

КИБЕРБУЛЛИНГ

Кибербуллинг – опасное явление, когда человек страдает от оскорблений, угроз, клеветы или шантажа в интернете. С ним можно столкнуться в социальных сетях, чатах, мессенджерах.

Причем участвовать в кибербуллинге могут не только сверстники, но и взрослые люди.

Как защититься?

Есть ряд правил, которые помогут противостоять обидчикам:



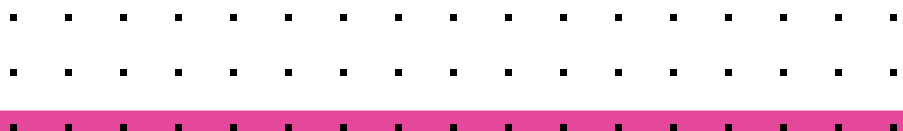
Соблюдай правила цифровой гигиены и не делись большим количеством личной информации в интернете, социальных сетях или группах в мессенджерах. Помни, на 100% информацию из интернета удалить нельзя.



Не отвечай на травлю, безразличие – самый верный способ свести агрессию на нет.

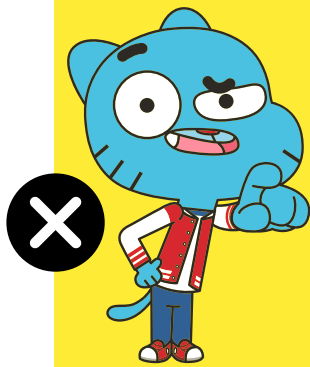


Чем активнее реагирует человек, тем жестче становятся «тролли».



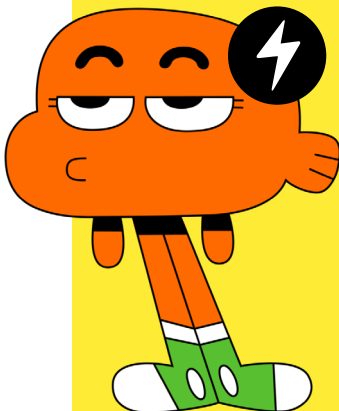
Как защититься?

Есть ряд правил, которые помогут противостоять обидчикам:



Добавь обидчиков в «черный лист» в социальной сети или чате. Во всех популярных социальных сетях есть инструкция, как это сделать.

Например: <https://vk.com/faq8321>.



Закрой свой аккаунт от посторонних людей или удали страницу на какое-то время.

Если тебе поступают угрозы или для травли создали специальную группу (увы, бывает и такое), стоит сообщить об этом администраторам сообщества или социальной сети.



Расскажи о случившемся родителям. Мама и папа помогут пережить неприятности и решить проблему



дети онлайн
8 800 25 000 15

Ситуации бывают разные, поэтому можно обратиться с проблемой в общественную организацию, например на горячую линию «Дети онлайн»

И помни, ты не виноват в том, что с тобой произошел случай травли!