

NO T'ENREDIS A LA XARXA

CIBERBULLYING: INTERNET I LES NOVES TECNOLOGIES

MATERIAL DE TREBALL PER ALS ALUMNES

Jordi Collell i Carme Escudé

<http://www.bullying.cat>



Està permesa la reproducció total o parcial dels continguts d'aquest document, fins i tot amb modificacions i millores del text. L'única condició és que hi figuri primer el nom dels autors (jordi collell i carme escudé) i després el de tots els qui hi hagin introduït canvis.

Totes les còpies han de portar aquesta nota de *Creative Commons* i la mateixa llicència. No està permès l'ús comercial.

L'objectiu d'aquesta guia és que entre tots pensem sobre els usos i els abusos d'Internet i les noves tecnologies (ordinador, telèfon mòbil, tablets...). A vegades pot semblar que tot és un joc o que no es pot fer mal amb paraules, amb bromes, amb fotos... i no som conscients que un mal ús pot tenir conseqüències molt greus, fins i tot per a nosaltres mateixos.

QUÈ ÉS EL CIBERBULLYING?

Parlem de *ciberbullying* quan un nen o adolescent és molestat, humiliat, amenaçat o assetjat per un altre nen o adolescent mitjançant l'ús d'Internet, el telèfon mòbil o altres tecnologies interactives i digitals.

De la mateixa manera que el bullying, aquestes conductes ens poden fer molt de mal. Es tracta que *es respectin els nostres drets i de respectar els drets dels altres també en el ciberespai.*

QUINES CONDUCTES SÓN CIBERBULLYING?

- **Amenaçar:** Enviar missatges amenaçants o desagradables pel correu electrònic, per WhatsApp, SMS amb el telèfon mòbil...
- **Robar contrasenyes, suplantar identitats:** Fer-se passar per una altra persona en els xats, entrar en el seu correu...
- **Excloure:** de grups de xats, WhatsApp...
- **Blogs i fotologs:** Publicar fotos reals o trucades amb comentaris ofensius, publicar escrits despectius, insultants...
- **Ús o creació de webs amb continguts ofensius:** Publicació de dades personals...
- **Enviar fotografies o vídeos per e-mail o SMS/MMS:** Enregistrar fets d'amagat o contra la voluntat de la víctima, agressions...
- **Enquestes d'Internet:** Amb voluntat de fer mal, per ex: "qui és la més grassa de l'Institut?" o "qui és el més imbècil de l'IES"
- **En els Jocs multiusuari:** Insults, amenaces, ús de llenguatge obscè o agressiu, excloure...
- **Enviar programes brossa, virus, subscripció a llistes de pornografia, col·lapsar la bústia de la víctima, etc.**

Activitat 1

La història de Samantha

La Samantha era una noia de 13 anys, amb una pàgina a MySpace on s'acostumava a connectar per xatejar amb altres nois i noies de la seva edat. La seva vida va canviar quan va conèixer en Joe, un noi de 16 anys que la va convidar a unir-se al seu grup d'amics. La Samantha es va emocionar, estava molt feliç perquè un noi s'havia fixat en ella, i va començar a mantenir amb en Joe una relació virtual... Xatejava, li explicava coses, li feia confessions, parlava de les seves amigues...

Tot semblava anar bé. Havia trobat un noi que la trobava bonica, estava contenta... però la seva relació sempre va ser virtual, mai no es van conèixer personalment, tot i que es van enviar algunes fotos.

Però un dia va rebre un missatge d'en Joe que deia:

- M'han dit que no ets una tia legal, no vull saber res més de tu!

De res van servir els intents de Samantha per continuar la relació, ni els precos, ni les súpliques. No ho podia creure. Allò la va desmuntar. Per si fos poc, en Joe va començar a publicar missatges atacant-la: Que si era mala persona, que ningú no l'aguantava, que s'ho feia amb tothom...

Ella mai no va saber que en Joe no existia. Unes "amigues" seves van "inventar-se" el personatge d'en Joe per guanyar la seva confiança i "treure-li" què pensava realment d'elles.

Aquesta història és basada en un fet real i va acabar mitjanament bé. Els noms que s'utilitzen són ficticis.

