

ПАМЯТКА для родителей

«Профилактика кибербуллинга в подростковом возрасте»

Сегодня главное развлечение для ребенка – это компьютер.
Современные дети, кажется, «уже рождаются с умением пользоваться компьютером».

С появлением интернета возникло множество новых точек влияния, к которому оказались не готовы ни дети, ни взрослые. Первые — чрезвычайно любопытны и доверчивы, вторые — не знают иных способов уберечь молодежь от опасностей, кроме карательных мер и полного «перекрытия кислорода».

Существует огромное количество виртуальных рисков, о которых необходимо знать родителям!

ВИРТУАЛЬНЫЕ РИСКИ

2. Контентные риски: порнография, детская порнография, нарушение авторского права, пропаганда экстремизма и наркотиков, нецензурные тексты;
1. Нарушения безопасности: вирусы, трояны, нежелательная почта (спам), онлайн-мошенничества;
3. Коммуникационные риски: незаконный контакт, кибер-преследование (кибербуллинг - угрозы, травля, сексуальные домогательства с использованием информационных технологий).

ПРЕДПОСЫЛКИ КИБЕРБУЛЛИНГА

Хотя за безопасностью пользователей интернета следят как государственные структуры, так и сотрудники интернет-сервисов, тем не менее, ежедневно появляются новые жертвы, чаще всего пострадавшие от собственной неосведомленности. Важно понимать, что, несмотря на то, что интернет – это виртуальная сеть, в ней есть угрозы, от которых не защититься одними компьютерными технологиями.

Это, притом, что ребенок находится у себя дома, опасность виртуального мира можно сравнивать с опасностью реального. Дети опережают взрослых по количеству времени, которое они проводят в Интернете. В возрасте между 8 и 13 годами дети составляют половину общего числа пользователей интернета.

По данным различных источников:

- 44% детей общаются в Интернете с родственниками, 33% - с виртуальными друзьями, около 22% - с незнакомыми людьми, 15% детей назначали встречи с незнакомцами через Интернет, 10 % из них ходили на встречи в одиночку, а 7 % никому не сообщили, что с кем-то встречаются;
- 19% детей иногда посещают порносайты, еще 9 % делают это регулярно. 26% детей участвуют в чатах о сексе;
- 38% детей просматривают страницы о насилии;
- 16% детей просматривают страницы с расистским содержанием.
- 44% детей, регулярно использующих Интернет, хоть один раз подвергались сексуальным домогательствам при виртуальном общении, 11 % подверглись этому несколько раз;
- 14% из них получали в Интернете угрозы и оскорбления в свой адрес, 11% мальчиков и 8% девочек сталкивались с травлей — их оскорбляли в сообщениях по меньшей мере два-три раза в месяц.

Кибербуллинг стал достаточно серьезной проблемой: каждый четвертый ребенок в возрасте от 10 до 17 лет столкнулся с этим явлением в той или иной форме. И это новое для нас слово, такое объемное и грозное обозначает, так называемое виртуальное унижение и травлю.

Давно известен тот факт, что дети обладают большей жестокостью, чем взрослые, и если они чувствуют относительную безопасность, подкрепленную анонимностью, что собственно и

обеспечивает виртуальный мир, агрессоры наоборот становятся намного жестче и опаснее. Цифровые технологии обладают огромным потенциалом, которым можно воспользоваться, чтобы организовать опасную травлю.

МИФ №1. Информационная безопасность не связана напрямую с физической.

ФАКТ. Подростковые выяснения отношений имели место быть всегда. Однако в настоящее время, переместившись из реальной в виртуальную среду, они стали намного жестче. И о масштабе явления можно судить по недельным материалам новостей, где все больше освещаются инциденты, связанные с тяжелой формой кибербуллинга, связанного с физическим насилием.

МИФ №2. Кибербуллинг - это всего лишь мелкие шалости.

ФАКТ. Если издевательства в реальной жизни, лицом к лицу являются недопустимыми, то может показаться, что в режиме онлайн нанести серьезный вред невозможно. Издевательства над людьми в Интернете является очень серьезной проблемой. Кибербуллинг может распространяться как вирус очень быстро и способствует нарастанию напряжения. Важно, чтобы дети понимали: травить или издеваться над кем-либо, используя Интернет или мобильный телефон, запрещено, также как и пропаганда насилия.

МИФ №3. Жертвами кибербуллинга становятся только слабаки и у кого занижена самооценка.

ФАКТ. В случае угрожающих сообщений не нужно стесняться обратиться к модератору ресурса за помощью. Таким образом, просто информирование, сообщение конкретных сведений — это достаточно эффективное средство воздействия. Если модератор бездействует или сам поддерживает агрессоров, то с такого ресурса лучше уйти. Это не слабость, это проявление заботы о себе – более позитивных аналогов в Интернете много.

МИФ №4. Всегда можно исправить «ошибки молодости» и начать виртуальную жизнь с чистого листа.

ФАКТ. Можете быть уверенным, что неистребимая иллюзия анонимности в интернете испортила жизнь очень и очень многим. Сегодня большинство из нас уже понимает, что онлайн-репутация неотделима от реальной жизни. Даже опрометчиво запущенная информация, удаленная впоследствии, оставляет виртуальный след. А значит, крайне важно придерживаться самим и научить детей жестким правилам поведения в сети.

МИФ №5. Кибербуллинг – это просто сетевые разборки подростков.

ФАКТ. В ситуации кибербуллинга возрастных ограничений нет. Кибербуллинг одинаково сильно действует на разные поколения.

