

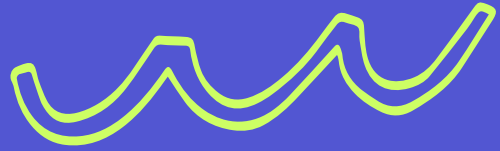


Bine ați venit la workshop!

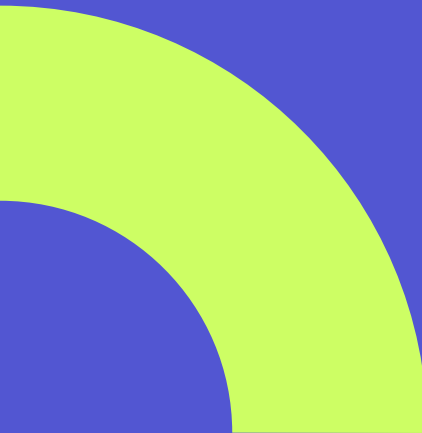
TAP-TAP PENTRU EGALITATE: SOCIAL MEDIA ÎNTRE STEREOTIPURI, VIOLENȚĂ ONLINE ȘI UN VIITOR VERDE

Acestă sesiune face parte din proiectul UP&UP FOR DIGITAL SOCIETY (UP&UP4DS), finanțat de Erasmus+, pachetul de lucru #2 care pune accent pe analiza conținutului online și demontarea stereotipurilor de gen.





3 lucruri pe care ne-am dori să le luați cu voi după acest workshop



*O înțelegere mai aprofundată cu
privire la modul în care social
media ne modelează percepțiile
despre gen și violență*

*Abilitatea de a recunoște
stereotipurile de gen și formele
diferite de violență cibernetică*

*Un mod de gândire critic privind
conținutul online*





Câteva reguli simple pentru a crea un spațiu sigur



Confidențialitate:

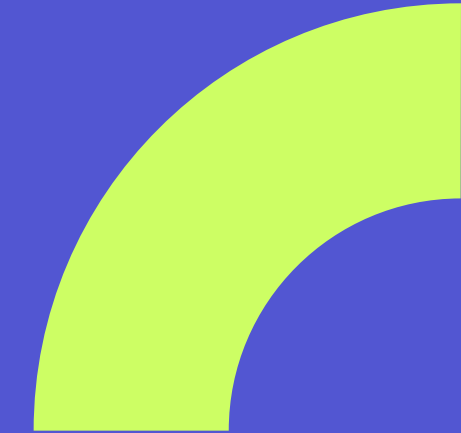
Ce discutăm aici, rămâne aici

Respect reciproc:

*Ne ascultăm activ unii pe alții,
fără să ne criticăm/judecăm*

Învățăm împreună:

