

A large pink arrow pointing to the right, positioned to the left of the title.

TRIPTYCH ŠIKANOVANIE

Podporný materiál pre
pedagógov

A thick red vertical bar on the left side of the page, with several thin, curved lines in red and blue extending from its base towards the center.

Edusmile s.r.o.
www.edusmile.sk

TRIPTYCH ŠIKANOVANIE

Milí pedagógovia,

tento podporný materiál slúži ako inšpirácia na diskusiu so žiakmi k nástenkám, ktoré sme zaslali do vašej školy. O šikane sa môžete rozprávať so žiakmi v triede, ale aj priamo pri nástenkách. Sú výborným názorným pomocníkom. Všetko, čo je uvedené v nasledujúcich textoch, prosím prispôbte vekovej kategórii, s ktorou budete diskutovať. Ako pomôcku sme k textom pripojili aj obrázky, podľa toho, ku ktorej časti sa viažu. Ak budete chcieť s nami zdieľať svoje zážitky alebo pripomienky, kontaktujte nás cez mail na info@edusmile.sk. Vaša spätná väzba nám pomáha robiť veci lepšími.

Želáme veľa úspechov pri diskusiách.

Peter Lengyel

ČASŤ ŠIKANOVANIE



Šikanovaním označujeme také správanie, ktoré opakovane u niekoho spôsobuje nepríjemné pocity, napríklad hanbu, potupu, podriadenosť, strach, poníženie, ublíženie. Šikanovanie je úmyselným správaním a zväčša sa opakuje. Každý človek reaguje na svoje okolie inak a každý je rozdielne

citlivý na svoje nedostatky. Preto nie je možné jednoznačne povedať, že niektoré prejavy správania sú vždy šikanovaním, alebo že nikdy nie sú šikanovaním. Napríklad pri prezývkach. Niektorí sú rád, ak ho nevolajú jeho krstným menom, ale prezývkou. Niektorí však naopak chcú, aby ho volali jeho krstným menom a nie prezývkou. Ak niektorí vie, že ten druhý sa cíti pri prezývkach trápne a napriek tomu mu prezývky stále dáva, vtedy môže ísť o šikanovanie.

Spôsoby šikanovania

K šikanovaniu môže dochádzať rôznym spôsobom. Pri priamom šikanovaní šikanuje agresor obeť, pri nepriamom agresor môže niekoho poveriť, aby obeť zbil alebo zastrásoval. Ublížovať môže agresor fyzicky alebo psychicky. Fyzicky tak, že niekomu ubližuje priamo na tele, psychicky tak, že niekomu spôsobuje nepríjemné pocity. Fyzické a psychické šikanovanie môže prebiehať aj súčasne. Napríklad agresor bije obeť, spôsobuje mu fyzickú bolesť, ale navyše tú osobu vystavuje posmechu a strachu.

KDE DOCHÁDZA K ŠIKANE



Šikanovať niekto môže bezprostredne priamo vo vzájomnom stretnutí, ale aj kyberneticky cez elektronické zariadenia. Takej forme šikany hovoríme kyberšikana. K bezprostrednému šikanovaniu môže dochádzať na rôznych miestach. Môže to byť v triede, v šatni, na toaletách, na chodbách, v jedálni, v rôznych zákutiach, ale aj vonku, na ceste domov, či úplne mimo školy. K šikanovaniu často dochádza mimo zraku dospelých, dosahu kamier, ale zväčša tak, aby agresor mohol mať nejaké publikum, ktorého smiech a podpora, spôsobuje strach, či poníženie obeti.

PREJAVY ŠIKANOVANIA

VYSMIEVANIE	BITIE
NADÁVANIE	KOPANIE
URÁŽANIE	SEXUÁLNE NÁSILIE
PONIŽOVANIE	OHOVÁRANIE
VYČLEŇOVANIE	PRENASLEDOVANIE
VYDIERANIE	DONUCOVANIE

Zapojte aj žiakov. Prejdite si spolu jednotlivé prejavy - skúste povedať ku každému prejavu šikanovania príklad. Nezabudnite však, že ide o úmyselné a opakované správanie.

