

10 MANDAMENTOS

PARA PREVENIR, COMBATER E INTERVIR NO CYBERBULLYING



1

NUNCA TE ESQUEÇAS QUE NINGUÉM TEM O DIREITO DE TE AMEAÇAR, HUMILHAR OU COLOCAR DE PARTE ONLINE.



2

PROCURA NÃO RESPONDER A QUEM POSSA ESTAR A TER ESSES COMPORTAMENTOS AGRESSIVOS ONLINE, PRINCIPALMENTE SE ESTIVERES MAIS NERVOSO OU COM RAIVA.



3

DENUNCIA TODAS AS SITUAÇÕES QUE CONHEÇAS A UM ADULTO. TERES ALGUÉM EM QUEM CONFIAR [PAI, MÃE, OUTRO FAMILIAR, PROFESSOR(A), PSICÓLOGO(A)] É MUITO IMPORTANTE!



4

É ESSENCIAL QUE RECOLHAS E GUARDES O MÁXIMO DE EVIDÊNCIAS. SALVAR ESSES CONTEÚDOS (VÍDEOS, MENSAGENS, FOTOS OU ÁUDIOS), É MUITO IMPORTANTE NO MOMENTO DA DENÚNCIA.



5

DE SEGUIDA, TRATA DE DENUNCIAR À REDE SOCIAL ONDE ESSAS AÇÕES AGRESSIVAS OCORRERAM, REFERINDO O(S) CONTEÚDO(S) PARTILHADO(S) E, SE TIVERES CONHECIMENTO, QUEM O EFECTUOU.



BLOQUEAR

6

BLOQUEAR O AGRESSOR, APÓS TEREM SIDO GUARDADAS TODAS AS PROVAS DESSAS AMEAÇAS, HUMILHAÇÕES E/OU AGRESSÕES, É UM PASSO IMPORTANTE.



7

PENSA BEM ANTES DE PARTILHARES QUALQUER CONTEÚDO ONLINE. NUNCA TE ESQUEÇAS QUE ESTE VAI FICAR DISPONÍVEL PARA MUITAS PESSOAS... E ATÉ, PARA SEMPRE!



8

SE QUISERES CONTINUAR NESSA REDE SOCIAL É FUNDAMENTAL QUE APAGUES O ANTIGO PERFIL. DEPOIS PODES CRIAR UM NOVO A QUE O AGRESSOR NÃO TENHA ACESSO.



9

NUNCA TE TORNES UM AGRESSOR ONLINE, A VIOLÊNCIA GERA SEMPRE MAIS VIOLÊNCIA. A EMPATIA É MUITO MAIS IMPORTANTE PARA PREVENIRMOS E COMBATERMOS O CYBERBULLYING.

10

PREVENIR, COMBATER E INTERVIR NAS SITUAÇÕES DE CYBERBULLYING É UMA MISSÃO DIÁRIA, DE TODOS E TODAS. CONTAMOS CONTIGO!



O CYBERBULLYING NUNCA TIRA FÉRIAS, NEM FOLGAS...

PODE OCORRER 24H/DIA, 7 DIAS/SEMANA, 365 DIAS/ANO E EM QUALQUER CONTEXTO DA VIDA DAS CRIANÇAS E JOVENS.

ESTARMOS TOD@S ATENTOS É ESSENCIAL!

TEXTO: LUÍS FERNANDES - DESIGN GRÁFICO E ILUSTRAÇÃO: RAQUEL PINA