentru elevi și studenți.
- <http://www.gutenberg.org> - oferă peste 40.000 de cărți în format electronic gratuit (enciclopedie în limba engleză).
- <http://www.bibliomania.com> - furnizează cărți gratuite în limba engleză, disponibile atât în versiunea de citit, cât și în versiunea de studiu (recenzie, review).
- <http://www.literature.org> - o enciclopedie online în limba engleză ce conține cărți ale autorilor din Index.
- <http://www.literatureproject.com/> - oferă cărți și informații în limba engleză despre literatură clasică.

Este important ca elevii să utilizeze aceste resurse cu atenție și să fie conștienți de importanța citării și prelucrării informațiilor într-un mod responsabil în lucrările lor. Încurajați-i să verifice întotdeauna informațiile din mai multe surse și să utilizeze surse credibile și actualizate.

În spatele ecranului: cum funcționează motoarele de căutare?

Cu siguranță ai auzit propoziția „*Caută pe Google!*”. Aceasta se datorează popularității de care se bucură motorul de căutare Google atât în România, cât și în restul lumii. Pentru cei mai puțin experimentați în tainele Internetului, vă propunem abordarea câtorva noțiuni simple. În fiecare minut, peste 3,8 milioane de căutări sunt efectuate pe Google. Acesta este un exemplu al volumului uriaș de activitate pe motoarele de căutare într-un interval scurt de timp.

Ce este un motor de căutare? Este un sistem care indexează miliarde de pagini web și stochează titlul, cuvintele cheie și parțial conținutul acestora într-o bază de date. Motoarele de căutare au fost concepute pentru a ajuta utilizatorii de internet în căutarea de informații și resurse. Pentru a putea accesa informația stocată de motoarele de căutare în mod simplu și facil, s-a creat o pagină web (fiecare motor de căutare are propria sa adresă web) cu un formular simplu de căutare. Rezultatele căutării sunt prezentate într-o listă și pot include pagini web, imagini, informații și alte tipuri de resurse. Iată câteva exemple de motoare de căutare populare:

- Google (www.google.com) – motorul de căutare dezvoltat de compania Google. Conform datelor recente, Google deține o cotă de piață globală de aproximativ 92% în domeniul motoarelor de căutare.
- Bing (www.bing.com) – motorul de căutare dezvoltat de Microsoft. Deși nu este la fel de popular ca Google, Bing are o cotă de piață semnificativă și este utilizat de mulți utilizatori pentru căutările lor online.
- Yahoo! (www.yahoo.com) – motorul de căutare dezvoltat de compania Yahoo! Deși și-a pierdut popularitatea în ultimii ani, Yahoo! Încă atrage un număr semnificativ de utilizatori.
- DuckDuckGo – un motor de căutare simplu, asemănător celui de la Google, dar care nu datează rezultatele căutorilor și nu stochează informații despre utilizatori.

Acestea sunt câteva dintre cele mai populare motoare de căutare care își dispută supremația în lumea virtuală. Totuși, pentru a putea utiliza un motor de căutare, ai nevoie și de un browser web sau navigator. Fereastra care se deschide în momentul în care intri pe internet este, de fapt, browser-ul (navigatorul) care utilizează informațiile dintr-un motor de căutare (în funcție de setările tale). În prezent, cele mai populare browsere și gratuite sunt:

- Google Chrome – are o viteză foarte bună, numeroase extensii și prietenos atât pentru utilizatorii avansați, dar și pentru începători;
- Mozilla Firefox – este atent cu protecția datelor utilizatorilor, oferind o navigare securizată și rapidă;
- Microsoft Edge – a devenit browserul implicit pentru Windows 10
- Apple Safari – este browserul pentru Mac (Apple) și este preferat de utilizatorii acestor sisteme de operare.

Activitatea online creează o așa numită "amprentă digitală" și este una dintre cele mai problematice dimensiuni ale Internetului în momentul de față, urmărindu-se protejarea cetățenilor, protecția datelor personale, prin reglementări legislative specifice. Cu toate acestea, navigarea pe Internet se realizează pe diferite browsere (*mai mult sau mai puțin orientate spre securitatea utilizatorilor*), unde sunt împărtășite mai mult sau mai puțin conștient informații sensibile (*date personale, fotografii, interese etc.*). În cel mai simplu mod, aceste informații sunt vizibile sub forma publicității personalizate, a bombardamentului produselor și serviciilor promoționale specializate. În cele mai grave cazuri, aceste informații pot fi folosite abuziv în activități de fraudă bancară sau alte activități de fraudă cibernetică, tocmai din cauza faptului că browserul folosit acumulează toate aceste date despre utilizatorii săi pe baza istoricului salvat, al căutărilor stocate, al cookie-urilor acceptate, utilizate necorespunzător de operatorii site-urilor web respective. În acest context, s-au dezvoltat o serie de browsere care asigură protecția utilizatorului în mediul online, prin criptarea traficului pe Internet și a adresei IP reale, oferind siguranță celor care folosesc aceste browsere private. Dincolo de beneficiile legate de protecția datelor și siguranța anonimizării utilizatorilor, acest mediu a favorizat apariția și creșterea uriașă a unui mediu online subteran denumit "dark web". Este **zona întunecată a internetului**, unde din cauza imposibilității cunoașterii identității reale a utilizatorului sau a regiunii în care se găsește, se află și se tranzacționează servicii și produse periculoase, ilicite, aflate în afara legii.

Unul dintre cele mai cunoscute browsere care facilitează navigarea anonimă este Tor – pe lângă faptul că poate fi un instrument util în jurnalismul de investigație, în activități de apărare a drepturilor civice, este unul dintre cele mai mari porți de intrare în zona "internetului întunecat", în care nu există reguli, cenzură sau vreo formă de control/ supraveghere. Sufixul domeniilor sale native sunt recunoscute după terminația *onion* și oferă intrarea către rețeaua site-urilor Onion, dar și către cele comune, obișnuite.

Motoarele de căutare selectează din baza lor de date acele site-uri care corespund criteriilor sau termenilor de căutare introduși. Denumiți și „*cuvinte cheie*”, sunt acei termeni după care se efectuează căutarea într-un motor de căutare. De exemplu, dacă doriți să găsiți site-uri care oferă informații despre siguranța copiilor pe internet, **cuvintele cheie de căutare** ar putea fi „siguranță copii internet”. După ce apăsați butonul „*Caută*” sau tasta „*Enter*”, îți vor fi afișate rezultatele căutării. Este important să menționăm că datele și statisticile despre motoarele de căutare pot varia în timp, deoarece industria se dezvoltă rapid și apar **noi tendințe și schimbări**. Pentru cele mai recente date și statistici, este recomandat să consultați surse actualizate și studii relevante în domeniu, un prim criteriu de selecție fiind data publicării (*o informație din 2016 nu este aceeași cu una din 2023!*)

Web 3.0 introduce **conceptul de căutare semantică**, care utilizează inteligență artificială și tehnologii avansate de procesare a limbajului natural pentru a înțelege mai bine intenția utilizatorului. Acestea reprezintă evoluții importante în domeniul internetului și al căutării de informații. În timp ce în trecut căutarea se baza pe cuvinte cheie și returna rezultate bazate pe corespondența cuvintelor cheie, Web 3.0 urmărește să înțeleagă intenția utilizatorului în spatele căutării și să furnizeze rezultate mai precise în funcție de context și semnificație. Astfel, în loc să returneze o listă de rezultate bazate strict pe cuvintele cheie, motorul de căutare poate interpreta sensul căutării și poate furniza rezultate mai relevante și personalizate.

Un alt aspect important în dezvoltarea web-ului este creșterea volumului de conținut generat de utilizatori. În fiecare minut, sunt încărcate aproximativ 500 de ore de video pe platforma YouTube, iar pe rețelele sociale precum Facebook și Instagram se generează peste 4 milioane de like-uri și comentarii. Acestea sunt doar câteva din statisticile și tendințele recente care reflectă importanța și impactul acestor evoluții în lumea online.



Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

De aplicat! La ce clasă?

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 50 min

Durata pregătirii activității: 10 minute

Materiale necesare: resurse informative despre progresul tehnologic

Desfășurarea activității: Vă propunem să alegeți două echipe și să le atribuiți subiecte precum „Impactul internetului asupra personalității”, sau „Sunt motoarele de căutare pe internet un instrument util sau o amenințare la adresa confidențialității și securității online?”. Stabiliți un anumit interval de timp pentru ca echipele să își pregătească argumentele și contraargumentele. Asigurați-vă că sunt respectate regulile și principiile dezbaterii, cât și că fiecare echipă are suficient timp pentru a cerceta și a se pregăti corespunzător, promovând astfel o dezbatere informată și respectuoasă. Anexa 1 este concepută pentru a vă ajuta să vă pregătiți mai bine și să vă ghideze în activitatea practică cu elevii.

Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De reținut!

La ședința cu părinții discutați despre modul în care internetul a schimbat lumea și a influențat aspecte precum comunicarea, educația, munca și divertismentul. Spuneți-le părinților despre tendințele tehnologice actuale și despre cum ar putea arăta internetul în viitor, inclusiv dezvoltarea tehnologiilor ca Internetul 5G, Internetul Lucrurilor (IoT) și realitatea virtuală/augmentată. Invitați-i să reflecteze asupra acestor concepte, asupra felului în care acestea le influențează relația cu copii, și să identifice surse de încredere online pe care copii le pot accesa în siguranță.

O resursă importantă pentru părinți este Anexa 6 „Un moment în natură”, menită să încurajeze părinții să petreacă timp de calitate împreună cu copiii lor. Pentru mai multe informații, accesați ghidul [Descoperirea Bucuriei Offline](#) sau primul modul al <https://oradenet.ro/resurse/parinti-responsabili-in-era-digitala/>, ambele resurse fiind disponibile pe site-ul www.oradenet.ro.

III. TELEFONUL MOBIL

O scurtă istorie

Primul telefon a fost inventat de către Alexander Graham Bell, un scoțian pasionat de știință, care în 1870 și-a propus să „transporte” sunetul pe distanțe mari. A realizat acest lucru dotând un aparat cu un microfon, care transformă vibrațiile sonore în oscilații electrice, și cu un receptor, în care aceste oscilații electrice ajung prin intermediul firelor și sunt transformate înapoi în vibrații sonore identice cu mesajul transmis. Inițial, telefonul inventat de Bell avea microfonul și receptorul complet separate, iar prima convorbire telefonică a avut loc pe 10 martie 1876 între Alexander Graham Bell și asistentul său. Primele telefoane au fost utilizate în principal de instituții de interes public, precum spitale, poliție, armată etc.

Ulterior, un număr din ce în ce mai mare de persoane și-au arătat interesul față de această invenție, care avea să aducă îmbunătățiri considerabile procesului de comunicare. Primul apel de pe un telefon mobil a fost realizat de Martin Cooper, un inginer la Motorola, în 1973, iar în 1983 au început să apară pe piață primele telefoane mobile comerciale destinate uzului personal. În timp ce primele modele cântăreau aproape 1 kilogram și necesitau o încărcare de 10 ore, tehnologia a avansat rapid, iar telefoanele mobile au devenit din ce în ce mai mici, mai ușoare și mai avansate tehnic.

Astăzi, pe lângă funcția de bază de apelare, telefonul îndeplinește o varietate tot mai mare de funcții. Acestea includ vizualizarea persoanei apelate, trimiterea de mesaje, realizarea de fotografii și înregistrări video, ascultarea de fișiere audio și stații radio, folosirea și partajarea internetului cu alte dispozitive (hotspot), utilizarea GPS-ului, transferul de informații etc. Telefonul mobil a evoluat într-un instrument versatil, care oferă utilizatorilor acces la rețele sociale, servicii bancare mobile, localizare prin GPS, mesagerie instantă și multe altele.

Este important ca utilizatorii să folosească aceste opțiuni în mod responsabil și să fie conștienți de setările generale și de securitate ale telefonului, în special în cazul copiilor. În plus, trebuie să fie atenți la protejarea informațiilor personale și să utilizeze telefonul într-un mod care să asigure siguranța lor și a celor din jur.

Sfaturi generale de utilizare a telefonului

Vom prezenta în continuare o serie de recomandări legate de utilizarea telefonului mobil de către copii, atunci când aceștia îl folosesc fără supravegherea unui adult de încredere:

- ▶ Să utilizeze telefonul pentru a comunica exclusiv cu părinții sau adulții în care au încredere, această practică asigurând o comunicare sigură și protejată în mediul online.
- ▶ Să ceară ajutorul părinților sau al unui profesor dacă observă orice lucru care l-ar putea deranja sau care l-ar putea pune în pericol, fie utilizând telefonul propriu, fie telefonul unui prieten.
- ▶ Să țină telefonul închis sau pe modul silențios în timpul orelor de la școală și în timpul nopții.
- ▶ Să utilizeze funcțiile de divertisment ale telefonului (jocuri, muzică, site-uri și aplicații adecvate vârstei copiilor) moderat și doar în timpul liber.
- ▶ Să păstreze telefonul mobil într-un loc sigur atunci când nu-l folosește, fără a-l expune demonstrativ.
- ▶ Să evite să împrumute telefonul mobil personal persoanelor străine pentru a fi utilizat (excepțiile fac situațiile de urgență)
- ▶ Să folosească un ton al vocii adecvat în spațiile publice, pentru a păstra confidențialitatea sau a nu-i deranja pe cei din jur.
- ▶ Să refuze dezvăluirea informațiilor personale, cu excepția persoanelor de încredere.
- ▶ Să utilizeze apelul de urgență (112) atunci când se află într-o situație periculoasă și să nu realizeze apeluri false de urgență, deoarece acestea pot cauza prejudicii celor care au într-adevăr nevoie de ajutor.

Informațiile circulă mult mai ușor prin intermediul telefoanelor mobile, iar copiii trebuie să conștientizeze că doar utilizarea responsabilă a acestora îi poate feri de eventuale riscuri. Spre exemplu, să ofere informații doar persoanelor cunoscute și de încredere, să nu răspundă apelurilor sau mesajelor primite de la numere ascunse sau necunoscute, pentru a-și proteja confidențialitatea și siguranța.

Desigur, există mai multe metode prin care se poate evita riscul ca cei mici să devină victime ale intimidării sau hărțurii prin telefon. Prevenția poate fi asigurată prin încurajarea lor de a spune unei persoane de încredere cât mai repede posibil dacă au primit mesaje amenințătoare, imagini sau filmulețe ofensatoare, sau apeluri agresive. În funcție de contextul în care au loc aceste metode de intimidare prin telefon, fapta se poate încadra într-una dintre infracțiunile prevăzute de către legislația penală românească (*Codul Penal și alte legi relevante în domeniu pe care le vom menționa în capitolul următor*), respectiv amenințarea, șantajul sau hărțuirea.

Spre exemplu, amenințarea este considerată infracțiune în România și se referă la exprimarea unor intenții de a cauza un rău cuiva prin violență, distrugere, moarte sau alte acțiuni ilegale. Prin utilizarea telefonului, amenințarea poate să se regăsească sub forma mesajelor, apelurilor sau postărilor care îi pun în pericol pe copii sau îi fac să se simtă amenințați. Semnele care pot sugera existența unei probleme includ schimbări în comportamentul copilului, spre exemplu, o atitudine neobișnuit de tăcută sau retrasă, încercări repetate de a lipsi de la școală, evitarea deplasării în locuri unde se află și alți copii etc. În aceste cazuri, trebuie încurajați atât de către părinți, cât și de către profesori, să vorbească despre ce simt, ce dificultăți întâmpină. Dacă amenințările continuă și pe alte căi, este recomandată sesizarea autorităților. Pentru informații suplimentare privind blocarea din setările telefonului, se pot consulta setările generale ale telefonului sau apela serviciul de consiliere disponibil 24/7 pe www.oradenet.ro, la numărul de telefon 031.80.80.000 sau prin e-mail: contact@oradenet.ro

Setările generale de siguranță ale telefonului pot include:

- Blocarea tastelor și a ecranului pentru a preveni apelurile și funcțiile neintenționate;
- Personalizarea codului PIN și a codului de siguranță ale telefonului pentru a preveni utilizarea neautorizată, în special în caz de pierdere sau furt;
- Activarea/dezactivarea codului PIN din setările telefonului.

Este important ca setările de securitate ale telefonului mobil să fie cunoscute și să se poate ajusta în funcție de nevoi și preferințe, pentru a asigura o utilizare sigură și responsabilă a acestuia.

A. Setări generale de control

Noile tehnologii oferă multiple posibilități de comunicare, dar implică și riscuri. Este recomandată înțelegerea cât mai clară a diferenței între informațiile publice și cele personale și a faptului că informațiile personale trebuie transmise doar persoanelor cunoscute și de încredere.

Pentru a asigura o utilizare în siguranță a telefonului, copiii ar trebui să ia în considerare următoarele setări generale de control:

- **Oprirea funcțiilor Bluetooth și a datelor mobile (Internet)** atunci când nu sunt utilizate pentru a transfera date, pentru a evita comunicarea cu alte dispozitive. Oprirea acestor funcții poate de asemenea prelungi durata bateriei telefonului.

- **Protejarea telefonului de viruși și aplicații dăunătoare de pe internet.** Copiii trebuie sfătuiți să nu descarce aplicații necunoscute și să nu deschidă fișiere atașate primite prin e-mail sau WhatsApp (și alte servicii de mesagerie instantă) de la expeditori necunoscuți, deoarece acestea pot conține viruși.
- **Actualizarea constantă a softului telefonului,** în special în cazul utilizării unui smartphone. Actualizările de soft aduc îmbunătățiri de securitate. Actualizarea se poate realiza accesând setările telefonului sau cu ajutorul unui reprezentant al companiei de telefonie mobilă.
- **Evitarea conectării la surse Wi-Fi necunoscute,** deoarece acestea pot facilita transferul de viruși. Se recomandă activarea opțiunii care solicită întotdeauna aprobare înainte de conectare la o rețea Wi-Fi. De asemenea, funcția Wi-Fi ar trebui oprită atunci când nu este utilizată, pentru a prelungi durata bateriei și a evita conexiunile nesigure.
- **Protejarea locației geografice a copilului.** Este important să se evite transmiterea locației geografice pe site-urile de socializare, deoarece acest lucru poate pune în pericol siguranța copilului.

Comunicarea deschisă cu copii și tinerii despre aceste setări devine esențială, iar conștientizarea importanței protejării informațiilor personale, alături de încurajarea permanentă de a solicita ajutorul unui adult în cazul în care întâmpină dificultăți sau au întrebări legate de setările de control ale telefonului, sunt părți componente ale activității de prevenire a riscurilor online.

Accesul la internet prin smartphone și tabletă

Atunci când un copil folosește un smartphone, indiferent de sistemul de operare (iOS, Android), acesta are acces la cu o gamă largă de aplicații din care poate alege pentru a personaliza telefonul sau pentru a-i îmbunătăți funcționalitatea. Cu toate acestea, în lipsa unui control constant, un copil poate ajunge să folosească aparatul în detrimentul său. Există riscul ca micuțul să descarce jocuri care îl pot distra de la activitățile zilnice, jocuri care promovează violența sau aplicații destinate adulților.

Orice descărcare de aplicație se realizează prin intermediul unui cont și presupune acceptarea termenilor și condițiilor legale în vigoare. În cazul aplicațiilor plătite, se solicită detaliile de plată ale unui cont. Ca măsură preventivă, este preferabil ca cei mici să nu folosească conturile părinților, ci să aibă propriul lor cont pentru a descărca doar aplicații gratuite.

În plus, există furnizori de servicii de telefonie mobilă și soluții de protecție a datelor care pun la dispoziția părinților aplicații de control parental, care pot fi descărcate gratuit sau contra cost. Aceste aplicații monitorizează utilizarea telefonului și oferă părinților posibilitatea de a restricționa accesul la site-uri cu conținut nepotrivit pentru copii sau de a limita timpul de utilizare al telefonului sau al internetului.

Scopul acestor aplicații este de a preveni riscurile potențiale în timpul utilizării telefonului, dar eficiența lor depinde în mare măsură de relația dintre părinte și copil. De aceea, se recomandă ca instalarea acestor aplicații să fie precedată de o discuție deschisă în care să se explice copilului rolul lor.

B. Controlul parental pe mobil

Telefonul mobil, datorită funcțiilor sale din ce în ce mai complexe, preia multe din atribuțiile unui computer, inclusiv accesul la o varietate de resurse și materiale informative. Navigarea pe internet le oferă copiilor posibilitatea de a accesa, pe lângă programele special dedicate lor, cum ar fi jocuri sau materiale educative, și servicii și informații destinate adulților - site-uri sau aplicații care conțin pornografie, violență sau jocuri de noroc.

Un prim pas pentru a evita expunerea copiilor la astfel de conținut este să purtați o discuție deschisă pentru a clarifica faptul că unele informații din aceste surse pot fi nepotrivite și pot fi chiar supărătoare. De asemenea, trebuie să îi încurajați să vă comunice orice lucruri care îi deranjează atunci când le întâlnesc, atât pe propriul lor telefon, cât și pe cel al unui prieten. Copiii pot avea acces la servicii cu conținut pentru adulți prin intermediul site-urilor sau aplicațiilor utilizate pe telefonul mobil, de aceea este important să le explicați **rolul avertismentelor legate de vârsta minimă pentru accesarea acestui conținut**. De asemenea, informații despre natura conținutului unei aplicații pot fi găsite în termenii și condițiile pe care utilizatorul trebuie să le parcurgă înainte de a accesa conținutul respectiv. Termenii și condițiile ar trebui să menționeze clar că aplicațiile sau site-urile destinate minorilor trebuie să ofere **conținut adecvat vârstei** acestora. Acestea pot include restricții privind conținutul explicit, violent sau inadecvat pentru minori. Prin urmare, se recomandă citirea cu atenție a acestor informații.

Atât operatorii de telefonie mobilă, cât și organizațiile internaționale specializate în siguranța digitală, încurajează **raportarea conținutului potențial ilegal sau dăunător**. În cazul în care întâlniți situații sau materiale ilegale sau care pot afecta dezvoltarea emoțională a copiilor în mediul online, este important să știți că există un punct de raportare pentru astfel de conținut pe formularul de raportare disponibil pe <https://oradenet.ro/linia-de-raportare/>.

Discuțiile cu multă empatie și curiozitate, purtate în mod regulat cu copiii despre siguranța online, despre existența riscurilor asociate utilizării telefonului mobil și importanța respectării regulilor și a importanței setărilor de control parental, oferă sprijin semnificativ în utilizarea responsabilă a smartphone-urilor și a tabletelor. Siguranța datelor personale și a informațiilor online este o responsabilitate comună, este necesară vigilența pentru a beneficia de o experiență online sigură și securizată. Câteva recomandări pentru asigurarea protecției informațiilor personale:

- ▶ Este nevoie de multă atenție atunci când sunt furnizate informații personale pe internet. Site-urile și aplicațiile pot solicita informații precum adresa de e-mail, numele complet, data de naștere, adresa de domiciliu și numere de telefon. Este necesar să existe o înțelegere clară a scopurilor în care vor fi utilizate aceste informații și cât de securizate sunt acestea.
- ▶ Folosirea setărilor de confidențialitate disponibile pe site-uri și aplicații pentru a controla modul în care informațiile personale sunt vizibile și accesibile pentru ceilalți utilizatori. Este indicat ca accesul la datele personale să fie acordat doar persoanelor de încredere, iar ajustarea setărilor să se realizeze în funcție de preferințele de confidențialitate ale fiecărui utilizator.
- ▶ Prudența în postările publice devine esențială. Este recomandat să fie luate în calcul consecințele pe termen lung ale postării fotografiilor, informațiilor personale, liste de preferințe și alte detalii din viața privată.
- ▶ În camerele de chat și pe site-urile de comunități virtuale, fiți precauți cu informațiile personale pe care le dezvăluiți. Identitățile virtuale nu întotdeauna coincid cu cele reale, așa că nu furnizați informații personale unor necunoscuți și nu dezvăluiți detalii precum adresa de domiciliu sau informații de identificare.
- ▶ Atenție la încercările de fraudă pot apărea sub pretextul unor oferte sau solicitări de la surse aparent de încredere, și de fapt solicită informații personale sau implică cereri financiare. Este nevoie de multă atenție pentru a avea certitudinea că solicitantul este legitim.
- ▶ Înainte de a furniza informații personale pe un site sau o aplicație, este obligatoriu a se citi politica de confidențialitate și de a se da sau nu acordul de cu privire la termenii și condițiile de utilizare a platformei/aplicației, înainte de a continua.
- ▶ În cazul vizualizării unui material cu conținut inadecvat, inconfortabil, se recomandă utilizarea instrumentelor de blocare și raportare disponibile pe platforme pentru a semnala aceste probleme și a face internetul un spațiu mai bun.

- › Actualizare software-ul și protejarea dispozitivelor prin instalarea unor programe antivirus și firewall pentru a le proteja de amenințări cibernetice.



Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

Cum adaptez? La ce clasă?

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 50 min

Informați părinții cu privire la activitate și cereți-le sprijinul în aplicarea regulilor în timpul zilei fără telefonul mobil.

Desfășurarea activității: Organizați o dezbatere sau o discuție deschisă care să promoveze interacțiunea între elevi, despre avantajele și dezavantajele utilizării excesive a telefoanelor mobil pe tema „Este telefonul cel mai bun prieten al meu?” Propuneți organizarea unei zile fără telefonul mobil care poate fi o experiență valoroasă pentru elevi, poate într-o zi de școală sau într-o excursie. Acest lucru poate ajuta la conștientizarea impactului utilizării excesive a telefonului mobil asupra vieții lor și la promovarea unui echilibru sănătos între utilizarea tehnologiei și interacțiunile din lumea reală. După activitate, încurajați elevii să noteze sau să discute despre cum s-au simțit fără telefonul mobil și ce au învățat din această experiență.



Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De aplicat!

Lansați provocarea în rândul părinților de a organiza în cadrul familiei – *O zi fără telefoane* – pentru a observa obiceiurile pe care le au copiii/adolescenții. Exemplul personal este important, așa că fiecare membru al familiei va trebui să se implice în activități sportive, grădinarit, de curățenie, de gătit, etc. Invitați-i să observe comportamente neobișnuite, reacții inadecvate sau semnele dependenței. Comparați rezultatele la viitoarea ședință și creați recomandări pentru problemele identificate.

Pentru a vă familiariza cu subiectul, vă încurajăm să explorați primul modul al cursului special dedicat părinților. Acest curs oferă sfaturi și strategii utile despre cum să asigurați un echilibru sănătos între viața online și cea offline a copiilor dumneavoastră. Puteți accesa acest modul și alte resurse relevante vizitând pagina noastră web la adresa <https://oradenet.ro/resurse/parinti-responsabili-in-era-digitala/>. Toate aceste materiale sunt disponibile pe site-ul nostru oficial, www.oradenet.ro. Pentru mai multe informații și sfaturi practice, vă încurajăm să explorați aceste resurse și să vă implicați activ în educația digitală a copiilor dumneavoastră.

IV. DIVERSITATEA CONȚINUTULUI ONLINE ÎN ACTUL EDUCAȚIONAL

Conform studiilor de specialitate⁴ care prezintă experiența utilizării internetului pentru copii și tineri, tipurile de conținut online la care sunt expuși copiii pot fi:

- **Conținut educațional:** materiale didactice, tutoriale și lecții pentru învățare interactivă și dezvoltare.
- **Conținut de divertisment:** videoclipuri, jocuri, desene animate și alte forme de conținut create pentru a oferi momente de distracție și relaxare.
- **Rețele sociale:** platforme pentru interacțiune socială, unde se pot împărtăși poze, stări de spirit și interacționa cu prietenii. Totuși, acestea se pot transforma în locurile în care se întâlnesc cel mai des victimele cyberbullying-ului.
- **Videoclipuri și streaming live:** conținut video variat, de la vlog-uri personale și tutoriale la emisiuni TV și streaming live.
- **Muzică și podcast-uri:** ascultarea muzicii, podcast-urilor și audiobook-urilor online pentru distracție și învățare.
- **Conținut de știri și informații:** acces la știri, articole și informații din diferite domenii, pentru a fi informați și educați.
- **Blog-uri și platforme de scriere:** Scrierea și partajarea opiniilor personale, povestirilor și altor forme de exprimare scrisă.
- **Platforme de gaming:** jocuri video online, de la recreative la educaționale, pentru a se distra și învăța.
- **Conținut artistic și creativ:** galerii de artă digitală, platforme de editare foto și video, care încurajează creativitatea.
- **Platforme de învățare online:** cursuri și materiale de învățare online pentru dezvoltarea de competențe și cunoștințe.
- **Conținut de fitness și sănătate:** videoclipuri și tutoriale legate de fitness, nutriție și sănătate.

⁴ Children's Wellbeing in a Digital World Year Two Index Report 2023, Internet matters, 2023, accesibil la <https://www.internet-matters.org/wp-content/uploads/2023/02/Internet-Matters-Childrens-Wellbeing-in-a-Digital-World-Index-report-2023-2.pdf>).

- **Conținut dăunător și ilegal:** conținut care poate avea impact negativ asupra stării de bine, cum ar fi violența, conținut explicit, conținut care încalcă legile, precum materialele cu caracter pornografic infantil sau incitarea la ură.

Preocuparea generală cu privire la **studierea impactului tehnologiei în viața copiilor** este legată de modul în care adulții reușesc să limiteze utilizarea acestor mijloace, astfel încât, odată cu minimizarea riscurilor, să nu fie minimizezate și beneficiile aduse de integrarea copilului în lumea online. Conștientizarea diferenței dintre expunerea la risc într-un mod conștient și a deveni victima pericolelor online poate ajuta părinții/profesorii în a înțelege că o informare corectă, împreună cu o comunicare eficientă între copil și adulți poate modela, încă de la vârste fragede, comportamentul unui utilizator responsabil. Nu este de mirare că riscurile online sunt cele mai disputate subiecte legate de experiența digitală a copiilor. Studiile de specialitate ⁵ arată că **ecosistemul digital** este în schimbare rapidă, natura riscului evoluând în mod continuu, expunând uneori copiii la riscuri emergente mult înainte ca adulții să știe cum să le minimizeze.

Riscul a fost definit ca fiind „incertitudinea și gravitatea consecințelor (sau a rezultatelor) unei activități în ceea ce privește un lucru pe care oamenii îl apreciază” ⁶ Aceasta înseamnă că, pentru riscurile online cu care se confruntă copiii, trebuie să luăm în considerare atât probabilitatea, cât și gravitatea daunelor care pot rezulta. Prin *prejudicii*, ne referim la o serie de consecințe negative asupra bunăstării emoționale, fizice sau mentale a copilului. Faptul că un risc online are sau nu ca rezultat un prejudiciu depinde de o serie de factori legați de copil, de acțiunile altora, de tehnologie și de circumstanțe.⁷

Deși riscurile la care internetul expune utilizatorii pot crea o impresie total negativă, trebuie analizate și tendințele de dezvoltare în sens pozitiv. Mediul online expune copiii la idei noi și surse diverse de informații. Acest lucru îi ajută să interacționeze cu alții, să devină conștienți și să respecte diferite puncte de vedere. Aceștia apreciază și profită de faptul că unele cadre le oferă anonim, acces la informații ce pot fi verificate și combătute.

În trecut, printre principalele riscuri la care copiii și tinerii erau expuși se numărau: expunerea la conținut ilegal și/sau dăunător; victimizarea prin intimidare, hărțuire sau amenințare (sau cyberbullying); trimiterea sau primirea de secvențe video, imagini sau mesaje cu caracter sexual (sexting); ademenirea în scopul săvârșirii actelor sexuale (grooming), informații neverificate; utilizarea excesivă a calculatorului sau dependența

5 Stoilova, M., Rahali, M. & Livingstone, S., 2023, Classifying and responding to online risk to children: Good practice guide. London: Insafe helplines and the London School of Economics and Political Science.

6 Aven & Renn, 2009, p. 1.

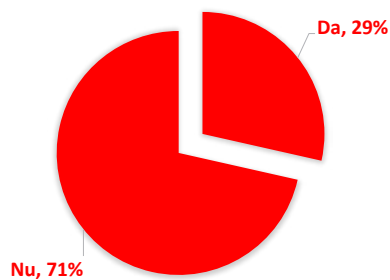
7 Livingstone, 2013.

de jocuri și internet. Pentru a înțelege cât mai bine acest fenomen, puteți acces studiul privind utilizarea rețelelor de socializare de către copii și adolescenți, realizat de Organizația Salvați Copiii România, în Iunie 2023.

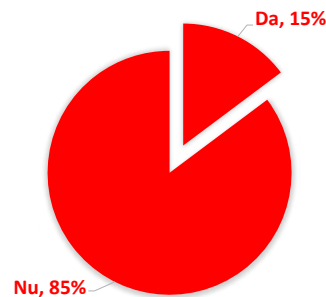
Incidente pe Internet



Ai primit mesaje, imagini sau video-uri cu conținut care înfățișează nuditate sau ipostaze sexuale pe internet?



Ți s-au cerut vreodată fotografii sau video-uri care să te înfățișeze nud sau într-o ipostază sexuală?



Dacă în cazul copiilor care au primit conținut cu caracter sexual pe internet nu constatăm diferențe semnificative în ceea ce privește genul respondenților, ci doar în cazul vârstei (copiii cu vârsta peste 12 ani fiind semnificativ mai expuși), în cazul copiilor care afirmă că li s-au cerut fotografii sau video-uri cu caracter sexual constatăm o puternică discriminare în privința genului. Astfel, 20% dintre fete afirmă acest lucru, comparativ cu 7% dintre băieți. Îngrijorător, 41% dintre cei care spun ca li s-au solicitat astfel de imagini afirmă că cel care a făcut acest lucru era un adult.

16

Deși aceste pericole încă sunt prezente în viața online, rapiditatea cu care tehnologia avansează creează un mediu tot mai vulnerabil, copiii putând deveni victime ale înșelătorilor online prin dezvăluirea informațiilor personale, în urma unor campanii de phishing sau scam-uri, prin trend-urile de pe rețelele sociale care generează presiuni sociale sau promovează anumite comportamente periculoase. Prezența tehnologiei în fiecare aspect al vieții poate duce la neglijarea activităților fizice, sociale și educaționale.

Navigarea mobilă și conținutul efemer reprezintă două aspecte semnificative ale mediului digital în prezent, ce pot fi văzute ca având beneficii, dar și dezavantaje. În zilele noastre, majoritatea oamenilor accesează internetul și conținutul online prin dispozitive mobile, cum ar fi telefoanele inteligente și tabletele. Acest tip de navigare oferă o libertate mai mare în ceea ce privește accesul la informații și interacțiunea online, deoarece dispozitivele mobile sunt portabile și permit conectarea de oriunde și în orice moment. Aceasta a schimbat modul în care interacționăm, punând accent pe accesibilitate, comoditate și conectivitate constantă și poate duce la fragmentarea atenției și la o utilizare excesivă a dispozitivelor, având potențialul de a afecta concentrarea și sănătatea mentală.

Conținutul efemer se referă la postări, imagini sau videoclipuri care sunt disponibile pentru o perioadă limitată de timp și apoi dispar automat. Aceasta este o caracteristică distinctivă a platformelor precum Snapchat, Instagram Stories și Facebook Stories. Ele adaugă un element de spontaneitate și autenticitate, încurajând utilizatorii să împărtășească momente din viața lor într-un mod temporar și ușor de consumat. Această abordare a conținutului a devenit populară, oferind o alternativă la postările permanente.

Împreună, navigarea mobilă și conținutul efemer au transformat modul în care interacționăm cu mediul digital, punând accent pe accesibilitate, instantaneitate și interacțiuni mai autentice. Aceste tendințe au și provocările lor, cum ar fi gestionarea timpului petrecut online și asigurarea că materialul efemer nu este utilizat în mod nepotrivit sau nesigur.

Odată cu schimbările aduse de Pandemia Covid-19, mediul educațional a fost nevoit să se transpună automat în forma online. Astfel, resursele educaționale gratuite, și nu numai, au devenit mult mai accesibile, la un click distanță. Mai jos, puteți parcurge câteva exemple:⁸

| Denumire si Link | Descriere | Ciclu |
|------------------|---|---------|
| Google Docs | Aplicație pentru crearea și editarea documentelor. Permite utilizatorilor să creeze și să editeze fișiere online în timp ce colaborează cu alți utilizatori în timp real. Este disponibilă și în varianta de aplicație mobilă. (gratuit) | general |
| Google Classroom | Această aplicație ajută la eficientizarea procesului de partajare a fișierelor între profesori și elevi. Profesorul poate înscrie într-o clasă elevii printr-un cod privat, astfel elevii pot trimite lucrări pentru a fi notați. Este un sistem de management al clasei. (gratuit) | general |
| Google Drive | Google Drive este un serviciu de stocare online a fișierelor. Oferă 15 GB (gratuit) pe o perioadă nelimitată destinați depozitării tip-cloud a fișierelor. Este disponibil și în varianta de aplicație mobilă. | general |

⁸ Bibliotecă resurse educaționale gratuite, accesibilă la <https://www.edumagic.eu/blog/post/resurse-educationale-gratuite>.

| | | |
|--------------|--|-----------------------------------|
| Google Sites | Google Sites este o aplicație ce te ajută să creezi propriul site fără a avea cunoștințe în domeniul programării. Utilizatorul poate personaliza site-ul inserând fișiere, șabloane etc. (gratuit) | general |
| Canva | Platformă de design grafic care permite cu ușurință oricui să creeze grafică, prezentări, afișe, documente și alt conținut vizual. (gratuit) | general |
| Prezi | Aplicație ce ajută la crearea prezentărilor atractive și dinamice. Are diverse opțiuni printre care: se pot seta săli de ședințe virtuale, se poate adăuga conținut audio și video la prezentare. (gratuit) | general |
| Twinkl | Twinkl este o editură educațională online, care produce materiale didactice. Resursele educaționale sunt create de profesori cu experiență. Pe lângă materialele didactice puse la dispoziție, se pot găsi și jocuri și povești. (există și varianta gratuită) | grădiniță, primar, gimnaziu |
| Google Forms | Cu această aplicație se pot realiza teste și evaluări pentru elevi. Acestea se pot personaliza în funcție de nevoile fiecărui utilizator. (gratuit) | general |
| Google Earth | Cu ajutorul Google Earth se poate explora lumea prin intermediul 3D-urilor, videoclipurilor și a imaginilor. (gratuit) | general |
| LIVRESQ | În Biblioteca LIVRESQ se găsesc lecții interactive, manuale școlare și cursuri e-learning realizate de către contribuitori. Peste 2300 de materiale sunt deja disponibile gratuit în biblioteca virtuală. | general |
| MozaWeb | Biblioteca media digitală pentru ciclul preșcolar, primar, gimnazial și liceal ce conține animații 3D educaționale interactive pentru majoritatea disciplinelor, clipuri video și teste. Este actualizată permanent cu elemente noi. (există și varianta gratuită) | general |

| | | |
|--------------------|---|---------|
| Mentimeter | Aplicație interactivă prin intermediul căreia poți crea teste interactive pentru consolidarea cunoștințelor noi, recapitulare sau evaluare. (gratuit) | general |
| Geogebra | Este un software matematic dinamic pentru toate nivelurile de educație care combină geometria, algebra, foile de calcul, graficele, statistica și analiza. Ajută la crearea materialelor didactice ca pagini web. (gratuit) | general |
| Google Expeditions | Instrument captivant de învățare și predare cu care puteți face călătorii în Realitatea Virtuală sau puteți explora obiecte în Realitatea Augmentată. (gratuit) | general |
| Quizizz | Cu ajutorul acestei aplicații poți să generezi teste gratuite pentru următoarele discipline: matematică, engleză, știință, istorie, geografie, limbi și subiecte de cunoștințe generale. (gratuit) | general |
| Asq.ro | Este o aplicație ce conține teste, se poate lucra diferențiat și se poate vedea în timp real ce lucrează fiecare elev. Temele pot fi trimise direct din aplicație. (gratuit) | general |
| Quiz your English | O aplicație interactivă ce te ajută să înveți limba engleză într-un mod distractiv. (gratuit) | general |
| Quizlet | Un site web care face studierea limbilor străine, istoriei, vocabularului și științei, simplă și eficientă. (gratuit) | general |
| Padlet | Site web folosit cu ușurință de către profesori, elevi, profesioniști și persoane de toate vârstele din întreaga lume. Oferă un mod simplu de a crea conținut în orice format, colabora și edita. (gratuit) | general |
| Kahoot | Platformă interactivă bazată pe joc și tehnologie educațională. Cu ajutorul acesteia pot fi create jocuri pentru toate vârstele pentru orice subiect. (gratuit) | general |

Jocurile educaționale online și gaming-ul

Jocurile video pot fi o experiență distractivă și educativă pentru copii. Acestea îi pot ajuta să-și dezvolte abilități cognitive și de rezolvare a problemelor, să-și stimuleze imaginația și creativitatea, și să învețe cum să lucreze în echipă și să ia decizii rapide. Prin jocuri pot explora lumi virtuale captivante și învăța concepte noi într-un mod interactiv. Cu toate acestea, este important ca părinții să monitorizeze timpul petrecut în fața ecranului și să aleagă jocuri potrivite vârstei și conținut adecvat, pentru o **experiență pozitivă și echilibrată**. Clasificările de vârstă în jocurile online sunt importante pentru a indica potențialele conținuturi inadecvate pentru anumite grupe de vârstă și pentru a ajuta părinții și tinerii să facă alegeri de jocuri adecvate nivelului lor de maturitate și experiență. Acestea sunt adesea reglementate de organizații precum PEGI⁹ și indică vârsta pe care trebuie să o aveți pentru a putea cumpăra legal un joc. PEGI a creat, de asemenea, un set de descriptori de conținut care arată instant ce conținut va fi prezent în joc și oferă o indicații cu privire la motivul pentru care a primit această clasificare.

Funcțiile de chat permit jucătorilor să comunice între ei. **O regulă simplă** pentru tineri, atunci când folosesc funcțiile de chat din joc pentru a vorbi cu alte persoane pe care le cunosc doar online, este să se limiteze la discuții despre joc. În cazul în care un alt jucător solicită informații personale, întâlniri personale sau imagini și videoclipuri, este important ca un copil să arate aceste mesaje unui adult de încredere.

Pot fi făcute uneori achiziții în aplicație pentru a obține funcții, obiecte, vieți sau niveluri suplimentare. Acestea pot fi achiziționate folosind moneda din joc, cum ar fi robux în Roblox, care este adesea legată de bani reali prin intermediul cardurilor bancare sau al conturilor online precum PayPal.

Jocurile video pot avea mai multe beneficii pentru copii și adolescenți atunci când sunt jucate cu moderație și sub supravegherea părinților. Datorită faptului că acțiunea se desfășoară într-un ritm alert în foarte multe jocuri video și îl obligă pe jucător să acționeze rapid, să fie atent în mai multe părți și să aibă o vedere de ansamblu asupra hărții de joc, cei care joacă în mod regulat își vor îmbunătăți coordonarea, atenția și concentrarea în joc, dar și în viața reală. Mai mult decât atât, își vor antrena abilitățile de multitasking. Pot îmbunătăți abilitățile cognitive, cum ar fi rezolvarea problemelor, luarea deciziilor rapide, planificarea strategică și dezvoltarea abilităților logice.

Există **jocuri educaționale** care pot ajuta la învățarea și dezvoltarea unor abilități precum matematica, știința și limba într-un mod interactiv și distractiv. Acestea pot avea și efect terapeutic, spre exemplu, jocul EndeavorRX, dezvoltat de studioul Akili Interactive, a fost aprobat în luna iunie 2020 de către FDA (*Food and Drug*

9 Pan European Game Information, accesibil la <https://pegi.info/>.

Administration, Statele Unite ale Americii) pentru a fi oficial promovat și prescris de către medici ca tratament pentru ADHD la copii între 7 și 12 ani, în Statele Unite. Jocul a fost în studii clinice timp de 7 ani înainte de a primi această aprobare și îi pune pe jucători să piloteze un avion de mici dimensiuni prin diferite medii neprielnice, cum ar fi râuri înghețate, vulcani în erupție, jungle și culori subacvatice.¹⁰

Reușita în jocuri necesită adesea timp și efort, ceea ce poate promova perseverența și dezvoltarea motivației. Cu toate acestea, este important să se limiteze timpul petrecut în fața ecranului și să se aleagă jocuri potrivite pentru vârsta și nivelul de maturitate al copiilor și adolescenților. De asemenea, este esențială supravegherea de către părinți și comunicarea deschisă pentru a se asigura că beneficiile jocurilor video sunt maximizate, iar riscurile potențiale sunt reduse la minimum.

