

КИБЕРБУЛЛИНГ

Как защититься от травли и самому не стать хейтером



Ты знаешь, что такое кибербуллинг?

Сегодня Международный день безопасного интернета. Удели 5 минут, чтобы узнать, как защититься от травли и самому не стать хейтером.

Кибербуллинг, или травля в интернете — это целенаправленное и систематическое агрессивное поведение по отношению к человеку в Сети.

Кибербуллинг — это не только прямые оскорбления в интернете. Обидчики могут исключить жертву из виртуального общения, создать ее фейковый аккаунт, в котором будут размещать обидный контент, фотографии или другую личную информацию, чтобы унижить. Травля может принимать разные формы.

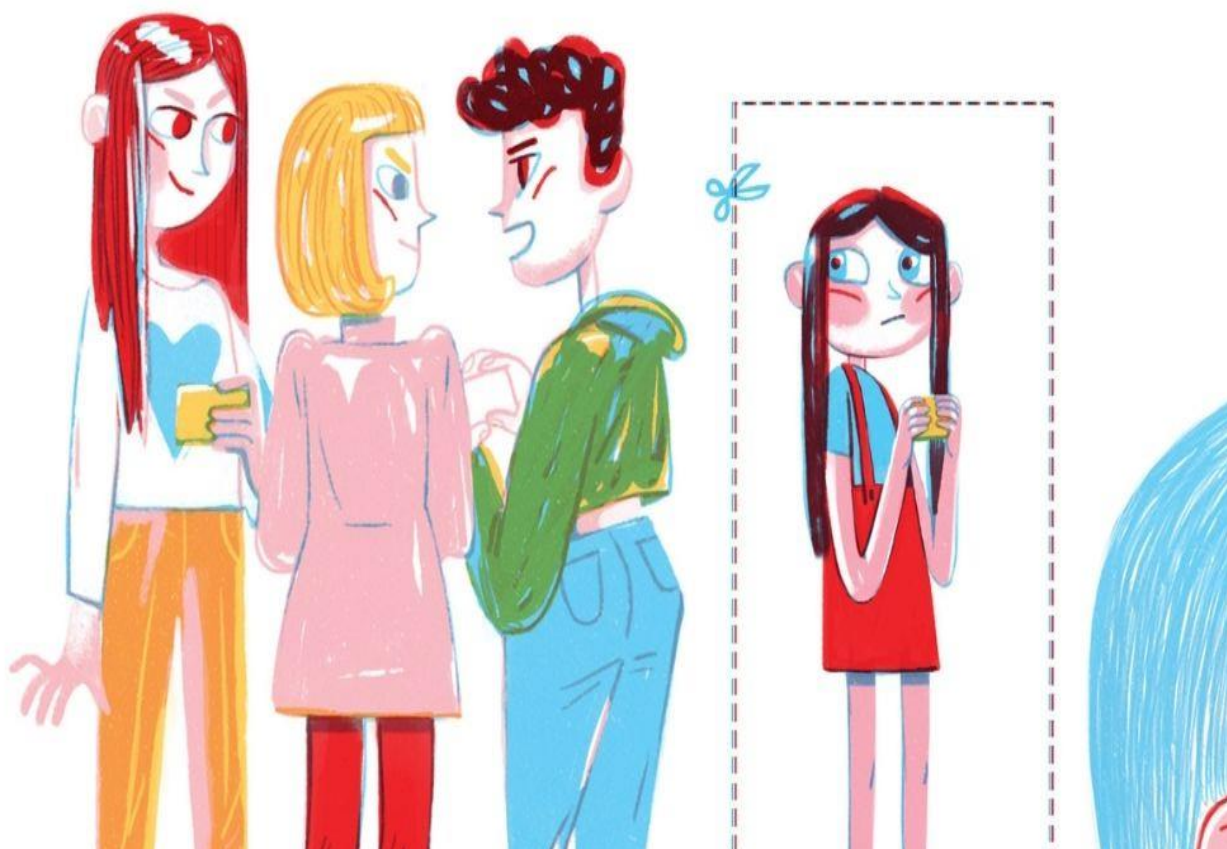
Листай карусель, чтобы узнать, как правильно себя вести в ситуации кибербуллинга. Когда буллят тебя или кого-то рядом.

