**Что такое кибербуллинг?**

Кибербуллинг — это любой целенаправленный и повторяющийся вред, наносимый кому-либо с использованием интернет-технологий, компьютеров, гаджетов и других электронных устройств.

Согласно статистике, свыше 56% подростков постоянно находятся в интернете, при этом российские дети обгоняют ровесников из Америки и Европы по уровню онлайн-вовлеченности. О том, что интернет может быть агрессивной средой для подрастающего поколения, свидетельствуют результаты исследования проектно-учебной лаборатории образовательной журналистики НИУ ВШЭ и Института образования НИУ ВШЭ. По их данным, около 70% российских подростков признаются в том, что были участниками или жертвами онлайн-травли. Нередко в дальнейшем жертвы сами становились агрессорами в Сети: об этом рассказали 40% школьников, подвергшихся кибербуллингу.

К основным видам кибербуллинга относятся:

— Хейтинг — необоснованная критика в адрес конкретного человека, которая выражается в виде комментариев и сообщений.

— Троллинг — высмеивание и уничижение жертвы в агрессивных сообщениях, которые размещаются на различных сайтах и страницах в социальных сетях.

— Киберсталкинг — преследование человека с помощью гаджетов. Также возможны регулярные угрозы в адрес жертвы и членов ее семьи.

— Секстинг — рассылка или публикация фото- и видеоматериалов с обнаженными и полуобнаженными людьми. Обычно используется для шантажа, вымогательства или мести бывшему партнеру.

— Грифинг — используется в многопользовательских онлайн-играх и представляет собой преследование других игроков. В рамках грифинга обидчики используют нецензурные выражения, блокируют отдельные области игры и открыто мошенничают, чтобы лишить игроков удовольствия от игры.



**НОВОСТЬ ПО ТЕМЕ**

[**Исследование: у половины росcийских детей в возрасте 5-7 лет есть смартфон**](https://aif.ru/society/safety/issledovanie_u_poloviny_rosiyskih_detey_v_vozraste_5-7_let_est_smartfon)

**Чем опасен кибербуллинг?**

По данным экспертов Роскачества, онлайн-травля может привести не только к таким негативным эмоциям, как стыд, страх и тревога, но и к попыткам свести счеты с жизнью. Причем страдают от кибербуллинга не только жертвы, но и обидчики. Стоит учитывать, что нередко травля выходит за рамки интернета и продолжается в реальной жизни.

Ситуацию осложняет то, что в большинстве случаев подростки не готовы делиться подробностями своей онлайн-жизни с родителями и скрывают от них возникшие в Сети проблемы. «Дети очень редко рассказывают родителям и даже друзьям о том, что над ними издеваются. Молчание и переживание этого в одиночестве может стать причиной появления огромного количества психических проблем, трудностей в общении с одноклассниками. Люди, которые становились жертвами кибербуллинга, помнят об этом всю свою жизнь», — рассказала **менеджер образовательных программ Group-IB Полина Фомина.**

**Как определить, что ребенок подвергся интернет-травле?**

На возможный кибербуллинг будут указывать такие признаки, как встревоженность, напряженность, запуганность и плохое настроение. Странное поведение школьника может продолжаться на протяжении нескольких дней. Также некоторые дети, испытавшие на себе интернет-травлю, резко удаляют свои страницы в соцсетях.

Для того чтобы выяснить причину происходящего, детский и семейный психолог образовательного центра «Позитивные решения для родителей»**Екатерина Кес**советует провести с ребенком доверительный разговор. «Заверьте ребенка, что вам он может рассказать абсолютно все, поскольку, что бы ни случилось, вы будете всегда на его стороне и поможете ему разобраться с любыми вопросами», — рекомендует она.

**Как предотвратить кибербуллинг?**

Прежде чем ребенок завершит регистрацию в социальных сетях, важно вместе с ним выставить в настройках профиля максимальную приватность. Также родителям необходимо объяснить школьнику, что в Сети стоит вести себя дружелюбно либо нейтрально, а также перечислить, какую информацию (в том числе фотографии) не стоит размещать в интернете. Еще одна задача взрослых — рассказать детям о том, что в Сети возможны угрозы или шантаж. В таких случаях необходимо сразу прекратить общение с обидчиком и рассказать об этом родителям. Также не будет лишней информация о том, что некоторые пользователи интернета выдают себя за тех людей, которыми не являются в реальной жизни.

**Что делать, если ребенок стал жертвой интернет-буллинга?**

В случае если ребенок не смог избежать онлайн-травли, необходимо предпринять следующие шаги:

1. Отправить жалобу в соцсеть. Большинство социальных сетей обладают функцией отправки жалобы на оскорбления. Кроме того, жертва может забанить своего обидчика. Эти способы самые простые и эффективные в борьбе с травлей.

2. Игнорировать агрессора. Как только обидчик лишится мотивации, он быстро успокоится и прекратит попытки задеть ребенка.

3. Попытаться поговорить с обидчиком. Став жертвой интернет-травли, можно попытаться поговорить с обидчиком и попросить его прекратить оскорбления и удалить неподобающие сообщения. При этом стоит упомянуть, что продолжение кибербуллинга приведет к обращению в полицию.

4. Отправить жалобу в госограны. На кибербуллинг можно пожаловаться в суд, полицию или Роскомнадзор.

5. Сменить пароль. Если в Сети появились ваши личные сообщения или фотографии, а аккаунт в соцсети был взломан, необходимо сменить пароль. Специалисты Роскачества рекомендуют проводить эту процедуру как можно чаще, не дожидаясь взлома профилей.

6. Обратиться за помощью к психологу. В случае необходимости можно позвонить по детскому номеру доверия — 8-800-2000-122. Его специалисты окажут ребенку необходимую психологическую помощь.