A. Cum pot fi jocurile video o experiență distractivă și educativă pentru copii?

- **Citiți recenziile și fiți conștienți de riscuri.**
Înainte ca un adolescent să cumpere sau să descarce un joc nou, verificați mai întâi rating-ul acestuia pentru a fi conștienți de orice risc potențial. Puteți citi îndrumări pe Common Sense Media¹¹. De asemenea, puteți afla mai multe informații despre clasificările PEGI în funcție de vârstă și descriptorii de conținut vizitând Ask About Games.¹²
- **Explorați împreună funcțiile de raportare și blocare**
Cele mai multe jocuri vor avea instrumente de raportare și blocare pe care un tânăr le poate folosi dacă ceva îl îngrijorează sau îl deranjează în cadrul unui joc. Explorați împreună aceste funcții și încurajați-i pe tineri să le folosească. Furnizați întotdeauna cât mai multe informații și prezentați contextul atunci când completați un raport.
- **Încurajați alegerile sigure**
Asigurați-vă că tinerii știu că nu trebuie să împărtășească informațiile lor personale sau ale altcuiva atunci când joacă jocuri online. Acest lucru include conversația în cadrul unui joc sau crearea de profiluri. Încurajați-i să vorbească cu un adult de încredere și să ceară ajutor dacă cineva îi presează să împărtășească informații personale sau dacă li se cere să se întâlnească în viața reală.

10 Beneficiile jocurilor video, accesibil la <https://desprejocurivideo.ro/beneficiile-jocurilor-video/>.

11 <https://www.commonsensemedia.org/game-reviews>

12 All about: PEGI Age Ratings, accesibil la <https://www.askaboutgames.com/pegi-age-ratings>.

- **Controlați achizițiile din aplicații**
Achizițiile trebuie să fie gestionate cu atenție, altfel un tânăr ar putea ajunge rapid să cheltuiască mai mulți bani decât intenționa. Aflați cum să dezactivați sau să restricționați achizițiile în aplicații prin intermediul App Store, Google Play sau Windows Store.
- **Stabiliți și sprijiniți cu limite realiste**
În timp ce jocurile pot fi o modalitate excelentă de relaxare, de distracție și de implicare cu ceilalți, majoritatea jocurilor au fost concepute special pentru a «agăța» un utilizator și a-l face să continue să joace. Încercați să stabiliți limite de timp corecte și să le explicați clar copilului dumneavoastră. Evitați să îi întrerupeți jocul și să îi cereți să îl oprească imediat, deoarece acest lucru îl poate supăra, mai ales dacă acest lucru înseamnă că pierde puncte sau progrese.

B. Aplicarea la clasă a metodelor didactice moderne

Dispozitivele digitale pot fi de ajutor în cadrul predării. Este adevărat că există riscuri (*utilizarea telefonului cu alt scop decât activitatea condusă de cadrul didactic, distragerea atenției etc.*), însă odată ce cadrul didactic impune limite utilizării telefonului, permițând în același timp elevilor să fie creativi și să integreze tehnologia în actul educațional, relația acestora cu mediul digital se restructurează. Încercați să integrați în activitățile de la clasă metodele didactice **gaming** și **gamification**, prin care elevii se simt provocați și captivați de activitate, actul educațional îndeplinindu-și, astfel, scopul.

Metoda gamingului se referă la activitatea de a juca jocuri video sau jocuri pe calculator. Activitatea se bazează pe experiențe de divertisment sau competiție prin intermediul jocurilor digitale. Aceste jocuri pot fi de diferite genuri, cum ar fi acțiune, aventură, puzzle, simulare și altele, în care participanții pot interacționa cu lumi virtuale, pot rezolva provocări, pot îndeplini misiuni și pot face parte din povestiri fictive.

Această metodă poate fi aplicată la clasă prin **integrarea jocurilor educaționale interactive** (precum cele de pe site-ul WordWall), a simulărilor interactive (*pentru discipline precum biologia, chimia sau fizica*), inclusiv prin jocuri propriu-zise precum Minecraft, care pot fi utilizate în scopuri creative (*elevii pot avea de construit o clădire pentru disciplina educație tehnologică sau pot recrea hărți topografice pentru geografie*). Creativitatea cadrului didactic este foarte utilă în identificarea sau crearea unor astfel de activități, însă metoda cea mai ușoară este de a întreba elevii care sunt pasiunile lor, ce jocuri online le plac și cum ar putea ele să fie integrate în cadrul disciplinei predate. Disponibilitatea cadrului didactic de a cunoaște elevii, de a se implica și de a fi flexibil adaptându-și lecțiile după punctele de interes ale elevilor reprezintă un avantaj și **crează un mediu stimulant** pentru dezvoltarea elevilor, precum și pentru

implicarea lor, care duce ulterior la plăcerea de a participa activ la orele de curs, colaborând cu profesorul și respectându-i activitatea.

Metoda gamification (sau metoda gamificării) se referă la aplicarea elementelor și mecanismilor de joc în contexte care nu reprezintă jocuri. Aceasta se referă la utilizarea unor principii prezente în jocuri pentru a atinge obiectivele educaționale. Mai concret, în actul educațional pot fi introduse puncte, niveluri, competiții, recompense și obiective pentru a stimula angajamentul, învățarea sau comportamentele dezirabile ale elevilor. De exemplu, aplicația Duolingo acordă puncte sau bonusuri pentru fiecare modul finalizat pentru învățarea unei limbi străine sau pentru practicarea constantă. În acest fel, aplicația implică folosirea elementelor de joc în scopuri non-ludice, de învățare, pentru a stimula angajamentul elevilor în practicarea limbii străine alese.

Această metodă nu reprezintă condiționarea succesului școlar al elevilor prin recompense. Notele, spre exemplu, reprezintă o modalitate de condiționare, motivația fiind extrinsecă pentru că scopul elevului este să obțină o notă mare, și nu să deprindă neapărat cunoștințele care duc la acele rezultate bune. Spre deosebire de această situație în care elevul se axează pe câștigurile exterioare actului de a învăța, atunci când vorbim despre gamificare accentul rămâne pe dezvoltarea cunoștințelor și aptitudinilor. Gamificarea are, în același timp, scopul de a evita dependența de recompense externe pentru succesul școlar. Câteva exemple prin care gamificarea poate fi aplicată la clasă sunt:

- activitățile de tip jocuri de rol;
- escape room-uri educaționale;
- rezolvarea de probleme prin deslușirea enigmelor sau a provocărilor legate de materia predată;
- îndeplinirea unor obiective îmbrăcate în aspectul unor misiuni;
- utilizarea de hărți sau scenarii pe care elevii le pot explora și pot descoperi informații noi sau concepte ce trebuie deprinse în cadrul lecției;
- implementarea unui sistem de puncte sau recompense pentru interacțiunea la clasă, pentru realizarea unor conexiuni interesante sau importante între informațiile predate, pentru îndeplinirea sarcinilor sau a responsabilităților, precum și pentru oferirea de ajutor colegilor sau pentru oferirea de răspunsuri corecte.

Evitarea dependenței de aceste recompense se poate realiza prin accentuarea scopului lecției și prin clarificarea motivului pentru care recompensa a fost primită, accentul fiind pus pe comportamentul dezirabil al elevului. Pentru a menține echilibrul între competiție și colaborare între elevi, recompensele pot fi atribuite echipei, nu

individual, pentru ca aspectul colaborării să fie central și să conteze mai mult decât competiția dintre elevi, bazată pe mentalitatea de a dori să fie cel mai bun. Deși se poate realiza un clasament al echipelor, acesta nu este dăunător precum o ierarhie individuală a celor mai buni copii din clasă pentru că implică **aspectul reușitei comune** – mentalitatea conform căreia fiecare a avut o contribuție la reușita echipei, ca urmare a faptului că există egalitate între membrii aceleiași echipe.

Pașii prin care gamificarea poate fi aplicată la clasă sunt:

1. Setarea obiectivului

Care sunt obiectivele lecției? Care sunt competențele ce trebuie deprinse de elev? Cât de complex este subiectul și cât timp poate fi oferit pentru integrarea gamificării în cadrul orei?

2. Anticiparea nevoilor posibile ale elevilor în cadrul temei lecției

Care sunt nevoile elevilor în cadrul temei predate (*de înțelegere, de clarificare a noțiunilor, de gândire abstractă, deprindere de noi cunoștințe, dezvoltarea abilităților sau aptitudinilor etc.*)?

Pentru unele lecții, elevii pot avea nevoie doar de definirea unor noțiuni, pentru altele este nevoie de exersarea prelungită a unor strategii sau metode de rezolvare. În funcție de tema abordată în cadrul lecției, poate fi setat un anumit timp pentru introducerea metodei în cadrul orei de curs. Luați în considerare posibilitatea ca întreaga oră de curs să fie bazată pe metoda gamificării, conținând și o parte de deprindere de noi cunoștințe dacă acesta este specificul lecției.

3. Identificarea unui mijloc prin care poate fi stimulat angajamentul elevilor

Selectarea unor aplicații sau a unor activități prin care elevii se pot implica activ în cadrul orei este fundamentală pentru implementarea metodei gamificării. Trebuie luate în considerare materialele necesare și modul de lucru cu elevii. Exemple de aplicații ce pot fi folosite datorită posibilității creării lecțiilor sau testelor personalizabile sunt Mentimeter sau Quizizz, care nu necesită o investiție mare a timpului nici în pregătirea materialelor, nici în aplicarea acestora la clasă.

4. Introducerea propriu-zisă a activității în planul de lecție/scenariul didactic

Luați în considerare aspectele setate anterior (*tema lecției, timpul disponibil pentru introducerea metodei gamificării sau decizia*

integrării ei ca mod de predare a lecției, mijlocul prin care urmează să fie realizată activitatea la clasă și materialele necesare). Încercați să păstrați flexibilitatea lecției, să permiteți abateri de la planul inițial pentru a oferi o oarecare libertate actului de cunoaștere al elevilor. Dacă rămân aspecte neexplorate care pot fi parcurse individual de elevi, acestea pot fi inserate ca temă pentru acasă, menținând angajamentul copiilor față de disciplină într-un mod creativ.

Modul în care o activitate poate fi structurată folosind metoda gamificării este ilustrat astfel:

- 1. Introducerea: prezentarea misiunii și a scopului activității sau lecției.** Profesorul prezintă elevilor misiunea și scopul activității gamificate. Se pot folosi metafore, povestiri sau contexte interesante pentru a capta atenția elevilor.
- 2. Setarea scenariului: elevii sunt introduși în contextul pentru activitate.** Elevii sunt introduși într-un scenariu imaginar, cum ar fi explorarea unei insule misterioase sau rezolvarea unui puzzle într-o lume virtuală. Acest scenariu oferă contextul pentru activitate și îi motivează pe elevi să participe.
- 3. Misiunile și provocările: rezolvarea problemelor, răspunsuri la întrebări, completarea sarcinilor sau investigarea unor subiecte specifice.** Activitatea este structurată în mai multe misiuni sau provocări, care implică rezolvarea problemelor, răspunsuri la întrebări, completarea sarcinilor sau investigarea unor subiecte specifice. Fiecare misiune poate fi asociată cu un obiectiv de învățare.
- 4. Punctele și recompensele. Finalizarea misiunilor și a provocărilor.** Pe măsură ce elevii îndeplinesc misiunile, primesc puncte sau recompense simbolice. Punctele pot fi acordate în funcție de dificultatea misiunii sau de calitatea răspunsurilor. Elevii pot acumula puncte pentru a câștiga „ranguri” sau „insigne” care să reflecte nivelul lor de realizare. Activitatea se încheie atunci când toate misiunile sunt finalizate.
- 5. Reflecție asupra activității.** După încheierea activității, timp de 5 minute cadrul didactic poate iniția o discuție în clasă pentru a reflecta asupra învățăturilor extrase din activitatea gamificată și pentru a explora modul în care au fost atinse obiectivele de învățare.

Efectele pozitive ale aplicării gamificării în activitățile educaționale sunt multiple:

- motivația și angajamentul crescute pentru implicarea în activitățile de învățare;
- învățarea prin explorare și joc contribuie la asimilarea, reținerea și înțelegerea mai bună a conținutului predat, îndrumă elevul spre abordarea ludică a sarcinilor dificile;
- stimularea creativității și a adaptabilității, oferind flexibilitate și putând fi aplicată în orice context și pentru orice tematică;
- evitarea monotoniei care intervine pentru elevi și cadre didactice când metodele utilizate la clasă se repetă;
- dezvoltarea încrederii în sine a elevilor, creșterea sentimentului de autoeficacitate care duce la succes școlar și motivație intrinsecă;
- corectarea problemelor de comportament ale elevilor este un bun mijloc prin care cadrul didactic poate adopta cu succes sistemul de recompensare și de apreciere a comportamentelor dezirabile și reducerea celor indezirabile.

Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

*Cu cine pot colabora?
La ce clasă aplic?*

Titlul activității: Jocurile Video: beneficii și riscuri - opiniile noastre

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 50 min

Desfășurarea activității: Invitați elevii să pregătească o prezentare în care descriu jocul lor video preferat. E important să prezinte: scopul jocului, motivația de a-l juca, provocările întâlnite, care cred că sunt beneficiile, care cred că sunt punctele minus ale petrecerii timpului în acest mod, modalități de creare a echilibrului între viața online și cea offline. După prezentări deschideți o discuție liberă și încurajați dezbaterile, scopul fiind sublinierea importanței echilibrului și a pericolelor ce pot apărea în urma dezvoltării dependenței de internet.

Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De reflectat!

Vă propunem ca, pentru următoarea ședință cu părinții, să creați sau să adaptați o activitate scurtă în care să integrați o componenta digitală, pentru ca aceștia să simtă că pot contribui la consolidarea parteneriatului dintre școală și părinți, oferindu-le astfel un spațiu în care să se implice activ în educația și dezvoltarea copiilor lor. Spre

exemplu, îi puteți invita să acceseze un link al aplicației Mentimeter unde să scrie anonim câte un cuvânt care să reflecte așteptările, temerile și contribuțiile lor pe care le au privitor la noul an. *Ce așteptări au de la elev, de la dvs. sau de la unitatea de învățământ? Care sunt temerile lor? Care urmează a fi contribuțiile lor la buna desfășurare a orelor de curs și a relației elev-profesor-părinte?*

O resursă importantă pentru părinți este Anexa 7 „Un moment în natură”, încurajând părinții să petreacă timp de calitate împreună cu copiii lor”. Pentru mai multe informații, accesați Ghidul Descoperirea Bucuriei Offline disponibil pe site-ul www.oradenet.ro. Pentru a obține informații detaliate și utile, vă încurajăm să accesați primul modul al cursului specializat pentru părinți, care abordează modurile de a asigura un echilibru sănătos între viața online și cea offline a copiilor. Acest curs poate fi găsit pe site-ul nostru, la adresa <https://oradenet.ro/resurse/parinti-responsabili-in-era-digitala>. Acesta este o resursă de încredere și valabilă, disponibilă integral pe site-ul www.oradenet.ro, unde veți găsi informații esențiale pentru a vă ghida în această călătorie a părinților responsabili în era digitală.



V. INTELIGENȚA ARTIFICIALĂ

Inteligența artificială (IA) reprezintă simularea proceselor de inteligență umană de către mașinării, în special de către sistemele informatice. Printre aplicațiile specifice ale inteligenței artificiale se numără prelucrarea limbajului natural, recunoașterea vorbirii și vederea artificială.

Programarea IA se concentrează pe abilitățile cognitive care includ următoarele:

- › Achiziția de date și pe crearea de reguli pentru a le transforma în informații utile, iar regulile, care se numesc algoritmi, oferă dispozitivelor de calcul instrucțiuni pas cu pas despre cum să îndeplinească o anumită sarcină.
- › Alegerea algoritmului potrivit pentru a ajunge la un rezultat dorit (raționament, un aspect al programării IA)
- › Perfecționarea continuă a algoritmilor, pentru ca aceștia să ofere cele mai exacte rezultate posibile.
- › Utilizarea rețelelor neuronale, sisteme bazate pe reguli, metode statistice și alte tehnici pentru a genera noi imagini, texte și idei.

A. De ce este importantă inteligența artificială?

Inteligența artificială este importantă pentru potențialul său de a schimba modul în care trăim, lucrăm și ne distrăm. Ea a fost utilizată în mod eficient în mediul de afaceri pentru a automatiza sarcinile efectuate de oameni, inclusiv în ceea ce privește activitatea de servicii pentru clienți, generarea de potențiali clienți, detectarea fraudelor și controlul calității. Într-o serie de domenii, IA poate îndeplini sarcini mult mai bine decât oamenii. În special atunci când vine vorba de sarcini repetitive, orientate spre detalii, cum ar fi analiza unui număr mare de documente juridice pentru a se asigura completarea corectă a câmpurilor relevante, instrumentele de inteligență artificială finalizează adesea sarcinile rapid și cu relativ puține erori.

Pe lângă aceste avantaje, utilizarea inteligenței artificiale vine cu dezavantaje și provocări semnificative. Acestea includ, dar nu se limitează, la eliminarea locurilor de muncă în anumite sectoare, creșterea inegalității sociale prin amplificarea decalajelor de acces la tehnologie, potențialul pentru discriminare, riscul de încălcări ale confidențialității și securității datelor personale și dependența excesivă de sistemele IA fără a înțelege în profunzime modul în care funcționează. Gestionarea cu responsabilitate a dezavantajelor IA necesită o abordare atentă, reglementări adecvate și conștientizare crescută cu privire la potențialele riscuri și impacturi asupra societății și a individului.

IA devine tot mai prezent în domeniul educației, facilitând personalizarea conținutului și a metodelor de învățare. Sistemele de inteligență artificială pot adapta lecțiile în funcție de ritmul de învățare al fiecărui copil și pot oferi feedback individualizat, contribuind astfel la îmbunătățirea performanțelor școlare. Copiii sunt tot mai atrași de asistenții virtuali, precum Siri, Alexa care pot răspunde la întrebări, juca jocuri sau oferi divertisment. De asemenea, roboții de companie dotați cu IA devin din ce în ce mai populari, precum AI Bot al aplicației SnapChat, oferindu-le copiilor companie și interacțiuni sociale doar la un click distanță. Este important să se găsească un echilibru între utilizarea tehnologiei și activitățile offline, pentru a promova o dezvoltare armonioasă.

Tendența către dispozitive inteligente și Internet of Things (IoT)

Dispozitivele de tip *realitate virtuală*, *realitate augmentată* și *realitate extinsă* sunt tehnologii care oferă experiențe imersive, adăugând elemente digitale la lumea reală sau creând lumi virtuale în care utilizatorii pot interacționa.

- VR (*Realitate Virtuală*): Dispozitivele VR creează o lume complet virtuală în care utilizatorii se pot simți înconjurați de medii și obiecte digitale. Acestea folosesc căști speciale și controlere pentru a oferi o experiență captivantă.
- AR (*Realitate Augmentată*): Dispozitivele AR adaugă elemente digitale în lumea reală pe care utilizatorii o văd. De exemplu, prin intermediul smartphone-urilor sau ochelarilor AR, informații suplimentare pot apărea pe ecran, ca și cum ar fi integrate în mediul fizic.
- XR (*Realitate Extinsă*): XR este un termen mai larg care include atât VR, cât și AR. Acesta acoperă spectrul întreg al experiențelor, de la cele complet virtuale în VR până la cele care amestecă elemente reale și digitale în AR.

Aceste tehnologii au aplicații în educație, divertisment, medicină, industrie și multe alte domenii, oferind noi moduri de a interacționa cu mediul și informațiile ce se regăsesc în cadrul său, oportunitățile și riscurile prezentate de realitatea virtuală, augmentată și extinsă (VR, AR și XR) pentru copii fiind numeroase. Aceste tehnologii imersive oferă experiențe unice și beneficii educaționale, dar vin și cu provocări potențiale care necesită o considerație atentă.

Iată oportunitățile oferite de folosirea tehnologiilor imersive.

- VR, AR și XR pot revoluționa învățarea prin furnizarea de conținut educațional interactiv și captivant. Copiii pot

explora evenimente istorice, vizita locuri îndepărtate și înțelege concepte complexe prin experiențe imersive.

- ▶ Aceste tehnologii încurajează copiii să-și exprime creativitatea și imaginația, permițându-le să proiecteze și să construiască lumi virtuale, povești și experiențe proprii.
- ▶ Jocurile VR și AR pot îmbunătăți abilitățile cognitive, abilitățile de rezolvare a problemelor, conștientizarea spațială și coordonarea mână-ochi într-un mod distractiv și interactiv.
- ▶ VR-ul este din ce în ce mai folosit în terapie pentru a ajuta copiii să facă față anxietății și altor provocări de sănătate mintală prin terapie de expunere într-un mediu controlat.
- ▶ Platformele XR pot facilita interacțiunea socială și colaborarea, chiar și atunci când copiii sunt separați fizic, promovând abilitățile de comunicare și de echipă.

Provocările aduse de aceste tehnologii imersive pot fi:

- ✘ **Sănătate Fizică:** Utilizarea prelungită a căștilor VR poate duce la oboseala ochilor, rău de mișcare și alte disconforturi fizice, în special la copiii ale căror sisteme vizuale sunt încă în dezvoltare.
- ✘ **Impactul Psihologic:** Experiențele imersive pot estompa linia dintre virtual și real, putând duce la confuzie sau detașare de realitate, în special la copiii foarte tineri.
- ✘ **Siguranța Online:** VR și XR introduc noi modalități prin care copiii pot interacționa cu alții online, ceea ce ridică preocupări legate de siguranța online, confidențialitate și expunerea la conținut sau interacțiuni nepotrivite.
- ✘ **Timpul excesiv petrecut pe ecrane:** Caracterul captivant al acestor tehnologii poate duce la timp prea mult petrecut în fața ecranului și la dependență, afectând starea generală de bine și interacțiunile sociale ale copiilor.
- ✘ **Preocupări Etice:** Colectarea și utilizarea datelor personale în aplicații VR și AR poate ridica întrebări etice, în special în ceea ce privește confidențialitatea și consimțământul datelor copiilor.

Pentru a asigura că utilizatorii tineri pot beneficia de VR, AR și XR, minimizând riscurile asociate, este crucial ca părinții, educatorii și dezvoltatorii să adopte o abordare pro-activă prin:

- Stabilirea limitelor de utilizare adecvate vârstei și încurajarea pauzele în timpul sesiunilor lungi de VR sau AR.

- Supravegherea interacțiunilor și experiențelor copiilor în mediile virtuale.
- Selectarea de conținut de înaltă calitate și adecvat vârstei, care să se alinieze obiectivelor educaționale și valorilor propuse.
- Promovarea alfabetizării digitale și media, ajutând copiii să înțeleagă distincțiile dintre lumea virtuală și realitate.
- Participare la discuții deschise despre aspectele pozitive și negative ale VR, AR și XR, permițând copiilor să-și exprime sentimentele și preocupările.
- Prin abordarea responsabilă a oportunităților și a provocărilor, copiii pot explora întregul potențial al tehnologiilor imersive într-un mod sigur și benefic!

B. Ce este Internetul Lucrurilor (IoT)?

„Internetul Lucrurilor” sau „Internet of Things”, cunoscut și sub acronimul IoT, este o tehnologie în care obiectele fizice din jurul nostru sunt conectate la internet, permițându-le să schimbe date și să comunice între ele și cu oamenii. În mod tot mai frecvent, organizațiile din diverse industrii folosesc IoT pentru a opera mai eficient, a furniza servicii îmbunătățite pentru clienți, pentru a lua decizii mai bune și pentru a crește valoarea afacerilor. Cu IoT, datele pot fi transferate printr-o rețea fără a necesita interacțiuni de la om la om sau de la om la calculator. Un „lucru” în Internetul Lucrurilor poate fi o persoană cu un implant de monitorizare a inimii, un automobil cu senzori încorporați pentru a avertiza șoferul atunci când presiunea pneurilor este scăzută sau orice alt obiect natural sau creat de om care poate fi asigurat unei adrese de IP și poate transfera date printr-o rețea.

Impactul IoT asupra copiilor poate fi atât pozitiv, așa cum este detaliat mai jos:

- Dispozitivele IoT pot simplifica rutinele zilnice ale copiilor și părinților. Tehnologiile pentru casă inteligentă, de exemplu, permit controlul automat al iluminatului, temperaturii și electrocasnicelor, făcând viața mai comodă și mai eficientă.
- Sălile de clasă inteligente dotate cu dispozitive IoT pot furniza date și perspective în timp real, promovând metode de predare mai eficiente.
- Dispozitivele portabile alimentate de IoT pot monitoriza metricile de sănătate ale copiilor și pot supraveghea siguranța, furnizând părinților date valoroase și liniște sufletească.
- Jucăriile și jocurile bazate pe IoT oferă experiențe interactive și captivante, stimulând creativitatea și imaginația.

De asemenea, impactul IoT asupra copiilor poate ridica îngrijorări și provocări, așa cum este prezentat mai jos:

- ✘ Dispozitivele IoT colectează și transmit date, generând astfel preocupări legate de confidențialitatea și securitatea informațiilor personale ale copiilor.
- ✘ Utilizarea excesivă a dispozitivelor IoT poate duce la dependența a copiilor de tehnologie și la afectarea abilității lor de a se implica în joacă tradițională și interacțiuni sociale.
- ✘ Unele dispozitive IoT, în special cele portabile, pot emite radiații electromagnetice, iar expunerea prelungită poate crea îngrijorări legate de sănătatea copiilor.
- ✘ Conectivitatea constantă prin dispozitivele IoT poate contribui la creșterea timpului petrecut în fața ecranului și la potențiale efecte adverse asupra bunăstării mentale a copiilor.
- ✘ Industria IoT se află în continuă evoluție, existând posibile lacune în cadrul legislativ referitor la siguranța dispozitivelor IoT și protecția datelor.

Prin îmbrățișarea oportunităților și tratând provocările cu responsabilitate, copiii pot explora întregul potențial al tehnologiei IoT într-un mod sigur și benefic.

Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

Cum adaptez? La ce clasă?

Titlul Activității: La discuții cu Chat GPT

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 50 min

Desfășurarea activității: Prezentarea IA: Profesorul oferă o prezentare introductivă a inteligenței artificiale, explicând ce este aceasta și cum funcționează. Pot fi furnizate exemple concrete de utilizări ale IA în viața de zi cu zi, cum ar fi asistenții virtuali (ex. Siri, Alexa), recomandările de produse online și recunoașterea facială. În ceea ce privește folosirea Chat-ului GPT, puteți iniția discuții cu robotul CHAT GPT pentru a le arăta copiilor diferența dintre capacitatea de a răspunde rapid și capacitatea de a oferi răspunsuri personalizate, umane. Invitați un elev să dea răspunsuri înaintea Chat-ului la întrebările adresate de colegi și invitați restul participanților să noteze ce observă. După fiecare întrebare adresată trageți concluziile PRO și CONTRA utilizării inteligenței artificiale.

Titlul Activității: Povești alternative**Ciclu de învățământ:** gimnazial, liceal**Durata activității:** 1 oră

Desfășurarea activității: Înainte de toate, profesorul va explica cum este folosită inteligența artificială în societate și cum este influențată de contextele sociale și culturale. Elevilor li se vor introduce noțiunile noi de inteligență artificială pe care le vor utiliza în poveștile lor, cum ar fi recunoașterea facială. Profesorul spune o poveste inventată pentru a inspira elevii să-și exploreze ideile, poate fi o experiență personală a profesorului, un titlu de știri sau o poveste fictivă deja existentă. În povești pot fi incluse situații de tipul „ce-ar fi dacă” care încurajează elevii să creeze povești alternative.

**Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții***De reflectat!***Titlul Activității: Impactul Inteligenței Artificiale asupra educației și viitorului copiilor noștri**

Un subiect potrivit pentru discuția cu părinții la o ședință ținută de profesori pe tema inteligenței artificiale (IA) ar putea fi: „Impactul Inteligenței Artificiale asupra educației și viitorului copiilor noștri”. Acest subiect este relevant și captivant pentru părinți, deoarece IA are un impact semnificativ asupra procesului de învățare și viitorului profesional al copiilor. Iată câteva aspecte pe care le puteți aborda în această discuție.

1. Începeți prin a oferi o scurtă introducere în ce reprezintă IA și cum funcționează. Explicați că IA implică mașini și software-uri care pot «înțelege» și «învăța» pentru a rezolva probleme sau a realiza sarcini fără intervenția umană.
2. Discutați despre modul în care IA este deja folosită în educație, cum ar fi sistemele de adaptare a conținutului, asistenții virtuali pentru învățare și instrumentele de evaluare bazate pe IA.
3. Subliniați importanța învățării abilităților legate de IA pentru copii. Discutați despre cum aceste abilități pot fi utile pentru viitorul lor profesional și despre modul în care școala poate sprijini această dezvoltare.
4. Abordați provocările etice legate de IA, cum ar fi confidențialitatea datelor, folosirea abuzivă de către utilizatori.

5. Vorbiți despre oportunitățile de carieră legate de IA și despre modul în care copiii pot să-și pregătească viitorul în acest domeniu în continuă dezvoltare.
6. Deschideți discuția pentru întrebări și răspunsuri, astfel încât părinții să poată adresa orice întrebări sau îngrijorări ar putea avea.

Această discuție ar trebui să ofere părinților o înțelegere mai profundă a impactului IA asupra educației și viitorului copiilor lor, precum și să le ofere resurse și sfaturi pentru a-i sprijini pe copii în acest domeniu în continuă dezvoltare.

Titlul Activității: Timpul excesiv petrecut pe ecrane

Cadrul didactic poate sublinia implicațiile deținerii unui telefon și introducerii lui în toate aspectele vieții de zi cu zi. Pot fi dezbătute problematici precum lipsa intimității, a timpului personal, dependența de a-l avea continuu în apropiere, dificultatea de a ne ține departe de el chiar și pentru câteva ore. Pot fi făcute comparații între telefoanele inițial fixe și smartphone-urile din zilele noastre sau între modurile în care oamenii comunicau înainte de inventarea rețelelor fără cablu și comunicarea prin telefonul mobil.

Întrebări reflective: «În contextul discuției despre implicațiile deținerii unui telefon și introducerii lui în toate aspectele vieții noastre de zi cu zi, cum credeți că a influențat relațiile interpersonale?», «Vă simțiți mai eficienți și informați cu ajutorul smartphone-urilor?», «Cum este relația dumneavoastră cu tehnologia în general?»

Provocare pentru toate vârstele! Instalați-vă pe telefon o aplicație de contorizare a timpului petrecut în aplicații sau verificați dacă telefonul are deja integrată în setări o astfel de opțiune. Nu blocați aplicațiile, ci doar activați contorizarea timpului pentru a observa cât timp petreceți în aplicațiile pe care le utilizați. Lăsați aplicația să ruleze în fundal timp de o săptămână, apoi consultați rezultatele. Discutați concluziile la o oră de dirigentie sau în timpul unei sesiuni informative despre siguranța online sau despre utilizarea tehnologiei în viața de zi cu zi.

VI. SIGURANȚA COPIILOR PE INTERNET ȘI PE SOCIAL MEDIA

Copiii și internetul - o parte naturală a vieții.

Când vorbim despre copii și tineri este important să ținem cont de modul în care viața digitală a acestora s-a schimbat și extins în ultimii zece ani. Uitându-ne în urmă la decada în care lumea digitală s-a dezvoltat cel mai mult din istorie, „utilizarea extremă a internetului” era definită ca fiind cea de peste trei ore pe zi ¹³ Acum, conform studiilor¹⁴ repetate realizate de Organizația Salvați Copiii, aceste date sunt considerate ca fiind comportamente obișnuite, iar majoritatea copiilor ajung să nu mai distingă cu ușurință între momentele în care folosesc internetul sau gadgeturile și cele în care nu o fac, pe parcursul unei zile.

Pe de altă parte, numărul de ore petrecute online de copii și adolescenți a crescut foarte mult, iar timpul părinților de a-i monitoriza și îndruma în folosirea corectă și sigură a internetului a scăzut. În foarte multe cazuri părinții înșiși se simt depășiți din punct de vedere al educației digitale, al înțelegerii pericolelor la care pot fi expuși copiii lor atunci când se joacă online sau își fac cont pe o platformă de socializare. Primim tot mai des, în cadrul serviciului gratuit de consiliere, disponibil pe oradenet.ro, solicitări atât de la copii, cât mai ales de la părinți, care nu știu cum să gestioneze timpul petrecut pe ecrane dar și situațiile neplăcute pe care le întâmpina copiii lor pe rețelele de socializare. Prin urmare, este important să începem prin a accepta că, pentru copii, internetul este o parte naturală a vieții, un loc de socializare, de învățare, de divertisment, sprijin, activism și comunitate care se îmbină cu viața.

A. Cercetările sociologice privind utilizarea internetului și comportamentul online al copiilor

Cercetările sociologice privind utilizarea internetului și comportamentul online al copiilor și tinerilor aduc mai multe beneficii importante societății asigurând o mai bună înțelegere a modului în care copiii și adolescenții interacționează în mediul online, ce platforme preferă, cât timp petrec online și în ce scopuri. Sunt oferite astfel, informații utile pentru dezvoltarea politicilor publice și a programelor educaționale care să promoveze utilizarea sănătoasă și responsabilă a internetului, și să evidențieze tendințele și schimbările în comportamentul online al copiilor și tinerilor. Mai mult decât atât, prin identificarea riscurilor precum cyberbullying-ul,

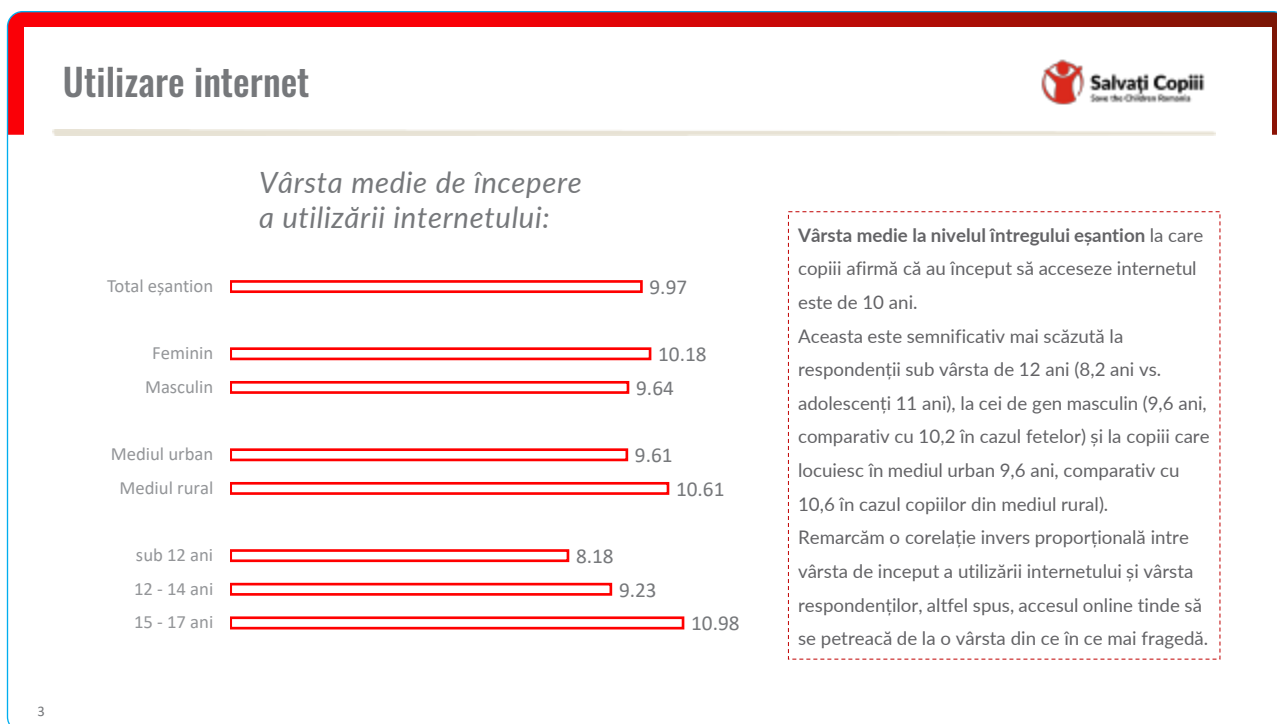
13 Studiul StudiulKids Online., Livingstone, S.,Haddon, L.,2009-2011,Londra: EU Kids Online: Final report. LSE.

14 Studiul privind utilizarea Internetului de către copii, februarie 2022, București: Organizația Salvați Copiii, 2022, accesibil la <https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/files/41/415afdb8-ff1b-4c04-8c62-27f6f9ba3dcf.pdf>.

fake news, sexting-ul, expunerea la conținut nepotrivit sau dependența de internet, studiile ajută dezvoltarea unor strategii pentru a preveni și aborda aceste comportamente periculoase. Rezultatele obținute în urma cercetărilor realizate furnizează părinților și educatorilor informații relevante pentru a-și îndruma copiii într-o utilizare responsabilă a internetului, ajutând părinții să **înțeleagă mai bine nevoile și preocupările copiilor în mediul online.**

Din seturile de concluzii ale cercetărilor realizate periodic între 2019 și 2023, reiese faptul că există evoluții și schimbări semnificative în ceea ce privește comportamentul și experiențele copiilor în mediul online. Sun evidențiate câteva dintre aceste diferențe.

Vârsta medie la nivelul întregului eșantion la care copiii afirmă că au început să acceseze internetul este de 10 ani. Aceasta este semnificativ mai scăzută la respondenții sub vârsta de 12 ani (8,2 ani vs. adolescenți 11 ani), la cei de gen masculin (9,6 ani, comparativ cu 10,2 în cazul fetelor) și la copiii care locuiesc în mediul urban 9,6 ani, comparativ cu 10,6 în cazul copiilor din mediul rural). Remarcăm o corelație invers proporțională între vârsta de început a utilizării internetului și vârsta respondenților, altfel spus, accesul online tinde să se petreacă de la o vârstă din ce în ce mai fragedă.



Dacă în anul 2019, rețelele sociale precum Facebook și Instagram erau cele mai populare, în 2023, conform răspunsurilor din studiul privind utilizarea rețelelor de socializare de către copii și adolescenți¹⁵ Instagram, TikTok, Discord, Snapchat și

15 Studiu privind utilizarea Internetului în familie, 2013, București: Organizația Salvați Copiii, accesibil la <https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/studiu.pdf>

BeReal sunt semnificativ mai mult utilizate de copiii și tineri, iar impactul influencerilor și altor surse de informații online devin mai semnificative.

În 2019, un procent semnificativ de copii petreceau peste 6 ore online într-o zi școlară sau liberă, Internetul oferind o gamă variată de activități, cum ar fi socializarea pe rețelele sociale, jocurile online, vizionarea de videoclipuri sau citirea de conținut. Conform studiului 2023, odată cu apariția unor noi forme de divertisment și comunicare, copiii și tinerii au început să exploreze și să adopte aceste noi modalități de a petrece timp online, petrecând perioade de timp mult mai extinse în mediul digital.

”Îmi place să fiu online pentru că acolo joc jocurile mele preferate, să vorbesc cu prietenii și să văd lucruri interesante. Nu mă ceartă nimeni, nu mă întrebă nimeni dacă mi-am făcut temele. E ca și cum aș avea o lume întreagă cu atâtea lucruri distractive de făcut, doar a mea!” Matei, 11 ani, Arad.

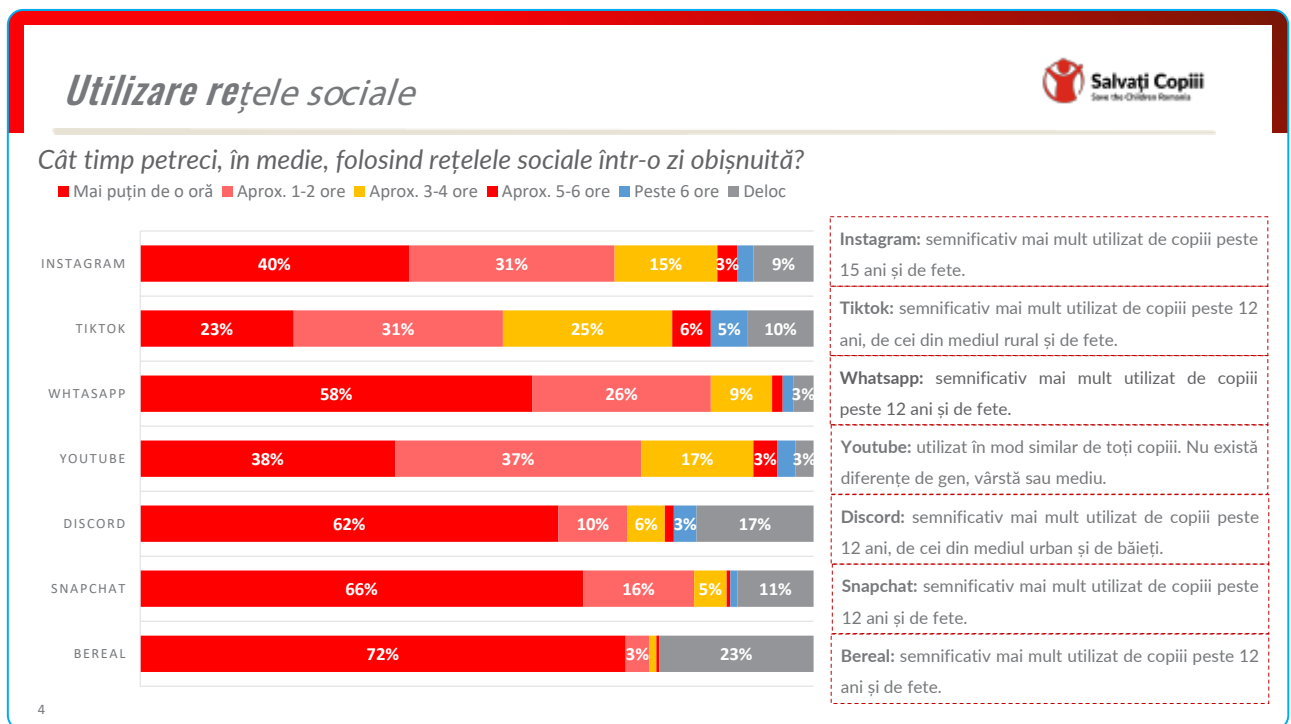
În 2019, o parte semnificativă dintre copii au afirmat că se simt deranjați sau supărați în urma interacțiunilor online pe platformele de socializare. În 2023 se evidențiază riscul de transmitere a informațiilor personale prin mesagerie privată - copiii - că rețelele sociale îi ajută să își confirme valorile și interesele, iar influența (creatorilor de conținut - influenceri) devine mai pronunțată. Timpul petrecut pe internet este asociat cu nemulțumirea în diferite aspecte ale vieții, conform studiilor din 2023¹⁶, se menționează că fenomene precum „cyberbullying” sau „sexting” sunt asociate cu scăderea stării de bine emoționale. Aceste diferențe indică faptul că mediul online evoluează rapid și că influența internetului asupra copiilor și tinerilor se schimbă odată cu apariția unor noi tendințe și platforme. Totodată, riscurile asociate utilizării internetului și interacțiunilor online rămân aspecte semnificative, iar importanța **educării și gestionării comportamentelor online sănătoase** este mai actuală ca niciodată.

Posibile explicații privind diferențele între concluziile studiilor

Între 2019 și 2023, schimbările rapide în tehnologie, aducând noi platforme de socializare, aplicații și modalități de interacțiune online. Folosirea intensă a acestora a generat modificări semnificative în modul în care copiii folosesc internetul și modul în care se raportează la mediul online, așa cum reiese și din variațiile semnificative dintre concluziile cercetărilor sociologice realizate periodic între 2019 și 2023. Trecerea la utilizarea predominantă a dispozitivelor mobile pentru accesul la internet poate explica schimbările în comportamentul online și preferințele platformelor. În 2023, se observă că **impactul influencerilor și a persoanelor publice în online** este mai pronunțată.

16 Studiu privind impactul fenomenului cyberbullying asupra copiilor și adolescenților, 2023, București: Organizația Salvați Copiii, accesibil la https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/studiu_cyberbullying_2023_salvati_copiii_oradenet.pdf

Acest lucru poate fi rezultatul unei creșteri a numărului și diversității influencerilor pe platforme precum YouTube, Instagram și TikTok. Mai mult decât atât, în 2023, copiii menționează că rețelele sociale îi ajută să își confirme valorile și interesele. Acest lucru poate fi influențat de schimbările în conținutul și scopul utilizării rețelelor sociale, de la simpla socializare la exprimarea identității și valorilor personale.



Rețelele de socializare online au devenit populare în 2003, o dată cu lansarea unor website-uri ca "Friendster", "MySpace" sau "LinkedIn". De atunci și până în ziua de azi, din ce în ce mai multe rețele de socializare sunt create pe Internet. Ele funcționează fie ca spații online generale, fără să urmărească un anumit domeniu de interes și pun laolaltă adolescenți și adulți, oameni obișnuiți și figuri publice, profesioniști și amatori. Dar ele pot deveni și adevărate "cluburi private" care se specializează și se adresează unor zone de interes specifice (comunități comerciale, științifice, culturale sau artistice, partide politice, organizații profesionale, divertisment etc.). Astăzi, numărul lor a crescut extrem de mult, atât din punct de vedere al diversității, cât și al numărului de utilizatori. Oamenii, indiferent de vârstă, loc sau nivel de educație, folosesc simultan diferite platforme de social media, diferite programe și aplicații online, la fel cum consumă o varietate mijloace de informare (televiziune, ziare, cărți, filme etc.). Vorbim astfel de o "dietă diversificată" a obiceiurilor de informare și divertisment specifice mediului online, dar și de o comunicare de tip "multichannel" – anume, din mai multe surse, chiar concomitent (și servicii de mesagerie instant, și contul de pe o platformă de socializare online, și un program de știri care rulează la radio, la televiziune sau pe telefonul smart).