Na identifikáciu šikanovania sa môžete zahrať hru, kde zistíte, či deti vedú selektovať iné formy násillia, alebo doberania a šikanu.

Vyzvite žiakov, aby skúsili pri každom príklade identifikovať podľa nástenky o aké typy šikanovania ide a či vôbec ide o šikanu. Majte na pamäti, že neexistuje len jedno správne riešenie, učiteľ aj deti môžu objaviť nové uhly pohľadu na jednotlivé prípady prípadov.

1. Nikola je v puberte a je veľmi vysoká, má dlhé ruky. Vždy, keď niekto niečo v triede hľadá, niekto zo žiakov utrúsi, že to mu isto presunula Nikola svojimi „chápadlami“ priamo zo svojej lavice. Takto to robia spolužiaci celý ôsmy ročník. Nikole to je nepríjemné, lebo sa jej už smejú aj žiaci z vedľajších tried. **(ide o psychické šikanovanie, skupinové, priame, bezprostredné, ide o vysmievanie, urážanie. Prevalha agresorov je zábave v skupine, voči ktorej sa Nikola nedokáže brániť)**
2. V 9.A je Dominik. Jeho otec vlastní fitko a Dominik si veľa o sebe myslí. Veľa chalanov sa s ním chce kamarátiť a vnucujú sa mu. Dominik, vždy keď potrebuje cigarety, pošle nejakých poslíčkov, ktorí zastavia mladších žiakov a nútia ich, aby im dali peniaze. Ak peniaze nedajú, vyhrážajú sa im bitkou. Peniaze odovzdávajú Dominikovi. Poslíčkov potom Dominik ochraňuje. **(ide o psychické aj fyzické šikanovanie, jednotlivcom, nepriame z pohľadu Dominika, priame z pohľadu chlapcov, bezprostredné, ide o vydieranie, donucovanie, napádanie. Prevalha agresora je vo fyzickej a početnej prevaha a vplyve)**
3. Júlia je siedmačka a je výborná žiačka. Vo voľnom čase sa venuje tancu. Jej spolužiačka Nina a Gabika sú tiež tanečnice a chodia do rovnakej tanečnej školy ako Júlia. Dievčatá mali ísť na majstrovstvá SR, ale vziať mohla trénerka len určitý počet dievčat. Rozhodovala sa medzi Gabikou a Júliou, ale nakoniec vzala Júliu, pretože Gabika vynechávala niektoré tréningy. Nina aj Gabike to bolo ľúto a rozhodli sa Júlii pomstiť. Nina natočila na mobil Júliu, ako sa prezlieka v šatniach a vytvorila o nej posmešné video, kde zosmiešňovala Júliinu postavu. Video potom publikovala v rôznych skupinách. **(ide o psychické šikanovanie, nepriame*, kybernetické, ide o zosmiešňovanie. Prevalha agresora spočíva v množstve ľudí a v nemožnosti obeť stiahnuť video)** *nepriame šikanovanie je to preto, lebo samotnú traumu spôsobujú posmešky a komentáre nie natočenie samotné.
4. Kristián má rád šport. Raz mali telesnú výchovu a žiaci súťažili v družstvách. Jožo, ktorý behá pomaly, bol v družstve s Kristiánom. Ich družstvo prehralo, práve kvôli Jožovej pomalosti. V šatni prišiel Kristián ku Jožovi a nadal mu veľmi škaredo a povedal mu, že prehrali kvôli nemu. Potom do neho sotil a Jožo si udrel ruku. **(v tomto prípade nejde o šikanovanie. Ide o istú formu násilia, ale nejde o opakované správanie a tiež nie úmyselné - premyslené, nakoľko Kristián konal pod vplyvom emócií, čo ho neospravedlňuje od útoku).**
5. Lenka pochádza z rodiny, kde nie je veľa peňazí. V jej triede sú vrátane Lenky len štyri dievčatá. Jana, Miška, Emma a Lenka. Janka s Miškou sa vnucujú Emme, pretože Emma máva pri sebe veľa peňazí a sem-tam im niečo kúpi. Lenka nechodí oblečená moderne, tak sa tri dievčatá vždy dohadujú na stretnutie bez Lenky, ak sa chce Lenka pripojiť, vyhovoria sa, že to nie je možné. Ak od Lenky niečo