*Dacă aveți întrebări sau comentarii,
vă rugăm să ridicați mâna*



Mood Barometer

*Ce animăluț ești chiar acum?
Cum te simți?*

1



2



3



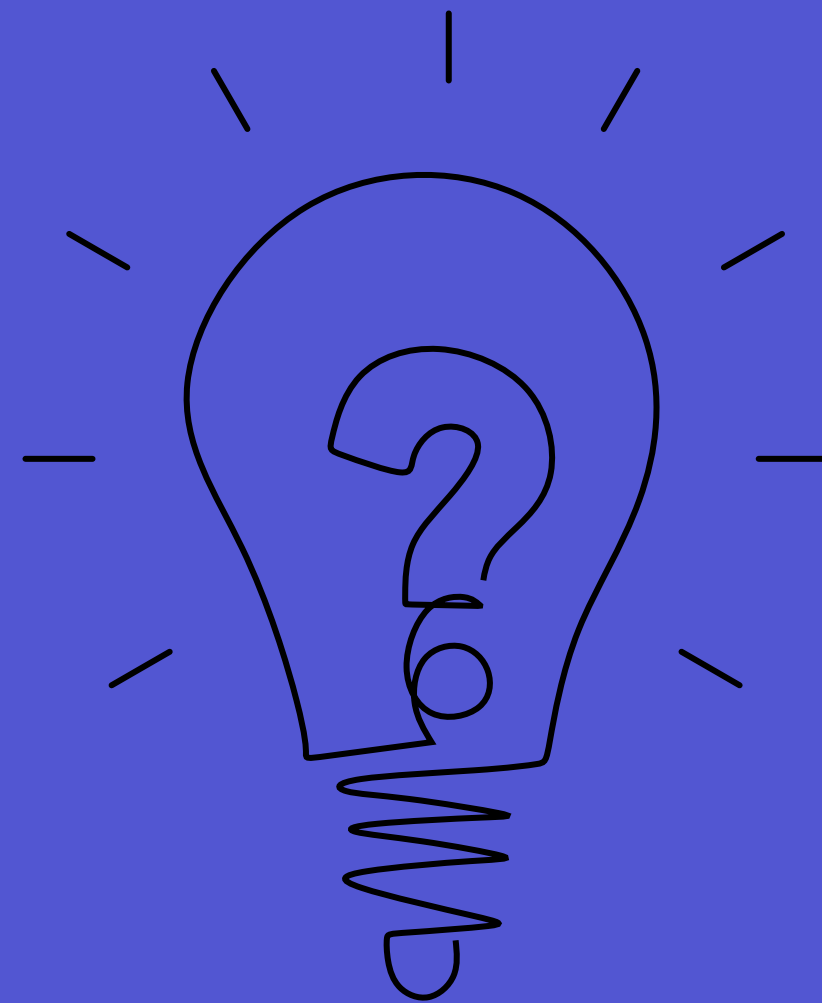
4



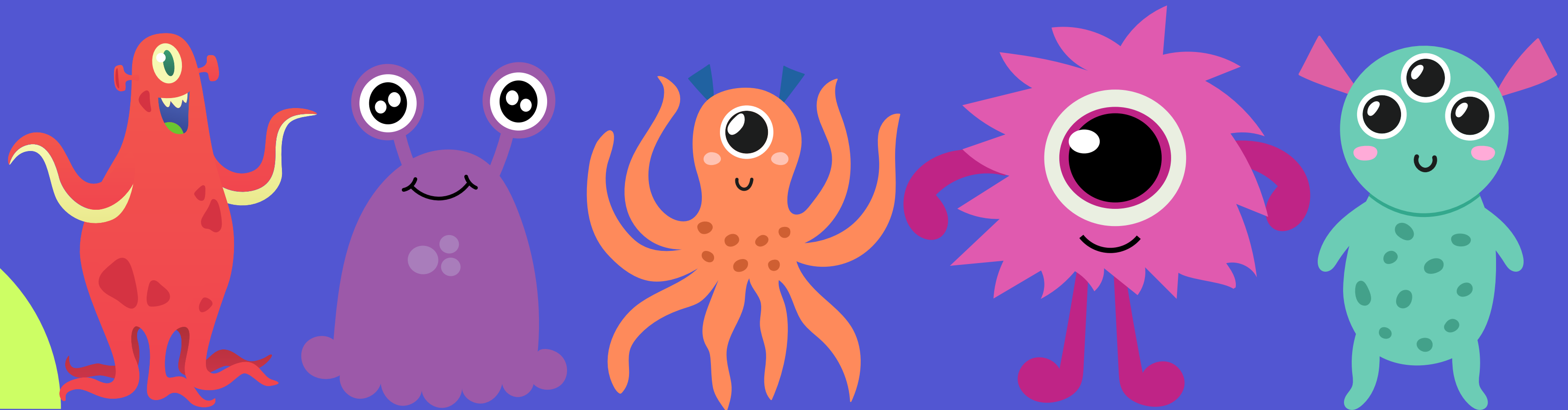
5



Ce **curiozități** sau **întrebări**
aveți legate de subiectul
workshopului?

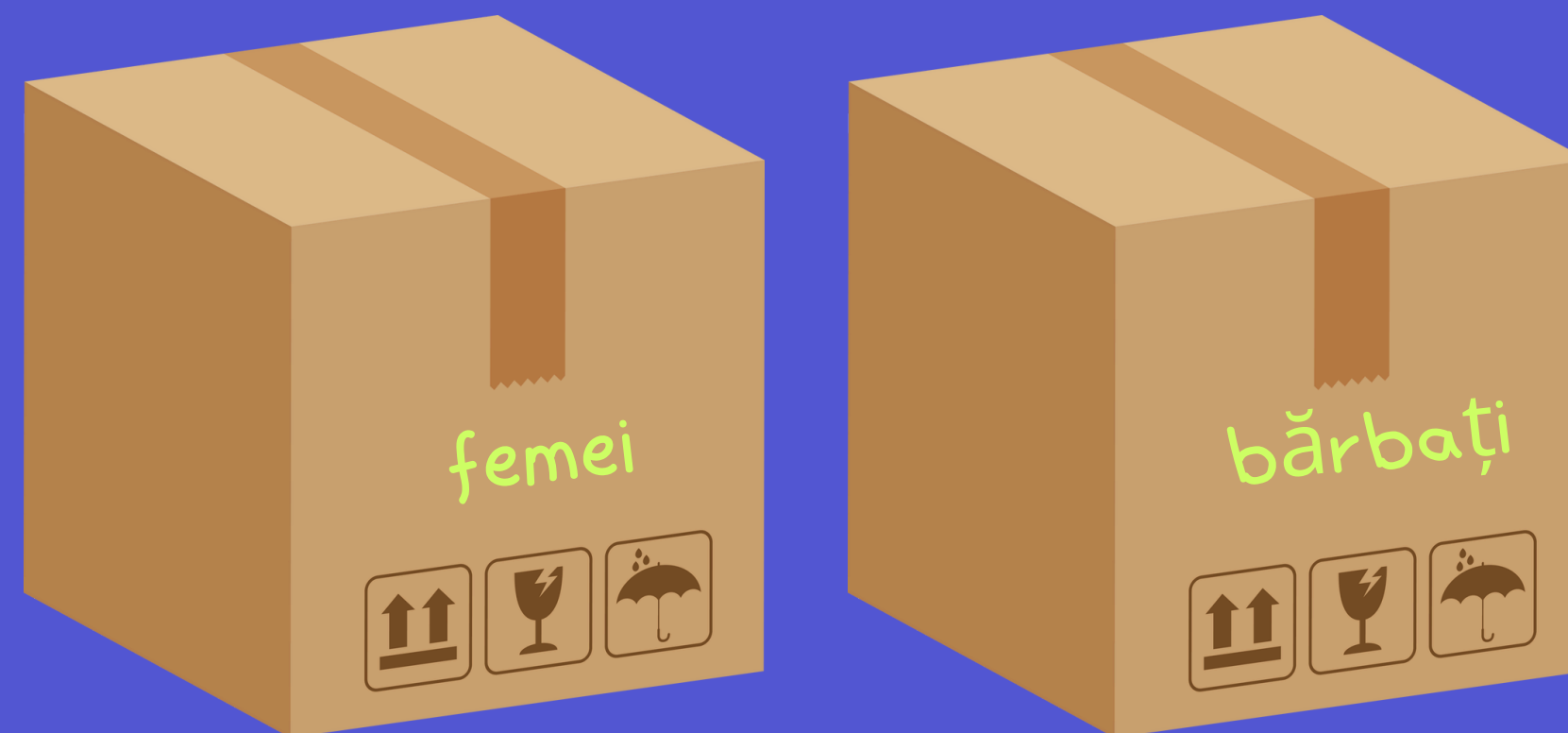


Exercițiu interactiv: explică **viața pe Pământ** unor extraterestri prietenoși



Haideti să vorbim despre stereotipurile de gen!

