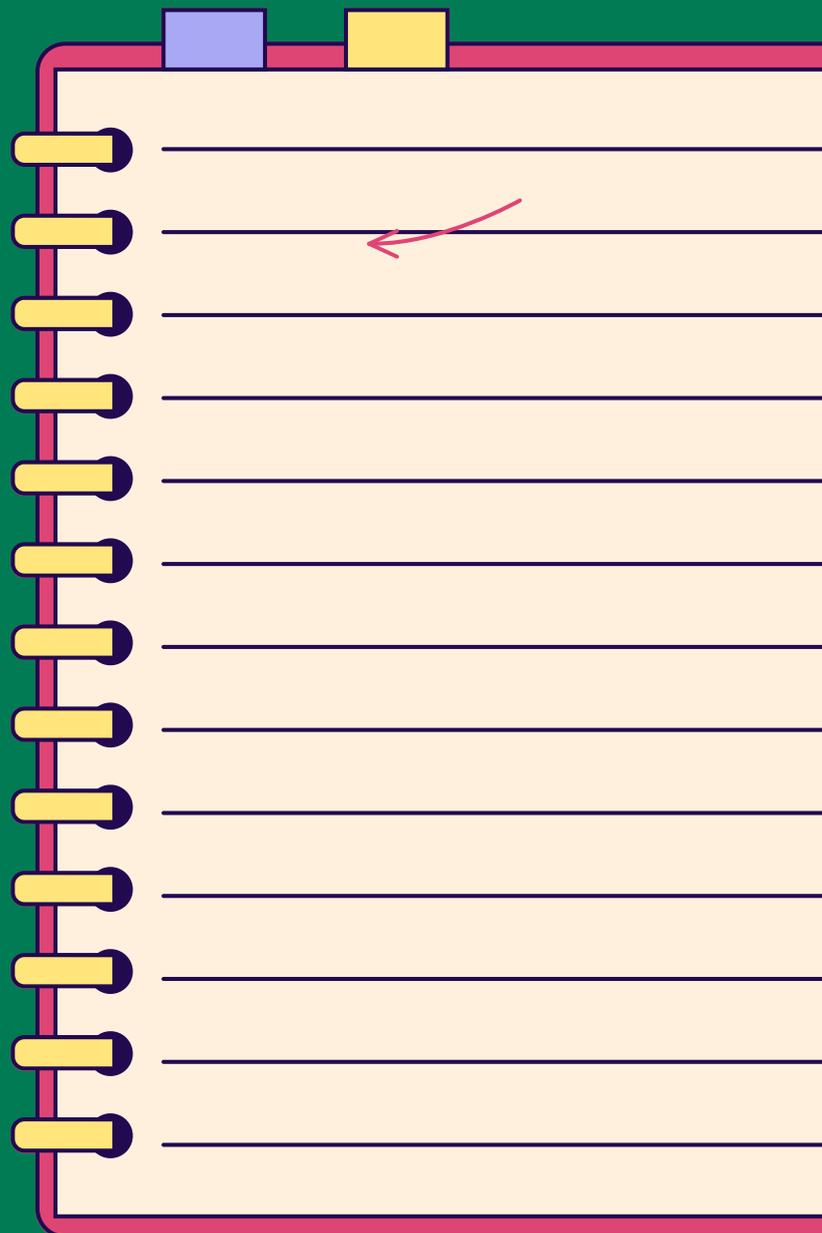


MÓDULO 6 - NETIQUETA

CAPÍTULO 4

CYBERBULLYING



INTRODUÇÃO

O cyberbullying é um fenómeno que tem vindo a aumentar com o desenvolvimento das tecnologias digitais, afectando sobretudo os espaços online, como as redes sociais, os fóruns e as mensagens instantâneas.

Caracteriza-se por comportamentos agressivos, repetidos e intencionais com o objetivo de magoar ou intimidar alguém através de meios digitais.

Estes comportamentos podem fazer com que as vítimas se sintam profundamente mal, o que torna essencial compreender e prevenir este fenómeno.