potrebujú, vtedy ju berú, inak ju vyčleňujú, šušškajú si o nej a jej rodine. Lenka sa tak v triede vždy cíti, že je navyše. **(ide o psychické šikanovanie, nepriame*, bezprostredné, ide o ohováranie a vyčleňovanie. Prevala agresora je v počte dievčat, ktoré sú všetky proti jednej.)** *Nepriame preto, lebo jej nerobia priamo zle, ale vytvárajú podmienky, ktoré sú pre Lenku neprekonateľné.

ČASŤ DÔLEŽITÉ INFORMÁCIE

KTO JE SÚČASŤOU ŠIKANOVANIA



AGRESOR	OBEŤ	PUBLIKUM
Agresor je ten, kto šikanuje. Má potrebu získať prevahu nad obeťou, snaží sa ju ponižiť a zosmiešniť. Dokazuje tým sebe alebo ostatným svoju moc a prevahu.	Obeťou je ten, kto je šikanovaný. Môže sa ňou stať ktokoľvek, kto sa nevie, nemôže alebo nedokáže brániť. Aj pre silného človeka môže byť problém postaviť sa agresorovi.	Svedkovia šikanovania alebo aj žiaci triedy, kde dochádza k šikanovaniu, môžu rozhodnúť, či agresorovi umožnia šikanovať druhých alebo ochránia obeť. Prevahu získava agresor často práve tým, že sa ostatní smejú alebo agresora povzbudzujú.

Agresorom je v prípadoch šikanovania jednotlivec alebo skupina, ktorý premyslene a opakovane ubližuje niekomu s cieľom dosiahnuť u obeť pocit strachu, poníženia alebo vylúčenia. Agresorom je zväčša človek, ktorý vníma svoje potreby ako nadradené, a preto sa ich uspokojenie snaží dosiahnuť násilným vplyvom u druhých. Agresor si vyberá obeť zväčša cestou najmenšieho odporu, takže sa často zameriava na

bezbranných, slabších, pokornejších. Nemusí to však byť pravidlom. Agresor využíva na šikanovanie situácie, ktoré podporujú jeho silu – najmä nemožnosť obeť sa brániť, početné publikum, moment prekvapenia, miesta, kde nie je možné zavolať pomoc, využíva strach obeť. Agresorom môže byť aj človek, ktorý sám v minulosti zažíval násilie a bol obeťou. Agresor potrebuje rovnako pomoc ako aj obeť.

Obet

Obeťou šikanovania sa môže stať ktokoľvek. Voči kyberšikane sa dokonca majú problém brániť aj tí, čo by v osobnom stretnutí agresora hravo porazili. Obeťou sa stáva človek vtedy, ak je terčom šikany alebo kyberšikany. To, čo sa mu deje, pociťuje ako opakované znepríjemňovanie života zo strany agresora alebo skupiny. Obeťou sa človek stáva nedobrovoľne v situáciách, keď nevie alebo nedokáže odvracať útoky, nástrahy, posmešky, ignorovanie a ďalšie prejavy, ktoré sú voči nemu vedené. Aj, keď sa môže zdať že obeť môže sama za to, že je šikanovaná, neexistuje dôvod prečo by mal byť niekto šikanovaný. A to aj napriek tomu, že je iný oproti ostatným.

