

Как избежать использования личной информации для манипуляции или унижения в социальных сетях?

Дважды подумайте, прежде чем выкладывать что-либо в сеть. Эта информация может сохраниться в интернете навечно, и потом её могут использовать вам во вред. Не сообщайте такие личные данные, как номер телефона или школы, в которую вы ходите, адреса и др.

Изучите настройки конфиденциальности в ваших любимых социальных сетях.

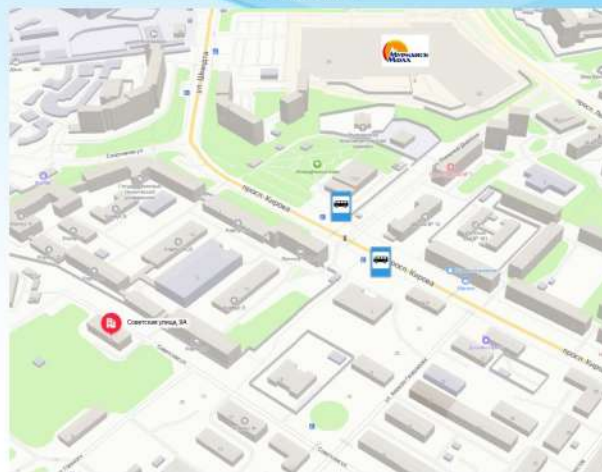
- Вы можете сами решить, кому можно просматривать ваш профиль, отправлять вам личные сообщения или оставлять комментарии к вашим постам, изменив настройки конфиденциальности вашей учётной записи.

• Вы можете отправить жалобу на оскорбительные комментарии, сообщения и фотографии, и попросить их удалить.

• Помимо «удаления из списка друзей», вы можете полностью заблокировать определённых пользователей для того, чтобы они не могли видеть ваш профиль или связываться с вами и т.д.



Государственное областное бюджетное учреждение Мурманской области
«Центр психолого-педагогической и социальной помощи»



Мы работаем:

Понедельник-четверг 9.00-17.00

Пятница 9.00-15.30

Вс, сб –выходные

Перерыв на обед 13.00-13.30

Адрес: г.Мурманск, ул. Советская, д.9а

Контактные телефоны:

8(8152)256630

8(8152)256649

8(8152)256623

8(8152)254062



Сайт: cpmss.ru
Почта: opmpk@mail.ru

Использованы иллюстрации,
взятые из общедоступных баз данных
Illustration by [Icons 8](https://www.icons8.com/)

Министерство образования и науки
Мурманской области

Государственное областное бюджетное учреждение Мурманской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

7-9 КЛАССЫ БУЛЛИНГ В СЕТИ



ПАМЯТКА ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

Мурманск 2021 г.

Что такое кибербуллинг?

Кибербуллинг - это запугивание и травля с использованием цифровых технологий. Он может проходить в социальных сетях, в приложениях для обмена сообщениями, на игровых платформах и мобильных телефонах. Это повторяющиеся эпизоды, цель которых - напугать, разозлить или опозорить тех, кого хотят обидеть или причинить вред.

Пример:

- распространение ложной информации или размещение непристойных фотографий в социальных сетях;
- отправка оскорбляющих сообщений или угроз через платформы обмена сообщениями;
- выдача себя за другое лицо и отправка непристойных сообщений от его имени.

Интернет-травля оставляет цифровой след - запись, которая может оказаться полезной и стать доказательством, необходимым для прекращения запугиваний.



«Как противостоять «троллям?»»
Видео созданное при
сотрудничестве
с ИИТО ЮНЕСКО

Если ты жертва кибербуллинга

1. Спокойно обдумай ситуацию. Если начать отвечать оскорблениями на оскорбления, то конфликт только сильнее разожжется;
2. Сообщите о произошедшем людям которым доверяете (родителям, друзьям, учителям, братьям или сестрам и т.п.). Посоветуйтесь как себя вести в такой ситуации;
3. Хранить записи и скриншоты для доказательства;
4. Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать. Обычно агрессия прекращается на начальной стадии;
5. В программах обмена мгновенными сообщениями, в социальных сетях есть возможность блокировки отправки сообщений с определенных адресов; сообщений с определенных адресов;

- ⇒ Уделяй внимание своей киберрепутации. Не стоит вести хулиганский образ виртуальной жизни. Интернет фиксирует и сохраняет все действия, включая хулиганские.
- ⇒ Анонимность в сети мнимая. Существуют способы выяснить, кто стоит за анонимным аккаунтом.

Если ты свидетель кибербуллинга

Твои действия:

1. Сохранить записи и скриншоты для доказательств;
2. Сообщить взрослым о факте агрессивного поведения в сети;
3. Поддержать жертву: написать ей слова поддержки или сказать лично, предложить помощь;
4. Показать буллеру, что его действия оцениваются негативно. Написать личное письмо, где указать, что его действия недопустимы.

Ответственность за кибербуллинг

В законодательстве существуют инструменты, позволяющие бороться с травлей, основанной на клевете.

- Уголовный кодекс предусматривает наказание за: клевету (128.1 УК РФ), шантаж и вымогательство (163 УК РФ), доведение до самоубийства (статья 110 УК РФ).
- Административный кодекс за: оскорбление (5.61 КоАП РФ).