Per grups discutiu:

- Per què hi ha noies que es fiquen amb d'altres noies?
- En què es va equivocar la Samanta?
- Imagineu un bon final, on TOTHOM s'acabi sentint bé. Com seria?
- Penseu que és una història molt estranya? Passa sovint?
- Coneixeu persones que facin coses així?
- Què vol dir la frase "Viu i deixa viure"?

BLA, BLA, BLA, BLA, BLA, BLA

ELS XATS



Els xats poden tenir coses guapes, i no tan guapes... Per grups, feu una llista dels aspectes positius i negatius dels xats



coses guapes



i no tan guapes

 <p>coses guapes</p>	 <p>i no tan guapes</p>

Activitat 2

La història d'en Miky

- Ei, tu! Perquè em mires malament? Vols que et pegui?

La tarda del 6 de novembre, un grup de quatre nois van envoltar el Miky quan sortia de l'Institut. Mentre dos l'agafaven per l'esquena, el Lolo amb el mòbil a la mà els cridava:

- Va, de pressa que tinc poca bateria!

Uns dies més tard es va repetir l'assalt; un dels grans li va dir:

- Vinga, pega't amb nosaltres!

El Miky s'hi va negar però va rebre un cop a la cara i li van trencar el nas. Com la primera vegada, un d'ells ho va registrar tot amb el mòbil.

Els pares van denunciar l'agressió i van parlar amb el director de l'Institut.

Aquesta història és basada en un fet real i no va acabar gaire bé. Els noms que s'utilitzen són ficticis.


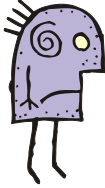
Per grups discutiu:

- Per què hi ha nois que es fiquen amb d'altres nois?
- Quina gràcia pot tenir enregistrar coses així amb el mòbil?
- Quan diu que no va acabar gaire bé, com devia acabar?
- Què devia passar per acabar d'aquesta manera?
- Imagineu un bon final, on TOTHOM s'acabi sentint bé. Com seria?
- Heu rebut mai imatges semblants?
- Què heu fet, o què faríeu si en rebéssiu? Per què?

BLA, BLA, BLA, BLA, BLA, BLA

EL TELÈFON MÒBIL

Els mòbils són molt útils i ens poden solucionar molts problemes, però també tenen inconvenients. Feu una llista amb avantatges i inconvenients.

 <p>avantatges</p>	 <p>inconvenients</p>

Activitat 3

El Fotolog del Sergi

Un dia l'Anna va saber que hi havia fotos seves penjades en el fotolog del Sergi.

- A la vacaburra d'a foto no li agraden els TIOOOOOOOS.

- Mireu a la fotu kom su fa am les "amigueteeees" vaia tela noiaaaa! me kadat pillat

L'Anna s'ennrabia molt i de seguida entén que el Sergi ha fet tot això perquè ella li ha dit que no volia sortir amb ell. El tenia per un crio i per un pesat però no s'esperava una cosa així.

El pitjor de tot és que ara li sembla que alguns dels companys fan comentaris quan ella passa, o al pati la miren i riuen... i les seves amigues no li parlen com abans.

Aquesta història és basada en un fet real i va acabar bastant bé. Els noms que s'utilitzen són ficticis.

Per grups discutiu:



- Per què hi ha nois o noies que s'inventen coses d'algú quan s'enfaden amb aquella persona?
- Quan diu que va acabar bastant bé, com devia acabar?
- Què devia passar per acabar d'aquesta manera?
- Què faríeu en una situació semblant?
- Com es deu sentir una persona quan veu que la insulten o penguen fotos per fer-la quedar malament i els altres no li estiguin?
- Sabeu d'algun cas semblant?

BLA, BLA, BLA, BLA, BLA, BLA

BLOGS I FOTOLOGS

Els blogs són una eina per compartir textos i comentar-los, fer projectes col·lectius, expressar opinions... són com un diari on-line. Els fotologs són el mateix però s'utilitzen més per pujar imatges i fotografies.

Els blogs i els fotologs poden ser molt útils però també tenen inconvenients. Feu una llista amb avantatges i inconvenients.