Publikum

Okrem agresora a obeť zohráva dôležitú úlohu aj publikum. Či už ide o náhodných svedkov alebo kamarátov agresora, ktorí sa podieľajú na šikanovaní. Publikum je pre agresora veľmi dôležité, pretože prostredníctvom neho často šíri agresor strach a posmešky voči obeť. A aj preto môže publikum rozhodnúť, či šikanu zastaví alebo ju

bude podporovať. Hoci aj tichým súhlasom. Odborníci hovoria, že ak sa v nejakom kolektíve, triede alebo školy objavuje šikanovanie, pravdepodobne nie je vo vzťahoch medzi žiakmi navzájom a aj dospelými niečo zdravé. Obvykle totiž reagujeme na konflikty zmierňovaním napätia a hľadaním pomoci. Pokiaľ sa násiliu nečinne prizierame, nie je to v poriadku.

Môže ísť o trestný čin



Agresor aj publikum sa môže dopúšťať trestného činu. Šikana sa veľmi ťažko definuje, avšak jej závažnejšie formy môžu naplniť skutkovú podstatu trestných činov. Väčšina z nich je vypísaná na nástenke. Pri posudzovaní trestných činov policajti a vyšetrovatelia prihliadajú na rôzne okolnosti. Najmä na závažnosť konania, to ako to ovplyvnilo obeť a aké to zanechalo následky. Sankcie za spáchaný trestný čin môžu páchatelovi zmeniť život, ovplyvniť nielen jeho prítomnosť, ale aj blízku a ďalekú budúcnosť v škole, práci a osobnom živote. Trauma zo šikanovania mení život najmä obeť. Niektorí ľudia sa z týchto negatívnych zážitkov vedia „otriasť“, niekomu zostávajú trvalé následky a psychické bloky, ktoré mu agresor spôsobil.

Na každého reakcii záleží



Rozdelme si túto tému na dve časti. V prvej sa zamyslime nad tým, či sme niekedy boli svedkom šikany a či sme sa napríklad smiechom alebo povzbudzovaním neprispievali k šikanovaniu. Možno sa vám to už stalo. Niektoré situácie môžu na

prvý pohľad vyzerať smiešne, ale ak si uvedomíme akú máme vtedy moc toho človeka hlboko zraniť a znevážiť, že sa tým bude zaoberať v sebe ešte dlhé roky, tak to možno za ten smiech nestojí. Predstavme si to na vtipnom videu, kde sa niekto šmykne na schodoch a spadne. Možno sa na tom zasmejte. Ak by však váš súrodeneц alebo najlepší kamarát spadol a skočil na vozíku, asi by vám to neprišlo smiešne. A tak je to aj so šikanou. V momente zábavy netušíš, či to, na čom sa smeješ niekomu, nezničí život...

Šikanu je ťažké zastaviť, treba sa pokúsiť

Druhá situácia nastáva, keď sme svedkom šikany, ale nemáme silu na to, aby sme to zastavili. Na nástenke máme slogan, ktorý, keď si zapamätáš a uvedomíš, môžeš dosiahnuť veľa. **„Ak nemôžeš urobiť všetko, urob aspoň niečo.“** Ak môžeš, ochráň obeť. Ak nie, zavolaj pomoc. Ak sa nedá, pomôž obeti potom. Ak sa nedá, zapíš, čo sa stalo. A hlavne to povedz dospelým. Doma, v škole, zavolaj-napíš na krízovú linku. Hľadaj aspoň nejaký spôsob ako obeti pomôcť. Deti aj dospievajúci sa so šikanou môžu vysporiadať rôzne. Možno zachrániš niekomu život, možno urobíš krok, aby ho mal lepší. A ak si šikanovaný ty, povedz to doma, ozvi sa učiteľovi, ktorému dôveruješ, kontaktuj niektorú z krízových liniek. Linka detskej istoty ti pomôže na bezplatnom čísle 116 111, ale aj cez chat či email. Dostupná je nepretržite. Sú tam vyškolení odborníci, ktorí ťa anonymne vypočujú a poradia ti s твоjim problémom. Kontaktovať môžeš aj Linku detskej dôvery na klasicky účtovanom čísle 0907 401 749 alebo Internetovú poradňu IPčko prostredníctvom chatu a mailu. Všetky tieto linky sú anonymné, takže napriek tomu, že im môžeš povedať svoje meno, nepovedia to nikomu. A ak sa odhodláš, poradia ti ako to povedať...

