

Правила-поради для подолання кібербулінгу

1. Не поспішай викидати свій негатив у кіберпростір.

Перш ніж писати і відправляти повідомлення, слід заспокоїтися, вгамувати злість, образи, гнів.

2. Створюй власну онлайн-репутацію, не купуйся на ілюзію анонімності.

Хоча кіберпростір і надає додаткові можливості відчувати свободу і розкутість завдяки анонімності, існують способи дізнатися, хто стоїть за певним нікнеймом. І якщо некоректні дії у віртуальному просторі призводять до реального шкоди, все таємне стає явним. Інтернет фіксує історію, яка складається з публічних дій учасників і визначає онлайн-репутацію кожного - накопичений образ особистості в очах інших учасників. Запламувати цю репутацію легко, виправити - важко.

3. Зберігай підтвердження фактів нападів.

Якщо тебе дуже засмутило повідомлення, картинка, відео тощо, слід негайно звернутися до батьків за порадою, зберегти або роздрукувати сторінку самотійно, щоб порадитися з дорослими в зручний час.

4. Ігноруй одиничний негатив.

Одноразові образливі повідомлення краще ігнорувати - часто кібербулінг в наслідок такої поведінки зупиняється на початковій стадії.

5. Блокуй агресорів.

У програмах обміну миттєвими повідомленнями є можливість блокувати повідомлення з певних адрес.

6. Не варто ігнорувати агресивні повідомлення, якщо листи невідомого вам відправника систематично містять погрози.

У цьому випадку слід скопіювати ці повідомлення і звернутися до правоохоронців. Питаннями кібербезпеки займаються спеціально створені відділи поліції, й інтернет-хулігана можна знайти й покарати. Якщо образлива інформація розміщена на сайті, слід зробити запит до адміністратора для її видалення.

7. Якщо ти став спостерігачем кібербулінгу, правильною поведінкою буде:

- а) виступити проти агресора, дати йому зрозуміти, що його дії оцінюються негативно;*
- б) підтримати жертву - особисто або в публічному віртуальному просторі надати їй емоційну підтримку;*
- в) повідомити дорослим про факт некоректної поведінки в кіберпросторі.*