



## ONLINE SHAMING - ONLINE ZAHANBOVANIE

### Čo je online shaming?

je použitie sociálnych médií, blogov a iných online komunikačných kanálov na útok na osobu. Zámerom je verejné zahanbenie a zosmiešnenie.

Môže mať niekoľko podôb:

- doxing - zverejňovanie citlivých informácií o obeti so zámerom vydierania za účelom finančného zisku,
- pornografia z pomsty - zverejňovanie obrázkov a videí so sexuálnym obsahom,
- body shaming – vysmievanie sa ľuďom kvôli ich vzhľadu, postave či oblečeniu.

### Ako sa chrániť?

- buď si vedomý(-á) svojich činov a správania, lebo všetko čo zverejníš, už z internetu nevymažeš,
- ak sa situácia zhoršuje, odhlás sa, nečítaj správy a zachovaj si chladnú hlavu,
- drž sa zlatého pravidla: „Správaj sa k druhým tak, ako chceš, aby sa oni správali k tebe“ ,
- vyhni sa takému správaniu na verejnosti, ktoré by si nechcel(-a) zdieľať s ostatnými.

### Čo môžem ešte urobiť?

- povedz o tom dospelému, ktorému vo svojom okolí dôveruješ,
- kontaktuj [www.ipcko.sk](http://www.ipcko.sk), [www.odpisemeti.sk](http://www.odpisemeti.sk), [www.chutzit.sk](http://www.chutzit.sk),
- anonymne volaj na bezplatné číslo 116111,
- vedz, že každá senzácia trvá len chvíľu a z pohľadu celého Tvojho života je to ťažká chvíľa, ale Ty ju zvládneš, pretože v tom nie si sám(-a)



*Shaming  
vyplýva  
z nedostatku  
empatie.  
Vypovedá  
o páchatel'ovi,  
nie o obeti.*

