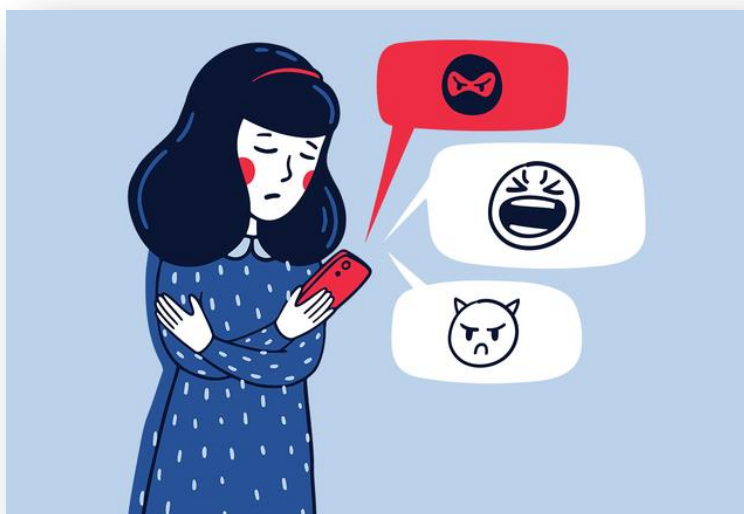


КИБЕРБУЛЛИНГ / ТРАВЛЯ В СЕТИ.



КАК РЕАГИРОВАТЬ? КАК СЕБЯ ЗАЩИТИТЬ?

Кибербуллинг - это травля, оскорбления или угрозы, высказываемые с помощью сообщений в социальных сетях, мессенджерах или sms.

Есть общие правила, которые работают при любом виде кибербуллинга. Важно их знать, чтобы защитить себя.

1. Не предпринимай самостоятельных действий по наказанию агрессора.
2. Немедленно обратись за советом к родителям или в специальные организации за помощью.
3. Сделай снимок экрана с оскорблениями (screen-shot) и перешлите его модераторам ресурса.
4. Или напиши письмо в техподдержку с просьбой удалить аккаунт хулигана. Важно помнить, что адекватно отреагировав на неприятное сообщение, оповестив администрацию ресурса о киберхулигане, можно обезопасить от него, не только себя, но и остальных пользователей.
5. Если же преследование происходит лично, с помощью электронной почты, сервисов мгновенных сообщений (ICQ, Google talk и т.д.) или IP телефонии (Skype) избавиться от неприятного собеседника можно нажав клавишу «игнорировать» (или «черный

список»). У большинства программ, предназначенных для общения, существует такая или аналогичная функция.

Рассмотрим более подробно виды кибербуллинга и как себя защитить в каждой ситуации.

Виды кибербуллинга:

Бойкот - исключение из всех кругов общения в интернете. Группы, чаты, паблики – любая площадка, где происходит общение класса.

Бойкот и как на него реагировать?

Изгнание часто бывает молчаливым: человеку об этом даже не сообщают. А бывает и неявным – сообщения жертвы просто игнорируются.

Как реагировать:

1. Признайте, что вам причинили боль.
2. Подумайте, что заставляет человека устраивать бойкот другому.
3. Помните, что в основе бойкота лежит желание сделать человека «козлом отпущения».
4. Оказывайте противодействие человеку, который вас саботирует, или откажитесь от общения.

Если хотите продолжить общение с человеком, объявившем вам бойкот:

- Попробуйте дать себе личностную установку, которая позволит вам легко одержать победу. (Звучит жестоко, но личные границы нужно расставлять)
- Разберитесь, почему, на ваш взгляд, ваш друг, член семьи или любимый человек игнорирует вас.
- Придите с мирными предложениями.
- Объясните, что вы чувствуете, если вас игнорируют

Домогательство - рассылка угроз, оскорблений, высмеиваний, ведение психологических игр, например задают вопросы и подлавливают на «неправильных» или «глупых» ответах.

Как защититься от домогательств?

Главные принципы защиты:

1. При первых признаках агрессии (требования, угрозы, шантаж) заканчивать разговор.
2. Не реагировать на попытки буллера возобновить его.
3. Если домогательства повторяются, нужно заблокировать агрессора и сообщить об этом факте взрослым, правоохранительным органам.

Троллинг - общение в провокационном стиле, часто с использованием оскорблений или ненормативной лексики.

Как защититься от троллинга?

Троллинг очень похож на издевательства в оффлайн-обстановке. Но у интернет-тролля есть преимущества: он может выступать анонимно, писать с фейковых аккаунтов, атаковать в любой удобный ему момент.

Основная цель тролля – унижить, разозлить жертву и заставить ее выйти из себя и перейти на оскорбления. Троллю всегда нужна «пища» в виде явных обид, ответных выпадов, угроз.

Как защититься?

Лучшая тактика защиты в этом виде - ***игнорирование***.

Но если троллинг перерастает в угрозы – стоит обязательно обратиться к взрослым, правоохранительным органам.

Аутинг - целенаправленная публикация личной информации человека без его согласия с целью унижения или шантажа.

Как защититься от аутинга?

Причем к травле относится именно целенаправленная публикация такой информации с целью его унижить или шантажировать. Сюда же относятся и угрозы распространить личную информацию, передать ее учителям, полиции, использовать для создания клеветнических публикаций.

Как защититься:

1. Выкладывать минимум личной информации в общедоступное поле.
2. Угрозы аутигом – это травля. О ней нужно обязательно сообщать – правоохранительным органам, родителям, психологу, на анонимный телефон помощи.

Диссинг - распространение информации, которая может опорочить человека. В оффлайне диссинг обычно существует в форме сплетен и слухов.

Как защититься от диссинга?

Создание оскорбительных мемов, сфабрикованных текстов сообщений, скриншотов с недостоверной информацией. Жертве могут внушать без всяких доказательств, что знают о ней нечто «нехорошее».

Как защититься?

1. Агрессору важна реакция, важно понимать, что он контролирует жертву и может принудить ее плясать под свою дудку.
2. Если и отвечать на «диссы», то спокойно, с юмором.
3. Но лучше всего не показывать, что тебя в принципе задела нападки.

Фрейпинг - обидчик, получив доступ к аккаунту, меняет его данные (в том числе пароль и коды доступа, что делает невозможным его вернуть) и публикует нежелательный контент от имени владельца.

Как защититься от фрейпинга?

Нужно обратиться к руководству сети. Как правило, доступ к аккаунту через какое-то время можно вернуть. Чем скорее это будет сделано, тем меньше шансов, что обидчик причинит вам большой вред.

Конечно, важны и другие меры: сложный пароль, двухфакторная авторизация, отключение автосохранения пароля на устройстве.

Кетфишинг - обидчик создает новый, полностью идентичный оригинальному аккаунт жертвы. Там могут быть все доступные фотографии, тот же текст – или слегка измененный. С помощью

«фейка» агрессор может троллить других, устраивать провокации или пытаться выставить владельца оригинального профиля на посмешище.

Как защититься от кетфишинга?

В отличие фрейпинга, этот вид буллинга в интернете не требует сложных манипуляций – для этого достаточно иметь минимум доступной информации.

Как защититься?

1. Написание запроса к администрации сайта с просьбой удалить «фейковый» профиль.
2. Если все же агрессор успел «наследить», можно разместить на своем профиле (в статусе, в ленте) сообщение такого содержания: «Внимание! От моего лица действует фейковый профиль. Если он пишет вам, оскорбляет или провоцирует вас, знайте: это не я».