*...cutii imaginare în care punem femeile și bărbații, care
conțin idei despre cum ar trebui ei să fie*



De ce e important să vorbim despre asta?

Când oamenii sunt forțați să intre în cutiile respective, le limitează abilitatea de a-și atinge potențialul maxim. Fiecare persoană este unică și complexă și merită să fie respectată pentru cine este ea cu adevărat.

Acesta este motivul pentru care este important să vorbim despre stereotipuri!



De exemplu....

stereotipuri de gen și
norme de gen

**"Băieții ar trebui să fie puternici și să
nu plângă niciodată"**

Dacă un băiat plânge
în public, i se spune

**"Nu mai plânge! Te
comportă ca o fată !"**

violența cibernetică: în
mediul online, aceste
stereotipuri de gen și
presiune pot duce la bullying
online și hărțuire

**Băieții pot fi o țintă în
comentariile online pentru
că se comportă "prea soft"
sau pentru că își arată
emoțiile, oamenii
catalogându-i drept "slabi"
sau "fetițe"**

presiune socială-
oamenii simt o presiune
de a conforma acestor
norme pentru a fi
acceptați și a evita
critica

**Băieții ar putea simți că e
mai bine să își ascundă
sentimentele sau să pară
puternici astfel încât
prietenii lor să nu îi judece.**

Violență de gen: când
cineva nu se supune
acestor norme, poate fi
victima violenței

**Un băiat poate fi bullied,
agresat sau insultat pentru
că nu este suficient de
"bărbat" și i se spune să nu
mai fie "slab".**

ciclul se repeta

RECOMANDĂM



8 forme ale violenței cibernetice

urmăritul online

Când cineva te urmărește sau te hărțuiește în mod repetat online, făcându-te să te simți în nesiguranță.

De exemplu, fostul tău partener iti instalează în secret o aplicație de partajare a locației pentru a monitoriza unde mergi, fără consimțământul tău.

violență facilitată de IoT

Când cineva hackuiește un device pentru a te hărțui sau controla.

De exemplu, camera de securitate de la casa ta începe să se miște singură și realizezi că cineva te urmărește fără permisiune.

hărțuirea și bullyingul online

Când cineva, în mod repetat, te atacă și umilește online.

De exemplu, după ce postezi un selfie, un grup de oameni începe să îți trimită mesaje pline de ură și își bat joc de tine în comentarii.

doxing

Când cineva împărtășește public detalii private despre tine online, punându-te în risc.

De exemplu, după ce critici un influencer, numrul de telefon și adresa sunt postate online, iar străinii încep să te agreseze.

mesaje instigatoare la ură

Când cineva răspândește mesaje violente despre tine.

De exemplu, îți împărtășești opinia despre egalitate de gen și străinii te invadează cu mesaje amenințătoare și insulte misogine.

grooming

Când un adult te manipulează pentru a-ți da consimțământul

De exemplu, cunoști pe cineva online care îți spune că are aceeași vârstă cu tine, dar în timp te presează să îi trimiți poze personale.

pornografie din răzbunare

Când cineva trimite mai departe fără Consimțământul tău imaginile sau videourile private trimise de tine.

De exemplu, trimiți o poză cu tine cuiva în care ai încredere, dar mai târziu acea persoană te amenință că o va face publică dacă refuzi să îi mai trimiți altele.

trolling

Când cineva, în mod deliberat, te insultă și provoacă online.

De exemplu, ești într-un stream într-un joc și un utilizator începe să îți adreseze mesaje sexiste pentru a te face să te simți inconfortabil.

Efectele violentei cibernetice

stimă de sine scăzută: victimele se pot simți nesigure și neajutorate

probleme de sănătate mintală: depresie&anxietate, izolare, evitarea mediului școlar sau a interacțiunilor sociale, inclusiv PTSD

teama de a utiliza internetul: amenințările și mesajele pline de ură îi pot face pe oameni mai exitanți în a posta sau a interacționa online

autocenzura din cauza abuzului online

difficultăți în școală din cauza izolării sociale, a problemelor de concentrare și a stresului.



Ce poți face dacă te confrunți cu violență cibernetică

blochează & raportează: blochează persoana care te hărțuiește și părăsește conversația sau platforma. Folosește setările private pentru a-ți proteja informațiile și raportează conținutul abuziv.

amintește-ți că nu ești singur(ă): vorbește cu o persoană în care ai încredere, fie că este un prieten/o prietenă apropiat(ă) sau un adult. Poate a trecut prin situații similare și/sau te poate ajuta. Dacă persoana care te hărțuiește este un coleg de clasă, vorbește cu dirigintele/un profesor sau consilierul psihologic.

strânge probe: poți face screenshots ale mesajelor, comentariilor sau postărilor despre tine. Înregistrează orice interacțiune care poate dovedi că ești hărțuit(ă) în mediul online.





Ce poți face dacă te confrunți cu violență cibernetică

găsește alte persoane care trec prin aceeași situație: dacă hărțuitorul targetază și alte persoane, încearcă să iei legătura cu acestea. Mai multe dovezi pot face cazul mai puternic.

apelează la autorități: dacă abuzul online continuă, raportează cazul autorităților - poți merge la poliție. Platformele de social-media au la rândul lor diverse mecanisme de raportare, folosește-le.

foarte important - nu îți minimizeza experiența! violența cibernetică poate avea efecte majore și de lungă durată la nivel psihologic, social. Nu ignora ceea ce simți. Vorbește cu alte persoane și când te simți pregătit(ă), ia acțiune!





Dacă ești martor(ă)

Nu ignora! Dacă vezi că cineva este hărțuit online, nu rămâne indiferent. Chiar și o reacție simplă, cum ar fi susținerea victimei în privat, poate face o mare diferență.

