

Значимые отличия кибербуллинга от травли:

- **Анонимность.** Возможность оказаться «неизвестным», «неуловимым» повышает уверенность в себе агрессора и усиливает беспомощность того, кто оказался в роли жертвы, так как помимо прочих переживаний он оказывается захвачен вопросом о том, кто же является его преследователем.
- **Моральная отстраненность.** Анонимно люди позволяют себе вести себя более агрессивно. При очной травле агрессор, как правило, определяет эмоциональную грань (например, «довести до слез»), а при отсутствии знания о состоянии оппонента такая грань оказывается недоступной: агрессор позволяет себе не останавливаться, ведь тот, кого он преследует, представляется абстракцией.
- **Круглосуточность и непрерывность.** В отличие от локализованной, «традиционной» травли кибербуллинг может продолжаться 24 часа в сутки, 7 дней в неделю. У жертвы нет возможности уклониться и спрятаться от травли, ведь как такового безопасного места при кибер-травле не существует.
- **Возможность повторного чтения/просмотра.** Сохранение унижающих или угрожающих материалов на просторах сети, а также их повторные публикации могут способствовать ретравматизации того, кто оказался в роли жертвы.
- **Неограниченное количество свидетелей.** Количество «лайков», просмотров, комментариев указывает на масштаб травли. Материалы могут свободно увидеть тысячи, миллионы людей, включая родных и близких жертвы. Напряжение от неизвестности и стыд делают переживания еще более невыносимыми.

+7 (800) 250-00-15
(с 9 до 18 часов)
в рабочие дни — служба «Дети
онлайн»

+7 (812) 387-42-11
круглосуточная горячая линия при
Комитете по социальной политике

8-800-2000-122
Детский телефон доверия



Сайт помощи жертвам
кибербуллинга



Группа ВК помощи
жертвам кибербуллинга

Для родителей

Как понять, что ваш ребенок столкнулся с кибербуллингом?

- Ребёнок **перестал использовать** гаджеты или, наоборот, **использует чаще** обычного.
- Ребёнок **выглядит расстроенным, раздражённым, подавленным** после взаимодействия с гаджетами.
- У ребёнка **резко ухудшились оценки**.
- Ребёнок **стал закрытым, настороженным, не идёт на контакт**.

Что нужно сделать для предупреждения угрозы кибербуллинга?

- Объясните ребёнку, что **не стоит публиковать в сети личную информацию**, которую он бы вряд ли хотел рассказывать всем.
- **Будьте в курсе** онлайн-активности своего ребенка, старайтесь как можно больше времени проводить со своим ребенком и **общаться реально, а не виртуально**.
- **Учите ребенка умению сопереживать**, закладывайте в них основы норм морали.
- **Сохраняйте информацию** о травле и **передавайте ее** администрации сайта или в полицию.
- **Наблюдайте за настроением** ребенка, когда он сидит в интернете, **убедитесь, что оскорбления в сети не перешли в реальную жизнь**.
- **Поддерживайте доверительные, теплые отношения** с ребенком, чтобы в трудной ситуации он обратился к вам за помощью; **напоминайте, что он всегда может обо всём вам рассказать**. Доверие — самое важное.

+7 (800) 250-00-15
(с 9 до 18 часов)
в рабочие дни — служба «Дети онлайн»

+7 (812) 387-42-11
круглосуточная горячая линия при
Комитете по социальной политике

8-800-2000-122
Детский телефон доверия



Сайт помощи жертвам
кибербуллинга



Группа ВК помощи
жертвам кибербуллинга

Для подростков

Как понять, что Вы столкнулись с кибербуллингом?

- **Флейминг и троллинг.** Замечания в грубой форме, вульгарные сообщения, унизительные комментарии, оскорбления.
- **Хейтинг.** Массовые негативные комментарии в адрес одного человека от группы людей, которые открыто выражают к нему негатив и оскорбляют.
- **Диссинг (клевета).** Очернение репутации, распространение слухов и сплетничество. Агрессор генерирует любую информацию, которая выставит жертву плохой.
- **Кетфишинг и аутинг.** Создание идентичного аккаунта жертвы и распространение разной информации.
- **Бойкот.** Игнорирование и исключение жертвы из всех общих переписок и бесед, как деловых, так и неформальных.
- **Грифинг.** Буллинг игроков в многопользовательских компьютерных играх.
- **Угроза физической расправы.** В сети могут открыто или завуалировано угрожать причинением вреда и даже убийством.

Что нужно сделать для предупреждения угрозы кибербуллинга?

- **Соблюдайте приватность.** Никому не сообщайте свои персональные данные, аккуратно размещайте свои фотографии в социальных сетях.
- **Постарайтесь отвечать** на оскорбительные комментарии **с сарказмом или юмором.** Никогда не стоит отвечать негативом на негатив, это лишь ещё сильнее подогреет интерес к Вам; поставьте **фильтр на комментарии.**
- **Не забывайте про настройки безопасности;** можете, например, запретить, чтобы Вас отмечали в комментариях, постах и фотографиях, **закрывать страницу, запретить доступ к информации** на Вашей странице.
- Если Вы подвергаетесь травле, **стоит рассказать об этом** своим родителям, учителям, которым доверяете. Старшие люди, в любом случае мудрее. Они помогут найти Вам выход из ситуации, поддержать или **обратиться за помощью к школьному психологу.**
- В социальных сетях сейчас активно разрабатывается программа противостояния издевательствам в интернете, поэтому всегда можно **написать администраторам социальных сетей или форумов** о том, что происходит травля.

+7 (800) 250-00-15
(с 9 до 18 часов)
в рабочие дни — служба «Дети онлайн»

+7 (812) 387-42-11
круглосуточная горячая линия при
Комитете по социальной политике

8-800-2000-122
Детский телефон доверия



Сайт помощи жертвам
кибербуллинга



Группа ВК помощи
жертвам кибербуллинга