

## КИБЕРБУЛЛИНГ

Как защитить своего ребенка?

Кибербуллинг – это оскорбления, угрозы, клевета, шантаж и компромат, которые адресуются человеку через личные или общедоступные сообщения в мессенджерах, соцсетях, через электронную почту.

**КАК ПО КОСВЕННЫМ ПРИЗНАКАМ ОПРЕДЕЛИТЬ, ЧТО РЕБЕНОК СТАЛ ЖЕРТВОЙ КИБЕРБУЛЛИНГА?**

Ребенок стал закрытым, уходит в мир фантазий и компьютерных игр, что обычно ему не свойственно.

Снижение настроения, ухудшение общего состояния здоровья, возможно появление различных болей.

Появляются проблемы с успеваемостью и посещаемостью школы. Это может быть связано с тем, что инициаторами кибербуллинга часто выступают одноклассники жертвы.

Пропадают личные вещи.

Травля в интернете может проходить одновременно с непосредственным буллингом, тогда возможно появление синяков, ссадин от драк и побоев.

В очень тяжелых случаях, когда травля постоянна и жестока, возможно развитие депрессии у ребенка, а также попытки суицида.

**КАК НЕ ДОПУСТИТЬ? ПРОФИЛАКТИКА КИБЕРБУЛЛИНГА:**

Дружелюбие. Всегда напоминайте детям, что дружелюбие при общении с людьми в реальности и в сети Интернет – это самое важное. Под запретом резкие слова и оскорбительные выражения. Объясните, что читать грубости также неприятно, как и слышать.

Эффективное реагирование. Научите детей правильно реагировать на обидные слова или действия других пользователей (покинуть данный ресурс, удалить свой аккаунт или личную информацию, прекратить общение с агрессором).

Личная информация. Объясните детям, что нельзя выкладывать в открытый доступ свою личную информацию (адрес, номер телефона, личные фотографии). Расскажите на примере, как эта информация может быть использована агрессорами.

Помогите ребенку найти выход из ситуации. Практически на всех Интернет-платформах есть возможность заблокировать обидчика, написать жалобу администратору или модератору, потребовать удаление страницы (аккаунта).

Поддерживайте доверительные отношения с ребенком. Важно, чтобы ребенок в случае угроз и агрессии обратился к вам за помощью и был уверен в том, что получит поддержку и участие, а не равнодушие или ворчание: «Меньше надо было сидеть за компьютером».

Спокойствие. Бурной реакцией можно еще больше напугать ребенка. Ваша главная задача – его эмоциональная поддержка. Дайте ребенку уверенность в том, что проблему можно преодолеть. Наказание и ограничение действий из-за того, что он вам показал и рассказал, нарушает доверие и провоцирует скрытность

Наблюдайте за настроением ребенка во время и после его общения с кем-либо в Интернете.

Убедитесь, что оскорбления из сети не перешли в реальную жизнь. Если поступающие угрозы являются достаточно серьезными, касаются жизни или здоровья ребенка, а также членов вашей семьи, то обращайтесь в правоохранительные органы, так как действия обидчиков могут попадать под действия законов административного или уголовного кодексов.

Сделайте скриншоты всех сообщений, в которых были угрозы, оскорбления, высмеивания. Это поможет вам при обращении в полицию и к представителю социальной сети, Интернет-платформы.

**ВАЖНО!** Дайте понять: что бы ни случилось, родители и близкие люди всегда будут на стороне ребенка. Именно к вам он может обратиться за поддержкой или советом.