Nu încuraja agresorul! Nu redistribui, nu comenta și nu râde la conținutul ofensator. Dacă nimeni nu reacționează, agresorul își poate pierde interesul.

Sprijină victima! Un simplu mesaj de genul „Ești OK? Te pot ajuta cu ceva?” poate însemna mult pentru cineva care trece prin astfel de momente.

Vorbește un adult de încredere. Dacă situația este gravă, spune unui profesor, părintelui sau consilierului școlar.

Raportează conținutul ofensator. Majoritatea platformelor au opțiuni de raportare a mesajelor, imaginilor sau conturilor abuzive.

Ai grijă ce distribui online! Nu posta sau redistribui conținut care ar putea răni pe cineva, chiar și în glumă.



iată câteva **resurse**

În România, violența cibernetică este recunoscută și sancționată prin Legea nr. 198/2023.

Aceasta impune autorităților educaționale să implementeze măsuri de prevenire și combatere a bullying-ului și violenței în școli, inclusiv cyberbullying. Aceasta prevede politici clare pentru un mediu educațional sigur și servicii de informare, consiliere și sprijin pentru personalul școlii și elevi, în scopul prevenirii oricărei forme de violență în școli.

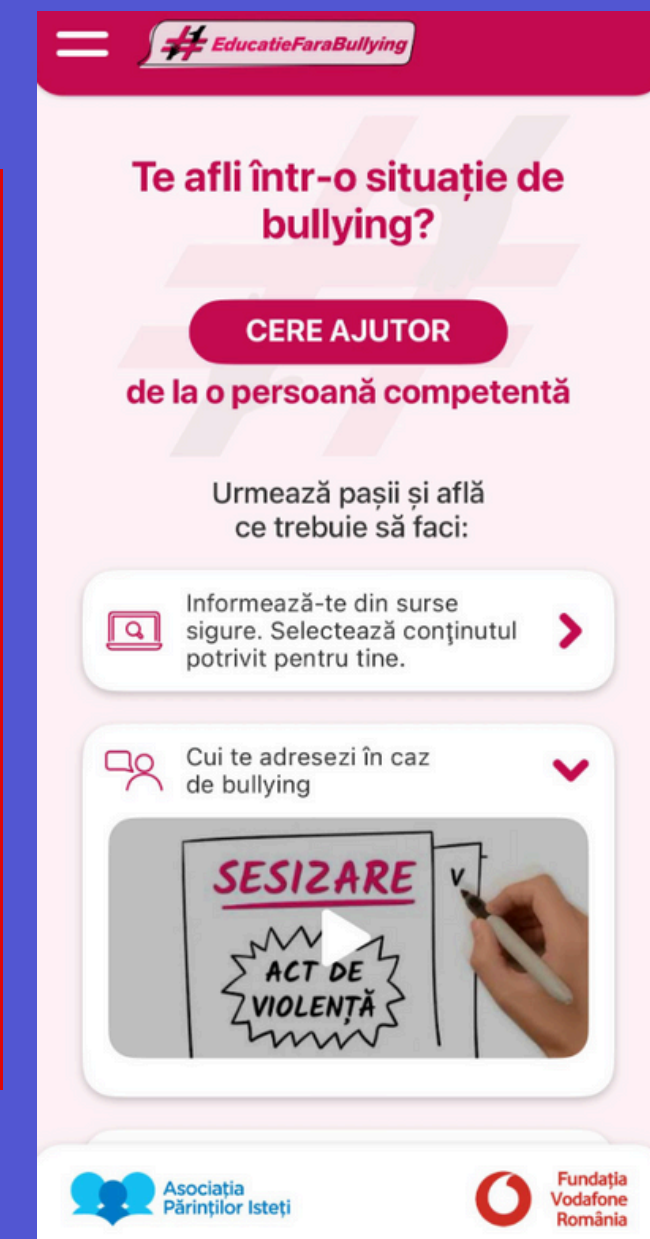
Linie telefonică pentru sprijin

Dacă nu știi exact ce ți s-a întâmplat și nu știi ce să faci vorbește la telefonul 119, unde răspund specialiștii de la DGASPC. Dacă a avut loc o agresiune fizică sau sexuală, anunță direct la telefon 112.

ONG-uri

Le poți urmări pentru a-ți cunoaște mai bine drepturile: @centrulfilia, @anais, @feminismromania

