

# Zabezpieczanie dowodów cyberprzemocy

## Kurs: Cyberprzemoc

### Dowodami cyberprzemocy mogą być:

- e-maile,
- SMS-y i MMS-y,
- wiadomości nagrane na pocztę głosową,
- nagrania filmowe, zdjęcia, grafiki,
- wpisy na stronach internetowych,
- screeny materiałów zamieszczonych na portalach społecznościowych, stronach internetowych,
- komentarze w serwisach społecznościowych, na blogach itp.,
- treści rozmów prowadzonych w komunikatorach.

### Jak możesz zarejestrować dowody cyberprzemocy?

Zabezpieczając dowody cyberprzemocy pamiętaj, aby zanotować datę i czas otrzymania materiału, treść wiadomości oraz dane nadawcy (nazwę użytkownika, adres e-mail, numer telefonu komórkowego itp.) lub adres strony www, na której pojawiły się szkodliwe treści. Zapisane pliki zachowaj na dysku komputera (lub poradź swojemu uczniowi, aby tak zrobił). Nie dokonuj żadnych zmian w skopiowanym tekście. Zapisz i zachowaj link do strony, na której te treści się znalazły. Niekiedy konieczne jest szybkie usunięcie z internetu krzywdzących kogoś materiałów, szczególnie gdy zostały one upublicznione i dostęp do nich ma wiele osób (np. na forum klasowym, na stronie internetowej). Zanim to zrobisz, bądź poprosisz o to administratora serwisu, zawsze najpierw zabezpiecz opublikowane treści jako dowód.

- **Wiadomości w telefonie komórkowym**  
Nie kasuj wiadomości SMS i MMS, historii połączeń. Wszystkie wiadomości, zarówno tekstowe, jak i nagrane na pocztę głosową, zapisz w pamięci urządzenia.
- **Komunikatory**  
Niektóre serwisy pozwalają na zapisywanie rozmów. W takim przypadku warto, korzystając z nich, włączyć opcję automatycznego zapisu. Umożliwi to prześledzenie wszystkich aktywności użytkowników i dotarcie do zapisów rozmów.  
Możesz również skopiować treść rozmowy, która była prowadzona za pomocą komunikatora. Jeśli korzystasz z komputera, skopiuj rozmowę i wklej jej treść do edytora tekstu (np. Word), a następnie zapisz dokument na dysku komputera. Jeśli jest taka potrzeba, wydrukuj dokument. Pamiętaj, aby zanotować datę i czas rozmowy.  
Treść rozmowy możesz także zapisać wykonując zrzut ekranu, na którym rozmowa jest widoczna. Wskazówki, jak go wykonać na różnych urządzeniach znajdziesz w punkcie **Screeny (zrzuty) ekranów**.
- **Poczta e-mail**  
Nie kasuj wiadomości ze swojej poczty. Wydrukuj wiadomość lub prześlij ją do osoby, która zajmuje się ustaleniem okoliczności zajścia. Zapisz wiadomość na dysku swojego komputera tak, aby oprócz tekstu wiadomości widoczne były wszystkie dane (adres nadawcy, data itp.). Zachowanie całości wiadomości, a nie tylko samego tekstu jest bardziej pomocne, ponieważ zawiera informacje o jej pochodzeniu.
- **Screeny (zrzuty) ekranów**  
Aby zachować kopię materiału, który widzisz na stronie internetowej lub na portalu społecznościowym, możesz wykonać tzw. screen (zrzut) ekranu. Screen to zapis aktualnego obrazu wyświetlanego na monitorze, najczęściej w postaci pliku graficznego.

# Zabezpieczanie dowodów cyberprzemocy

## Kurs: Cyberprzemoc

### Wykonanie zrzutu ekranu na komputerze

Aby zachować kopię materiału, który widzisz na ekranie komputera z systemem Windows, wykonaj zrzut z ekranu (w zależności od klawiatury: naciśnij klawisz Print Screen, wciśnij jednocześnie klawisze *Ctrl* i *Print Screen* lub klawisz funkcyjny *Fn* i *Print Screen*), a następnie wykonaj operację „Wklej” w dokumencie (edytorze tekstu np. Word) i zapisz dokument na dysku komputera. Możesz też wydrukować tak zapisaną stronę.

Niektóre przeglądarki posiadają opcję „Wykonaj zrzut ekranu” pozwalającą zapisać kopię strony w postaci obrazu (znajdziesz ją klikając prawym przyciskiem myszy na ekranie). Zapisz obraz na dysku komputera.

Przy wykonywaniu zrzutu zwróć uwagę, by obejmował całe okno witryny z paskiem tytułowym i znajdującym się na nim adresem strony. Zanotuj dokładną godzinę wykonania wydruku bądź zrzutu ekranu. Zapisz link do strony, na której znajdują się treści.

### Wykonanie zrzutu ekranu w smartfonie z systemem Android

Aby wykonać screen, naciśnij jednocześnie dolny przycisk regulacji głośności oraz przycisk zasilania. Przytrzymaj przyciski przez około 2 sekundy (aż usłyszysz dźwięk migawki).

Wykonany w ten sposób screen zostanie automatycznie zapisany w Galerii telefonu.

W przypadku telefonów posiadających fizyczny przycisk Home (znajduje się na przedniej dolnej części urządzenia), wciśnij jednocześnie: Home oraz przycisk blokady i przytrzymaj przez około 2 sekundy aż usłyszysz dźwięk migawki.

### Wykonanie zrzutu ekranu w smartfonie z systemem iOS

Aby wykonać screen, przytrzymaj jednocześnie przycisk Home i przycisk zasilania. Zawartość ekranu zostanie automatycznie zapisana w folderze Rolka z aparatu w aplikacji Zdjęcia.

Więcej informacji o tym, jak zrobić zrzut ekranu lub nagrać zawartość ekranu na różnych urządzeniach znajdziesz na stronie [Centrum pomocy Facebooka](#).