

**Кибербуллинг** — это травля в цифровом пространстве, то есть в интернете. Он может проходить в социальных сетях, в приложениях для обмена сообщениями, на игровых платформах и в мобильных телефонах.

Это повторяющиеся эпизоды, цель которых - напугать, разозлить или опозорить тех, кого преследуют.

Например оскорбления и злые шутки в сообщениях или в комментариях, публикация личной информации (адреса, номера телефона, интимных фотографий), посты с угрозами.



# Виды кибербуллинга:



## Бойкот

Игнорирование жертвы в соцсетях или обрывание связи с ней.

**Пример:** одноклассники удалили ребёнка из чата класса, он становится оторван от новостей, совместных планов, мероприятий. Или, исключая жертву, одноклассники создали чат, в котором высмеивают ребенка.

# Домогательство (киберсталкинг)

Когда агрессор регулярно угрожает жертве в интернете, задает неприятные, личные вопросы или шантажирует.

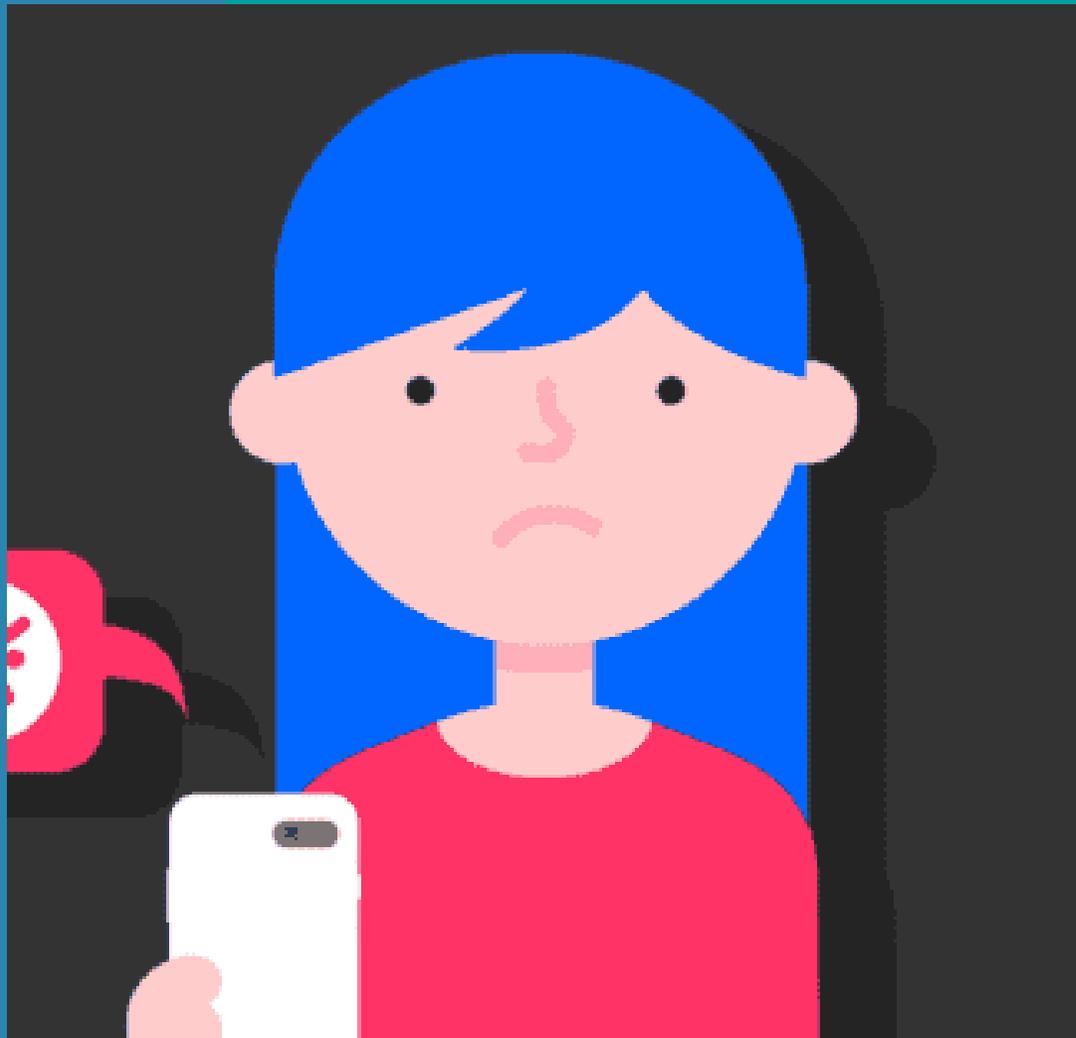
**Пример:** парень, которому отказали в знакомстве, пишет девушке на разных платформах, что знает её адрес, придёт к ней и всё равно заставит её с ним общаться.



# Троллинг

Высмеивание при помощи оскорблений.

