



MODUŁ 7

WSPÓŁPRACA I WSPARCIE SPOŁECZNOŚCI W ZAPOBIEGANIU ZAGROŻENIOM W MEDIACH SPOŁECZNOŚCIOWYCH



erasmediah.eu



Co-funded by
the European Union



Lekcja 7.6

Budowanie wspierającej sieci społecznościowej



ERASMEDIAH

Educational Reinforcement Against
the Social Media Hyperconnectivity



**Co-funded by
the European Union**

Budowanie wspierającej sieci społecznościowej

Cele:

- Zrozumienie znaczenia sieci społecznościowych we wspieraniu bezpieczeństwa mediów społecznościowych.
- Identyfikacja kluczowych interesariuszy i partnerów.
- Poznanie strategii wspierania silnych relacji.
- Zbadanie, jak wykorzystać istniejące zasoby do skutecznego wsparcia.
- Poznanie sposobów tworzenia programów podnoszących świadomość i zapewniających stałe wsparcie.

Kluczowe przesłanie:

- Sieci społecznościowe mają znaczenie: Zapewniają niezbędne wsparcie i zasoby dla bezpieczeństwa online.
- Współpraca jest niezbędna: Rodzice, nauczyciele i lokalni liderzy muszą współpracować.
- Zaufanie buduje bezpieczeństwo: Silne relacje w społeczności tworzą bezpieczniejsze środowisko.
- Wykorzystanie zasobów: Wykorzystanie istniejących narzędzi i platform w celu wzmocnienia wsparcia.
- Programy napędzają zmiany: Programy uświadamiające i wspierające umożliwiają odpowiedzialne korzystanie z mediów społecznościowych.



RODZAJ LEKCJI:





Przegląd lekcji

Ta lekcja koncentruje się na tym, jak budować i utrzymywać wspierającą sieć społeczności, która pomaga łagodzić zagrożenia związane z mediami społecznościowymi. Uczestnicy dowiedzą się, jak stworzyć środowisko, w którym rodziny, nauczyciele i lokalne organizacje współpracują w celu wspierania bezpiecznego korzystania z mediów społecznościowych i cyfrowego dobrostanu.

Warsztaty podzielone są na 4 etapy:

- 1: Zdefiniowanie sieci społecznościowych (5 min)
- 2: Identyfikacja kluczowych interesariuszy (5 min)
- 3: Budowanie silnych relacji (15 min)
- 4: Tworzenie programów wsparcia i świadomości (15 min)



Krok 1

Zdefiniowanie sieci społecznościowych

Czym jest sieć społecznościowa?

Sieć społecznościowa to grupa połączonych ze sobą osób, organizacji i zasobów, które współpracują, aby wspierać wspólny cel. W kontekście bezpieczeństwa w mediach społecznościowych odnosi się to do wspólnych wysiłków na rzecz zapewnienia dobrego samopoczucia osób, zwłaszcza dzieci i młodzieży, podczas poruszania się w przestrzeni online.

Kluczowe cechy sieci społecznościowej:

- **Wzajemne powiązania:** Zainteresowane strony (rodzice, nauczyciele, liderzy społeczności itp.) współpracują ze sobą we wspólnym celu.
- **Wspólne zasoby:** Dostęp do usług wsparcia, informacji i narzędzi, które pomagają osobom zachować bezpieczeństwo w internecie.
- **Zbiorowa odpowiedzialność:** Każdy członek społeczności odgrywa rolę w ochronie i wspieraniu innych w przestrzeni cyfrowej.



Krok 1

Zdefiniowanie sieci społecznościowych

Dlaczego sieci społecznościowe są ważne dla bezpieczeństwa w mediach społecznościowych?

Zapobieganie izolacji: Zmniejszają poczucie osamotnienia poprzez wspieranie więzi.

Promowanie wspólnego uczenia się: Umożliwiają wymianę wiedzy na temat bezpieczeństwa online.

Budowanie zaufania: Zachęcają do otwartej komunikacji i wsparcia.

