

Кибербезопасность



Родителям



Как предотвратить кибербуллинг и кибермоббинг

КИБЕРБЕЗОПАСНОСТЬ — совокупность методов и практик защиты компьютеров, серверов, мобильных устройств, электронных систем, сетей, данных от атак злоумышленников, а также защита пользователей перечисленных устройств от **КИБЕРБУЛЛИНГА** (от англ. CYBER-BULLYING) — нападения с целью нанесения психологического вреда, которое осуществляется через электронную почту, сервисы мгновенных сообщений в чатах, социальных сетях, на web-сайтах, а также посредством мобильной связи, и **КИБЕРМОББИНГА** (от англ. CYBER-MOBVING) — вида насилия в цифровой среде, реализуемого с помощью электронного текста (сообщений и комментариев).

БОЛЬНО

Душевная и (или) телесная боль может быть видимой для других или скрытой

ПРЕДНАМЕРЕННО

Человек (группа) причиняет физическую или психологическую боль другому человеку намеренно

НЕОДНОКРАТНО

Буллинг – это не случайный одноразовый спор или драка. Вред причиняется неоднократно

ТРУДНО ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ

Силы в травле неравны. Жертва может быть слабее, отличаться от других, иметь мало друзей в школе и т.п.

ФОРМЫ ПРОЯВЛЕНИЯ

- **Флейминг** — замечания в грубой форме, вульгарные сообщения, унижительные комментарии, оскорбления – вспышка гнева, которая может привести к травле.
- **Диссинг** — очернение репутации, распространение слухов и сплетен — генерирование любой информации, которая выставит жертву плохом свете.
- **Фрейпинг** — взлом личного аккаунта жертвы и публикация от её имени нежелательного контента с целью выставить человека в смешном виде.
- **Кетфишинг** — создание аккаунта, идентичного аккаунту жертвы, и публикация от ее имени нежелательного контента с целью выставить человека в смешном виде.
- **Аутинг** — разглашение персональных данных или угрозы их публикации.
- **Харассмент** — домогательства с сексуальным подтекстом.

МАТЕРИАЛЫ ПО ТЕМЕ



Виды опасности в Интернете



Кибербуллинг: как защитить ребенка от травли в сети?

ССЫЛКИ НА СЛУЖБЫ ПОМОЩИ



Экстренная помощь



Психолого-педагогическая, медицинская и социальная помощь семье и детям



ППМС-центры



ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ

8-800-2000-122

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ



Служба бесплатной помощи родителям Ярославская область



Семейный портал Ярославской области

В ЧЁМ ПРОЯВЛЯЕТСЯ (МАРКЕРЫ)

- Уход в себя. Ребёнок неохотно идет на контакт, старается находиться в своей комнате.
- Ухудшение настроения после того, как ребёнок провёл определённое время в сети Интернет. Настроение переменчиво.
- Стресс. Ребёнок беспокоен, раздражен, суетлив.
- Резкая перемена привычек: если ребёнка критикуют за его вес, он может резко сесть на диету, если за одежду — кардинально сменить стиль одежды.
- Стремление постоянно находиться в сети. Даже если ребёнка травят, он будет проводить много времени в онлайн, читая оскорбительные посты и комментарии.
- Ограничение общения. Ребёнок может сменить круг общения или ограничить контакты с друзьями, чтобы избежать огласки проблем.
- Нарушения сна. Из-за негативных мыслей ребёнок плохо засыпает, ночью часто просыпается, может жаловаться на беспокоящие его кошмары.
- Отказ от посещения школы. Ребёнок ссылается на плохое самочувствие, чтобы не ходить в школу, систематически пропускает учебные и внеурочные занятия.
- Снижение успеваемости. Все мысли ребёнка заняты травлей в Интернете, у него снижается мотивация к получению знаний. Ему сложно сосредоточить внимание на учебе.
- Попытки уйти от проблемы. С целью отстранения от проблемы ребёнок может начать курить, употреблять алкоголь, пробовать психоактивные вещества.

ЧТО ДЕЛАТЬ

- 1 Учите ребёнка быть доброжелательным и дружелюбным при общении в сети, не проявлять агрессию в комментариях и сообщениях. Это поможет избежать повышенного внимания со стороны агрессоров.
- 2 Объясните, что иногда для предотвращения кибертравли достаточно одного – полного игнорирования, поскольку агрессор всегда ждет от жертвы ответной реакции.
- 3 Принимайте меры по защите ребёнка, если поступила информация о травле в социальных сетях или на сайтах.
- 4 Следите за тем, чтобы угрозы в сети не переходили в реальную жизнь.
- 5 Объясните, почему важно хранить в секрете свои персональные данные.
- 6 Покажите, как «жаловаться» на неуместный контент или негативные комментарии.
- 7 Поговорите с ребёнком, покажите свою заинтересованность и поддержку, узнайте, в чём именно заключается кибер-травля в его сторону.
- 8 Помогите ребёнку настроить социальные сети и чаты так, чтобы незнакомые люди не могли вступить с ним в беседу.
- 9 Научите ребёнка говорить твердое «нет».
- 10 Расскажите о том, как важно быть коммуникабельным и правильно выстраивать общение, в том числе и в онлайн-пространстве.