



СОЦИАЛНО ОБРАЗОВАНИЕ: Правилно поведение в
социалните медии

МОДУЛ СОЦИАЛНО ОБРАЗОВАНИЕ





Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

Заглавие :	ПОВЕДЕНИЕ В СОЦИАЛНИТЕ МЕДИИ
Ключови думи :	Медийна грамотност - Критично мислене -
Изготвено от .	İncirliova Gençlik Kültür Sanat ve Gelişim Derneği
Език :	Български език
Цели :	<ul style="list-style-type: none">● Да се повишат знанията на младежките работници за значението на правилното използване на социалните медии.● Да се изрази мнение за разрушителните последици от негативното поведение онлайн.● да осигурите правилна комуникация в социалните медии.● Повишаване на знанията за политиката в областта на правата на човека в социалните медии
Резултати от обучението :	
Индекс на съдържанието :	<p>ЕДИНИЦА 1: Защо поведението в социалните медии е важно?</p> <p>1.2 Разликата между комуникацията лице в лице и социалните мрежи.</p> <p>1.3 Изграждане на общност и онлайн култура</p> <p>1.4 Цифрово гражданство</p> <p>ОБЛАСТ 2: Негативно поведение в социалните медии</p> <p>2.1 Най-използваните негативни действия онлайн</p> <p>2.2 Споделяне на дискриминационно съдържание.</p> <p>2.3 Публикуване на фалшиви новини</p> <p>2.4 Злоупотреба</p> <p>2.5 Публикуване на снимка на някого без разрешение</p> <p>ЮНИТ 3: Резултати от негативното поведение онлайн</p> <p>3.1 Въздействие на негативното онлайн поведение върху различните групи жертви</p> <p>3.2 Негативно поведение онлайн, което води до травмиране на хора от всяка възрастова група</p> <p>3.3 Разпространение на дезинформация и дезинформация</p> <p>ЕДИНИЦА 4: Начини за осигуряване на правилна комуникация в социалните медии</p> <p>4.1 Уважавайте личния живот на другите</p> <p>4.2 Да внимавате какво публикувате</p> <p>4.3. Взаимодействие със съпричастност и уважение</p> <p>4.4 Подаване на сигнали за поведение онлайн</p>



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>4.5 Публикуване на образователни материали за детската възрастова група</p> <p>4.6 Демонстриране на правилното действие като реклама в социалните медии</p> <p>4.7 Обучение и повишаване на осведомеността на децата и тийнейджърите относно социалните медии в техните училища</p> <p>ОБОСОБЕНА ЧАСТ 5: Политика в областта на правата на човека в социалните медии</p> <p>5.1 За политиката за правата на човека в социалните медии</p> <p>5.2 Основни компоненти на политиката за правата на човека в социалните медии</p> <p>5.2.1 Свобода на изразяване</p> <p>5.2.2 Поверителност и защита на данните</p> <p>5.2.3 Борба с езика на омразата и тормоза</p> <p>5.2.4 Моделиране на съдържанието</p> <p>5.2.5 Право на достъп и цифрово разделение</p> <p>5.2.6 Оценки на въздействието върху правата на човека</p> <p>5.2.7 Прозрачност и отчетност</p>
<p>Разработване на съдържание :</p>	<p>ЕДИНИЦА 1: Защо поведението в социалните медии е важно?</p> <p>1.1 Въздействие на социалните медии върху хората :</p> <p>Социалните медии влияят на хората като в реалния живот.</p> <p>Социалните медии могат да окажат значително влияние върху живота на хората, точно както и взаимодействията в реалния живот.</p> <p>Платформите на социалните медии са се превърнали в неразделна част от съвременното общество, като милиарди хора ги използват, за да се свързват, да споделят информация и да общуват с други хора. Предполага се, че социалните медии могат да повлияят на поведението на хората, на техните емоции и дори на самочувствието им. Те могат да повлияят и на психичното здраве на хората, като някои проучвания свързват прекомерната употреба на социални медии с тревожност, депресия и други психологически разстройства. Социалните медии могат да оформят нагласите и убежденията на хората, особено когато става въпрос за политически, социални и културни въпроси. Те могат също така да изложат хората на различни гледни точки и идеи, което води до по-информирани и разнообразни възгледи.</p>



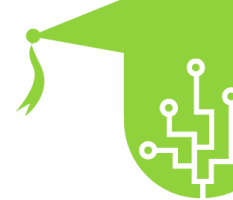
Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>Емоционално въздействие: Платформите на социалните медии се превърнаха в съществен елемент от ежедневието на хората, а взаимоотношенията и взаимодействията, които се осъществяват на тези платформи, могат да предизвикат силни емоционални реакции. Положителните взаимодействия, като например получаването на окуражаващи коментари или харесвания на публикация, могат да увеличат щастието и самочувствието. Подобно на начина, по който контактът с хора в реалния живот може да повлияе на емоциите, лошите преживявания като кибертормоз или чуването на груби коментари могат, от друга страна, да предизвикат емоции като тъга, стрес или гняв.</p> <p>Усещане за идентичност: Хората могат да развият и показват своята цифрова идентичност в социалните медии. За да привлекат вниманието към конкретни аспекти от живота си, като например постижения, връзки или хобита, хората често редактират своите профили, публикации и снимки. Поради това социалните медии могат да окажат значително влияние върху начина, по който някой възприема себе си и своята стойност. Хората могат да се чувстват неадекватни, да завиждат или да изпитват FOMO (страх от пропуснати ползи), когато сравняват живота си с предполагаемо безупречния живот на другите в социалните медии, което може да има ефект, подобен на този от социалните сравнения в реалния живот.</p> <p>Социална връзка: Платформите на социалните медии предлагат възможности за виртуална социализация, а хората имат естествена нужда от социална връзка и чувство за принадлежност. Онлайн взаимодействието с близки, приятели и общности може да осигури на човека чувство за единство, подкрепа и утвърждаване. Взаимодействията в социалните медии обаче могат да предизвикат и чувство на самота или изолация, особено когато потребителите смятат, че техните онлайн връзки са временни, или когато виждат, че други потребители участват в неща, които не са им позволени.</p> <p>1.2 Разликата между комуникацията лице в лице и социалните мрежи. Връзките в социалните медии и общуването лице в лице се различават по няколко важни аспекта. В началото комуникацията лице в лице изисква пряка, лична връзка</p>
--	---