Ochrona przed zagrożeniami w mediach społecznościowych:

- **Wczesna interwencja:** Szybko identyfikują i rozwiązują problemy.
- **Kompleksowe wsparcie:** Zapewniają dostęp do zasobów, takich jak wsparcie w zakresie zdrowia psychicznego i umiejętności cyfrowych.
- **Wzmacnianie pozycji jednostek:** Zachęcają do bezpiecznego i odpowiedzialnego korzystania z mediów społecznościowych.



Krok 2

Identyfikacja kluczowych interesariuszy

- **Rodzice i rodziny:** Odgrywają główną rolę we wspieraniu cyfrowego dobrostanu dzieci, monitorowaniu korzystania z mediów społecznościowych i wspieraniu otwartej komunikacji.
- **Nauczyciele i szkoły:** Nauczyciele, doradcy i administratorzy szkół pomagają zintegrować umiejętności cyfrowe i bezpieczeństwo z programem nauczania oraz udzielają wskazówek dotyczących zdrowych zachowań online.
- **Specjaliści ds. zdrowia psychicznego:** Psychologowie, doradcy i terapeuci zapewniają wsparcie osobom doświadczającym stresu związanego z mediami społecznościowymi, lęku lub innych obaw związanych ze zdrowiem psychicznym.
- **Liderzy społeczności i organizacje lokalne:** Liderzy, kluby młodzieżowe i organizacje non-profit oferują zasoby, organizują wydarzenia i opowiadają się za bezpiecznymi praktykami mediów społecznościowych w społeczności.



Krok 2

Identyfikacja kluczowych interesariuszy

Rola każdego z interesariuszy

Rodzice i rodziny:

- Monitorowanie aktywności online i wyznaczanie granic bezpiecznego użytkowania.
- Angażowanie się w otwarte dyskusje na temat zagrożeń i korzyści związanych z mediami społecznościowymi.

Nauczyciele i szkoły:

- Nauczanie umiejętności cyfrowych i bezpiecznych praktyk online.
- Przeciwdziałanie nękanii online i obawom o zdrowie psychiczne związanym z mediami społecznościowymi.

Specjaliści ds. zdrowia psychicznego:

- Zapewnienie doradztwa i wsparcia w kwestiach takich jak cyberprzemoc, uzależnienie cyfrowe i wyzwania związane z poczuciem własnej wartości.
- Edukacja rodzin i szkół w zakresie strategii radzenia sobie z presją online.

Liderzy społeczności i organizacje lokalne:

- Oferowanie warsztatów, seminariów i szkoleń na temat bezpieczeństwa cyfrowego.
- Łączenie osób z zasobami i tworzenie bezpiecznego środowiska dla młodzieży.



Krok 3

Budowanie silnych relacji

Znaczenie zaufania i komunikacji

- **Zaufanie to podstawa:** Silne sieci społecznościowe opierają się na zaufaniu. Kiedy jednostki ufają sobie nawzajem, są bardziej skłonne do szukania pomocy, dzielenia się obawami i współpracy.
- **Otwarta komunikacja:** Zachęcanie do jasnej, pełnej szacunku i otwartej komunikacji w ramach sieci. Regularne dyskusje i informacje zwrotne tworzą przejrzyste środowisko, w którym każdy czuje się wysłuchany i wspierany.
- **Wspieranie empatii i zrozumienia:** Zrozumienie wzajemnych perspektyw i wyzwań (np. rodzice rozumiejący zmagania nauczycieli) wzmacnia sieć.

Kroki działania:

- Promowanie aktywnego słuchania w ramach sieci.
- Organizowanie regularnych spotkań w celu omówienia obaw i dzielenia się rozwiązaniami.
- Stosowanie inkluzywnego języka i działań, aby wszyscy czuli się mile widziani.



Krok 3

Budowanie silnych relacji

Znaczenie zaufania i komunikacji

- **Wspólne cele i wartości:** Upewnienie się, że wszyscy członkowie są zgodni co do wspólnych celów (np. promowanie bezpieczeństwa online, wspieranie dobrostanu psychicznego). Takie dostosowanie sprzyja poczuciu wspólnego celu.
- **Uznanie różnorodnego wkładu:** Uznanie unikalnych umiejętności i perspektyw, które każda osoba lub grupa wnosi do sieci.
- **Podtrzymywanie zaangażowania:** Ciągłe angażowanie członków sieci poprzez oferowanie wsparcia, informacji zwrotnych i możliwości zaangażowania, tworząc długotrwałe zaangażowanie w sprawę.