 <p>bon rotllo</p>	 <p>... mmm No tant</p>

Activitat 4

La història de la Bet i l'Alba

La Bet i l'Alba eren dues germanes de 12 i 16 anys que es connectaven sovint a Internet, fent servir una webcam. Havien conegut el Richard, un noi de 18 anys que era representant de models d'una coneguda marca de roba interior. A poc a poc li van agafar confiança i es van fer molt amics.

- Sou més guapes que moltes models que represento. Serieu unes models wapíssimes.

I elles posaven davant la webcam amb roba interior i feien gestos de model... i reien.

Els dies passaven i cada dia es mostraven més agosarades. S'ho passaven molt bé.

Un dia van trobar que Richard estava trist i els va dir que tenia problemes econòmics i que necessitava diners que ja els hi tornaria. Les germanes li van enviar els seus estalvis. Però ell els en demanava més.

Al cap de poc temps van rebre un mail que deia:

- Tinc fotos on es veu com sou de dolentes, i si no em pagueu les enviaré als vostres amics. Tinc les seves adreces, veus?

I va dir els noms d'alguns dels seus amics. Era veritat ¿Com podia ser? Es van espantar i finalment van decidir que era millor dir-ho als pares.

Els pares van denunciar el fet a la policia que va rastrejar l'ordinador de les noies i va localitzar l'home.

Quan va ser detingut van veure que tenia 30 anys i havia actuat de la mateixa manera amb d'altres menors en altres poblacions.

El xicot es guanyava la confiança dels adolescents per aconseguir imatges en poca roba o despullats, s'introduïa en el seu correu i aconseguia les adreces dels seus contactes. La resta ja la sabeu.

Aquesta història és basada en un fet real i va acabar de manera satisfactòria per a les noies. Els noms que s'utilitzen són ficticis.



Per grups discutiu:

- On es van equivocar la Bet i l'Alba?
- Quan diu que va acabar de manera satisfactòria, ¿què va passar?
- Us pensàveu que navegar per la xarxa no deixava rastre?
- Penseu que van dir-ho als pares de seguida?
- Van fer bé de dir-ho als pares?

BLA, BLA, BLA, BLA, BLA, BLA

LA WEBCAM

La Webcam és un invent genial! però també té inconvenients. Feu una llista amb avantatges i inconvenients.

 avantatges	 inconvenients

Activitat 5

La història de la Paula

Les noies de la classe de la Paula tenen un grup de WhatsApp on s'expliquen coses, fan comentaris i s'envien fotos.

Un dia la Paula es va enfadar amb la Sara, una de les noies populars del grup, perquè li havia tornat una polsera bruta i una mica trencada.

La Sara, ofesa, la va treure del grup de WhatsApp. A partir de llavors, la resta de les companyes se la van començar a mirar malament, no li parlaven i l'evitaven al pati.

Aquesta història és basada en un fet real i va acabar de manera satisfactòria. Els noms que s'utilitzen són ficticis.

Per grups discutiu:

- Creus que la Paula hauria de fer alguna cosa?
- Què pot fer?
- Va actuar bé, la Sara?
- Què podia fer?
- Quan diu que va acabar de manera satisfactòria, ¿què penses que va passar?
- Us heu trobat alguna vegada amb una situació semblant?
- Com l'heu resolt?

BLA, BLA, BLA, BLA, BLA, BLA

WHATSAPP

Feu una llista amb avantatges i inconvenients del WhatsApp.



avantatges



inconvenients

Activitat 6

Insultar és pegar amb paraules

Has rebut agressions a la xarxa o pel mòbil? Quines? Què t'han dit? Com t'has sentit? Per què penses que ho fan?



Explica una situació que t'hagi passat a tu o a algú que coneguis



Les noves tecnologies (Internet, telèfon mòbil...) ens ajuden en molts aspectes però també se'n pot fer un mal ús. Hi ha qui les fa servir per burlar-se, molestar o fer mal als altres.

És bo tenir presents unes mínimes i bàsiques estratègies de protecció i disposar de recursos per no caure en paranys i no involucrar-se en problemes o en situacions d'assetjament.

Què hi podem fer?

Llegiu les accions i valoreu el risc que poden comportar. Després poseu-ho en comú.