”Cu inima strânsă vă spun că acasă toți patru ne verificăm telefonul tot timpul, ne gândim că poate ne-a scris cineva și nu am văzut, poate a sunat careva și nu am auzit. Parcă telefonul ne strigă! Nu știu unde vom ajunge...” Aurelia, părinte, 46 ani.

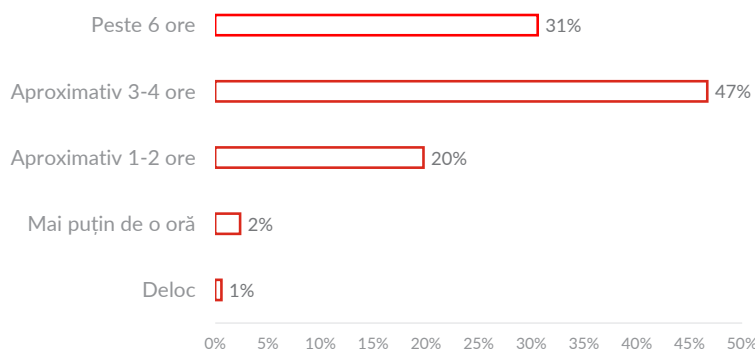
”Verificarea” a ceea ce se întâmplă în spațiul virtual a devenit pentru cei mai mulți tineri (și nu numai) o obișnuință, un reflex mecanic, repetitiv, fără a avea un scop în sine (cum ar fi așteptarea unui mesaj important, căutarea unor informații în scop profesional sau educațional, răspunsul urgent la problemă importantă etc.).¹⁷

Creșterea utilizării platformelor de socializare

Evoluția remarcabilă a smartphone-urilor le-a transformat din simple dispozitive de comunicare în adevărate hub-uri pentru accesul la internet și conectivitate globală. Utilizatorii, totuși, trebuie să fie conștienți de potențialul lor dublu: pe de o parte, oportunitățile nenumărate pe care le oferă pentru accesul la informație și comunicare rapidă, iar pe de altă parte, riscurile privind intimitatea, securitatea datelor și dezvoltarea dependenței. Conform Studiului privind impactul fenomenului cyberbullying¹⁸ asupra copiilor și adolescenților București, 2023, 77 % dintre respondenți afirmă că petrec cel puțin 3 ore zilnic, pe internet, iar fetele afirmă într-o măsură semnificativ mai ridicată că petrec peste 6 ore online, comparativ cu băieții.

Utilizare internet

Câte ore petreci în fața unui ecran, pe toate dispozitivele, într-o zi obișnuită?



77 % dintre copiii afirmă că petrec cel puțin 3 ore zilnic, pe internet.

Doar 2% dintre copiii afirmă că navighează pe internet mai puțin de o oră într-o zi obișnuită.

Fetele afirmă într-o măsură semnificativ mai ridicată că petrec peste 6 ore online, comparativ cu băieții, la fel adolescenții comparativ cu copiii de vârstă mai mică.



¹⁷ Digital Around the World, accesibil la <https://datareportal.com/global-digital-overview#:~:text=A%20total%20of%205.07%20billion,12%20months%20to%20October%202022.>

¹⁸ Studiu privind impactul fenomenului cyberbullying asupra copiilor și adolescenților, 2023, București: Organizația Salvați Copiii, https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/studiu_cyberbullying_2023_salvati_copiii_oradenet.pdf

Totodată, aceste date au fost aduse în prim-plan și în cadrul Conferinței pe tema bunăstării digitale din 15 mai 2023, unde specialiști precum Bogdan Oprea, cadru universitar, Universitatea București, au vorbit despre datele științifice¹⁹ recente care arată că românii petrec, în medie, aproximativ 7h și 3 minute folosind internetul, după perioada pandemică. Pe lângă schimbările și inovațiile tehnologice, cu care este uneori imposibil ca societatea să țină pasul, una dintre cele mai importante diferențe este dată de ușurința cu care orice persoană, indiferent de vârstă, are acces la lumea online datorită telefoanelor mobile. Această ușurință a adus atât beneficii, precum conectarea cu familia și prietenii, dar și provocări, cum ar fi expunerea la conținut inadecvat sau interacțiuni online nesigure, necesitând astfel eforturi suplimentare pentru a-i proteja pe cei mici de potențialele riscuri.

Pe lângă posibilitatea de a avea propriul telefon, părinții oferă adesea **acces nelimitat copiilor** la propriul smartphone, care nu include limitări, filtre pentru conținut sau permisiuni necesare pentru accesarea anumitor site-uri. Deși accesul copiilor la telefoanele părinților poate avea avantaje în ceea ce privește unele modalități de petrecere a timpului liber, este esențial ca părinții să stabilească limite și să ofere supraveghere în mediul online. **Educația digitală și comunicarea deschisă** cu privire la utilizarea responsabilă a tehnologiei ar trebui să fie priorități pentru a se asigura că cei mici se bucură de beneficiile dispozitivelor mobile fără să fie expuși la riscuri inutile sau conținut inadecvat pentru nivelul lor de dezvoltare.

Principalele tipuri de rețele de socializare online

- **Facebook.com** - este o rețea socială online creată de către Mark Zuckerberg în 2004 pentru a oferi posibilitatea de a contacta persoane apropiate, dar și persoane încă necunoscute. Rămâne una dintre cele mai răspândite și populare platforme de comunicare online, deținute de compania Meta din care mai fac parte și
- **WhatsApp, Instagram și Messenger.** În prima parte a anului 2023, Facebook a înregistrat 2064 de miliarde de utilizatori activi, o creștere semnificativă datorată introducerii unor noi funcții: Reels (promovată și pe Instagram, care primește 200 de milioane de redări/zi pe toate aplicațiile) și Threads (care a depășit 70 milioane de utilizatori la doar 2 zile de la lansare). În România, Facebook înregistrează aproximativ 12,24 milioane de utilizatori, în anul 2023, în scădere față de anul 2022 când s-a atins un vârf de 13 milioane, conform datelor oferite de Statista.com ²⁰Dispozitivele mobile sunt preferate

19 Studiu cu privire la ce caută utilizatorii cel mai des pe Internet, dar și câte ore petrec pe telefon, Atlas VPN.

20 Number of Facebook users in Romania from August 2020 to March 2023, 2023, accesibil la <https://www.statista.com/statistics/1178634/romania-number-of-facebook-users/>

în accesarea rețelelor sociale, în special pentru adolescenți și copii.²¹

- ▶ **Instagram** - Instagram a fost fondată de Kevin Systrom și Mike Krieger, dar a fost cumpărată de Facebook în 2012 pentru o sumă de aproximativ 1 miliard de dolari. De atunci, platforma a suferit multe schimbări, adăugând numeroase caracteristici și funcții noi. Este una dintre cele mai îndrăgite și populare rețele sociale online pentru ușurința cu care se pot distribui și încărca imagini și videoclipuri scurte, dar și pentru facilitățile oferite în editarea și crearea acestora.
- ▶ Statisticile indică faptul că Instagram are aproape 6 milioane de utilizatori în România la începutul anului 2023, conform Statista.com. Cu toate acestea, numărul de utilizatori este probabil să fie mult mai mare, întrucât Instagram restricționează utilizarea platformei sale la persoanele cu vârsta mai mică de 13 ani.
- ▶ **TikTok** este aplicația mobilă care le permite utilizatorilor să creeze, dar și să urmărească clipuri video timp de 15 secunde. Clipurile urmărite pe TikTok au pe fundal fragmente din piese muzicale, iar protagoniștii ajung în centrul atenției urmăritorilor. Începând din 2017 este deținută de compania din chineză Byte Dance. TikTok a devenit tot mai populară, preferată în special de tineri, începând cu 2019 ajunsese în top 3 al celor mai descărcate aplicații din lume.
Aplicația TikTok este, în primul rând, o aplicație care se bazează pe un conținut muzical. Toate clipurile încărcate pe TikTok sunt formate dintr-o combinație de dans și mimă pe piese deja foarte cunoscute, realizate pentru a capta atenția publicului. TikTok a ajuns la 7,58 milioane de utilizatori, cu vârsta peste 18 ani, în România, la începutul acestui an, conform datelor companiei mama ByteDance. De la începutul lui 2022 până în 2023, creșterea a fost de 1,2 milioane de utilizatori.²²
- ▶ **WhatsApp** este o aplicație deținută tot de compania Meta, un serviciu gratuit de mesagerie și apelare video, asigurând protecția și siguranța conversațiilor, atât între 2 persoane, cât și în grupuri, având diferite funcții specifice în acest sens. Înregistrează un număr de peste 2 miliarde de utilizatori la nivel mondial și este în topul preferințelor utilizatorilor din România tocmai datorită ușurinței cu care poate fi folosită atât de pe dispozitivele mobile, cât și de pe cele de tip desktop, chiar dacă conexiunea la internet este lentă.

21 Consumer Report 2022, 3 februarie 2023, accesibil la <https://dataintelligence.ro/consumer-report-2022-edition/>

22 Digital 2023: Romania, 18 februarie 2023, Kemp, S., 2023, accesibil la <https://dataportal.com/reports/digital-2023-romania>

- ▶ YouTube este un site american de partajare de videoclipuri pe internet, cu sediul în San Bruno, California. Serviciul, lansat în februarie 2005 de Steve Chen și Jawed Karim, a fost cumpărat de Google în octombrie 2006 pentru 1,65 miliarde de dolari. De la lansarea sa, YouTube a devenit unul dintre cele mai mari motoare de căutare de pe internet, primind miliarde de spectatori în fiecare zi. Bineînțeles, este folosit de oameni din întreaga lume într-o multitudine de moduri, de la divertisment la marketing și interacțiune socială. Este o platformă online de partajare de clipuri video folosită de miliarde de utilizatori din întreaga lume pentru a publica și viziona clipuri video și pentru a interacționa cu creatorii. În medie, 100 de ore de videoclipuri sunt încărcate pe YouTube în fiecare minut, ceea ce înseamnă că există întotdeauna ceva nou pe care oamenii pot să-l urmărească. Diversitatea conținutului îl face, de asemenea, atractiv, de la lecții de știință amuzante, sfaturi rapide de modă, demonstrații de gătit excentrice, până la pisici adorabile și mult mai mult conținut.
- ▶ LinkedIn.com - LinkedIn reprezintă o rețea cu scop profesional: punerea în legătură a profesioniștilor din întreaga lume, pentru a le spori productivitatea și reușitele. Practic, profilul fiecărui utilizator este ca un CV în miniatură, alături de informații privind interesele sale profesionale, locuri de muncă sau educație. Numărul de utilizatori LinkedIn în România a variat de-a lungul timpului, însă din martie 2023, numărul persoanelor care foloseau rețeaua profesională în cauză a fost măsurat la 3,77 milioane de utilizatori, cel mai mare de până acum.

Fascinația platformelor digitale de socializare

Tinerii folosesc cu precădere platformele Instagram, Tik Tok, YouTube, iar părinții aud multe lucruri negative despre acestea. Într-adevăr, pot apărea frecvent imagini care te fac să te simți inconfortabil, informații contrafăcute, diverse invitații la cumpărarea unor produse sau servicii promovate de o largă diversitate de persoane (*influenceri*), dar și schimburi de replici tăioase, comentarii nepotrivite, atacuri la persoană și chiar certuri care se extind în viața reală, dar aceste rețele rămân principala modalitate pentru adolescenți să comunice cu prietenii, să își dezvăluie interesele, să se informeze și să se distreze.

În general, adolescenții nu își pot imagina viața fără a folosi internetul și platformele de socializare online, resimțând o mare presiune socială să le folosească și să fie activi, fapt conștientizat în perioada pandemică, dar care se datorează și nevoii lor acute de a fi "sociali" în universul virtual. Astfel, cu echilibru, dacă sunt folosite într-un mod responsabil, pot reprezenta un instrument util și distractiv prin care tinerii să păstreze legătura cu prietenii lor, să afle diferite informații de interes, să își petreacă timpul

liber. În același timp, părinții aud de multe ori povești despre adolescenți care folosesc aceste platforme în mod greșit și devin îngrijorați pentru copiii lor care ar putea să devină mult prea preocupați de micile neînțelegeri care se iscă în lumea virtuală. Lucrul pe care părinții trebuie să îl aibă în vedere este că acest website nu reprezintă o problemă în sine, și că important este felul în care el este folosit. De aceea este foarte important să discutăm cu tinerii și copiii despre comportamentul responsabil pe internet. Acestea fiind spuse, există foarte multe alte aspecte care țin de siguranța și confidențialitatea pe internet de care trebuie să fim conștienți. Adolescenții își pot posta locația lor fizică, spunând unde sunt și invitându-și prietenii să li se alăture. Chiar și prietenii care nu au conturi pe una dintre aceste rețele pot fi marcați (tag) într-o locație sau etichetați (într-un anume loc sau cu prilejul unei anume activități). Această opțiune ar trebui dezactivată când vorbim despre copii.

Aceste rețele pot expune copiii la comentarii nedorite, la un conținut cu un caracter îndoielnic (diferite trucuri de vindecări minune, povești/story-uri agresive etc.) atât din partea prietenilor, cât și din partea unor persoane necunoscute. Acestea se pot transforma în dispute care se infiltrează și în viața reală a copiilor și îi afectează creându-le stări de tensiune. Poate cea mai spinoasă problemă sunt fotografiile personale, gândurile sau sentimentele care, odată expuse, nu mai sunt sub controlul celui care le-a transmis.

Adolescenții care folosesc rețelele de socializare online și Internetul creează o amprentă digitală care poate rămâne activă o lungă perioadă de timp și având în vedere impulsivitatea adolescenților, ei pot să facă sau să spună lucruri pe care să le regrete mai apoi. Este foarte ușor pentru alți prieteni să dea mai departe orice conținut postat de un adolescent – chiar și conversațiile (print-screen-uri, de exemplu, din conversațiile private). Ceea ce poate părea amuzant într-un anumit moment, poate, de asemenea, să afecteze viața personală și profesională mai târziu.

Setările de confidențialitate și limitele de vârstă în utilizarea platformelor sociale

Dacă un adolescent are propria pagină pe o platformă, este important ca dumneavoastră să stați alături de el și împreună să revizuiți setările sale de siguranță. Cel puțin la început! Pe lângă acest lucru, e bine să oferiți informații cu privire la motivele pentru care e vital să ne controlăm informațiile personale, să citim și să respectăm termenii și condițiile platformelor. Odată ce o informație este postată, ea scapă de sub controlul adolescentului – poate fi copiată, salvată sau dată mai departe altor persoane (chiar și în cazul unui profil privat).

” Cum pot să-mi fac un cont pe social media fără ca părinții să știe?
Toți colegii și prietenii de la bloc au. Cum să fac? **Mihai, 11 ani, Iași**

Prin crearea unei pagini sau a unui cont și familiarizarea cu setările acestora, dar și cu modalitățile de a apela la specialiști și de raportare (a unui conținut dăunător, a unor persoane nedorite), puteți să ajutați adolescenții să navigheze pe Internet într-un mod responsabil. Găsiți mai jos câteva sfaturi care v-ar putea ajuta să navigați prin acest teritoriu nou. Internetul a devenit, de asemenea, definit prin prisma platformelor sociale, prezența copiilor în astfel de medii crescând semnificativ, de multe ori limitările de vârstă impuse fiind ignorate. Majoritatea platformelor sociale dispun de politici elaborate cu privire la utilizarea acestora de către minori, dar, din păcate, prea puțini adulți iau în calcul aceste norme cu caracter de recomandare.

- **Facebook și Instagram** solicită ca utilizatorii săi să aibă cel puțin 13 ani pentru a putea crea un cont. Crearea unui cont cu informații false constituie o încălcare a condițiilor de utilizare. Aici se încadrează conturile înregistrate în numele unui copil cu vârsta mai mică de 13 ani. Mai multe detalii pot fi consultate accesând <https://www.facebook.com/help/157793540954833> https://www.facebook.com/help/instagram/517920941588885/?helpref=uf_share
- Aplicația **Snapchat** prevede în cadrul Termenilor și condițiilor „Serviciile noastre nu sunt adresate copiilor cu vârsta sub 13 ani și trebuie să confirmați că aveți 13 ani sau mai mult atunci când creați un cont și utilizați Serviciile.” <https://snap.com/ro-RO/terms> Totuși, în România, chiar și preșcolarii o folosesc, utilizând filtrele specifice, fără control din partea părinților.
- **WhatsApp**, platforma folosită în majoritatea contextelor sociale, prevede vârsta minimă pentru zona europeană ca fiind **16 ani**. https://faq.whatsapp.com/695318248185629/?locale=ro_RO
- **Discord**, limitările sunt la 16 ani în cazul utilizatorilor români. <https://support.discord.com/hc/en-us/community/posts/360050817374-Age-restriction>
- **TikTok** prevede ca vârsta minimă de utilizare 13 ani. Informații utile pot fi consultate la adresa <https://www.tiktok.com/legal/page/eea/terms-of-service/ro>
- **YouTube** prevede și posibilitatea de a utiliza YouTube Kids, și, de asemenea, conturile copiilor peste 13 ani pot fi supravegheate de către părinți. Detaliile complete pot fi consultate la adresa <https://support.google.com/families/answer/10495678?hl=ro>
- **Twitch** - Serviciile Twitch nu sunt disponibile persoanelor sub 13 ani.

În România, există anumite consecințe legale pentru încălcarea termenilor și condițiilor unui site sau rețele de socializare, în special în ceea ce privește vârsta legală. Încălcarea acestor reguli poate avea următoarele consecințe legale în țara noastră:

1. Site-urile și rețelele de socializare pot avea politici și reguli proprii în privința vârstei minime pentru utilizatori. Încălcarea acestor reguli și crearea unui cont fără a avea vârsta legală, poți fi pasibil de sancțiuni civile, cum ar fi plata unor despăgubiri sau amenzi.
2. În conformitate cu **Regulamentul General privind Protecția Datelor (GDPR)**, platformele online trebuie să protejeze datele personale ale utilizatorilor. Dacă creezi un cont pe un site fără a avea vârsta legală, acest lucru poate duce la încălcarea drepturilor tale de confidențialitate și poate implica sancțiuni legate de protecția datelor personale.
3. În cazuri grave în care încălcarea termenilor și condițiilor unui site implică activități ilegale, se pot aplica sancțiuni penale, în funcție de gravitatea încălcării și de legile aplicabile.

B. Repere de conduită pentru utilizarea platformelor sociale în siguranță

Important este să discutați constant cu elevii despre **regulile de conduită pe platformele de socializare** pentru a-i ghida în utilizarea responsabilă a mediului online. Aceste reguli includ:

1. Îndrumați elevii să îi trateze cu respect și considerație pe ceilalți utilizatori, să evite limbajul ofensator și să fie conștienți de impactul cuvintelor lor atât în mediul offline, cât și online.
2. Explicați-le importanța păstrării informațiilor personale în siguranță, și consecințele dezvăluirii acestora pe platformele sociale.
3. Încurajați-i să **verifice sursele și să evite distribuirea de informații false, total inventate, neverificate.**
4. Promovați educația despre siguranța online și ajutați-i să conștientizeze riscurile și consecințele utilizării necorespunzătoare a platformelor sociale.
5. Subliniați importanța respectării **termenilor și condițiilor platformei**, inclusiv a regulilor privind drepturile de autor și conținutul inadecvat.

6. Învățați elevii să raporteze imediat comportamentele abuzive sau hărțuirea online și să-și informeze părinții despre astfel de incidente.
7. Ajutați-i să înțeleagă că ceea ce postează online le poate afecta viața lor din online, cât și din offline, încurajându-i să contribuie la un mediu online mai prietenos.

În concluzie, părinții și profesorii care susțin respectarea restricțiilor de vârstă pe platformele sociale, își pot ajuta copiii să navigheze în mod sigur și responsabil în lumea digitală. Prin această abordare se poate crea un mediu online mai sănătos și care promovează dezvoltarea echilibrată și educarea pentru utilizarea responsabilă a tehnologiei. Impunerea restricțiilor de vârstă îi protejează pe copii de expunerea prematură la conținut inadecvat, precum violență, conținut sexual sau limbaj nepotrivit. Pe de altă parte, îi poate încuraja pe copiii să petreacă mai mult timp interacționând față în față, dezvoltând abilități de comunicare și relații interpersonale sănătoase în mediul offline.

Nu este surprinzător că mulți adulți nu reușesc să țină pasul și încearcă adesea să protejeze copiii limitându-le timpul petrecut online într-un mod pe care copiii îl consideră a fi nerealist. În urma studierii tendințelor în această privință, este importantă înțelegerea de către orice utilizator, a importanței echilibrului între viața online și cea offline, a calității activităților întreprinse în acest timp și a educării continue cu privire la beneficiile pe care utilizarea internetului le aduce, nu doar asupra elementelor negative.



Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

*Cu cine pot colabora?
La ce clasă aplic?*

Titlul Activității: Detectivi în lumea digitală

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 50 min.

Desfășurarea activității: Lansați provocarea în rândul elevilor ca timp de câteva zile să analizeze conținutul online postat de utilizatorii platformelor sociale pe care și ei au cont, semnalizând comportamentele inadecvate, abuzive sau conținutul nepotrivit. Încurajați-i să argumenteze de ce consideră aspectele selectate a fi nepotrivite, și să prezinte câteva modalități prin care ar putea să se protejeze de potențialele riscuri de pe Internet. În acest mod le veți stârni interesul de a explora și utiliza noile tehnologii în mod responsabil.

Recomandare pentru ședințele cu părinții

De reținut!

Titlul Activității: Explorând lumea din mediul online a copiilor și adolescenților

Scopul Activității: Această activitate are ca scop implicarea părinților în explorarea și înțelegerea lumii online a copiilor lor, precum și promovarea unui dialog deschis cu aceștia, cu privire la conținutul postat pe rețelele de socializare.

Desfășurarea activității: Profesorul oferă o introducere în importanța conștientizării și înțelegerii activității copiilor pe social media, și evidențiază aspectele legate de confidențialitate și setările de securitate. Se pot arăta exemple de conținut postat în acest mediu, și cum acesta poate fi interpretat în moduri diferite. Părinții sunt încurajați să poarte un dialog deschis despre provocările și preocupările legate de efectele vizualizării conținutului dăunător postat pe rețelele de socializare și despre modul în care pot fi gestionate aceste aspecte în mod responsabil. Profesorul încheie activitatea subliniind importanța dialogului și a înțelegerii în relația cu copiii și invită părinții să fie mai conectați cu lumea online a copiilor lor. Această activitate îi va ajuta pe părinții să înțeleagă mai bine experiența online a copiilor lor, că este important să le respecte intimitatea și să se evite orice judecăți negative sau critici severe față de copii. O resursă informațională importantă pentru părinți este Anexa 7, unde sunt prezentate activități de petrecere a timpului de calitate împreună cu copiii. Pentru mai multe informații, accesați ghidul [Descoperirea Bucuriei Offline](#) disponibil pe website-ul www.oradenet.ro.



VII. RISCURI ONLINE PENTRU COPII ȘI TINERI PE INTERNET

În vremurile digitale actuale, social media reprezintă un aspect semnificativ al vieții noilor generații, deoarece acestea oferă oportunități de comunicare, exprimare creativă și conectare cu diverse persoane. În ciuda acestui fapt, pe rețele de socializare pot fi întâlnite și pericole care pot afecta bunăstarea copiilor și adolescenților. Spre exemplu, unul dintre riscurile principale este expunerea la conținut online cu caracter dăunător. Accesând social media, copiii și tinerii pot fi expuși la imagini, videoclipuri sau mesaje care pot fi traumatizante, violente sau sexualizate. Această expunere poate avea un impact negativ asupra dezvoltării lor emoționale și poate duce la probleme de sănătate mentală, având repercusiuni chiar și în viața de adult. Copiii pot risca să devină victimele mai multor fenomene actuale, precum cyberbullying-ul, hărțuiri constante cu autori anonimi, amenințări, toate acestea având un puternic impact asupra percepției de sine, a stimei de sine, a încrederii în sine, și a performanței școlare.

Manipularea prin publicitate reprezintă un alt risc al rețelelor sociale. Copiii și tinerii pot deveni obiectivul unor strategii de marketing agresive, care îi determină să achiziționeze anumite produse sau să preia anumite comportamente din mediul online. Această manipulare poate avea un impact negativ asupra finanțelor familiei și poate promova obiceiuri nesănătoase.

Este important de menționat că acestea nu sunt singurele probleme care pot apărea în viața de zi cu zi, în momentul petrecerii timpului tinerilor pe rețelele de socializare. Riscurile sunt diverse și recurente, astfel încât este important să fim informați cu privire la prezenta acestora pe rețelele de socializare, precum și la modalitățile de a le gestiona corect.

A. Timpul excesiv petrecut în mediul online

Studiul privind utilizarea rețelelor de socializare de către copii și adolescenți realizat de Organizația Salvați Copiii în iunie 2023²³ prezintă rezultate îngrijorătoare cu privire la timpul petrecut în mediul online, dar și cu privire la conduita pe platformele sociale.

Lumea online, fiind o parte atât de mare din viața tinerilor de astăzi, poate avea un impact emoțional puternic asupra lor, a stimei de sine și a modului în care devin adulți. Astfel, este esențial să îi ghidăm în procesul de înțelegere a rolului telefonului,

23 Studiu privind utilizarea rețelelor de socializare de către copii și adolescenți Iunie 2023, Organizația Salvați Copiii România, accesibil la https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/rezultatele_cercetarii_conduita_copiilor_in_online.pdf.

canalelor sociale și inclusiv a jocurilor video, pentru o dezvoltare armonioasă pe toate planurile. Având în vedere experiența tinerilor și copiilor din generațiile actuale ca nativi digitali, legați încă din primii ani de viață de tehnologie, părinții, profesorii și toți participanții la viața socială sunt responsabili de a le fi alături într-un mod cât mai benefic și adaptat prezentului.

” „Am o fiică de 10 ani și în ultima perioadă s-a deschis des subiectul de a-i oferi un telefon. Eu am luat decizia de a amâna acest lucru deoarece consider că este încă prea mică, dar ea se plânge că este singura din grupul ei de prieteni fără telefon.”, **părinte, 35 ani, Arad**

Este cunoscut faptul că adolescenții din zilele noastre trăiesc într-o lume complet diferită de generațiile anterioare. Relațiile dintre ei sunt mediate de chat-uri, aplicații de socializare și canale virtuale pe care profesorii sau părinții nu intră aproape niciodată. **Ne îngrijorăm uneori pentru abilitățile copiilor de a socializa în viața reală și privim zilnic cum noi și noi tehnologii le acapareză atenția și interesul - uneori în detrimentul temelor de la școală sau a timpului de calitate petrecut cu familia și prietenii.** Pentru mulți dintre ei, telefonul este cel mai bun prieten!

Utilizarea excesivă a internetului poate avea diverse simptome la copii. Aceste simptome pot varia în funcție de gradul de dependență și de impactul asupra vieții copilului:

- ✘ Copiii pot începe să petreacă din ce în ce mai mult timp online, ignorând alte activități importante sau responsabilități, cum ar fi școala, responsabilitățile casnice sau interacțiunea cu familia și prietenii.
- ✘ Copiii dependenți de internet pot să-și piardă interesul pentru activitățile pe care obișnuiau să le facă înainte, cum ar fi practicatul unui sport, hobby-urile sau lectura. Ei vor evita activitățile în aer liber și pot deveni sedentari.
- ✘ Dependența de internet poate afecta performanța școlară a copiilor. Ei pot neglija temele, pot absenta de la școală și pot avea dificultăți în concentrare și învățare.
- ✘ Copiii dependenți de internet pot deveni izolați social, renunțând la interacțiunea cu prietenii sau familia în favoarea interacțiunii online. Pot deveni retrași și ulterior, pot avea dificultăți în stabilirea și menținerea relațiilor sociale.
- ✘ Pot deveni iritabili, anxioși sau agitați atunci când sunt separați de dispozitivele lor digitale.
- ✘ Copiii dependenți de internet pot încerca să-și ascundă sau să minimalizeze timpul petrecut online. Ei pot folosi parole și pot șterge istoricul de navigare pentru a-și păstra activitățile ascunse.

- ✘ Utilizarea excesivă a dispozitivelor digitale înainte de culcare poate duce la tulburări de somn, posibil insomnii.
- ✘ Copiii dependenți de internet pot să aibă probleme de sănătate fizică din cauza stilului de viață sedentar sau a unei alimentații necorespunzătoare, deoarece petrec mult timp în fața ecranelor.
- ✘ Unii copii pot dezvolta o dependență emoțională de activitățile online sau de social media, căutând constant validare și recunoaștere din partea altora pe internet.
- ✘ Uneori, copiii dependenți de internet pot deveni agresivi sau iritabili atunci când li se limitează sau li se interzice accesul la internet.

Expunerea excesivă pe internet poate aduce în viața adolescenților, și riscul numit FOMO (*fear of missing out* - în traducere „frica de a nu rata ceva pe rețelele sociale”). Dorința de a fi permanent online maschează nevoia de a rămâne conectați din frica de a nu rata ceva important și de teama că ar putea fi lăsați pe dinafară, utilizarea rețelelor sociale în exces conducând, la modificarea unor obiceiuri zilnice sănătoase.

” „Nu știu ce să mai fac cu copilul meu, de când era mic l-am lăsat să stea pe tabletă, pentru că așa făceau toți copiii. Mă bucuram că știa să butoneze și găsea mereu informații interesante și utile. Acum, în schimb, petrece tot timpul online pe telefon, este din ce în ce mai tăcut și întârzie mereu acasă. Eu nu mă pricep la telefoane și mi-e frică să nu vorbească cu oameni nepotrivți, aveți o soluție?” Alina, 39, Craiova

Implicațiile negative asupra sănătății emoționale sunt greu de sesizat deoarece schimbările se produc treptat și pot avea diverse forme. Acestea se pot manifesta prin amplificarea anxietății sociale bazată pe prejudecata că ceilalți au vieți mai împlinite, cu reușite nenumărate, la apariția emoțiilor negative atunci când nu sunt parte a unei activități și senzația că nu pot ține pasul cu ceilalți, alimentată de întâmplări din viața reală în care lucrurile nu s-au așezat conform așteptărilor. Lipsa conexiunilor autentice cu familia și comunicarea în exces pe platformele online pot duce adolescenții în pericole precum fenomenul de grooming, definit prin acțiunea de a ademeni sau manipula un minor în mod deliberat pentru a stabili o legătura emoțională cu acesta, pentru a-i reduce inhibițiile și a-l face să se apropie de hărțuitor cu scopul de a atrage copilul în activități de exploatare sexuală.

În calitate de profesor, puteți juca un rol important în identificarea și gestionarea potențialelor probleme ce derivă din folosirea excesivă a Internetului de copii și adolescenți. Comunicarea și sprijinul pe care îl puteți oferi pot face o diferență

semnificativă în viața elevilor. Este important să fiți familiarizat cu semnele care ar putea indica dependența de internet la elevi. Aceste semne pot include scăderea interesului și a randamentului școlar, absențe frecvente, izolare socială și schimbări de atitudine. Dacă veți observa aceste semne la un elev, puteți interveni într-un mod sensibil și empatic, și sprijini elevul în gestionarea situației dificile prin care acesta trece.

O altă recomandare se referă la susținerea unor activități despre utilizarea responsabilă a Internetului și a noilor tehnologii. Încurajați elevii să dezvolte și exerseze abilitățile de alfabetizare digitală, să înțeleagă riscurile asociate utilizării excesive a internetului și să identifice sursele de informații fiabile și verificabile online. În acest mod, veți crea un mediu în care elevii se simt în siguranță să discute despre experiențele lor online și să împărtășească eventualele preocupări sau dificultăți. Alături de părinți și consilierii școlari, puteți oferi sprijin și îndrumare elevilor, inclusiv resurse sau sfaturi pentru a-i ajuta să utilizeze Internetul într-un mod sănătos.



Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

De aplicat! La ce clasă?

Ciclu de învățământ: gimnazial

Durata activității: aprox. 40 minute (10 minute împărțirea steagurilor și decuparea lor, 10 minute activitatea cu steagurile, 20 minute discuții și experiențe proprii)

Materiale necesare: lipici/scotch, foarfece pentru elevi, steagurile roșii și verzi (Anexa 4)

Desfășurarea activității:

Cadrul didactic începe activitatea prin înmânarea fiecărui elev câte o fișă cu două steaguri: un steag verde și unul roșu (Anexa 4). Pentru ca fișa să ajungă la final un steag, trebuie să fie îndoită în jumătate astfel încât cele două steaguri să se suprapună. Doar spațiul alb trebuie decupat (*Atenție! NU tăiați steagurile și legătura dintre acestea; steagurile trebuie să rămână unite pe aceeași foaie de hârtie!*). După ce spațiul alb este decupat și aruncat, cele două steaguri suprapuse pot fi lipite între ele sau cu scotch pe margine, astfel încât să rămână un singur steag cu o față roșie și una verde.

Pentru fiecare situație care urmează a fi menționată de cadrul didactic (Anexa 4), elevii vor ridica steagul cu una dintre fețe spre tablă, unde partea verde înseamnă un semn că activitatea menționată este una folositoare, iar roșu înseamnă că activitatea este dăunătoare și poate fi semn de dependență de internet, de mediul online sau de dispozitivele digitale. Trebuie reținut că acestea **nu** au scop diagnostic, ci doar educațional. După terminarea afirmațiilor, cadrul didactic va purta o discuție cu elevii despre dependența de mediul online, care sunt semnele acestuia și ce putem face dacă ne dăm seama că noi sau persoane pe care le cunoaștem au ajuns la

dependență sau utilizare excesivă a internetului. Este important ca accentul să se pună pe conștientizare, nu pe ridiculizarea, judecarea sau luarea în râs a persoanelor care se regăsesc într-un început de dependență sau chiar în dependență accentuată, ci pe suport și căutarea mijloacelor de a reveni la utilizarea sănătoasă, productivă și echilibrată a acestuia.

Variații ale activității: Steagurile pot fi folosite și pentru alte afirmații sau pentru alte tipuri de exerciții, iar o altă resursă ce poate fi folosită este Anexa 5 „Este un semn bun dacă...?”, care conține afirmații care reflectă situații benefice și dăunătoare în mediul online, afirmațiile putând fi selectate în funcție de nevoile clasei.



Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De aplicat!

Vă propunem să realizați o prezentare interactivă a unor riscuri online la care pot fi supuși copiii pe social media (*expunerea la conținut inadecvat, hărțuirea online, manipularea prin publicitate, etc*) Descoperiți împreună cu părinții o serie de bune practici privind gestionarea potențialelor riscuri selectate și prezentați recomandări practice pe care părinții le pot aplica pentru a proteja tinerii și copiii (*monitorizarea activității online, setarea de limite de timp, discuții empatică despre comportamentul online adecvat, etc.*)

Pentru a încuraja părinții să discute și să împărtășească propriile strategii și experiențe, organizați un exercițiu practic în care aceștia să lucreze în grupuri mici și să identifice posibile scenarii de riscuri online pe social media și să propună soluții pentru a le preveni. Răspundeți la întrebările și preocupările părinților cu privire la riscurile online pe social media și la protejarea tinerilor și copiilor în mediul digital. Puteți oferi resurse suplimentare, cum ar fi site-uri web, cărți sau aplicații utile pentru a-i ajuta pe părinți să înțeleagă și să implementeze măsuri de protecție adecvate.

De asemenea, puteți discuta despre posibilitatea de a participa la Serile digitale dedicate părinților, sub forma unor întâlniri online în care pot poarta un dialog deschis cu specialiștii programului Ora de net. Scopul acestor seri digitale este de a conștientiza potențialele riscuri cu care copiii se confruntă frecvent în mediul digital. Mai mult decât atât, se pot analiza noi perspective ale utilizării mediului virtual, aducând la masa dezbaterilor nevoia de educație digitală, care contribuie la menținerea stării de bine și echilibru.

Provocare pentru toate vârstele - Deconectați-vă pentru câteva ore de mediul online: de mesaje, de apeluri și de rețelele de socializare. Petreceți un timp fără internet, în familie, cu prietenii, în parc sau participând la activități culturale, recreative sau de voluntariat. Vă poate veni în sprijin notara unui jurnalul de vacanță. Luați în considerare că nu este nevoie să lăsați telefonul acasă sau să îl închideți, deși ar fi ideal să procedați și în acest fel. Este totuși de ajuns dacă îl lăsați în ghiozdan, îi

activați modul avion sau modul „nu deranjați” pentru a acorda importanță oamenilor cu care comunicați față în față și pentru a petrece timp de calitate cu ei. Poate fi dificil la început ca urmare a dependenței care se instalează odată cu utilizarea dispozitivelor digitale, motiv pentru care este utilă reconectarea treptată la realitate, petrecerea timpului în natură, împreună cu oamenii semnificativi din viețile noastre. O detoxifiere de tehnologie este întotdeauna binevenită!

B. Protecția datelor cu caracter personal

Cea mai importantă problemă pe care o ridică utilizarea rețelelor sociale o reprezintă protecția datelor cu caracter personal. Respectul pentru viața privată și protecția datelor cu caracter personal sunt două elemente esențiale în societatea contemporană bazată pe utilizarea tehnologiilor moderne de informare și comunicare. Deși nenumărate coduri etice și dispoziții legale garantează respectul pentru informațiile personale, în mediul online, acest lucru este mai dificil. Orice informație postată online va rămâne accesibilă, cel mai probabil pentru totdeauna. Din acest motiv, este foarte important să fie acordată o atenție sporită, momentului în care se comunică online elemente de identitate, fie prin e-mail, mesaje sau pe rețelele de socializare. Copiilor trebuie să li se explice ce informații reprezintă date cu caracter personal, când acestea pot fi sau nu transmise, care sunt situațiile când ele nu vor fi niciodată dezvăluite și ce consecințe există când nu respectăm regulile de protecție a informațiilor confidențiale.

Datele personale sunt datele proprii unei persoane, folosite pentru identificarea acesteia și care au un caracter privat, fiind reprezentate de: nume și prenume, codul numeric personal, data nașterii, adresa fizică sau electronică, numerele de telefon, naționalitatea, limba, sexul, contul bancar, amprente, înregistrarea vocii, fotografiile, adresa IP6, școala și clasa din care fac parte, programul familiei etc. Datele personale permit ușor identificarea unei persoane fie direct, fie prin alăturarea mai multor elemente de informație.

De ce datele cu caracter personal trebuie protejate?

Într-o lume în care informația capătă o valoare din ce în ce mai mare, datele personale devin o monedă de schimb, mai ales prin intermediul rețelelor de socializare. Iar în grupul țintă al celor interesați de colectarea acestor informații sunt incluși și copiii, și în mod special, adolescenții și tinerii, mai vulnerabili la tentativele de obținere frauduloasă a datelor personale prin intermediul Internetului. Companiile care dețin rețelele de socializare s-au specializat în colectarea de informații, pentru o publicitate mai bine țintită în funcție de particularitățile utilizatorilor. De asemenea, numărul site-urilor piratate (false) este în creștere, creând un pericol serios la adresa securității datelor postate online.

Imaginile încărcate pe diferite site-uri sau rețele de socializare pot fi preluate cu ușurință, iar dacă acestea conțin elemente clare de identificare a domiciliului sau programului familiei, situația devine gravă atât pentru adolescent, cât și pentru membrii familiei. Fotografii compromițătoare se pot transforma în viitor în obstacole la angajare sau vor afecta imaginea publică a tânărului. Nu în ultimul rând, folosirea fără discernământ a datelor bancare pentru achiziționarea online de bunuri sau servicii reprezintă o amenințare serioasă la adresa securității financiare a familiei.

Pentru părinți și educatori devine important să aducă în discuție cu copiii situații în care au postat în mediul online informații, sau sunt/au fost tentați să le folosească în activitatea lor digitală. Modul în care aceste date sunt obținute și prelucrate, scopurile pentru care ele sunt colectate, riscurile postării datelor confidențiale sunt câteva dintre subiectele de dezbatere pe care le puteți organiza în cadrul școlii. Explicațiile clare și exemplele oferite chiar din experiența lor directă îi pot ajuta să adopte un comportament preventiv pentru o mai bună protecție a datelor și imaginii lor personale.

Comportamentul online al adolescenților privind dezvăluirea datelor personale

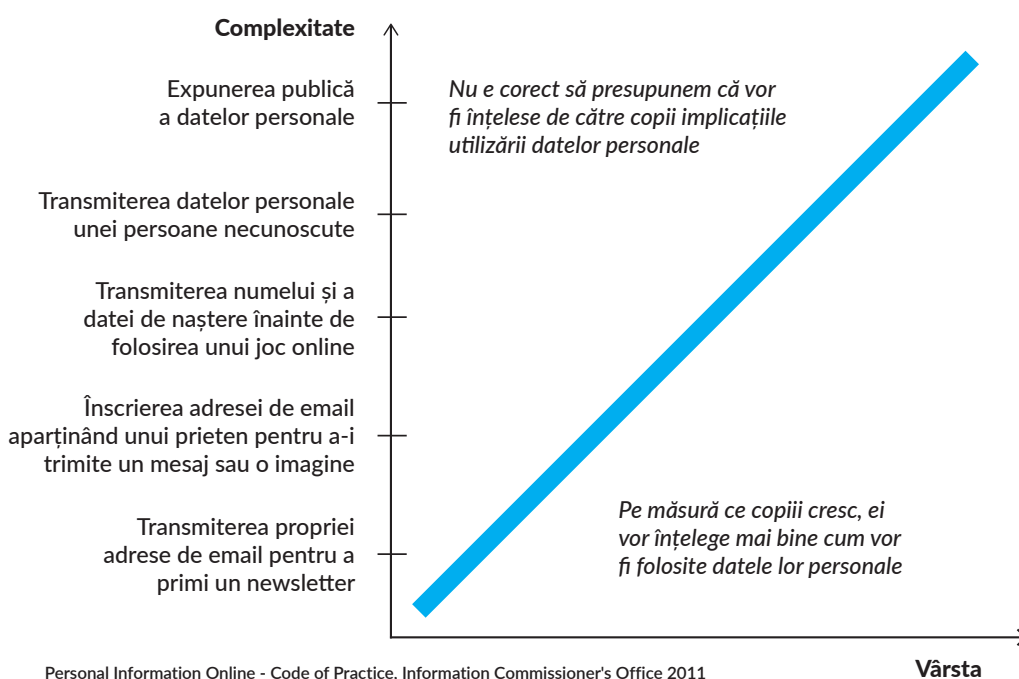
Informațiile cu caracter personal pot fi colectate sub diferite forme, voluntar sau ca o condiție de acces la un joc, site sau o comunitate online.⁷ Navigarea online presupune întotdeauna un schimb de date digitale între calculatorul utilizatorului și serverul pe care se află site-ul accesat, iar aceste date conțin un cod unic de identificare al calculatorului utilizatorului (IP), care permite identificarea abonatului și a adresei fizice a acestuia. Dacă setările de confidențialitate nu sunt activate, fiind pe modul "public" orice utilizator activ pe acea rețea va avea acces la toate informațiile postate. Dacă doar accesul prietenilor la toate datele proprii este permis, informațiile postate vor deveni accesibile și altor persoane, necunoscute adolescentului și prietenilor acestuia.

Transmiterea informațiilor personale pentru îndeplinirea unor condiții de acces, introduse în formularele de înscriere care nu reprezintă o obligație pentru utilizator, se poate regăsi în următoarele cazuri:

- ▶ Pentru crearea unei adrese de e-mail sau a unui cont pe o rețea de socializare.
- ▶ La înscrierea pe un site cu jocuri sau pe un forum de discuții, când le sunt solicitate adresa de e-mail, numele și prenumele, numele de utilizator, adresa, număr de telefon etc.
- ▶ Când, pentru descărcarea unei sonerii de apel pentru telefonul mobil, a unei melodii,
- ▶ imagini sau joc, le sunt solicitate e-mailul sau numărul de telefon.
- ▶ În procesul navigării, istoricul acțiunilor copilului este înregistrat în fișiere de mici

- › dimensiuni numite "cookie(s)", care pot servi la cunoașterea comportamentului online și direcționarea mesajelor publicitare în funcție de acest parametru.
- › Comentariile făcute pe blog-uri, schimbarea statusului sau postarea unei fotografii pe
- › contul propriu, numele utilizatorului, va fi asociat conținutului accesat prin căutarea pe Google, mai ales dacă setările de confidențialitate nu sunt atent controlate.

Persoanele care nu sunt logate pe Facebook au acces la informațiile postate, dacă audiența setată este "Publică", inclusiv la următoarele informații: nume, imaginea de profil, coperta, sex și rețele.



Deși nu este în intenția adolescenților să dezvăluie date personale necunoscuților, aflați în fața monitorului, mulți dintre adolescenți acceptă cu ușurință furnizarea detaliilor privind identitatea lor sau a familiei pentru a-și crea rapid o adresa de e-mail, pentru participarea la un concurs online sau pentru a intra în posesia unui cadou. De asemenea, adolescenții și tinerii cu conturi pe rețelele de socializare au tendința de a posta o multitudine de informații cu caracter personal.

