Cieņa un atbalsts čatā

Vārds, uzvārds: _____ **Klase:** _____

1. daļa. Kas ir kibermobings?

Atpazīsti

1. uzdevums. Kibermobinga veidi

Kibermobings ir apzināta, parasti atkārtota citu aizskaršana internetā. Kāds cenšas citu aizvainot, izsmiet, pazemot vai biedēt.

Kuram kibermobinga veidam atbilst katrs piemērs? Piemēra rindā ieraksti burtu (A, B, C vai D). Katru burtu izmanto vienu reizi.

Kibermobinga veids	Piemērs	Burts
A Aizskarošas ziņas, bildes vai komentāri	1. Kāds izveido kontu ar klasesbiedra vārdu un bildi un no šī konta raksta citiem, it kā būtu šis klasesbiedrs.	
B Nepatīkami zvani	2. Markuss raksta čatā: “Pasmiesimies visi par Elzu!”	
C Viltus konts	3. Pie bildes kāds uzraksta aizvainojošu komentāru.	
D Aicinājums apsmiet kādu	4. Kāds piezvana, klusē un pārtrauc zvanu. Tā atkārtojas katru vakaru.	

2. uzdevums. Joks vai aizskārums?

Izlasi katru situāciju. Atzīmē “Joks” vai “Aizskārums”. Uzraksti, kāpēc tu tā domā.

Situācija	Joks	Aizskārums	Kāpēc?
Toms draugu čatā aizsūta smieklīgu kaķa video. Visi smejas.	☐	☐	
Klasesbiedri slepus nofilmē, kā Pauls kļūdās prezentācijā, un aizsūta video citām klasēm.	☐	☐	
Linda raksta draudzenei: “Haha, tu atkal aizmirsi lietussargu!” Draudzene atbild: “Haha, jā!”	☐	☐	
Pēc spēles Kārlis vairākas reizes raksta Dāvim: “Tu visu sabojāji. Vairs nespēlē ar mums!”	☐	☐	

3. uzdevums. Kāpēc tā notiek?

Kādā klases čatā Roberts regulāri apsmej Kasparu un aicina arī citus viņu apsmiet.

Jautājums	Tava atbilde
Kāpēc Roberts tā varētu rīkoties?	
Ko tu darītu, ja to redzētu čatā?	
Ko tu darītu Kaspara vietā?	

Atceries: iemesls nekad neattaisno aizskārumu!

4. uzdevums. Pamani sajūtas

Pabeidz teikumu.

Čatā ir grūti saprast otra sajūtas, jo...

5. uzdevums. Ko saka likums?

Izlasi. Pasvītro vārdus, kas, tavuprāt, ir vissvarīgākie.

Valsts aizsargā cilvēka godu un cieņu. (Latvijas Republikas Satversme, 95. pants)

Bērns nedrīkst aizskart citu bērnu un pieaugušo tiesības. (Bērnu tiesību aizsardzības likums, 23. panta piektā daļa)

Skolēna pienākums ir nepieļaut emocionālu un fizisku vardarbību un būt pieklājīgam skolā un ārpus tās. (Izglītības likums, 54. pants)

Avots: Latvijas Drošāka interneta centrs (drossinternets.lv); rokasgrāmata “Esi interneta izcilnieks!” 2.–6. klasei ·
Sagatavoja: Jolanta Grosberga-Gernere, Jaunmārupes pamatskola

2. daļa. Neesi vienaldzīgs!

Atbalsti

6. uzdevums. Lomu kartītes

Uzraksti, ko dara cilvēks katrā lomā un kā viņš varētu justies.

Loma	Ko dara?	Kā varētu justies?
😠 Aizskārējs		
😳 Cietušais		
👀 Liecinieks		
🤦 Atbalstītājs		

7. uzdevums. Pārraksti ziņas

Pārraksti katru ziņu, lai tā būtu pieklājīga un cieņpilna.

Aizskaroša ziņa	Cieņpilns variants
Tu raksti pilnīgas muļķības!	
Rīt visi velkam dzeltenu kreklu, tikai nesakiet Liliānai!	
ZVANI MAN!!! TŪLĪT!!!	
Kurš redzēja, kā Pauls šodien kļūdījās? Smieklīgi!!!	

8. uzdevums. Kā izrādīt laipnību?

Izlasi katru situāciju. Pabeidz teikumus.

