

Что делать в случае кибербуллинга и травли в интернете

Не отвечайте на инцидент кибербуллинга или травли в интернете, но сохраните его доказательства и задокументируйте их (доканывающие сообщения, картинки явно сексуального характера или угрожающие тексты, например), и сообщите о них в полицию или администраторам сайта.

Обратитесь за юридической консультацией по этому вопросу.

Сообщите об инциденте кибербуллинга и травли в интернете в телефонную компанию и администраторам сайтов, на которых произошел случай.

Заблокируйте адреса электронной почты и телефонные номера хулиганов и смените электронную почту и телефонный номер ребенка.

Если вы в состоянии идентифицировать хулигана, то свяжитесь с его родителями и уведомите школу ребенка, если хулиган учится.

Но прежде поговорите с ребенком: возможно, он в силах сам решить проблему с этим человеком.

Советы родителям и учителям, как прекратить кибербуллинг и травлю в интернете

Подготовила педагог-психолог
ГКОУ «Школа № 3 для детей с ОВЗ»
Бавшенко Вера Олеговна

Вне зависимости от того, сколько боли причиняет травля, дети часто неохотно рассказывают родителям и учителям о кибербуллинге и травле в интернете, потому что они боятся, что такой поступок приведет к лишению их привилегии сидеть за компьютером и иметь мобильный телефон. В то время как родители всегда должны отслеживать, как ребенок использует технологии, важно не угрожать потерей доступа или другими наказаниями ребенку, который стал жертвой кибербуллинга и издевательств в интернете.

Замечайте предупредительные признаки кибербуллинга и издевательств в интернете

Ребенок, возможно, — жертва кибербуллинга и издевательств в интернете, если он:

Становится грустным, злым или пребывает в стрессе во время или после использования интернета или мобильного телефона.

Проявляет тревогу, когда получает сообщение, «быстрое сообщение» или электронное письмо.

Избегает обсуждений или проявляет секретность по поводу активности за компьютером или мобильным телефоном.

Отчуждается от семьи, друзей и деятельности, которую раньше любил.

Стал учиться хуже, оценки снижаются по необъяснимым причинам.

Отказывается посещать школу или ходить на конкретные уроки; избегает групповых активностей.

Проявляет изменения в настроении, поведении, сне, аппетите или проявляет **признаки депрессии** или тревоги.

Отслеживайте, как ребенок использует технологии

Вне зависимости от того, в какой мере ребенок возмущается этому, вы в силах защитить его, только если отслеживаете, что он делает онлайн.

Разместите компьютер дома в таком месте, где вам легко отслеживать, как он используется вместо того, чтобы позволять ребенку использовать ноутбук или планшет в спальне, например.

Ограничьте доступ к данным на телефоне ребенка, если он использует его, чтобы сидеть в интернете. Некоторые беспроводные службы позволяют выключать сервисы текстовых сообщений в определенные промежутки времени.

Включите фильтры в компьютере вашего ребенка. Отслеживающие программы позволят заблокировать неприемлемое содержание в интернете и помогут проверять активность ребенка онлайн.

Настаивайте на том, чтобы знать пароли ребенка и выучите акронимы, которые ребенок чаще всего использует онлайн и в текстовых сообщениях.

Знайте, с кем общается ребенок онлайн. Пройдитесь по адресной книге ребенка и по списку «друзей» в сервисе «быстрых сообщений». Спросите про каждого человека, кто он, и как ребенок познакомился с ним.

Поощряйте ребенка рассказывать вам и другим взрослым, которым он доверяет, о том, что он получает угрозы через сообщения или о других случаях, когда он становится мишенью кибербуллинга или издевательств в интернете. Заверьте его, что такой поступок не приведет к лишению компьютера или мобильного телефона.