Kroki działania:

- Wyznaczenie jasnych celów społeczności i zaangażowanie wszystkich w proces planowania.
- Docenianie sukcesów i wkładu każdego członka sieci.
- Zapewnienie ciągłych szkoleń i zasobów w celu zapewnienia stałej współpracy.



Krok 4

Tworzenie programów wsparcia i świadomości

Strategie tworzenia świadomości:

- **Warsztaty i seminaria:** Organizowanie wydarzeń dla rodziców, nauczycieli i młodzieży w celu omówienia zagrożeń związanych z mediami społecznościowymi, obywatelstwa cyfrowego i bezpieczeństwa w internecie.
- **Kampanie w mediach społecznościowych:** Korzystanie z platform takich jak Facebook, Instagram lub lokalnych grup społecznościowych w celu dzielenia się wskazówkami, zasobami i historiami sukcesu w zakresie promowania bezpiecznych zachowań online.
- **Współpraca z lokalnymi mediami:** Współpraca z lokalnymi stacjami radiowymi lub gazetami w celu szerzenia świadomości na temat znaczenia cyfrowego dobrostanu.

Angażujące pomysły na treści:

- Prawdziwe studia przypadków i scenariusze demonstrujące wpływ niebezpiecznych praktyk w mediach społecznościowych.
- Interaktywne sesje pytań i odpowiedzi na obawy społeczności.
- Infografiki i filmy wyjaśniające kluczowe pojęcia w przystępny sposób.



Krok 4

Tworzenie programów wsparcia i świadomości

Pomysły na programy wsparcia:

- **Programy mentoringu rówieśniczego:** Dobieranie młodzieży w pary z przeszkolonymi mentorami, którzy mogą udzielać wskazówek i wsparcia.
- **Usługi doradcze:** Oferowanie dostępu do poradnictwa i usług w zakresie zdrowia psychicznego dla osób dotkniętych cyberprzemocą, uzależnieniem lub innymi zagrożeniami internetowymi.
- **Szkolenie w zakresie umiejętności cyfrowych:** Organizowanie warsztatów pomagających rodzicom i dzieciom rozwijać umiejętności potrzebne do rozpoznawania zagrożeń w sieci i odpowiedzialnego korzystania z mediów społecznościowych.

Wskazówki dotyczące wdrażania programów:

- Zapewnienie, że programy są łatwo dostępne dla wszystkich członków.
- Stworzenie pętli informacji zwrotnej w celu oceny skuteczności programów i ich ulepszania.
- Współpraca z lokalnymi szkołami, organizacjami młodzieżowymi i specjalistami ds. zdrowia psychicznego w celu zaoferowania kompleksowego wsparcia.



Narzędzia

Padlet



padlet

Wspólna tablica online do dzielenia się pomysłami, zasobami i refleksjami.

padlet.com

ZOOM



zoom

Narzędzie do wideokonferencji na potrzeby webinarów i wirtualnych spotkań.

www.zoom.com



Podsumowanie kluczowych wniosków

Lekcja podkreśla istotną rolę współpracy w promowaniu bezpiecznego środowiska cyfrowego. Podkreśla znaczenie tworzenia społeczności, w której rodzice, nauczyciele, specjaliści ds. zdrowia psychicznego i lokalni liderzy współpracują w celu wspierania bezpieczeństwa w mediach społecznościowych.

Budując silne relacje, wykorzystując istniejące zasoby i tworząc ukierunkowane programy uświadamiające i wspierające, społeczności mogą umożliwić jednostkom odpowiedzialne poruszanie się w przestrzeni cyfrowej.

Docelowo, dobrze zorganizowana sieć społeczności zapewnia ciągłe wskazówki, edukację i wsparcie emocjonalne, zapewniając, że wszyscy, zwłaszcza grupy szczególnie wrażliwe, mają narzędzia i wiedzę, aby rozwijać się w coraz bardziej cyfrowym świecie.