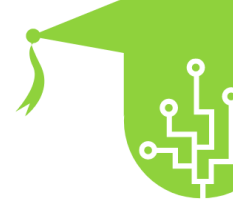
Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>между хората. Тя дава възможност за обмен на вербална и невербална информация в реално време, включително тон на гласа, език на тялото и изражения на лицето, които могат да показват емоции, намерения и подробности за смисъла. Тъй като хората могат да реагират и да откликнат на реакциите на другия незабавно, тази непосредственост създава по-дълбоко ниво на разбиране и връзка.</p> <p>Платформите на социалните медии, от друга страна, предлагат среда за технологично опосредстван диалог. Без да е необходимо физическо присъствие, те позволяват на хората да се свързват и да общуват с други хора на различни разстояния и в различно време. Основните средства за комуникация в платформите на социалните медии са писмен текст, снимки, видеоклипове и емотикони, което може да затрудни ефективното обяснение на чувствата и намеренията. Неправилните тълкувания са по-чести в резултат на липсата на невербални знаци, които са от съществено значение за разбирането на целия контекст на съобщението.</p> <p>Невербални знаци: При общуването лице в лице хората могат да възприемат невербални сигнали, като например езика на тялото, тона на гласа и изражението на лицето, които могат да осигурят допълнителен контекст и смисъл на разговора. От друга страна, в комуникацията в социалните медии често липсват тези невербални знаци, което може да направи по-трудно тълкуването на тона или намерението зад дадено съобщение.</p> <p>Време: Общуването лице в лице се осъществява в реално време, което дава възможност за незабавна обратна връзка и разяснения. Комуникацията в социалните медии може да се забави, като съобщенията се разглеждат и на тях се отговаря с часове или дори с дни.</p> <p>Аудитория: Общуването лице в лице обикновено е индивидуално или с малка група хора, което позволява по-лично и интимно взаимодействие. Комуникацията в социалните медии може да има много по-голяма аудитория, което я прави по-публична и потенциално по-малко интимна.</p> <p>Постоянство: Общуването лице в лице често е ефимерно, като разговорите се провеждат в момента и след това изчезват. От друга страна, комуникацията в социалните</p>
--	---



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>медии често е по-трайна, като съобщенията и публикациите се архивират и са достъпни за дълго време.</p> <p>Самопредставяне: При общуването лице в лице хората могат да се представят чрез външния си вид, езика на тялото и тона на гласа. Общуването в социалните медии дава възможност за самопредставяне чрез текст, снимки, видеоклипове и други медии.</p> <p>Хакване и Doxing: Получаване на неоторизиран достъп до интернет акаунти, лична информация или лични чатове на дадено лице с цел да го тормози, изнудва или разобличава.</p> <p>1.3 Изграждане на общност и онлайн култура</p> <p>Платформите на социалните медии са дом на различни групи със сходни интереси, идентичност или цели. Поведението на тези общности допринася за общата култура и климат. Положителното поведение, като например оказване на помощ на другите, предоставяне на важна информация и насърчаване на приобщаването, може да допринесе за създаването на здрава и жизнена общност. От друга страна, токсичното поведение, тролването или разпространяването на негативизъм могат да създадат враждебна среда, да отблъснат хората и да потиснат развитието на общността.</p> <p>Насърчаване на сътрудничеството и споделянето на знания: Сътрудничеството и обменът на знания между членовете на общността се насърчават от ефективното развитие на общността и положителната онлайн култура. Хората са по-склонни да споделят своите умения, мисли и опит с другите, когато се чувстват част от подкрепяща ги група. Това насърчава културата на учене, растеж и сътрудничество, което подобрява цялостното качество на взаимодействията и съдържанието в общността.</p> <p>Влияние върху индивидуалната идентичност и поведението: Онлайн културата на дадена общност в социалните медии може да повлияе на начина, по който хората възприемат себе си, и на тяхното поведение. Индивидите могат да съобразят поведението си с общите ценности, когато са част от група с общи идеали, подкрепяйки положителна самоидентификация. Освен това групите в социалните медии могат да служат като ролеви модели и примери за отлично поведение, вдъхновявайки хората да възприемат подобни практики в собствените си онлайн взаимодействия.</p>
--	--



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>Влияние на връстниците и социално обучение: Чрез влиянието на връстниците и социалното учене формирането на общността и онлайн културата влияят върху поведението в социалните медии. Когато хората виждат, че другите участват в положително поведение, може да са по-склонни да копират или да съобразят собственото си поведение с преобладаващите културни норми на общността. Положителното поведение се развива като обществена норма в резултат на социалните взаимодействия и груповата динамика.</p> <p>1.4 Цифрово гражданство</p> <p>Поведението в социалните медии е компонент на цифровото гражданство, което включва правата, задълженията и поведението на индивида в интернет. Отговорният гражданин на цифровите технологии включва етично поведение, зачитане на правата на другите и неприкосновеността на личния живот и осъзнаване на последствията от действията си онлайн. Лицата могат да допринесат за по-здравословно и конструктивно цифрово общество, като се ангажират със здравословна дейност в социалните медии.</p> <p>Критично мислене и медийна грамотност: Цифровото гражданство насърчава критичното мислене и медийната грамотност, които са необходими за разбирането на голямото количество информация, налична в платформите на социалните медии. Цифровите граждани се насърчават да оценяват автентичността и надеждността на източниците, да поставят под въпрос пристрастията и да търсят различни гледни точки. Това дава възможност на хората да вземат информирани решения и да участват в интелигентни дискусии, допринасяйки за една по-информирана и дискриминираща онлайн общност.</p> <p>Цифров отпечатък и онлайн репутация: Разбирането на своя цифров отпечатък и потенциалните дългосрочни последици от действията си онлайн са от основно значение за цифровото гражданство. Препоръчва се лицата да са наясно със своето онлайн присъствие, тъй като дейността им в социалните медии може да повлияе на тяхната онлайн репутация и да има реални последици. Цифровите граждани мислят за това как техните публикации, коментари и взаимодействия могат да повлияят на личния и професионалния им живот.</p>
--	--