Vă propunem un exercițiu pentru a-i ajuta pe elevii adolescenți să rămână vigilenți atunci când, folosind Internetul, li se cer informații personale: tastați pe motorul de căutare Google numele unora dintre elevi pentru a le demonstra câte informații și imagini putem obține cu privire la persoana lor. După aceea, cereți elevilor să reflecteze la întrebările următoare: *Ce date sunt strict confidențiale? Își doresc ca aceste informații să fie accesibile tuturor? Profesorii pot afla aceste lucruri despre ei? Dar un viitor angajator?*

Consimțământul părinților/ responsabililor legali privind utilizarea datelor personale ale minorilor

Pentru oricare dintre situațiile de mai jos, copiii și adolescenții trebuie învățați să ceară consimțământul părinților:

- Dezvăluirea numelui și adresa de reședință unei persoane necunoscute, de exemplu, ca parte a termenelor și condițiilor de participare la o competiție;
- Folosirea elementelor de identitate pentru scopuri publicitare;
- Postarea imaginii copilului pe un website public;
- Colectarea de date personale aparținând membrilor familiei sau prietenilor, făcând excepție datele de contact ale părinților cerute pentru obținerea consimțământului.

Siguranța și drepturile online: ce spune legea?

De reținut!

Legislația privind protecția datelor personale, cum ar fi Regulamentul General privind Protecția Datelor (GDPR) în Uniunea Europeană, impune cerințe riguroase pentru colectarea, stocarea și prelucrarea datelor personale. Aceste reglementări asigură că datele personale ale utilizatorilor sunt protejate și că aceștia au un control real asupra modului în care sunt utilizate. Regulamentul General privind Protecția Datelor (GDPR) se aplică tuturor entităților care colectează, stochează sau prelucrează date personale ale rezidenților din Uniunea Europeană, indiferent de locația fizică a organizației. Prin urmare, toate companiile, indiferent de locul în care își au sediul, sunt obligate să respecte cerințele GDPR în momentul în care prelucrează datele personale ale cetățenilor UE.

Regulamentul GDPR se fundamentează pe șase principii esențiale pentru prelucrarea datelor personale. Aceste principii includ respectarea legii, asigurarea unei abordări echitabile și transparente, limitarea scopului prelucrării, minimizarea datelor, menținerea exactității, limitarea stocării și garantarea integrității și confidențialității. (notă de subsol: *art 5, Regulamentul (UE) 2016/679 al Parlamentului European și al Consiliului din 27 aprilie 2016 privind protecția persoanelor fizice în ceea ce privește*

prelucrarea datelor cu caracter personal și privind libera circulație a acestor date și de abrogare a Directivei 95/46/CE (Regulamentul general privind protecția datelor).

Același cadru legal impune cerințe precise privind obținerea consimțământului pentru prelucrarea datelor personale. Organizațiile sunt obligate să obțină un consimțământ explicit și informat din partea persoanelor vizate și să le ofere posibilitatea de a-și retrage consimțământul în orice moment.



Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

*Cu cine pot colabora?
La ce clasă aplic?*

Titlul activității: Profilul public al Anei

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 20 minute

Materiale necesare: dispozitiv digital conectat la internet

Desfășurarea activității: Profesorul poate împărți elevii în grupuri astfel încât să poată interacționa și colabora eficient și le poate atribui sarcina de a citi un caz imaginar „Profilul public al Anei” în care o adolescentă a avut probleme din cauza dezvăluirii datelor personale online.

” „Ana, o adolescentă de 15 ani, decide să-și facă un cont pe o rețea socială populară pentru a-și păstra legătura cu prietenii și pentru a-și împărtăși pasiunile sale pentru arta digitală. Însă, din neatenție, face public profilul ei. Persoane necunoscute încep să îi urmărească profilul și să afle informații despre hobby-urile, locurile frecventate, cât și despre activitățile zilnice ale Anei.”

Elevii sunt invitați să analizeze cazul, să identifice erorile comise și să propună soluții pentru a preveni aceste situații. În cadrul acestui exercițiu, elevii trebuie să acorde o atenție deosebită protejării datelor personale, cum ar fi adresa de domiciliu, numărul de telefon, datele de identificare etc. Elevii vor înțelege să aplice măsuri de securitate, cum ar fi setarea unor parole puternice, gestionarea corectă a setărilor de confidențialitate și evitarea partajării informațiilor personale cu persoane necunoscute. La finalul exercițiului, profesorul poate organiza o discuție în clasă, în care elevii să împărtășească experiențele lor și să discute despre importanța protejării datelor personale în mediul online. Astfel, elevii vor învăța prin practică și vor dobândi abilități esențiale în protecția datelor personale.

Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De reflectat!

Vă recomandăm să porniți o discuție despre protejarea datelor personale în era digitală. Obiectivul este să informăm părinții cu privire la importanța protejării datelor personale ale copiilor lor în mediul online și să le oferim sfaturi și strategii practice pentru a-i sprijini în acest sens. Puteți prezenta câteva statistici și exemple relevante pentru a sublinia importanța protejării datelor personale în lumea digitală, ca mai apoi să realizați o prezentare interactivă pentru a discuta despre tipurile comune de amenințări la adresa datelor personale ale copiilor. De asemenea, pot fi discutate bune practici pe care părinții le pot aplica pentru a proteja datele personale ale copiilor lor în mediul online. Încurajați părinții să discute și să împărtășească propriile strategii și experiențe. Oferiți resurse suplimentare, cum ar fi site-uri web (www.oradenet.ro) cărți sau aplicații utile pentru a-i ajuta pe părinți să înțeleagă și să implementeze măsuri de protecție a datelor personale.

O resursă informațională importantă pentru părinți este Anexa 8, care prezintă o activitate de petrecere a timpului de calitate împreună cu copiii. Pentru mai multe informații, accesați ghidul [Descoperirea Bucuriei Offline](#) disponibil pe site-ul www.oradenet.ro.

C. Informații neverificate, „Download”, „Copy Paste” și drepturile de autor

Dezinformarea este un proces amplu care cuprinde forme variate de comunicare înșelătoare, informații cu un conținut fals, trucat (*parțial sau în totalitate*), utilizând tehnici diverse de la apelul la emoții până la producții de text, foto sau video care presupun producția și diseminarea intenționată a mesajului respectiv pentru a induce în eroare și pentru a determina un anumit tip de comportament sau reacție din partea publicului vizat. Există în literatura de specialitate (Wardle & Derakshan, 2017), 3 forme principale prin care se manifestă această *dezordine informațională*:

- *Misinformation* este atunci când știrile sunt distribuite ca informații false, dar nu se urmărește un rău în sine (*de exemplu: zvonurile, glumele, unele informații din categoria „știri pe surse”*)
- *Disinformation* este atunci când informația falsă este diseminată cu bună știință pentru a provoca prejudicii (*panică, neîncredere, polarizare etc.*). Este folosită o întreagă rețea fabricată de site-uri, de exemplu, pentru a da credibilitate informației respective, dar care sunt interconectate între ele intenționat pentru a distribui aceeași știre, în același mod, imitând sursele legitime de informare (*publicații renumite din presă, agenții de știri,*

televiziuni). Din această categorie pot să facă parte: discursul instigator la ură, propaganda și partizanatul politic etc.

- *Malinformation* este atunci când informațiile sunt fabricate special, cu ajutorul diferitelor aplicații și tehnologii pentru a părea autentice și sunt răspândite intenționat pentru a provoca prejudicii, adesea prin mutarea în sfera publică a unor informații menite să creeze panică, să discrediteze, să provoace tensiuni la nivelul unei societăți, comunități (dezvăluiri publice ale unor informații private, declarații ale unor persoane publice legate de teme de actualitate, hărțuirea/ discreditarea etc.)

Sintagma *știri false* este uneori utilizată pentru a se referi exclusiv la inexactitățile care sunt accidentale; cu toate acestea, deoarece este dificil să se stabilească intențiile indivizilor (*sau diferitelor entități, organisme, actori*) necunoscuți care creează neadevăruri care se răspândesc pe internet, folosim dezinformarea ca termen generic mai larg (*de exemplu, o mare parte din conținutul utilizat în mediul online cu apariție frecventă ar putea fi clasificat drept dezinformare și/sau știri hiperpartizane și/sau propagandă etc - de exemplu, cazul venirii în România a lui Elon Musk la Bran, pentru a participa la o petrecere de Halloween.*)

Generalizarea excesivă a termenului înseamnă că acesta poate fi conceptualizat ca „informație fabricată”. Pe scurt, dar, în mod fundamental, știrea falsă reprezintă o informație care este ușor detectabilă ca fiind neadevărată, uneori răspândită din greșeală și care circulă fără o intenție cinică clară. În schimb, dezinformarea este manipulată și ea este răspândită în mediul online în mod strategic, prin mecanisme bine puse la punct (rețele de site-uri, conturi false sau persoane cu intenții ascunse), cu un scop clar de a provoca neliniști și perturbări socio-politice. Dezinformarea este adesea confundată cu știrile semiautentice (*adevăruri ”trunchiate”, scoase din context*) pentru a spori aura de autenticitate a acestora.²⁴

Există o serie de actori/ entități care dezinformează din motive politice (*destabilizare, dezechilibrarea sistemului democratic, lupta pentru putere, câștigarea alegerilor electorale etc.*), din motive economice (*trafic web, publicitate etc.*) și din motive sociale (*divertisment, răz bunări personale, consolidarea anumitor grupuri pe criterii etnice, religioase, sexuale etc.*). Din păcate, cea mai mare parte a acestor actori au o identitate ascunsă, greu detectabilă pentru a putea fi numită o anumită persoană ca atare. Aceste entități sunt: site-uri cu conținut de tip click bait care promovează diferite produse ”miraculoase”, impostori care sunt angrenați în acțiuni de phishing sau de furt de date, anumite entități politice cu programe ideologice susținute cu vehemență, actori statali/ guvernamentali/ non-guvernamentali implicați în războaie de tip hibrid

24 Bennett, W. L., Livingston, S., (2018). The disinformation order: Disruptive communication and the decline of democratic institutions. *European Journal of Communication*, 33(2), 122-139. <https://doi.org/10.1177/0267323118760317>

sau informaționale, chiar și oameni obișnuiți care cred și doresc să împărtășească anumite informații neverificate, și nu în ultimul rând o întreagă suită de mecanisme de amplificare digitală puse în slujba diferiților actori menționați anterior (dar în special a celor politici): trolli, boți, conturi hibride, "uzinele" de like-uri și de review-uri.

Ce putem face pentru a identifica știrile false?

” *Noi ca părinți, suntem adesea depășiți de situație, pentru că nici noi nu mai știm ce este adevărat și ce este manipulare! Cum să îmi liniștesc copilul, când eu sunt neliniștită?* ” părinte, 46 ani

Mijloacele de apărare împotriva acestui fenomen țin de capacitatea de analiză critică a informațiilor și fluxurilor de știri. O analiză simplă, axată pe o serie de șapte recomandări permite realizarea unei grile de interpretare atunci când o informație ridică suspiciuni:

- 1. Verifică titlul și textul.** Dă sentințe? E senzationalist? Dacă răspunsul e da, atunci ar fi util să căutăm modul în care e rezumată știrea de alte site-uri sau canale. De asemenea, informațiile înșelătoare prezentate adesea nu au un autor (cu nume și prenume), sunt semnate evaziv de tipul "redacția", iar pe site-ul respectiv nu putem identifica un comitet de redacție, numele jurnaliștilor sau ai celor care scriu și administrează pagina respectivă (nu există adrese fizice sau persoane de contact). Mai mult decât atât, textele conțin greșeli gramaticale, de punctuație și ortografie, nu au diacritice sau sunt redactate cu litere mari, în stil senzationalist.
- 2. Verifică sursele** – Sunt acestea ușor de identificat? Trebuie identificate surse de încredere (agenții de presă sau entități cu experiență). O simplă căutare a informației respective pe un motor de căutare ne poate elucida. O atenție deosebită trebuie să acordăm și terminației domeniului de internet folosit (.edu, .org, .eu etc.) pentru a ne orienta asupra modului în care site-ul respectiv a fost înregistrat și funcționează oficial. Pentru rețelele sociale online există programe speciale care detectează boții (amplificarea artificială digitală), de exemplu Botometer, sau site-uri specializate în fact-checking care actualizează în permanență informațiile cu conținut înșelător²⁵.

25 veridica.ro, antifake.ro, <https://www.reuters.com/fact-check>, <https://factcheck.afp.com/>, <https://eufactcheck.eu/>

3. **Verifică unghiurile** – Sunt prezentate toate punctele de vedere implicate? Dacă se pune accent exclusiv pe viziunea uneia dintre părți, celelalte părți implicate sunt dezavantajate. Trebuie să avem în vedere diferența dintre o știre ca gen jurnalistic și o opinie (partizană) care exprimă un anumit punct de vedere.
4. **Verificarea opiniei** – Își dă autorul cu părerea? Dacă articolul devine subiectiv, face apel insistent la latura emoțională (furie, compasiune etc.) trebuie să reținem că și informațiile prezentate sunt filtrate întocmai.
5. **Verifică citarea** - Există citatul original în altă sursă? E parțial sau complet?
6. **Studiază asocierea pozelor sau imaginilor cu textul.** Reprezintă pozele acțiunea descrisă în text? Imaginile folosite ar trebui să aibă legătură directă cu informațiile din text. De asemenea, se pot face căutări inversate ale imaginilor și videourilor utilizând platforma Google sau Bing pentru a detecta formele sub care aceste informații circulă în mediul online și care este originea lor.
7. **Verifică data** – 2013 nu este la fel cu 2023, iar o informație relevantă în 2013 poate să aibă o altă interpretare în momentul de față. Aceste date sunt importante atunci când sunt scoase din context de exemplu, anumite declarații oficiale sau informații cu caracter științific.

Siguranța online: Ce spune legea? *Atenție!*

La începutul acestui an a intrat în vigoare un nou pachet legislativ elaborat de Comisia europeană care este menit să reglementeze piața serviciilor digitale și să asigure o mai mare protecție utilizatorilor online. Alături de Digital Markets Act, aceste reglementări completează Strategia digitală europeană²⁶ și stabilesc o serie de măsuri concrete prin care mediul digital devine mai sigur, transparent și apropiat față de consumatori în relația cu giganții media (Digital Services Act (DSA)²⁷).

Pe scurt, există câteva puncte esențiale care sunt vizate și care vor aduce îmbunătățiri considerabile cetățenilor atunci când folosesc internetul:

- ▶ Protecție (inclusiv a datelor personale) atunci când utilizează internetul (de la servicii de e-commerce până la divertisment). În acest sens,

26 <https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/policies>

27 Infografic - Actul legislativ privind serviciile digitale, Consiliul European, accesibil la <https://www.consilium.europa.eu/ro/infographics/digital-services-act/>

marile companii (cele care au peste 45 milioane de utilizatori pe lună precum Facebook, Google, Microsoft, Amazon, Apple etc.) trebuie să ofere garanții (prin rapoarte de activitate și de audit atent monitorizate de instituțiile europene) privind moderarea conținutului dăunător (dezinformare, discurs instigator la ură etc.) și utilizarea datelor personale ale clienților lor (generate de activitatea lor online);

- **Transparență și responsabilitate** privind modul în care cetățenii sunt identificați ca posibile "ținte" în distribuirea și promovarea reclamelor, a recomandărilor în utilizarea motoarelor de căutare și a datelor colectate de la aceștia; utilizatorilor li se oferă dreptul de a evita conținutul personalizat.
- **Moderarea conținutului online** devine o obligație în sensul combaterii dezinformării, dar și în relația cu cetățenii, a libertății acestora de exprimare. Utilizatorii pot semna orice conținut ilegal, platforma fiind obligată să răspundă, iar "termenii și condițiile" contractuale vor fi mult mai ușor de înțeles și aplicat ca atare;

Riscurile la care sunt expuși copiii și persoanele vulnerabile intră în obligația gigantilor media de a le defini și reglementa ca atare pe platformele pe care le gestionează, asigurând acestora o mai mare protecție, asigurând confidențialitatea, securitatea și protecția minorilor, precum și sănătatea mentală și bunăstarea fizică. Aceste măsuri legislative adoptate începând cu 2022 prevăd și o serie de sancțiuni care pot fi aplicate platformelor media și intermediarilor acestora și care prevăd amenzi de până la 6% din cifra de afaceri globală a companiilor (inclusiv a celor care își desfășoară activitatea în spațiul Uniunii Europene, deși au sediul în alte țări, cum este de exemplu compania Alibaba AliExpres sau TikTok) și care merg până la interdicția totală de a mai funcționa în spațiul comercial al Uniunii pentru abateri grave repetate.

Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

De aplicat! La ce clasă?

Titlul activității: Complet, corect și credibil!

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 30 minute

Desfășurarea activității: Împărțiți clasa în echipe de câteva persoane și asigurați-vă că fiecare echipă are acces la un dispozitiv cu internet. Scopul jocului este de a găsi și verifica informațiile online pentru a descoperi cât mai multe informații corecte și de a evita informațiile false sau inexacte. Stabiliți un timp limită pentru joc, de exemplu, 30

de minute. Alegeți un subiect specific pe care echipele să îl cerceteze și să găsească informații online, de exemplu "mituri" despre un eveniment istoric, o personalitate importantă sau un subiect de actualitate.

- *Analizați cât de multe dintre miturile și anecdotele despre Albert Einstein sunt adevărate.*
- *Analizați mituri și legende despre supraviețuirea în sălbăticie și tehnici de supraviețuire.*
- *Analizați mituri și adevăruri despre alimentația sănătoasă și nutriție.*

Asigurați-vă că subiectul este suficient de interesant și diversificat pentru a stimula cercetarea și verificarea informațiilor. Echipele încep să caute informații online despre subiectul ales. Pot utiliza motoare de căutare, site-uri de încredere și alte resurse online. Echipele ar trebui să documenteze și să noteze informațiile găsite, inclusiv sursele. Clasa poate evalua și discuta informațiile prezentate, verificând dacă sunt corecte, complete și credibile.

Titlul activității: Valoarea de adevăr a unei informații

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 30 minute

Desfășurarea activității: Împărțiți clasa în echipe pare de câteva persoane și asigurați-vă că fiecare echipă are acces la un dispozitiv cu internet. Scopul jocului este dezvoltarea abilităților critice avansate de cercetare, interpretare, analiză, sinteză, justificare în identificarea elementelor false/inventate din informații. Stabiliți un timp limită pentru joc, de exemplu, 30 de minute sau o oră, în funcție de disponibilitatea timpului. Unele echipe vor pregăti 3 știri (articol scris, podcast/ video) cu privire la o temă aleasă de ei și care conțin elemente de detaliu atât adevărate cât și false sau inventate. Celalalte echipe își vor alege spre analiză și verificare (fact-checking) una din cele 3 știri "prodate" de colegii lor. Folosind instrumentele critice, vor determina valoarea de adevăr a fiecărei știri și vor identifica elementele înșelătoare, vor documenta informațiile neconcludente și vor formula recomandări. La final, se vor discuta mecanismele de elaborare și procedeele utilizate în "fabricarea" informațiilor false și a celor inventate, a timpului petrecut pentru detectarea acestora comparativ cu elaborarea lor, a importanței utilizării aptitudinilor de fact-checking în viața de zi cu zi.

Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De reținut!

Puteți începe prin a explica importanța verificării informațiilor online și de ce este esențial ca părinții să dezvolte această abilitate. Furnizați părinților o listă de resurse și site-uri de încredere pe care le pot utiliza pentru a verifica informațiile online (de exemplu, antifake.ro). Oferiți exemple de tehnici și strategii pe care le pot folosi pentru a evalua credibilitatea unei surse de informații. De asemenea, puteți să recomandați să discute cu copiii, în familie, despre diferite informații care pot fi încadrate ca înșelătoare și să stabiliți împreună modalități de verificare a acestora. Încheiați activitatea cu o sesiune de întrebări și răspunsuri, în care părinții pot adresa întrebări legate de verificarea informațiilor online.

O resursă informațională importantă pentru părinți este Anexa 9 care prezintă alternative de joc și joacă în mediul offline și îi încurajează să petreacă timp de calitate împreună cu copiii lor. Pentru mai multe informații, accesați [ghidul Descoperirea Bucuriei Offline](#) disponibil pe site-ul www.oradenet.ro.

„Download”, „Copy Paste” și drepturile de autor

În prezent, accesul și distribuirea conținutului au devenit mai ușoare ca niciodată, datorită rapidității și resurselor cu care informațiile pot fi partajate. Internetul permite accesarea unei varietăți de fișiere, printre care documente, imagini, filme, muzică și software. Este important să conștientizăm că lucrările creative pe care le descoperim online sunt adesea rezultatul efortului și angajamentului depuse de cineva. Descărcarea are loc prin accesarea acestora de pe alte sisteme, cum ar fi calculatoare, telefoane mobile sau tablete, pe propriul sistem. Mai mult decât atât, utilizatorii pot încărca fișiere de pe sistemul lor local pe alte sisteme prin intermediul funcției de încărcare. Descărcarea poate fi de două tipuri:

- **Legală** - aceasta include fișiere oficiale disponibile pe site-urile autorităților și instituțiilor private, programe și jocuri educaționale gratuite (freeware), precum și software-uri de navigare, spre exemplu Google Chrome. De asemenea, se pot accesa secvențe video și audio de pe site-uri specializate, cum ar fi YouTube, și documente disponibile pe site-urile școlilor.
- **Illegală** - presupune că operele de creație protejate prin drepturile de autor, cum ar fi cărți, filme, muzică sau software, sunt copiate, utilizate sau distribuite fără autorizație. Această practică este cunoscută sub numele de piraterie. În astfel de cazuri, de obicei, se folosesc programe de partajare de fișiere de tip peer-to-peer (P2P), care permit conectarea directă între două sisteme de calcul fără a fi necesar un server central.



Nu este simplu să determinăm dacă conținutul disponibil pentru descărcare este legal sau ilegal. Există situații în care copiii și tinerii pot fi înșelați de reclamele care promovează gratuitatea și posibilitatea de a copia fișiere sau programe fără consecințe legale. Chiar și atunci când aspectele ilegale ale unui website par evidente pentru un utilizator obișnuit, este crucial ca tinerii să înțeleagă riscurile penale și de securitate la care se expun.

În ultimii ani, toți cei implicați în domeniul educațional s-au confruntat cu fenomenul plagiatului electronic, cunoscut și sub numele de „copy paste”. Această practică este întâlnită frecvent în rândul elevilor de toate vârstele, datorită ușurinței cu care conținutul digital poate fi reprodus. Tehnologia nu poate fi considerată vinovată, ci mai degrabă tentația de a utiliza această metodă simplă. Pentru a preveni astfel de probleme și pentru a încuraja utilizarea responsabilă a surselor de informații, este important ca elevii să înțeleagă diferența dintre „citare” și „copiere” și să fie familiarizați cu regulile de citare.



Siguranța online: ce spune legea?

Atenție!

Pirateria software, sancționată de Codul Penal la articolul 235, presupune copierea și transmiterea neautorizată (fizică sau digitală) a lucrărilor protejate prin drepturile de autor ori a programelor software, cu sau fără scopuri comerciale, pe calculatorul personal sau pe cel utilizat la locul de muncă. Sunt considerate infracțiuni și se pedepsesc cu închisoare de la 1 la 4 ani sau cu amendă:

-  punerea la dispoziția publicului, inclusiv prin internet sau prin alte rețele de calculatoare, fără consimțământul titularilor de drepturi, a programelor pentru calculator sau a copiilor acestora, indiferent de suport, astfel încât publicul să le poată accesa în orice loc sau în orice moment ales în mod individual.
-  reproducerea neautorizată a programelor pentru calculator prin instalarea, stocarea, rularea sau executarea, afișarea ori transmiterea în rețeaua internă a unui program pentru calculator fără autorizarea titularului dreptului de autor (fără licență).

Cum pot elevii să învețe să respecte drepturile de autor?

-  Explicați tinerilor ce înseamnă drepturile de autor și de ce acestea sunt importante. Puteți folosi exemple simple și relevante pentru ei, cum ar fi cărți, desene animate sau muzică.
-  Explicați-le că descărcarea și partajarea de conținut protejat de drepturi de autor, cum ar fi filme, muzică sau cărți, sunt acțiuni ilegale. Arătați-le că există modalități legale de a accesa și a utiliza conținutul online.

- Încurajați-i să aducă un aport propriu la creațiile lor. Arătați-le că fiecare persoană are dreptul de a-și proteja munca și că este important să respectăm munca altora.
- Învățați-i cum să citeze sursele și să solicite permisiunea atunci când este necesar.
- Folosiți orele de informatică sau de educație civică pentru a discuta cu elevii despre modul în care ei accesează sau partajează fișiere muzicale, jocuri, filme sau fotografii.
- Întrebați elevii dacă computerele de acasă sunt protejate împotriva virusilor, programelor spyware¹⁶ sau împotriva altor amenințări.
- Reamintiți-le că prezența lor pe Internet nu este anonimă – acțiunile lor sunt ușor de urmărit prin intermediul adresei IP și că pot fi trași la răspundere dacă se dovedește că au descărcat ilegal conținutul online.

Plagiatul electronic

Plagiatul electronic reprezintă o problemă serioasă și continuă să fie o preocupare în mediul digital. Datorită accesului ușor și rapid la informații prin intermediul internetului, mulți oameni se confruntă cu tentația de a copia și utiliza conținutul altora fără a obține permisiunea sau a acorda creditul corespunzător creatorului original al aceluși conținut.

Această formă de încălcare a drepturilor de autor poate implica preluarea de texte, imagini, videoclipuri sau alte tipuri de conținut și prezentarea lor ca fiind creația proprie, fără a menționa sursa originală. De asemenea, pe lângă aspectul legal, afectează și integritatea academică și profesională. În mediul academic, consecințele plagiatului ar putea fi respingerea lucrărilor sau chiar excluderea din instituții de învățământ, în funcție de regulamentul fiecărei instituții în parte. În mediul profesional, plagiatul poate lăsa o urmă în ceea ce privește reputația și credibilitatea unei persoane sau a unei companii. În contextul pandemic recent care a condus la desfășurarea activităților educaționale și profesionale în mediul online, problema plagiatului electronic a evoluat într-un ritm alert. Cadrele didactice nu au fost capabile să supravegheze activitatea elevilor, așa cum o făceau în mediul de studiu fizic. Această împrejurare a avut ca consecință o creștere a încălcărilor drepturilor de autor în lucrările elevilor. În prezent, ne confruntăm cu multe forme de plagiat electronic, printre care amintim:

- angajarea unei terțe persoane pentru redactarea unei lucrări, pentru ca mai apoi această să fie prezentată drept o lucrare realizată pe cont propriu;
- colaborarea între studenți pentru redactarea unei lucrări, când aceasta era destinată creației individuale;

- auto-plagiatul, respectiv prezentarea integrală a unei lucrări deja publicate de către un elev sau reutilizarea parțială a acesteia într-o nouă lucrare scrisă.
- formatarea textului astfel încât copierea să nu poată fi detectată, precum schimbarea caracterelor/literelor, înlocuirea spațiilor cu text alb invizibil, etc.

Copyright, Copyleft și Creative Commons

Copyright sau dreptul de autor reprezintă un ansamblu de prerogative, inclusiv dreptul exclusiv de a reproduce, distribui, executa sau afișa dreptul de licență, de care se bucură autorii ca rezultat al unui efort creativ independent cu referire la operele create. Pentru ca o lucrare să fie protejată de drepturile de autor, nu este necesar să fie publicată sau accesibilă publicului, dar trebuie să fie concretizată într-o formă tangibilă și să fie originală.

Conform Legii 8/1996, “dreptul de autor asupra unei opere literare, artistice sau științifice, precum și asupra altor opere de creație intelectuală este recunoscut și garantat în condițiile prezentei legi. Acest drept este legat de persoana autorului și comportă atribute de ordin moral și patrimonial”. De asemenea, se punctează că “opera de creație intelectuală este recunoscută și protejată, independent de aducerea la cunoștința publică, prin simplul fapt al realizării ei, chiar în formă nefinalizată”.

Simbolul ©, cunoscut ca simbol al dreptului de autor, are rolul de a indica faptul că o creație este protejată și că toate drepturile sunt rezervate. Pentru a utiliza public aceste materiale, este necesară obținerea permisiunii de la proprietarul dreptului de autor. O astfel de cerere trebuie să includă informații precum descrierea exactă a lucrării dorite, o descriere detaliată a modului în care va fi utilizată creația, modul de utilizare și destinatarul lucrărilor. În cazul lucrărilor care se află în domeniul public, nu există proprietari ai dreptului de autor și astfel acestea pot fi copiate, utilizate, modificate, redistribuite și expuse public liber, fără restricții.

Copyleft este o formă de autorizare oferită de autorul unei opere, prin care se permite utilizarea, analiza, modificarea și copierea produsului, cu condiția ca aceste libertăți să fie transmise în întregime și viitorilor utilizatori. Licențele Creative Commons (CC), utilizate de Wikipedia și alte site-uri de partajare a conținutului, au fost create pe baza acestui concept.

Clauzele care reglementează drepturile acordate utilizatorilor prin licențele CC sunt următoarele:

- BY (Atribuire): Această clauză este singura obligatorie și necesită ca cei care doresc să reutilizeze conținutul să menționeze autorul, în scopul de a atribui corect proprietatea intelectuală.

- NC (Necomercial): Această clauză indică faptul că lucrarea nu poate fi utilizată în scopuri comerciale de către alte persoane decât autorul.
- ND (Fără modificări): Clauza ND interzice modificarea, prelucrarea, traducerea și reutilizarea conținutului sub alte forme. Astfel, autorul este singurul care are dreptul de a prelucra, modifica sau traduce propria lucrare.
- SA (Partajare cu aceeași licență): Conținutul poate fi modificat sau prelucrat de către terți, cu condiția ca aceștia să utilizeze aceeași licență pentru produsele rezultate.

Astfel, dacă un artist alege să aplice copyright asupra melodiei sale, acesta are dreptul de a decide cine poate să o înregistreze, să o interpreteze sau să o distribuie în mod comercial. Pe de altă parte, dacă un artist alege să aplice copyleft asupra melodiei sale, oricine poate să o utilizeze, să o modifice sau să o distribuie, cu condiția să respecte aceleași libertăți pentru toți ceilalți utilizatori.

Studentii înțeleg cel mai bine importanța drepturilor de autor și a utilizării corecte dacă le oferiți un context în care acestea se aplică. În acest sens, puteți pune accent pe aprecierea celor care produc în fiecare zi lucrări originale; subliniați că ei își dețin lucrările și că acestea merită respect și protecție. Le puteți da ca exemplu diferite personalități din viața lor pentru ca tinerii să rezoneze cu munca acestora și importanța respectării drepturilor de autor. Începeți prin a-i familiariza cu terminologia drepturilor de autor, inclusiv limbajul juridic, astfel încât să înțeleagă că orice lucrare creativă originală, digitală sau analogică, este protejată.

Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

Cum adaptez? La ce clasă?

Titlul activității: „Fii schimbarea pe care vrei să o vezi în lume.”

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 20 minute

Materiale necesare: liste de citate sau fragmente de texte din diverse surse, fișe de evaluare pentru fiecare elev

Desfășurarea activității: Cadrul didactic va împărți elevii în grupe de câte 4-5 persoane și va distribui fiecărei echipe o listă de citate sau fragmente de texte. Elevii trebuie să identifice dacă citatele sau fragmentele de texte sunt originale sau plagiate.

Citatele „Educația este ceea ce rămâne după ce ai uitat tot ce ai învățat în școală.” și „Fii schimbarea pe care vrei să o vezi în lume.” sunt două citate celebre și originale, primul de la Albert Einstein și cel de-al doilea de la Mahatma Gandhi, pe care le puteți utiliza în activitatea descrisă pentru a testa capacitatea elevilor de a distinge între citate originale și plagiate. Elevii trebuie să discute în echipă și să folosească resursele disponibile (internet, dicționare, etc.) pentru a verifica autenticitatea citatelor. După ce au analizat toate citatele, fiecare echipă completează fișele de evaluare, indicând dacă consideră că citatele sunt originale sau plagiate. Se colectează fișele de evaluare și se verifică răspunsurile corecte. Se anunță echipa câștigătoare, care a reușit să identifice cele mai multe citate plagiate corect.

Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De aplicat!

Prezentați câteva exemple concrete de situații de plagiat electronic, cum ar fi copierea de texte de pe internet fără citarea sursei sau prezentarea ideilor altor persoane ca fiind proprii. Discutați consecințele negative ale plagiatului electronic, atât pentru elevi, cât și pentru societate în general. Subliniați că plagiatul electronic poate afecta integritatea academică a elevilor și poate avea consecințe pe termen lung în viața lor personală și profesională. Treceți în revistă câteva metode eficiente pentru a preveni plagiatul electronic, cum ar fi:

- încurajarea citatelor și referințelor corecte la sursele utilizate;
- învățarea tehnicilor de parafrază și sintetizare a informațiilor;
- utilizarea instrumentelor de detectare a plagiatului disponibile online;
- promovarea eticii academice și a valorilor de integritate în rândul elevilor.

O resursă informațională importantă pentru părinți este Anexa 10 care prezintă alternative de joc și joacă în mediul offline și îi încurajează să petreacă timp de calitate împreună cu copiii lor. Pentru mai multe informații, accesați [ghidul Descoperirea Bucuriei Offline](#). Vă îndemnăm să explorați și primul modul al cursului dedicat părinților, care oferă informații detaliate și utile despre modurile de a asigura un echilibru sănătos între viața online și cea offline a copiilor. Acest curs valoros este accesibil pe site-ul nostru, la adresa <https://oradenet.ro/resurse/parinti-responsabili-in-era-digitala>. Este o resursă autentică și de încredere, disponibilă în întregime pe www.oradenet.ro. Aici veți găsi ghiduri esențiale pentru a vă îndruma în această călătorie a părinților responsabili în era digitală.

D. Cyberbullying - concept și particularități

Bullying-ul, de multe ori, este confundat cu un act izolat de agresiune sau violență. Spre deosebire de acestea, însă, bullying-ul are mereu la bază *intenția de a provoca suferință, în mod repetat*. Este un concept umbrelă, ce acoperă comportamente variate, stabile în timp, repetate, cel mai adesea ascunse de ochii adulților, care continuă în absența unor măsuri specifice de intervenție. Este, în general, caracterizat ca un comportament agresiv, intenționat, menit să provoace suferință și care implică întotdeauna un dezechilibru de putere și tărie între agresor și victimă și se manifestă repetitiv, regulat, într-un grup de copii.

Spre deosebire de comportamentele de violență, care apar spontan între copii, urmare a trăirii unor emoții intense (*ex. furie, frustrare, teamă etc.*) și dispar de îndată ce intensitatea trăirilor emoționale se diminuează, iar situațiile punctuale sunt rezolvate, comportamentele de bullying nu dispar de la sine. Bullying-ul este o problemă relațională care solicită întotdeauna o soluție și schimbări semnificative la nivelul relațiilor dintre copii și în dinamica grupului. Pentru diminuarea comportamentelor de bullying este necesară o intervenție directă din partea adulților, în contextul în care acestea apar, cel mai adesea în mediul școlar.

Ce NU este bullying-ul?

- ▶ **tachinare** - reprezintă o falsă agresiune, scopul fiind de a se distra împreună, nici unul dintre copiii implicați nu percep că ar fi ținta unui atac.
- ▶ **conflict** - reiese din interese contradictorii, cu alte cuvinte, fiecare dintre cele două părți vrea ceva diferit și situația poate deveni tensionată fiindcă sunt implicate emoții.
- ▶ **agresiunea reactivă** - aceasta reprezintă un comportament impulsiv, declanșat în situații tensionate, pe fondul unor reacții emoționale necontrolate.
- ▶ **abuz asupra copilului în relația cu un adult** - astfel de comportamente violente verbal sau fizic exercitate de către un adult față de un copil este o situație de abuz de putere, care poate fi abordată pe cale legală.

Ancheta²⁸ desfășurată de Organizația Salvați Copiii în București, 18 octombrie 2022, în cadrul campaniei "Dreptul la pauză" a relevat următoarele: Amenințarea cu violența fizică, umilirea, lovirea sunt situații cu care copiii se confruntă frecvent în școlile din România: datele centralizate de Salvați Copiii, în urma unei anchete realizate în rândul copiilor, arată că 82% dintre elevi au asistat în calitate de martori la situații de bullying

28 Studiu realizat de Organizația Salvați Copiii, accesibil la <https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/media/Documente/Studiu-Peste-un-sfert-dintre-copii-au-fost-agresori,-jumatate-spun-ca-au-fost-victime-ale-bullying-ului.pdf>

în școala în care învață, 73% în clasa în care învață, iar în grupul de prieteni 45%. Aproape jumătate dintre respondenți (49%) afirmă că au fost victime ale bullying-ului, în timp ce peste un sfert dintre elevi (27%) admit că s-au aflat în poziția de autor al actelor de bullying.

În calitate de profesor, este imperativ să acționați prompt și hotărât în fața oricărei situații de bullying pe care o observați în școală. Prima și cea mai importantă măsură pe care trebuie să o luați este să interveniți imediat. Acest lucru implică stabilirea unui mediu sigur și respectuos în clasă și implicarea în mod activ atunci când observați comportamente de intimidare sau hărțuire între elevi. Prin intervenția imediată, puteți să împiedicați escaladarea situației și să oferiți sprijin victimelor.

1. Discutați pe rând, cu victima și, apoi, cu agresorul.
2. Discutați cu martorii la eveniment.
3. Stabiliți împreună cu toți copiii din clasă câteva reguli simple antibullying.
4. Discutați individual cu părinții victimei și agresorului.
5. Observați cu atenție în următoarea perioadă comportamentele.
6. Realizați o activitate, împreună cu elevii, de conștientizare a impactului negativ bullying-ului.

Este esențial să fiți sensibili la nevoile și emoțiile tuturor elevilor și să vă asigurați că aceștia se simt în siguranță și protejați în mediul școlar. Mai multe detalii cu privire la caracteristici și modalități de combatere ale acestui fenomen puteți găsi accesând <http://www.scolifarabullying.ro/dreptullapauza>.

Cyberbullying-ul este o formă de violență online manifestată între egali, diferind în funcție de intensitatea faptei și de starea de temere provocată victimei. Reprezintă un comportament agresiv, manifestat între egali, intenționat și repetat care are loc în mediul online sau prin intermediul tehnologiei digitale. Acest fenomen implică utilizarea platformelor de socializare, a mesajelor de text, a apelurilor video, a e-mail-urilor sau a altor mijloace electronice pentru a hărțui, intimida, umili sau afecta emoțional o persoană. Diferit de bullying-ul tradițional, care are loc în mediul fizic, cyberbullying-ul se desfășoară în spațiul virtual, făcându-l uneori mai dificil de identificat și de gestionat.

Principalele caracteristici ale cyberbullying-ului sunt:

- Agresorul are intenția deliberată de a cauza suferință sau de a răni emoțional victima. Acesta poate fi realizat prin mesaje răutăcioase, insulte sau amenințări.
- Cyberbullying-ul implică un comportament *repetat sau persistent*. De multe ori, agresorul nu se oprește după un singur incident, ci continuă să hărțuiască victima în timp.
- Se desfășoară prin intermediul tehnologiei digitale, cum ar fi telefoane mobile, computere, rețele de socializare sau alte platforme online. Aceasta permite agresorilor să rămână anonimi sau să folosească pseudonime.
- Victimele cyberbullying-ului pot suferi consecințe grave asupra sănătății lor emoționale și psihologice. Acest impact poate include stres, anxietate, scăderea stimei de sine, izolare socială și chiar depresie.
- Mesajele, fotografiile sau videoclipurile răutăcioase pot fi distribuite rapid și în mod larg pe internet. Aceasta poate face dificilă eliminarea completă a conținutului dăunător.

Exemple de comportamente specifice asociate cu cyberbullying-ul pot fi:

- Trimiterea de mesaje răutăcioase sau amenințări prin mesaje text sau pe rețelele de socializare.
- Distribuirea de imagini sau videoclipuri umilitoare sau jenante fără permisiunea persoanei în cauză.
- Crearea de profiluri sau pagini false pentru a umili sau a afecta reputația unei persoane.
- Excluderea sau izolarea unei persoane din grupurile sau comunitățile online.
- Răspândirea de zvonuri false sau informații defăimătoare despre o persoană.

”*„Sunt o fată un pic mai plinuță. A devenit o obișnuință ca fetele din clasa mea să îmi facă poze sau filmulețe fără acordul meu, în pauze sau când nu sunt pe fază, iar apoi să le posteze pe diverse grupuri, cu diverse efecte speciale sau texte care mă jignesc! La început mi s-a părut o glumă și am așteptat să se oprească de la sine, dar au trecut deja multe luni de când se întâmplă asta și mi-e frică să mai merg la școală sau să țin camera video pornită la orele online” Mara, 16 ani.*

Din păcate, fenomenul de cyberbullying continuă să ia amploare și să se adapteze la noile tehnologii și mediul online în schimbare. În ultimii ani, cu privire la evoluția fenomenului, în ceea ce privește copiii/adolescenții, se poate observa o schimbare majoră este reprezentată de trecerea agresiunilor și hărțuirii către platformele de socializare (unde copiii sunt prezenți de la vârste fragede).

Prezența excesivă pe aceste rețele a copiilor poate reprezenta un factor principal al apariției fenomenului de cyberbullying. Cyberbullying nu presupune distribuirea doar unui text, ci și imagini, videoclipuri sau alte tipuri de conținut multimedia, incluzând chiar manipularea imaginilor sau videoclipurilor pentru a umili sau hărțui o persoană.

Un alt tip de comportament ce poate contribui la un mediu online toxic și la hărțuirea colegilor pe baza caracteristicilor personale, este fenomenul „hate speech” și discursul online negativ. Copiii pot fi expuși la discursuri online negative, inclusiv „hate speech”, rasism și discriminare. Pe lângă hărțuirea directă, copiii pot fi supuși și la excludere din grupuri sau comunități online. A fi exclus din grupurile de chat sau din platformele de socializare poate avea un impact emoțional semnificativ. Mai mult decât atât, practicarea anonimatului sau utilizarea de pseudonime în mediul online, pot face mai dificilă identificarea autorilor, conducând la creșterea încrederii agresorilor în a se angaja în comportamente negative fără consecințe imediate. Iar, dezvoltarea conceptului de „deep fake” (tehnici avansate de manipulare a conținutului audiovizual, în special a videoclipurilor, folosind inteligența artificială (IA) pentru a crea conținut fals aparent autentic) reprezintă un semnal de alarmă pentru modul și rapiditatea cu care pericolele din mediul online se dezvoltă.

Din ce în ce mai multe instituții (ex. grupul de acțiune anti-bullying din instituțiile de învățământ) încep să ia măsuri mai ferme împotriva cyberbullying-ului, cu sancțiuni legale sau disciplinare mai severe pentru cei implicați. Scopul acestora este de a responsabiliza atât copiii, cât și familiile acestora cu privire la regulile de conduită în colectiv, pentru a-i pregăti pentru a fi cetățeni responsabili. În paralel, există o creștere a eforturilor de a educa copiii, părinții și profesorii despre pericolele cyberbullying-ului și despre modalitățile de prevenire și gestionare a acestuia. ONG-uri, precum Salvați Copiii România, dezvoltă constant proiecte pe tema siguranței pe internet, abordată din diferite perspective.



Este important să rămânem vigilenți în ceea ce privește aceste schimbări și să dezvoltăm constant **strategii adecvate pentru a proteja copiii de cyberbullying** și pentru a-i ajuta să navigheze în siguranță în mediul online! Similar cu situația bullying-ului tradițional, există trei tipuri de actori implicați – agresor, victimă și martor, iar pentru a ajuta la combaterea fenomenului și a oferi un sprijin real, este important ca atenția să fie distribuită fiecărei categorii. Persoana victimă a cyberbullying-ului poate prezenta schimbări semnificative în comportament, cum ar fi **izolarea, anxietatea, depresia sau agitația**. Pot apărea schimbări ale stării emoționale, cum ar fi iritabilitatea crescută, tristețea sau **chiar manifestări de furie**. Pot apărea dificultăți în a se concentra la hobby-uri sau poate avea scăderi ale performanțelor școlare din cauza stresului și anxietății cauzate. Mai mult decât atât, poate începe să se retragă din activități sociale pe care le aprecia anterior sau să evite interacțiunile cu alții, din frică.



