

## Виды кибербуллинга

Интернет предоставляет множество возможностей проявить себя агрессивно и неуважительно по отношению к другому человеку. Какие есть варианты кибербуллинга: унижающие комментарии: прозвища, оскорбления, нелестные сравнения;

- фотокарикатуры: искажение фотографий человека, нанесение на них надписей, фото-коллажи, публикация этих фото в интернете;
- кража аккаунта и рассылка с него оскорбительного контента другим людям; создание фейковых страниц-двойников: человек может создать якобы вашу же страницу, украсть ваши фотографии, добавлять ваших друзей и рассылать с него неподобающие сообщения, продавать что-либо, пропагандировать и т.д.;
- угрозы, шантаж в сообщениях; кража личного контента жертвы и использование его в целях травли; видео, снятые про вас (оскорбительного толка), аудиозаписи с угрозами или издевательствами;
- репосты ваших записей с унижительными дополнениями, комментариями.

## Как противостоять кибербуллингу?

Дети в настоящее время рано начинают активно осваивать интернет. Есть определенные правила безопасности, которые дети понимают сами или через печальный опыт. Как можно помочь ребенку подготовиться к рискам, которые есть в интернет-среде — рассказать про технику безопасности.

1) Приватность. Иногда хочется все всем рассказать о себе, забывая, что мы не знаем, кто именно нас читает и смотрит наши фотографии. Издевательства в сети возможны только в том случае, если мы как-то предъявляем себя там. Необходимо аккуратно размещать свои фотографии, личную информацию. Личное в интернете максимально легко становится общественным: каждый, кто видит фотографию, может сохранить себе ее на компьютер. В настройках конфиденциальности в социальных сетях все это есть: пользователь может выбирать, что и кому он готов показать или рассказать. Техника безопасности в данном пункте включает в себя два навыка: умение разбираться в настройках приватности и вдумчиво обращаться с личной информацией.

2) Нейтральность. А что делать, если кто-то в сети уже задирает ребенка? Как реагировать на издевательства, едкие комментарии или даже угрозы? Следует соблюдать нейтральность в общении с задирами, быть эмоционально отстраненными в диалоге, не выдавать силы своей реакции. Это обеспечит безопасность: если будет разбирательство, кто организовал травлю, то при прочтении переписки будет легко понять – если ваш ребенок отвечал нейтрально, не агрессивно, – что он невинен.

3) Просить помощи. Подростки не всегда хотят сразу обо всем рассказывать родителям. Из-за этого дети терпят травлю в интернете, и никто из близких может не догадываться об этом. Травля в школе заметна. И она заканчивается тогда, когда подросток уходит с территории школы. Кибербуллинг вездесущ: где бы ни находился человек, травля в сети может достать его, стоит ему выйти в онлайн режим. От издевательства в сети трудно скрыться, в травлю по интернету вовлекается много людей, это может вызвать сильнейшее чувство стыда у ребенка. Подросткам необходимо рассказать, что травля в интернете — запретный и негативный прием, и нет необходимости терпеть это. Необходимо напоминать детям, что в ряде случаев важно обратиться за помощью к взрослым.

4) Общение с администраторами социальных сетей, обращение за помощью в техническую поддержку сайтов. В социальных сетях сейчас активно разрабатывается программа противостояния издевательствам в интернете, есть различные способы. Всегда можно написать администраторам форумов или социальных сетей о том, что происходит травля. Напротив записи в сети есть кнопка «пожаловаться», пользователей, которые учиняют травлю, легко можно заблокировать, и они не смогут больше ничего написать вам. Подростку стоит рассказать о конкретных способах обращения за технической поддержкой. В случае, если травля случилась, показать, какие нажимать кнопки, как писать сообщения модераторам, рассказать, что такая возможность всегда есть.

5) Френд-зона. Френд-зона — это сообщество различных людей, которых мы добавляем к себе в друзья в интернете. Часто это совсем незнакомые нам люди. Если у ребенка есть коммерческий аккаунт в инстаграме, ну, например, продает он открытки, которые сам нарисовал, то разумно рекламировать свою страницу и добавлять как можно больше подписчиков. Если же у ребенка личная страница в социальных сетях, где он пишет свои размышления о жизни, рассказывает о местах, где он бывал — то нет необходимости рассказывать эту информацию незнакомым людям. В ряде случаев необходимо добавлять в друзья только тех людей, в которых уверен.

6) Техническая безопасность. Аккаунты часто взламывают. Это делается и с коммерческими целями: мошенники могут начать просить перевести им деньги, будут писать сообщения всем вашим друзьям. Либо с целями хулиганства — просто, чтобы позлить и обидеть подростка. Поэтому необходимо регулярно менять свои пароли в аккаунтах.

7) Реакции на провокации и издевательства над другими. Подростки очень эмоциональны, и иногда вовлекаются в истории, о которых потом жалеют. Ребенка несложно задеть заживо, спровоцировать. Важно научить детей быть внимательными к своей безопасности в интернете, обучить их критически относиться к действиям друзей, не вовлекаться в издевательства над кем бы то ни было. Иногда кажется, что издеваться над плохим человеком можно, и он сам это заслужил. В таких случаях праведный гнев и жажда справедливости могут сделать так, что подросток окажется виноват в буллинге. Важно донести до ребенка, что издеваться нельзя над кем бы то ни было, даже если человек тебе не нравится или неприятен — это не повод начинать травлю.