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>Поверителност и сигурност: Цифровото гражданство подчертава значението на защитата на личната неприкосновеност и онлайн сигурността. Лицата се насърчават да разбират настройките за поверителност, да управляват отговорно личната си информация и да се съобразяват с потенциалните рискове, свързани със споделянето на лични данни в социалните медии. Цифровите граждани отдават приоритет на собствената си неприкосновеност на личния живот и зачитат неприкосновеността на личния живот на другите, като избягват действия, които биха могли да компрометират онлайн сигурността.</p> <p>ОБЛАСТ 2: Негативно поведение в социалните медии</p> <p>2.1 Най-използваните негативни действия онлайн</p> <p>-Предизвикване на тормоз. Тормозът може да има сериозни последици за жертвата, включително тревожност, депресия, ниско самочувствие и дори самоубийство. Той може също така да повлияе на социалните взаимоотношения, академичните постижения и цялостното им благосъстояние. За разлика от традиционния тормоз, кибертормозът може да се случва 24 часа в денонощието, 7 дни в седмицата, което затруднява жертвите да избягат и да потърсят помощ.</p> <p>-Насилие и заплахи: Изпращане на постоянни заплашителни съобщения, имейли или коментари до дадено лице, често включващи реч на омразата, ругатни или лични нападки.</p> <p>-Изключване и социална изолация: Нарочно оставяте някого извън онлайн мрежи, събития или групи или разпространявате слухове, за да го направите непопулярен сред връстниците му.</p> <p>-Дениграция и обиди: Публикуване на обидни забележки, подигравки или обидни мемета за някого в платформите на социалните медии, които се подиграват с неговия външен вид, таланти или други характеристики.</p> <p>-Агресивен език. Агресивният език в социалните медии се отнася до използването на заплашителни, унижителни или обидни думи или изрази, които имат за цел да навредят на другите или да ги сплашат. Агресивният език може да приеме много форми, включително наричане с имена, ругатни, език на омразата и кибертормоз. Използването</p>
--	---





Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>на агресивен език в социалните медии може да има няколко отрицателни последици, като например затвърждаване на културата на онлайн тормоз, насърчаване на нетолерантността и ограничаване на разнообразието от мнения и идеи, които могат да бъдат споделяни. Агресивният език може също така да доведе до емоционално разстройство, тревожност и дори депресия при тези, които са негова мишена.</p> <p>Обиди и наричане по име: Директно наричане на някого с обидно име, използване на неприемлива обида или лична атака, основана на външния вид, произхода или възгледите му.</p> <p>Заплахи и сплашване: отправяне на явни или скрити заплахи за физическо или психическо увреждане на друго лице с цел да му се причини тревога или страдание.</p> <p>Използване на асертивен и конфронтационен език: Изразяването на мисли или воденето на дебати, често пренебрегвайки или омаловажавайки противоположните гледни точки без уважително взаимодействие, е известно като агресивни твърдения и нападателни изявления.</p> <p>Прекалено много ругатни и нецензурни изрази: Използване на силен език и ругатни в прекомерна степен, за да се изрази гняв или неудовлетвореност спрямо другите.</p> <p>Подигравки и присмех: осмиване на нечии мисли, чувства или постъпки по язвителен или подигравателен начин, често с цел да се омаловажи или унижи.</p> <p>Позор за жертвата: Порицаване или обвиняване на някого за неговите преживявания или поведение, като често се посочва, че той заслужава лоши резултати или критика.</p> <p>2.2 Споделяне на дискриминационно съдържание. Дискриминационното съдържание включва реч на омразата, расистки мемове, обидни вицове и дискриминационни изображения. Споделянето на дискриминационно съдържание в социалните медии може да има сериозни последици, включително затвърждаване на стереотипи и нетолерантност, подхранване на разделение и омраза и създаване на враждебна и опасна среда за членовете на маргинализирани общности. То може да доведе и до</p>
--	---



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>правни последици, като например нарушаване на законите за борба с дискриминацията и онлайн тормоза.</p> <p>Реч на омразата: Реч на омразата е съдържание, което изразява враждебност, агресия или презрение към даден човек или група. Речта на омразата, основана на раса, етническа принадлежност, пол, религия или други характеристики, за съжаление е често срещан проблем в социалните медии.</p> <p>Стереотипи и предрасъдъци: Негативните предрасъдъци могат да се разпространяват в социалните медии чрез обобщаване на хора, принадлежащи към определена група. Това може да се случи под формата на стереотипи, основани на раса, етническа принадлежност, пол или други характеристики.</p> <p>Тролинг: Тролингът е провокативно или дискриминационно поведение в социалните медии с цел да се обиди, разгневи или предизвика дискусия. Такова съдържание може да причини емоционална или психологическа вреда на хората.</p> <p>Дискриминационен хумор: Публикациите с дискриминационен хумор също са често срещани в социалните медии. Това включва съдържание, което осмива, омаловажава или обижда въз основа на раса, етническа принадлежност, пол или други характеристики. Този т.нар. тип хумор, който е насочен към хора от почти всички сфери на живота, има сериозна тежест, която може да повлияе психологически на човешкото здраве.</p> <p>Дискурс и изрази: Дискурси и изрази, които подкрепят или насърчават дискриминацията, също могат да се разпространяват в социалните медии. Такова съдържание може да се използва за разпространяване на дискриминационни мисли или омаловажаване на целеви групи. В резултат на това засегнатите жертви могат да страдат от често срещани психични разстройства, като например социална тревожност.</p> <p>2.3 Публикуване на фалшиви новини</p> <p>Фалшивите новини могат да се проявят под различни форми, като например измислени истории, снимки с фотошоп, манипулирани видеоклипове и подвеждащи заглавия. Публикуването на фалшиви новини в социалните медии може да има сериозни последици, включително разпространение на дезинформация,</p>
--	---



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>създаване на объркване и недоверие и манипулиране на общественото мнение. То може да има и социални и политически последици, като например подхранване на конспиративни теории, насърчаване на речта на омразата и подстрекаване към насилие.</p> <p>Онлайн слухове и клюки: Разпространяване на невярна или обидна информация за някого чрез онлайн форуми, блогове или публикации в социалните медии с цел да се навреди на репутацията му или да му се причини психологическо страдание.</p> <p>Фалшива информация и клевета: Такива фалшиви публикации съдържат информация, която не отговаря на истината. Съдържание като фалшиви новини, клевети, манипулирани снимки или видеоклипове може да се разпространява, за да заблуди някого или да бъде насочено срещу него.</p> <p>Теории на конспирацията: Теориите на конспирацията са фалшиви публикации, основани на невярна информация, в които се твърди, че съществува окултна сила или враждебно намерение. Подобно съдържание често се възползва от общи опасения или страхове и може да поляризира обществото. Такива фалшиви публикации обикновено се правят срещу известни личности, бизнесмени и публични фигури.</p> <p>Кликнете върху измамата: Някои фалшиви публикации се разпространяват с цел измама с кликвания. Тя насърчава хората да кликват върху заглавия, които привличат вниманието им, и често се използва за генериране на приходи от реклами или информация за потребителите.</p> <p>Промоция на продукт или услуга: В някои случаи фалшивите публикации се разпространяват с цел популяризиране на определен продукт или услуга. Такова съдържание може да имитира реални потребителски преживявания или да подвежда потребителя чрез преувеличени твърдения.</p> <p>2.4 Злоупотреба</p> <p>Злоупотребите в социалните медии могат да имат сериозни последици. Тя може да предизвика тревожност, депресия и други проблеми с психичното здраве. Жертвите могат да изпитат чувство на безпомощност, гняв и срам, което може да окаже дългосрочно</p>
--	--