Identificarea unui copil cu comportament care prezintă note de agresivitate în situații de cyberbullying poate fi dificilă. Un prim semn care ar putea sugera că un copil manifestă astfel de comportamente ar fi o **modificare a comportamentului: devine mai retras, mai secretos, mai agitat sau iritabil** în timpul utilizării computerului sau dispozitivelor mobile. Poate petrece mult timp online și pe rețelele sociale, foarte preocupat de a verifica și a posta mesaje negative sau jignitoare. Se poate observa o satisfacție evidentă atunci când rănește sau umilește pe altcineva online, acest comportament indicând lipsa de empatie și înțelegere a impactului acțiunilor sale asupra altor persoane. Cyberbully-ul folosește un limbaj agresiv, jignitor sau vulgar în mesajele online adresate altora. Poate face remarci

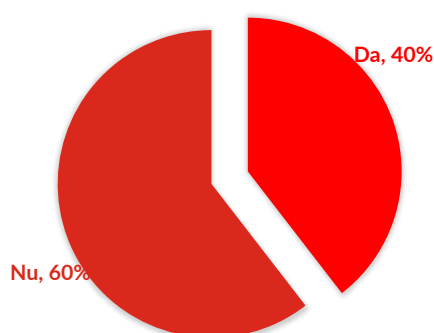
amenințătoare sau să lanseze insulte, crea sau distribui conținut rău intenționat, cum ar fi imagini sau videoclipuri compromițătoare, **pentru a umili sau a răni alte persoane**. De asemenea, poate fi implicat în conflicte frecvente cu alți utilizatori online sau cu colegii săi de școală. Pentru a-și ascunde identitatea sa, cyberbully-ul poate folosi pseudonime sau conturi false pentru a-și ataca victimele, încercând să excludă sau să izoleze victima sau alte persoane din grupurile online prin mesaje jignitoare sau prin ignorarea lor deliberată.

Este important să abordăm cu empatie și responsabilitate aceste situații, oferind copilului cu comportament agresiv, timp, atenție, sprijin și educație pentru a înțelege consecințele acțiunilor sale și pentru a-l ajuta să adopte un comportament adecvat în mediul online. Poate fi dificilă identificarea acestor semne, dar nu imposibilă, dacă, în timp, se observă îndeaproape rutina unui copil/adolescent.

Martorii joacă un rol poate la fel de important ca și agresorii și este extrem de important ca aceștia să ia atitudine pentru raportarea cazurilor întâlnite. Aceștia pot observa schimbări de comportament în persoana victimă, cum ar fi izolarea sau schimbările de dispoziție. Uneori, victima poate dezvălui prietenilor sau cunoscuților despre abuzul pe care îl suferă, ceea ce poate constitui un indiciu pentru martori. Martorii pot observa postări de conținut negativ sau agresiv îndreptate împotriva unei persoane, iar dacă observă că cineva este exclus sau marginalizat în grupuri online, martorii pot interveni pentru a asigura un mediu mai sigur. Deși poate exista frica de a nu deveni victimă a cyberbullying-ului, este important să acordăm atenție acestor semne și să intervenim în mod corespunzător pentru a preveni sau gestiona situațiile de cyberbullying și pentru a crea un mediu online mai sigur pentru toți utilizatorii.

Incidente pe internet

Ți s-a întâmplat atunci când navigai pe internet, să te simți jignit sau deranjat?



40% dintre copiii afirmă că au fost jigniți sau deranjați pe internet, în creștere cu aproximativ 3 pp comparativ cu anul trecut.

Adolescenții/liceenii și fetele afirmă acest lucru într-o măsură semnificativ mai ridicată.

Ponderea fetelor care afirmă că au fost jignite pe internet este cu 12 pp mai mare decât a băieților care au avut o astfel de experiență.

Copiii din mediul rural afirmă într-o măsură mai ridicată că au fost jigniți / deranjați pe internet comparativ cu cei din mediul urban.

Dintre copiii care afirmă că au fost jigniți pe Internet, majoritatea afirmă că le-au fost trimise mesaje supărătoare sau jignitoare.



Studiile realizate de **Organizația Salvați Copiii** de-a lungul timpului arată că fenomenul de cyberbullying continuă să reprezinte principala amenințare pentru copii în mediul virtual. **Doi din cinci copii spun că au fost jigniți sau au primit mesaje supărătoare pe internet, în creștere cu aproximativ 3 puncte procentuale, comparativ cu anul trecut. Cu toate acestea, doar 17% dintre copii admit că au trimis altora astfel de mesaje**

cu conținut ofensator. Ponderea fetelor care afirmă că au fost jignite pe internet este cu 12 puncte procentuale mai mare decât a băieților care au avut o astfel de experiență, iar copiii din mediul rural afirmă într-o măsură mai ridicată că au fost jigniți / deranjați pe internet comparativ cu cei din mediul urban, arată datele unei anchete realizate de Salvați Copiii România în luna ianuarie.

Doar 3 din 10 victime ale abuzului cibernetic au avut încredere să discute cu cineva despre incident, de obicei un prieten. Pentru că traumele afectează modul de funcționare și randamentul școlar, este crucial ca părinții și profesorii să înțeleagă că într-o astfel de situație toți copiii implicați sunt victime, indiferent de rolul pe care îl au (victima, agresor, martor) și au nevoie de ajutor din partea adulților pentru a gestiona situația și a reduce efectele. **Organizația atrage atenția că hărțuirea online, cyberbullying-ul, are consecințe socio-emoționale pe termen lung și se adaugă cazurilor de violență fizică din școli.**

Siguranța și drepturile online: ce spune legea?

Atenție!

În România, cyberbullying-ul nu este reglementat în mod specific ca infracțiune distinctă în Codul Penal. Cu toate acestea, există unele dispoziții legale care pot fi aplicate în cazul faptelor de cyberbullying, în funcție de circumstanțe. De exemplu, amenințarea, calomnia, insulta sau hărțuirea pot fi evaluate în funcție de gravitatea faptelor și pot duce la aplicarea unor sancțiuni penale. Spre exemplu:

- Hărțuirea (Art. 208 Cod Penal): Dacă cineva folosește mijloace electronice pentru a hărțui o persoană, acesta poate fi pedepsit conform dispozițiilor privind hărțuirea în Codul Penal.
- Amenințarea (Art. 206 Cod Penal): Acțiunea de a amenința o persoană cu săvârșirea unei infracțiuni sau a unei fapte păgubitoare îndreptate împotriva sa ori a altei persoane, dacă este de natură să îi producă o stare de temere, realizată prin mijloace electronice poate atrage răspundere penală.
- Șantajul (Art. 207 Cod Penal): Dacă fapta cyberbully-ului implică constrângerea unei persoane să dea, să facă, să nu facă sau să sufere ceva, în scopul de a dobândi în mod injust un folos nepatrimonial, pentru sine ori pentru altul ar putea intra sub incidența infracțiunii prevăzută în Codul Penal.

Sancțiunile pot varia în funcție de gravitatea infracțiunii și de circumstanțe. Acestea pot include amenzi sau pedepse cu închisoarea.

Mai mult decât atât, pentru situațiile în care cyberbullying-ul are loc în cadrul unei relații de familie sau de parteneriat, Legea împotriva violenței în familie poate fi aplicată pentru a proteja victimele, potrivit dispozițiilor în vigoare. Astfel, Legea nr. 106 din 3 iulie 2020 privind modificarea și completarea Legii nr. 217/2003 pentru prevenirea și combaterea violenței domestice definește la articolul 4 alineatul (1), litera h): violența cibernetică - hărțuire online, mesaje online instigatoare la ură pe bază de gen, urmărire online, amenințări online, publicarea non consensuală de informații și conținut grafic intim, accesul ilegal de interceptare a comunicațiilor și datelor private și orice altă formă de utilizare abuzivă a tehnologiei informației și a comunicațiilor prin intermediul calculatoarelor, telefoanelor mobile inteligente sau altor dispozitive similare care folosesc telecomunicațiile sau se pot conecta la internet și pot transmite și utiliza platformele sociale sau de e-mail, cu scopul de a face de rușine, umili, speria, amenința, reduce la tăcere victima.

Enumerarea nelimitativă ține cont de realitatea socială și tehnologică a momentului, respectiv de faptul că formele de violență cibernetică se înmulțesc într-un ritm alert, odată cu evoluția tehnologiei informației, permițând astfel organelor competente să se adapteze și să sancționeze și forme de agresiune cibernetică ce se vor realiza prin modalități tehnologice sau faptice pe care nu le putem anticipa la acest moment. Astfel, în măsura în care fapta de violență cibernetică se petrece într-un alt mediu decât cel

familial sau domestic și între persoane care nu au calitatea de soți, foști soți, actuali sau foști parteneri, prevederile Legii nr. 217/2003 pentru prevenirea și combaterea violenței domestice nu vor fi incidente. Concret, prevederea legală nu acoperă și faptele de genul hărțuirilor sau amenințărilor pe

internet venite din partea unor persoane necunoscute sau din partea unor persoane cunoscute, dar cu care victima nu are o relație de tipul celor enumerate. În urma adoptării Ordinului de ministru privind managementul cazurilor de violență asupra antepreșcolărilor/preșcolărilor/elevilor și personalului unității de învățământ²⁹, cyberbullying-ul a fost definit drept "o formă de bullying manifestat asupra unui copil/adult, prin mijlocirea tehnologiei digitale în mediul online, prin diverse rețele de socializare, prin intermediul platformelor de telefonie mobilă pentru schimburi de mesaje sau prin platformele de jocuri interactive de rețea desfășurate online."

Conform acestuia, cadrele didactice și personalul școlar au mai multe atribuții referitoare la prevenirea și rezolvarea situațiilor de cyberbullying. Personalul școlar are obligația de a raporta cazul personalului de conducere al unității de învățământ, de a supraveghea și proteja tinerii implicați, de a coordona procesul de rezolvare al

29 Ordin pentru aprobarea Procedurii privind managementul cazurilor de violență asupra antepreșcolărilor/preșcolărilor/elevilor și a personalului unității de învățământ, precum și al altor situații corelate în mediul școlar și al suspiciunii de violență asupra copiilor în afara mediului școlar, 22 septembrie 2023.

situației respective, de a propune sancțiuni pentru autorii hărțuirii la nivelul instituției. Mai mult decât atât, se punctează importanța colaborării între instituții pentru ca aceste situații să fie prevenite în cadrul instituțiilor de învățământ. Educarea copiilor cu privire la cyberbullying este crucială pentru a preveni daunele emoționale și psihologice, deoarece prevenția și conștientizarea pot evita consecințele negative ale acestui fenomen în creștere. Astfel, chiar înainte de reglementarea oficială prin lege, informarea și educarea copiilor cu privire la impactul negativ al cyberbullying-ului pot contribui la crearea unui mediu online mai sigur și mai sănătos.



Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

*Cu cine pot colabora?
La ce clasă aplic?*

Titlul activității: Descoperind cyberbullying-ul

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 10 minute

Materiale necesare: scenariile ilustrative (Anexa 2)

Desfășurarea activității: Cadrul didactic pregătește bilete cu situații ce pot fi întâlnite în mediul online, împrejurări în care există sau nu, un caz de cyberbullying. Pentru a începe activitatea, spune elevilor să extragă un bilet. Elevii vor argumenta încadrarea situației într-o acțiune de cyberbullying dacă îndeplinește criteriile acesteia (*intenție, repetiție, utilizarea tehnologiei, impact emoțional, distribuție largă*). Cadrul didactic va da feedback elevilor spunându-le dacă raționamentul lor a fost corect sau nu.

Variații ale activității: Biletele pot conține scenarii, fiind scrise situații inventate sau chiar reale întâlnite în presă. Elevii pot identifica dacă respectivele cazuri pot fi clasificate drept cyberbullying sau ca alte forme de violență.

Titlul activității: Explorând diferite perspective ale cyberbullying-ului

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 25-30 minute

Materiale necesare: foi sau carton pentru fiecare echipă (opțional)

Desfășurarea activității: Cadrul didactic va împărți elevii în 3 echipe, fiecare dintre acestea concentrându-se pe un rol dintr-o acțiune de cyberbullying: victimă, agresor sau martor. Timp de 15 minute, elevii se vor gândi și vor găsi semne și indicii prezente la persoane implicate în cyberbullying în rolul pe care îl are echipa lor (*ex. pentru*

echipa ce a primit rolul agresor: crearea de conținut rău intenționat). La final, fiecare echipă are la dispoziție 3-5 minute să își prezinte ideile. Dacă timpul permite, sunt utile întrebări adiționale sau comentarii ale cadrului didactic bazate pe informațiile din prezentul ghid.

Cadrul didactic poate pregăti 3 foi sau 3 bucăți de carton pe care să fie scris rolul echipelor (*victimă, agresor, martor*). După ce sunt formate cele 3 echipe, cadrul didactic poate chema un reprezentant care să extragă rolul echipei sale cu ochii închiși. Această metodă poate face activitatea mai distractivă.

Variații ale activității: Dacă mai există timp la dispoziție, cadrul didactic poate cere elevilor să găsească soluții pentru ca persoanele aflate în rolul pe care l-a primit echipa să nu se mai regăsească în această postură (*ex. pentru rolul de victimă: să anunțe o persoană de încredere despre ceea ce i se întâmplă*).

Titlul activității: Căutând răspunsuri la adevăratele provocări din mediul online

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 5 minute

Materiale necesare: dispozitiv digital cu conexiune la Internet

Desfășurarea activității: Cadrul didactic le dă elevilor ca temă pentru acasă sarcina de a accesa site-ul <https://oradenet.ro> și să lase un mesaj pe chat cu o situație pe care ei o consideră a fi cyberbullying. Poate fi o situație prin care au trecut sau pe care o cunosc de la alte persoane. Consilierul din spatele chatului va răspunde fiecărui elev în parte și le va clarifica dacă întâmplarea despre care au scris este sau nu un comportament de cyberbullying.

Variații ale activității: Puteți încerca această activitate la clasă, în timpul orei, împreună cu elevii! Puteți alege un elev sau mai mulți care să vă povestească despre o situație pe care să o scrieți apoi pe chatul Ora de Net pentru a primi clarificări despre natura comportamentului descris.

Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De reflectat!

Deși nu sunt la fel de evidente ca manifestările bullying-ului tradițional, profesorii au un rol crucial în prevenirea și gestionarea formelor de cyberbullying în mediul școlar. Prin educație, supraveghere și comunicare deschisă, ei pot contribui semnificativ la crearea unui mediu sigur, bazat pe respect și încredere în ceea ce privește utilizarea tehnologiei și a internetului. Este recomandat ca profesorii să ofere părinților

informații despre ce înseamnă cyberbullying-ul, ce forme poate lua și care sunt consecințele acestuia. Prin programul Ora de Net sunt oferite o multitudine de resurse, cursuri, ateliere și discuții deschise pe această temă, toate acestea ajutând copiii să înțeleagă mai bine fenomenul și să învețe cum să se protejeze și să se comporte corespunzător în mediul online, simțind, în același timp, că sentimentele lor sunt validate și că trăirile lor sunt importante! Adulții pot monitoriza comportamentul online al elevilor în măsura în care este posibil, pentru a depista indicii de comportamente inadecvate. În cazul în care se descoperă un caz de cyberbullying, trebuie să intervină prompt și corespunzător prin discuții cu toate părțile implicate, consiliere individuală sau sesiuni de mediere. Prin colaborarea cu părinții a profesorilor, copiii se pot simți înțeleși și acceptați, în același timp fiind mai ușoară monitorizarea comportamentului online. Este recomandat ca adulții să rămână deschiși la schimbările din mediul online pentru a răspunde rapid la noile tendințe sau probleme care pot apărea.

Prin crearea unui mediu deschis și sigur, elevii pot apela la profesori pentru a discuta problemele cu care se confruntă, dacă aceștia sunt receptivi și nu îi critică. În cazul inexistenței unui astfel de cadru, este important ca tinerii să conștientizeze importanța raportării unor astfel de incidente pe platforme precum <https://oradenet.ro/ctrl-ajutor>. O resursă importantă pentru părinți este Anexa 10 care le oferă alternative de joc și joacă în mediul offline și îi încurajează să petreacă timp de calitate împreună cu copiii lor. Pentru mai multe informații, accesați Ghidul Descoperirea Bucuriei Offline disponibil pe site-ul www.oradenet.ro, https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/10/descoperirea_bucuriei_offline.pdf

Cum pot profesorii să contribuie la siguranța online a elevilor, prin implicarea și colaborare cu colegii lor? Câteva întrebări reflective.

- ▶ *Cum îmi pot ajuta colegii din cancelarie să se implice în activitățile de prevenire și gestionare eficientă a cyberbullyingului?*
- ▶ *Cum pot disemina informațiile din acest ghid și din alte surse educaționale utile cu privire la siguranța online?*
- ▶ *Cum le pot stârni interesul în a se informa mai multe despre riscurile la care elevii lor pot fi supuși în mediul online, cu sau fără știrea și conștientizarea lor?*

Cum gestionăm situațiile de hărțuire cu autor anonim?

Hărțuirea anonimă online are loc atunci când autorul comentariilor ofensatoare rămâne necunoscut, ascunzându-se în spatele unor **profiluri false, pseudonime sau folosind funcțiile anonime ale serviciilor de socializare.**

1. Gestionarea corectă a emoțiilor copiilor

Dacă un copil vă spune că este hărțuit, recunoașteți că a făcut un lucru bun venind să vorbească cu dumneavoastră. Este nevoie de mult curaj pentru ca un copil să spună cuiva că este hărțuit, dar acesta este primul pas în rezolvarea problemei. Încercați să vă păstrați calmul și spuneți-i că îl veți ajuta să rezolve lucrurile. Ascultați și luați problema în serios.

Dacă un tânăr a fost agresat de cineva pe care nu-l cunoaște, este probabil ca încrederea și stima de sine să fi avut de suferit. Puteți începe imediat să reconstruiți acest lucru, încurajându-l să vorbească despre ceea ce dorește să se întâmple. Redarea controlului poate contribui, de asemenea, la dezvoltarea rezilienței și îi permite copilului să transforme o situație altfel dificilă în ceva pozitiv. Începeți cu „Hai să vedem ce putem face împreună în legătură cu asta”.

2. Acordarea în continuare a accesului la Internet

În zilele noastre, tehnologia și rețelele de socializare reprezintă însăși fundamentul modului în care tinerii relaționează și comunică, astfel încât soluția nu este atât de simplă ca și cum le-ai spune să își închidă telefoanele. Cercetări recente au sugerat că 4 din 5 tineri consideră că tehnologia digitală joacă un rol pozitiv în relațiile lor. Teama de a pierde aceste oportunități îi poate descuraja pe tineri să vorbească deschis.

3. Salvarea dovezilor

Acest lucru este important în cazul în care hărțuirea se agravează în continuare. Puteți face acest lucru cu ușurință făcând o captură de ecran.

4. Raportarea la platforma online

De asemenea, continuați să raportați incidentul platformei online relevante. Aceasta poate duce la sancțiuni pentru autorul cyberbullying-ului, cum ar fi suspendarea sau ștergerea contului.

5. Blocarea pe platforma online

Există întotdeauna o modalitate prin care putem împiedica agresorul să acționeze. Căutați butoanele de blocare pe rețeaua de socializare sau serviciul pe care îl folosește copilul. sau consultați paginile de ajutor pentru a afla cum. Toate rețelele sociale ar trebui să aibă o funcție care să vă permită să raportați abuzurile. În timp

ce agresorii pot fi anonimi pentru dumneavoastră, rețelele sociale își pot urmări utilizatorii prin intermediul adreselor IP și al altor instrumente. Conturile acestora pot fi blocate și dezactivate, dacă este necesar. Încercați să vă convingeți copilul să facă acest lucru împreună cu dumneavoastră, astfel încât să fie conștient de pașii pe care trebuie să-i urmeze în cazul în care va fi din nou agresat în viitor.

6. Contactarea Comisiei Anti-Bullying din școală

Școlile au responsabilitatea legală de a acționa, chiar dacă hărțuirea are loc online, și vor putea oferi sprijin și îndrumare. În cazurile în care hărțuirea este anonimă, este posibil să nu poată identifica persoanele care o fac, dar vor putea să vă sprijine copilul în timpul zilei de școală și să se asigure că acesta se simte în siguranță.

7. Contactarea Inspectoratului General al Poliției Române (IGPR)

Ați putea lua în considerare posibilitatea de a contacta IGPR. Forțele de poliție dispun de capacități tehnice și devin mai eficiente în luarea de măsuri. Prin urmare, dacă aveți dovezi că există un caz de hărțuire a unui copil, nu ezitați să luați legătura cu poliția. Identificarea unui caz de hărțuire a unui minor de către un anonim poate fi o sarcină dificilă, dar poliția din România și alte forțe de aplicare a legii au **resurse și tehnici la dispoziție pentru a investiga și identifica autorii.**

Primul pas este să depuneți o plângere oficială la secția de poliție, furnizând toate detaliile relevante și probele disponibile, cum ar fi capturile de ecran ale mesajelor sau ale comentariilor de pe platforma online. Acest demers este esențial, deoarece legislația în vigoare prevede ca „acțiunea penală se pune în mișcare la plângerea prealabilă a persoanei vătămate. Autoritățile pot solicita informații despre conturile și activitatea online a autorului de la furnizorii de servicii de internet sau de la platformele online relevante. Prin colaborarea acestora, pot fi obținute date care pot duce la identificarea autorului. Un exemplu poate fi identificarea și localizarea dispozitivului conectat la internet de pe care au fost transmise mesajele de hartuire.

Dacă IGPRul obține suficiente informații pentru a identifica un suspect, acesta poate fi audiat în legătură cu acuzațiile de hartuire. În cazul în care autorul anonim se află în afara României, poliția poate colabora cu autoritățile din alte țări pentru a obține informații și pentru a lua măsuri legale. Există situații când poliția poate solicita un mandat de la instanță pentru a obține mai multe informații despre autor sau pentru a efectua percheziții informatice. Este important să înțelegeți că identificarea unui autor anonim **poate fi o un proces complex și poate dura mult timp.** Este esențial să colaborați strâns cu forțele de aplicare a legii, să furnizați toate informațiile și probele relevante și să așteptați să se desfășoare investigația.

E. Sextingul consensual și nonconsensual

Sexting este un termen care se referă la practica în care o persoană trimite sau primește mesaje ori imagini cu un conținut sexual explicit sau sexualizat, prin intermediul telefonului sau al internetului. Acest lucru poate include imagini sau mesaje explicit sexuale, precum și fotografiile sau clipuri video care arată persoane îmbrăcate sau dezbrăcate. Sexting-ul poate fi realizat între persoane care sunt deja în relații sau poate interveni între persoane străine. Chiar dacă poate fi considerat o formă de comunicare sexuală, de asemenea, poate fi văzut ca o formă de hărțuire sau abuz.

Acest comportament este riscant din cauza faptului că imaginile sau mesajele pot fi distribuite sau postate online **fără consimțământul persoanei care a creat sau a trimis acea imagine**. Acest lucru poate duce la expunerea acesteia la o gamă largă de riscuri, printre care și cel de hărțuire. De aceea, este important ca persoanele care se implică în sexting să fie conștiente de riscurile acestui comportament și să ia măsuri pentru a se proteja împotriva acestora.

Impactul sextingului asupra stării emoționale și sociale a celor implicați

Pericolul de partajare neautorizată a fotografiilor și materialelor distribuite este unul dintre cele mai mari riscuri ale sexting-ului. O fotografie sau un video trimis prin intermediul unui dispozitiv sau prin internet poate fi ușor distribuit sau postat online fără consimțământul persoanei care a creat sau a trimis acea imagine. Acest lucru poate duce la răspândirea imaginilor respective și la expunerea persoanei din imagini la riscul de hărțuire sau chiar la riscuri ce țin de viața sa profesională și socială ori capacitatea de a dezvolta relații.

Minorii sunt în special vulnerabili la aceste riscuri deoarece ei pot fi mai puțin conștienți de consecințele pe termen lung ale partajării de imagini sau pot fi mai puțin capabili să ia decizii informate în ceea ce privește distribuirea de informații personale.

” Vă rog să mă ajutați. Fostul meu prieten distribuie poze intime cu mine, pe care i le-am trimis când eram împreună. Nu știu ce să fac, cu parintii nu pot vorbi!!!!”, **Elena, 16 ani, Roman**

Sexting-ul poate avea **consecințe negative pe termen lung**, nu doar pentru persoana care trimite mesajul. Adolescenții se pot simți jenați sau expuși, iar imaginile pot fi redistribuite. Consecințele sexting-ului pot duce chiar la cyberbullying și la pierderea încrederii în relațiile lor, precum și la înregistrarea în registrul delincvenților sexuali. Transmiterea imaginilor prin sexting poate avea repercusiuni fizice și emoționale grave și poate cauza o serie de probleme pentru tineri, inclusiv daune emoționale și psihologice, consecințe juridice și afectarea reputației lor. Atunci când tinerii se

angajează în sexting, se pot simți presați să împărtășească imagini sau mesaje explicite pentru a se integra în rândul colegilor sau în cercul de prieteni, pentru a-și explora sexualitatea sau pentru a impresiona un potențial partener. Acest lucru poate duce la sentimente de vinovăție, rușine și jenă, mai ales dacă imaginile sau mesajele sunt partajate fără consimțământul lor.

Adolescenții și părinții sunt adesea confuzi cu privire la ceea ce constituie sexting-ul și de ce este atât de periculos. Există mai mult decât doar trimiterea de imagini nud. Actul este considerat pornografie infantilă de lege dacă în imagini apare un minor în ipostaze sexuale. În timp ce nu este întotdeauna ilegal, sexting-ul poate duce la înregistrarea adolescentului în registrul delictenților sexuali și poate distruge orice șansă de o relație romantică și sexuală sănătoasă.

Analiza consecințelor sociale și emoționale cauzate de sexting

Partajarea de imagini sau filmări în ipostaze de nuditate sau sexualizate poate cauza o serie de probleme pentru tineri, inclusiv **daune emoționale și psihologice**, consecințe juridice și afectarea reputației lor. În plus, sexting-ul poate duce la hărțuire și hărțuire sau violență cibernetică. Acest concept este definit în legislația națională ca „*hărțuire online, mesaje instigatoare la ură pe bază de gen, urmărire online, amenințări online, publicarea non consensuală de informații și conținut grafic intim...cu scopul de a face de rușine, umili, speria, amenința, reduce la tăcere victima*” Odată ce o imagine sau un mesaj explicit este partajat, poate fi dificil de controlat cine îl vede sau unde ajunge. Acest lucru poate duce la intimidarea sau hărțuirea victimei de către colegi, cunoscuți sau persoane cu care comunică doar online. Partajarea de conținut media sexualizat poate duce, de asemenea, la un impact semnificativ asupra relațiilor, inclusiv **pierderea încrederii și a intimității**. Odată partajat, conținutul poate duce la o lipsă de încredere în relații și în intimitate, ceea ce duce la rupturi în cadrul interacțiunilor de acest tip și la suferință emoțională. Minorii sunt în special vulnerabili la aceste riscuri, deoarece ei pot fi mai puțin conștienți de consecințele pe termen lung ale partajării de imagini sau pot fi mai puțin capabili să ia decizii informate în ceea ce privește punerea la dispoziție de informații personale.

Fenomenul șantajului sexual pe internet este, de asemenea, o preocupare majoră. Codul Penal definește la articolul 194 șantajul ca fiind „**constrângerea unei persoane, prin violență sau amenințare, să dea, să facă, să nu facă sau să sufere ceva, dacă fapta este comisă spre a dobândi în mod injust un folos, pentru sine sau pentru altul**”. Persoanele care trimit imagini sau mesaje cu conținut sexual ori în care apar în ipostaze compromițătoare, se expun riscului de a fi șantajate să plătească diverse sume de bani sau să li se solicite să trimită în continuare mai multe imagini în care apar în ipostaze intime, sub amenințarea dării în vileag sau distribuirii imaginilor asupra cărora abuzatorul are deja control, sau pot fi amenințate cu a le distribui imaginile sau mesajele unor persoane din cercul de cunoscuți sau chiar din familia

victimei. Acest lucru poate avea un impact negativ semnificativ asupra vieții unei persoane, inclusiv afectarea stării de sănătate mentală și a relațiilor sociale.

De aceea educarea tinerilor despre consimțământ trebuie să fie axată pe înțelegerea a ce înseamnă acesta și de ce este foarte important, și ar putea include recomandări de a nu trimite sau a nu primi imagini sau mesaje cu conținut sexual, a păstra imagini private și mesajele în siguranță și a nu le distribui niciodată fără consimțământul aparținătorului și a fi atent și precaut la comunicările de pe internet. Consimțământul este o acceptare în mod liber și informată a participării la o anumită activitate. Înțelegerea semnificației acestui concept și a modului în care trebuie să fie obținut poate ajuta la evitarea situațiilor în care conținutul sexualizat este distribuit fără acordul celor implicați.

Cum comunicăm despre acest subiect cu adolescenții?

Sexting-ul poate cauza probleme pe termen lung, dar cu ghidarea potrivită, părinții își pot proteja copiii ca să nu devină victime. Prima recomandare ar fi ca părinții să aibă grijă să nu reacționeze într-un mod care ar putea să îi îndepărteze pe copii să discute despre acțiunile lor. Este important să îi educați pe copiii dumneavoastră cu privire la potențialele pericolele asociate sexting-ului, pentru a-i ajuta să nu cedeze presiunii grupului de vârstă. De asemenea, îi puteți ajuta explicându-le consecințele acestui risc online, de existența serviciilor de asistență disponibile, cum ar fi linia de consiliere ctrl_Ajutor pusă la dispoziție de Organizația Salvați Copiii, pe websiteul www.oradenet.ro.

Una dintre cele mai importante modalități de a vorbi despre sexting cu adolescenții este de a evita să judecăm. Cea mai bună modalitate de a face acest lucru este să fiți deschiși și înțelegători și să ascultați ceea ce spune copilul dumneavoastră adolescent. Tinerii au adesea motive puternice să nu facă anumite lucruri, dar se pot simți frustrați dacă sunt nevoiți să facă ceva ce nu ar fi vrut să facă. Din cauza accesibilității foarte crescute a materialelor de pe internet, destinate adulților, și a consumului constant de conținut sexualizat unele persoane pot dezvolta o percepție negativă despre relațiile intime. Acesta poate duce la o creștere a stereotipurilor sexuale și poate influența ideile, principiile despre relațiile sexuale și propria persoană. Mai mult decât atât, consumul constant de astfel de materiale, poate duce la comportamente sexuale riscante și experiențe negative.



Siguranța și drepturile online: ce spune legea?

Atenție!

Codul Penal prin articolul 374, completat de art. 51 din Legea 161/2003 incriminează deținerea, producerea și distribuirea ori punerea la dispoziție de materiale care înfățișează abuzuri asupra minorilor. Sexting-ul care implică trimiterea sau distribuirea

de astfel de materiale poate fi considerat pornografie infantilă și poate atrage pedepse severe, inclusiv închisoarea. Articolul de lege face referire la fapta de „pornografie infantilă,, un termen pe care îl consideram impropriu.

Mai mult decât atât, această formă de abuz are efecte devastatoare pentru dezvoltarea psihică și viața victimei, traumele suferite fiind extrem de greu de depășit, chiar și cu ajutor specializat.

Legiuitorul a recunoscut că gravitatea faptei nu a fost subliniată suficient în Codul penal, ca urmare, în cursul anului 2021 infracțiunea a fost trecută, alături de fapta de trafic de minori, în rândul infracțiunilor imprescriptibile.

Prin urmare, noi folosim termenul de „ materiale de abuz sexual asupra minorului,, acesta fiind un termen deja folosit în legislația unor țări europene, în comunicările Parlamentului european, dar și de către organizațiile internaționale care luptă pentru protecția drepturilor copiilor și combaterea abuzurilor asupra minorilor. Mai mult decât atât, acest termen leagă în mod explicit materialul ilegal de sursa problemei arătând fără echivoc natura abuzului, fără a lăsa loc de vreo interpretare.

Sextortion - șantajul sexual pe internet

Șantajul sexual pe internet, cunoscut și sub numele de „sextortion”, este o formă de hărțuire sau de abuz sexual care se bazează pe obținerea de imagini sau de informații cu caracter sexual prin intermediul internetului. Aceasta poate include amenințarea cu distribuția neautorizată a imaginilor sau a informațiilor cu caracter sexual, precum și solicitarea de noi imagini sau informații în schimbul promisiunii de a nu distribui informațiile deja obținute. Șantajul sexual pe internet poate avea consecințe devastatoare pentru victime, incluzând anxietate, depresie și probleme legate de sănătatea mintală.

” «Am 14 ani și îmi este greu să vorbesc despre asta. Acum câteva luni l-am întâlnit pe David la un party. Așa am aflat că suntem și colegi de liceu. El era cu un an mai mare. Am tot vorbit pe chat și am crezut că am ajuns să avem o relație, am crezut că ține la mine. Când mi-a cerut o poză sexy cu mine pe chat, i-am trimis, pentru că aveam încredere în el. Acum suntem certați, iar el mă amenință că pune acea imagine pe grupul de chat al școlii. Ce pot face pentru a șterge imaginea? Îmi e rușine și nu vreau să vorbesc cu părinții despre asta. Îmi este teamă că nu mă vor înțelege » **Irina, 14 ani**

Organizația Salvați Copiii România avertizează că fenomene alarmante precum cyberbullyingul, groomingul, sextingul, șantajul și dependența de internet reprezintă

provocări de primă importanță în prezent, atrăgând nu doar atenția părinților, ci și a specialiștilor din domeniul educației.

Numai pe parcursul anului 2022, în cadrul liniei esc_ABUZ, ce vizează raportarea conținutului dăunător (ilegal și legal) pentru copii și tineri în mediul online, au fost primite 8.816 astfel de raportări, din care 68% (6.029) ilustrau imagini cu abuz sexual asupra copiilor (CSAM) sau materiale cu minori în ipostaze sexualizate, iar 89% (5.077) dintre ele reprezentând materiale generate chiar de către minori (CSAM). În ceea ce privește vârsta victimelor :

- 9 % reprezintă cazuri care înfățișează copii cu vârsta aproximativă de până în 10 ani,
- 82 % dintre victimele înfățișate în materiale aveau vârsta cuprinsă între 11 și 15 ani,
- 9% reprezintă adolescenți între 16 și 18 ani.



Organizația Salvați Copiii România lansează campania « [Povestea unui abuz](#) », cu scopul de a avertiza asupra modurilor prin care toți utilizatorii pot contribui la crearea unui mediu online sigur pentru copii, prin raportarea conținutului dăunător de pe internet. Campania prezintă o serie de șase clipuri audio-video care redau conversații între abuzatori și victime, inspirate din cazuri reale.

Clipurile video, sub forma unor mesaje scurte, au scopul de a ne convinge că nu putem să trecem cu vederea poveștile copiilor care au devenit victime ale abuzurilor pe internet. Fiecare

dintre aceste clipuri audio-video ale campaniei va redirecționa utilizatorii către pagina web, unde pot găsi un [formular de raportare](#). Acest formular este folosit de operatorii liniei esc_ABUZ pentru analiza cazurilor și pentru a colabora ulterior cu autoritățile competente în vederea eliminării conținutului inadecvat și identificării agresorilor.

În completarea noțiunilor descrise în paragrafele anterioare, unde a fost detaliat la ce se referă termenul de sexting, care sunt implicațiile acestui fel de comportament și acțiuni, importanța reputației online și cum ne construim starea de bine în mediul digital, trebuie menționate și câteva noțiuni de legislație. Mai jos sunt descrise și explicate, mai multe fapte incriminate de legislația română, și care pot constitui riscuri în online.

✓ Siguranța și drepturile online: ce spune legea?

De reținut!

Articolul 208 Cod Penal (Legea 286/2009) definește hărțuirea ca fiind „fapta celui care, în mod repetat, urmărește, fără drept sau fără un interes legitim, o persoană ori îi supraveghează locuința, locul de muncă sau alte locuri frecventate de către aceasta, cauzându-i astfel o stare de temere, ,, pedeapsa fiind de până la 6 luni de închisoare sau amendă. Alineatul 2 al articolului de lege prevede că hărțuirea poate exista și în mediul virtual prin ,, efectuarea de apeluri telefonice sau comunicări prin mijloace de transmitere la distanță, care, prin frecvență sau conținut, îi cauzează o temere unei persoane,, și se pedepsește cu până la 3 luni de închisoare sau amendă, dacă fapta nu constituie o infracțiune mai gravă.

O altă formă de hărțuire, pedepsită distinct de către lege este hărțuirea sexuală, incriminată prin articolul 223 din Codul Penal „pretinderea în mod repetat de favoruri de natură sexuală în cadrul unei relații de muncă sau al unei relații similare, dacă prin aceasta victima a fost intimidată sau pusă într-o situație umilitoare, se pedepsește cu închisoare de la 3 luni la un an sau cu amendă.” Hărțuirea sexuală poate fi manifestată și în online, prin trimiterea de către agresor de mesaje e-mail sau chat cu tentă sau aluzii sexuale, insistențe pentru ca victima să accepte invitațiile agresorului sau chiar comentarii indecente, repetate despre felul cum arată sau altele asemenea.

Orice persoană se poate confrunta cu hărțuirea, chiar și în mediul școlar. Trebuie specificat că hărțuirea nu este neapărat să fie îndreptată doar împotriva persoanelor de sex opus, agresorul poate hărțui și persoane de același gen. Hărțuirea depinde de impactul pe care îl are fapta asupra persoanei hărțuite, indiferent de intenția agresorului.

Amenințarea este incriminată de Codul Penal prin articolul 206 care stipulează că „fapta de a amenința o persoană cu săvârșirea unei infracțiuni sau a unei fapte păgubitoare îndreptate împotriva sa ori a altei persoane, dacă este de natură să îi producă o stare de temere, se pedepsește cu închisoare de la 3 luni la un an sau cu amendă, fără ca pedeapsa aplicată să poată depăși sancțiunea prevăzută de lege pentru infracțiunea care a format obiectul amenințării”.

💡 Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

De aplicat! La ce clasă?

Pentru ca această experiență de învățare să fie plăcută și informativă, am pregătit trei jocuri și activități interesante. Pe parcursul acestor activități, încurajăm participarea activă, discuțiile deschise și schimbul de informații. Nu uitați, scopul nu este doar de a învăța, ci și de a vă bucura de ajutorul celor de lângă noi. Așadar, haideți să descoperim aceste jocuri și importanța imaginii de sine și să îmbrățișăm strategiile pentru a rămâne în siguranță și responsabili în lumea online.

Titlul activității: Concursul de creare a unui avatar digital

În cadrul acestei activități, elevii vor avea ocazia de a își dezlănțui creativitatea prin crearea unor avatare digitale care să reflecte imaginea de sine pozitivă și să întruchipeze un comportament online responsabil. Vom explora alegerile pe care fac în ceea ce privește înfățișarea, comportamentul și partajarea, ceea ce ne va permite să aprofundăm conceptele de imagine de sine și de siguranță online.

Obiectiv: Promovarea unei imagini de sine pozitive și conștientizarea siguranței online.

Desfășurarea activității: Împărțiți grupul în echipe. Oferiți acces la instrumente sau aplicații de creare de avatare online. Instruiți participanții să creeze avatururi digitale care să se reprezinte pozitiv și în siguranță în lumea online. Încurajați-i să ia în considerare aspecte precum aspectul adecvat, comportamentul respectuos și schimbul responsabil. Stabiliți o limită de timp pentru crearea avatururilor. După aceea, rugați participanții să își prezinte avaturile și să explice alegerile pe care le-au făcut. Începeți o discuție despre importanța imaginii de sine, a siguranței online și a comportamentului online responsabil.

Titlul activității: Vânătoare de comori online

Acest joc își propune să dezvolte abilitățile de gândire critică cu privire la riscurile potențiale din lumea online. Elevii vor lucra în echipe, folosind internetul pentru a căuta exemple reale de scenarii online care implică hărțuirea cibernetică, încercările de phishing și conținutul nepotrivit. Prin analiză și discuții, vor explora riscurile și strategiile de abordare eficientă a acestor situații.

Obiectiv: Dezvoltarea gândirii critice și promovarea conștientizării riscurilor online.

Desfășurarea activității: Creați o listă de scenarii sau situații online care implică riscuri potențiale, cum ar fi întâlnirea cu hărțuirea cibernetică, mesaje de phishing sau conținut nepotrivit. Împărțiți grupul în echipe. Puneți la dispoziția fiecărei echipe lista și acces la rețeaua wi-fi, dacă este cazul. Instruiți echipele să găsească și să analizeze exemple de scenarii din listă, evaluând riscurile și sugerând acțiuni adecvate pentru a le aborda. Stabiliți o limită de timp. După expirarea timpului, discutați fiecare scenariu în grup, evidențiind riscurile, consecințele și răspunsurile adecvate.

Încurajați participanții să își împărtășească opiniile și strategiile pentru a rămâne în siguranță online.

Titlul activității: Jocul de rol privind siguranța online

Asumându-vă diferite roluri, vă puteți implica în scenarii online realiste, cum ar fi confruntarea cu prădătorii, reacția la incidente de hărțuire online și luarea unor decizii care să promoveze siguranța personală. Această activitate va încuraja empatia, abilitățile de luare a deciziilor și capacitatea de a căuta ajutor și sprijin atunci când vă confrunțați cu situații dificile.

Obiectiv: Promovarea empatiei și a abilităților de luare a deciziilor în situații de siguranță online. **Instrucțiuni:** Pregătiți un set de scenarii cu care adolescenții se pot confrunța online, cum ar fi abordarea prădătorilor din online, gestionarea cererilor de informații personale sau răspunsul la incidente de hărțuire pe internet.

Desfășurarea activității: Atribuiți roluri diferiților participanți, precum rolul victimei, rolul agresorului, rolul prietenului îngrijorat și rolul adultului responsabil. Invitați participanții să joace scenariile, improvizând răspunsurile și deciziile lor. Încurajați participanții să discute și să reflecteze asupra consecințelor diferitelor acțiuni și alegeri. Facilitați o discuție de grup pentru a analiza scenariile, pentru a explora abordări alternative celor propuse de adolescenți și pentru a sublinia importanța căutării de ajutor, a raportării incidentelor și a menținerii în mediul online a unor limite responsabile.

Nu uitați să adaptați aceste activități în funcție de vârsta și nivelul de maturitate al participanților, asigurându-vă că acestea sunt atractive, interactive și promovează o experiență de învățare pozitivă.

Propuneri privind activități de tip dezbateri pe următoarele subiecte:

1. Intimitate versus răspândirea de imagini - *ce importanță are dreptul la intimitate și de ce ar trebui să îl respectăm?; cum putem să stabilim limite sănătoase în ceea ce privește dreptul la intimitate?; ce consecințe negative poate avea răspândirea de imagini intime fără acordul persoanei implicate?; cum putem promova o cultură a respectului și protejării intimității în mediul online?*
2. Respectul și consimțământul în relațiile online - *ce înseamnă respectul în relațiile online și de ce este important?; cum poate sexting-ul afecta relațiile și încrederea între persoane?; ce înseamnă consimțământul și de ce este esențial în orice interacțiune online?; cum putem promova relații sănătoase și respectuoase în mediul online și cum putem stabili limite clare în ceea ce privește sexting-ul?*

Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De reținut!

La ședința cu părinții, vă propunem să realizați o activitate non formală de conștientizare cu privire la responsabilitatea online și consecințele juridice - *Ce înseamnă responsabilitatea online și cum putem fi mai responsabili în mediul digital?; Care sunt drepturile din mediul online? Cum putem proteja atât propria noastră siguranță, cât și pe cea a celor din jur?*

O resursă informațională importantă pentru părinți este Anexa 11 care oferă alternative de joc și joacă în mediul offline și îi încurajează să petreacă timp de calitate împreună cu copiii lor. Pentru mai multe informații, accesați [ghidul Descoperirea Bucuriei Offline](#).

Vă invităm să descoperiți primul modul al cursului dedicat părinților, care furnizează informații detaliate și utile despre comunicarea empatică și răbdătoare, precum și despre metodele de a asigura un echilibru sănătos între viața online și cea offline a copiilor. Acest curs valoros este disponibil pe site-ul nostru, la adresa <https://oradenet.ro/resurse/parinti-responsabili-in-era-digitala>. Este o resursă autentică și de încredere, accesibilă integral pe www.oradenet.ro.

F. Furtul de conturi

Internetul s-a dezvoltat foarte mult pe parcursul ultimilor decenii oferind tuturor utilizatorilor noi tehnologii și instrumente care să-i ajute și să-i distreze. Însă această evoluție vine cu pericolele ei deoarece nu toate aceste noi mijloace sunt folosite responsabil și/sau pentru binele utilizatorilor. În rândul utilizatorilor obișnuiți există și hackeri care fie vor să obțină ceva de la alți utilizatori într-un mod ilegal, fie să se distreze pe seama celor care au fost prinși în capcanele lor.

În cadrul acestui capitol ne vom referi la hackerii care vor să obțină lucruri în mod ilegal de la alți utilizatori ai internetului, mai exact: furtul de conturi, cunoscut în limba engleză sub termenul de phishing, exemple concrete, cum funcționează și cum putem preveni furtul de conturi.

Cele mai bune exemple de phishing în rândul copiilor, dar și al adulților, se rezumă la platformele cele mai accesate: platformele de videosharing³⁰, e-mail, social media și platformele de jocuri video. În acest sens vor fi prezentate trei astfel de exemple, unul pentru fiecare tip de platformă.