KDE NÁJDEM POMOC PRE SEBA ALEBO KAMARÁTA			
 <p>V NAŠEJ ŠKOLE</p>	LINKA DETSKEJ ISTOTY	NON-STOP 24/7 - BEZPLATNE - ANONYMNE	116 111 www.lidi.sk
	LINKA DETSKEJ DŮVERY	PO - PI 14.00 - 20.00 - ÚČTOVANÉ AKO HOVOR - ANONYMNE	0907 401 749 www.linkaleti.sk
	INTERNETOVÁ PORADŇA IPčko	NON-STOP 24/7 - BEZPLATNE - ANONYMNE	www.ipcko.sk

ČASŤ KYBERŠIKANA

ČO JE KYBERŠIKANOVANIE	
<p>...jed ťa šikanujú</p> <ul style="list-style-type: none"> cez internet cez zariadenie virtuálne <p>...je</p> <ul style="list-style-type: none"> časovo a priestorovo neobmedzené rychlo sa šíri do publiky časlo anonymné <p>...využíva</p> <ul style="list-style-type: none"> manipuláciu nemožnosť brániť sa <p>prevaha agresora spocíva najmä v rozsiahlom publiku</p>	<ul style="list-style-type: none"> NENÁVISTNÉ KOMENTÁRE ZAŠTRÁOVANIE VYDIERANIE ŠÍRENIE KLEBIET A INFORMÁCIÍ O TEBE KRÁDEŽ IDENTITY - PROFILU VYLUČOVANIE ZO SKUPÍN VYTŤVÁRANIE POSMEŠNEHO OBSAHU O TEBE PRENA SLEDOVANIE UPRAVOVANIE TVOJICH FOTIEK POŽADOVANIE INTÍMNÝCH VIDEÍ A FOTIEK NÚTENIE VYKONÁVAŤ VECI, KTORÉ NECHCEŠ VYSTUPOVANIE V TVOJOM MENE NABÁDANIE NA NEBEZPEČNÉ VECI

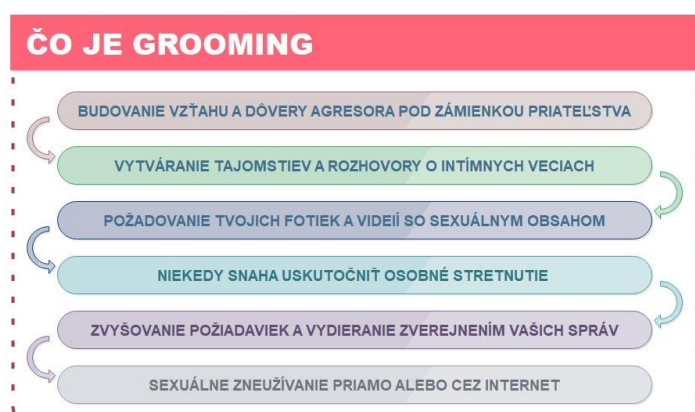
Kyberšikanovanie je novšou formou šikanovania. Rovnako ako u šikany, aj u kyberšikany platí, že je to konanie, ktoré slabší pociťuje ako krivdu, poníženie, je mu nepríjemné. Rovnako ide o úmyselné a opakované konanie. To, v čom je rozdielne je hlavne prostredie v ktorom sa táto šikana odohráva. Šikanovať ťa niekto môže hlavne bezprostredne v tvojej