Instrukcje dla osób pracujących z młodzieżą, edukatorów i nauczycieli

Cel:

Celem tej lekcji jest pomoc osobom pracującym z młodzieżą, edukatorom i nauczycielom w zrozumieniu kluczowej roli, jaką sieci społecznościowe odgrywają we wspieraniu bezpieczeństwa w mediach społecznościowych i cyfrowego dobrostanu. Uczestnicy dowiedzą się, jak zidentyfikować kluczowych interesariuszy, w tym rodziców, edukatorów, specjalistów ds. zdrowia psychicznego i lokalnych liderów, którzy powinni być zaangażowani w tworzenie i utrzymywanie tych sieci. Lekcja zapewni również strategie wspierania zaufania, otwartej komunikacji i współpracy w ramach społeczności. Ponadto uczestnicy zostaną wyposażeni w wiedzę umożliwiającą projektowanie i wdrażanie programów, które podnoszą świadomość na temat zagrożeń związanych z mediami społecznościowymi i zapewniają stałe wsparcie dla poszczególnych osób, zapewniając aktywne zaangażowanie wszystkich członków społeczności w celu stworzenia bezpieczniejszego środowiska online.

Potrzebne materiały:

- **Wymagania techniczne**

- Komputery/tablety, dostęp do internetu i oprogramowanie do interaktywnych aktywności.

- **Narzędzia cyfrowe:**

- Dostęp do narzędzi do współpracy (np. Mentimeter, Padlet, Canva)

- **Narzędzia do oceny:** Ankiety (Formularze Google lub SurveyMonkey) do zbierania informacji zwrotnych i oceny potrzeb.

- **Slajdy prezentacji**

- **Materiały informacyjne:**

- Infografiki dotyczące bezpieczeństwa w mediach społecznościowych, budowania społeczności i wdrażania programu.





Krok 1: Zdefiniowanie sieci społecznościowych (5 min)

W tym pierwszym kroku osoby pracujące z młodzieżą, edukatorzy i nauczyciele powinni pomóc uczniom w zidentyfikowaniu i zrozumieniu koncepcji sieci społecznościowych.

Wyjaśnij, że sieci społecznościowe to grupy ludzi połączone wspólnymi zainteresowaniami, wartościami lub celami, często skupione wokół działań społecznych, edukacyjnych lub zawodowych.

Zachęć uczniów do zbadania znaczenia tych sieci we wspieraniu systemów wsparcia, współpracy i dzielenia się wiedzą.

Pomóż im rozpoznać różne sieci społecznościowe, zarówno online, jak i offline, oraz rolę, jaką odgrywają w zwiększaniu dobrobytu osobistego i zbiorowego.

Wykorzystaj przykłady lokalnych i globalnych sieci, aby podkreślić ich wpływ na tworzenie bezpieczniejszych i bardziej wspierających środowisk dla młodzieży.





Krok 2: Identyfikacja kluczowych interesariuszy (5 min)

Zainteresowane strony, osoby pracujące z młodzieżą, edukatorzy i nauczyciele powinni skupić się na identyfikacji osób i grup, które mogą pozytywnie wpłynąć na skuteczność działań zapobiegających ryzyku w mediach społecznościowych.

Kluczowi interesariusze to rodzice, władze lokalne, liderzy społeczności, platformy mediów społecznościowych i organizacje skupiające się na młodzieży i umiejętnościach cyfrowych.

Zacznij od zmapowania ról i obowiązków każdej grupy, biorąc pod uwagę ich bezpośredni lub pośredni wpływ na korzystanie z mediów społecznościowych przez młodych ludzi.

Zaangażuj tych interesariuszy poprzez spotkania, ankiety lub dyskusje, aby zrozumieć ich perspektywę i stworzyć podejście oparte na współpracy, aby zapewnić sukces strategii prewencyjnych.





Krok 3: Budowanie silnych relacji (15 min)

Aby stworzyć środowisko wspierające młodzież, konieczne jest budowanie i utrzymywanie z nią silnych relacji.

Zacznij od zbudowania zaufania poprzez konsekwentną i otwartą komunikację.