30 Platforme de partajare de videoclipuri.

Metode bune de prevenție a phishing-ului sunt:

- Folosirea surselor oficiale de informație ale platformelor pe care le accesați în cazul apariției unor schimbări legitime. Însă tot timpul gândiți-vă că poate chiar acea sursă oficială a fost furată (exemplul 2 YouTube), deci verificați informațiile cu referire la furtul de conturi din surse oficiale înainte de a lua ca atare mesajul acelei surse.
- Dacă chiar vreți să apăsați un link necunoscut verificați-l prin folosirea de site-uri care verifică legitimitatea link-urilor. (site-uri de tipul link checker precum: dfndr lab: <https://www.psafec.com/dfndr-lab/>)
- Dacă primiți mesaje neobișnuite de la prieteni asigurați-vă prin intermediul altei platforme sau altui device dacă prieteni voștri au trimis acele mesaje (exemplul Steam). Și chiar dacă ei le-au trimis nu apăsați pe link-uri dubioase deoarece poate au fost păcăliți de altcineva să trimită link-ul mai departe.
- Cât timp navigați pe internet asigurați-vă că tot timpul să aveți o gândire sceptică legat de orice vedeți necunoscut vouă și nu vă considerați experți ai internetului (exemplul 1 YouTube). Mai bine precaut, decât să regretați.
- Raportați conturile, adresele și numerele de telefon necunoscute care vă trimit mesaje dubioase (asemenea numărului de telefon din exemplul Instagram). În acest sens vom oferi imaginii care să vă arate cum să raportați propagandiștii acestor mesaje malițioase:



Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

De aplicat! La ce clasă?

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 20 minute

Materiale necesare: fișe cu exemple de e-mailuri sau mesaje de phishing, fișe cu exemple de e-mailuri legitime

Desfășurarea activității: Împărțiți elevii în echipe de câte 3-4 persoane. Explicați-le elevilor ce este phishing-ul și cum funcționează. Discutați despre semnele de avertizare comune ale phishing-ului, cum ar fi erori gramaticale, solicitări urgente sau cereri de informații personale. Distribuți fiecărei echipe câteva fișe cu exemple de e-mailuri sau mesaje de phishing și câteva fișe cu exemple de e-mailuri legitime. Elevii trebuie să analizeze fiecare fișă și să decidă dacă este un exemplu de phishing sau un e-mail legitim. Ei trebuie să identifice semnele de avertizare și să explice de ce cred că respectivul e-mail este sau nu este phishing. După ce echipele au analizat toate fișele, discutați

împreună despre răspunsurile corecte și motivele pentru care anumite e-mailuri sunt considerate phishing. Acordați puncte fiecărei echipe în funcție de răspunsurile corecte. Echipa cu cele mai multe puncte câștigă. Pentru a încheia jocul, subliniați din nou semnele de avertizare ale phishing-ului și importanța de a fi vigilenți și de a nu furniza niciodată informații personale sau confidentiale în răspuns la astfel de e-mailuri.

Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții *De aplicat!*

Puteți dezbate în cadrul ședinței probleme referitoare la phishing și riscurile la care pot fi expuși copiii, apelând la următoarele teme:

- ▶ Cum putem ajuta copiii să recunoască și să evite phishing-ul în mediul online?;
- ▶ Cum putem crea o comunicare deschisă și transparentă între părinți și copii pentru a preveni phishing-ul?;
- ▶ Soluții tehnologice și măsuri de securitate pentru a proteja copiii de phishing;
- ▶ Cum putem învăța copiii să verifice autenticitatea surselor online pentru a evita phishing-ul?

Acestea sunt câteva exemple; în funcție de interesul părinților referitor la acest subiect, puteți exploata și alte teme de dezbateră.

O resursă importantă pentru părinți este Anexa 12 care oferă alternative de joc și joacă în mediul offline și îi încurajează să petreacă timp de calitate împreună cu copiii lor. Pentru mai multe informații, accesați [ghidul Descoperirea Bucuriei Offline](#) disponibil pe site-ul www.oradenet.ro.

G. Activități de fraudă online

Cum ne protejăm de fraude când achiziționăm produse online? Pentru a evita situația de a cădea victima unor activități de fraudă online la achiziționarea de produse, trebuie respectat un set minim de reguli:

- cumpărăturile să se realizeze doar de pe site-uri recunoscute și securizate;
- contravaloarea unui produs achiziționat nu trebuie transmisă înainte de verificarea existenței și a funcționalității acestuia, prin folosirea unui serviciu de escrow recunoscut;
- nu se folosesc serviciile financiare de transfer rapid, precum MoneyGram, înainte de
- recepționarea produsului achiziționat, mai ales când această operațiune este solicitată de vânzător;

- verificarea bonității site-ului (există magazine online fictive care au ca scop atragerea unor clienți și captarea datelor bancare ale acestora).

Servicii de escrow - terțe părți într-o tranzacție care recepționează, depozitează și ulterior livrează fonduri sau documente, atunci când se constată *îndeplinirea* anumitor condiții; cont constituit între un debitor și creditor, dar deținut de un terț, nefiind însă discreționar la dispoziția acestuia; este folosit în cazul în care unul dintre ei nu își achită obligațiile contractuale.

✓ Siguranța și drepturile online: ce spune legea?

De reținut!

Există mai multe tipuri de fraudă, printre care fraudă bancară, fraudă pe telefon, fraudă cibernetică, etc. În mediul online, aceste modalități de înșelăciune se pot întrepătrunde. În funcție de contextul în care au fost realizate și de felul în care acestea au avut loc efectiv, sunt aplicabile diverse legi speciale, prin raportare la domeniul vizat.

Fraudă bancară implică diverse activități ilegale, cum ar fi falsificarea cardurilor, phishing, skimming sau utilizarea neautorizată a conturilor bancare. Scopul legislației privind fraudarea bancară este de a proteja consumatorii și instituțiile financiare împotriva acestor infracțiuni, prin stabilirea sancțiunilor și implementarea măsurilor de securitate necesare pentru a preveni astfel de activități ilegale.

Fraudă prin telefon implică apeluri telefonice frauduloase în care infractorii se prezintă drept reprezentanți ai unor organizații sau instituții și încearcă să obțină informații personale sau să inducă în eroare victimele pentru a le determina să trimită bani sau să dezvăluie date sensibile.

Fraudă cibernetică reprezintă utilizarea tehnologiei și a internetului în scopul comiterii de infracțiuni, cum ar fi phishing-ul, malware-ul, atacurile ransomware sau fraudă prin intermediul platformelor online. Scopul legislației privind fraudă cibernetică constă în furnizarea protecției împotriva acestor infracțiuni, stabilirea sancțiunilor pentru infractori și promovarea măsurilor de securitate cibernetică pentru prevenirea atacurilor.

💡 Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

Cum adaptez? La ce clasă?

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 30 minute

Materiale necesare: foi, markere

Desfășurarea activității: Profesorul prezintă conceptul de fraudă online și împărtășește exemple concrete de activități frauduloase, cum ar fi phishing, scam-uri, fraude prin identitate etc. Elevii sunt împărțiți în echipe de câte 4-5 membri. Fiecare echipă primește un nume de detectiv și primește un set de indicii și exemple de activități de fraudă online. Fiecare echipă primește o serie de cazuri fictive de fraudă online. Elevii trebuie să analizeze indiciile furnizate și să identifice tipul de fraudă, să găsească posibile soluții și să propună măsuri de prevenire. Fiecare echipă prezintă rezultatele lor și argumentează deciziile luate în fața clasei. Profesorul facilitează o dezbatere în clasă, în care elevii discută despre cazurile prezentate și soluțiile propuse. Profesorul rezumă principalele lecții învățate și importanța protejării datelor personale și a securității online. Elevii primesc resurse suplimentare și sfaturi pentru a-și proteja datele personale și pentru a evita activitățile de fraudă online. Prin intermediul acestui joc, elevii vor învăța să recunoască semnele de avertizare ale activităților de fraudă online și vor dobândi abilități practice pentru a se proteja în mediul digital.

Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De reflectat!

Vă recomandăm realizarea unei prezentări interactive pentru a discuta despre diversele tipuri de activități de fraudă online, cum ar fi phishing, scam-uri, fraude prin identitate etc. Prezentați o listă de sfaturi și strategii practice pe care părinții le pot aplica pentru a proteja copiii în mediul digital, cum ar fi educarea lor despre pericolele online, utilizarea de parole puternice, verificarea surselor de informații etc. Organizează un exercițiu practic în care părinții să lucreze în grupuri mici și să identifice posibile scenarii de activități de fraudă online și să propună soluții pentru a le preveni.

O resursă importantă pentru părinți este Anexa 13 care oferă alternative de petrecere a timpului de calitate cu copiii în mediul offline. Pentru mai multe informații, accesați [ghidul Descoperirea Bucuriei Offline](http://www.oradenet.ro) disponibil pe site-ul www.oradenet.ro,

H. Conținutul online cu caracter dăunător pentru copii și tineri

Cu toate că utilizarea internetului este utilă prin multitudinea de informații disponibile, posibilitățile de socializare online, redactarea temelor și învățare, spațiul virtual ascunde și părți mai întunecate pentru copii și tineri. Aceste riscuri însă pot fi evitate dacă copiii beneficiază de informare despre potențialele pericole online, în familie, la școală sau în alte contexte sociale. Deoarece prevenția este cea mai bună metodă de a fi în siguranță în mediul online, am pregătit o serie de informații și recomandări ce pot fi utile în protecția copiilor împotriva expunerii la conținut sau comportament nepotrivit sau dăunător în mediul online.

Conținutul dăunător se referă la orice conținut găsit pe Internet sau acțiune realizată online ce provoacă o stare neplăcută sau suferință unei persoane. Conținutul dăunător poate include o varietate de tipuri de materiale, evaluarea putând fi subiectivă în funcție de privitor sau putând varia în funcție de alte caracteristici precum vârsta privitorului, de pildă. În rândurile de mai jos vă invităm să parcurgem împreună categoriile de materiale dăunătoare sau ilegale ce pot fi raportate autorităților pentru a le înțelege și a vedea măsurile ce se pot lua împotriva lor.

Unii părinți consideră că este normal să își filmeze copiii la piscină, la duș sau în alte ipostaze care pot implica nuditate. Deși este firesc ca părinții să fie mândri de copiii lor și să își dorească să împărtășească cu ceilalți clipele frumoase din viața lor de familie, este important ca ei să înțeleagă că este dificil de controlat unde vor ajunge respectivele materiale după ce au fost încărcate, de exemplu, pe o pagina a unei rețele de socializare. Rezidă în responsabilitatea adultului să se informeze și să conștientizeze pericolele care se ascund în spatele acestor gesturi aparent nevinovate. Nu de puține ori, astfel de materiale ajung să fie distribuite fără voia celor care le-au produs pe platforme online ce sunt un paravan pentru paginile care prezintă abuzuri asupra copiilor. Odată încărcate în online, fotografiile sau clipurile video pot scăpa foarte ușor de sub controlul celui care le-a încărcat iar acest lucru se întâmplă des.

O expresie devenită celebră ne spune că „internetul nu uită”. Fișiere vechi, fotografii încărcate în conturile personale de pe rețelele sociale pot reapărea în locuri surprinzătoare de pe internet, în cu totul alte contexte decât protagonistul acestora și-ar fi dorit să se afle vreodată. Ștergerea sau blocarea lor se va dovedi uneori deosebit de dificilă deoarece website-ul pe care apar fotografiile poate fi înregistrat într-o altă țară și prin urmare are o altă jurisdicție legislativă. Odată apărute în locuri nepotrivite, imaginile pot declanșa o avalanșă de consecințe directe asupra familiei și, mai târziu, asupra copilului. Vorbind de online, efectele sunt întotdeauna pe termen lung - pot pleca de la disconfortul, umilința, amenințarea sau șantajul familiei și pot ajunge până la hărțuire și ademenire a copilului atunci când el va crește. Așadar, prevenția și precauția sunt cele mai bune metode de protecție online, iar recomandarea specialiștilor este de a nu distribui nici public, nici prin mesagerie privată imagini cu copilul care implică nuditate. Amintiți-vă că deși este mic, copilul are dreptul la propria imagine și protecția acesteia.

Internetul permite comunicarea și diseminarea globală extrem de rapidă a informațiilor de orice fel. Pe lângă toate beneficiile pe care această funcționalitate le aduce în viața noastră, ea contribuie la diseminarea la fel de extinsă a **materialelor dăunătoare ce implică violență** – ne referim aici la materiale ce înfățișează sau simulează în mod realist atacuri, rănirea de ființe umane sau animale și alte acte cu o gravitate ridicată. Deși astfel de materiale sunt constant eliminate de către marile rețele de socializare, ele pot fi găsite online pe site-uri mai puțin cunoscute sau chiar

În ceea ce se numește „dark web”, o secțiune a internetului ce este anonimă și se accesează doar cu o cheie specială. Este firesc să ne punem întrebarea de ce ar accesa cineva această zonă. De multe ori sunt persoane sau grupuri care trăiesc și acționează în afara legii și sub protecția anonimatului. Poate reprezenta o zonă extrem de atractivă pentru tineri curioși, fascinați de ceea ce este tipic interzis și care se invită unii pe alții către acest tip de explorare.

Expunerea la acest tip de conținut constituie o traumă pentru mulți dintre cei care privesc și efectele se agravează cu cât expunerea are loc pe o perioadă mai lungă de timp. Astfel, chiar dacă la început poate a intrat doar din curiozitate sau ca să fie inclus în discuțiile cu prietenii, adolescentul se poate desensibiliza asupra importanței și sacralității vieții sau chiar poate normaliza un astfel de comportament încurajând manifestările violente și hărțuirile până a trece dincolo de limita legii. În același timp, dorim să întregim imaginea și să menționăm un aspect despre care se vorbește mai puțin. Zona „dark web” a internetului constituie un spațiu cu rol important în asigurarea respectării drepturilor omului la nivel global. Acest spațiu rămâne printre puținele locuri în care oamenii pot publica resurse sub protecția anonimatului într-o eră în care vocile critice la adresa diverselor sisteme, practici sau persoane influente sunt cenzurate. Acest lucru este util în mod special cei ce trăiesc în regimuri autoritare unde există amenințări la libertatea de exprimare și a presei libere.

Întrucât părerile cu privire la „dark web” sunt împărțite chiar și în lumea specialiștilor și autorităților, cea mai bună soluție este informarea, educația și prevenirea. Cu cât copiii le vor fi explicate natura acestor fenomene și impactul unor astfel de conținuturi, cu atât acestea vor deveni mai puțin taboo, iar adolescenții își vor pierde din curiozitate. Materiale care utilizează un limbaj vulgar (*profanări, înjurături, vulgarități, obscenități*) sau care încurajează un comportament vicios (descrierea și utilizarea țigărilor, alcoolului, drogurilor, armelor, jocurilor de noroc).

La o simplă privire putem sesiza că toate exemplele oferite mai sus sunt înfățișate frecvent și în programele TV, de multe ori la ore la care copiii pot fi de față. Puțini adulți declară că respectă recomandările de vârstă și, de regulă, le permit celor mici să vizioneze emisiunile și filmele pe care le văd și ei. Această decizie aparent nevinovată și incluzivă poate avea consecințe neplăcute sau chiar grave pe termen lung. Atunci când e mic, copilul este ca un burete, el învață prin imitație de la cei din jur, în special de la membrii familiei. Poate pentru noi ca adulți nu mai este o noutate ceea ce vedem și este posibil să nu mai sesizăm sau să tolerăm cu ușurință scenele care prezintă un limbaj vulgar sau un comportament nepotrivit. Observând atitudinea adulților și în special a părinților, copilul învață dacă o anumită conduită este acceptabilă sau nu și învață asta inclusiv din programele TV, din mediul online dar și din interacțiunile la care asistă. Deși asemenea conținuturi au devenit atât de frecvente încât par să fie normalitatea, nu este cazul să desconsiderăm efectele pe care le au asupra copiilor.

Atunci când asistă pentru prima dată la scene violente, comportamente despre care li s-a spus ca nu sunt potrivite sau aud cuvinte vulgare, **copiii simt frică, rușine, dezgust sau indignare** însă dacă acestea nu sunt cu adevărat observate, ascultate și luate în serios de adulți, se obișnuiesc cu ele. Pe termen scurt, ei ajung să manifeste disconfortul pe care îl simt prin agitație, agresivitate, comportament violent sau sexualizat, dorința de a vedea și mai mult conținut de acel fel sau dimpotrivă să aibă tendința de a se ascunde, retrace și de a se închide în sine. Oricare ar fi strategia copilului de a face față la această expunere, tot ce accesează construiește imaginea lui despre sine, despre ceilalți și despre lume și viață.

Merită să priviți din această perspectivă: dacă ar fi să analizați la ce este expus copilul, modelul primit tinde să fie unul care îl face să se simtă că trăiește într-o lume sigură, este împuternicit și susținut, ceilalți sunt de încredere sau, **la polul opus, lumea este un loc periculos de care trebuie să se ferească** sau în care trebuie să lupte, el este neputincios iar ceilalți sunt mai degrabă persoane pe care nu te poți baza. De multe ori materiale total nepotrivite pentru cei mici, precum cele descrise mai sus, sunt postate pe rețelele sociale și în acest fel ajung la foarte mulți utilizatori. Pentru a veni în întâmpinarea utilizatorilor, rețelele sociale au implementat un cod de conduită și un sistem de raportare a conținutului.

Cunoașterea acestor standarde impuse de rețelele sociale, selectarea cu atenție a conținutului partajat, raportarea, dar și protecția copiilor prin informare și programe de filtrare, pot contribui la evitarea materialelor precum cele descrise mai sus.

Impactul vizualizării materialelor online cu caracter dăunător asupra sănătății mintale

Conținutul dăunător poate induce sentimente de frică, intimidare, oroare sau teroare psihologică. În funcție de vârsta copilului, efectele expunerii la astfel de materiale pot fi:

- Manifestarea unor comportamente expresive sau represive nedorite care, de fapt, trădează disconfortul emoțional pe care copilul sau adolescentul îl resimte;
- Imitarea comportamentelor nedorite observate sau căutate activ în mediul online;
- Influențarea într-un mod negativ a percepției despre propria persoană și capacitățile sale, gradul de încredere și de conectare pe care îl poate simți față de celelalte persoane și impresia lui generală despre lume și viață;
- Escaladarea expunerii la o cantitate și diversitate tot mai mare de conținut care înfățișează comportamente indezirabile și abuzuri;

- Încălcarea drepturilor sale sau ale celorlalți, cu sau fără intenție;
- Scăderea gradului de siguranță în mediul online devenind susceptibil pentru a fi victimă sau agresor;
- Expunerea la astfel de materiale poate constitui o traumă considerabilă ce, pe termen lung, influențează calitatea imaginii și iubirii de sine a copilului, apropierea de ceilalți, modul în care percepe genul opus și unele categorii de persoane, capacitatea de a avea încredere și relațiile lui de natură familială, sentimentală, colegială și profesională.

Recomandări pentru protecția copiilor împotriva conținutului dăunător

Încă de la începutul navigării online este important pentru părinți să creeze contextul prin care copilul să fie încântat de a naviga împreună, în familie, în spații sigure, dedicate copiilor. Este important ca copilului să-i fie prezentate mai multe posibilități pe care le are online pentru divertisment și învățare și să-i fie explicat că Internetul este un spațiu public la care au acces oameni din întreaga lume. Unii ne pot inspira să creăm lucruri extraordinare și să învățăm de la ei, iar alții pot avea scopuri mai puțin bune. Încurajați copiii să ceară sprijinul când observă ceva care le creează o stare neplăcută sau cineva le cere informații despre sine, familie sau școala. Pe măsură ce copilul crește și devine adolescent, implicarea adulților poate fi redusă, însă este important ca aceștia să rămână alături de copii pentru suport. Cu cât se discută mai timpuriu cu copilul despre datele personale, conținutul dăunător sau neplăceri legate de conversații cu alte persoane, cu atât copilul va putea percepe adulții din viața sa ca sprijin și aliați pentru a trece împreună prin orice situație pe care o experimentează online și astfel va putea să se bucure din plin de oportunitățile mediului digital.

Discuții cu elevii, adaptate la nivelul lui de dezvoltare și înțelegere, despre subiecte sensibile. Dacă copilul a fost expus sau a căutat activ pornografie pe internet, puteți face câteva lucruri ca el să înțeleagă cu ce a venit în contact și care sunt riscurile. În cazul în care a accesat astfel de conținut din greșeală învățați-l cum să închidă fereastra și arătați-vă deschis să discutați deschis despre ce a simțit și ce efect au asupra acestor imagini asupra lui. Cu acordul său, puteți folosi capacitățile de control parental ale programului antivirus pentru a bloca conținutul nepotrivit. Unele motoare de căutare au în propriul magazin de aplicații, extensii dedicate gratuite, pentru blocarea conținutului pornografic.

Astfel de ocazii pot fi folosite ca oportunități de învățare și de inițiere a discuțiilor despre relații sănătoase. Dacă părinții nu se simt confortabil cu abordarea acestor subiecte cu copilul, pot fi implicați alți membri ai familiei sau specialiști. Dacă o persoană de încredere nu va putea să răspundă oportun curiozității și interesului

copilului pentru intimitate și sexualitate, riscul este ca acesta să se informeze exclusiv online sau de la prieteni și astfel să deprindă o imagine denaturată asupra acestor aspecte. Este important pentru copii să fie conștienți că pe lângă beneficiile pe care le au jucându-se și comunicând online, există și o serie de riscuri la care se pot expune. Comunicarea cu persoane necunoscute poate fi o capcană în care pot cădea dacă nu sesizează semnalele că ceva depășește limitele lui de confidențialitate, de disponibilitate sau ajung să degeneze în solicitări nepotrivite. Ca de obicei, cheia este o comunicare cât mai timpurie și o relație solidă de încredere între copilul și părinți sau cei care îl au în grijă. În acest fel, el se va simți liber să împărtășească atât experiențele plăcute, cât și cele neplăcute. Desigur, nu merită neglijat nici aspectul că este firesc ca adolescenții să nu prea dorească să discute despre relațiile lor de pe internet. În plus, la această vârstă au nevoie din ce în ce mai mare de aprobarea celor de vârsta lor, au o dorință firească de explorare, de noutate și de manifestare creativă. Din punct de vedere emoțional este o perioadă destul de fragilă și dinamică astfel că au nevoie de mare înțelegere și bunăvoință autentică din partea adulților pentru a se putea deschide și a comunica cu onestitate. Indiferent de dispozitivul folosit pentru accesarea internetului, este important ca acestea să fie securizate prin programe antivirus. Acestea oferă o protecție sporită și combat eficient mai multe tipuri de amenințări informatice. Majoritatea programelor antivirus au versiuni gratuite. Un antivirus poate fi instalat foarte ușor, iar în cazul telefoanelor mobile, indiferent de sistemul de operare, acestea pot fi găsite ușor în magazinul de aplicații.

Anumite aplicații antivirus au disponibilă și o componentă de control parental. În funcție de programul utilizat, această funcție dă posibilitatea părinților de a bloca accesul la anumite website-uri sau conținuturi. Mai mult, poate fi impus un anumit interval orar iar părinți pot fi informați care sunt aplicațiile pe care copilul le instalează pe telefonul inteligent, precum și activitatea sa pe rețelele sociale. În cazul în care contul prin care se utilizează smartphone-ul are asociat și un card bancar, pot fi urmărite sau limitate sumele de bani cheltuite pentru achizițiile din jocurile instalate. Deși aceste instrumente sunt eficiente pentru cei mai mici dintre utilizatori, recomandarea noastră este ca acestea să fie mereu însoțite de o comunicare cât mai deschisă pe această temă și de construirea unei relații de încredere cu copilul, mai degrabă decât una bazată pe control.

Copilul sau adolescentul va pune în practică mai mult sau mai puțin din sfaturile pe care le primește, însă cu siguranță va copia comportamente. De aceea, este important ca nu doar acesta să fie educat, ci și părinții și celelalte persoane de încredere din jurul său să fie informate cu privire la siguranța online. Prin puterea exemplului putem să ajutăm copiii să-și dezvolte obiceiuri sănătoase. Cele mai valoroase și stabile forme de prevenție a pericolelor sunt informarea corectă și relaționarea autentică și deschisă cu copilul. Încurajăm specialiștii din domeniul protecției copilului, părinții și cadrele didactice să se informeze cu privire la oportunitățile și pericolele mediului online și

apoi să deschidă discuții adaptate nivelului de dezvoltare, înțelegere și de interes ale copilului în raport cu folosirea tehnologiei, cu conținutul online. Întrucât unele situații sunt dificil de parcurs chiar și pentru specialiști sau părinți, pentru orice ține de siguranța online, consilierii Ora de net pot fi alături de dumneavoastră.

Siguranța și drepturile online: ce spune legea?

Atenție!

International Network Against Cyber Hate descrie discursul instigator la ură ca fiind „folosirea intenționată sau neintenționată, în spațiul public, a unor afirmații discriminatorii sau defăimătoare sau instigare intenționată la ură și / sau violență și / sau segregare împotriva unei persoane sau grup de persoane din cauza apartenenței reale sau percepute la un grup definit pe bază de rasă, etnie, limbă, naționalitate, culoarea pielii, convingeri religioase sau lipsa convingerilor religioase, gen, identitate de gen, sex, orientare sexuală, convingeri politice, statut social, proprietăți deținute, naștere, vârstă, sănătate mintală, dizabilitate sau boală.” Discursul instigator la ură este periculos întrucât adesea el normalizează și duce la declanșarea de violențe împotriva grupurilor vizate.

Discursul instigator la ură este incriminat de articolul 369 al Codului Penal, care stipulează că „incitarea publicului, prin orice mijloace, la ură sau discriminare împotriva unei categorii de persoane se pedepsește cu închisoare de la 6 luni la 3 ani sau cu amendă”. Legislația conexasă prevede și o serie de sancțiuni contravenționale, adică amenzi, pentru faptele care implică instigare la ură rasială sau comportamente care urmăresc umilirea unor persoane și sunt motivate de religia, genul, etnia sau orientarea sexuală a persoanei respective. Instituția care poate investiga și sancționa astfel de fapte este Consiliul Național pentru Combaterea discriminării.

În cazul în care considerați că un elev a fost victima unei astfel de manifestări sau cunoașteți o persoană care dorește să se adreseze Consiliului Național pentru Combaterea Discriminării, puteți trimite un mesaj la adresa abuz@oradenet.ro. În funcție de situația particulară semnalată putem oferi suport psihologic specializat sau în funcție de nevoile identificate, consiliere pentru depunerea unei plângeri către autoritățile competente, dacă situația o impune.

Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

*Cu cine pot colabora?
La ce clasă aplic?*

Titlul activității: „Hei, sunt prietenul unui prieten!”

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: aproximativ 20 de minute

Materiale necesare: bilete cu situații despre conținut dăunător, hartă din carton, post-it-uri cu punctele-cheie de pe hartă

Desfășurarea activității: Cadrul didactic selectează în prealabil câteva exemple de conținut nesigur sau dăunător pe care copiii ar putea să-l întâlnească pe internet, cum ar fi mesaje de la străini, informații personale solicitate de site-uri nesigure, etc.

- „Hei, sunt prietenul unui prieten și am nevoie de ajutorul tău. Poți să-mi dai adresa ta de e-mail și numărul de telefon?”
- „Felicitări! Ai câștigat un premiu! Te rog să-mi dai adresa ta acasă pentru a-l primi.”
- „Vrei să ne întâlnim undeva? Nu spune nimănui.”

Profesorul pregătește o listă de întrebări sau situații legate de siguranța pe internet și creează câteva carduri cu aceste întrebări.

- Ce înseamnă să fi respectuos în mediul online?
- Ce ai face dacă un necunoscut ți-ar trimite un mesaj?
- Care sunt informațiile personale pe care nu ar trebui să le dezvălui niciodată online?
- Ce ai face dacă un site web te-ar întreba despre adresa ta de acasă sau numărul de telefon?
- Ai o parolă puternică pentru conturile tale online?
- Ce ar trebui să faci dacă cineva încearcă să ghicească parola ta?
- Când primești un mesaj online, cum poți verifica dacă este de încredere?
- Cum ar trebui să răspunzi dacă cineva îți trimite un mesaj răutăcios sau ofensator?
- Cum poți să-ți păstrezi activitățile online private?
- Ce ai face dacă un prieten ar vrea să împărtășească despre tine ceva personal pe internet?

Profesorul împarte elevii în echipe de câte 3-4 membri și le explică că vor fi „Călători în Lumea Digitală Sigură”. Profesorul prezintă regulile jocului și împarte cardurile cu întrebări sau situații legate de siguranța pe internet elevilor. Fiecare echipă primește o hartă cu Lumea Digitală Sigură, care conține diferite puncte de interes (*protejarea datelor personale, identificarea știrilor false, comunicarea sigură etc.*). Elevii trebuie să răspundă corect la întrebări sau să rezolve situațiile prezentate pe carduri pentru a avansa pe harta cu Lumea Digitală Sigură. Fiecare punct de interes de pe hartă reprezintă un aspect important al siguranței online, cum ar fi protejarea datelor personale, identificarea știrilor false, comunicarea sigură etc. Echipele trebuie să dezbătă și să găsească răspunsurile corecte, iar apoi să avanseze pe hartă către următorul punct de interes. La fiecare punct de interes, profesorul poate oferi informații suplimentare și sfaturi despre siguranța online. La fiecare punct de interes, profesorul poate oferi informații suplimentare și sfaturi despre siguranța online.

Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De reținut!

Titlul activității: Exploratorii digitali - Siguranță în familie

Profesorul pregătește o hartă a Lumii digitale sigure, cu puncte de interes marcate vizual (*protejarea datelor personale, identificarea știrilor false, comunicarea sigură etc.*). De asemenea, pregățiți carduri cu întrebări și situații legate de siguranța online pentru a fi discutate în timpul activității. Se pot organiza discuții și dezbateri în echipă. Încurajați părinții să împărtășească experiențele lor și să propună soluții pentru situațiile de risc. La finalul fiecărui punct de interes, organizați scurte sesiuni de întrebări și răspunsuri în care părinții pot adresa întrebări legate de siguranța online. Profesorul poate oferi sfaturi practice și resurse utile despre software-uri de control parental, site-uri sigure pentru copii și alte instrumente care pot ajuta la menținerea siguranței online în familie. La final, organizați o sesiune de feedback în care părinții pot împărtăși impresiile lor despre activitate și pot sugera alte subiecte legate de siguranța online pe care ar dori să le discute în viitor. Această activitate nu numai că va consolida cunoștințele părinților despre siguranța online, dar va promova și comunicarea deschisă în familie cu privire la acest subiect important.

O resursă informațională importantă pentru părinți este Anexa 14 care oferă alternative de petrecere a timpului de calitate împreună cu copiii lor. Pentru mai multe informații, accesați [ghidul Descoperirea Bucuriei Offline](#) disponibil pe site-ul www.oradenet.ro.

Abuzurile pe Internet asupra copiilor

Abuzurile pe internet comise de adulți asupra copiilor implică adulți care comit acte de hărțuire, exploatare sau hărțuire sexuală online împotriva copiilor sau adolescenților. Exemple: hărțuirea sexuală a minorilor, tentativa de recrutare în scopuri sexuale,

sexting cu minorii, stalking online sau distribuirea de materiale pornografice către minori. Acestea sunt infracțiuni grave în România și sunt sancționate conform legilor penale. Pot implica pedepse cu închisoarea pentru adulți, în funcție de gravitatea infracțiunii. De asemenea, pot fi aplicate restricții suplimentare, cum ar fi interdicții de apropiere de copil, etc.

Este esențială raportarea comportamentului abuziv către autoritățile competente pentru a asigura protecția copiilor și pentru a aduce autorii în fața justiției! Există și forme de hărțuire online săvârșite de copii asupra adulților, diferența semnificativă dintre cyberbullying și abuzul pe internet comis de copii către adulți fiind faptul că implică comportamente de hărțuire sau intimidare online între copii sau adolescenți, în timp ce abuzul pe internet comis de copii către adulți implică copii care comit acte de hărțuire sau dispreț față de adulți, cum ar fi părinți sau profesori. În acest caz, dinamica puterii este diferită. Copiii pot utiliza internetul pentru a contesta autoritatea adulților sau pentru a se revolta împotriva regulilor impuse de aceștia. Această formă de abuz pe internet implică copii sau adolescenți care comit acte de hărțuire, intimidare sau abuz online împotriva adulților, inclusiv părinți, profesori sau alte figuri de autoritate. Aceste comportamente pot include limbaj lipsit de respect, amenințări sau publicarea de informații personale ale adulților. Cu toate acestea, obiectivele pot varia, iar nu toate interacțiunile dintre copii și adulți pe internet sunt negative.

În România, copiii sub vârsta de 14 ani nu pot fi trași la răspundere penală conform Codului Penal, deoarece legea prevede că aceștia nu au capacitatea de a fi subiecți de drept penal. Prin urmare, dacă un copil comite o infracțiune, există limite clare de vârstă care îl exclud de la răspunderea penală.

Cu toate acestea, pentru copiii cu vârsta între 14 și 16 ani, legea prevede o formă de răspundere penală specială. Potrivit Codului Penal român, copiii cu vârsta între 14 și 16 ani pot fi trași la răspundere penală doar pentru infracțiuni grave, precum omorul, vătămarea corporală gravă, violul și unele infracțiuni cu violență. Pentru copiii cu vârsta între 16 și 18 ani, răspunderea penală este mai extinsă, dar se aplică în continuare în funcție de gravitatea infracțiunii.

Este important de subliniat că în cazul copiilor și adolescenților, autoritățile și instanțele de judecată pot lua în considerare circumstanțele atenuante și pot lua măsuri specifice pentru a asigura că aceștia primesc ajutor și suport adecvat, inclusiv intervenții educaționale și de reabilitare. În concluzie, răspunderea penală a copiilor în România este strict reglementată de lege și ține cont de vârstă și de gravitatea infracțiunii.

Grooming-ul se referă la situația în care un adult caută să obțină încrederea unui copil în scopul de a-l abuza. Acest gen de agresori sunt foarte abili în încercările lor de a manipula victima până într-acolo încât aceasta ajunge chiar să creadă că are o relație cu abuzatorul. Când vine vorba despre manipulare, persoanele rău intenționate se

folosesc de nesiguranța sau însingurarea victimei, iar asta nu este o tehnică foarte bine definită și ușor de explicat. Este foarte important să știm să recunoaștem grooming-ul tocmai pentru a nu fi chiar noi victime dar și să putem sprijini un prieten să iasă din acest fel de capcană. Indiferent dacă ținta este un adolescent sau un copil, persoanele rău intenționate vor urmări de obicei cam aceleași etape pentru a-și atinge scopul. Totul va începe cu încercarea de a se apropia de potențiala victimă. Asta se poate întâmpla în online sau în viața reală. Va pune întrebări despre obiceiurile și hobby-urile minorului, va încerca să obțină date de contact, cum ar fi adrese, numere de telefon, denumirea profilurilor de pe rețelele sociale. Odată avute aceste informații și contactul stabilit, abuzatorul va încerca să se apropie de victimă și să îi câștige încrederea. Este momentul în care victima poate crede că are mai mult decât o prietenie cu abuzatorul, poate chiar o relație. După acest pas, agresorul poate trece foarte ușor la amenințări pentru a obține ceea ce dorește. Pentru a se asigura că victima nu va cere ajutor, agresorul va încerca să o izoleze de prieteni și familie. Poate constitui o surpriză, dar favorurile, atenția din parte agresorului și mici gesturi de apreciere pot da unui copil nesigur, impresia are o legătură specială cu agresorul sau chiar că acesta este singura persoană care îl/o înțelege. Deja această etapă este foarte periculoasă pentru minor deoarece poate surveni abuzul și ulterior șantajul pentru continuarea izolării victimei și obligarea acesteia de a face ce vrea agresorul. Traumele psihologice resimțite de victimă pot fi foarte serioase, iar pierderea stimei de sine nu este ușor de recuperat.

Dacă considerăm că un copil este manipulat de o persoană cu astfel de intenții malițioase, trebuie să luăm imediat măsuri pentru a întrerupe sau măcar a limita interacțiunea victimei cu potențialul abuzator. Dacă este vorba despre un prieten sau coleg putem avea o discuție deschisă cu acesta, dar este important să nu se simtă judecat, să ne amintim că are nevoie de siguranță emoțională. Vom încerca să ne ajutăm prietenul să vorbească despre situațiile în care agresorul a mers prea departe, de exemplu dacă încearcă să fie mereu singur cu victima. Ne vom asigura prietenul că îi suntem alături indiferent de situație și vom face în așa fel încât să se simtă acceptat de grupul de prieteni și colegi.

La linia de consiliere a programului Ora de Net o să găsiți mereu sfaturi de la specialiști pentru a vă ajuta să comunicați corect cu prietenii care se pot confrunța sau sunt în situații de risc. Prin linia de raportare [esc_Abuz](#) puteți transmite în mod complet anonim date pentru ștergerea materialelor de abuz asupra copiilor, întâlnite pe internet.

Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

De aplicat! La ce clasă?

Titlul activității: Micii detectivi în lumea virtuală

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 60 min

Materiale necesare: telefoane mobile, conturi de social media

Desfășurarea activității: Lansați provocarea în rândul copiilor ca timp de câteva zile să analizeze online conținutul postat de utilizatorii platformelor sociale pe care au cont, semnalizând comportamentele inadecvate sau conținut nepotrivit pentru copii. Încurajați-i să-și prezinte argumentele, modalitățile în care văd ei rezolvarea eficientă a situațiile și care sunt lecțiile învățate despre cum ar trebui să se protejeze online. În acest mod le stârniți interesul către utilizarea sigură și responsabilă a internetului!

Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De aplicat!

Titlul Activității: Explorând lumea online a copiilor noștri

Scopul Activității: Această activitate are ca scop implicarea părinților în explorarea și înțelegerea lumii online a copiilor lor, precum și promovarea unui dialog deschis și responsabil cu privire la conținutul postat pe rețelele sociale.

Desfășurarea Activității: Profesorul oferă o introducere în importanța conștientizării și înțelegerii activității copiilor pe rețelele sociale, și evidențiază aspectele legate de confidențialitate și setările de securitate. Se pot arăta exemple de conținut postat pe rețelele sociale și cum acesta poate fi interpretat în moduri diferite și se poartă un dialog deschis despre provocările și preocupările legate de conținutul postat pe rețelele sociale și despre modul în care părinții pot gestiona aceste aspecte în mod responsabil. Profesorul încheie activitatea subliniind importanța dialogului și a înțelegerii în relația cu copiii și încurajează părinții să se angajeze să fie mai conectați cu lumea online a copiilor lor.

Această activitate ar trebui să încurajeze părinții să înțeleagă mai bine experiența online a copiilor lor și să promoveze o comunicare deschisă și responsabilă în ceea ce privește conținutul postat pe rețelele sociale. Este important să se respecte intimitatea și să se evite orice judecăți negative sau critici severe față de copii în timpul analizei.

O resursă importantă pentru părinți este Anexa 15 care oferă alternative de joc și joacă în mediul offline și îi încurajează să petreacă timp de calitate împreună cu copiii lor. Pentru mai multe informații, accesați [ghidul Descoperirea Bucuriei Offline](http://ghidul.DescoperireaBucurieiOffline) disponibil pe site-ul www.oradenet.ro.

VIII. CUM CONSTRUIM STAREA DE BINE ÎN MEDIUL DIGITAL?

Cu toate că petrecem mult timp conectați la internet, conceptul de stare de bine digitală sau „digital well-being„ este destul de puțin cunoscut. Starea de bine digitală se referă la starea sănătății noastre mentale și fizice în ceea ce privește activitățile noastre digitale. Această stare poate fi construită și menținută de fiecare persoană dacă are în vedere câteva aspecte care par simple la prima vedere.

Cu siguranță ați fost martori sau ați auzit despre părinți care folosesc dispozitivele mobile ca o recompensă pentru copii dacă aceștia din urmă își fac temele sau îndeplinesc mici treburi prin casă. Această practică nu este cea mai benefică deoarece timpul excesiv petrecut în fața ecranului poate avea efecte negative asupra sănătății noastre mentale și fizice. Este esențial să ne gestionăm timpul petrecut în fața ecranului prin pauze, prin **stabilirea de limite și prin utilizarea unor instrumente** care ne pot ajuta să urmărim și să ne controlăm utilizarea. Uneori, luarea unei pauze de la tehnologie poate fi benefică pentru sănătatea noastră mentală și fizică. Acest concept este cunoscut ca „dezintoxicare digitală„ și se referă la **deconectarea de la tehnologie pentru o anumită perioadă de timp** sau prin limitarea utilizării dispozitivelor digitale. De aceea starea noastră de bine generală ar trebui să primeze în fața utilizării smartphone-urilor. Odihna adecvată contribuie fundamental la capacitatea de învățare, lucru și comunicare eficientă. Activitățile noastre digitale ne pot perturba tiparele de somn, ducând la privarea de somn, ceea ce ne poate afecta negativ sănătatea. Pentru a ne asigura că activitățile noastre digitale nu ne afectează somnul, este esențial să stabilim o rutină înainte de culcare, să limităm timpul petrecut pe ecran înainte de culcare și să evităm utilizarea dispozitivelor digitale în dormitor.

Atunci când vine vorba despre propria persoană este ușor de neglijat faptul că **informațiile personale sunt valoroase și este esențial să le protejăm de amenințările online**. Asigurați-vă că folosiți parole puternice, evitați să împărtășiți informații sensibile online și fiți atenți la escrocheriile de pe internet și la atacurile de tip phishing. Dacă vă confrunțați cu efecte negative asupra stării generale de bine din cauza activităților care implică folosirea mediului online, căutați sprijin din partea unui profesionist sau a unui prieten apropiat și de încredere ori a familiei. Este esențial să avem grijă de sănătatea noastră și de starea generală de bine și să căutăm ajutor atunci când este nevoie.

Pentru a rezuma, construirea și menținerea bunăstării noastre digitale este cu adevărat importantă. Prin **gestionarea timpului petrecut în fața ecranului**, practicarea dezintoxicării digitale, prioritizarea somnului, protejarea informațiilor personale și solicitarea de sprijin, atunci când situația o impune, ne putem asigura că activitățile noastre digitale nu au un impact negativ asupra sănătății noastre mentale și fizice.

Noțiunea de bunăstare digitală („*digital wellbeing*”) se referă la impactul pe care tehnologiile și serviciile digitale folosite în mod regulat îl au asupra sănătății mintale, fizice, sociale și emoționale a oamenilor³¹. Fiind un concept complex, poate fi privit dintr-o varietate de perspective, în diferite contexte și situații, păstrând, totuși, ca principal obiectiv protejarea felului în care se simt și gândesc tinerii. Deși este ușor de presupus faptul că nivelul bunăstării poate crește considerabil numai prin reducerea timpului petrecut în fața ecranelor digitale, luând în considerare realitatea actuală în care se dezvoltă copiii și tinerii, o soluție sustenabilă și sigură poate fi bazată pe conștientizarea și controlarea relației cu mijloacele tehnologice, într-un mod avantajos.

În acest caz, *digital wellbeing* constă în crearea și menținerea unei relații sănătoase cu tehnologia. Este vorba despre modul în care tehnologia servește utilizatorilor și îi îndreaptă pe aceștia spre realizarea obiectivelor, mai degrabă decât să le distragă atenția sau să îi împiedice.

Astfel, putem privi acest concept ca un sentiment pozitiv asociat cu utilizarea tehnologiei, un echilibru între viața „offline” și „online”. Există numeroase modalități de a defini starea de bine. Totuși, în cele ce urmează vom prezenta cele 4 dimensiuni pe care aceasta o poate avea în ceea ce privește lumea digitală.

➤ *Bunăstarea în ceea ce privește conștientizarea capacităților cognitive*

Este definită prin capacitatea cognitivă de a gândi și aplica abilitățile personale cu scopul de a rezolva anumite situații și experiențe de învățare.

➤ *Bunăstarea emoțională*

Bunăstarea emoțională nu presupune evitarea tuturor dificultăților sau a emoțiilor negative, ci procesul de a învăța să trăim și gestionăm situațiile provocatoare, de adversitate. Având acces la lumea digitală, tinerii pot beneficia de: oportunități pentru exprimarea creativității, de a fi autentici, informați despre metode de autoreglare, cum ar fi aplicațiile de practică a meditației și a altor metode de mindfulness, accesarea unor canale care le permit să își articuleze emoțiile și să își valideze experiențele, de exemplu, grupuri de interese speciale pe rețelele de socializare. De asemenea, aceștia se pot expune la modele pozitive precum strategii inofensive de distragere a atenției și de gestionare a emoțiilor, oportunități de a se implica în activități vesele și plăcute. Totuși, există posibilitatea ca utilizatorii să se confrunte cu fenomene precum dependența, stima de sine scăzută (*în raport cu exemplele nerealiste prezentate pe internet*), stres emoțional, comportamente distructive (*materializate prin automutilare, rușine, izolare*), comparații nerealiste cu standarde imposibile, expunerea la conținuturi online cu caracter dăunător și dorința de a obține rezultate extraordinare constante și instantanee.

31 *Children's Wellbeing in a Digital World Year Two Index Report 2023*, Internet matters, 2023, accesibil la <https://www.internetmatters.org/wp-content/uploads/2023/02/Internet-Matters-Childrens-Wellbeing-in-a-Digital-World-Index-report-2023-2.pdf>).

