

## ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ

**КИБЕРБУЛЛИНГ** – травля в пространстве современных технологий. Издевательства в интернете дети переносят тяжело, всерьёз. Чтобы помочь им справиться с интернет-преследованием, желательно самому быть пользователем «всемирной паутины». К сожалению, взрослые часто не имеют достаточных представлений о том, с какими трудностями и опасностями может встретиться ребёнок в интернет-пространстве, а сталкиваясь с этим, отстраняются от проблемы или в панике реагируют слишком агрессивно.

*Если вы узнали, что ребёнок подвергается кибербуллингу:*

- Не закрывайте глаза на случившееся, не ограничивайтесь фразами типа: «это ерунда, просто выключи компьютер».
- Не думайте, что ребёнок может справиться с этим самостоятельно, необходимо и ваше участие.
- Поговорите с ребёнком о случившемся, не «допрашивая» его.
- Не обвиняйте и не ругайте его, старайтесь прямо здесь и сейчас не искать глубинных причин произошедшего.
- Не запрещайте ребёнку использовать гаджеты и интернет.
- Поддержите чувства ребёнка, ему важно, что вы понимаете его.
- Расскажите ребёнку о том, что не нужно отвечать на агрессивные сообщения или стараться дать отпор, это может ещё больше спровоцировать обидчика.
- Заблокируйте обидчика, удалите по возможности его из контактов, обратитесь к администратору сайта для принятия мер.
- Если вы не уверены в правильности своих действий, обратитесь по телефону доверия 8-800-250-00-15 (линия помощи «Дети России онлайн Фонда Развития Интернет» при поддержке Министерства образования и науки Российской Федерации), где вам дадут рекомендации, как эффективно разрешить вашу ситуацию.

## ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ

**КИБЕРБУЛЛИНГ** – травля в пространстве современных технологий. Издевательства в интернете дети переносят тяжело, всерьёз. Чтобы помочь им справиться с интернет-преследованием, желательно самому быть пользователем «всемирной паутины». К сожалению, взрослые часто не имеют достаточных представлений о том, с какими трудностями и опасностями может встретиться ребёнок в интернет-пространстве, а сталкиваясь с этим, отстраняются от проблемы или в панике реагируют слишком агрессивно.

*Если вы узнали, что ребёнок подвергается кибербуллингу:*

- Не закрывайте глаза на случившееся, не ограничивайтесь фразами типа: «это ерунда, просто выключи компьютер».
- Не думайте, что ребёнок может справиться с этим самостоятельно, необходимо и ваше участие.
- Поговорите с ребёнком о случившемся, не «допрашивая» его.
- Не обвиняйте и не ругайте его, старайтесь прямо здесь и сейчас не искать глубинных причин произошедшего.
- Не запрещайте ребёнку использовать гаджеты и интернет.
- Поддержите чувства ребёнка, ему важно, что вы понимаете его.
- Расскажите ребёнку о том, что не нужно отвечать на агрессивные сообщения или стараться дать отпор, это может ещё больше спровоцировать обидчика.
- Заблокируйте обидчика, удалите по возможности его из контактов, обратитесь к администратору сайта для принятия мер.
- Если вы не уверены в правильности своих действий, обратитесь по телефону доверия 8-800-250-00-15 (линия помощи «Дети России онлайн Фонда Развития Интернет» при поддержке Министерства образования и науки Российской Федерации), где вам дадут рекомендации, как эффективно разрешить вашу ситуацию.

***Как обезопасить ребёнка, оказавшегося жертвой кибербуллинга или участником нежелательных интернет-сообществ:***

- Развивайте доверительные отношения с ребёнком, будьте в курсе событий его жизни в реальном и виртуальном пространстве. Скажите, что он всегда может обратиться к вам, если у него возникнут какие-то проблемы в интернете, что для вас это важно и вы волнуетесь за него.
- Не избегайте разговоров на тему виртуального пространства с ребёнком, объясняйте правила пользования интернетом, онлайн-этикет, обсуждайте полезные сайты, сообщайте о тех рисках, с которыми может столкнуться ребёнок.
- Объясните необходимость защиты персональных данных и сделайте вместе соответствующие действия.
- Не запрещайте ребёнку использовать интернет и не запугивайте его этим запретом, не используйте интернет как средство поощрения.
- Проинформируйте ребёнка или вместе исследуйте, как он может защитить себя в интернете, где может получить помощь, как безопасно покинуть «группу» или прекратить общение с нежелательным собеседником (например, кнопка «заблокировать» в социальных сетях).
- Заведите аккаунт в социальной сети, «дружите» там со своим ребёнком, но никогда не шпионьте за ним, это может подорвать доверие, которое будет очень нелегко восстановить.
- В случае угрозы для безопасности вашего ребёнка обращайтесь в правоохранительные органы.

***Квалифицированную консультацию специалистов можно получить в Центре психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (запись по телефону 92-68-09)***

***Как обезопасить ребёнка, оказавшегося жертвой кибербуллинга или участником нежелательных интернет-сообществ:***

- Развивайте доверительные отношения с ребёнком, будьте в курсе событий его жизни в реальном и виртуальном пространстве. Скажите, что он всегда может обратиться к вам, если у него возникнут какие-то проблемы в интернете, что для вас это важно и вы волнуетесь за него.
- Не избегайте разговоров на тему виртуального пространства с ребёнком, объясняйте правила пользования интернетом, онлайн-этикет, обсуждайте полезные сайты, сообщайте о тех рисках, с которыми может столкнуться ребёнок.
- Объясните необходимость защиты персональных данных и сделайте вместе соответствующие действия.
- Не запрещайте ребёнку использовать интернет и не запугивайте его этим запретом, не используйте интернет как средство поощрения.
- Проинформируйте ребёнка или вместе исследуйте, как он может защитить себя в интернете, где может получить помощь, как безопасно покинуть «группу» или прекратить общение с нежелательным собеседником (например, кнопка «заблокировать» в социальных сетях).
- Заведите аккаунт в социальной сети, «дружите» там со своим ребёнком, но никогда не шпионьте за ним, это может подорвать доверие, которое будет очень нелегко восстановить.
- В случае угрозы для безопасности вашего ребёнка обращайтесь в правоохранительные органы.

***Квалифицированную консультацию специалистов можно получить в Центре психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи (запись по телефону 92-68-09)***