

**Осторожно: кибербуллинг!**

ИКТ технологии способствовали развитию новой формы агрессии – кибербуллинга. *Кибербуллинг (кибермоббинг****)***– это термин, под которым понимают намеренные оскорбления, угрозы, диффамации, сообщения другим компрометирующих данных с помощью современных устройств коммуникации, как правило в течении продолжительного периода времени.

К сожалению, часть подростков не знает об опасностях, подстерегающих их на просторах сети интернет. На сегодняшний день возникла острая необходимость защищать детей от опасностей, связанных с выходом в онлайн, поскольку кибербуллинг может иметь серьезные последствия, как для школьного обучения, так и для психологического благополучия школьников. Только сам пользователь может сделать свою жизнь в виртуальном пространстве безопасной. Мы надеемся, что предоставленная информация будет вам полезна.

**Рекомендации учащимся по конструктивному использованию Интернет.**

1. Не спеши выбрасывать свой негатив в киберпространство. Советуйся со взрослыми, прежде чем отвечать на агрессивные сообщения. Прежде чем писать и отправлять сообщения, следует успокоиться, утолить злость, обиду, гнев.

2. Создавай собственную онлайн репутацию, не покупайся на иллюзию анонимности. Хотя киберпространство и предоставляет дополнительные возможности почувствовать свободу и раскованность благодаря анонимности, вы должны знать, что существуют способы узнать, кто стоит за определенным никнеймом, и если некорректные действия в виртуальном пространстве приводят к реального вреду, все тайное становится явным. Интернет фиксирует историю, которая состоит из публичных действий участников и определяет онлайн-репутацию каждого — накопленный образ личности в глазах других участников. Запятнать эту репутацию легко, исправить — трудно.

3. Храни подтверждения фактов нападений. Если вас очень расстроило сообщение, картинка, видео и т.д., следует немедленно обратиться к родителям за советом.

4. Игнорируй единичный негатив. Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать — часто кибербуллинг вследствие такого поведения останавливается на начальной стадии. Опытные участники интернет-дискуссий придерживаются правила: «Лучший способ борьбы с неадекватами — игнор».

5. Если ты стал очевидцем кибербуллинга, правильным поведением будет: а) выступить против агрессора, дать ему понять, что его действия оцениваются негативно, б) поддержать жертву — лично или в публичном виртуальном пространстве предоставить ей эмоциональную поддержку, в) сообщить взрослым о факте некорректного поведения в киберпространстве.

6. Блокируй агрессоров. В программах обмена мгновенными сообщениями есть возможность блокировки сообщений с определенных адресов. Пауза в общении часто отбивает у агрессора желание продолжать травлю.

7. Не стоит игнорировать агрессивные сообщения, если письма неизвестного вам отправителя систематически содержат угрозы или порнографические сюжеты. В этом случае следует скопировать эти сообщения и обратиться к правоохранителям. Если оскорбительная информация размещена на сайте, следует сделать запрос к администратору для ее удаления.

**Памятка родителям по предотвращению кибербуллинга.**

Объясните детям, что при общении в Интернете они должны быть **дружелюбными с другими пользователями**. Ни в коем случае не стоит писать резкие и оскорбительные слова – читать грубости так же неприятно, как и слышать.

Научите детей **правильно реагировать** на обидные слова или действия других пользователей. Не стоит общаться с агрессором и пытаться ответить ему тем же. Возможно, стоит вообще покинуть данный ресурс и удалить оттуда свою личную информацию, если не получается решить проблему мирным путем.

Лучший способ испортить хулигану его выходку – отвечать ему полным **игнорированием.**

Если у вас есть информация, что кто-то из друзей или знакомых вашего ребенка подвергается кибербуллингу, то **сообщите об этом классному руководителю или школьному психологу**– необходимо принять меры по защите ребенка.

Объясните детям, что **личная информация**, которую они выкладывают в Интернете (домашний адрес, номер мобильного или домашнего телефона, адрес электронной почты, личные фотографии) может быть использована агрессорами против них.

**Помогите ребенку найти выход из ситуации** – практически на всех форумах и сайтах есть возможность заблокировать обидчика, написать жалобу модератору или администрации сайта, потребовать удаление странички.

**Поддерживайте доверительные отношения с вашим ребенком**, чтобы вовремя заметить, если в его адрес начнет поступать агрессия или угрозы.

**Наблюдайте**за его настроением во время и после общения с кем-либо в Интернете. Специалисты выделяют характерные черты, типичные для жертв буллинга. Они часто бывают пугливы, чувствительны, замкнуты и застенчивы; тревожны, неуверены в себе, несчастны; склонны к депрессии и чаще своих ровесников думают о самоубийстве; не имеют ни одного близкого друга.

**Сохраняйте спокойствие** — вы можете еще больше напугать ребенка своей бурной реакцией на то, что он вам рассказал и показал. Главной задачей является эмоциональная поддержка ребенка. Нужно дать ему уверенность в том, что проблему можно преодолеть. Никогда не наказывайте и не ограничивайте действия ребенка в ответ на его признание.

**Убедитесь**, что оскорбления (буллинг) из сети не перешли в реальную жизнь. Если поступающие угрозы являются достаточно серьезными, касаются жизни или здоровья ребенка, а также членов вашей семьи, то вы имеете право на защиту со стороны правоохранительных органов, а действия обидчиков могут попадать под статьи действия уголовного и административного кодексов о правонарушениях.