

Как защитить ребёнка от кибербуллинга и сделать времяпрепровождение в сети безопасным

Вовлечение детей и подростков в мир социальных сетей привело к возникновению технологизированного вида травли. Кибербуллинг (cyberbullying от cybernetic - кибернетика; bull - бык) - это такой же вид школьного насилия, как и классические нападки задира на того, кто слабее или младше. Только теперь инициатором травли может быть любой ребёнок, даже самый тихий и добрый ученик в классе. Жертвой травли может стать каждый, кто вовремя не нашёл поддержки в лице родителей, учителей или школьного психолога. Распространение кибербуллинга объяснимо ощущением у агрессора безнаказанности и анонимности.

Что такое кибербуллинг?

Это не тоже самое, что споры и даже оскорбления в комментариях под темами в социальных сетях. Кибербуллинг всегда целенаправленный, повторяющийся и чаще всего касается одного человека или небольшой группы людей. Также, кибербуллинг может идти в паре с киберсталкингом (cyberstalking; to stalk - преследовать, выслеживать) - преследование с угрозами причинению вреда жертве или членам его семьи в интернете. Кибербуллинг и киберсталкинг вызывает постоянную тревогу, стыд и страх. Серьёзность кибербуллинга нельзя недооценивать. Последствием такой травли могут быть попытки суицида.

Кибербуллинг может прийти из реальной жизни, а именно перерасти из классической травли, и наоборот. Интернет больше не изолирован от реальности. В интернете ваш ребёнок общается в том числе с теми, кто окружает его в школе.

Где можно встретится с кибербуллингом?

Площадкой для травли может стать мессенджеры (Viber, Whatsapp, Telegram и др.), электронная почта, социальные сети и реке звонки. Также кибербуллинг встречается в многопользовательских играх. Например, популярные World of Tanks, Counter-Strike, PlayerUnknown's Battlegrounds и прочие.

Как распознать, что ребёнок стал жертвой кибербуллинга

Дети крайне редко сами обращаются за помощью к родителям. Это связано с нежеланием пускать кого-то в личное киберпространство. Чаще дети и подростки идут за поддержкой к своим друзьям.

Признаками того, что ваш ребёнок стал жертвой кибербуллинга, могут быть низкая самооценка, ухудшение отношений с родителями, скрытность, снижение успеваемости. Также не редкость, когда подросток начинает употреблять алкоголь, курить и прогуливать учёбу. Если вы наблюдаете негативные изменения в поведении вашего ребёнка, сперва нужно поговорить с его друзьями и учителями. Возможно кто-то из класса стал свидетелем кибербуллинга.

Как сделать интернет безопасным для ребёнка

Обезопасить социальную жизнь своего ребёнка можно только через выстраивание доверительных отношений с ним. Нужно понимать, что ребёнка не защитят настройки родительского контроля, а проверками телефона вы только увеличите дистанцию между вами.

Расскажите ребёнку, какую личную информацию нельзя публиковать в интернете (например, адрес и телефон). Обсудите, как могут быть использованы личные сведения интернет-хулиганами. Покажите ребёнку, как правильно использовать интернет для учёбы и общего развития. Также наблюдайте за его настроением во время и после общения с кем-либо в сети. При необходимости примите меры. Расскажите про правила переписки онлайн. В ней, как и в реальной жизни, недопустима агрессия и неуважение по отношению к другим. Объясните, что не стоит активно реагировать на слова обидчика. В случае издевательств в сети, посоветуйте ребёнку удалить профиль в социальной сети.

Поддерживайте открытый диалог с вашим ребёнком. Очень важно, чтобы дома он находился в атмосфере безопасности. Тогда ребёнок вряд ли станет длительное время скрывать, что его сделали объектом травли в интернете.