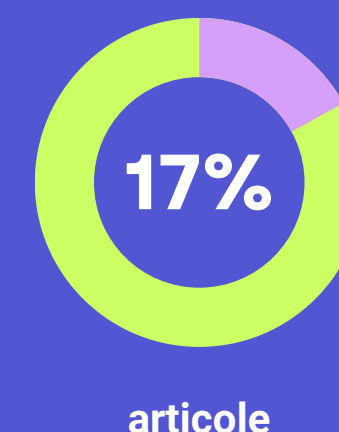
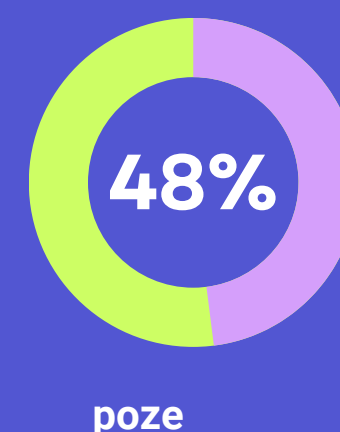
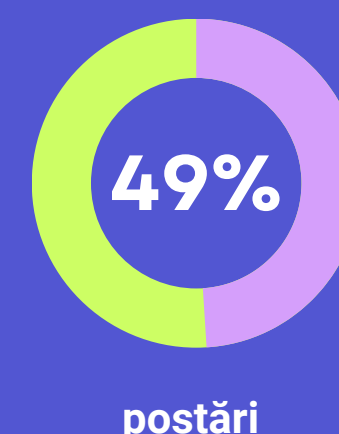
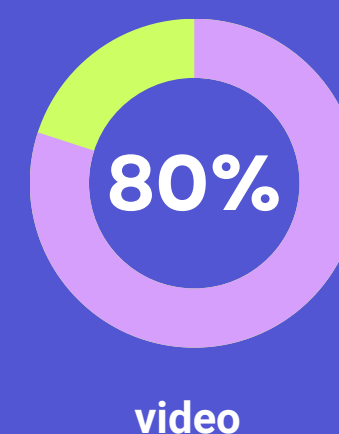
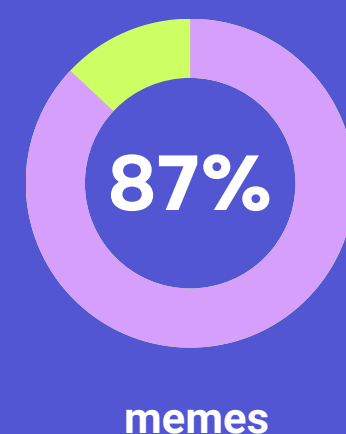
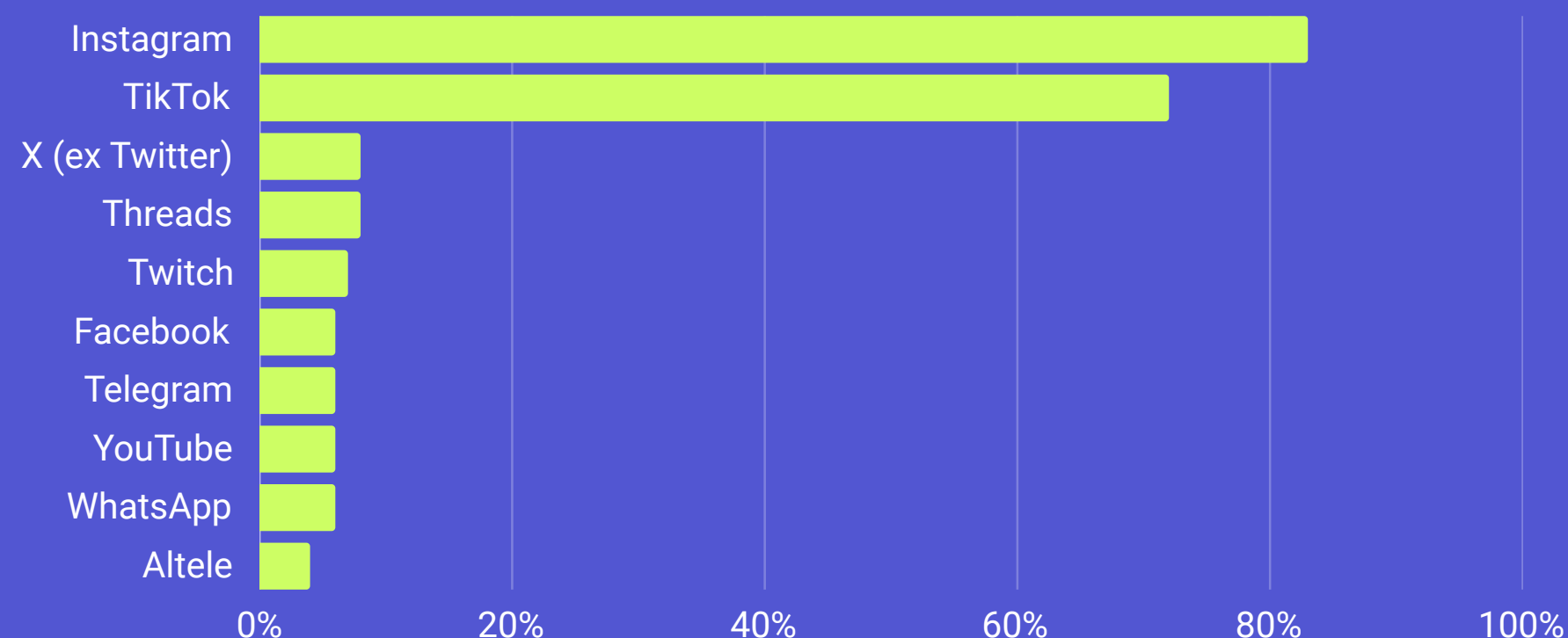
Aplicatii dedicate