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

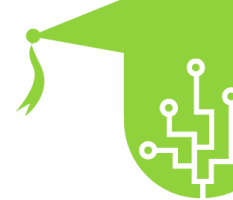
	<p>въздействие върху тяхното психическо и емоционално благополучие. Съществуват няколко вида злоупотреба в социалните медии, включително:</p> <p>Тормоз: Тормозът в социалните медии включва използването на заплашителен, обиден или оскърбителен език или поведение спрямо някого онлайн. Той може да включва нежелано внимание или настойчиво изпращане на съобщения.</p> <p>Реч на омразата: Реч на омразата е всяка форма на изказване, която насърчава или подбужда към омраза, дискриминация или насилие срещу отделни лица или групи въз основа на тяхната раса, етническа принадлежност, пол, религия, сексуална ориентация или друга характеристика.</p> <p>Тролинг: Троленето е практика на публикуване на провокативни или подстрекателски съобщения онлайн с цел предизвикване на реакция или нарушаване на разговора или общността.</p> <p>Киберпреследване: Постоянно следене или проследяване на някого онлайн, често в няколко платформи, което може да включва изпращане на заплашителни или прекомерни съобщения или нежелани намеци.</p> <p>2.5 Публикуване на снимка на някого без разрешение Публикуването на снимка на някого без негово разрешение е нарушение на личния му живот. Това може да доведе до чувство на дискомфорт, срам и загуба на контрол върху личния им образ. То може да навреди на репутацията им както в личен, така и в професионален план. Снимката може да не отразява най-добрия образ на лицето, както и да бъде извадена от контекста или манипулирана, за да го представи в негативна светлина. В зависимост от обстоятелствата публикуването на снимка на някого без негово разрешение може да е незаконно. Това може да се счита за нарушение на личния живот и жертвата може да има правно основание да съди лицето, публикувало снимката, за обезщетение. Ако снимката е публикувана със злонамерени намерения, това може да се счита за форма на кибертормоз. Жертвата може да бъде обект на тормоз или злоупотреба онлайн, което може да доведе до емоционално разстройство, тревожност и дори депресия. Публикуването на снимка на някого без негово разрешение също може да породи опасения за безопасността, особено ако снимката</p>
--	---



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

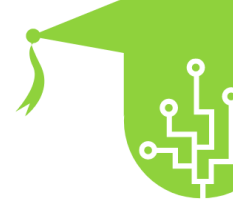
	<p>разкрива лична информация, като например местонахождение, домашен или служебен адрес.</p> <p>Публично опозоряване: Споделяне на неудобни или компрометиращи снимки, видеоклипове или лична информация за някого без негово съгласие с цел да го унижи или осмее.</p> <p>Порно за отмъщение: споделяне на явни или интимни снимки или видеоклипове на някого без негово съгласие, често след прекратяване на връзката, с цел унижение, срам или отмъщение.</p> <p>Тайно направени снимки: Споделянето на тайно направени снимки без нечие съгласие също е нарушение на правата на човека. Например неразрешеното разпространение на снимки, които нарушават неприкосновеността на личното пространство на дрехите на дадено лице, може да бъде пример за такова поведение.</p> <p>Нарушение на стопанската дейност: Споделянето на снимки на служители или клиенти по време на работа без разрешение също е вид нарушение чрез споделяне. Това може да доведе до нарушаване на неприкосновеността на личния живот и проблеми със сигурността в частна или търговска среда.</p> <p>Подобно споделяне на изображения може да засегне репутацията, личния живот и емоционалното здраве на човека. То може да има и правни последици и е важно жертвите да съобщават за такива ситуации и да търсят правни действия. Неразрешеното споделяне на изображения е престъпление, при което се нарушава неприкосновеността на личния живот и се разпространява лично съдържание без съгласието на лицето, и е неприемливо поведение в обществото.</p> <p>ЮНИТ 3: Резултати от негативното поведение онлайн</p> <p>3.1 Въздействие на негативното онлайн поведение върху различните групи жертви</p> <p>Лица: Негативното онлайн поведение може да засегне отделни лица, включително възрастни и деца, които могат да станат обект на кибертормоз, тормоз или други форми на злоупотреба. То може да доведе до емоционален стрес, тревожност, депресия и дори до самоубийство в крайни случаи.</p>
--	---





Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>Предприятия и организации: Негативното онлайн поведение може да засегне и бизнеса и организациите, ако те са обект на фалшиви отзиви, тормоз или други форми на злоупотреба. Това може да доведе до увреждане на репутацията и до финансови щети.</p> <p>Жени: Негативно поведение като дискриминация, насилие, основано на пола, или тормоз в социалните медии може да засегне жените. Този тип поведение може да накара жените да се чувстват несигурни, обект на посегателство или презирани. В допълнение към негативното поведение, срещано в ежедневието, обидите, критиките, ругатните и тормозът срещу женския пол са с по-висок процент в социалните медии. Тази ситуация изтощава психически и духовно жените потребители на социалните медии и им влияе негативно.</p> <p>Малцинствени групи: Дискриминационното или изпълнено с омраза поведение в социалните медии, основано на различия като раса, етническа принадлежност, ЛГБТК+ лица, религиозни убеждения или сексуална ориентация, може да има отрицателно въздействие върху малцинствените групи. Тези групи могат да се сблъскат с унижения, заплахи или нападки и да изпитат чувство на изключване в социалните медии. Малцинствените сегменти, които са изложени на негативни реакции и поведение в ежедневието, се чувстват по-самотни и безпомощни при въздействието на социалните медии. Тази ситуация се отразява негативно на тяхната психология и ежедневието.</p> <p>Знаменитости: Нападенията или убийствата на репутацията в социалните медии не само засягат репутацията на известните личности, но могат да застрашат и живота им и да повлияят негативно на психическото и умственото им здраве. Фалшивата информация или обидните коментари, разпространявани в социалните медии, могат да навредят на кариерата или бизнеса на дадено лице.</p> <p>3.2 Негативно поведение онлайн, което води до травмиране на хора от всяка възрастова група</p> <p>Негативното поведение онлайн може да има различно въздействие върху хората от различните възрастови групи. Децата и тийнейджърите, които се сблъскват с негативно онлайн поведение, като например кибертормоз, могат да страдат от тревожност, депресия и</p>
--	---