**Но если ребенка нельзя оградить от этой угрозы,
это не значит, что ему нельзя помочь!**

Кибербуллинг – одна из форм запугивания, преследования, насилия, травли детей и подростков с помощью информационно-коммуникационных технологий – то есть, мобильных телефонов и интернета, агрессивное преследование одного или нескольких членов коллектива при неравном соотношении сил между преследователями и жертвой, агрессивное преследование одного или нескольких членов коллектива при неравном соотношении сил между преследователями и жертвой.

Под преследованием, как правило, имеются в виду оскорбления, насмешки, демонстративное игнорирование, унижения и побои.

Любая травля — в том числе и кибербуллинг — опасна для психологического здоровья жертв. Последствия этого могут быть крайне серьезными: замкнутость, плохая успеваемость в школе, депрессия, агрессия или даже попытки нанести себе вред. И, как правило, рядом нет ни одного взрослого, ребенок остается один на один со своей проблемой, испытывая огромное моральное давление, с которым не всегда может справиться неокрепшая психика.

Статистика вещь неумолимая, но именно она говорит о том, что в последнее время агрессоры даже и не стараются скрыть свое лицо, они действуют открыто, наслаждаясь результатами виртуальной атаки. Во многих случаях «жертва» знает, кто стоит за таким нападением, но поделиться этой информацией с родителями боится. Однако вовремя оказанная родительская поддержка и диалог могут помочь в борьбе с последствиями травли.

Что делать взрослым для профилактики кибербуллинга, его прекращения или преодоления его последствий? Ответ на этот вопрос прост и очевиден – занять детей серьезным делом, организовать для него увлекательное хобби, отдать ребенка в спортивную секцию, то есть уберечь его от чрезмерного общения в социальных сетях. Как только он стал их активным пользователем, он в любой момент может подвергнуться виртуальной травле.

Сегодня массовый кибербулинг – явление, которое охватывает аудиторию средних классов. Становясь старше, подросток понимает опасность такого явления. И если он не относится к асоциальной группе, он не будет участвовать в таких мероприятиях. Но в тоже время, если ребенок не умеет давать отпор, если он пассивно участвует в жизни школы и имеет качества аутсайдера, он обязательно окажется объектом виртуальных нападков.

Семь полезных советов «лайфхаков» для родителей и всех неравнодушных к проблеме кибербуллинга

ШАГ №1

Научите детей грамотно справляться с единичными случаями кибер-буллинга. Посоветуйте игнорировать одноразовые оскорбительные сообщения.

Не спеши выбрасывать свой негатив в интернет. Прежде чем отвечать на агрессивное сообщение, постарайся успокоиться, а еще лучше, посоветуйся со мной или сразу заблокируй обидчика. В соцсети есть практика: «Лучший способ борьбы с неадекватными - это игнор», часто вследствие такого поведения кибербуллинг останавливается на начальной стадии.

ШАГ №2

Если ваш ребенок стал жертвой кибербуллинга, необходимо сохранить свидетельства этого события. Сделать копии полученных сообщений.

Если кто-либо скажет, пришлет тебе, или ты сам обнаружишь в сети что-то такое, из-за чего ты будешь расстраиваться или переживать, обязательно поделись со мной. Особенно, если кто-то постоянно присылает тебе угрозы или порнографию. Если неприятная тебе информация размещена на каком-то сайте, всегда можно сделать запрос к администратору для ее удаления.

ШАГ №3

Сделайте вместе настройки конфиденциальности публикаций и научите ребенка добавлять «в друзья» только реальных знакомых. Расскажите о возможных последствиях размещения в сети личных фотографий и видео.

Никому не открывай свои личные данные (фамилию, номер телефона, адрес, номер школы) без нашего разрешения, не рассказывай о нашей семье и где живешь,— это закрытая информация, которую не следует распространять в сети. Никогда не делай того, что может стоить денег нашей семье. Держи свои пароли в секрете и используй для общения только ники.

ШАГ №4

Предупредите ребенка об опасности со стороны незнакомцев в виртуальном мире.

Старайся общаться только с теми людьми, которых знаешь. Обязательно поделись, если вдруг с тобой захочет встретиться пользователь сети, которого ты лично даже не знаешь. Любой человек в интернете может с легкостью выдавать себя за другую личность, поэтому ни в коем случае нельзя соглашаться на встречи с незнакомыми людьми, даже если вы и давно общаетесь в сети.

ШАГ №5

Объясните ребенку, что нельзя открывать файлы, полученные от неизвестных пользователей.

Никогда не открывай письма электронной почты, файлы или web-страницы, полученные от людей, которых ты не знаешь, так как они могут содержать вирусы или фото/видео с негативным содержанием.

ШАГ № 6

Напомните детям, что в электронной переписке и при общении в интернете, они должны быть вежливыми и дружелюбными с другими пользователями.

Старайся вести себя в сети так, как бы ты хотел, чтобы вели по отношению к тебе. При наборе текста не пользуйся ВЕРХНИМ РЕГИСТРОМ - это воспринимается в сети как крик, и может расстроить твоего собеседника. Не рассылай писем или картинки незнакомым людям без их просьбы - это воспринимается как «спам».

ШАГ № 7

Отслеживайте онлайн-репутацию ребенка — ищите его имя в поисковых серверах. Объясните детям, что каждое действие в сети сохраняет след, потому необходимо всегда думать о том, что размещать и для какого круга друзей.

Всегда заботься о собственной онлайн-репутации, не покупайся на иллюзию свободы и раскованности, что дает анонимность в социальных сетях. Всегда есть способы узнать, кто реально стоит за каким-то «ником». Интернет фиксирует всю твою историю. Запятнать эту репутацию легко, исправить — трудно.