Haideti să vorbim despre social media

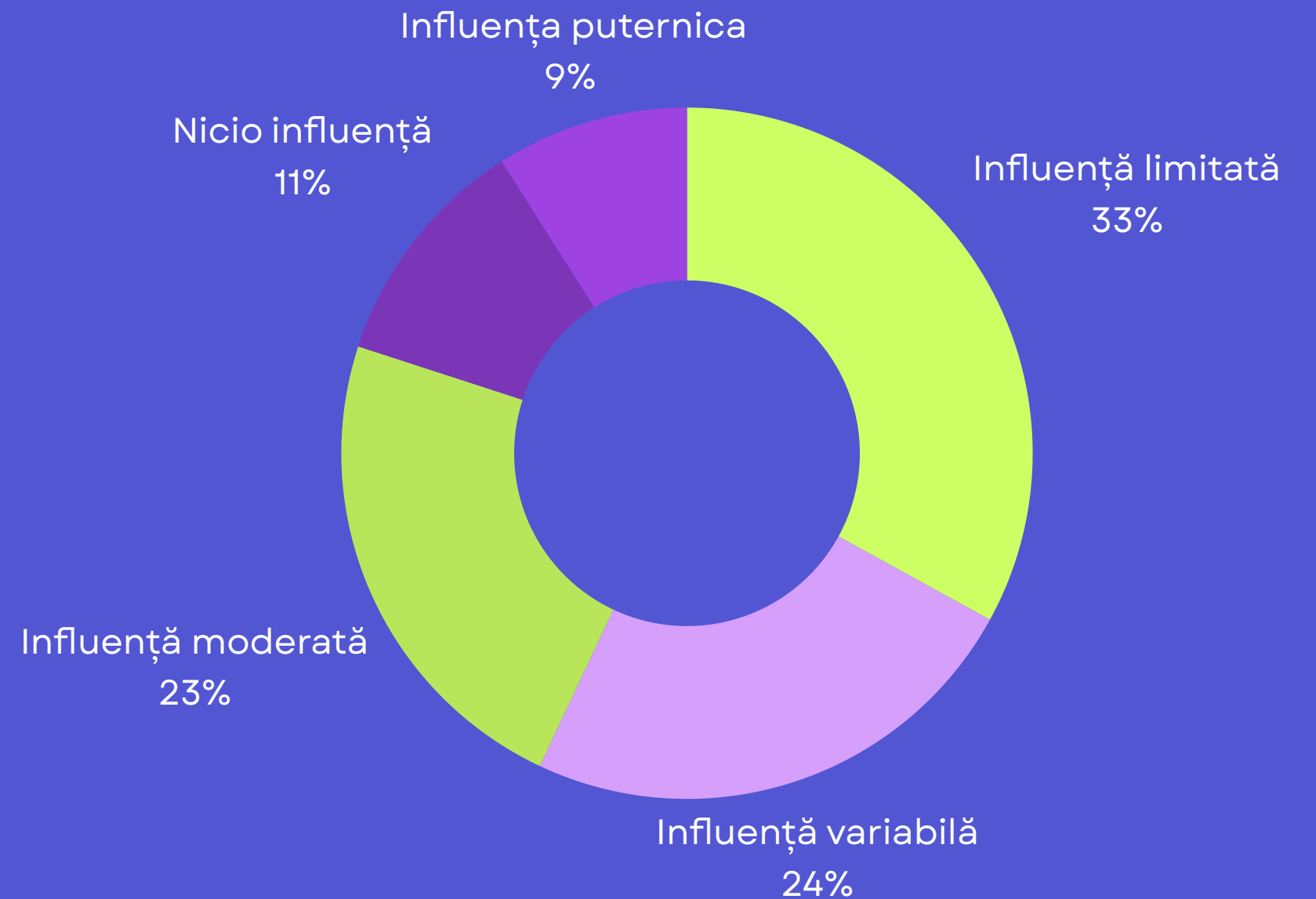


Petreceți cel mai
mult timp pe
**Instagram și
TikTok**, uitându-
vă la MEME-uri
(87%) și conținut
video (80%).

