



БАТЬКАМ ПРО КІБЕРБУЛІНГ

Кібербулінг - це використання технологій для погроз та переслідування стосовно іншої людини, висміювання жертви в Інтернеті або публікація особистої інформації, фотографій або відеозаписів, призначених для того, щоб завдати шкоди іншим особам.

Кібербулери:

- замість підніжок пишуть агресивні СМСки;
- замість стусанів — надсилають повідомлення з погрозами у соцмережі;
- замість насмішок — розповсюджують конфіденційні дані про однолітків та створюють фальшиві профілі.

Як батьки можуть допомогти?

Якщо ви виявили, що ваша дитина піддається кібер-булінгу, надайте їй захист та підтримку. Заспокойте і скажіть, що ви зрозумієте, що з цим треба робити.

Заохочуйте вашу дитину не реагувати на залякування в Інтернеті, тому що це просто підживлює вогонь і погіршує ситуацію.

Але зберігайте загрозові повідомлення, малюнки та тексти, оскільки вони можуть бути використані як докази для розмови з батьками булера, школою, соціальною службою або навіть поліцією.

Що робити?

Навчіть дитину блокувати булера, обмежувати доступ до персональної інформації у соцмережах. Більшість пристроїв мають настройки, які дозволяють електронним шляхом блокувати електронні листи, повідомлення електронної пошти або текстові повідомлення від не бажаних осіб.

Обмежте доступ до інтернету. Незважаючи на те, що це дуже шкідливо, багато дітей, котрих залякують, не можуть протистояти спокусі перевірити веб-сайти чи телефони, щоб побачити, чи є нові повідомлення.

Дізнайтесь, чим ваші діти живуть в інтернеті. Перегляньте сторінки та сайти, які відвідують ваші діти. Поговоріть з ними про важливість конфіденційності, та чому ділитися особистою інформацією в інтернеті – це погана ідея, навіть якщо спілкуєшся з друзями.

Дізнайтеся, як захистити дітей в інтернеті. Заохочуйте їх ствити паролі та ніколи не публікувати власну адресу чи місцезнаходження.

Зробіть запит адміністраторам сайтів, на яких здійснювалися атаки, про видалення образливої інформації. Також адміністратори можуть убезпечити користувача-жертву тимчасовим блокуванням повідомлень у чаті користувача-булера. Така пауза в спілкуванні позитивно впливає на мотивацію підлітка, який займається булінгом заради розваги.

Поінформуйте про проблему педагогів. Якщо ймовірні булери зі шкільного кола дитини, то педагоги зможуть уважніше слідкувати за ситуацією традиційного булінгу під час навчально-виховного процесу. Також педагоги можуть провести профілактичні заходи, спрямовані на формування безпечної поведінки в інтернеті.

Зверніться до правоохоронних органів, якщо кібербулінг має ознаки шахрайства, погроз, вимагання, відверто сексуальний характер.

Коли ваша дитина - кібербулер.

Виявлення того, що ваша дитина - та, хто завдає шкоди чи погрожує іншим дітям, може бути великим розчаруванням та викликати почуття провини. Проте у даному випадку важливо не пустити справу на самоплив, а діяти конструктивно.

Обережно поговоріть зі своєю дитиною про її дії та поясніть негативні наслідки для інших. Жарти, які здаються не шкідливим для однієї людини, але можуть призвести до фатальних наслідків для іншої.

І наголосіть, що залякування - у будь-якій формі - неприйнятне.

Нагадайте вашій дитині, що ви контролюєте її використання мобільного телефону та комп'ютера. Іноді допомагає обмежити використання цих пристроїв, доки поведінка не покращиться.

Д



Щоб зменшити ризик кібербулінгу для своєї дитини. Превентивні заходи.

Оволодівайте новими знаннями	▪ так, як дитину інструктують про правила дорожнього руху та правила користування побутовою технікою, батьки мають регулювати користування дитини новими технологіями, ▪ щоб не залишати дитину наодинці з віртуальною реальністю, батьки мають самі опановувати інтернет, навчатися користуватися планшетом або смартфоном тощо
Будьте уважними до дитини	▪ уважно вислуховуйте дитину щодо її вражень від інтернет-середовища ▪ звертайте увагу на тривожні ознаки після користування інтернетом, які можуть вказувати на те, що дитина стала жертвою (засмучена чимось, відмовляється спілкуватися тощо)
Підтримуйте довірливі взаємини з дитиною	▪ доступно розкажіть дитині про кібербулінг, поясніть свою мотивацію: ви піклуєтесь, а не намагаєтесь контролювати приватне життя ▪ наголосіть, що якщо дитині надходять образливі листи, есемеки або виникають інші проблеми в інтернеті, вона може розраховувати на допомогу батьків ▪ не потрібно погрожувати покаранням за відвідування небажаних сайтів — ліпше пояснити загрозу, яку несуть ці сайти
Здійснюйте обмежений контроль	▪ можна відстежувати події онлайн-життя дитини через соцмережі, спостерігати час від часу за реакціями дитини, коли вона в інтернеті ▪ щоб запобігти комп'ютерній залежності, регламентуйте час користування інтернетом, адже діти часто втрачають відчуття часу онлайн ▪ вагомим фактором впливу на дітей є позитивний приклад батьків: якщо вони самі просижують години за розвагами в інтернеті, забороняючи натомість дитині, вплив їхніх виховних заходів буде суттєво низький
Застосовуйте технічні засоби безпеки	▪ для захисту від інформаційних загроз навчіть дитину користуватися спеціальними безпечними пошуковими системами можна використовувати програми-фільтри батьківського контролю, які відкривають доступ тільки до обмеженого переліку безпечних сайтів для дітей та блокують шкідливі сайти з недитячим контентом (такі фільтри можна встановити в операційній системі або в антивірусній програмі)
Формуйте комунікативну культуру	▪ роз'ясніть дитині, яка її власна поведінка буде вважатися нормальною, а яка небезпечною чи безвідповідальною ▪ зауважте, що спілкування в інтернеті, як і в реальному житті, має бути відповідальним: воно може мати певні наслідки і для самої дитини, і для людей, з якими вона спілкується ▪ в інтернеті не варто створювати вигадані образи, негативно реагувати на кожне повідомлення провокативного характеру