

## Как помочь ребенку, если он уже столкнулся с интернет-угрозой?

**1. Если ребенок столкнулся с кибербуллингом, то вы можете заметить изменения в его настроении во время и после общения в интернете.**

Установите контакт с ребенком, постарайтесь расположить его к разговору о том, что произошло. Он должен вам доверять и понимать, что вы хотите разобраться в ситуации и помочь ему, но ни в коем случае не наказывать.

**2. Если ребенок расстроен чем-то увиденным (например, кто-то взломал его профиль в социальной сети) или он попал в неприятную ситуацию (потратил деньги в результате интернет-мошенничества и пр.), постарайтесь его успокоить.**

Выясните, что привело к данному результату – непосредственно действия самого ребенка, недостаточность вашего контроля или незнание ребенком правил безопасного поведения в интернете.

**3. Если ситуация связана с насилием в интернете в отношении ребенка, то необходимо узнать информацию об обидчике, историю их взаимоотношений, выяснить, существует ли договоренность о встрече в реальной жизни и случались ли подобные встречи раньше, узнать о том, что известно обидчику о ребенке (реальное имя, фамилия, адрес, телефон, номер школы и т. п.).**

Предложите свою помощь – обсудите, как можно обезвредить, заблокировать агрессора. Объясните, какой опасности может подвергнуться ребенок при встрече с незнакомцами, особенно без свидетелей. Если киберагрессия носит серьезный характер и есть риск для здоровья ребенка, то могут быть основания для привлечения правоохранительных органов.

**4. Соберите наиболее полную информацию о происшествии как со слов ребенка, так и с помощью технических средств.**

Зайдите на страницы сайта, где он был, посмотрите список его друзей, прочтите сообщения. При необходимости скопируйте и сохраните эту информацию.

**5. В случае, если вы не уверены в своей оценке того, насколько серьезно произошедшее с ребенком, или ребенок недостаточно откровенен с вами и не готов идти на контакт, обратитесь к специалисту (телефон доверия, горячая линия и др.), где вам дадут рекомендации и подскажут, куда и в какой форме обратиться по данной проблеме.**

Если поступающие угрозы являются достаточно серьезными, касаются жизни или здоровья ребенка, а также членов вашей семьи, то вы имеете право на защиту со стороны правоохранительных органов.

## Пошаговая инструкция борьбы с кибербуллингом в социальных сетях

1. Сообщите о произошедшем представителям социальной сети. Пожалуйтесь на обидчика представителям социальных сетей, в которых происходила травля. В соцсетях есть правила, касающиеся сообщений оскорбительного содержания и другого неприемлемого поведения. После вашего обращения представители сервисов обязаны расследовать ситуацию.
2. Подумайте, кому еще нужно сообщить о ситуации. Если вы сочтете случай кибербуллинга достаточно серьезным, возможно, вам следует обратиться к руководству школы, если обидчик вашего ребенка учится там же; к родителям обидчика; в полицию. Помните! Вы должны быть уверены в своих обвинениях, так как в случае ошибки вы можете серьезно и непоправимо испортить репутацию человека, которого обвините.
3. Помогите ребенку изменить настройки его профиля в социальных сетях. Помешайте хулигану снова выйти на связь с вашим ребенком. Сократите вместе с ребенком количество личной информации о нем в открытом доступе. Не раскрывайте в сети личную информацию: адрес, номер телефона и местонахождение. От нежелательных контактов можно себя оградить, если изменить настройки приватности в аккаунтах социальных сетей. Это поможет оградить определенных людей от онлайн-общения с вашим ребенком. Измените эти настройки так, чтобы только близкие друзья смогли связаться с ним. Возможно, следует изменить имя вашего ребенка в социальных сетях. Если ребенок сохранит прежнее имя или никнейм, обидчик сможет найти его и продолжить травлю, представившись кем-то другим. Исключите такую возможность, сменив имя ребенка в социальных сетях, его фотографию профиля, а также любую другую информацию, которая может помочь обидчику идентифицировать его. После того, как внесете все необходимые изменения, проверьте, насколько сложно стало найти вашего ребенка в сети.
4. Создайте новую учетную запись. Если кто-то выдает себя за вашего ребенка в сети, может помочь создание новой учетной записи. Сообщите друзьям и близким ребенка, что у него изменились адрес электронной почты, профиль в социальных сетях и имена учетных записей.
5. Эмоциональная поддержка ребенка. Не критикуйте и обязательно поддерживайте вашего ребенка в этот острый период. Дайте ребенку понять, что в случае кибербуллинга он может довериться вам и людям, которые профессионально оказывают помощь в таких ситуациях, расскажите о возможностях анонимной службы, которой можно доверить свою проблему и найти выход из сложившейся ситуации. В подобных ситуациях очень важно быстро и оперативно найти поддержку и выговориться, перестать чувствовать себя «жертвой» чей-то жестокой шутки или мести. Когда ребенок не один, а вместе с кем-то будет принимать шаги по решению проблемы, он почувствует, что он борется с проблемой и решает ее, а не закрывает на нее глаза и смиряется с приговором в сети.
6. Предложите ребенку написать о случившемся. Часто для ребенка бывает полезно записать то, что с ним произошло. На бумаге он сможет осмыслить, что

с ним произошло, восстановить всю картину кибербуллинга. Так он научится быстро распознавать признаки кибертравли при ее первых признаках.

7. Установите общие правила пользования интернетом в вашей семье. Очень важно договориться с ребенком о правилах использования социальных сетей и интернета, чтобы оградить его от опасностей, которых в наше время становится все больше.