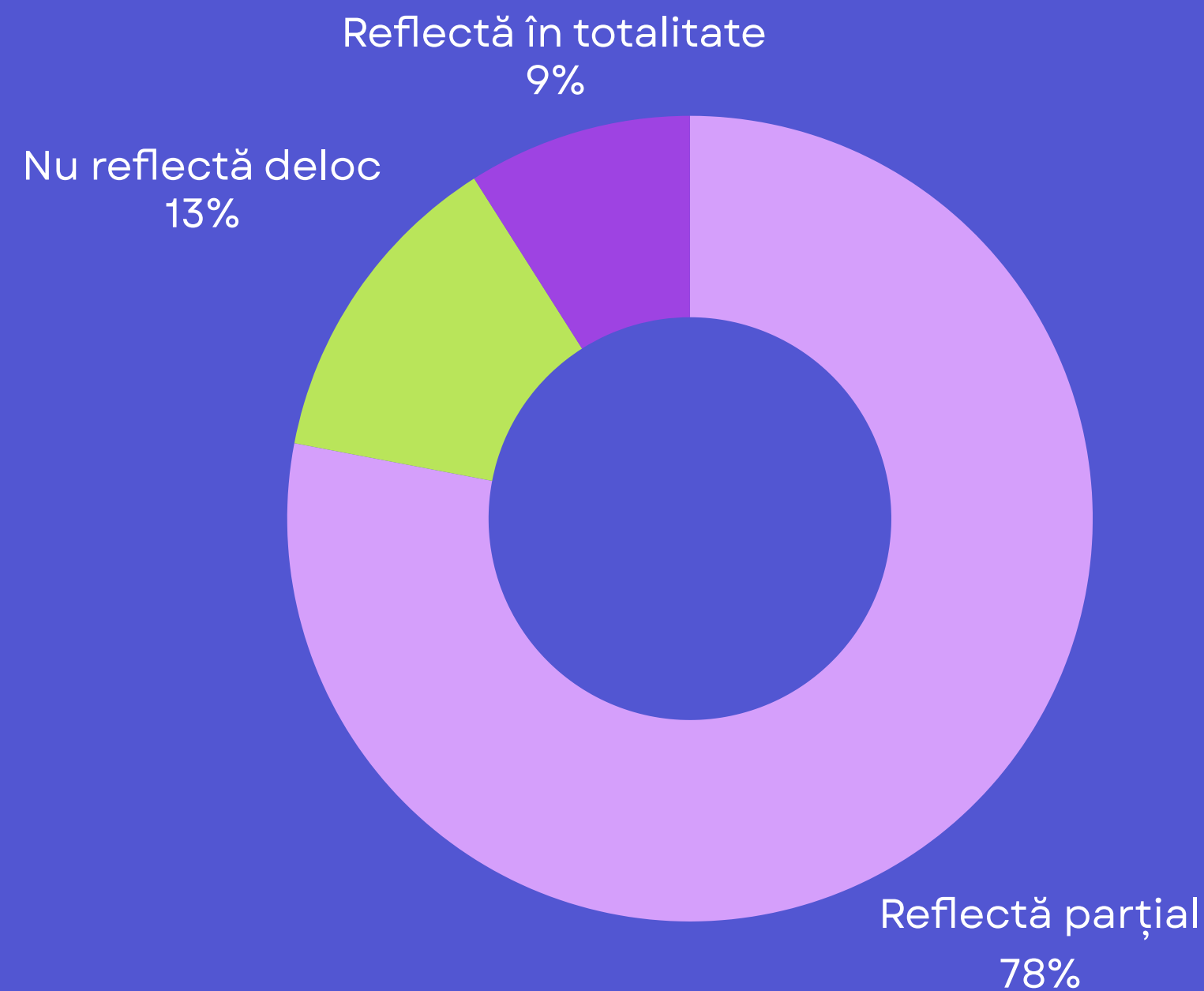


**Nu prea simțiți că
SoMe are impact
asupra voastră!**

**Majoritatea dintre
voi considerați că
social media are un
impact limitat (33%)
sau moderat (23%)**



Majoritatea (78%)
sunteți de acord că
**social media nu
reflectă neapărat
viața reală**, fiind
mai degrabă o
versiune idealizată
(cât mai aproape de
perfectiune).

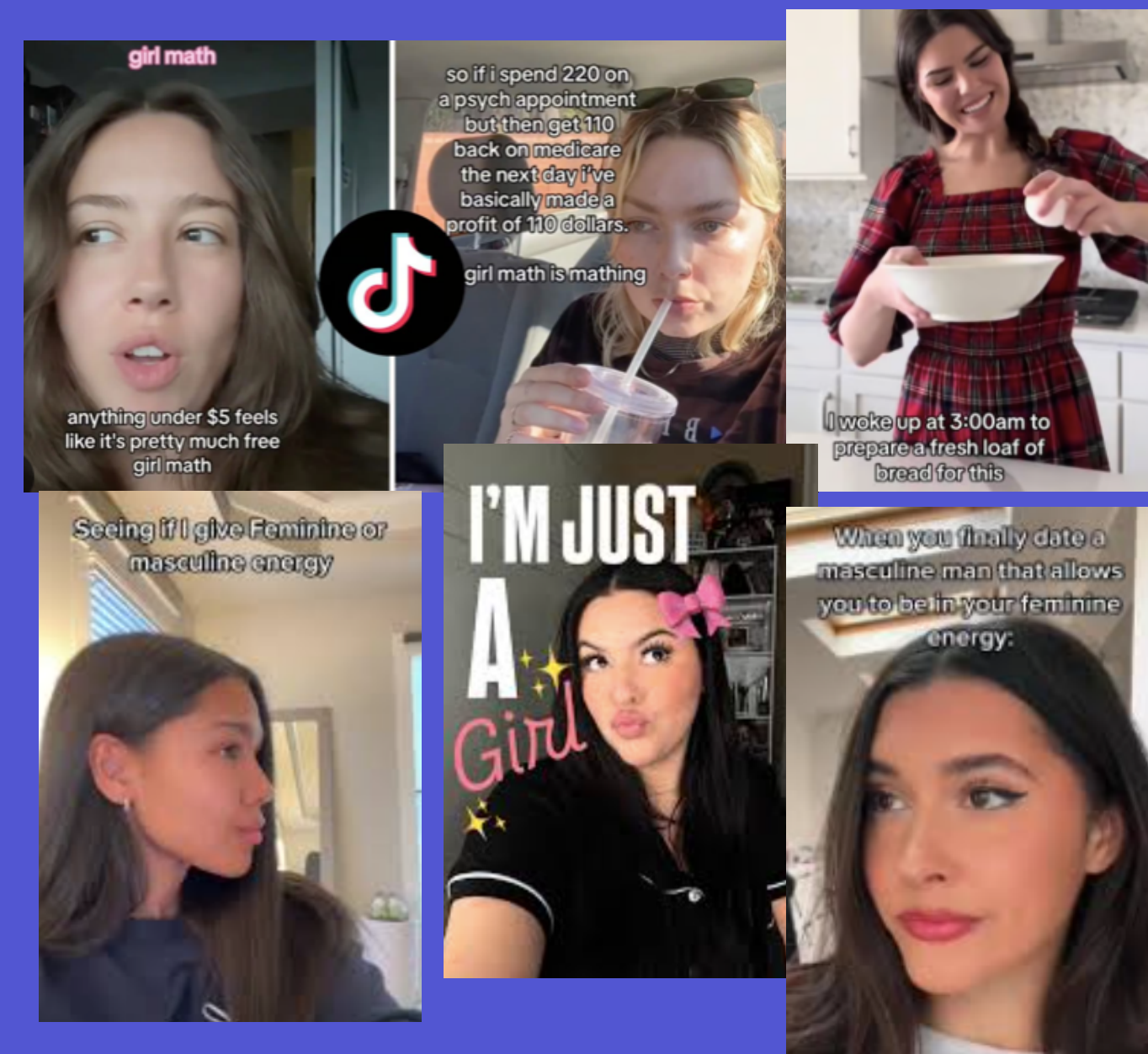


87% dintre voi
urmăriți influenceri

...și 69% sunteți
activi în fiecare zi
pe social media

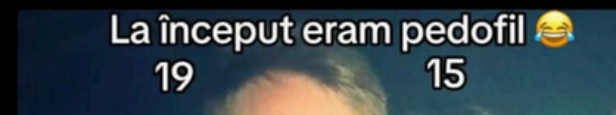
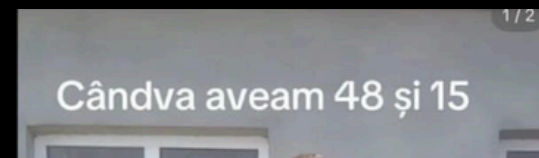


V-ați gândit
vreodată că unele
informații sau
trenduri ar putea
fi problematice?



