

Кибербуллинг: как распознать, что вашего ребенка травят в интернете

Дети воспринимают интернет как безопасную среду, но она может быть агрессивной, порой даже слишком. Советы от Роскачества по онлайн-безопасности

Все, что представляет собой целенаправленный и повторяющийся вред, наносимый кому-то с использованием интернет-технологий, компьютеров, гаджетов и других электронных устройств, называется кибербуллингом. И, увы, кибербуллинг стал рутиной современных российских школьников: согласно опросам, около 70% подростков были участниками или жертвами онлайн-травли, а в 40% случаев дети, которые были жертвой, сами становятся агрессорами в Сети.

Анонимность — лучший щит агрессора

Последствия кибербуллинга могут быть самыми серьезными — от депрессии и агрессии до суицидальных попыток и даже самоубийств... И чаще всего родители узнают о проблемах слишком поздно: дети не хотят допускать родителей в свое киберпространство и скрывают все то, что происходит с ними в сети.

- Главное отличие кибербуллинга от травли в обычной жизни — маска анонимности, за которой может скрываться обидчик. Его сложно вычислить и нейтрализовать. Дети очень редко рассказывают родителям и даже друзьям о том, что над ними издеваются. Молчание и переживание этого в одиночестве может стать причиной появления огромного количества психических проблем, трудностей в общении с одноклассниками. Люди, которые становились жертвами кибербуллинга, помнят об этом всю свою жизнь, — **отметила Полина Фомина, менеджер образовательных программ Group-IB.**

Виды травли в сети

Специалисты по кибербезопасности обозначили виды травли в сети, относящиеся к кибербуллингу.

Хейтинг — это необоснованная критика в виде комментариев и сообщений в адрес конкретного человека.

Киберсталкинг — использование гаджетов в целях преследования жертвы, регулярные угрозы в адрес жертвы и членов ее семьи.

Троллинг — публикация агрессивной информации на веб-сайтах, страницах социальных сетей, целью которой является высмеивание жертвы.

Грифтинг — относится к многопользовательским онлайн-играм и представляет собой преследование других игроков. Цель обидчика — лишить

удовольствия от игры других. Они активно используют брань, блокируют отдельные области игры и открыто мошенничают.

Секстинг — это процесс рассылки или публикация фото- и видеоматериалов с обнаженными и полуобнаженными людьми. Используется для шантажа, вымогательства или мести бывшему партнеру.

5 важных шагов для контроля кибербуллинга

Для того, чтобы не испытать на себе один из видов кибербуллинга, необходимо тщательно контролировать свое поведение в сети, вести себя дружелюбно либо нейтрально. Но что делать, если ваш ребенок уже подвергся травле в сети? [Роскачество называет](#) конкретные шаги, которые нужно предпринять.

1. Игнорирование.

Лишившись мотивации, обидчик быстро успокоится и прекратит попытки задеть вас.

2. Договор.

Попробовать договориться с обидчиком об удалении оскорбительного материала либо о прекращении неподобающего поведения, предупредив его, что в случае продолжения травли следующим действием будет обращение в полицию.

3. Жалоба.

Отправить жалобу на материал на той платформе, на которой вы находитесь – большинство соцсетей предоставляют эту возможность. На оскорбления в соцсетях нужно жаловаться, а обидчиков – банить. Это самый простой и действенный способ усмирить интернет-агрессора.

Отправить жалобу на материал в суд, пожаловаться в полицию или Роскомнадзор.

4. Смена пароля.

В случае, если материалы (фото, переписки) были взяты из вашего аккаунта без вашего согласия (к примеру, был взломан аккаунт в соцсети), обязательно смените пароль. И вообще – меняйте пароли почаще.

5. Звонок на телефон доверия.

При необходимости позвоните по номеру 8-800-2000-122 – детский телефон доверия, по которому можно обратиться за помощью. Помните, что то, что для взрослого кажется пустяком, для ребенка может стать катастрофой.

НА ЗАМЕТКУ

Признаком того, что ребенок подвергается кибербуллингу, может быть то, что ребенок резко удалил свои страницы в соцсетях и замкнулся.

ВАЖНО

О чем говорить с ребенком

* Важно договориться с ребенком: если в сети кто-то стал ему угрожать, шантажировать, что-то вымогать или вести себя оскорбительно, он обязательно должен об этом рассказать вам.

* Важно предупредить о том, что такое случается, и что нужно моментально прекращать всякое общение с таким человеком.

* Важно объяснить, что часто злоумышленники в Интернете могут выдавать себя за тех людей, которыми они не являются.

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА

- Если у вас хороший контакт с ребенком, то вы довольно легко можете заметить, что с ним происходит что-то странное, - говорит Екатерина Кес, детский и семейный психолог образовательного центра «Позитивные решения для родителей». - Ребенок, скорее всего, будет встревожен, расстроен, выглядеть напуганным, напряженным, и это будет продолжаться в течение нескольких дней. Если вы видите, что ребенок чего-то боится и тревожится – это всегда повод для доверительного разговора. Заверьте ребенка, что вам он может рассказать абсолютно все, поскольку, что бы ни случилось, вы будете всегда на его стороне и поможете ему разобраться с любыми вопросами.

Также доктор подчеркнула, что, если ребенок только регистрирует свой профиль в соцсетях, важно вместе с ним зайти в настройки профиля и выставить максимальные настройки приватности, а также объяснить ему, какую информацию и фотографии не стоит размещать в соцсетях.