КИБЕРБУЛЛИНГ

Поговорим?

“Let's talk?”

Әңгімелесейік?

ЧТО ТАКОЕ КИБЕРБУЛЛИНГ?

Кибербуллинг или киберзапугивание – это неоднократное использование компьютеров, мобильных телефонов, смартфонов или любых других технологий, чтобы причинить боль или смущение другому человеку.

Запугивание больше не ограничивается в школьном дворе.

Это может быть по телефону или онлайн, вне поля зрения учителей и родителей.

Являюсь ли я жертвой кибербуллинга?

Как отличить шутку от издевательства?

На самом деле.....

Все друзья шутят друг с другом

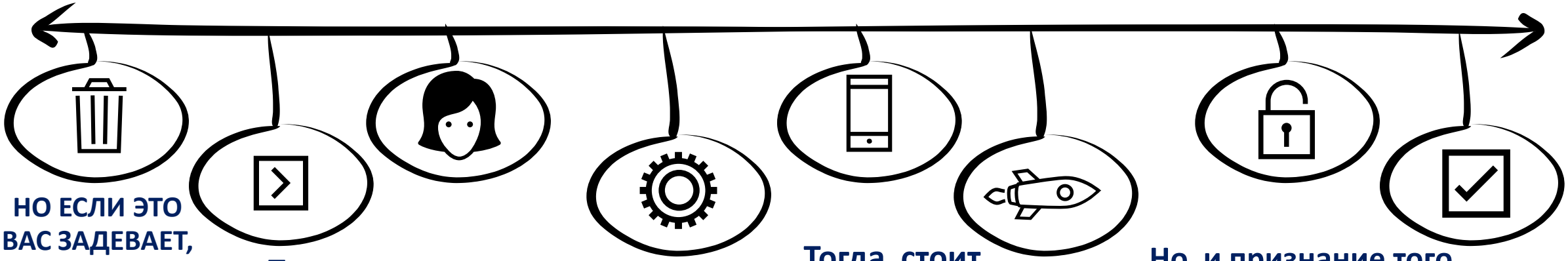
Если это продолжается даже после того, как вы попросили человека прекратить, и это продолжает вас ранить

ВЕЗДЕ, ГДЕ БЫ ЭТО НЕ ПРОИЗОШЛО, ЕСЛИ ВЫ НЕ ДОВОЛЬНЫ ЭТИМ

Называйте это как хотите, если вас это задевает и это не прекращается

Прекращение кибербуллинга - это не только призыв к хулиганам

Никто не заслуживает унижение



НО ЕСЛИ ЭТО ВАС ЗАДЕВАЕТ, ТОГДА ШУТКА ЗАШЛА СЛИШКОМ ДАЛЕКО

Тогда это может быть буллингом

ВЫ НЕ ДОЛЖНЫ ТЕРПЕТЬ ЭТО

Тогда стоит обратиться за помощью.

Но и признание того, что все заслуживают уважения, и в Интернете, и в реальной жизни.

Каковы последствия кибербуллинга?

чувствовать себя расстроенным

чувствовать стыд

усталость (потеря сна)

чувствовать себя смущенным, глупым

боли в животе

потеря интереса к любимым вещам

головные боли

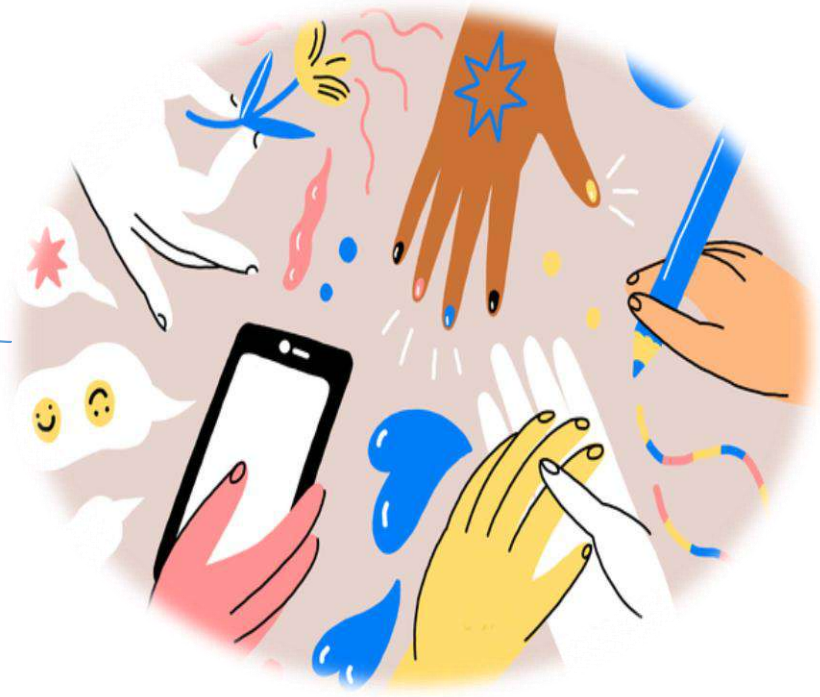
К кому мне следует обратиться, если кто-то запугивает меня онлайн? Почему так важно говорить об этом?