1. Klasesbiedri raksta aizskarošus komentārus pie tava drauga bildes.

Viens veids, kā izrādīt laipnību, ir _____

Vēl es varētu _____

2. Tiešsaistes spēlē kāds apsmej spēlētāju, kura segvārds ir "Iesācējs".

Viens veids, kā izrādīt laipnību, ir _____

Vēl es varētu _____

3. Klases čatā kāds apsmej jauno klasesbiedreni. Viņa tavā klasē mācās tikai mēnesi.

Viens veids, kā izrādīt laipnību, ir _____

Vēl es varētu _____

9. uzdevums. Ja aizskar tevi

Ieraksti trūkstošos vārdus. Izmanto vārdus no rāmīša.

aizskārumu · pierādījumus · bloķē · pieaugušajam · ziņo · prieku

1. _____ aizskārēju, lai viņš nevarētu ar tevi sazināties.
2. Neatbildi ar _____ – tas tikai pasliktina situāciju.
3. Saglabā _____: sarakstes, bildes, ekrānuzņēmumus.
4. _____ par to, izmantojot lietotnes pogu "Ziņot".
5. Izstāsti _____, kuram uzticies.
6. Dari to, kas tev sagādā _____!

10. uzdevums. Kam es varu pastāstīt?

Ieraksti trīs cilvēku vārdus vai lomas (piemēram, mamma, klases audzinātāja), kuriem tu vari pastāstīt, ja tevi vai kādu citu aizskar internetā.

1. _____ 2. _____ 3. _____

Mūsu skolā: ja tevi vai kādu citu aizskar (arī čatā), nekavējoties izstāsti to skolotājam vai citam skolas darbiniekam. Skola tev palīdzēs un neizpaudīs citiem informāciju par tevi. (Jaunmārupes pamatskolas kārtība par rīcību, ja tiek konstatēta fiziska vai emocionāla vardarbība, 4., 32. un 34. punkts)

Avots: Latvijas Drošāka interneta centrs (drossinternets.lv); rokasgrāmata "Esi interneta izcilnieks!" 2.–6. klasei ·
Sagatavoja: Jolanta Grosberga-Gernere, Jaunmārupes pamatskola

3. daļa. Klases un draugu čati

Domā, pirms sūti

11. uzdevums. Patiesība vai mīts?

Ieraksti P, ja apgalvojums ir patiess, vai M, ja tas ir mīts.

Apgalvojums	P / M
Ja es izdzēsīšu nosūtīto ziņu, neviens to neredzēs.	
Lielā grupā manas ziņas var lasīt arī cilvēki, kurus es nepazīstu.	
Draugs var pārsūtīt citiem bildi, ko es aizsūtīju tikai viņam.	
Privāta sarakste vienmēr paliek privāta.	
WhatsApp drīkst lietot no 13 gadu vecuma.	
Ja grupā mani aizvaino, man tur jāpaliek, lai kas notiktu.	

12. uzdevums. Sūtīt vai nesūtīt?

Ko darīt ar šo ziņu klases čatā? Katrā rindā atzīmē vienu atbildi.

Ziņa	Droši sūti	Vispirms pajautā	Nesūti
Atgādinājums par rītdienas mājasdarbu	☐	☐	☐
Ekskursijas bilde, kurā redzami klasesbiedri	☐	☐	☐
Drauga ziņa, ko viņš rakstīja tikai tev	☐	☐	☐
Apsveikums klasesbiedram dzimšanas dienā	☐	☐	☐
Slepus uzņemts video, kurā klasesbiedrs kļūdās	☐	☐	☐
Bilde ar drauga zīmējumu	☐	☐	☐

Avots: Latvijas Drošāka interneta centrs (drossinternets.lv); rokasgrāmata “Esi interneta izcilnieks!” 2.–6. klasei ·
Sagatavoja: Jolanta Grosberga-Gernere, Jaunmārupes pamatskola

13. uzdevums. Dilemmas

Izvēlies vienu situāciju un apvelc tās numuru. Uzraksti, kā tu rīkotos un kāpēc.

1. Klases čatā kāds sāk apsaukāt klasesbiedru un aicina citus darīt tāpat.
2. Draudzene sūta ļoti daudz ziņu, arī vēlu vakarā, un apvainojas, ja tu neatbildi uzreiz.
3. Tevi bez tavas atļaujas pievieno grupai, kurā ir daudz nepazīstamu cilvēku.

Es rīkotos tā:

Es tā rīkotos, jo...

---

14. uzdevums. Mūsu klases čata noteikumi (melnraksts)

Grupā vienojieties par pieciem noteikumiem, kurus ieteiksiet visai klasei.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Mūsu grupas svarīgākais noteikums ir Nr. ____, jo _____

Kas var palīdzēt? Vecāki, klases audzinātājs, sociālais pedagogs, psihologs.
Bērnu un pusaudžu uzticības tālrunis: 116111

Avots: Latvijas Drošāka interneta centrs (drossinternets.lv); rokasgrāmata “Esi interneta izcilnieks!” 2.–6. klasei ·
Sagatavoja: Jolanta Grosberga-Gernere, Jaunmārupes pamatskola