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>понижено самочувствие. То може да се отрази и на академичните им постижения и да доведе до избягване на училище. В крайни случаи може да доведе до мисли или действия, свързани със самоубийство.</p> <p>Деца Негативното поведение в социалните медии може да накара децата да се чувстват безполезни или неадекватни. Саркастичните или обидни коментари в социалните медии подкопават самочувствието на децата и могат да понижат самооценката им. Някои негативни ситуации могат да доведат до стрес, тревожност, депресия и други проблеми с психичното здраве при децата. Тормозът, заплахите или агресията в социалните медии могат да нарушат емоционалното равновесие на децата и да причинят психологически травми.</p> <p>Децата, изложени на агресия или тормоз в социалните медии, може да поискат да се изолират от детските социални кръгове, да стоят далеч от други деца или да ограничат социалните си контакти. Техните деца могат да бъдат подложени на цифрово насилие. Лошото поведение, като заплахи, обиди или манипулация, може да застраши и психологически да повлияе на онлайн безопасността на децата. Лошото поведение в социалните медии може да се отрази негативно на концентрацията и академичните постижения на децата. Децата, които постоянно са изложени на онлайн атаки, могат да бъдат разсеяни и да изпитват затруднения да се концентрират върху работата си в училище.</p> <p>Тийнейджъри Саркастичните или обидни коментари в социалните медии могат да предизвикат емоционални проблеми при тийнейджърите, като стрес, тревожност, депресия и ниско самочувствие. По-специално младите хора може да са по-чувствителни към негативните отзиви в социалните медии, което може да окаже отрицателно въздействие върху настроението и самочувствието им. Това може да отслаби социалните връзки на младите хора и да доведе до социална изолация.</p> <p>Лошото отношение в социалните медии може да повлияе отрицателно на самочувствието и самооценката на младите хора. Младите хора, които постоянно са критикувани или обиждани, могат да загубят самочувствието си. Екстремното малтретиране, тормозът или кибертормозът могат да доведат до мисли за</p>
--	--





Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>самоубийство или опити за самоубийство при някои тийнейджъри. Подобни ситуации могат да накарат младите хора да достигнат до психологически трудна точка и да доведат до сериозни последици. Тийнейджърите, изложени на онлайн атаки, може да имат затруднения да се концентрират върху уроците и да пострадат техните образователни резултати.</p> <p>Възрастни</p> <p>Възрастните, които се сблъскват с негативно поведение в интернет, могат да изпитат подобни ефекти като децата и тийнейджърите. Въпреки това те могат да претърпят и финансови вреди, ако репутацията им е накърнена, което може да повлияе на способността им да си осигурят работа или други възможности.</p> <p>Поведенията, които се срещат в социалните медии, могат да предизвикат емоционален стрес и дискомфорт у възрастните. Поведения като обиди, агресия или унижение могат да окажат отрицателно въздействие върху емоционалната стабилност и благосъстоянието на възрастните. Неправилното поведение в социалните медии може да има отрицателно въздействие върху самочувствието на възрастните. Непрекъснатото критикуване или нападане може да подкопае самочувствието на човек.</p> <p>Негативните събития в социалните медии могат да окажат отрицателно въздействие върху комуникационните умения на възрастните. Възрастните, изложени на негативна обратна връзка или агресия, могат да избягват комуникацията или да загубят увереност. Това от своя страна може да се отрази на социалните взаимоотношения. Справянето с негативни ситуации в социалните медии може да отнеме от времето и енергията на възрастните. Реагирането на негативно поведение, участието в дискусии или наблюдаването на събития може да накара човек да се чувства уморен и неспокоен.</p> <p>Възрастните, които се сблъскват с негативно поведение онлайн, могат да изпитат стрес и тревога, особено ако негативното поведение се случва на работното място или засяга репутацията им. То може да се отрази и на личните им взаимоотношения и да доведе до социална изолация. Възрастните хора, които се сблъскват с негативно онлайн поведение, могат да бъдат особено уязвими към финансови вреди, тъй като могат да станат обект на измами или измамници. То може да повлияе и на психическото и физическото им здраве, особено ако вече имат здравословни проблеми, свързани с възрастта.</p>
--	---





Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>3.3 Разпространение на дезинформация и дезинформация</p> <p>Негативните онлайн дейности, като например умишленото разпространение на дезинформация и дезинформация, могат да имат сериозни обществени последици. Невярната или подвеждаща информация може да предизвика объркване, манипулация и загуба на доверие в правителството, професионалистите и медиите. Тя има потенциала да повлияе на общественото мнение и вземането на решения, както и да допринесе за реални резултати, като например разпространяване на конспиративни теории и подкопаване на демократичните процеси.</p> <p>Увреждане на доверието и надеждността: Когато подвеждащата информация се споделя активно онлайн, това подкопава доверието в онлайн източниците и платформите. Потребителите могат да станат недоверчиви към информацията, с която се сблъскват, което води до обща липса на доверие в онлайн съдържанието. Това намалява доверието в легитимните източници и затруднява разграничаването на истинската информация от лъжливата.</p> <p>Вреда за индивидите и общностите: Дезинформацията и дезинформацията могат да навредят на отделни лица и групи по различни начини. Невярната информация може да доведе до финансови загуби, лични страдания или пропуснати шансове, като дезинформира хората за рисковете, леченията или възможностите, също така спомага за заклеймяването на определени групи или лица въз основа на неверни разкази, насърчавайки дискриминацията и предразсъдъците.</p> <p>Рискове за общественото здраве: Дезинформацията и измамата по въпроси, свързани със здравето, могат да имат сериозни последици за общественото здраве. Неверните твърдения за лечение, излекуване или превантивни стратегии могат да подведат хората и да ги откажат от получаване на необходимите медицински грижи. Това може да доведе до разпространяване на болести, по-висока заболяемост и смъртност, както и до възпрепятстване на инициативата за обществено здраве.</p> <p>ЕДИНИЦА 4: Начини за осигуряване на правилна комуникация в социалните медии</p>
--	--





Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>4.1 Уважавайте личния живот на другите Важно е да получите разрешение, преди да споделяте лична информация. Преди да споделите лична информация, като например снимки или данни за контакт, получите разрешение от съответното лице. Това е особено важно, ако информацията е чувствителна или лична. Когато отбелязвате хора в публикации или снимки, имайте предвид техните настройки и предпочитания за поверителност. Някои хора може да не искат да бъдат отбелязвани в публикации, а други може да искат да бъдат отбелязвани само в определен контекст. Избягвайте да споделяте поверителна информация, като например медицинска или финансова информация, без изричното разрешение на въпросното лице. Тази информация често е чувствителна и трябва да се споделя само при необходимост да се знае. Ако някой е изразил желание да запази определена информация в тайна, уважавайте неговите граници и не споделяйте информацията без негово разрешение. Избягвайте да споделяте информация за местоположението, особено ако тя разкрива чувствителна или лична информация за местонахождението на някого. Тази информация може да бъде използвана за проследяване или нанасяне на вреда на лица.</p> <p>4.2 Да внимавате какво публикувате Преди да публикувате каквото и да било онлайн, помислете за потенциалното въздействие на публикацията си. Запитайте се дали тя може да бъде обидна или нахърняваща за другите, дали може да бъде изтълкувана погрешно или извадена от контекста. Избягвайте да споделяте лична информация, като например адреса или телефонния си номер, в социалните мрежи. Тази информация може да бъде използвана от други хора, за да ви навредят или да ви експлоатират. Бъдете предпазливи при споделянето на чувствителна информация, като например медицинска или финансова информация, в социалните медии. Тази информация често е лична и трябва да бъде споделяна само при необходимост да се знае. Използвайте настройките за поверителност, за да контролирате кой може да вижда вашите публикации и информация в социалните медии. Това може да ви помогне да контролирате онлайн репутацията си и да защитите личните си данни. Избягвайте да участвате в кибертормоз или онлайн тормоз, тъй като това може да навреди на другите и да увреди собствената ви репутация.</p>
--	--



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>4.3. Взаимодействие със съпричастност и уважение Използвайте език, който е уважителен и внимателен към другите. Избягвайте да използвате обиден или унизителен език и имайте предвид как думите ви могат да бъдат възприети от другите.</p> <p>Вслушвайте се в мнението на другите и се опитайте да разберете тяхната гледна точка. Избягвайте да прекъсвате или отхвърляте другите и задавайте въпроси, за да изясните евентуални недоразумения. Избягвайте да правите предположения за другите въз основа на техните профили или публикации в социалните мрежи. Вместо това се стремете да ги разберете като личности с уникален опит и гледни точки. Предлагайте подкрепа и насърчение на другите, особено на тези, които може да изпитват затруднения или да преминават през труден период. Това може да помогне за създаване на чувство за общност и подкрепа в социалните медии. Поемете отговорност за действията си в социалните медии и се извинете, ако допуснете грешка или неволно причините вреда на другите. Това може да помогне за изграждането на доверие и уважение в онлайн общностите.</p> <p>4.4 Подаване на сигнали за поведение онлайн Съобщаването за проблемно поведение онлайн може да помогне да защитите себе си и другите от вреди, като кибертормоз, онлайн тормоз или онлайн злоупотреба. То може да помогне да се потърси отговорност от хората за техните действия. Това може да възпре по-нататъшно вредно поведение и да създаде по-безопасна онлайн среда. То може също така да насърчи положителното поведение, като покаже, че вредното поведение няма да бъде толерирано и че онлайн общностите ценят уважителното и приобщаващо поведение. Съобщаването на тревожно онлайн поведение може да позволи намесата на властите, като например правоприлагащите органи или специалистите по психично здраве, когато това е необходимо. То може да допринесе за по-безопасна онлайн среда, като повиши осведомеността за вредното поведение и насърчи положителното поведение. Като цяло то е важна стъпка в създаването на по-безопасна и по-позитивна онлайн среда. Важно е да бъдете бдителни и да съобщавате за всяко тревожно поведение на съответните органи или платформи, за да предотвратите вредата и да насърчите положителното поведение.</p> <p>Съхраняването на доказателства за негативното поведение онлайн осигурява доказателство за случилото</p>
--	--



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

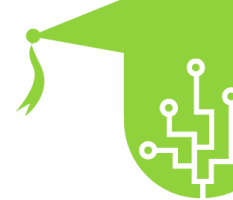
	<p>се, което може да бъде полезно в случаите, когато са необходими правни действия или намеса. Те могат да бъдат полезни при докладване на онлайн платформи или органи, тъй като предоставят конкретни подробности и примери за поведението. То помага да се покажат моделите на поведение, което може да бъде полезно при идентифицирането и решаването на проблеми. Съхраняването на доказателства за негативно онлайн поведение може да ви помогне да се защитите, като докажете, че поведението се е случило, и предоставите доказателства в случай на бъдещи вреди или правни действия. То може да се използва за обучение и превенция чрез повишаване на осведомеността за видовете вредно поведение, които се срещат онлайн, и за начините за справяне с тях. То е важна стъпка в борбата с вредното поведение онлайн и в предотвратяването му. Важно е да се водят подробни записи за всяко обезпокоително поведение и да се докладва на съответните органи или платформи, когато е необходимо.</p> <p>4.5 Публикуване на образователни материали за детската възрастова група</p> <p>Публикуването на образователни материали в социалните медии за положително поведение онлайн е чудесен начин за насърчаване на здравословното онлайн взаимодействие на децата. Като предоставяме на децата информация за положителното онлайн поведение, можем да им помогнем да разберат как да взаимодействат с другите онлайн по безопасен, уважителен и отговорен начин. Някои образователни материали, които могат да бъдат публикувани в социалните медии за деца относно положителното онлайн поведение, включват</p> <p>Насоки за уважителна онлайн комуникация: Тези насоки могат да включват съвети за уважително и любезно отношение към другите онлайн, като например избягване на обидни коментари.</p> <p>Стратегии за превенция на кибертормоза: Тези стратегии биха могли да помогнат на децата да разберат как да разпознават и да реагират на кибертормоза, като например да говорят с възрастен, на когото имат доверие, или да докладват за поведението в онлайн платформа.</p> <p>Съвети за поверителност и сигурност: Тези съвети могат да включват информация за защита на личната информация онлайн, като например никога да не споделяте пароли или лични данни с непознати.</p> <p>Положителни примери за поведение онлайн: Публикуването на положителни примери за онлайн поведение може да помогне на децата да разберат как</p>
--	--