Советы: куда можно обратится?

ЕСЛИ ВЫ СЧИТАЕТЕ, ЧТО НАД ВАМИ ИЗДЕВАЮТСЯ:

Обратитесь за помощью к кому-то, кому вы доверяете, например, к родителям, близкому члену семьи или другому взрослому

Если издевательства/ буллинг происходят на платформе социальной сети, блокируйте хулигана



В своей школе вы можете обратиться к психологу, спортивному тренеру или вашему любимому учителю

Если вы находитесь в непосредственной опасности, вам следует связаться с полицией или со службами экстренной помощи

Facebook / Instagram: если вы подвергаетесь издевательствам в Интернете, поговорите с родителями, учителем или кем-то еще, кому вы можете доверять

В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ FACEBOOK ИЛИ INSTAGRAM МОЖНО ПРЯМО СООБЩИТЬ О ЛЮБЫХ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВАХ

Я подвергаюсь кибербуллингу, но я боюсь рассказать родителям об этом. Как я могу сказать им?

Как поговорить с родителями?

ВЫБЕРИТЕ ВРЕМЯ, ЧТОБЫ ПОГОВОРИТЬ

КОГДА ВЫ УВЕРЕНЫ ЧТО ОНИ ПОЛНОСТЬЮ СОСРЕДОТОЧЕНЫ НА ВАС

ОБЪЯСНИТЕ, НАСКОЛЬКО СЕРЬЕЗНА ПРОБЛЕМА ДЛЯ ВАС

ВАЖНО! В случае если не сможете поговорить с родителями, найдите взрослого, которому Вы доверяете и который может помочь Вам справиться с ситуацией

Как я могу помочь своим друзьям сообщить о случае кибербуллинга, особенно если они не хотят этого делать сами?

Как помощь другу, в случае кибербуллинга

- **Обязательно предложите поддержку**
- **Слушайте друга (что чувствует, что хочет сказать)**
- **Будьте добры к другу/подруге**
- **Помогите ему/ей продумать, что они могут сказать и кому**

- **Предложите пойти с ними, если они решат сообщить**
- **Если ваш друг по-прежнему не хочет сообщать об инциденте, помогите ему найти взрослого, которому он/она доверяет, который может помочь им справиться с ситуацией**
- **Сообщение о случае кибербуллинга всегда анонимно в Instagram и Facebook**
- **Помните, что в определенных ситуациях последствия кибербуллинга могут быть опасными для жизни**

Как я могу предотвратить использование моей личной информации от манипулирования или унижения меня в социальных сетях?

Рекомендации

01

! НЕ СООБЩАЙТЕ ЛИЧНЫЕ ДАННЫЕ

- **ваш адрес**
- **номер телефона**
- **название вашей школы**
- **пароль**
- **…..**

02

Узнайте о настройках конфиденциальности ваших любимых приложений для социальных сетей

03

Решите для себя, кто может видеть ваш профиль, отправлять вам прямые сообщения изменив настройки конфиденциальности вашей учетной записи.

«Удалите из друзей», полностью заблокируйте нежелательных людей, чтобы они не могли видеть ваш профиль или связываться с вами.

Помните!!!

Подумайте дважды, прежде чем публиковать или делиться чем-либо в Интернете, это может остаться в сети навсегда и может быть использовано, чтобы навредить вам позже

Если Я в роли агрессора в интернете или Кибербуллер

Запомните!

ДЕЙСТВИЯ

- **постинг негативных комментариев под фото**
- **оскорбительные сообщения**
- **создание изображений и видео, высмеивающих человека;**
- **взлом учетной записи и постинг сообщений от лица взломанного пользователя.**

ПОСЛЕДСТВИЯ

уголовная ответственность

за клевету (130 УК РК), **оскорбления** (131 УК РК)

Ответственность за действия несовершеннолетних детей несут:
- их родители, законные представители (ст. 127 КоАП);
- государственные учреждения, в которых дети находятся (ст. 127-1 КоАП)

Обратная связь

Что полезного вы узнали и что вы берете с собой в качестве подсказки и помощи?

Спасибо за Ваше участие!

Вы всегда можете связаться со мной по следующим контактным данным:

Нурсалова Лаура Нурлановна
педагог-психолог колледжа
тел. 87755016034