**Пример:** подростки сделали из неудачной фотографии друга обидный мем, картинку.

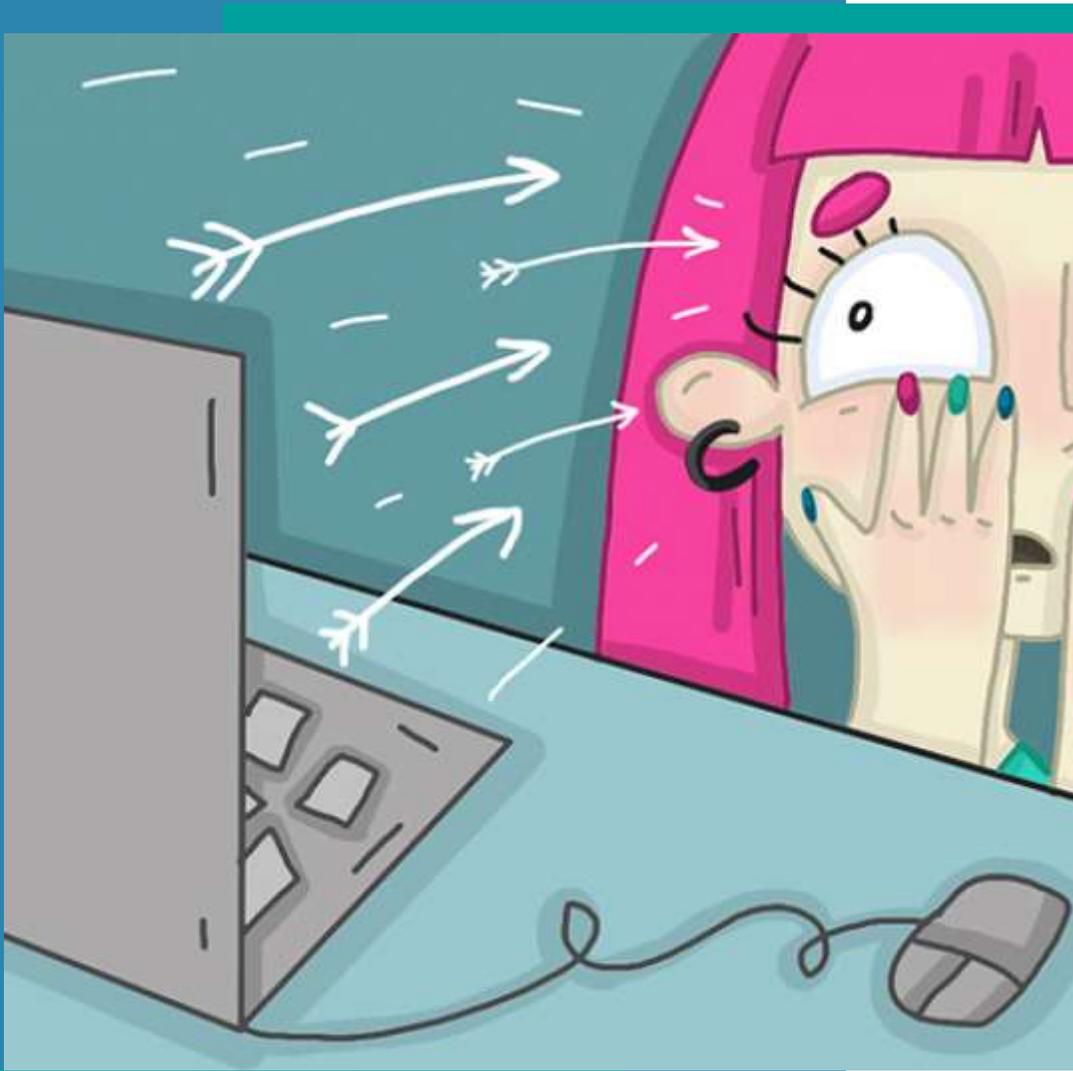




## Аутинг

Публикация личной информации без разрешения её владельца.

**Пример:** ребенок поссорился с другом, и друг выложил номер телефона с просьбой закидать ребенка оскорблениями.



## Диссинг

Также публикация личной информации, с личного или анонимного аккаунта, но той, которая может навредить репутации жертвы или разрушить её.

**Пример:** парень ради мести выкладывает интимные фотографии бывшей девушки.



## Фрейпинг

Агрессор получает доступ к какому-либо сетевому аккаунту жертвы. От чужого имени он может вести дискуссии, оскорблять кого-либо, публиковать материалы различного характера.

**Пример:** кто-то взломал страницу инстаграма ребенка и от его имени пишет всем гадости или просит деньги в долг.



## Кетфишинг

Это намеренное создание «поддельной» страницы в социальных сетях. Киберагрессоры копируют профиль жертвы, пытаются каким-либо образом ее скомпрометировать.

**Пример:** одноклассники создали страницу с профилем ученика, публикуя, обидные картинки, видео, комментарии или высказывания, тем самым позорят ребенка.