	Baix risc	Risc mitjà	Alt risc
Donar la contrasenya als amics			
Penjar fotografies personals			
Incloure l'adreça de terceres persones en els missatges			
Pensar que qui escriu, és realment qui diu que és			
Obrir correus estranys o de remitents desconeguts			
Contestar correus estranys o de remitents desconeguts			
Tenir sempre connectada una webcam			
Deixar que ens incloguin en llistes de correus que no coneixem			
Donar informació personal (com et dius, on vius, on vas...)			
Expressar les teves idees més íntimes en un xat			
Penjar fotografies sense el permís de les persones que hi surten			
Penjar o distribuir vídeos per riure's d'algú			
Parlar malament dels altres en un xat			
Contestar als insults i agressions de la mateixa manera			
Enviar missatges amenaçadors per e-mail			

Algunes idees

- Ignora l'*spam* (correu brossa) i no obris arxius de desconeguts o que no t'inspirin confiança. Un virus pot malmetre tot l'ordinador!! Hi ha programes capaços de desxifrar les nostres contrasenyes de correu electrònic.
- A Internet també hi ha riscos. Que sigui un món virtual no vol dir que no pugui portar problemes. A vegades no n'hi ha prou apagant l'ordinador. Hi ha programes que poden infiltrar-se i crear-nos complicacions.
- Connecta la *webcam* només quan la facis servir. Hi ha programes que poden activar-la i controlar-la externament.
- No enviis fotos teves ni dels amics a ningú que no coneguis personalment o que no sapigues del cert que és un contacte segur. (*Com sabem que un contacte és segur?*)
- No responguis e-mails que et demanin el nom d'usuari o la contrasenya, ni els posis en pàgines que no siguin de confiança. (*Com sabem si una pàgina és de confiança?*)
- La contrasenya del correu electrònic és personal; no la diguis ni als amics. Tampoc no utilitzis contrasenyes òbvies com dates assenyalades o noms que tinguin una relació directa amb tu.
- Compta fins a 10 abans de respondre a un missatge que et molesti o t'afecti. No responguis a una provocació; possiblement és el que pretén l'emissor. Moltes vegades és una bona tàctica ignorar els missatges agressius.
- "Gugleja't". Tecleja el teu nom o "àlies" al Google o a un altre cercador. Podràs veure si hi ha alguna cosa a la xarxa que faci referència a tu.
- Si et connectes a l'escola, a casa d'un amic o des d'un cibercafé, cal estar atent a no marcar les opcions del tipus "recordar contrasenya" i, quan acabis, tanca completament la sessió d'usuari.
- L'ús d'Internet s'ha de regir per unes mínimes normes de comportament i de respecte envers els altres. Utilitza les noves tecnologies de manera responsable i si tens algun problema no dubtis a explicar-ho als pares o als mestres. No esperis, parla amb ells de seguida que surti algun problema; les coses es poden complicar ràpidament.

Referències:

<http://www.bullying.cat>

<http://www.xtec.cat/~jcollell>

<http://www.pantallasamigas.net>

<http://www.ciberbullying.com>

http://xtec.gencat.cat/ca/recursos/tecinformacio/internet_segura

Ara és hora de contestar una petita enquesta.

La informació que ens donis és confidencial. Et demanem que responguis sincerament.

Enquesta








Sobre tu

Sóc un noi  Sóc una noia  Edat: _____ Curs: _____

On has nascut? _____ Quant temps portes a Catalunya? _____

Quina llengua parles habitualment? Català  Castellà  Altres (quins) _____

Tinc telèfon mòbil SI , NO 

Faig servir l'ordinador: quasi mai , 1 a 4 cops al mes , Cada dia o quasi 

Tinc ordinador a casa SI , NO 

Tinc compte a la xarxa social SI , NO  (WhatsApp, Facebook, MySpace, Instagram...):


Si en tens, indica on: _____



Tinc un blog o un fotolog personal SI , NO 



Sobre el ciberbullying

A vegades he estat implicat en conductes de ciberassetjament SI , NO 

He patit bullying a l'escola: SI , NO  He fet bullying a d'altres: SI , NO 

He fet ciberbullying (per e-mail, xats, mòbil) SI , NO 

He patit ciberbullying SI , NO 

Si és que sí, indica per quin mitjà: e-mail , xats , mòbil , altres (quins) _____

Tens algun suggeriment sobre tot plegat?