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

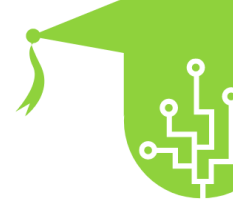
	<p>изглеждат уважителните и положителни взаимодействия и да ги насърчи да подражават на тези поведения.</p> <p>Ресурси за онлайн безопасност: Публикуването на връзки към ресурси за онлайн безопасност за деца и родители може да помогне за предоставянето на допълнителна информация и подкрепа за положително поведение онлайн.</p> <p>4.6 Демонстриране на правилното действие като реклама в социалните медии</p> <p>Демонстрирането на положителни действия в публична реклама може да окаже значително влияние върху формирането на възприятията и нагласите на хората към социалните медии. Можем да насърчим хората да използват социалните медии по по-конструктивен и полезен начин. Позитивните реклами могат да послужат като мощен инструмент за противодействие на негативните послания, които често доминират в медийния пейзаж. Те могат да вдъхновят хората да предприемат действия и да окажат положително въздействие върху собствения си живот и общности. Като показваме положителни примери за лица или организации, които използват социалните медии, за да насърчават добротата, щедростта или положителната промяна, можем да мотивираме другите да направят същото. Позитивните реклами могат също така да създадат усещане за общност и единство, напомняйки на хората, че са част от нещо по-голямо и че действията им могат да имат значение. Като подчертаваме положителното въздействие, което социалните медии могат да имат, можем да покажем, че социалните медии не са само платформа за разпространение на негативизъм или вредно поведение. Вместо това те могат да бъдат мощен инструмент за свързване на хората, насърчаване на положителна промяна и промяна на света.</p> <p>4.7 Обучение и повишаване на осведомеността на децата и тийнейджърите относно социалните медии в техните училища</p> <p>Изключително важно е да предпазваме децата от лошо поведение в социалните мрежи. Родителите и възрастните трябва да наблюдават онлайн взаимодействията на децата, да осигурят безопасна цифрова среда и да обучават децата на цифрово гражданство и онлайн безопасност, както и да повишават осведомеността им за социалните медии. В днешната</p>
--	--





Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>цифрова епоха социалните медии са неразделна част от нашето ежедневие. С нарастващото използване на платформите на социалните медии е важно да се образуват децата и тийнейджърите за отговорното използване на социалните медии. Училищата играят решаваща роля в осигуряването на това образование, тъй като децата и тийнейджърите прекарват значителна част от времето си в училище и със своите връстници.</p> <p>Образованието за социалните медии може да помогне на децата и тийнейджърите да разберат потенциалните рискове и последиците от поведението си онлайн. То може да им помогне да разпознават и да реагират на онлайн тормоз, кибертормоз и други негативни прояви. Децата и тийнейджърите могат също така да научат как да защитават личната си информация и да избягват онлайн хищници.</p> <p>Образованието за социалните медии може да помогне на децата и тийнейджърите да развият уменията, необходими за ефективна навигация в платформите на социалните медии. Те могат да се научат как да използват настройките за поверителност, да разпознават фалшиви новини и да оценяват надеждността на онлайн източниците. Като ги научат на тези умения, те могат да станат по-информирани и отговорни потребители на социалните медии. Това може да помогне на децата и тийнейджърите да развият здравословни онлайн навици. Те могат да се научат как да балансират своите онлайн и офлайн дейности, да определят подходящи времеви граници за използване на социалните медии и да идентифицират кога използването на социалните медии става проблематично или вредно.</p> <p>В резултат на това образованието за социалните медии може да помогне на децата и тийнейджърите да разберат положителните аспекти на социалните медии. Те могат да научат как социалните медии могат да се използват за насърчаване на положителна промяна, да се свързват с други хора и да споделят идеи и опит.</p> <p>ОБОСОБЕНА ЧАСТ 5: Политика в областта на правата на човека в социалните медии</p> <p>5.1 За политиката за правата на човека в социалните медии</p> <p>Политиката за правата на човека в социалните медии е набор от стандарти, норми и принципи, които регулират защитата и насърчаването на правата на човека в онлайн платформите и мрежите на социалните медии. Въпросите, свързани с правата на човека, свободата на изразяване, неприкосновеността на личния живот и</p>
--	---



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>дискриминацията, се развиват с превръщането на платформите на социалните медии във фундаментални аспекти на глобалната комуникация и обществения разговор.</p> <p>Спазването на политиката в областта на правата на човека в социалните медии е от решаващо значение, за да се гарантира, че онлайн взаимодействията са уважителни, справедливи и приобщаващи. Платформите на социалните медии оказват значително влияние върху формирането на общественото мнение и улесняването на онлайн комуникацията, поради което е от съществено значение те да спазват принципите на правата на човека. Това е важно, защото защитава човешкото достойнство, насърчава социалната справедливост, насърчава многообразието и приобщаването, предотвратява дискриминацията и утвърждава върховенството на закона. То гарантира, че онлайн общностите са безопасни и приобщаващи за всички лица, независимо от тяхната раса, етническа принадлежност, пол, сексуална ориентация, религия или други характеристики. Като популяризираме принципите на правата на човека в социалните медии, можем да създадем положителна онлайн среда, която насърчава откритата комуникация, свободното изразяване и взаимното уважение, като в крайна сметка допринася за едно по-справедливо и равноправно общество.</p> <p>Всеки сайт, платформа на социална медия и всички други публикации, свързани с интернет, имат свои собствени политики за правата на човека, както и валидни права. Тези права са важни за надеждността на потребителите. Неговата основна цел е да бъде първият източник на информация за решаване на проблемите на жертвите.</p> <p>Вижда се, че повечето нарушения на личните права чрез социалните медии са насочени към честта и достойнството. Такива атаки могат да бъдат извършени с цел унижение, злепоставяне, поставяне на лицето в смешна или трудна ситуация или създаване на враждебна среда за лицето. Съдът определя действия като обида на лицето, унижение, излагане на враждебност от страна на други лица, унижение, разпространяване на неверни слухове за лицето, накърняване на професионалната и търговската му репутация и клевета като нарушения на личните права на чест и достойнство.</p> <p>Човек, който е станал жертва на насилие в социалните медии, трябва да се обърне директно към Комисията по правата на човека. Първата стъпка е да разполагате с точна и надеждна информация за събитието. Трябва да се направи опит да се разбере проблемът, като се проучат</p>
--	--



