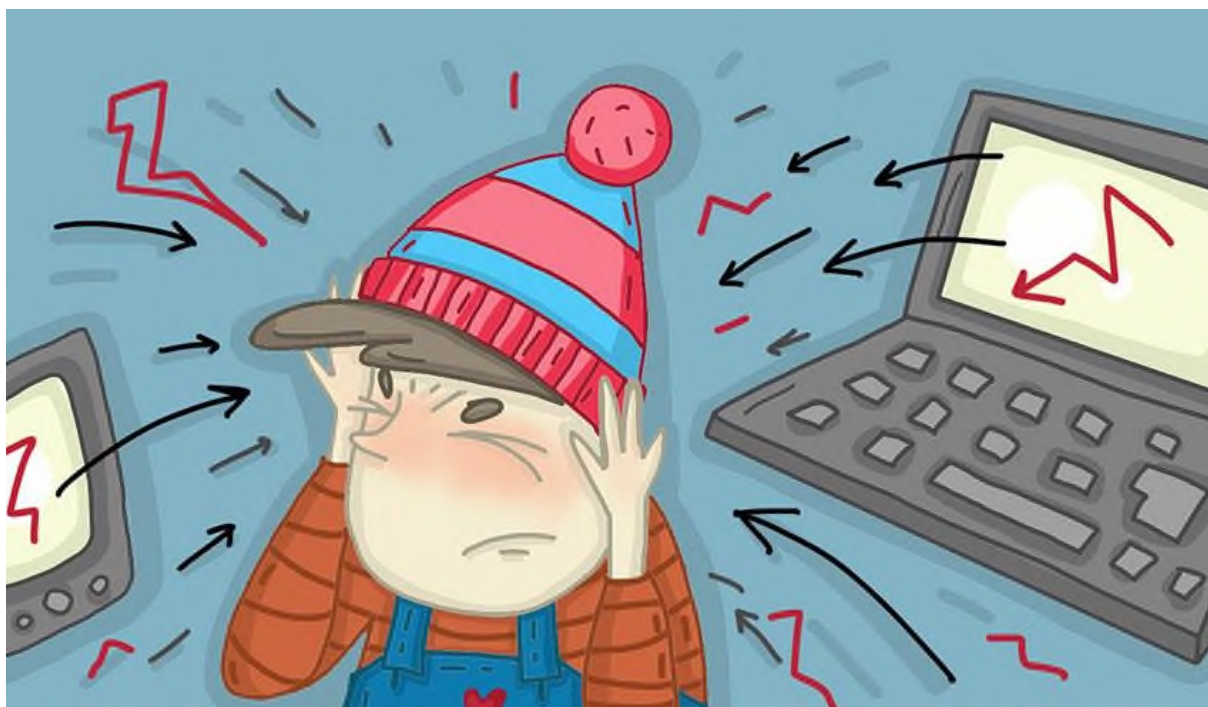


КИБЕРБУЛЛИНГ



Буллинг – это умышленное агрессивное поведение в отношении жертвы, которое носит систематический характер. С таким поведением по отношению к себе может столкнуться буквально каждый, достаточно чем-то отличаться от других, быть не как все, иметь увлечения, которые многие могут не разделять и др.

Кибербуллинг, в отличие от агрессивного поведения в реальном мире, отличается анонимностью. Согласно опросу «Лаборатории Касперского», чаще всего травлю организуют люди, с которыми жертва не встречалась в реальной жизни (44%). Но в 22% случаев – знакомые или даже друзья.

Еще одно отличие кибербуллинга от буллинга. Травля не имеет никаких временных рамок, т.е. может происходить в любое время суток, без перерывов на выходные и праздники, так как происходит в онлайн среде. Она может включать в себя размещение неприятных по содержанию постов, получение сообщений через личные сообщения или в мессенджерах, в том числе сопровождаться медиаконтентом (фото или видео). Цель таких сообщений – запугать и унижить жертву, нанести ему серьезный эмоциональный урон.

КАК СНИЗИТЬ РИСКИ КИБЕРБУЛЛИНГА?

1. Не выкладывайте в публичный доступ свои личные данные: адреса, приватные фотографии, номера телефонов, адрес почты и тем более логин/пароль от какого-либо сервиса.

2. Не общайся с незнакомцами в офлайн пространстве. Злоумышленники могут «втираться» в доверие с целью грабежа, насилия или киднеппинга.

3. Используй функцию блокировки от неприятных собеседников в социальных сетях. Кроме того, можно сообщить о травле администраторам.

4. Не отвечайте на негативные сообщения. Часто агрессоры преследуют именно эту цель: вывести на эмоцию и на неприятный разговор.

5. Можно уйти на несколько дней из онлайн, отключив аккаунты в социальных сетях или других сервисах.

Если вы считаете, что проблема выходит из-под контроля, не закрывайтесь в себе. Нет ничего зазорного, если вы решите обратиться к родителям, а вместе с ними к профессионалам, например психологам, которые специализируются на подобных проблемах.

Есть бесплатные и круглосуточные телефонные линии, куда можно позвонить в кризисной ситуации:

- детская телефонная линия – [8-801-100-16-11](tel:8-801-100-16-11)
- линия в Республиканском центре психологической помощи, работающая в рабочее время (с 9 до 18) – [8-017-300-2321](tel:8-017-300-2321)