Expunerea la aceste riscuri poate duce la dependențe, printre care și mâncatul excesiv („binge eating”) care constă în episoade de alimentație recurente care implică fie mâncarea mai rapidă decât în mod normal, mâncatul până când se simt inconfortabil, mâncatul când nu le este foame fizic și apoi senzația de dezgust/vinovăție/deprimare. Totodată, imaginea distorsionată a realității prezentată pe platformele sociale afectează și percepția despre modul în care arată corpul ideal, stilul personal sau chiar preferințele în materie de petrecere a timpului liber. Tinerele, în special, fiind influențate de trendurile prezentate pe social media pot suferi de anorexie, caracterizată prin frica intensă de creștere în greutate, retragerea socială/emoțională, simțul tulburat al imaginii corpului și refuzul de a menține o greutate corporală optimă. Persoanele care se confruntă cu dependența de calculator (ex. jocuri video) practică mâncatul pe grabă, „pe tastatură”, ignorând complet scopul și necesitatea de a ne hrăni.

► *Bunăstarea fizică*

Sănătatea fizică se poate observa când copilul/tânărul este sănătos, crește armonios și are dispoziția prielnică întreprinderii diverselor activități. În teorie, oricine ar trebui să aibă un stil de viață activ și să găsească echilibrul în ceea ce privește activitățile desfășurate în interiorul, dar și exteriorul casei. Mediul online a adus în ultimii 10 ani tendințe și oportunități de dezvoltare în zona de wellness și sport (precum canalele online care oferă planuri de antrenament gratuite și apartenența la comunități care se motivează reciproc pentru îndeplinirea unor obiective), modalități de a dezvolta noi abilități fizice (prin practici de yoga, TRX, etc.) și informații diverse și sigure despre obiceiurile sănătoase privind alimentația, stilul de viață și relaxarea activă.

Totuși, din ce în ce mai mulți copii preferă să își petreacă timpul în fața calculatorului/tabletei, înlocuind activitățile sportive cu jocurile video, urmărirea constantă a vlog-urilor prezentate de creatorii de conținut în timp real. Aceste practici se desfășoară chiar și pe timpul nopții, indiferent de ziua săptămânii, ei fiind lipsiți de energie, motivație și entuziasm pentru desfășurarea activităților de bază, care nu produc un nivel la fel de ridicat de serotonină. De asemenea, un alt factor de risc este reprezentat și de produsele promovate intens prin marketing-ul online, pe care copiii consideră că este esențial să le consume pentru a se încadra într-o categorie socială, cum ar fi băuturile energizante și mâncarea de tip fast-food.

► *Bunăstarea socială*

Omul este un animal social și are tendința și dorința de a aparține unui grup social, indiferent că este vorba despre un grup fizic sau despre unul virtual. Indiferent de tipul grupului, există necesitatea de a înțelege ce fac ceilalți membri ai grupului, necesitate care la unii se manifestă mai pregnant decât în cazul altora. Participarea activă în comunitate, în școli, în familie este determinată de abilitatea copilului de a interacționa cu cei din jur, de a relaționa și de a se implica în relații sănătoase.

Internetul oferă posibilitatea de a rămâne conectați cu persoanele apropiate, facilitează contactul în situații de criză (ex. Pandemia Covid-19) și ajută la stabilirea conexiunilor cu persoane care împărtășesc aceleași valori, preferințe, cultură indiferent de zona geografică.

A. Drepturile utilizatorilor în mediul online

Copiii și tinerii reprezintă viitorul. Ei cresc într-o eră în care să fie offline este cu greu o opțiune. Această nouă generație înțelege și adoptă lumea digitală într-un mod diferit față de persoanele mai în vârstă, inclusiv față de factorii de decizie și alte părți interesate care influențează regulile internetului și guvernanta sa. Comisia Europeană aspiră să pună participarea copiilor în centrul politicilor și inițiativelor UE, asigurând în același timp că și copiii aflați în situații vulnerabile își pot face auzite vocile.

În martie 2021, Comisia Europeană a publicat³² Busola digitală 2030: calea europeană pentru Decada Digitală, care prezintă o viziune, obiective și căi pentru o transformare digitală de succes a Europei până în 2030. „Drepturile și valorile UE se află în inima abordării centrată pe om a UE în domeniul digital. Ele ar trebui să fie pe deplin reflectate în mediul online așa cum sunt în lumea reală. De aceea, Comisia propune dezvoltarea unui cadru de principii digitale, cum ar fi accesul la conectivitate de înaltă calitate, la competențele digitale suficiente, la serviciile publice, la servicii online corecte și nediscriminatorii - și, în general, asigurarea că aceleași drepturi care se aplică în offline pot fi exercitate pe deplin și online”.

Unul dintre principiile propuse în Comunicarea Busolei Digitale 2030 a Comisiei Europene este *Protejarea și împuternicirea copiilor și tinerilor în mediul online*. În cadrul ulterioarelor activități de elaborare a politicilor, acest lucru a fost specificat după cum urmează:

- ✘ Mediul online ar trebui să promoveze bunăstarea copiilor și tinerilor și participarea lor ca cetățeni digitali.
- ✘ Copiii și tinerii ar trebui să fie înzestrați cu alfabetizare digitală și cu aptitudinile și competențele necesare pentru a naviga în mod sigur și responsabil online de la o vârstă fragedă și pe parcursul educației și formării lor.
- ✘ Fiecare copil ar trebui să fie protejat de conținutul dăunător și ilegal, inclusiv de abuzul și exploatarea sexuală a copiilor.

Conform Declarației europene privind drepturile și principiile digitale pentru deceniul digital³³ din 2022, Parlamentul European, Consiliul European și Comisia Europeană

32 *Digital Compass: the European way for the Digital Decades, 2023*, accesibil la [European strategy for a better Internet for kids \(BIK+\) - Report on the DigitalDecade4YOUth consultation | Shaping Europe's digital future \(europa.eu\)](#)

33 [Declaration on European Digital Rights and Principles | Shaping Europe's digital future \(europa.eu\)](#)

proclamă solemn declarația comună privind drepturile și principiile digitale pentru deceniul digital. Astfel, se dorește promovarea unui model european de tranziție digitală, centrat pe oameni, care să se bazeze pe valorile europene și să aducă beneficii tuturor persoanelor și întreprinderilor. Proiectul de **solidaritate și incluziune** asigură utilizatorii de angajamentul instituțiilor menționate anterior cu privire eforturile privind:

- ✘ Asigurarea accesului la o conectivitate excelentă pentru toți cetățenii, indiferent de locul în care locuiesc și de venitul lor; protejarea unui internet neutru și deschis, în care conținutul, serviciile și aplicațiile nu sunt blocate sau degradate în mod nejustificat.
- ✘ Asigurarea dreptului la educație, formare și învățare pe tot parcursul vieții și dobândind toate competențele digitale de bază și avansate.
- ✘ Asigurarea că fiecare persoană are posibilitatea de a se deconecta și de a beneficia de garanții privind echilibrul dintre viața profesională și cea privată în mediul digital.
- ✘ Asigurarea că tuturor europenilor li se oferă o identitate digitală accesibilă, sigură și de încredere, care le conferă acces la o gamă largă de servicii online

De asemenea, cu privire la **interacțiunile cu algoritmi și cu sistemele de inteligență artificială**, "fiecare persoană ar trebui să aibă posibilitatea de a beneficia de avantajele inteligenței artificiale făcând alegeri proprii și în cunoștință de cauză în mediul digital și să fie în același timp protejată împotriva riscurilor și a eventualelor prejudicii la adresa sănătății, a siguranței și a drepturilor sale fundamentale. Fiecare persoană ar trebui să aibă acces la un mediu online de încredere, divers și multilingv. Accesul la conținuturi diverse contribuie la o dezbatere publică pluralistă și ar trebui să le permită tuturor cetățenilor să participe la democrație. Fiecare persoană are dreptul la libertatea de exprimare în mediul online, fără teama de a fi cenzurată sau intimidată."

Conform Declarației menționate anterior, copiii și tinerii ar trebui să aibă posibilitatea de a face alegeri sigure și în cunoștință de cauză și de a își exprima creativitatea în mediul online. Experiențele, confortul psihic și participarea lor în mediul digital trebuie îmbunătățite cu ajutorul unor materiale adaptate vârstei. Aceștia au dreptul de a fi protejați împotriva tuturor infracțiunilor comise prin intermediul tehnologiilor digitale sau facilitate de acestea. Deși preocuparea generală este orientată către modalitățile de asigurare a drepturilor utilizatorilor internetului, una dintre acestea poate fi dată chiar de obligațiile imputabile fiecăruia dintre noi, inclusiv copiilor.

Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

Cum adaptez? La ce clasă?

Titul activității: Dreptul la liberă exprimare

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 20-30 minute

Desfășurarea activității: Cadrul didactic va introduce tema activității: „Dreptul la liberă exprimare”. În cadrul discuției, elevii pot fi grupați în echipe dacă clasa este, în general, activă, sau activitatea se poate ține cu întreaga clasă ca unic grup, în cazul în care elevii nu comunică foarte mult în general. Înainte de începerea activității, este important să se menționeze elevilor că fiecare are dreptul la propria sa părere, așadar pot răspunde liber în cadrul discuției și fără a exista frica de judecată din partea celorlalți. Scopul activității este împărtășirea de idei și argumentarea lor. Pot fi abordate întrebări de dezbatere precum:

- *La ce se referă dreptul la liberă exprimare?
Cum se aplică acesta pe internet?*
- *Libera exprimare înseamnă lipsa unui filtru al cuvintelor pe care le utilizăm și a acțiunilor pe care le realizăm?*
- *Care este momentul în care libertatea mea încalcă libertatea celorlalți?*
- *Ce putem face atunci când o persoană pune agresivitatea sau comportamentul său jignitor pe baza dreptului la liberă exprimare?*
- *Poate fi sancționat „abuzul” dreptului la liberă exprimare? Dacă da, în ce fel? Dacă nu, de ce? Este utilă sancționarea unui astfel de comportament?*
- *Este sau nu rolul regulilor și legilor de a limita dreptul la liberă exprimare?*

Variații ale activității: Pentru ciclul liceal, îi puteți provoca pe elevi să scrie un eseu argumentativ pe tema dreptului la liberă exprimare în mediul online, în cadrul căruia să ofere exemple de exagerări ale acestuia și de utilizarea eronată a conceptului. Pot fi date exemple inclusiv de situații apărute în mass-media ca urmare a interpretării greșite a dreptului la liberă exprimare cu înțelesul libertății totale, nemărginite, a manifestării comportamentelor distructive în mediul online.

Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De reflectat!

Oferiți o serie de situații și provocări legate de utilizarea tehnologiei digitale de către tineri. Scopul este găsirea unor soluții și strategii pentru menținerea stării de bine a tinerilor în era digitală. *De exemplu, prezentați cazul în care un adolescent petrece mult timp pe rețelele de socializare și își neglijează responsabilitățile școlare.* Împreună puteți găsi soluții pentru a-i ajuta pe copii să reducă timpul petrecut pe rețelele de socializare și să-i motiveze să se concentreze mai mult pe educația sa.

Vă încurajăm să descoperiți primul modul al cursului specializat pentru părinți pe www.oradenet.ro, care se concentrează asupra asigurării stării de bine a copilului. Acest modul oferă sfaturi și tehnici practice pentru gestionarea situației și promovarea unui echilibru sănătos între lumea online și cea offline în viața copiilor noștri.

B. Identitatea, reputația online și siguranța copiilor pe Internet

În era digitală de astăzi, prezența online a adolescenților este un aspect important al vieții lor. Este esențial ca aceștia să înțeleagă importanța imaginii de sine și a reputației lor pe internet. Imaginea de sine se referă la modul în care o persoană se vede și se percepe pe sine, în timp ce reputația este modul în care este percepută de către cei din jur. Ambele concepte sunt esențiale pentru crearea unei prezențe online pozitive și pentru asigurarea succesului viitor.

Să explorăm câteva motive pentru care imaginea de sine și reputația sunt esențiale pentru tineri în lumea online și cum le pot afecta acestea șansele de dezvoltare. Să începem cu unul dintre motivele la care, probabil, adolescenții nu se gândesc prea mult și anume oportunitățile de angajare. În viitor, atunci când tinerii vor începe să își caute un loc de muncă, potențialii angajatori ar putea verifica prezența lor și postările online. Angajatorii doresc să vadă candidați cu o imagine și o reputație pozitivă, care să se alinieze cu valorile companiei în care aceștia doresc să fie angajați.

Un alt motiv este branding-ul personal. Poate termenul pare că este destinat mai mult pentru folosul specialiștilor din domeniul relațiilor publice, însă imaginea de sine și reputația online sunt esențiale în crearea unui brand personal. Atunci când tinerii își construiesc o prezență online puternică și pozitivă, ei pot profita de aceasta pentru a se promova pe ei înșiși sau afacerile lor.

Conexiunile sociale nu sunt deloc de neglijat, platformele de socializare, precum Facebook, Instagram și LinkedIn, fiind importante pentru crearea și menținerea conexiunilor sociale. O imagine de sine și o reputație pozitivă pot duce la prietenii și relații noi și semnificative.

Unul dintre motivele adesea ignorate este sănătatea mintală și starea de well-being, iar imaginea de sine a tinerilor poate avea un impact asupra sănătății lor mintale.

Reacțiile negative primite pe internet, criticile sau hărțuirea cibernetică pot avea un impact profund asupra stimei de sine și a bunăstării lor generale. Având o imagine de sine și o reputație pozitive, tinerii pot dezvolta rezistența la aceste tipuri de experiențe negative.

Proiectarea unei imagini de sine și a unei reputații online solide pot contribui, de asemenea, la consolidarea siguranței tinerilor. O prezență online puternică poate acționa ca un factor de descurajare pentru prădătorii online, care îi pot viza pe cei cu o imagine online negativă sau vulnerabilă.

Cum să construim o imagine de sine și o reputație pozitivă pe internet?

Atunci când părinții sau profesorii discută cu adolescenții despre cum să își construiască o imagine puternică și pozitivă pe Internet ar trebui să aibă în vedere câteva aspecte esențiale. Primul dintre acestea este autenticitatea. A fi autentic, a fi tu însuși este mult mai puternic decât proiectarea unei imagini false despre propria persoană, în online. Adolescenții ar trebui învățați să se gândească înainte de a posta conținut în mediul online, la impactul pe care respectiva postare îl va avea asupra imaginii de sine și a reputației lor. Dacă apar îndoieli, este mai bine să evite sau să mai aștepte să posteze sau să împărtășească mesaje sau imagini care (*acum sau mai târziu*) ar putea fi considerate dăunătoare.

Implicarea în acțiuni și schimburi de idei și trebuie încurajată! Aprecieră, partajarea de mesaje și comentarii pozitive ajută la construirea unei imagini și a unei reputații online pozitive. De asemenea, monitorizarea în mod regulat a propriei prezențe pe Internet, prin căutarea numelui pe motoarele de căutare și pe platformele de socializare. Acest lucru vă va ajuta să rămâneți la curent cu imaginea și reputația de care vă bucurați în mediul online. Este esențial ca adolescenții să cunoască măsurile pe care le pot lua pentru a proteja sănătatea mintală și bunăstarea. O imagine de sine și o reputație pozitivă sunt esențiale pentru succesul în lumea online. Este important să fie atenți la ceea ce împărtășesc și postează online și să își construiască o imagine și o reputație pozitivă. Procedând astfel, ei își pot valorifica prezența online pentru a crea noi oportunități, pentru a se conecta cu alții și pentru a-și construi un viitor de succes, fiind atenți la impactul potențial al amprentei lor digitale. Subliniați cât de importantă este claritatea în comunicare. Tinerii trebuie îndemnați să comunice clar și direct în interacțiunile online. Este recomandat să ceară permisiunea înainte de a se angaja în orice tip de interacțiune online și să respecte dorințele celorlalți dacă aceștia refuză.

Nu trebuie subestimată puterea exemplului unui comportament pozitiv. Adulții sunt un model de comportament offline dar și online, stabilind propriile limite și respectând limitele celorlalți. Utilizarea unui limbaj pozitiv atunci când discutați despre interacțiunile online, încurajează comunicarea deschisă și sinceră. Dacă timpul vă permite căutați resurse suplimentare disponibile online, pentru educarea tinerilor

cu privire la consimțământ și la siguranța pe internet. Luați în considerare căutarea de resurse și materiale multimedia, videoclipuri, podcast-uri și articole, pentru a ajuta la consolidarea importanței acestor concepte. Urmând aceste recomandări, îi puteți ajuta pe adolescenți să dezvolte o mai bună înțelegere a potențialelor pericole online, și să promovați un comportament sigur și respectuos în spațiile digitale.

Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!

*Cu cine pot colabora?
La ce clasă aplic?*

Titlul activității: Identitate și reputație online

Ciclu de învățământ: gimnazial, liceal

Durata activității: 20-30 minute

Materiale necesare: foi cu situații legate de identitate și reputație online

Desfășurarea activității: Cadrul didactic împarte clasa în echipe de 3-4 elevi. Alege câteva scenarii de cazuri fictive legate de identitate și reputație online. De exemplu: *un elev descoperă că contul său de socializare a fost spart și informațiile personale au fost folosite fără permisiune; un elev postează un comentariu negativ despre un coleg pe o platformă de socializare și acesta devine viral, afectând reputația colegului.* Distribuie fiecare caz unei echipe și oferă-le timp pentru a analiza situația și a identifica soluții pentru rezolvarea cazului. Discutați despre avantajele și dezavantajele fiecărei soluții și încurajați elevii să împărtășească experiențele personale legate de identitate și reputație online. Încheiați jocul prin a oferi sfaturi și recomandări generale pentru păstrarea unei identități online sănătoase și o reputație pozitivă, cum ar fi protejarea parolelor, limitarea informațiilor personale postate online și comportamentul respectuos în mediul digital.

Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De reținut!

Puteți aborda în cadrul ședinței subiecte de dezbatere referitoare la identitatea și reputația online, precum:

- *Cum influențează prezența online percepția de sine și dezvoltarea identității tinerilor?*
- *Ce rol joacă rețelele de socializare în construirea unei identități digitale?*
- *Cum putem educa tinerii să fie conștienți de importanța protejării datelor personale pe internet?*
- *Care sunt pașii pe care îi putem lua pentru a asigura confidențialitatea informațiilor noastre online?*
- *Ce strategii putem împărtăși pentru a-i ghida pe tineri în construirea și menținerea unei reputații digitale pozitive?*

C. Impactul tehnologiei asupra sănătății mintale a copiilor: recomandări pentru o dezvoltare emoțională sănătoasă

Deși este ușor de presupus faptul că nivelul bunăstării poate crește considerabil numai prin reducerea timpului petrecut în fața ecranelor digitale, luând în considerare realitatea actuală în care se dezvoltă copiii și tinerii, o soluție sustenabilă și sigură poate fi bazată pe conștientizarea și controlarea relației cu mijloacele tehnologice, într-un mod avantajos. În acest caz, *digital wellbeing constă în crearea și menținerea unei relații sănătoase cu tehnologia*. Este vorba despre modul în care tehnologia servește utilizatorilor și îi îndreaptă pe aceștia spre realizarea obiectivelor, mai degrabă decât să le distragă atenția sau să îi împiedice.

Sunt mai mulți ani de când specialiștii afirmă că, ceea ce contează cu adevărat și ceea ce copiii și adolescenții au nevoie, este timpul de calitate petrecut cu părinții lor. Să vorbească, să se joace cu frații sau cu prietenii lor, să iasă afară, să doarmă bine, să mănânce bine, să se bucure de vacanțe, sporturi, inclusiv de școală, sunt doar câteva recomandări care pot deveni și soluții. Realitatea actuală este că tehnologia este prezentă din ce în ce mai mult în viața noastră, copiii petrecând mult timp pe ecrane: vorbesc cu membrii familiei și cu prietenii, se joacă cu frații sau cu prietenii lor mai mult pe internet decât în mediul offline, își fac teme, sau caută informații pe internet etc. Părinții se confruntă cu o dilemă legată de a găsi un echilibru între timpul petrecut de copiii lor pe internet și dispozitive digitale și timpul petrecut în natură, explorând alte oportunități. Există de multe ori îngrijorarea că prea mult timp în fața ecranelor poate genera probleme, însă și a nu îi lăsa pe cei mici să exploreze lumea digitală le poate crea dezavantaje, rămânând în urma celorlalți când vine vorba de abilitățile online. Există această presiune constantă pe părinți, ei fiind simultan îndemnați să țină pasul cu evoluțiile digitale și criticați pentru prea mult „timp de ecran”.

Așa cum am observat, universul online aduce în viețile oamenilor oportunități unice, dar și riscuri majore, pentru a putea menține starea de echilibru și a veni în sprijinul copiilor și tinerilor, putem integra în rutina acestora mai multe practici sănătoase, precum: monitorizarea timpului petrecut online, stabilirea unui program de acces la platformele digitale în funcție de nevoi, verificarea conținutului la care au acces minorii online și încurajarea timpului de calitate petrecut online. Studiile³⁴ arată faptul că este mult mai important modul în care copilul folosește sistemele tehnologice, decât timpul alocat în utilizarea lor. De exemplu, folosirea tabletei grafice pentru rezolvarea temelor sau conceperea unor materiale artistice sunt de preferat în detrimentul scrolling-ului pasiv pe rețelele media fără scop.

34 *Support young girls' wellbeing*, 2023, <https://www.internetmatters.org/advice/6-10/supporting-9-10-year-old-girls-digital-wellbeing/#screen-time>.

” „Copilul meu nu lasă niciodată telefonul din mână, nici la masă, nici noaptea, nici când merge pe stradă, de parcă așteaptă mereu un mesaj important. Ne e greu să comunicăm cu el, simțim uneori că nici nu știe pe ce lume trăiește și că toată viața lui se învâрте acelu device!” părinte 38 ani, București

De asemenea, putem sprijini adolescenții care se confruntă cu sentimente negative cauzate de FOMO prin ascultarea lor activă cu privire la ceea ce simt, validarea lor și încurajarea de a desfășura activități în mediul offline pentru gestionarea emoțiilor. Integrarea obiceiului de a nu folosi dispozitive media cu 30 de minute înaintea orei de culcare – prin utilizarea setărilor de „nu deranjați” oferite de orice dispozitiv iOS și Android și gestionarea notificărilor de tip push-up transmise de diverse aplicații, care au ca scop captarea atenției utilizatorului. Stabilirea unor reguli de a nu folosi telefonul în cadrul întâlnirilor organizate în format fizic, pentru facilitarea relaționării autentice și practicarea ocazională a unui „detox digital” prin care copiii/ tinerii să se conecteze cu realitatea offline în care trăiesc pot fi notate într-un jurnal, alături de aspectele pozitive pe care le experimentează.

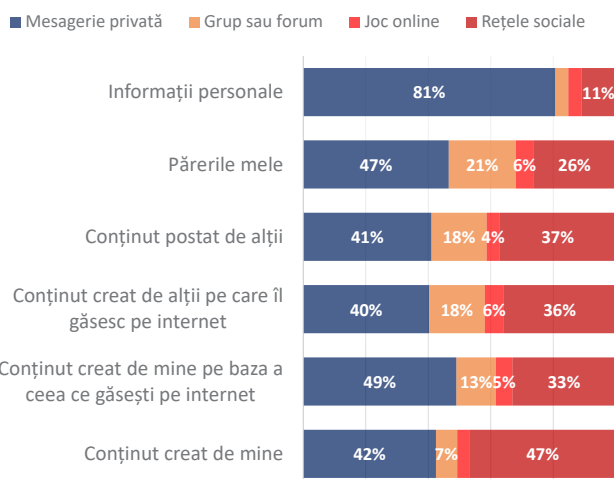


Cel mai recent studiu privind utilizarea rețelelor de socializare de către copii și adolescenți (2023) ilustrează relația pe care copiii o au cu rețelele sociale arată că între 66% și 84% dintre copii au postat conținut online în ultimul an, iar cei mai puțini au fost cei care au făcut acest lucru pe rețelele sociale (66%), urmați de cei care au postat într-un joc online (69%), în mesageria privată (81%) și în cadrul unui grup sau forum (84%). Totuși, s-a identificat că riscul cel mai mare de transmitere a informațiilor personale este prin mesageria privată, unde fetele au afirmat că au făcut acest lucru într-o măsură semnificativ mai ridicată decât băieții (86% vs. 72%).

Postare conținut online



În ultimul an, ce fel de conținut ai postat pe internet?



Între 66% și 84% afirmă că au postat, în ultimul an conținut online, cei mai puțini (66%) pe rețelele sociale, urmați de 69% într-un joc online, 81% în mesageria privată și 84% în cadrul unui grup sau forum.

Riscul cel mai ridicat de transmitere a informațiilor personale este prin mesageria privată, fetele afirmând că au făcut acest lucru într-o măsură semnificativ mai ridicată decât băieții (86% vs 72%).

11

Cercetarea menționată mai relevă faptul că majoritatea copiilor găsesc o confirmare a valorilor și intereselor lor în conținutul întâlnit pe rețelele sociale. Acestea oferă un cadru în care copiii se percep și își evaluează propriile defecte (57%). De asemenea, mulți copii afirmă că Internetul îi ajută să-și confirme opiniile despre pașii pe care doresc să-i urmeze în carieră, dar există și o proporție semnificativă de copii care investighează și alte opțiuni în afara internetului.

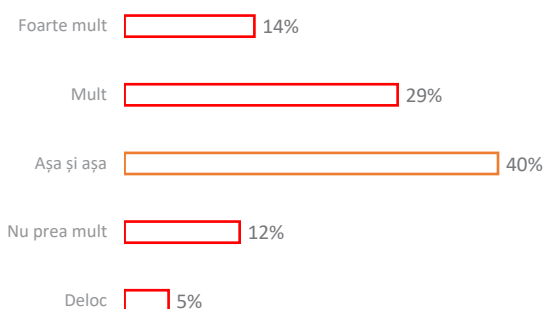
Repere în comunicarea cu adolescenții despre activitatea lor pe platformele online

Internetul a ajuns să facă parte din viața noastră cotidiană fie că lucrăm, învățăm sau socializăm în online. De aceea trebuie să tratăm informațiile pe care le oferim, solicităm sau transmitem online cu aceeași responsabilitate ca și pe cele din afara mediului virtual. O imagine pozitivă și câteva măsuri de prevenire a riscurilor online, ne vor face să ne bucurăm de beneficiile internetului într-un mod creativ și sigur.

Influența internetului



Cât de mult crezi că te poate ajuta internetul să iei decizii legate de viitorul tău?



43% dintre copii afirmă că internetul are o influență ridicată în deciziile legate de viitor, iar 40% medie. Doar 17% spun că această influență este marginală.

Băieții consideră că internetul îi ajută în deciziile privind viitorul într-o măsură semnificativ mai ridicată comparativ cu fetele, la fel și copiii cu vârsta peste 15 ani, comparativ cu cei mai mici.

- Vorbiți cu copiii despre controlul asupra propriilor informații.
- Încurajați-i pe aceștia să fie selectivi cu privire la informațiile pe care le postează și chiar activitățile pe care le întreprind acolo. Aplicațiile pe care le folosesc și jocurile pe care le joacă pot și ele să fie văzute de către ceilalți. Obișnuiți să vă sfătuiți împreună atunci când dorește să încarce o fotografie sau un scurt clip cu imagini din viața sa personală, familie sau prieteni/colégi. Ceea ce poate părea amuzant pentru un copil la un moment dat, poate să fie dăunător, răutăcios sau chiar o invitație pentru "prădători".
- Verificați setările predefinite ca nu cumva să lase o mare parte din informații publice până când utilizatorul le face private (deși setările pentru conturile minorilor sunt mai stricte).
- Revizuiți setările împreună cu adolescenții și asigurați-vă că sunt configurate astfel încât doar prietenii să poată vedea profilul lor.
- Recomandăm dezactivarea opțiunii de partajare a locației pentru copii și adolescenți pe platformele de socializare care permit utilizatorilor să-și posteze locația (*pot, de asemenea, să-și marcheze (tag) și alți prieteni ca fiind prezenți la respectivul loc.*)
- Setati reguli cu privire la ceea ce e adecvat să posteze. Nu este permis ca adolescenții să posteze fotografii în ipostaze discutabile care i-ar putea afecta pe viitor. Totodată, ei trebuie să se gândească bine înainte de a posta statusuri sau comentarii. Amintiți-le că odată ce postează ceva ei pierd controlul asupra acelei informații.

- ▶ Încurajați adolescenții să reflecteze înainte de a se auto-dezvălui. Copiii sunt foarte prinși în moment și sunt mai predispuși să posteze ceva sub impuls. Discutați cu ei, pentru a corecta acest lucru.
- ▶ Învățați-i să se întrebe care sunt argumentele pentru care se postează un anumit lucru, cine va putea să vadă conținutul respectiv și dacă acesta ar putea fi înțeles greșit sau chiar folosit împotriva lor mai târziu.
- ▶ Sunt foarte multe reclame în mediul online și multe companii mari care au pagini acolo. Cei din marketing folosesc în mod activ rețelele sociale pentru a ajunge la acest tip de audiență.
- ▶ De asemenea, există un curent extrem de important care încurajează urmărirea diferiților creatori de conținut (*influenceri*) care își atrag și mențin audiența nu doar pentru scopuri comerciale (*de a vinde/recomanda anumite produse*), dar și pentru a orienta atitudini, comportamente în anumite direcții (*civice, educaționale, politice, religioase, culturale etc.*). Discutați cu ei subiectele și temele abordate de aceștia și verificați personal dvs. anumite poziționări ale copilului cu caracter intransigent cauzat de informațiile primite de la aceste persoane.
- ▶ Creați-vă propria pagină sau conturi pe rețele utilizate de copii. Cea mai bună modalitate de a învăța despre ele, este să vă creați chiar dumneavoastră un cont. Totodată, o modalitate foarte bună de a porni o discuție cu un adolescent este de a-l ruga să vă arate cum se poate crea un cont pe Tik Tok și cum se poate face un Reels pe Instagram.
- ▶ Întrebați adolescenții dacă sunt de acord să vă adauge ca prieteni pe rețeaua lor online. Mulți dintre ei vor fi de acord, dar e bine să nu fiți intruzivi și să nu postați foarte multe comentarii, să vă împrieteniți cu prietenii lor, etc.
- ▶ Veți vedea pe internet multe lucruri bune, rele și unele chiar de neînțeles. Dacă vreți să evitați situația în care cei mici se retrag din prietenia cu dumneavoastră de pe platformele utilizate de ei, atunci nu le faceți observații cu privire la orice mic lucru. Vorbiți mai mult despre aspecte mai generale și cu adevărat importante. Împărtășiți informații utile, amuzante, dar fără a-i bombarda ("spama") cu ele.
- ▶ Fiți un model demn de urmat offline, dar și online. Și copiii/adolescenții la rândul lor pot vedea ceea ce postați. Orice informație sau activitate de-a dvs. derulată împreună în mediul online îi poate afecta în grupul de prieteni și viceversa. Un comportament potrivit îi va inspira să aibă o amprentă digitală curată.

 **Activitate practică: învață, joacă-te, reflectează și protejează-te online!***De aplicat! La ce clasă?*

Titlul activității: Bunăstare online: elevii învață și împărtășesc

Ciclu de învățământ: gimnazial

Durata activității: 40 minute

Materiale necesare: foi de flipchart sau coli de hârtie

Desfășurarea activității: Cadrul didactic ghidează elevii să lucreze în echipe. Fiecare echipă se va concentra pe un tip de bunăstare în mediul online (cognitivă, fizică, socială, emoțională). Pe baza acestuia, elevii se vor gândi la activități, acțiuni și comportamente care duc la tipul de bunăstare pe baza căruia lucrează, dar și la riscuri sau metode prin care această bunăstare poate fi încălcată. La finalul timpului de lucru în echipe, acestea își vor prezenta concluziile în fața colegilor.

Titlul activității: Navigând în lumea digitală

Ciclu de învățământ: liceal

Durata activității: 30 minute (5 minute aranjarea clasei, 10 minute activitatea, 15 minute discuțiile)

Materiale necesare: activitatea „Mă simt mai bine când...” (Anexa 3)

Desfășurarea activității: Cadrul didactic va invita elevii să se așeze în rând cu fața spre tablă sau spre un anumit perete, pe mijlocul clasei, astfel încât să aibă spațiu să facă un pas la stânga și unul la dreapta. Cadrul didactic se va afla în fața rândului, cu fața la elevi, și va citi variantele fiecărui punct din Anexa 3. Elevii care consideră că s-ar simți mai bine cu prima variantă menționată vor face un pas la dreapta, în timp ce elevii care ar alege a doua variantă ar face un pas la stânga. Pot rămâne pe mijloc cei pentru care ambele variante sunt importante în aceeași măsură. După fiecare alegere, cadrul didactic poate întreba elevii de ce au ales în acest fel pentru a vedea motivele din spatele alegerii, dar și pentru a-i face pe elevi să simtă că alegerile lor sunt importante. La finalul activității, cadrul didactic începe o discuție cu elevii prin care abordează deschis subiectul bunăstării digitale, explorând motivele pentru care elevii fac sau nu alegeri care să ducă la bunăstarea lor digitală. Se pune accentul pe importanța alegerilor cu privire la mediul online asupra propriei bunăstări, asupra interacțiunilor cu ceilalți, asupra succesului școlar și profesional. Se recomandă o abordare deschisă și plină de curiozitate a cadrului didactic pentru ca elevii să simtă că mediul este unul deschis dezbaterilor cu argumente sincere și lipsite de judecata celorlalți. De asemenea, poate fi menționat principiul „judecăm ideea, nu persoana”,

pentru ca elevii să nu se judece între ei, ci să utilizeze gândirea critică pentru a ajunge la concluzii utile ale discuției.

Recomandare de activitate pentru ședința cu părinții

De aplicat!

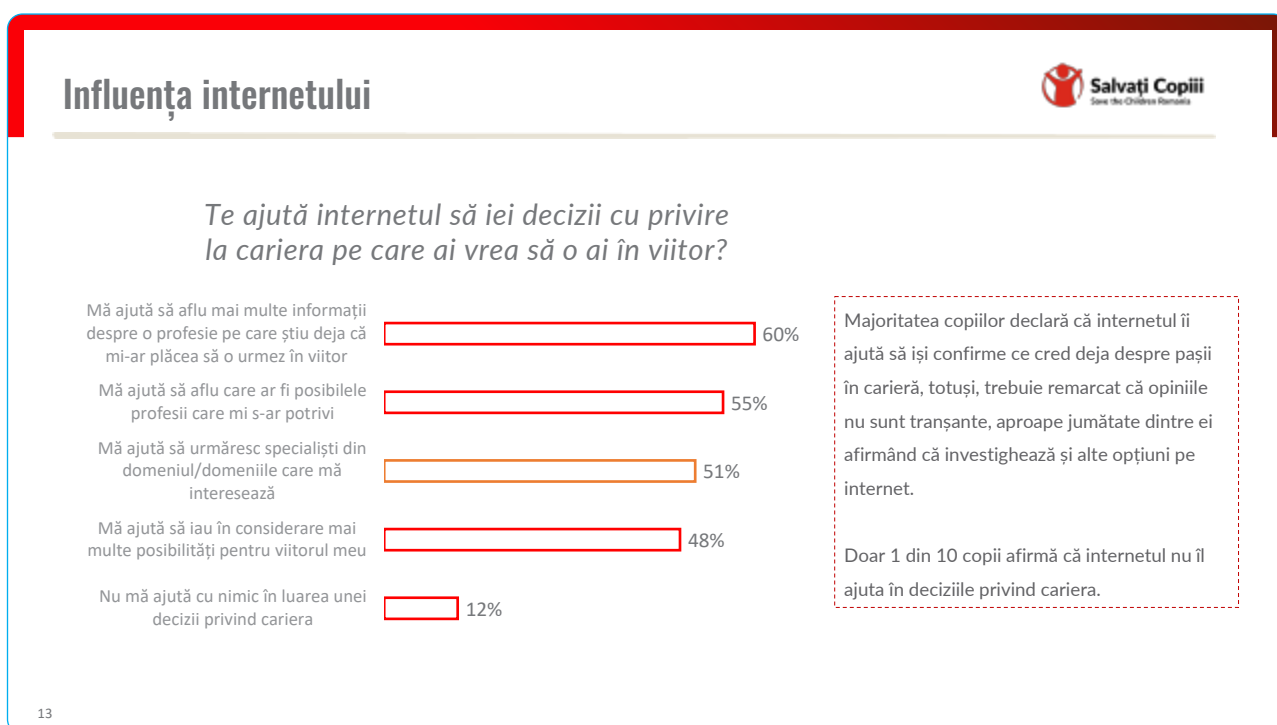
Invitați părinții să acceseze site-ul <https://oradenet.ro>, unde să scrie pe chatul instant și anonim despre o dificultate cu care se confruntă copiii lor și care le afectează bunăstarea digitală. Consilierii Ora de Net sunt acolo să ofere posibile soluții pentru dificultățile întâmpinate în mediul online!

Alături este prezentată succint o serie de recomandări pentru asigurarea unei stări de bine acasă și la școală:

- Promovați o comunicare deschisă cu copiii și adolescenții.
- Încurajați un comportament respectuos, etic și responsabil.
- Încurajați-i să vă spună despre experiențele lor online, inclusiv despre posibilele probleme sau îngrijorări.
- Furnizați informații despre siguranța online și sfaturi pentru a evita pericolele, cum ar fi conversațiile cu străini sau distribuirea de informații personale.
- Ajutați copiii să înțeleagă că acțiunile lor online au consecințe.
- Sabiliți limite clare privind utilizarea dispozitivelor digitale acasă. Aceste limite pot include timpul petrecut pe online, conținutul accesat și locația utilizării.
- Învățați copiii despre importanța respectării drepturilor de autor și a eticii în utilizarea conținutului digital.
- Încurajați dezvoltarea abilităților critice de gândire pentru a evalua informațiile online și pentru a evita dezinformarea și fake news.
- Utilizați instrumentele de monitorizare și filtrare a conținutului pentru a se asigura că cei mici nu au acces la conținut inadecvat pentru vârsta lor.
- Încurajați copiii să facă pauze regulate de la ecrane pentru a-și proteja sănătatea fizică și mentale - pauzele digitale - digital detox
- Fiți un model demn de urmat, modele online pentru elevi, arătându-le cum să aibă o prezență online pozitivă și responsabilă.
- Fiți răbdători și empatici cu elevii atunci când aceștia întâmpină dificultăți online sau se confruntă cu probleme. Arătați-le că pot să vă ceară ajutor și sfaturi.
- Oferiți oportunități copiilor de a-și dezvolta abilități digitale, inclusiv programare, competențe în mediul online și utilizarea responsabilă a tehnologiei.

- ▶ Actualizați-vă constant cu noile tehnologii și aplicații digitale pentru a putea discuta cu copiii despre ele și pentru a le putea oferi ghidare! Puteți accesa cu încredere [websiteul oradenet.ro](http://websiteul.oradenet.ro)
- ▶ Lucrați împreună, profesori și părinții pentru a crea un efort comun în promovarea utilizării responsabile a tehnologiei digitale.

În studiul sociologic privind conduita adolescenților în social media, realizat de Organizația Salvați Copiii în 2023, s-a observat că internetul are o influență semnificativă în deciziile legate de viitor pentru 43% dintre copii, iar pentru 40% influența este considerată medie. Vă invităm să parcurgeți concluziile studiului privind utilizarea rețelelor de socializare de către copii și adolescenți, București-Iunie 2023.



Cu siguranță, influența pe care creatorii de conținut (influencerii) o au asupra copiilor este semnificativă în era digitală. Este interesant să observăm că aproximativ jumătate dintre copii îi urmăresc pe influencerii lor preferați pe rețelele de socializare. Această interacțiune online poate avea un impact profund asupra domeniilor lor de interes și poate juca un rol important în formarea perspectivelor și aspirațiilor lor viitoare.

Recomandăm ca atât în procesul de dezvoltare, cât și în cel de implementare a oricărui proiect educațional, să fie luate în considerare nevoile copiilor care pot fi împlinite prin intermediul noilor tehnologii, validând astfel experiența lor. Această perspectivă în care privim lumea online prin ochii nativilor digitali este esențială și în procesul de a alege cu mai mare discernământ resursele online potrivite pentru

vârsta lor. Atât părinții, cât și cadrele didactice pot iniția discuții mai eficiente cu copiii și adolescenții cu privire la potențialele pericole asociate cu folosirea Internetului. Resursele puse la dispoziție în acest ghid, pot aduce o înțelegere mai clară asupra provocărilor întâlnite de copii și a nevoilor lor.

Este necesar să nu pierdem din vedere că educația de acum trebuie să răspundă momentului prezent și perspectivelor realiste despre viitor. Comunicarea, creativitatea, spiritul de inițiativă, curiozitatea, autonomia în învățare, aventura, gândirea critică, capacitatea de rezolvare a problemelor complexe, colaborarea și, nu în ultimul rând, reziliența, capacitatea de adaptare și revenire în urma unor situații de stres prelungit, sunt abilități și competențe pe care merită din plin să le hrănim prin contexte de învățare adresate copiilor. Copiii pot fi însă expuși la diverse pericole în încercarea lor de a cunoaște lumea, iar explorarea și relaționarea în mediul online, un spațiu public și nereglementat, nu este o excepție.

Majoritatea situațiilor neplăcute experimentate de către copii și adolescenți pe Internet, au ca numitor comun lipsa unei informări cu privire la potențialele riscuri legate de relaționarea cu alte persoane, consecințele pe care le pot avea anumite experiențe online, cât și cu privire la soluțiile pe care le identifică pentru a preveni sau opri o interacțiune nepotrivită. Internetul este un spațiu public, un aspect pe cât se poate de evident, pe atât de ignorat atunci când vine vorba de alfabetizarea digitală a noilor utilizatori.

Pentru persoanele care obișnuiesc să folosească cu discernământ această generoasă resursă, această înțelegere asupra Internetului devine un fel de filtru pe care îl aplică implicit și le determină deciziile cu privire la ce și cum împărtășesc online și cum integrează tehnologia într-un mod creativ, util și sigur. Pentru micii utilizatori sau pentru cei care intră online fără să își pună prea multe întrebări despre perspectiva mai largă a modului în care Internetul funcționează, așteptările pot fi foarte mari cu privire la calitatea conținutului și dinamica interacțiunii, cu ceilalți utilizatori. În lipsa unei informări corecte, tendința va fi folosirea Internetului într-un mod impulsiv care mai devreme sau mai târziu va avea efecte neplăcute. Abordarea pe care v-am propus-o în cadrul acestui ghid, are caracter sistemic, fiind axată pe componenta relațională cu persoanele adulte semnificative din viața copilului și, totodată, prin implicarea activă a nativilor digitali în propriul lor parcurs educațional și stimularea prezenței active în inițiativele educaționale comunitare.

În secțiunile anterioare am prezentat o imagine complexă asupra felului în care tehnologia influențează modul în care ne trăim viața, dezvoltarea copiilor și rolul profesorilor în ghidarea folosirii creative, utile și sigure a Internetului. Mai mult decât oricând, credem că este necesară dezvoltarea unui parteneriat autentic între școală și familie pentru asigurarea unui mediu coerent pentru copii și facilitarea suportului necesar ca ei să descopere lumea online prin prisma avantajelor și să cunoască,

din timp, eventualele pericole pe care le pot întâlni în incursiunile lor. De multe ori sesizăm în evenimentele pe care le organizăm cu cadrele didactice că acestea sunt nemulțumite de obiceiurile pe care copiii le dobândesc în familie cu privire la folosirea Internetului. De partea cealaltă, în întâlnirile noastre cu părinții, nu de puține ori aceștia menționează necesitatea ca informațiile privind siguranța pe Internet a copiilor, să fie acoperite în orele de școală și acest proces să facă parte din responsabilitatea instituțiilor de învățământ. În această pasare a responsabilității între adulți, stâlpi ai educației copiilor, cei care au cel mai mult de suferit sunt înșiși copiii și adolescenții. Așa cum ați descoperit în secțiunea de reflecții, v-am propus o abordare empatică și deschisă față de cei care contribuie la educația copiilor. Înainte de orice demers structurat care vizează o îmbunătățire a unui aspect de mare anvergură socială este esențial să observăm cum facem lucrurile în prezent și să alegem, deliberat, încotro ne îndreptăm. Un prim pas este să realizăm un plan care să aibă în vedere scopul și obiectivele pe care ni le propunem, activitățile pe care le putem derula pentru a atinge acele obiective și apoi să începem demersurile, folosind cu înțelepciune toate resursele pe care le avem sau sunt disponibile în comunitatea școlară.

În concluzie, tehnologia are un impact semnificativ asupra vieții copiilor și a modului în care interacționează cu lumea din jurul lor. Cu toate acestea, este important ca actorii sociali să fie atenți la implicațiile acestei evoluții și să ghideze copiii într-un mod responsabil și sigur, pentru a asigura o stare de echilibru generală. În mod cert o singură activitate educațională nu poate schimba atitudini sau comportamente. Suntem recunoscători că profesorii, specialiștii în educație din toate județele țării, au găsit moduri potrivite pentru a desfășura serii de activități, abordând anual temele propuse de echipa Ora de net.

Împreună, creăm premisele optime pentru o schimbare autentică în utilizarea conștientă a Internetului de copii, și suntem uniți în acest proces, iar implicarea fiecăruia dintre noi este esențială: elevi, directori, coordonatori de programe educative, profesori, consilieri școlari și părinți.

