

Рекомендации родителям по профилактике кибербуллинга



Кибербуллинг - одна из форм запугивания, преследования, насилия, травли детей и подростков с помощью информационнокоммуникационных технологий (т.е. мобильных телефонов и

интернета), агрессивное преследование одного или нескольких членов коллектива при неравном соотношении сил между преследователями и жертвой. Под преследованием, как правило, имеются в виду оскорбления, насмешки, демонстративное игнорирование, унижения и побои. Любая травля - в том числе и кибербуллинг - опасна для психологического здоровья жертв. Последствия этого могут быть крайне серьезными: замкнутость, плохая успеваемость в школе, депрессия, агрессия или даже попытки нанести себе вред.

Пять полезных советов для родителей и всех равнодушных к проблеме кибербуллинга

ШАГ №1 Научите детей грамотно справляться с единичными случаями кибербуллинга. Посоветуйте игнорировать одноразовые оскорбительные сообщения. Не спешите выбрасывать свой негатив в интернет. Прежде чем отвечать на агрессивное сообщение, постарайся успокоиться, а еще лучше, посоветуйся со мной или сразу заблокируй обидчика. В соцсетях есть практика: «Лучший способ борьбы с неадекватными - это игнор», часто вследствие такого поведения кибербуллинг останавливается на начальной стадии.



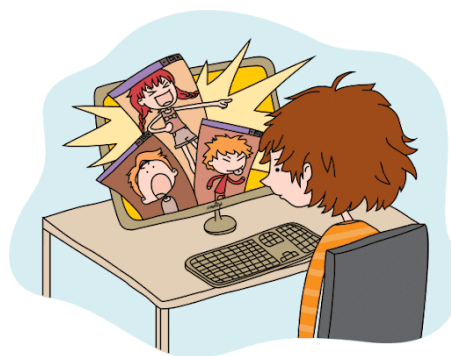
ШАГ №2 Если ваш ребенок стал жертвой кибербуллинга, необходимо сохранить свидетельства этого события, сделать копии полученных сообщений. Если кто-либо скажет, пришлет тебе, или ты сам

обнаружишь в сети что-то такое, из-за чего ты будешь расстраиваться или переживать, обязательно поделись со мной. Особенно, если кто-то постоянно присылает тебе угрозы или порнографию. Если неприятная тебе информация размещена на каком-то сайте, всегда можно сделать запрос к администратору для ее удаления.

ШАГ № 3 Сделайте вместе настройки конфиденциальности публикаций и научите ребенка добавлять «в друзья» только реальных знакомых. Расскажите о возможных последствиях размещения в сети личных фотографий и видео. Никому не открывай свои личные данные (фамилию, номер телефона, адрес, номер школы) без нашего разрешения, не рассказывай о нашей семье и где живешь, - это закрытая информация, которую не следует распространять в сети. Никогда не делай того, что может стоить денег нашей семье. Держи свои пароли в секрете и используй для общения только ники.

ШАГ №4 Предупредите ребенка об опасности со стороны незнакомцев в виртуальном мире.

Старайся общаться только с теми людьми, которых знаешь. Обязательно поделись, если вдруг с тобой захочет встретиться пользователь сети, которого ты лично даже не знаешь. Любой



человек в интернете может с легкостью выдавать себя за другую личность, поэтому ни в коем случае нельзя соглашаться на встречи с незнакомыми людьми, даже если вы и давно общаетесь в сети.

ШАГ №5 Объясните ребенку, что нельзя открывать файлы, полученные от неизвестных пользователей. В присланных файлах могут содержаться угрозы, непристойные картинки, вирусы и все, что угодно. Поэтому сразу удаляй такие вложения, не открывая их.