И помни: кем бы ты ни был(а), что бы ни говорил(а), как бы ни выглядел(а), НЕТ НИ ОДНОЙ ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРОЙ ТЕБЯ МОЖНО БУЛЛИТЬ!

[ЮНИСЕФ в Беларуси \(unicef_belarus\)](#) и [МТС \(by_mts\)](#)

Иногда в роли хейтера выступает **ОДИН** человек. Но, как правило, на жертву в интернете набрасывается **НЕСКОЛЬКО ЧЕЛОВЕК**.

КИБЕРБУЛЛИНГ может происходить параллельно и в Сети, и в офлайне, или из офлайна перемещаться в онлайн.



Почему так много людей ведет себя агрессивно в Сети?



Хотят показать, что они сильнее



Скрывают собственные страхи



Пытаются самоутвердиться за чужой счет



Хотят отомстить за обиду



Из-за скуки



Считают, что это весело...

**МЕНЯ ОБИЖАЮТ В ИНТЕРНЕТЕ
ЧТО ДЕЛАТЬ?**

ОСТАНОВИСЬ

**Не отвечай на обидные слова.
Отложи смартфон или выключи
компьютер, отвлекись на то, что
приносит тебе удовольствие**





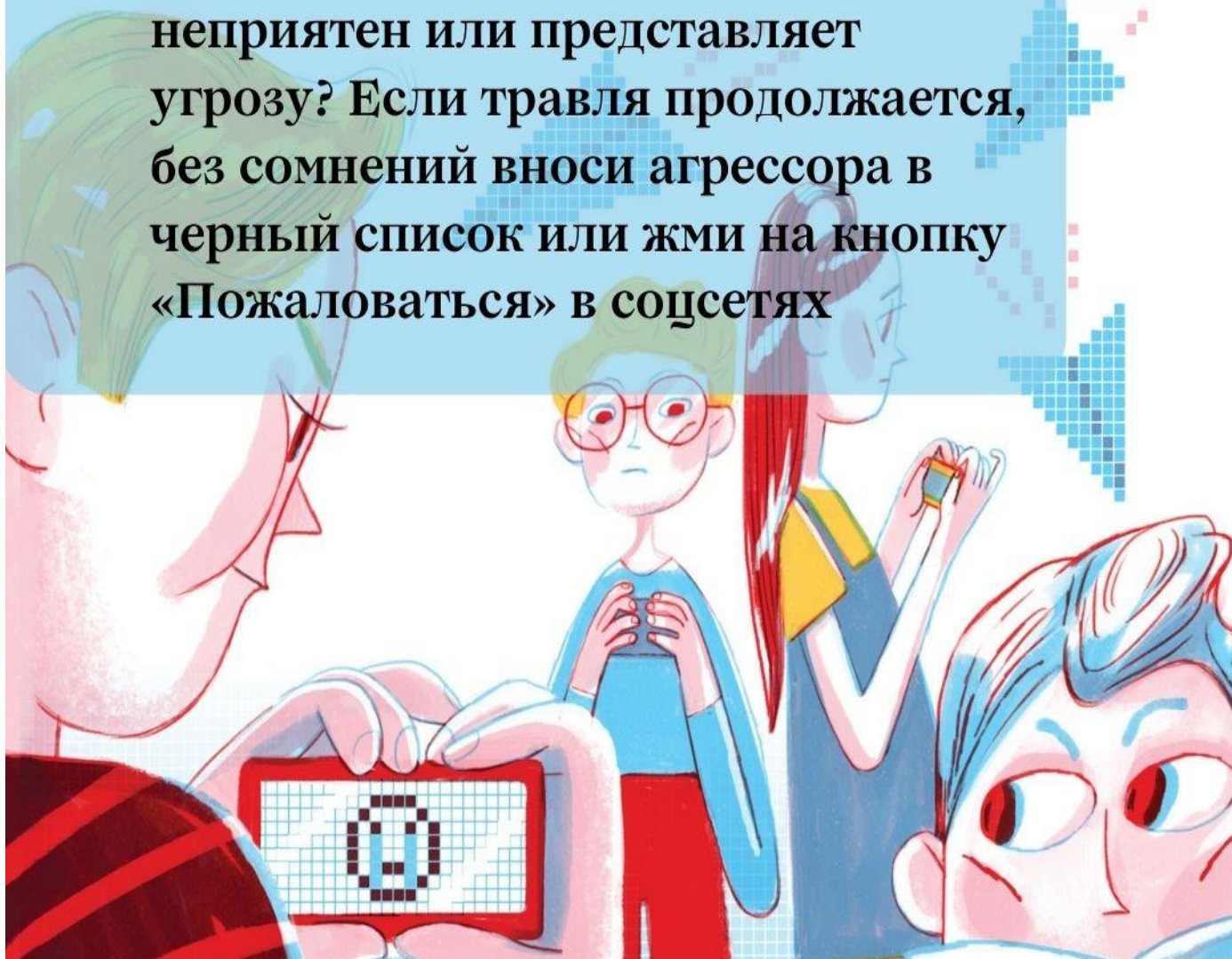
НЕ ПОДДАВАЙСЯ ПАНИКЕ

Веди себя с хейтером вежливо и сдержанно. Обидчик будет в недоумении и, скорее всего, перестанет тебя задевать.

Чтобы в такие моменты отвечать спокойно, можно заранее подготовить дружелюбные стикеры или картинки