prítomnosti, kyberšikana sa deje vo virtuálnom svete. Agresorom šikany je zväčša silnejší človek ako ty, pri kyberšikane sa sila nepočíta v tom aký je kto silný, ale v tom, akú silu publika na internete využije proti tebe. Takže šikanovať môže aj človek, ktorý je slabý ako mucha, avšak vie ako ťa môže ponížiť vo virtuálnom priestore. To, čo je ešte iné, je „stopa“. Ak ťa niekto šikanuje na chodbe, agresor môže byť potrestaný a v ďalšom konaní mu je zabránené. Ak ťa niekto šikanuje cez internet, aj keď s tým prestane, jeho výtvyry môžu zostať na internete ešte dlhé roky až do tvojej dospelosti. Preto je veľmi dôležité prejavy kyberšikany riešiť čo najskôr, aby sa zabránilo dlhodobému šikanovaniu.

Prejavy kyberšikany

Medzi hlavné prejavy šikanovania patria nenávistné komentáre a správy, krádeže profilu, „hejtovanie“, prenasledovanie, vytváranie posmešného obsahu o tebe a ďalšie prejavy, ktoré sú uvedené na nástenke. Obzvlášť nepríjemné je požadovanie intímnych fotiek a videí, vystupovanie v tvojom mene a pod.

Grooming



Mimoriadne nebezpečným druhom kyberšikany je grooming. Pri ňom ide o premyslenú manipuláciu zväčša dospelého človeka (ale nemusí byť, môže to byť aj rovesník), ktorý sa najprv s tebou skamaráti a potom ňu vydiera. Najhoršie je, že na začiatku sa ňu rozlišujú jeho úmysly. Grooming sa často deje tak, že ňu osloví cudzí človek, tvári

sa priateľsky a chce si s tebou písať. Chváli ňu ako dobre vyzeráš, zaujíma sa o to, v čom si šikovný, teší sa ak mu niečo predvedieš alebo ukážeš. Neskôr, keď si rozumiete, začne meniť témy na sexuálne, možno ňu pochváli za tvoju postavu, to ako vyzeráš, môže sa chcieť rozprávať o intímnych témach... Ak zistí, že ti to nevaďí alebo aj vadí, ale pokračuješ v komunikácii, čaká na vhodnú chvíľu ako ňu zmanipulovať, aby dostal tvoje fotografie najprv možno v oblečení, neskôr v spodnej bielizni alebo úplne bez. Väčšinou po prvých fotografiách a tajomstvách prichádza na rad požadovanie ďalších a v prípade, že to už nechceš, začne groomer vydierať, že už poslané fotografie a videá zverejní, že to povie rodičom, v škole, kamarátom... Preto mnohé deti pokračujú v posielaní takýchto fotiek a videí a zamotávajú sa do začarovaného kruhu. Aj tu platí, že čím skôr človeka blokuješ alebo to povieš dospelému, ktorý ti má schopnosť pomôcť, tým skôr predídeš zlým scenárom.

Interaktívne úlohy

1. skús povedať konkrétny príklad na jednotlivé prejavy kyberšikany
2. skús vymyslieť otázky, ktorými sa dá zistiť, či je ten s kým si píšeš naozaj človek za ktorého sa vydáva. Ako zistíš vek, to z ktorého je mesta, či pracuje ako tvrdí a pod....?
3. skús vymyslieť ako sa dá zabrániť niekomu, aby ňu kontaktoval.... ako môžeš človeku s ktorým si píšeš dať najavo, že sa ti komunikácia nepáči?

4. povedz ako by si sa cítil, keby teraz tvoja rodina vytvorila verejne na Facebooku tvoj album s fotkami z jasličiek a škôlky. Podľa tohto pocitu si môžeš predstaviť aké to bude, keď sa o 10 rokov niekto pozrie na tvoje fotky z týchto časov.

