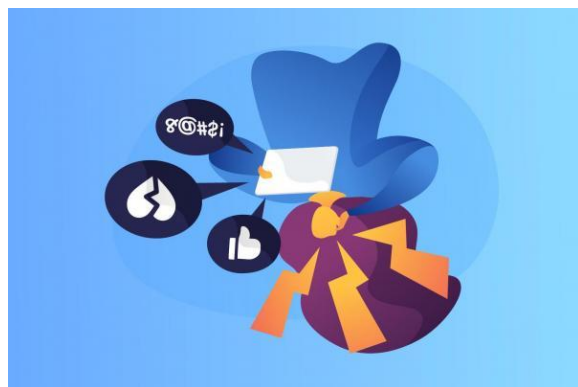
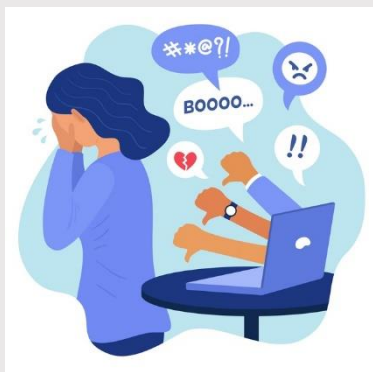


ПАМ'ЯТКА ЯК НЕ СТАТИ ПОТЕРПІЛИМ ВІД ЦЬКУВАННЯ В ОНЛАЙН ПРОСТОРІ.

- ✓ Висловлюйте у мережі лише те, що можна сказати в очі співрозмовнику.
- ✓ Не будьте джерелом негативу у кіберпросторі.
- ✓ Підтримуйте власну позитивну онлайн-репутацію.
- ✓ Не розповідайте особистої інформації онлайн-друзям.
- ✓ Проігноруйте одиничний випадок кібербулінгу – за таких умов кривдник, найімовірніше, втратить інтерес до вас.
- ✓ Негайно звертайтеся по допомогу до дорослих, якщо випадки кібербулінгу мали місце вже кілька разів.
- ✓ Заблокуйте електронні адреси, з яких вам надійшли повідомлення негативного змісту, або попросіть про це дорослого.
- ✓ Не реагуйте у колективних чатах на коментарі так званих тролів. Розпалювати провокації в мережі – це найчастіше робота, за яку такі люди отримують гроші.
- ✓ Найчастіше, саме невдалий жарт є приводом для кібербулінгу.
- ✓ Ніколи не вдавайтеся до цькування чи приниження інших осіб. Будь-яку конфліктну ситуацію необхідно намагатися розв'язати за допомогою спокійного діалогу.
- ✓ Надайте підтримку жертві нападу, якщо ви випадково стали свідком кібербулінгу.
- ✓ Пам'ятайте, що по інший бік екрану перебувають люди, такі як ви – зі своїми поглядами, реакціями та емоціями. Тож у будь-якому спілкуванні поведіться толерантно, стримано, ввічливо, керуйте своїми емоціями.



ЩО ТАКЕ КІБЕРБУЛІНГ?

Кібербулінг (англ. Cyberbullying) — умисне цькування, приниження та психологічне насильство щодо визначеної особи у мережі, як правило, впродовж тривалого періоду часу.

Він може відбуватися в соціальних мережах, платформах обміну повідомленнями (месенджерах), ігрових платформах та мобільних телефонах. Це неодноразова поведінка, спрямована на залякування, провокування гніву чи приниження тих, проти кого він спрямований.

Приклади включають:

- ✓ поширення брехні про когось або розміщення фотографій, які компрометують когось, у соціальних мережах;
- ✓ надсилання повідомлень або погроз, які ображають когось або можуть завдати комусь шкоди, через платформи обміну повідомленнями;
- ✓ видання себе за когось іншого/іншу і надсилання повідомлень іншим людям від його/її імені.

Анонімні погрози, тролінг, хейтинг, кіберсталкінг, секстинг — усе це сучасні різновиди цькування в Інтернеті:

- ✓ «розлючений» троль намагається не просто образити людину, але змусити її відчувати себе нікчемною не здатною вести розмову чи пред'являти якісь аргументи в суперечці;
- ✓ негативні коментарі та повідомлення «хейтера» та критика на адресу конкретної людини або явища, часто без обґрунтування своєї позиції;
- ✓ кіберсталкер слідкує за своєю жертвою за допомогою соціальних мереж, пише їй у всі доступні месенджери, дзвонить без зупину тощо. Зловмисник також може одночасно вдаватися до двох таких видів сталкінгу — онлайн та офлайн.
- ✓ секстинг - це обмін інтимними фото/відео/текстами, які можуть надсилатися як добровільно, так і під загрозою шантажу або насильства.