

4. Не обращай внимания на единичный негатив.

Помни, что лучшим способом борьбы с грубиянами является игнорирование.

Не поддавайся провокациям.

5. Не игнорируй агрессивные сообщения, если они поступают систематически.

Расскажи о них родителям, другим взрослым, которым ты доверяешь.

6. Блокируй агрессоров.

В социальных сетях есть возможность заблокировать сообщения от определенного пользователя.

Не бойся отправлять обидчиков в черный список. Перерыв в общении поможет остановить агрессию.



7. Измени настройки приватности.

Убедись, что твой профиль виден только твоим друзьям. Так ты защитишься от случайных обидчиков.

8. Пересмотри список друзей.

Удали тех, кого не знаешь, с кем не встречался или тех, кто к тебе плохо относится.

9. Если твою страницу взломали...

Смени пароль во всех аккаунтах.

Выбирай сложные пароли. Не ставь в качестве пароля свою дату рождения и имя.

ГУО "Витебский областной социально-педагогический центр"

Основной отдел координации деятельности СПЦ и деятельности учреждений образования, подчиненных главному управлению по образованию Витебского облисполкома

Как защититься от Интернет-травли?



г. Витебск, 2020

Как защитить себя от агрессии в Интернет-пространстве?

Сегодня у каждого из нас есть аккаунты в социальных сетях. В Контакте, Инстаграм, Телеграм — это лишь некоторые платформы, которые позволяют общаться с друзьями, узнавать новости и находить много интересной информации.

Интернет — свободное пространство. Но, к сожалению, не все используют эту свободу в хороших целях. Никто не застрахован от агрессии.

Что делать, если тебя начали оскорблять в Интернете?



1. Создавай собственную онлайн-репутацию.

Интернет фиксирует историю, которая состоит из всех публичных действий участников и определяет онлайн-репутацию — твой образ в глазах других пользователей.

Помни, что существуют способы, благодаря которым можно узнать, кто скрывается за определенным никнеймом. А это значит, что все твои действия в Интернете могут стать явными.

Не поступай в Интернете так, как не поступил бы в реальном мире.



2. Не распространяй личную информацию.

Не пересылай личные фото и видео даже в переписке.

Помни, что они могут появиться в Интернете и быть использованы против тебя.

3. Не спеши выбрасывать свой негатив в Интернет.

Прежде чем отправлять гневные сообщения, успокойся.

Подумай, не причинят ли твои слова вред другому человеку.

Старайся писать вежливо и грамотно.

Помни о своей онлайн-репутации.