Bezpečne na internete



Najdôležitejšie pri kyberšikanе je sa vopred chrániť. Nedá sa plne zaručiť, že ňa nikto nebude šikanovať cez internet a siete, ale dá sa to celkom dobre ovplyvniť. Rizikové správanie sa na internete otvára dvere šikane. Dbaj preto na dôležité zásady.

- píš si len s ľuďmi, ktorých poznáš aj osobne, aj keď je to menej dobrodružné ako s cudzími
- využívaj už pri malých podozreniach blokáciu, ignorovanie a pod.
- uvedom si, že kedykoľvek sa systémovou chybou, omylom alebo aj hackerským útokom môže stať, že aj fotky a videá, ktoré si už vymazal, alebo ktoré máš pod ochranou, príp. v súkromných správach, môžu byť zverejnené pre všetkých a ty s tým nebudeš môcť nič urobiť
- never všetkému, čo vidíš a čítaš na internete. Dnes už technika pokročila tak, že aj bežní užívatelia cez filtre a aplikácie dokážu upravovať fotky a videá tak dôveryhodne, že môžeš naletieť na nejakú informáciu alebo uveriť nejakému klamstvu.
- zálohuj si screeshoty z prejavmi kyberšikany, ktoré sa dotýkajú teba alebo svojich blízkych a známych. Môžeš nimi pomôcť pri objasnení.
- ak sa trápiš s kyberšikanou, čo najskôr to povedz niekomu, kto ti reálne pomôže.

Pár slov na záver

Verím, že ste so žiakmi a študentami prelúskali tieto témy úspešne. Možno sa efekt nedostaví hneď, ale každý vytvorený priestor deťom dodáva viac dôvery a ochoty o šikanovaní a kyberšikane otvorene rozprávať. Je dobré, aby pedagóg, či preventista vedel, že niektoré ohrozenia detí na internete, aj mimo neho, môžu byť priestupkom alebo trestným činom. V tom prípade odporúčame upovedomiť rodičov a príslušné inštitúcie, ktoré by mali dieťaťu pomôcť a ochrániť ho.

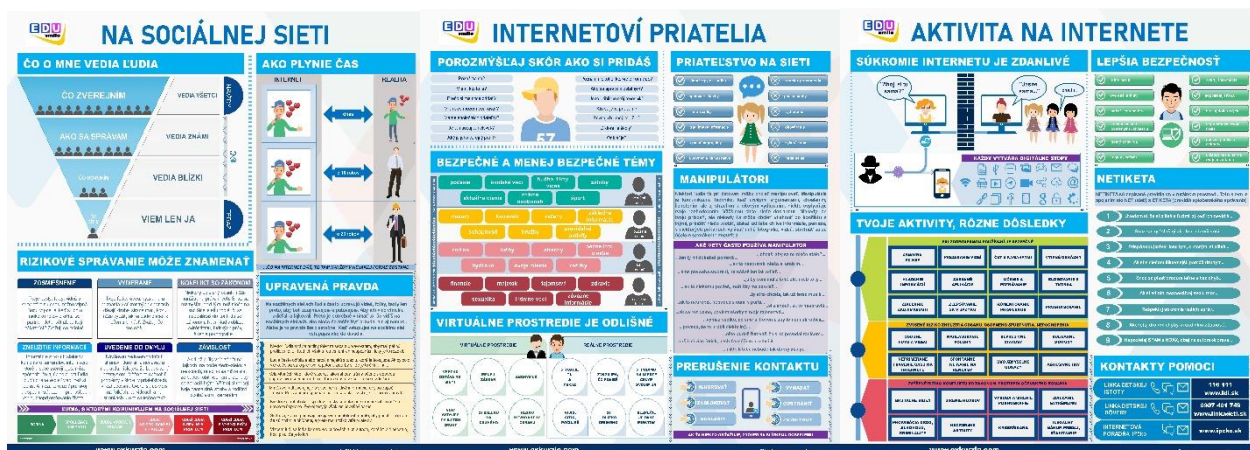
Vo fáze podozrenia na zmenu správania dieťaťa v súvislosti s možnou šikanou a kyberšikanou sa škola môže obrátiť na CPPPaP. V prípade nespolupráce rodiča a pretrvávajúceho problému na oddelenie Sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately, ktorá sídli v každom okresnom meste na Úradoch práce, sociálnych vecí a rodiny.