Okaż szczere zainteresowanie ich dobrym samopoczuciem i aktywnie słuchaj ich obaw.

Angażuj się w znaczące rozmowy, które potwierdzają ich uczucia i doświadczenia, tworząc poczucie przynależności.

Zachęcaj do wspólnych działań, które promują pracę zespołową, wzajemny szacunek i empatię.

Wspierając pozytywne relacje, nie tylko pomagasz młodzieży czuć się docenianą, ale także wzmacniasz ich sieci wsparcia, które mają kluczowe znaczenie dla zapobiegania zagrożeniom związanym z mediami społecznościowymi i promowania bezpieczeństwa w internecie.





Krok 4: Tworzenie programów wsparcia i świadomości (15 min)

Projektuj i wdrażaj inicjatywy mające na celu podnoszenie świadomości na temat zagrożeń związanych z mediami społecznościowymi oraz zapewnianie wsparcia rodzicom i społeczności. Skup się na kwestiach takich jak nękanie w sieci, prywatność i zdrowie psychiczne. Zaangażuj rodziców i lokalne organizacje poprzez warsztaty i zasoby, aby pomóc rodzinom w radzeniu sobie z cyfrowymi wyzwaniami. Współpracuj z sieciami wsparcia i korzystaj z mediów społecznościowych, aby udostępniać przydatne treści. Upewnij się, że programy są włączające, dostępne i regularnie oceniane pod kątem skuteczności. Twoje wysiłki pomogą zbudować świadomą społeczność, która wspiera młodzież w zarządzaniu zagrożeniami związanymi z mediami społecznościowymi.

Pytania refleksyjne:

- Jak skutecznie informować młodzież i ich rodziny o zagrożeniach związanych z mediami społecznościowymi?
- Jakich strategii można użyć, aby zachęcić rodziców do aktywnego zaangażowania się we wspieranie cyfrowego dobrostanu ich dzieci?
- W jaki sposób lokalne społeczności i organizacje mogą współpracować w celu zapewnienia stałego wsparcia rodzinom borykającym się z wyzwaniami związanymi z mediami społecznościowymi?
- Jakie są potencjalne bariery w tworzeniu programów uświadamiających i wspierających i jak można je pokonać?

Kluczowe wnioski:

Lekcja podkreśla znaczenie tworzenia silnych sieci wsparcia, aby pomóc młodzieży w radzeniu sobie z zagrożeniami związanymi z mediami społecznościowymi. Angażując rodziców, społeczności i lokalne organizacje, możemy zapewnić młodym ludziom wsparcie zarówno online, jak i offline. Programy uświadamiające powinny być dostosowane do konkretnych potrzeb rodzin i dostosowane do różnych kontekstów. Skuteczna współpraca i ciągła ewaluacja są niezbędne do utrzymania tych wysiłków i maksymalizacji ich wpływu.



Działania uzupełniające i zadanie domowe:

Aby wzmocnić koncepcje z lekcji 6, zachęć młodzież i ich rodziny do udziału w rodzinnej dyskusji na temat korzystania z mediów społecznościowych, koncentrując się zarówno na korzyściach, jak i zagrożeniach. Poproś rodziców, aby poprowadzili swoje dzieci w tworzeniu rodzinnego planu medialnego, który zawiera wytyczne dotyczące bezpiecznej i zrównoważonej aktywności online. Ponadto zasugeruj, aby młodzież zbadała lokalne organizacje lub zasoby internetowe, które zapewniają wsparcie dla cyfrowego dobrostanu i podzieliła się swoimi odkryciami z rówieśnikami lub członkami rodziny. Zachęć rodziców do wzięcia udziału w lokalnych warsztatach lub webinarach na temat bezpieczeństwa w mediach społecznościowych, jeśli są dostępne, aby zwiększyć ich zaangażowanie. Działania te pogłębią zrozumienie zagrożeń związanych z mediami społecznościowymi i będą promować wspólne podejście do bezpieczeństwa online.