Este capítulo fornece elementos-chave para identificar o cyberbullying, perceber como proteger-se, apoiar as vítimas e saber como responder eficazmente a estas situações.

1

CYBERBULLYING

O cyberbullying é uma forma de assédio que ocorre online através de redes sociais, fóruns, mensagens instantâneas e outras plataformas digitais. Assume a forma de ataques repetidos e intencionais que visam prejudicar, humilhar ou isolar uma pessoa online. Estes ataques digitais incluem mensagens insultuosas, ameaças, difamação, publicação de conteúdos privados e podem ter efeitos graves no bem-estar das vítimas.

COMO IDENTIFICAR CYBERBULLYING

Cyberbullying manifesta-se através de vários sinais, incluindo a repetição de comentários ou conteúdos insultuosos, a propagação de rumores falsos, ameaças, intimidação e até mesmo a partilha não consensual de fotos ou vídeos. Isto pode incluir insultos repetidos, roubo de identidade, mensagens ameaçadoras ou encorajar de outros utilizadores da Internet a atacar a vítima.

SER TEREMUNHA DE CYBERBULLYING

As testemunhas de cyberbullying podem ajudar a pôr termo ao assédio ou, pelo contrário, piorá-lo através da partilha ou divulgação de comentários ilegais. Como testemunha, é essencial:

- Não partilhar nem incentivar: partilhar o conteúdo dos assediadores, mesmo para os denunciar, pode por vezes piorar a situação ao dar mais visibilidade aos ataques.
- Condenar comentários ilegais: mostrar apoio à vítima pode incluir ações como lembrar a legislação em vigor, fazer-lhe saber que se opõe aos comentários partilhados e silenciar o agressor nas redes sociais para limitar o seu alcance.
- Apoiar a vítima: denuncie o conteúdo nas plataformas e apoie a vítima publicamente ou em privado.

1

CYBERBULLYING

PROTEGER-SE CONTRA O CYBERBULLYING

Para prevenir o risco de cyberbullying, algumas práticas de segurança digital são essenciais:

- **Limite as informações pessoais partilhadas online:** não publique informações pessoais (morada, número de telefone, emprego, etc.) em perfis públicos e restrinja o acesso a essas informações configurando os perfis em modo privado.
- **Pense antes de publicar:** tenha em mente que qualquer informação, imagem ou comentário publicado pode ser recolhido e utilizado, mesmo por estranhos.
- **Cuidado com links suspeitos:** nunca clique em links enviados por estranhos em mensagens ou fóruns, para evitar o risco de phishing.



ALERTA DE MÓDULO

Descubra o módulo sobre burlas online para saber mais sobre phishing!

- **Proteja a sua webcam:** mantenha a webcam desativada quando não estiver em uso e, possivelmente, cubra a lente com uma etiqueta ou um autocolante.



ALERTA DE MÓDULO

Descubra o módulo sobre segurança online para saber mais sobre proteção digital!

PROTEGER CRIANÇAS DE CYBERBULLYING

As crianças são frequentemente as mais vulneráveis ao cyberbullying.

É importante conscientizá-los sobre os riscos online e educá-los para adotarem uma atitude prudente.

Conselho :

- Limitar a partilha de informações pessoais pelas crianças.
- Incentivar o diálogo e a troca de informações caso a criança tiver algum problema online.
- Definir as contas das crianças em modo privado para restringir as interações apenas aos contatos aprovados.

PARA LEMBRAR!

O cyberbullying é uma forma de assédio que se manifesta através de comportamentos agressivos, ameaçadores ou humilhantes através de plataformas digitais. Pode ser na forma de mensagens, imagens ou vídeos partilhados sem consentimento. Para se proteger, é crucial limitar a divulgação de informações pessoais, pensar antes de publicar e verificar regularmente a sua presença online.

Em caso de ciberbullying, é essencial não se sentir culpado e reunir provas. As testemunhas também têm um papel a desempenhar: devem condenar o comportamento inadequado e apoiar a vítima, evitando partilhar conteúdos lesivos. Existem recursos disponíveis para denunciar e obter ajuda, e é importante conhecer a legislação em vigor no seu país.