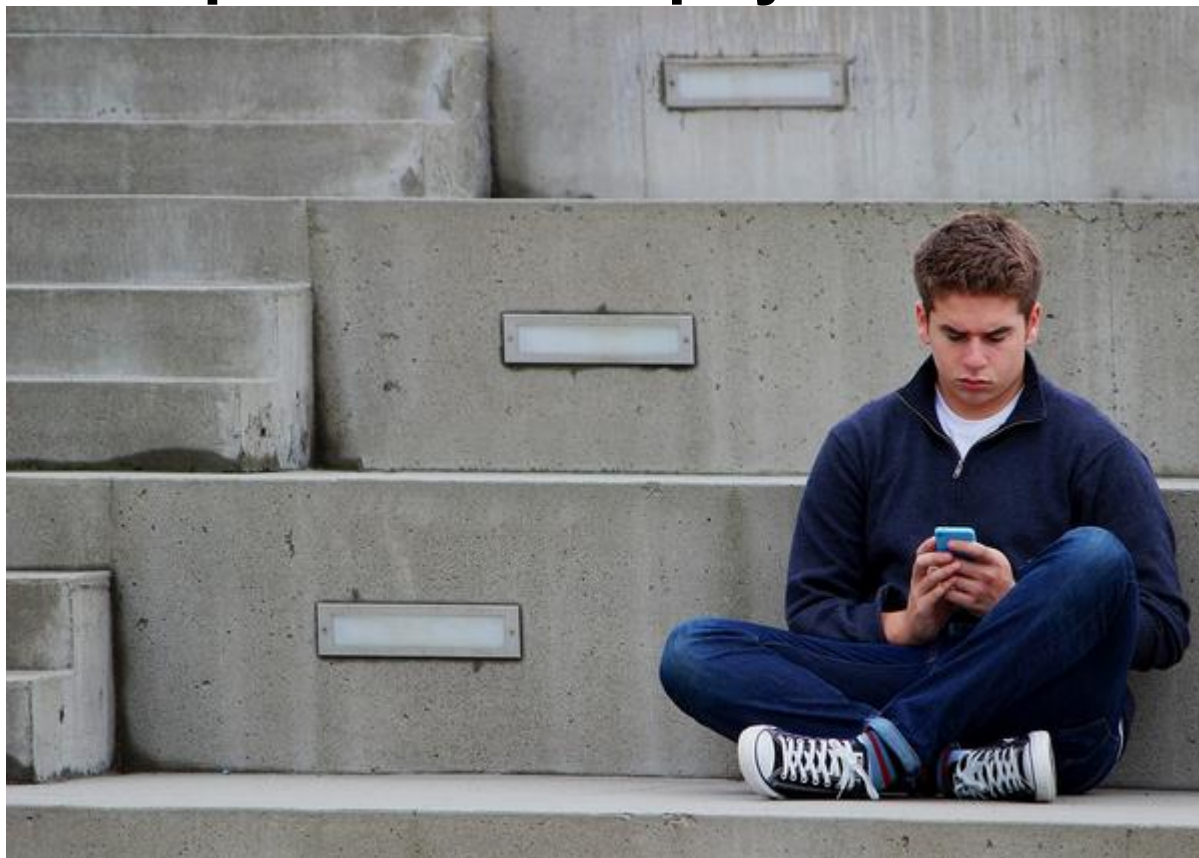


Признаки кибербуллинга.



Травля в интернете напоминает обычную, только результаты могут быть более плачевными из-за анонимности интернета. Признаками кибербуллинга могут быть:

- изменения в том, как подросток обращается с устройствами: например, внезапно прекращает их использование, пользуется ими втайне от всех или не может выйти из сети;
- изменения в поведении подростка: подавленное настроение, уход в себя, неоправданная агрессия, отсутствие желания заниматься тем, что обычно нравится делать;
- физические симптомы: головная боль, расстройство желудка или снижение аппетита;
- подросток отказывается говорить о том, чем занимается в сети, с кем там общается.

Кибербуллинг довольно распространен среди детей и подростков, но есть способы снизить риск и ограничить воздействие. Бережное

отношение к паролям и личной информации в целом полезно, как и осмотрительность в отношении своих постов (изображений, текстов). В любой социальной сети нужно постоянно проверять параметры безопасности и настройки конфиденциальности.

Если кто-то практикует кибербуллинг в отношении вашего ребенка, действуйте так.

- Побудите его рассказать все как есть, убедив в том, что он ни в чем не виноват.
- Попросите фиксировать даты, описывать, что произошло, хранить скриншоты в качестве доказательств.
- Важно не реагировать на атаки: агрессор жаждет внимания, и если реакции нет, он может потерять интерес.
- Обратитесь к провайдеру и сообщите о кибербуллинге в его сети. На некоторых сайтах есть специальные тревожные кнопки для информирования о фактах угроз.
- Можно блокировать в соцсетях каждого, кто заставляет чувствовать себя некомфортно.