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>подробности, като например мястото, където се е случил инцидентът, кой е бил засегнат и естеството на нарушенията на правата на човека. Правата на човека са съвкупност от стандарти, защитени от националното и международното право. Чрез проучване на съответната правна рамка, договори и законодателство следва да се оцени съответствието на събитието с тези стандарти. Важно е да се познаят основните принципи на правата на човека, за да се разпознават нарушенията на правата на човека.</p> <p>5.2 Основни компоненти на политиката за правата на човека в социалните медии</p> <p>5.2.1 Свобода на изразяване Както е включено в международното законодателство за правата на човека, платформите на социалните медии трябва да зачитат и поддържат правото на свободно изразяване. Част от това е да се позволи на хората да изразяват своите мнения, мисли и идеи, стига да не насърчават насилието и да не се поддават на реч на омразата.</p> <p>5.2.2 Поверителност и защита на данните Поверителността на потребителите трябва да се запази и личната информация трябва да се управлява по сигурен начин. Сайтовете на социалните медии трябва да бъдат открити по отношение на процедурите си за събиране на данни и да предприемат стъпки, за да гарантират, че данните на потребителите не се използват неправомерно или не се споделят без съгласие.</p> <p>5.2.3 Борба с езика на омразата и тормоза Задължение на социалните мрежи е да се борят с речта на омразата, тормоза и онлайн злоупотребите. Те трябва да имат ясни политики срещу подобно поведение и да предприемат подходящи мерки за предотвратяване и справяне с тормоза, тормоза и дискриминацията.</p> <p>5.2.4 Моделиране на съдържанието В социалните мрежи често се прилагат политики за моделиране на съдържанието, за да се ограничи видът на съдържанието, което може да се изпраща. Тези политики трябва да бъдат ясни, прозрачни и последователно прилагани. Модерацията трябва да се основава на обективни критерии и изборът трябва да се прави без пристрастия или дискриминация.</p>
--	--



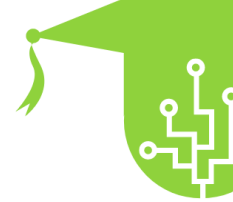
Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>5.2.5 Право на достъп и цифрово разделение Платформите за социални медии трябва да работят за преодоляване на цифровото разделение и да гарантират, че всички хора, независимо от социално-икономическото равнище или географското местоположение, имат достъп до техните услуги. Следва да се положат усилия социалните медии да станат достъпни за общности в неравностойно положение и за хора с увреждания.</p> <p>5.2.6 Оценки на въздействието върху правата на човека Фирмите, работещи в областта на социалните медии, следва да извършват редовни оценки на въздействието върху правата на човека, за да оценят потенциалните последици от своите политики и практики върху правата на човека. Това включва проучване на въздействието върху свободата на изразяване, неприкосновеността на личния живот и общностите в неравностойно положение.</p> <p>5.2.7 Прозрачност и отчетност Платформите за социални медии трябва да бъдат прозрачни по отношение на своите политики, практики и процеси на вземане на решения. Те следва да предоставят на потребителите ясни механизми за докладване на нарушения и да носят отговорност за действията си.</p>
<p>Терминология :</p>	<p>КРИТИЧНО МИСЛЕНЕ : Критичното мислене е анализ на наличните факти, доказателства, наблюдения и аргументи с цел формиране на преценка чрез прилагане на рационален, скептичен и безпристрастен анализ и оценка. Практикуването на критично мислене включва навици на мислене, които са самонасочени, самодисциплинирани, самонаблюдаващи се и самокоригиращи се, така че критично мислещият е човек, който практикува умения за критично мислене или е образован и обучен в своята дисциплина.</p> <p>ОНЛАЙН КУЛТУРА : ОНЛАЙН културата е полуподземна култура, развита и поддържана предимно сред често и активно използващите интернет (нетизени или цифрови граждани), които общуват помежду си онлайн като членове на онлайн общности; т.е. култура, чието влияние се опосредства от "компютърните екрани" и информационните комуникационни технологии, особено интернет.</p>



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници

	<p>ДИГИТАЛНО ГРАЖДАНСТВО : Терминът "дигитален гражданин" се използва в различни смисли. Цифрово гражданство: Според "Интернет, общество и участие" цифровите граждани са "тези, които използват Интернет редовно и ефективно". В този смисъл цифровият гражданин е човек, който използва информационните технологии (ИТ), за да се ангажира с обществото, политиката и управлението.</p> <p>ЦИФРОВА СЛЕДА : Всеки път, когато използвате интернет, оставяте след себе си следа от информация, известна като вашата цифрова следа. Цифровият отпечатък се увеличава по много начини - например чрез публикуване в социалните мрежи, абониране за бюлетин, оставяне на онлайн коментар или пазаруване онлайн.</p> <p>ЕМПАТИЯ : Емпатията е способността да разбирате емоционално какво чувстват другите хора, да виждате нещата от тяхната гледна точка и да си представяте себе си на тяхно място. По същество това означава да се поставите на мястото на някой друг и да почувствате това, което той изпитва.</p>
Библиография :	<p>https://brilliantio.com/how-social-media-impact-our-life/</p> <p>https://www.helpguide.org/articles/mental-health/social-media-and-mental-health.htm</p> <p>https://socialmediavictims.org/effects-of-social-media/</p> <p>https://www.makeuseof.com/tag/negative-effects-social-media/</p> <p>https://www.lifehack.org/articles/technology/you-should-aware-these-10-effects-social-media-you.html</p> <p>https://www.kaspersky.com/resource-center/preemptive-safety/cyberbullying-effects</p> <p>https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4126576/</p> <p>https://www.news-medical.net/health/The-Impact-of-Cyberbullying-on-Mental-Health.aspx</p>
Ресурси (видеоклипове, референтна връзка)	<p>https://www.youtube.com/watch?v=Czg_9C7gw0o</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=yfZN4_gP5kQ</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=8fQdzVbQlaU</p>



Компетенции за Медийна Грамотност за Младежки Работници