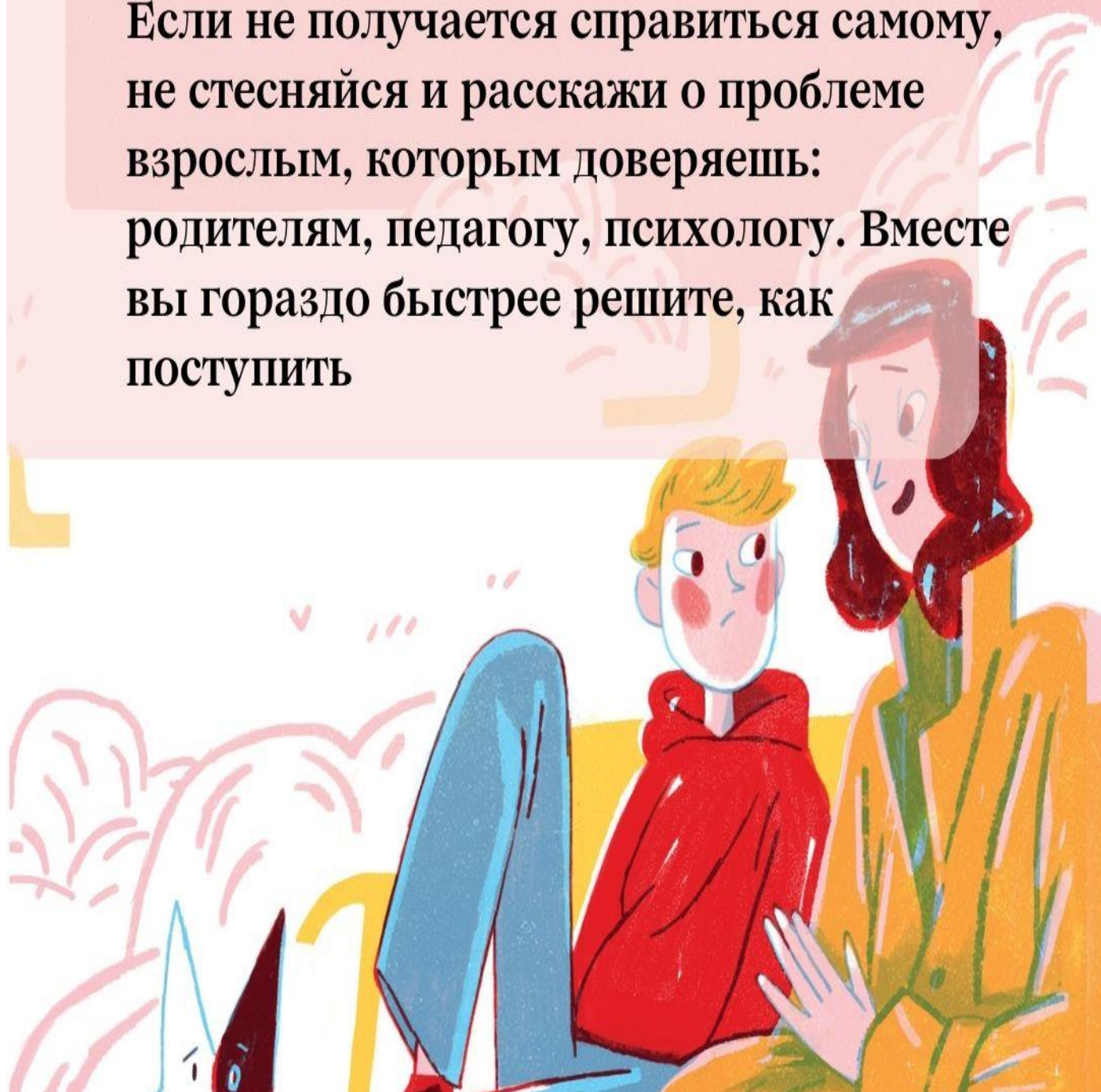
ЗАБЛОКИРУЙ

Зачем общаться с тем, кто тебе неприятен или представляет угрозу? Если травля продолжается, без сомнений вноси агрессора в черный список или жми на кнопку «Пожаловаться» в соцсетях



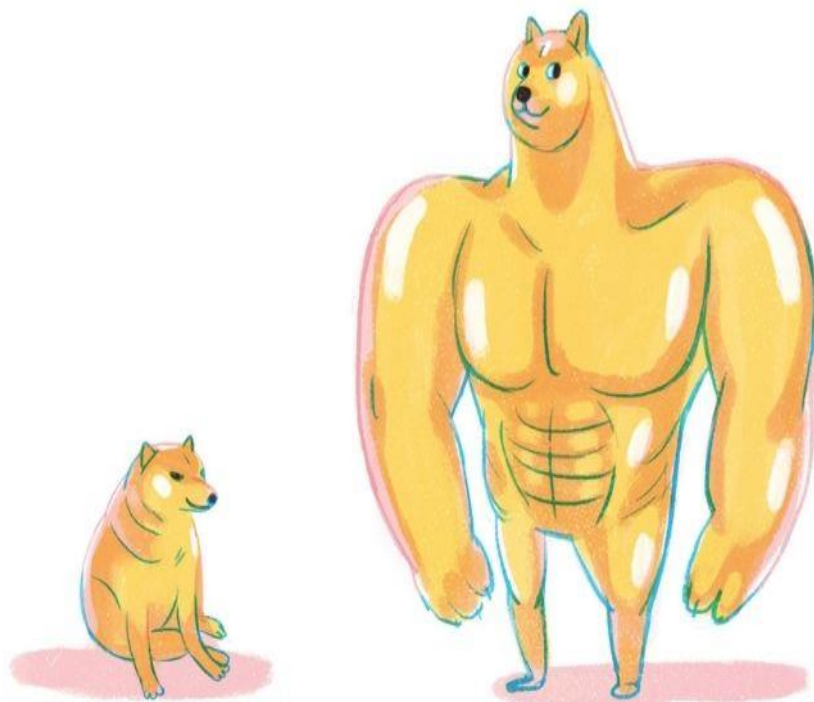
РАССКАЖИ

Если не получается справиться самому, не стесняйся и расскажи о проблеме взрослым, которым доверяешь: родителям, педагогу, психологу. Вместе вы гораздо быстрее решите, как поступить



Если ты стал свидетелем травли

Дай понять человеку, которого травят, что он (она) не одинок и может рассчитывать на твою помощь. Лучше сделать это непублично



ИГНОРИРОВАТЬ

**ПОПРОБОВАТЬ
ПОМОЧЬ**

мне нравится! лучше всех :)

РЕСПЕКТ *lun* и ♥

Это круто! давай ещё! Молодец, что не боишься!

а что за трек на фоне играет?

♥ супер!

WOW

ШИКАРНО

мобилка!

