

## РОДИТЕЛЮ О КИБЕРБУЛЛИНГЕ

Современные молодежь, подростки, а также учащиеся начальных классов и дети старшего дошкольного возраста, с легкостью овладели цифровыми технологиями и всевозможными гаджетами. Дети все больше времени уделяют виртуальному общению, зачастую становясь потенциальными жертвами кибербуллинга.

Явление кибербуллинга становится международной проблемой и отрицательно влияет на общество.

Кибербуллинг – это термин, относящийся к множеству форм преследования с использованием цифровых технологий. Кибербуллинг может появляться



везде в режиме online посредством социальных сетей, видео и фото файлообменников, блогов, электронной почты и систем мгновенных сообщений, а также через СМС и ММС общение.

Проблема заключается в том, что кибербуллинг практикуется в цифровом пространстве, где нет ни одного взрослого, на которого можно было бы возложить ответственность. Во многих случаях жертва знает обидчика, но кибербуллером может оказаться и совершенно посторонний человек.

В число наиболее распространенных видов кибербуллинга входят:  
**Клевета.** Распространение оскорбительной, унижительной и неправдивой информации online, чтобы повредить репутации жертвы. Отчуждение (изоляция). Исключение из виртуальной группы – считается косвенным видом кибербуллинга.

**Флейминг.** Перепалка в виде обмена злыми, жестокими и грубыми сообщениями между двумя и более пользователями в публичных и частных местах общения в сети Интернет.

**Хеппислеппинг** (от англ. Happy Slapping – счастливое хлопанье, радостное избивание). Физическое нападение, избивание человека, в то время как обидчики снимают это на видео или фотографируют, чтобы впоследствии разместить материалы в сети Интернет.

**Нападки.** Повторяющиеся обидные и оскорбительные сообщения, направленные на жертву.

**Самозванство.** Преследователь притворяется жертвой и от его или ее имени рассылает сообщения или распространяет информацию с целью уничтожения репутации жертвы.

**Текстовые войны/нападения.** Травля, преследование жертвы посредством большого количества оскорбительных СМС-сообщений или электронных писем.

**Обман.** Получение и распространение конфиденциальной информации, личной переписки или фотографий и публикация их в интернете.

### Чем кибербуллинг отличается от обычного запугивания?

Самые обидные ситуации чаще всего происходят в виде целого ряда неприятных инцидентов, имеющих место, как при личном общении, так и в киберпространстве. Обычное запугивание – это конфронтация при личном общении и часто с глазу на глаз, с использованием угроз и физического насилия. Кибербуллинг же практикуется в электронном виде, и

провакационные материалы могут быть быстро и широко распространены, при этом это непрерывный процесс, вовлекающий множество людей.

### **В чем разница между «секстингом» и кибербуллингом?**

**Секстинг** – это пересылка фотографий или сообщений сексуального характера, которая обычно происходит между двумя людьми, связанными личными отношениями. Секстинг можно рассматривать как кибербуллинг в том случае, если такие фотографии добыты обманным путем, а затем распространены с целью вреда репутации жертвы.

В каком возрасте дети начинают практиковать или подвергаться кибербуллингу? С кем чаще это происходит: с мальчиками или девочками? Начало практики кибербуллинга связывают с повышением использования электронных технологий. Взрослея, дети начинают пользоваться мобильными телефонами, а соответственно имеют возможность доступа к социальным сетям. Более частые случаи кибербуллинга наблюдаются в средней школе, а в старших классах это в большей степени связано с личными отношениями.

В кибербуллинге участвуют и мальчики и девочки, но девочки чаще становятся и обидчиками, и жертвами.

### **Какими могут быть последствия кибербуллинга?**

Кибербуллинг может стать причиной эмоционального расстройства, депрессии, насилия в школе и нежелания ходить в школу. Многие подростки, вовлеченные в травлю – агрессоры или жертвы – чаще всего уже испытывают сложности в общении с другими людьми. Решение ребенка совершить самоубийство встречается редко и зависит от множества факторов, однако, иногда именно кибербуллинг может стать толчком. Если ваш ребенок стал жертвой запугивания и травли, сделайте так, чтобы ребенок постоянно получал поддержку от семьи, близких друзей, школьных консультантов. Пусть ваш ребенок как можно больше занимается деятельностью, которая его интересует.

### **Как родители могут защитить ребенка от кибербуллинга?**

Дети, родители которых активно участвуют в их жизни и имеют позитивное влияние, подвергаются меньшему риску при использовании электронных технологий, а также более подготовлены дать отпор обидчику.