V prípade výskytu šikany a kyberšikany, podozrenia na zneužitie dieťaťa, prípadne na iný trestný čin alebo priestupok, je škola (riaditeľ, pedagóg, odb. zamestnanec) povinná informovať príslušné oddelenie Sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately a políciu.

Našou snahou však je pôsobiť preventívne a pokúsiť sa eliminovať potrebu zásahu – intervencie.

Peter Lengyel

Ak máte chuť aj na problematiku sociálnych sietí a života v kyberpriestore, môžete to skúsiť s našim ďalším triptychom. Nájdete ho na www.edusmile.sk



The triptych consists of three educational posters:

- Poster 1: NA SOCIÁLNEJ SIETI (On Social Networks)**
 - ČO O MNE VEDIA LUDIA (What do people know about me):** A pyramid diagram showing levels of visibility: 'VIEM LEN JA' (I know only me), 'VEDIA BLÍZKI' (Close ones know), 'VEDIA ZNAMI' (Friends know), 'VEDIA VEŠTÍ' (Everyone knows).
 - AKO PLYNIE ČAS (How time flows):** A diagram showing the flow of time from childhood to adulthood.
 - RIZIKOVÉ SPRÁVANIE MOŽE ZNAMENAT (Risky behavior can mean):** A section with icons for 'ZIMSFERINAF', 'VYPRANIE', and 'ROZKRIKÁVANIE'.
 - UPRAVENÁ PRAVDA (Edited truth):** A section explaining how photos and posts are often edited.
 - ANONIMNÉ INFORMÁCIE (Anonymous information):** A section about the risks of sharing personal information.
 - VEDIEŤE OD DŇU (Know from the day):** A section about digital footprints.
 - VEDIEŤE OD DŇU (Know from the day):** A section about digital footprints.
 - VEDIEŤE OD DŇU (Know from the day):** A section about digital footprints.
- Poster 2: INTERNETOVÍ PRIATELIA (Internet Friends)**
 - POROZMÝŠLJAJ SKŔOR AKO SI PRIDÁŠ (Think about it like you are adding):** A section about adding friends and the risks involved.
 - BEZPEČNÉ A MENEJ BEZPEČNÉ TÉMY (Safe and less safe topics):** A section with icons for 'Miesto', 'Vek', 'Miesto', 'Vek', 'Miesto', 'Vek'.
 - VIRTUÁLNE PROSTREDIE JE ODLIŠNÉ (Virtual environment is different):** A section about the differences between online and offline interactions.
 - PRIATELSTVO NA SIETI (Friendship on the network):** A section about the risks of online friendships.
 - MANIPULÁTORI (Manipulators):** A section about recognizing and avoiding manipulators.
 - PRERUŠENIE KONTAKTU (Disruption of contact):** A section about how to handle unwanted contact.
- Poster 3: AKTIVITA NA INTERNETE (Activity on the Internet)**
 - SÚKROMIE INTERNETU JE ZDANLIVÉ (Internet privacy is deceptive):** A section about how online activities are often not private.
 - LEPŠIA BEZPEČNOSŤ (Better safety):** A section with icons for 'Bezpečnosť', 'Bezpečnosť', 'Bezpečnosť', 'Bezpečnosť'.
 - NETIKETA (Netiquette):** A section with a list of 8 rules for online behavior.
 - TVOJE AKTIVITY, RÔZNE DÔSLEDKY (Your activities, different consequences):** A section about the consequences of online activities.
 - KONTAKTY POMOCI (Contacts for help):** A section with contact information for various support services.