

## **Памятка для родителей и педагогов**

### **«Как предотвратить буллинг в интернете или уменьшить его негативные последствия»**

**1. Объясните детям, что при общении в интернете они должны быть дружелюбными с другими пользователями.** Ни в коем случае не стоит писать резкие и оскорбительные слова – читать грубости так же неприятно, как и слышать.

**2. Научите правильно реагировать на обидные слова или действия других пользователей.** Объясните, что не стоит общаться с агрессором, и уж тем более пытаться ответить ему тем же. Возможно, стоит вообще покинуть такой сетевой ресурс и удалить оттуда свою личную информацию, если не получается решить проблему мирным путем. Лучший способ испортить хулигану (булли) его выходку – отвечать ему полным игнорированием.

### **3. Обратите внимание на психологические особенности ребенка.**

Специалисты-психологи выделяют характерные черты, типичные для жертв буллинга:

- пугливость;
- чувствительность;
- замкнутость и застенчивость;
- тревожность, неуверенность в себе;
- склонность к депрессии, к мыслям о негативном сценарии развития событий;
- предпочтительность общения со взрослыми, нежели со сверстниками;
- физическая неразвитость по сравнению с ровесниками (актуально для мальчиков).

**4. Своевременно обращайтесь за помощью к классному руководителю, школьному психологу или администрации школы.** Если у вас есть информация, что ребенок или кто-то из его друзей подвергается буллингу, сообщите об этом классному руководителю, школьному психологу или представителям администрации школы. Они примут необходимые меры по защите ребенка от нападок.

**5. Объясните, что личная информация, которую дети выкладывают в интернет, может быть использована против них.** Проведите беседу с ребенком. Расскажите ему, что нельзя выкладывать в интернет домашний адрес, номер мобильного или домашнего телефона, адрес электронной почты, личные фотографии и другую персональную информацию. Ее могут использовать недоброжелатели для буллинга или мошенники для совершения махинаций.

**6. Подскажите, как найти выход из конфликтной ситуации.** Практически на всех форумах и сайтах есть возможность заблокировать обидчика, написать жалобу модератору или администрации сайта, потребовать удаления страницы.

**7. Поддерживайте доверительные отношения с ребенком.** Это позволит вовремя заметить поступающие в его адрес агрессию или угрозы. Наблюдайте за его настроением во время и после общения в интернете.

**8. Убедитесь, что оскорбления из сети не перешли в реальную жизнь.** Если поступающие угрозы касаются жизни или здоровья ребенка, а также членов семьи, то вы имеете право на защиту со стороны правоохранительных органов. Действия обидчиков в таких случаях могут попадать под статьи Уголовного и Административного кодексов о правонарушениях.