IX. REFERINȚE BIBLIOGRAFICE

Lucrări, articole și materiale publicate:

- Cooper, A., Redfern, S., Ghid pentru înțelegerea minții copilului. Metoda parentajului reflexiv, Editura Trei, 2018;
- Ducanda, A.L., Copiii în fața ecranelor, Editura Corint pentru părinți, 2023;
- Györgi, G., Copilul invizibil, Ediție aniversară, actualizată și revizuită, Ediția Curte Veche Publishing, 2021;
- Karlsson, Jonas, Desk Officer, ECPAT, Josephson, Sophie, Senior Child Rights Advisor, ECPAT, "Everything that is not a yes is a no";
- Katzer, C., Cyberpsihologia. Viața în rețea: Cum ne schimbă Internetul?, Editura ALL, 2018;
- Larson, E., Mitul inteligenței artificiale. De ce computerele nu pot gândi la fel ca noi, Editura Polirom, 2022;
- Livingstone, S, and Haddon, L, Studiu EU Kids Online: Final report, LSE, Londra, 2009-2011;
- Mogel, W., Arta conversației părinților cu copiii. Ce și cum le spunem copiilor – și când e cazul să-i ascultăm, Editura Trei, 2022;
- Oprea, B., Fake news și dezinformare online. Recunoaște și verifică. Manual pentru toți utilizatorii de internet, Ediția a II-a, Editura Polirom, 2021;
- Organizația Salvați Copiii România, Studiu privind utilizarea rețelelor de socializare de către copii și adolescenți, București, iunie 2023, accesibil la https://oradenet.ro/docs/Rezultatele_cercetarii_conduita_copiilor_in_online.pdf;
- Organizația Salvați Copiii România, Studiul privind Cyberbullying-ul, București, 2023, accesibil la adresa https://oradenet.ro/docs/Studiu_Cyberbullying_2023_Salvati_Copiii_Oradenet.pdf;
- Organizația Salvați Copiii România, Studiul privind utilizarea Internetului de către copii, București, februarie 2022, accesibil la adresa <https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/files/41/415afdb8-ff1b-4c04-8c62-27f6f9ba3dcf.pdf>
- Pânișoară, G., Parenting de la A la Z. 83 de teme provocatoare pentru părinții de azi, Editura Polirom, 2022;

- Stoilova, M., Livingstone, S., and Khazbak, R., Investigating Risks and Opportunities for Children in a Digital World: A rapid review of the evidence on children's internet use and outcomes. Innocenti Discussion Paper 2020-03. UNICEF Office of Research – Innocenti, Florence, 2021;
- Stoilova, M., Rahali, M. & Livingstone, S., Classifying and responding to online risk to children: Good practice guide. London: Insafe helplines and the London School of Economics and Political Science, 2023.

Webografie

- Centrul Național de Dezvoltare a Învățământului Profesional și Tehnic - Acesta oferă resurse și informații despre învățământul profesional și tehnic din România: <https://www.cndipt.ro/>
- Centrul Național de Formare în Securitate Cibernetică: Acesta este un proiect european care oferă resurse privind educarea noii generații de experți în materie de securitate cibernetică la nivel național. Site-ul lor conține materiale utile: <https://cstce.ro/>
- Didactic.ro - Acesta este un portal dedicat comunității didactice și conține resurse, forumuri și o varietate de materiale educaționale: <https://www.didactic.ro/>
- Edu.ro - Resurse Educaționale - Această secțiune a site-ului Ministerului Educației conține resurse educaționale pentru profesori și elevi, inclusiv manuale școlare în format electronic: <http://edu.ro/eduonline>
- European Schoolnet: European Schoolnet este o rețea europeană de învățământ care oferă resurse și proiecte educaționale, inclusiv materiale privind siguranța online pentru profesori: <https://www.eun.org/>
- Inspectoratul Școlar al Municipiului București (ISMB): ISMB oferă resurse și ghiduri pentru profesori privind utilizarea în siguranță a tehnologiei și a internetului în școli: <https://www.ismb.ro/>
- Ministerul Educației și Cercetării din România: Ministerul oferă resurse și informații despre utilizarea în siguranță a tehnologiei în școli și programe educaționale legate de siguranța online: <http://www.edu.ro/>
- Internet matters, Raportul Children's Wellbeing in a Digital-World, accesibil la adresa <https://www.internetmatters.org/wp-content/uploads/2023/02/Internet-Matters-Childrens-Wellbeing-in-a-Digital-World-Index-report-2023-2.pdf>;

- Ora de Net : se concentrează pe siguranța online și oferă o serie de resurse educaționale pentru profesori și părinți. Pe site veți găsi ghiduri, materiale de formare și informații despre siguranța online: <https://oradenet.ro/>
- Portalul Național de Educație - Acest portal oficial al Ministerului Educației și Cercetării oferă informații despre programele școlare, evaluări naționale, resurse educaționale și multe altele: <http://edu.ro/>
- Siguranța pe Internet pentru Copii: Aceasta este o inițiativă a Comisiei Europene care furnizează sfaturi și resurse pentru profesori și părinți pentru a promova siguranța online a copiilor: <https://www.betterinternetforkids.eu/>

Articole și site-uri web:

- Declaration on European Digital Rights and Principles | Shaping Europe's digital future (europa.eu)
- European strategy for a better Internet for kids (BIK+) - Report on the DigitalDecade4YOUth consultation | Shaping Europe's digital future (europa.eu), 2030 Digital Compass: the European way for the Digital Decades
- <http://www.scolifarabullying.ro/dreptullapauza>
- <https://desprejocurivideo.ro/beneficiile-jocurilor-video/>
- https://insse.ro/cms/sites/default/files/com_presa/com_pdf/tic_r2022.pdf
- <https://pegi.info/>, Pan European Game Information
- <https://www.askaboutgames.com/pegi-age-ratings>
- <https://www.commonsemmedia.org/game-reviews>
- <https://www.edumagic.eu/blog/post/resurse-educationale-gratuite>
- <https://www.internetmatters.org/advice/6-10/supporting-9-10-year-old-girls-digital-wellbeing/>
- <https://www.internetmatters.org/wp-content/uploads/2023/02/Internet-Matters-Childrens-Wellbeing-in-a-Digital-World-Index-report-2023-2.pdf>
- <https://www.psafes.com/dfndr-lab/>
- <https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/media/Documente/Studiu-Peste-un-sfert-dintre-copii-au-fost-agresori,-jumatate-spun-ca-au-fost-victime-ale-bullying-ului.pdf>
- <https://www.statista.com/statistics/1121604/romania-number-of-internet-users/>
- Ordin-6235-Procedura-cazuri-violenta-scolara_MO-856-22-09.pdf (edupedu.ro)

X. ANEXE

Anexa 1. Ghid de discuție pentru cadrele didactice

Vă pregătim mai jos teme de discuție și întrebări de reflecție pe care le puteți adapta la clasă în funcție de ciclul de învățământ și de cunoștințele elevilor. Propunem ca elevilor să le fie acordată libertatea de a reflecta asupra întrebărilor și de a găsi inițial propriile răspunsuri, pentru ca ulterior să le împărtășească colegilor și să construiți împreună cu aceștia răspunsuri potrivite și cu aplicabilitate în realitate. În funcție de timpul pe care îl aveți la dispoziție, puteți selecta întrebări pe baza uneia dintre temele propuse sau puteți avea dezbateri, activități de lucru în echipă sau pot fi integrate în unitățile de învățare din cadrul orelor de curs.

Despre viața digitală și timpul petrecut online

1. Ce înseamnă pentru tine să fii un utilizator responsabil al tehnologiei și internetului?
2. Care sunt avantajele și dezavantajele petrecerii timpului pe rețelele sociale?
3. Cum poți să-ți gestionezi timpul online pentru a fi productiv?
4. Cum poți să contracarezi comportamentele negative întâlnite în mediul online?
5. Care sunt riscurile jocurilor video și a dependenței de ele? Cum poți să-ți echilibrezi timpul petrecut în fața ecranului cu alte activități?
6. Cum poți să discerți informațiile false de cele veridice pe internet? Ce strategii folosești pentru a verifica sursele?
7. Ce înseamnă să respecti drepturile de autor și să folosești conținutul online în mod legal și etic?
8. Cum poți să fii un participant activ și pozitiv în comunitățile online la care aparții?
9. Cum poți să folosești tehnologia și internetul pentru a-ți dezvolta abilități și pentru a învăța în mod continuu?
10. Cum te simți atunci când petreci prea mult timp pe internet sau când primești prea multe notificări? Ce strategii poți folosi ca să păstrezi controlul lor?
11. Cum poți să îi ajuți și să îi sprijini pe cei din jurul tău să aibă o viață digitală sănătoasă și responsabilă?

Despre pericolele online

1. Ce înțelegi prin termenul „pericole online”?
Poți să enumeri câteva exemple?
2. Cum poți să-ți protejezi datele personale și informațiile online pentru a preveni furtul de identitate sau alte infracțiuni cibernetice?
3. Ce înseamnă „cyberbullying” și cum poți să îl recunoști? Ce măsuri poți lua pentru a preveni sau a combate acest fenomen?
4. Ce riscuri implică comunicarea cu străinii pe internet? Cum poți să-ți menții siguranța și să eviți contactul cu persoane periculoase?
5. Care sunt pericolele de a distribui sau a partaja imagini și informații personale online? Ce consecințe pot avea?
6. Care sunt pericolele de securitate cibernetică și ce măsuri poți să iei pentru a-ți proteja dispozitivele și datele personale?
7. Cum poți să identifici mesajele sau informațiile false și dezinformarea online? De ce este important să fii critic în privința conținutului pe care îl întâlnești pe internet?
8. Ce măsuri de siguranță poți lua atunci când folosești rețele de socializare sau servicii de chat pentru a-ți proteja intimitatea?
9. Ce ar trebui să faci dacă ești confruntat cu conținut sau comportamente inadecvate sau periculoase online? La cine poți să apelezi pentru ajutor?
10. Cum poți să fii responsabil în privința jocurilor online și să eviți să te implici în comportamente riscante sau ilegale?
11. Ce înseamnă să navighezi în mod sigur pe internet și să eviți site-urile web și conținutul periculos sau inadecvat?
12. Care sunt consecințele posibile ale partajării informațiilor personale pe platformele de socializare? Cum poți să-ți protejezi propria reputație online?
13. Ce măsuri poți lua pentru a-ți proteja dispozitivele și conturile online de atacuri cibernetice, cum ar fi malware sau phishing?

Despre siguranța datelor

1. Ce înțelegi prin „siguranța datelor” și de ce crezi că este importantă în lumea digitală?
2. Ce tipuri de date personale pot fi expuse online și cum poți să le protejezi eficient?
3. Care sunt riscurile în a dezvălui informații personale pe internet și în aplicații? Cum poți să eviți să îți expui datele în mod inutil?
4. De ce este important să folosești parole puternice și unice pentru diferitele tale conturi online? Cum poți să gestionezi și să păstrezi în siguranță parolele?
5. Ce sunt phishing-ul și scam-urile online? Cum poți să recunoști și să eviți astfel de atacuri?
6. Cum poți să-ți protejezi dispozitivele împotriva malware-ului și a altor amenințări cibernetice?
7. Care sunt modalitățile în care poți să-ți actualizezi și să-ți securizezi profilurile pe rețelele sociale pentru a-ți proteja informațiile personale?
8. Ce reguli ar trebui să ai în vedere atunci când partajezi fotografii sau videoclipuri online pentru a-ți proteja intimitatea?
9. Cum poți să fii conștient de locația și datele tale de localizare pe dispozitivele tale mobile?
10. Ce măsuri poți lua în cazul în care îți pierzi dispozitivul mobil sau îți este furat? Cum poți să-ți protejezi datele și să-i ajuți pe ceilalți să își protejeze dispozitivele?

Despre dependența de internet

1. Cum poți să îți dai seama dacă petreci prea mult timp online sau dacă te simți dependent de tehnologie? Care sunt semnele pe care le observi la tine sau la cei din jurul tău?
2. Care sunt activitățile sau aplicațiile online pe care petreci cel mai mult timp? De ce crezi că acestea te atrag atât de mult?
3. Cum te simți atunci când ești departe de dispozitivele tale sau nu poți să accesezi internetul? Cum poți să îți gestionezi anxietatea sau disconfortul asociat cu aceste momente?

4. Cum poți să-ți stabilești limite de timp pentru utilizarea tehnologiei și a internetului în mod sănătos? Ce strategii poți folosi pentru a respecta aceste limite?
5. Cum te pot ajuta familia și prietenii să-ți controlezi timpul petrecut online și să previi dependența?
6. De ce este important să ai un echilibru între timpul petrecut online și timpul petrecut în activități offline?
7. Ce beneficii poți obține dacă reduci timpul petrecut online și îți concentrezi atenția pe alte activități? Cum te poate ajuta aceasta în dezvoltarea ta personală?
8. Ce măsuri poți lua pentru a preveni insomniile și tulburările de somn asociate cu utilizarea excesivă a dispozitivelor înainte de culcare?
9. Cum poți să te distanțezi de conținuturile toxice sau dependente de pe internet și să dezvolti interese sănătoase și pasiuni în afara mediului online?
10. Cum poți să îi ajuți pe ceilalți să conștientizeze riscurile dependenței online și să dezvolte un comportament sănătos în mediul digital?

Despre identitatea online

1. Cum este diferit conceptul de identitate online de identitatea noastră în viața reală?
2. Cum vă influențează mediul online și rețelele sociale în dezvoltarea identității voastre?
3. Ce elemente ale personalității voastre sunt evidențiate sau subliniate în mediul digital?
4. De ce este important să vă păstrați autenticitatea în identitatea voastră online? Cum puteți evita capcana de a vă crea o identitate falsă pe internet?
5. Ce măsuri puteți lua pentru a vă proteja datele personale și confidențialitatea online și pentru a evita furtul de identitate?
6. Cum puteți fi membri responsabili al comunității online, având în vedere identitatea voastră digitală?
7. Ce efecte pot avea comentariile negative sau hărțuirea online asupra identității voastre și a stimei de sine? Cum puteți să vă apărați pe voi înșivă, dar și unii pe ceilalți în astfel de situații?

8. De ce este important să vă conștientizați propria imagine online și impactul pe care îl poate avea asupra viitorului vostru? Cum puteți gestiona conținutul pe care îl postați sau îl distribuiți online?
9. Care sunt riscurile de a avea o identitate online excesiv de expusă și transparentă? Cum puteți să stabiliți limite sănătoase?
10. Cum puteți recunoaște și evita situațiile în care alții încearcă să vă manipuleze sau să vă înșele prin intermediul identității lor online?
11. Cum v-ați simțit atunci când ați întâlnit opinii și valori diferite online? Cum puteți naviga în mediul digital cu respect pentru diversitatea de opinii?

Despre discuțiile pe internet

1. Ce înseamnă să discuți online cu persoane necunoscute și de ce este importantă prudența în această privință?
2. Care sunt avantajele și dezavantajele discuțiilor online cu persoane necunoscute în scopuri educaționale sau sociale?
3. Ce ar trebui să faci dacă primești mesaje sau cereri de prietenie de la persoane necunoscute sau suspecte online? Care sunt pașii pe care îi poți urma pentru a verifica identitatea lor?
4. Cum poți să fii un membru responsabil al comunității online și să contribui la crearea unui mediu sigur și respectuos în discuțiile cu persoane necunoscute?
5. De ce este important să fii conștient de pericolele potențiale atunci când partajezi informații personale sau fotografii cu persoane necunoscute online?
6. Cum poți să recunoști și să eviți situațiile de cyberbullying sau hărțuire online în discuțiile cu persoane necunoscute sau cunoscute?
7. Cum te simți atunci când ai interacțiuni online și subiectele devin inconfortabile sau inadecvate? Cum poți să gestionezi astfel de situații?
8. Care sunt riscurile de a dezvălui prea multe informații despre tine în discuțiile online cu persoane cunoscute sau necunoscute? Cum poți să îți protejezi intimitatea și să eviți expunerea excesivă?
9. De ce este important să ai un echilibru între discuțiile online și interacțiunile în viața reală cu prietenii și familia?
10. Cum îi poți încuraja pe ceilalți să acționeze responsabil în mediul digital?

Despre blocarea sau raportarea persoanelor online

1. De ce ar trebui să fie important pentru noi să raportăm sau să blocăm conținuturile sau persoanele deranjante pe internet?
2. Care sunt situațiile în care ar trebui să considerăm blocarea sau raportarea unui utilizator sau a unui conținut online?
3. De ce este important să nu ignori comportamentul sau conținutul deranjant online și să acționezi în mod corespunzător?
4. Ce platforme sau servicii online oferă opțiuni pentru a raporta sau a bloca utilizatori sau conținuturi? Cum funcționează aceste funcționalități?
5. De ce este important să păstrezi dovezi, capturi de ecran pentru a susține raportarea ta în cazul unor situații problematice?
6. Ce măsuri ar trebui să fie luate de platformele online pentru a răspunde la raportările utilizatorilor? Cum poți să îi încurajezi să acționeze corespunzător?
7. Cum poți să fii un membru activ al comunității online și să contribui la promovarea unui mediu sigur și respectuos prin raportarea conținuturilor deranjante?
8. Cum te simți atunci când trebuie să raportezi sau să blochezi pe cineva sau ceva online? Cum poți să gestionezi aceste emoții?

Despre sănătatea fizică

1. Cum crezi că tehnologia a schimbat modul în care ne desfășurăm activitățile fizice și stilul de viață?
2. Care sunt beneficiile și riscurile utilizării prelungite a dispozitivelor tehnologice asupra sănătății fizice?
3. Cum poți să gestionezi timpul petrecut în fața ecranelor pentru a preveni sedentarismul și pentru a promova o viață activă?
4. De ce este important să ții cont de postura corectă și să faci pauze regulate atunci când lucrezi sau te joci pe dispozitivele electronice?
5. Cum poți să utilizezi tehnologia pentru a-ți îmbunătăți sănătatea fizică? Există aplicații sau dispozitive care te pot ajuta în acest sens?
6. Care sunt modalitățile prin care poți să integrezi mișcarea și exercițiile fizice în rutina ta zilnică, folosind tehnologia?

7. Cum poți să monitorizezi și să îți evaluezi nivelul de activitate fizică și sănătatea folosind dispozitive inteligente sau aplicații?
8. De ce este important să menții un echilibru între timpul petrecut în fața ecranelor și timpul petrecut în activități în aer liber sau fizice?
9. Care sunt efectele negative ale lipsei somnului și ale utilizării prelungite a dispozitivelor electronice înainte de culcare asupra sănătății tale?
10. Cum poți să-ți protejezi ochii și sănătatea vizuală atunci când folosești dispozitivele tehnologice?
11. De ce este important să ții cont de echilibrul dintre activitățile online și offline pentru a menține un stil de viață sănătos?

Despre sănătatea emoțională și mintală

1. Cum crezi că poate să afecteze tehnologia sănătatea ta mintală și emoțională în viața de zi cu zi?
2. Cum te simți atunci când petreci mult timp pe rețelele de socializare sau joci jocuri video? Cum influențează aceste activități starea ta de spirit?
3. Cum poți să folosești tehnologia pentru a-ți îmbunătăți sănătatea mintală și emoțională? Ce aplicații sau resurse online cunoști care te pot ajuta în acest sens?
4. Care sunt modalitățile prin care poți să îți gestionezi stresul și anxietatea legate de utilizarea tehnologiei și de presiunile mediului online?
5. Cum poți să fi un consumator conștient de conținut online și să eviți expunerea la conținuturi negative sau toxice care pot afecta sănătatea ta emoțională?
6. De ce este important să comunici deschis cu prietenii și familia despre modul în care tehnologia te afectează emoțional și să ceri sprijin când simți că ai nevoie?
7. Cum poți să folosești tehnologia pentru a menține sau a dezvolta relații sociale sănătoase și pentru a menține legătura cu cei dragi?
8. Ce strategii poți folosi pentru a gestiona sentimentele de singurătate sau izolare care pot apărea ca urmare a utilizării excesive a tehnologiei?
9. De ce este important să ai o viziune echilibrată asupra propriei tale imagini online și să nu te compari excesiv cu alții pe baza a ceea ce vezi pe rețelele de socializare?

Anexa 2. Scenarii ilustrative cu privire la cyberbullying

1. Situații de cyberbullying:
2. Trimiterea de mesaje răutăcioase sau amenințări prin mesaje text sau pe rețelele de socializare
3. Distribuirea mai multor imagini sau videoclipuri umilitoare sau jenante fără permisiunea persoanei în cauză
4. Crearea de profiluri sau pagini false pentru a umili sau a afecta reputația unei persoane
5. Excluderea sau izolarea repetată a unei persoane din grupurile sau comunitățile online
6. Răspândirea de zvonuri false sau informații defăimătoare despre o persoană
7. Jignirea repetată a unui coleg de clasă prin intermediul grupului de WhatsApp
8. Crearea de porecle jignitoare cu care persoana este menționată în mediul online (tag)
9. Contactarea unei persoane de pe mai multe conturi sau prin intermediul mai multor aplicații de către aceeași persoană, inclusiv în cazul blocării acesteia pe unele dintre aplicații
10. Editarea și distribuirea mai multor imagini sau videoclipuri false cu o persoană
11. Realizarea în mediul online de postări în numele altei persoane
12. Situații deranjante, dar care NU reprezintă cyberbullying:
13. Jignirea unei persoane pe o rețea de socializare printr-un comentariu unic
14. Răspândirea unei știri adevărate cu impact emoțional negativ
15. Distribuirea sau postarea datelor personale ale altei persoane în mediul online, fără acordul acesteia
16. Excluderea neintenționată a unui coleg din grupul de WhatsApp
17. Postarea de imagini cu alte persoane pe Instagram fără acordul acestora
18. Publicarea de fotografii jenante pe Facebook cu un coleg care nu și-a dat acordul de a i se posta pozele

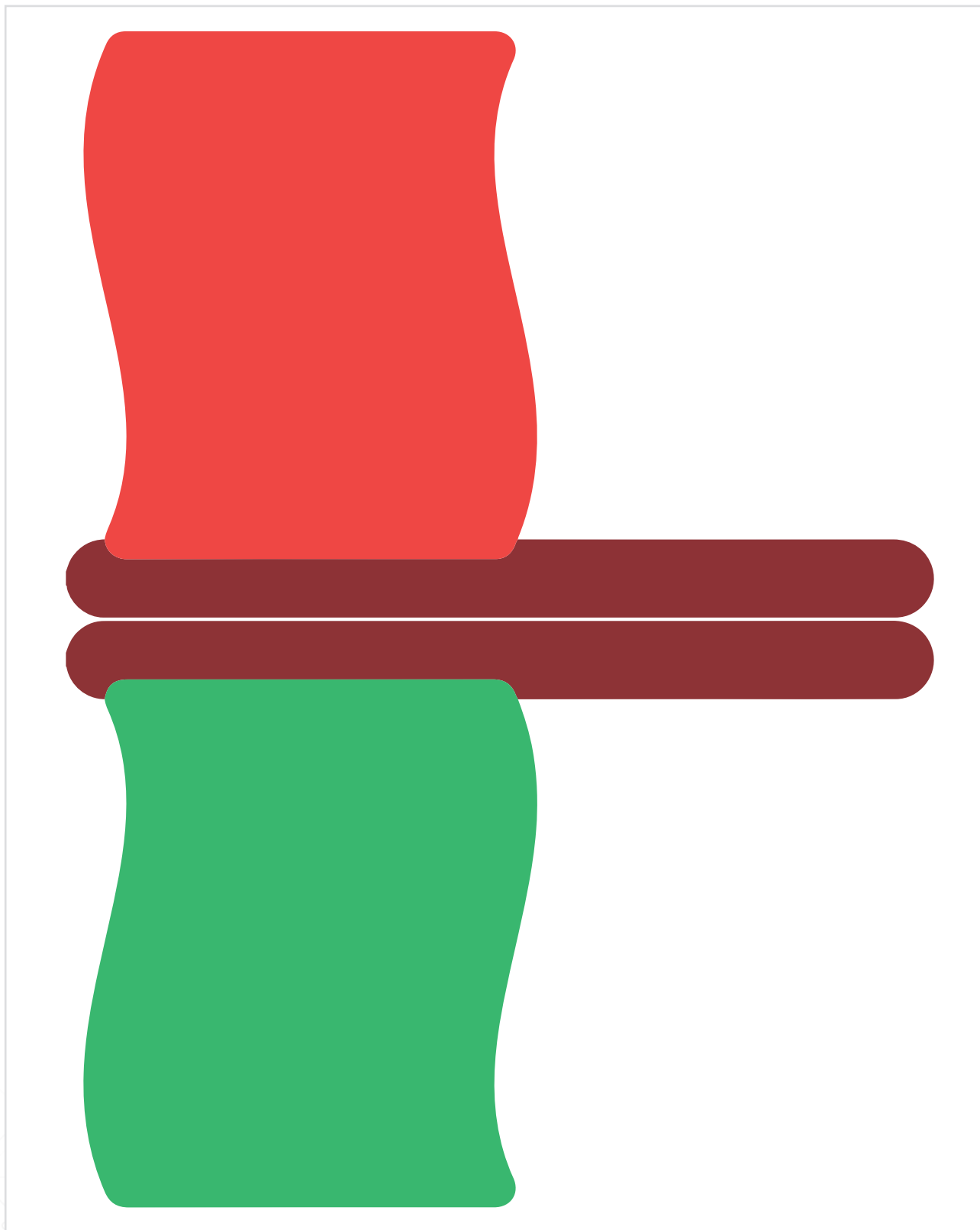
19. Realizarea de fotografii unei persoane fără ca aceasta să își dorească acest lucru
20. Jignirea unui profesor în mediul online
21. Trimiterea unor mesaje cu conținut sensibil către un singur prieten considerat a fi de încredere, care ulterior redirecționează mesajele confidențiale către alte persoane
22. Realizarea de fotografii temelor de acasă ale colegilor cu scopul de a le copia



Anexa 3. Mă simt mai bine când...

- Mă joc pe calculator vs. Ies cu prietenii afară
- Petrec timp cu familia mea vs. Stau pe rețelele sociale
- Imi fac temele corect și iau o notă mare vs. Stau prea mult timp jucându-mă online, încât nu mai am timp să le termin
- Merg într-un loc din natură vs. Mă uit la un documentar despre natură
- Realizez că am petrecut mult timp online vs. Realizez că am petrecut mai puțin timp online decât de obicei
- Mă deconectez de la tehnologie pentru o zi vs. Petrec o zi în care mă joc 8 ore non-stop
- Am mai multe dispozitive digitale lângă mine (telefon, tabletă, PC, laptop, playstation etc.) vs. Îmi pot petrece timpul fără a fi nevoie să am dispozitive în jurul meu
- Sunt nervos/nervoasă și scriu un comentariu jignitor în mediul online vs. Sunt nervos/nervoasă și vorbesc cu cineva despre asta (părinți, prieteni, alte persoane de încredere)
- Citesc un comentariu jignitor destinat mie sau altei persoane în mediul online vs. Citesc un comentariu de apreciere față de mine sau față de alte persoane
- Petrec timpul pe internet noaptea vs. Acord atenție numărului necesar de ore pentru odihnă
- Mă uit la videoclip în care lumea se certă vs. Mă uit la un videoclip în care învăț ceva nou ce mă interesează

Anexa 4. Steaguri roșii și verzi



Anexa 5. Situații benefice sau dăunătoare**Este un semn bun dacă...? (afirmațiile pot fi selectate în funcție de nevoile clasei)**

1. Știu cât timp am voie să stau zilnic online.
2. Îmi neglijez sarcinile școlare ca să stau pe telefon.
3. Dimineața când mă trezesc nu mă simt destul de odihnit/ă.
4. Știu că este timpul să mă apuc de teme, dar încă nu mă pot dezlipi de telefon pentru a mă apuca de ele.
5. Îmi place să petrec timp cu familia mea și să mă joc cu frații mei.
6. Părinții mei sunt dezamăgiți când văd cât timp petrec online și își arată dezamăgirea spunându-mi „iar stai pe telefon/cu ochii în ecrane?”.
7. De multe ori intru online să caut informații, curiozități sau să îl folosesc în proiectele mele.
8. Când ies în oraș, prefer să petrec mai mult timp vorbind cu ceilalți decât să stăm toți pe telefoanele noastre.
9. Mă uit la televizor, stau pe telefon sau pe calculator în timp ce mănânc, mi s-ar părea ciudat să fac altfel.
10. Uneori stau atât de mult în mediul online încât uit de ceea ce este în jurul meu sau cât timp a trecut de când mă joc.
11. Nu am prea mulți prieteni în viața reală, însă am foarte mulți în mediul online.
12. Folosesc telefonul la școală doar atunci când ne invită profesorii să îl folosim.
13. Mă simt bine când am ocazia să ies afară, în natură, în parc sau când vizitez locuri din oraș care îmi plac.
14. Uneori mă simt atât de vinovat că am folosit internetul mult timp sau că l-am folosit pe ascuns ca să nu fiu certat/ă, încât șterg istoricul pentru a nu afla nimeni cât timp am stat pe internet.
15. Folosesc aplicații online care să mă ajute în viața offline: aplicații precum Google Maps care mă ajută să vizitez locuri noi, YouTube pe care ascult muzică în timp ce fac curățenie, Zoom sau Google Meet pentru activități de voluntariat, WhatsApp ca să o anunț pe mama că am ajuns acasă etc.
16. Observ că mi se schimbă starea și emoțiile pe care le simt destul de des, mai ales după ce utilizez tehnologia sau internetul.

17. Nu cred că stau foarte mult timp online... alții stau mai mult decât mine (deși persoana petrece ore bune pe internet și în jocuri online).
18. Uneori nu mă simt bine, însă nu știu de ce. Am dureri de cap, de ochi sau mă simt slabit/ă după ce folosesc mai mult timp un dispozitiv digital.
19. Nu înțeleg de ce lumea îmi spune că nu comunic; vorbesc foarte mult cu prietenii mei de pe rețelele sociale.
20. Îmi place să desenez și mă inspir de pe internet de la artiști din întreaga lume.
21. Sunt curios/curioasă cum sunt alte culturi, cum arată alte țări, ce monumente, muzee, parcuri de distracții se pot vizita în alte țări, așa că mă uit pe internet să găsesc informații și tururi gratuite cu privire la aceste lucruri care mă interesează.
22. Am învățat/exersat o aptitudine cu ajutorul persoanelor care dau cursuri online: cum să fac cubul rubik, cum să fac o mâncare sau băutură sănătoasă, cum să fac sport etc.



Anexa 6. Un moment în natură

Profită de o zi însorită și mergi cu familia ta în natură. Ia-ți spiritul aventurier cu tine și privește cât de frumos este totul în jurul tău! Lasă-ți telefonul acasă și explorează atent parcul, pădurea sau spațiul natural în care mergi cu familia ta, apoi completați împreună fișa ca să nu uitați experiențele frumoase din plimbarea voastră.

Data: _____

Locul pe care l-am explorat a fost _____

Am fost acolo cu: mama / tatăl / bunica / bunicul / altcineva _____

Câteva dintre lucrurile pe care le-am făcut acolo au fost să:

😊 _____

😊 _____

😊 _____

Câteva dintre florile pe care le-am văzut au fost:

🌸 _____

🌸 _____

🌸 _____

Câteva dintre insectele și animalele pe care le-am văzut au fost:

🐞 _____

🐞 _____

🐞 _____

În timpul plimbării, am găsit _____

Am cunoscut alți copii cu care m-am jucat sau am explorat locul: da / nu

Cel mai mult mi-a plăcut:

Lipește alături o frunză cu o formă neobișnuită:

Pentru mai multe informații, accesați Ghidul Descoperirea Bucuriei Offline disponibil pe site-ul www.oradenet.ro, https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/10/descoperirea_bucuriei_offline.pdf

Anexa 7. A fi sau a nu fi sportiv?

- ⚙️ Consultă prognoza meteo împreună cu familia ta. Ce spune vremea de astăzi?

Stabiliți împreună un loc, un joc sportiv pentru aer liber și ieșiți împreună la joacă! Fie că este vorba despre o plimbare cu bicicleta, o cursă cu obstacole, un sport pentru care ai nevoie de instrumente (palete pentru tenis sau badminton, minge pentru fotbal etc.) sau pentru care ai nevoie doar de voia bună, distrați-vă împreună, apoi notați concluziile zilei.

Am ieșit afară în următorul loc: _____

Am hotărât să mergem acolo pentru că: _____

Am luat cu noi:

🎁 _____

🎁 _____

🎁 _____

Ne-am jucat: _____

Desenează mai jos un moment preferat din ziua de astăzi:

Pentru mai multe informații, accesați Ghidul Descoperirea Bucuriei Offline,
https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/10/descoperirea_bucuriei_offline.pdf

Anexa 8. Astăzi sunt un grădinar!

Nu-i așa că ar fi minunat dacă, în loc să mergi la piață sau la magazin, ai avea pe balconul tău legumele pe care ți-ai dori să le mănânci? Sau dacă, în afară de a avea flori în curte și în grădină, ai avea una frumoasă și în camera ta sau în bucătărie?

Fii liniștit/ă, nu trebuie să fii grădinar sau florar pentru a face asta! Următoarea provocare este pentru tine.

Împreună cu familia ta, poți fi grădinar pentru o zi!

Pentru a îndeplini provocarea, bifează lista de lucruri de făcut pe măsură ce le realizezi:

- Am fost la magazin și am cumpărat:
 - un ghiveci
 - pământ
 - semințe de: _____
- Am citit instrucțiunile ca să știm cum să plantăm și să îngrijim planta.
- Împreună cu familia mea, am pus pământul în ghiveci, apoi am pus semințele.
- Am udat pământul și semințele.
- Am scris pe un bilețel ce plantă urmează să crească și l-am lipit pe ghiveci.

Pentru a vedea evoluția plantei, completează următorul tabel, adăugând momente-cheie din dezvoltarea sa:

| Data | Detalii |
|------|---|
| | Am plantat _____ (denumirea plantei) |
| | Începe să se vadă tulpina |
| | Cresc primele frunze |
| | ... |
| | ... |
| | ... |

Știi că...?

Pentru a fi sigur/ă că ai grijă de plantă, poți crea un tabel sau o listă cu lucruri de făcut zilnic sau odată la câteva zile în care să scrii acțiunile pe care trebuie să le faci pentru ca planta ta să crească și să te poți bucura de rezultatul efortului tău. Îți poți ruga părinții, frații sau surorile sau chiar bunicii să îți ofere sfaturi despre cum poți avea mai multă grijă de plantă sau despre cum o poți ajuta să crească frumos. Le poți cere chiar să îți amintească de lista sau tabelul tău pentru a nu uita din greșeală să uzi planta sau să verifici dacă a stat destul timp la soare.

Pentru mai multe informații, accesați Ghidul Descoperirea Bucuriei Offline,
https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/10/descoperirea_bucuriei_offline.pdf



Anexa 9. Artistul din mine

Alege o activitate creativă care știi deja că îți place. Invită-ți membrii familiei să se alăture și să realizați împreună un produs artistic!

- Activitatea artistică aleasă a fost: pictura / desenul / coloratul / modelajul / confecționarea de obiecte / altceva _____

- Persoanele care au luat parte la activitate au fost: _____

- Câteva dintre obiectele pe care le-am folosit au fost: _____

- Prin activitatea aceasta, am construit/desenat/confecționat un/o _____

- Mi-a plăcut activitatea pentru că: _____

- Nu mi-a plăcut activitatea pentru că: _____

- Data viitoare vreau să construiesc/desenez/confecționez un/o _____

Lipește mai jos o poză cu tine și persoanele cu care te-ai distrat în această activitate!

Folosește spațiul de mai jos pentru a adăuga ceva reprezentativ pentru activitatea artistică de astăzi (ex. dacă ai pictat, poți lăsa pe hârtie amprenta degetului arătător)!

Pentru mai multe informații, accesați Ghidul Descoperirea Bucuriei Offline,
https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/10/descoperirea_bucuriei_offline.pdf

Anexa 10. Seara de jocuri

Jocurile pe telefon sunt distractive... dar mai ceva sunt jocurile în familie!

Alege împreună cu familia ta o seară pe care să o petreceți împreună jucându-vă. Cu telefonul lăsat în altă cameră, cu televizorul stins sau folosit pe post de radio pentru muzică de fundal, se anunță a fi cea mai distractivă seară!

Pentru a te asigura că ai tot ce îți trebuie, bifează lista de mai jos:

- Am invitat toți membrii familiei care se puteau alătura.
- Am pregătit jocul/jocurile: tabla de joc, cărțile, pionii etc.
- Am pregătit mâncarea/dulciurile și apa/ceaiul/sucul pentru a le avea lângă noi în timpul jocurilor.
- Am stabilit că nu ne vom supăra dacă vom pierde la un joc.

Cine a luat parte la seara de jocuri: _____

Jocul/jocurile pe care l-am/le-am jucat: _____

Cel mai mult m-a bucurat momentul în care: _____

Cel mai tare am râs atunci când: _____

Pentru mai multe informații, accesați Ghidul Descoperirea Bucuriei Offline,
https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/10/descoperirea_bucuriei_offline.pdf

Anexa 11. Seara de film

Alege un film pe care să îl urmărești în familie. Poate fi o comedie, un film de animație sau un documentar – orice îți face cu ochiul. Pregătește popcornul!

Filmul pe care l-am urmărit a fost: _____

Genul filmului este: _____

După film, desenează în dreapta personajul care ți-a plăcut cel mai mult sau care ți s-a părut cel mai amuzant:

Pentru mai multe informații, accesați Ghidul Descoperirea Bucuriei Offline,
https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/10/descoperirea_bucuriei_offline.pdf

Anexa 12. Oare cum reușește...?

Te-ai întrebat vreodată cum reușesc bucătarii și cofetarii să gătească mâncare și să coacă prăjituri atât de gustoase? Ei bine, acum poți încerca și tu să iei exemplul lor! Împreună cu părinții tăi, alege o rețetă care îți place sau pe care nu ai mai gătit-o niciodată, apoi încercați să o preparați împreună.

Rețeta pe care am ales-o este _____

Scrie aici lista de ingrediente de care ai nevoie, apoi notează lângă fiecare dintre ele dacă trebuie cumpărat sau nu:

_____ avem în casă/trebuie cumpărat

_____ avem în casă/trebuie cumpărat

_____ avem în casă/trebuie cumpărat

_____ avem în casă/trebuie cumpărat

_____ avem în casă/trebuie cumpărat

_____ avem în casă/trebuie cumpărat

_____ avem în casă/trebuie cumpărat

_____ avem în casă/trebuie cumpărat

_____ avem în casă/trebuie cumpărat

La final, după ce ai gustat ce ai reușit să gătești cu părinții tăi, dă o notă mâncării sau desertului: _____

Pentru ce ocazii speciale ar fi potrivit acest tip de mâncare/prăjitură?

Ce plănuiești să gătești data viitoare? _____

După această experiență, crezi că ți-ar plăcea să fii bucătar? De ce da sau de ce nu?

Pentru mai multe informații, accesați Ghidul Descoperirea Bucuriei Offline,
https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/10/descoperirea_bucuriei_offline.pdf

Anexa 13. Să intrăm într-o nouă lume!

Atunci când vrem să luăm o mică pauză de la realitate, putem apela cu încredere la o carte bună. Fie că intrăm într-o lume de basm plină cu prinți, prințese, dragoni sau iepurași simpatici, fie că aflăm mai multe despre lumea care ne înconjoară, cărțile sunt mici universuri care ne îmbogățesc cunoștințele și ne ajută să ne relaxăm.

Alege un moment și un context în care tu și membrii familiei să luați o pauză de lectură și să citiți o carte împreună sau să citiți cărți diferite în timp ce stați în aceeași cameră. Fiți creativi! Puteți muta sala de lectură în parc, în fața casei sau a blocului, pe o pătură în natură sau pe drum într-o călătorie. Tot ce contează este să citiți împreună ceva ce vă place.

Cartea pe care am ales-o: _____

Genul cărții: _____

Personajele pe care le-am întâlnit în carte: _____

Ce se întâmplă în carte sau despre ce se povestește?

Persoana/persoanele din familie cu care am citit:

Desenează aici coperta cărții tale preferate și personajele din ea:

Pentru mai multe informații, accesați Ghidul Descoperirea Bucuriei Offline,
https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/10/descoperirea_bucuriei_offline.pdf

Anexa 14. Explorăm Lumea Culturii și Învățăm Jucându-ne!

Un alt tip de activitate ce poate fi realizată în familie, dar și cu prietenii, cu colegii sau cu clasa este activitatea culturală sau educativă. Te invit să bifezi la care dintre activitățile de mai jos ai luat deja parte în trecut.

- Am vizitat un muzeu sau o galerie de artă
- Am vizitat grădina botanică
- Am participat la un spectacol de teatru
- Am participat la un concert pentru copii
- Am luat parte la alte activități culturale/educaționale:

Acum că ai bifat la ce activități ai luat deja parte, poți alege una dintre cele la care nu ai participat. Vorbește cu părinții tăi și stabiliți împreună să mai bifați încă una în funcție de activitățile ce vor fi susținute în următoarea perioadă. Internetul este o sursă utilă pentru a afla când vor avea loc evenimente de interes pentru tine și familia ta!

La ce activitate ați stabilit că veți lua parte împreună?

Cine te va însoți în această activitate? _____

Când va avea loc activitatea? _____

După terminarea activității, gândește-te dacă ți-a plăcut, dacă ți-ai dori să mai iei parte la astfel de activități sau ți-ar plăcea să alegi altceva de pe listă.

Cel mai mult mi-a plăcut momentul în care: _____

Cel mai tare am râs atunci când: _____

Cel mai mult m-am bucurat de faptul că: _____

Pe viitor, mi-ar plăcea să mai iau parte la activități de acest fel: da / nu

Pentru mai multe informații, accesați Ghidul Descoperirea Bucuriei Offline,
https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/10/descoperirea_bucuriei_offline.pdf

Anexa 15. Hai să facem fapte bune!

Știi că, în afară de faptele frumoase pe care le putem face pur și simplu pentru cei din jurul nostru, există și activități create special cu acest scop? Activitățile de voluntariat sau de ajutor comunitar sunt modalități prin care ne putem ajuta între noi, putem ajuta comunitatea, oameni pe care nu îi cunoaștem, dar și pe noi înșine. Putem deveni voluntari începând cu vârsta de 14 ani, însă până atunci părinții sau tutorii legali ne pot ajuta să luăm parte la astfel de activități. De aceea, ultima provocare din jurnalul tău de vacanță este să iei parte la o activitate de acest fel despre care să îți scrii impresiile în rândurile de mai jos.

Tipul activității: _____

Cine a mai luat parte la activitate alături de mine: _____

Câteva dintre lucrurile pe care le-am făcut/le-am avut de făcut au fost:

Lucrurile care mi-au plăcut la această activitate au fost:

Ceva ce nu mi-a plăcut la această activitate a fost: _____

Pe cine cred că am ajutat prin faptul că am luat parte la activitatea aceasta:

Cum consider că m-a ajutat pe mine activitatea la care am luat parte:

Dacă ar fi să mai particip la activități de voluntariat sau de ajutor comunitar, mi-ar plăcea să am de făcut următoarea sarcină/următoarele sarcini: _____

Pentru mai multe informații, accesați Ghidul Descoperirea Bucuriei Offline,
https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/10/descoperirea_bucuriei_offline.pdf

Note



De 33 de ani, Salvați Copiii România construiește programe sociale, politici publice și practici solide în beneficiul copiilor din România. Expertiza și complexitatea proiectelor la nivel național fac din organizație o instituție socială esențială, al cărei rol este medierea între societate și autoritatea publică, în beneficiul superior al copilului. În trei decenii de activitate, Salvați Copiii a intervenit activ în societate, identificând soluții concrete pentru protejarea și sprijinirea copiilor vulnerabili și a militat, în același timp, pentru o colaborare viabilă cu autoritățile decidente, pentru asigurarea interesului superior al copilului. Salvați Copiii și-a asumat rolul de supraveghere vigilentă a autorităților publice, în așa fel încât acestea să implementeze politici publice de durată care să corecteze cauzele care duc la vulnerabilizarea copiilor. Totodată, organizația a reușit să creeze rețele active de solidaritate, prin încurajarea responsabilității sociale a companiilor și a societății, în sens larg.

În calitate de membru al Save the Children, cea mai mare organizație independentă din lume care promovează drepturile copilului și care cuprinde 30 de membri și desfășoară programe în peste 120 de țări, VIZIUNEA noastră este o lume care respectă, pentru fiecare copil, dreptul său la supraviețuire, educație, protecție și participare, asumându-ne MISIUNEA de a obține progrese importante privind modul în care copiii sunt tratați și producerea schimbărilor imediate și de durată în viața acestora. În cei 33 de ani de activitate, peste 3.369.000 de copii au fost implicați în programele și campaniile Organizației Salvați Copiii.



Secretariatul General

Intr. Ștefan Furtună nr. 3, 010899
sector 1, București, România

telefon: +40 21 316 61 76

e-mail: secretariat@salvaticopiii.ro

website: www.salvaticopiii.ro



Cofinanțat de
Uniunea Europeană

Conținutul acestei publicații este
responsabilitatea exclusivă a
Organizației Salvați Copiii și nu reflectă
neapărat opinia Uniunii Europene.

ORA DE NET