

ОБЕРЕЖНО: КІБЕРБУЛІНГ!

Раніше хуліганів можна було зустріти на вулиці або в закладі освіти, та зараз вони частково перейшли в Інтернет. Цифрові технології відкрили багато нових можливостей, на жаль, для шахраїв також. У результаті цього і виник кібербулінг.

Кібербулінг – це знущання над співрозмовником у віртуальному просторі, жорстокі дії з метою дошкулити, нашкодити, принизити іншу людину. При цьому використовуються інформаційно-комунікативні засоби: мобільні телефони, електронна пошта, соціальні мережі, тощо.

Кібербулінг складається з безлічі методів для залякування і цькування своїх «потенційних жертв»:

* **Анонімні погрози** – пересилання листів без підпису на електронну адресу своєї «потенційної жертви», в яких прописані образи, залякування, часто з використанням ненормативної лексики.

* **Переслідування** – довготривала часта розсилка своїй «потенційній жертві» через мобільний зв'язок та електронну пошту повідомлень, а в подальшому – шантажування її якимись фактами з її ж особистого життя.

* **Використання особистої інформації** – отримання особистої інформації про «потенційну жертву» через злам її електронної пошти або сторінки в соціальних мережах і використання для шантажування чи знущань.

* **Флеймінг** – це обмін короткими емоційними репліками між двома людьми – агресором і «потенційною жертвою» (іноді, агресорів може бути декілька). Мета агресора – принизити «жертву» і, тим самим, отримати від цього задоволення.

* **Хепіслепінг** – це відеоролики, в яких зняті реальні сцени насильства. Найчастіше ці ролики розміщуються на таких ресурсах, де їх можуть переглядати мільйони людей. Природно, такі ролики в більшості випадків «заливаються» в мережу без згоди «потенційної жертви».

Правила-поради для профілактики і подолання кібербулінгу

1. Не поспішай

Не поспішай, не виплескуй свій негатив у кібер-простір. Не відповідай на принизливі чи загрозливі повідомлення, доки не порадишся з дорослими. Перед тим, як писати і відправляти повідомлення, потрібно заспокоїтись, притишити роздратування, злість, образу, гнів. Емоції – погані порадики, вони минають, а написане і відправлене в Інтернет продовжує нести і помножувати негатив уже без вашої волі і контролю.

2. Будуй свою репутацію

Будуй власну онлайн-репутацію, не провокуйся ілюзією анонімності. Інтернет – це особливе середовище із своїми правилами поведінки – «нетикетом» (новоутворення від англ. net – мережа і «етикет»). Хоча кіберпростір і надає додаткові можливості відчувати свободу і розкутість завдяки анонімності, але існують способи довідатись, хто саме відправив

повідомлення, хто стоїть за певним ніком (анонімним псевдонімом). І якщо некоректні дії у віртуальному просторі призводять до реальної шкоди – від анонімності залишається лише ілюзія: все тайне стає явним. У віртуальному просторі, як і в реальному, діє золоте правило: стався і дій стосовно інших так, як хотів би, щоб ставились до тебе. Крім того, Інтернет фіксує історію, яка складається із публічних дій учасників і визначає його онлайн-репутацію – накопичений образ особистості в очах інших учасників: запламувати її легко, виправити – важко.

3. Поважай факти

Зберігай підтвердження факту нападів. Якщо тебе неприємно вразило якесь повідомлення чи картинка на сайті (фото, відео, будь що), правильна реакція – вимкнути екран (щоб зупинити негативний вплив, але не комп'ютер!) і негайно звернутись до батьків або друзів за порадою. Можна зберегти чи роздрукувати сторінку самостійно, щоб порадитись з батьками (дорослими) в зручний час.

ЩО ІГНОРУВАТИ?

Доречно ігнорувати поодинокий негатив. Одноразові образливі повідомлення найкраще ігнорувати, часто в результаті цього кібербулінг на початковій стадії і зупиниться. Досвідчені форумчани послуговуються правилом: «найкращий спосіб боротьби з неадекватними – ігнор». Якщо ж реагувати на негативні коментарі, комунікація продовжується.

КОЛИ ІГНОРУВАТИ НЕ ВАРТО?

Не дивлячись на те, що відправник Вам не відомий, якщо листи систематично містять загрози життю і здоров'ю, або порнографічні сюжети, варто поставити до відома телефонного або Інтернет-провайдера, інспектора місцевого відділку поліції із роботи з неповнолітніми (для цього й важливо копіювати повідомлення із загрозами). Якщо образлива інформація розміщена на сайті, варто зробити запит адміністратору щодо видалення цієї інформації.

ПРАВИЛА ДЛЯ СВІДКІВ

Якщо ви стали очевидцем кібербулінгу, існує три типи правильної поведінки:

1) виступити проти булера (дати йому зрозуміти, що такі його дії оцінюються вами негативно);

2) підтримати жертву (особисто чи в публічному віртуальному просторі висловити думку про те, що кібербулінг – це погано; цим ви надаєте емоційну підтримку, так необхідну жертві);

3) повідомити дорослим про факт некоректної поведінки в кіберпросторі.

Можливе тимчасове блокування.

Програми, що забезпечують миттєвий обмін повідомленнями, мають можливість тимчасового відключення, можна заблокувати отримання повідомлень з певних адрес, навіть змінити телефонний номер.