Wskazówki dla nauczycieli:

Tworząc programy uświadamiające i pomagające w radzeniu sobie z zagrożeniami związanymi z mediami społecznościowymi, należy zacząć od budowania silnych relacji z uczniami i rodzicami, aby wspierać zaufanie i otwartą komunikację. Włącz dyskusje na temat obywatelstwa cyfrowego do programu nauczania, aby pomóc uczniom zrozumieć konsekwencje ich działań online. Korzystaj z przykładów z życia wziętych i studiów przypadków, aby uczynić ryzyko bardziej zrozumiałym. Zachęcaj uczniów do zastanowienia się nad swoim zachowaniem w sieci i jego wpływem na siebie i innych. Zaangażuj rodziców poprzez sesje informacyjne lub biuletyny, zapewniając im narzędzia wspierające ich dzieci w bezpiecznym poruszaniu się po cyfrowym świecie. Ponadto współpracuj z lokalnymi organizacjami, aby uzyskać dostęp do zasobów i wzmocnić sieć wsparcia wokół swoich uczniów. 



Referencje

- Putnam, R. D. (2000). Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community. Simon & Schuster.
- Wenger, E., McDermott, R., & Snyder, W. (2002). Cultivating Communities of Practice: A Guide to Managing Knowledge. Harvard Business Review Press.
- Block, P. (2018). Community: The Structure of Belonging. Berrett-Koehler Publishers.
- Kretzmann, J. P., & McKnight, J. L. (1993). Building Communities from the Inside Out: A Path Toward Finding and Mobilizing a Community's Assets. ACTA Publications.
- Christakis, N. A., & Fowler, J. H. (2009). Connected: The Surprising Power of Our Social Networks and How They Shape Our Lives. Little, Brown Spark.
- Rheingold, H. (2000). The Virtual Community: Homesteading on the Electronic Frontier. MIT Press.
- Rogers, E. M. (2003). Diffusion of Innovations. Free Press.





QUIZ

1. Jaki jest główny cel tworzenia programów świadomości i wsparcia w odniesieniu do zagrożeń związanych z mediami społecznościowymi?
 - A. Ograniczenie dostępu młodzieży do mediów społecznościowych
 - B. Edukacja rodziców i społeczności w zakresie bezpieczeństwa online
 - C. Promowanie korzystania z mediów społecznościowych w celach edukacyjnych
 - D. Zachęcanie młodzieży do unikania wszystkich platform internetowych
2. Która z poniższych jest skuteczną strategią angażowania rodziców we wspieranie bezpieczeństwa online ich dzieci?
 - A. Monitorowanie aktywności dzieci w mediach społecznościowych bez ich zgody
 - B. Dostarczanie rodzicom zasobów dotyczących bezpieczeństwa cyfrowego i organizowanie warsztatów
 - C. Zachęcanie uczniów do blokowania rodziców w mediach społecznościowych
 - D. Ograniczenie dyskusji na temat zagrożeń związanych z mediami społecznościowymi do klasy
3. Co jest kluczowym elementem w tworzeniu programu świadomości włączającej?
 - A. Skupienie się na jednej platformie mediów społecznościowych
 - B. Zapewnienie, że program jest dostępny dla wszystkich członków społeczności
 - C. Ograniczenie uczestnictwa tylko do młodzieży
 - D. Ograniczenie programu wyłącznie do kanałów cyfrowych





QUIZ

4. Które z poniższych stwierdzeń najlepiej opisuje rolę lokalnych organizacji we wspieraniu przez społeczność zagrożeń związanych z mediami społecznościowymi?

- A. Powinny one monitorować aktywność dzieci w internecie
- B. Powinny współpracować ze szkołami w celu zapewnienia zasobów i wsparcia
- C. Powinny tworzyć treści wyłącznie dla młodzieży
- D. Powinny ograniczyć swoje zaangażowanie do platform mediów społecznościowych

5. Co jest istotnym czynnikiem, który należy wziąć pod uwagę przy ocenie skuteczności programów uświadamiających i wsparcia?