Научите вашего ребенка выходить из конфликтных ситуаций. Посоветуйте ребенку никогда ни с кем не делиться в электронном виде информацией (личные сообщения, фотографии, видео и т.д.), которая может легко попасть в чужие руки и навредить его репутации.

### **Как помочь ребенку, который стал жертвой online преследования?**

Дайте необходимые советы и окажите поддержку вне зависимости от возраста ребенка. Очень важно вовлечь ребенка в разговор, но нужно уважать его решение справиться с проблемой самостоятельно.

Предложите ребенку не отвечать на оскорбления сразу. Злой, агрессивный ответ сгоряча может только обострить ситуацию. Посоветуйте ребенку сохранить оскорбительные материалы в качестве улик.

Вот несколько **способов**, как вы и ваш ребенок можете ответить на кибербуллинг:

- Спокойно и твердо скажите «стоп». Это не является ответом на агрессию, вы просто просите человека остановиться. Если это не помогает даже со второго или с третьего раза, то попробуйте другой способ.
- Покиньте место, где ваш ребенок подвергается преследованию, или заблокируйте пользователя, присылающего угрозы или оскорбления.
- Пожалуйтесь на пользователя администраторам сайта. Большинство сайтов с системой интерактивного общения имеют соглашение об условиях использования, которое запрещает пользователям оскорблять друг друга.

- Свяжитесь с родителями обидчика и четко дайте им понять, что преследование должно прекратиться. Представьте электронные доказательства. Постарайтесь не спровоцировать защитную реакцию.
- Попросите помощи школьной администрации, если среди учеников наблюдаются случаи кибербуллинга.
- Свяжитесь с адвокатом или полицией, если ваш ребенок в опасности. Адвокат поможет вам со всеми необходимыми юридическими процедурами, а полиция поможет принять меры по поводу угроз физического и/или сексуального насилия.

### **Как помочь ребенку, если он стал свидетелем кибербуллинга?**

Предложите ребенку помочь жертве преследования и обсудите способы помощи, например, оказание эмоциональной поддержки жертве, поиск в себе решительности открыто выступить против агрессии и оскорблений, а также рассказать о проблеме взрослому, который может вмешаться.

Как родителям сделать так, чтобы ребенок не стал кибербуллером? Дайте понять ребенку, что кибербуллинг - это плохо и жестоко, а совсем не «прикольно». Подчеркните, что ко всем окружающим нужно относиться с уважением, в том числе и к тем, кого считают «не такими» в каком-либо отношении. Сосредоточьте внимание ребенка на мысли, что нужно обращаться с людьми так же, как он бы хотел, чтобы обращались с ним.

### **Как проблема кибербуллинга может быть решена в школе?**

Во многих случаях в кибербуллинг оказываются вовлечены ученики одной и той же школы, что может повлиять на чувство безопасности ребенка вне дома. Школьная администрация имеет право вмешаться, если ребенку угрожают или он не чувствует себя в безопасности, находясь в школе. Районный комитет образования, администрация школы, учителя и родительский комитет должны сделать все возможное, чтобы улучшить внутренний климат в школе.

Чтобы максимально обезопасить себя и своих близких от опасностей сети интернет нужно постоянно совершенствовать свои знания и навыки в области информационной безопасности в сети Интернет и обучаться поведению в сети.

### **Рекомендации по профилактике кибербуллинга:**

#### Для детей:

1. Соблюдение приватности. Не сообщать свои персональные данные.
2. Не открывать доступ к своей странице незнакомым людям.
3. Следить за информацией, которую выкладываете в Интернете.
4. Не посылать сообщения с изображениями, которые могут кого-нибудь обидеть.
5. Не отвечать и не мстить
6. Блокировать агрессора или деактивировать свой аккаунт

#### Для родителей:

1. Учить детей эмпатии, уметь сопереживать
2. Быть в курсе их онлайн-активности и их дел
3. Сохранять всю информацию и передавать ее администрации сайта или в полицию.
4. Поддерживать доверительные отношения с ребенком, чтобы в трудной ситуации он обратился к вам за помощью.
5. Наблюдать за настроением ребенка, когда он сидит за компьютером.
6. Убедиться, что оскорбления в сети не перешли в реальную жизнь.

#### Для педагогов:

8. Помочь детям понять разницу между смешным и обидным.
9. Проводить антибуллинговые мероприятия, тренинги
10. Проводить беседы не только с жертвой и агрессором, а со всей группой детей.