**[Кибербуллинг — что это такое?](https://pcenter-tlt.ru/kiberbulling-chto-eto-takoe)**

[Подросткам](https://pcenter-tlt.ru/category/news/podrostkam) • [Родителям](https://pcenter-tlt.ru/category/news/roditelyam) • [Специалистам](https://pcenter-tlt.ru/category/news/spetsialistam)

С вовлечением детей и подростков в мир соцсетей и мобильных телефонов появился новый вид школьного насилия – **кибербуллинг**.

Кибербуллинг – унижение или травля с помощью мобильных телефонов, других электронных устройств.

Выделяют восемь основных типов буллинга:

1. **Перепалки, или флейминг** — обмен короткими эмоциональными репликами между двумя и более людьми, разворачивается обычно в публичных местах Сети.
2. **Нападки**, постоянные изнурительные атаки— повторяющиеся оскорбительные сообщения, направленные на жертву (например, сотни sms на мобильный телефон, постоянные звонки), с перегрузкой персональных каналов коммуникации.
3. **Клевета** — распространение оскорбительной и неправдивой информации. Текстовые сообщения, фото, песни, которые часто имеют сексуальный характер.
4. **Самозванство**, перевоплощение в определенное лицо — преследователь позиционирует себя как жертву, используя ее пароль доступа к аккаунту в социальных сетях, в блоге, почте, системе мгновенных сообщений, либо создает свой эккаунт с аналогичным никнеймом и осуществляет от имени жертвы негативную коммуникацию.
5. **Надувательство**, выманивание конфиденциальной информации и ее распространение — получение персональной информации и публикация ее в интернете или передача тем, кому она не предназначалась.
6. **Отчуждение**. Любому человеку присуще желание быть включенным в группу. Исключение же из группы воспринимается как социальная смерть. Чем в большей степени человек исключается из взаимодействия, тем хуже он себя чувствует, и тем больше падает его самооценка.
7. **Киберпреследование** — скрытое выслеживание жертвы с целью организации нападения, избиения, изнасилования и т.д.
8. **Хеппислепинг** — это физическая атака, жесткое избиение жертвы в присутствии большого числа свидетелей, которые стараются запечатлеть событие, снимаю все на камеры мобильных телефонов. Цель – выложить запись в Интернет и насладиться ложной славой.

Различия кибербуллинга от традиционного реального обусловлены особенностями интернет-среды: анонимностью, возможностью фальсификации, наличием огромной аудитории, возможностью достать жертву в любом месте и в любое время.

Реальный буллинг — это ситуация в школьном дворе, где старшие или более сильные дети терроризируют младших, слабых, он заканчивается, когда ребенок приходит из школы домой. Кибер-буллинг продолжается все время: информационно-коммуникационные технологии становятся неотъемлемой частью жизни современных подростков, и от кибер-нападок невозможно спрятаться. В отличие от реального травли, для кибер-буллинга не нужны мышцы или высокий рост, а только технические средства, время и желание кого-то терроризировать.

**Симптомы, проявляющиеся у жертв интернет-травли**

* Ухудшение показателей здоровья. Сюда могут относиться такие симптомы, как головная боль, боль в животе, проблемы со сном, подавленное настроение.
* Изменение поведения. Сигналом для тревоги может послужить неожиданная замкнутость и закрытость ученика, снижение успеваемости в школе, отстраненность от реального мира, частое пребывание в мире фантазий и в мире онлайн-игр.
* Пропажа личных вещей ученика. Неожиданное исчезновение любимых вещей ученика и денег, которое легко могут заметить родители.
* Недооценка серьезности и умаление значение кибер-террора. Жертвы травли на первом этапе общения со взрослыми зачастую скрывают случаи кибер-травли, которые осуществляют с ними другие ученики или умаляют их значении в глазах взрослых. Если есть серьезные подозрения на наличие кибер-террора, необходимо провести повторную беседу с учеником и усилить наблюдение за ним.

**Защита от интернет-травли**

Как только кто-то становится жертвой травли, так сразу к нему приходит ощущение полной беспомощности. Словесные аргументы или просьбы оставить в покое не имеют шансов в борьбе с анонимной кибермоббинг группой. Низкая самооценка жертвы обостряет ситуацию отчаяния и беспомощности. Оставшись «наедине» с преследователи, трудно ожидать помощи или поддержки со стороны: если негативное видео попало в сеть, то за короткий период времени оно наберет большое количество просмотров. Как следствием может стать незамедлительная [социальная стигматизация](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%B3%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%B7%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F) (появление ярлыка) жертвы.

Родители должны подробно расспросить ребёнка о случившемся прецеденте травли и информировать о нём школу. Взрослые могут также помогать детям и подросткам в противостоянии кибертеррору: например, могут сообщить полиции, выступить в качестве медиатора в разрешении конфликта.

Также необходимо сохранить свидетельства этого события. Сделать копии полученных сообщений. Сохраняйте спокойствие — вы можете еще больше напугать ребенка своей бурной реакцией на то, что он вам показал. Главной задачей является эмоциональная поддержка. Не следует преуменьшать значение агрессии против вашего ребенка, но и пугать также не следует: нужно дать ребенку уверенность в том, что проблему можно преодолеть. Никогда не наказывайте и не ограничивайте действия ребенка в ответ на его признание. Проговорите с ребенком ситуацию и внимательно его выслушайте. Обсудите простейшие правила безопасности при пользовании интернетом, дайте советы по дальнейшему предотвращению кибер-буллинга. Одноразовой беседы будет недостаточно — медийный иммунитет, как и биологический, не формируется раз и навсегда, а требует периодического обновления.

Совершенствование знаний и понимания в области медиакомптенций родителей, педагогов и воспитателей — лучшая профилактика в борьбе с преследованием.

В рамках  кампании против кибербуллинга некоторые создатели антивирусных программ создали новый интерактивный портал, который поможет родителям научиться замечать косвенные признаки кибербуллинга.

**Линия помощи “Дети Онлайн”**

Если вы нуждаетесь в консультации специалиста по вопросам безопасного использования Интернета или если ваш ребенок уже столкнулся с рисками в Сети, обратитесь на линию помощи “Дети Онлайн” по телефону:

**8 800 25 000 15 (звонок по России бесплатный).**