

## Памятка для подростка «Прекращение, профилактика кибербуллинга»

- Не спеши выбрасывать свой негатив в киберпространство. Посоветуйся со взрослыми, прежде чем отвечать на агрессивные сообщения. Прежде чем писать и отправлять сообщения, следует успокоиться, утолить злость, обиду, гнев.
- Создавай собственную онлайн-репутацию, не покупайся на иллюзию анонимности. Хотя киберпространство и предоставляет дополнительные возможности почувствовать свободу и раскованность благодаря анонимности, но существуют способы узнать, кто стоит за определенным никнеймом. И если некорректные действия в виртуальном пространстве приводят к реальному вреду, все тайное становится явным. Интернет фиксирует историю, которая состоит из публичных действий участников и определяет онлайн-репутацию каждого — накопленный образ
- личности в глазах других участников. Запятнать эту репутацию легко, исправить — трудно.
- Храни подтверждения фактов нападений. Если тебя очень расстроило сообщение, картинка, видео и т.д., следует немедленно обратиться к родителям за советом, сохрани или распечатай страницу самостоятельно, чтобы посоветоваться со взрослыми в удобное время.
- Игнорируй единичный негатив. Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать — часто кибербуллинг вследствие такого поведения останавливается на начальной стадии.
- Если ты стал очевидцем кибербуллинга, правильным поведением будет: а) выступить против агрессора, дать ему понять, что его действия оцениваются негативно, б) поддержать жертву — лично или в публичном виртуальном пространстве предоставить ей эмоциональную поддержку, в) сообщить взрослым о факте некорректного поведения в киберпространстве.
- Блокируй агрессоров. В программах обмена мгновенными сообщениями есть возможность блокировки сообщений с определенных адресов. Пауза в общении часто отбивает у агрессора желание продолжать травлю.
- Не стоит игнорировать агрессивные сообщения, если письма неизвестного тебе отправителя систематически содержат угрозы или порнографические сюжеты.
- В этом случае следует скопировать эти сообщения и обратиться в полицию. Если оскорбительная информация размещена на сайте, следует сделать запрос к администратору для ее удаления.