# Как распознать кибербуллинг? (для педагогов)

1. Если агрессорами являются такие же ребята в классе, то это будет видно.
2. **Например**, одноклассники снимают исподтишка, постоянно наводят на ребенка камеру, может быть, что-то записывают.
3. Если же ученик подвергается кибербуллингу от сторонних людей, то это может проявляться в общей подавленности, падении успеваемости, грустном состоянии. Может быть, ученик постоянно отвлекается на уведомления в телефоне, и эмоциональный отклик у этого сильнее: посмотрел в телефон, поднимает глаза, а они у него в слезах.

## **Группа риска: ребенок, который подвергается буллингу в классе**

Если раньше жертва буллинга, могла укрыться от агрессии дома, то кибербуллинг такой возможности не дает. Жертва подвергается травле круглосуточно. От кибербуллинга сложно защититься и найти источники, откуда исходит угроза, так как агрессор может сохранять анонимность.



# Как распознать кибербуллинг? (для родителей)

1. Изменилось настроение, поведение
2. Стал грустнее, избегает общественных мероприятий
3. Изменил поведение в онлайн и/или стал реже выходить в интернет, пользоваться мессенджерами и пр.
4. Появился страх. Боится идти в учебное заведение и/или на занятия в кружки или секции опасается выходить в интернет.
5. Нервно реагирует на сигнал смартфона о новом сообщении и пр.
6. Появились оскорбительные или унижительные изображения и сообщения в сети
7. Удалил страницы в социальных сетях, не объясняя причин.

# Как распознать кибербуллинг? (для детей)

Любое унижительное, оскорбительное или угрожающее сообщение, отправленное в электронной форме, является кибербуллингом, особенно если это происходит больше одного раза.

В таком случае, всегда нужно проявлять нулевую терпимость к ситуации.

**Но самое главное это постараться предотвратить такую ситуацию.**

## Как предотвратить кибербуллинг. Профилактика

1. Усиленные настройки приватности на страницах социальных сетей.
2. Исключение номера телефона с домашним адресом из публичного доступа
3. Запрет на сообщения и комментарии от незнакомых пользователей.
4. Отказ от общения на провокационные темы и отправки личных фотографий
5. Проверьте ваши настройки и ваши пароли: ваш пароль не должен быть предсказуемым, например "12345", придумайте сложный пароль, например строчка из любимой песни, или словосочетания не менее 12 символов, содержащие не только буквы но и цифры.
6. Настройки конфиденциальности. Кто может видеть, что вы публикуете в интернете? Сделайте профиль закрытым.

## Цифровая грамотность:

1. Перед тем как принять запрос на добавление в друзья, вы должны взглянуть на их профиль и попытаться выяснить, кто они. Помните: иногда люди притворяются кем-то, кем они не являются, и трудно понять, говорят ли они правду.
2. У вас есть общие друзья? Вы из того же города? Не принимайте запросы на добавление в друзья от незнакомых аккаунтов. Проверьте настройки конфиденциальности, чтобы люди, которых вы не знаете, не видели никакой информации, которую вы не хотите, чтобы они видели.
3. Точка невозврата. Подумайте дважды, прежде чем нажимать кнопку “отправить”, “опубликовать”. После того как вы поделитесь сообщением, фотографией или видео, контролировать, что с ним произойдет, будет трудно. Отменить это действие практически невозможно.
4. Помните, все что попало в интернет, хранится там вечно. Даже если вы удалите то чем поделились, любой может успеть сохранить или сделать скриншот.



## Что делать, если ребенок стал жертвой кибербуллинга: (для педагогов)

1. Такие моменты нужно пресекать и в целом обращать внимание на атмосферу в классе, разговаривать о недопустимости подобного, вообще заняться профилактикой внутренних конфликтов в коллективе.
2. Обязательно связаться с родителями ученика, привлечь школьного психолога. Травля — это такая ситуация, когда ребенку должны оказывать максимальную поддержку.
3. Если выяснилось что кибербуллингом занимаются одноклассники, то алгоритм такой же как при буллинге.



## Что делать, если ребенок стал жертвой кибербуллинга: (для родителей)

1. Заблокировать агрессора . Проигнорируйте его действия
2. Написать в службу поддержки. Не забывайте, что каждая соцсеть обязана обеспечивать безопасность пользователей: пожалуйте на профиль человека, который вас травит, подробно объяснив причину.
3. Задokumentируйте агрессию. Обидчик может удалить оскорбительные посты, комментарии и сообщения, если это позволяет платформа, чтобы избежать ответственности, поэтому:
  - сделайте скриншоты личных сообщений от агрессора, его СМС
  - сделайте скриншоты постов и комментариев обидчика с упоминанием вашего ребенка
  - сделайте скриншоты оскорбительных постов и комментариев агрессора в отношении других пользователей сохраните ссылку на аккаунт агрессора. Это послужит вам доказательством, если ситуация дойдет до обращения в учебное заведение, если выяснится, что травля в онлайн перешла из конфликта в классе/группе, или до заявления в правоохранительные органы.
4. Если травля переходит границы, угрожает репутации, психическому состоянию или жизни, обратитесь в полицию. Зачастую агрессорам кажется, что в интернет-пространстве можно остаться безнаказанными, но это не так: полицейские обязаны принять ваше заявление, даже если единственное, что вы знаете об обидчике, — это его никнейм.