- A. Liczba osób, do których dotarł program
- B. Czy program wykorzystuje wyłącznie materiały online
- C. Koszt wdrożenia programu
- D. Stały udział i informacje zwrotne od społeczności





Rozwiązania

Pytanie 1: B

Pytanie 2: B

Pytanie 3: B

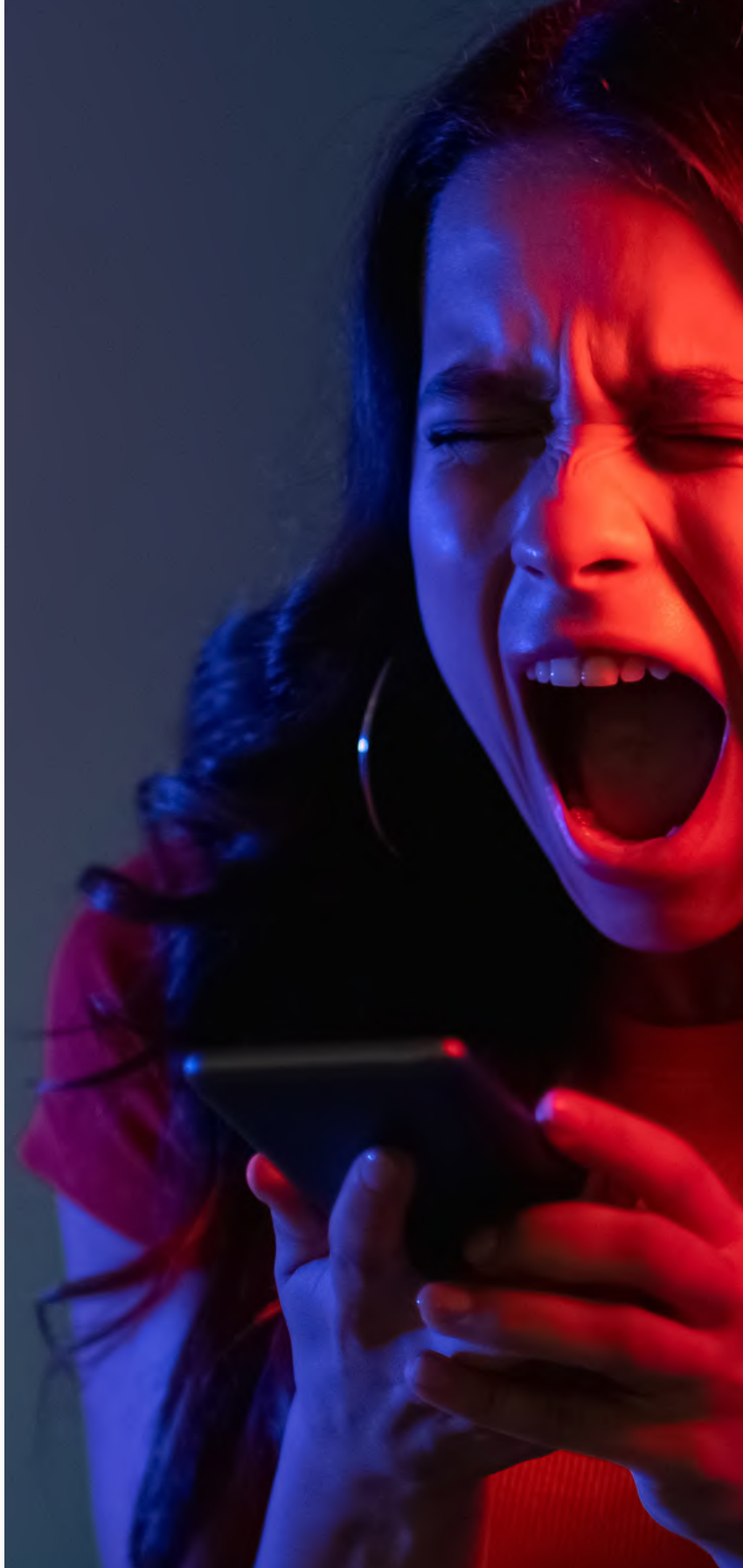
Pytanie 4: B

Pytanie 5: D





Centrum Wspierania
Edukacji
i Przedsiębiorczości



Co-funded by
the European Union

Finansowane przez Unię Europejską. Wyrażone poglądy i opinie są jednak wyłącznie poglądami autora (autorów) i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Ani Unia Europejska, ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.