UN NOU TREND PE TIKTOK PRIN CARE SUNT NORMALIZATE GROOMINGUL ȘI ABUZUL ASUPRA MINORILOR

În trend, cuplurile arată poze de acum vs când s-au cunoscut. În multe dintre aceste poze, fetele erau minore și diferența de vârstă era una mare.

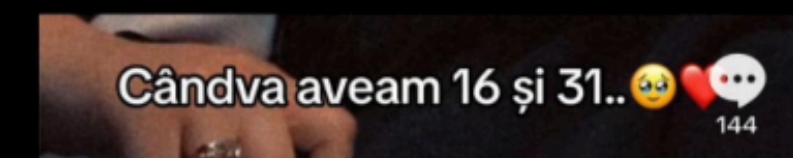
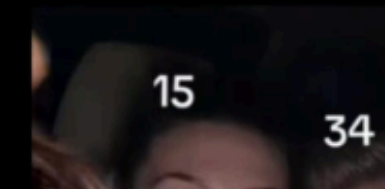
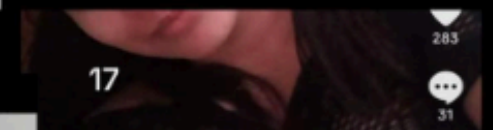
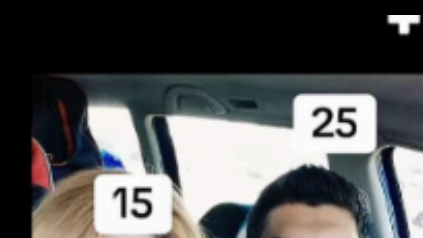


Sa fiti fericiți voi 🍀 stii "gura lumii nici pamantul nu o astupa" iubirea invinge indiferent de varsta! 🥰🥰❤️❤️

Nu contează vârsta important e sa fiți fericiți, va doresc fericire și mulți ani împreună ❤️ Dumnezeu sa va binecuvinteze 🙏

Dragostea nu are vârstă, limita și nici obstacole 🥰

Văzând acest tik tok îmi da speranțe că nu-i târziu la 36 🙏



Cum ne influențează
postările și imaginile pe
care le vedem zilnic și
cum pot **schimba modul**
în care ne percepem pe
noi înșine, dar și pe cei
din jurul nostru



FOMO (fear of missing out)

anxietate socială

body shaming

standarde nerealiste

comparare constantă

desensibilizare

dismorfia snapchat

ce trebuie schimbat

Avem nevoie de **mai mulți influenceri să vorbească** despre hărțuire, body shaming și abuz online și multe altele. Aceștia pot ajuta la deconstruirea stereotipurilor dăunătoare și a violenței.

Școlile pot învăța profesorii **să recunoască și deconstruiască** stereotipurile de gen și violența de gen în cadrul orelor de curs.

Platformele online ar trebui **să faciliteze** modalitățile de raportare a abuzului și blocare a conținutului și conturilor care răspândesc ura.

Decidenții trebuie **să dezvolte și să aplice reguli care adresează violența cibernetică** și discriminarea.

Avem nevoie de **resurse accesibile și ajutor pentru cei care trec prin abuz online**, în special violență de gen, astfel încât să nu se simtă singuri - de exemplu consiliere psihologică, asistență juridică etc.

Știi că utilizarea telefoanelor afectează nu doar timpul nostru, ci și **mediul**?

Tu cât timp petreci zilnic pe telefon?

Ce faci cu telefoanele vechi?

Lași dispozitivele la încărcat mai mult decât este nevoie?

Câte dintre aplicațiile pe care le ai le folosești zilnic?



Câteva statistici:

Pentru fabricarea unui smartphone sunt necesare 44 kg de materii prime din 70 de materiale diferite, de 500 de ori mai mult decât greutatea telefonului!

Extracția mineralelor rare pentru telefoane contribuie la defrișări și distrugerea habitatelor naturale

Un telefon poate conține aur, argint, cupru și cobalt, dar și substanțe toxice precum mercur și plumb, care pot contamina solul și apa

Producerea unui singur smartphone folosește aproximativ 13.000 de litri de apă – echivalentul a aproape 90 de dușuri de 10 minute!

Un singur telefon nou generează între 40 și 80 kg de CO₂.

Dacă fiecare telefon ar fi folosit cu un an mai mult, am putea reduce emisiile de carbon echivalente cu scoaterea de pe șosele a milioane de mașini anual!

Peste 1,5 miliarde de telefoane sunt fabricate anual, dar doar 1-2% sunt reciclate.

(cum poți să) fii **eco-friendly!**

- **Economisește energie.** Închide aplicațiile pe care nu le folosești și redu timpul petrecut pe telefon. Planeta (și ochii tăi) îți vor mulțumi!
- **Repară, nu înlocui!** Dacă telefonul tău are o problemă, vezi dacă poate fi reparat înainte de a cumpăra unul nou. E mai ieftin și mai prietenos cu mediul!
- **Nu abandona telefoanele vechi.** Donează-le, vinde-le sau du-le la centre de reciclare. Materialele lor pot fi refolosite!
- **Alege un telefon care ține mai mult.** Un model durabil înseamnă mai puține deșeuri electronice și mai puțină poluare.
- **Fă echipă cu prietenii tăi.** Discutați despre obiceiuri sustenabile și vedeți cine poate reduce cel mai mult timpul pe telefon. Poate chiar încercați o zi fără ecrane!

Am ajuns la final.
**Vă simțiți mai pregătiți
acum?**



este timpul pentru

KAHOOT

vă mulțumim mult!

*vă rugăm, nu uitați de formularul de **feedback***

