



ПАМЯТКА

«Как защититься от кибербуллинга?» (для учащихся)

Кибербуллинг – ситуация, когда человека в Сети преследуют сообщениями, которые содержат оскорбления, агрессию, запугивание; хулиганство; социальное бойкотирование.

1.

Не бросайся в бой.

Посоветуйся с взрослыми, прежде чем отвечать на агрессивные сообщения. Постарайся выработать для себя правила: прежде чем писать и отправлять сообщения, следует успокоиться.

2.

Управляй своей киберрепутацией.

Ищи способы выяснить, кто стоит за анонимным аккаунтом обидчика. Анонимность в сети мнимая.



3.

Береги виртуальную честь смолоду.

Не веди хулиганский образ виртуальной жизни. Интернет фиксирует все действия и сохраняет их. Удалить их будет сложно.

4.

Игнорируй единичный негатив.

Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать. Обычно агрессия прекращается на начальной стадии.

5.

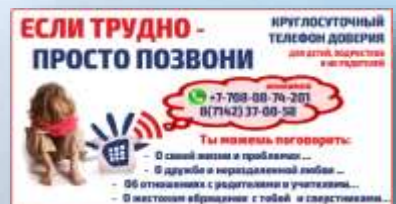
Блокируй агрессора.

В программах обмена мгновенными сообщениями, в социальных сетях можно запретить конкретным адресам присылать сообщения.

6.

Поддержи жертву кибербуллинга.

Покажи преследователю, что оцениваешь его действия негативно. Сообщи взрослым о факте агрессивного поведения в Сети.





ЖАДЫНАМА

«Кибербуллингтен қалай қорғануға болады?» (оқушыларға арналған)

Кибербуллинг – желідегі адамды қорлау, агрессия, қорқыту; бұзақылық; әлеуметтік бойкот жариялау туралы хабарламалар мазалайтын жағдай.

1.

Ұрысқа асықпаңыз.

Агрессивті хабарламаларға жауап бермес бұрын ересектермен кеңесіңіз. Өзіңіз үшін ережелер жасауға тырысыңыз: хабарламалар жазып, жібермес бұрын, сіз тынышталуыңыз керек.

2.

Киберрепутацияңызды басқарыңыз.

Қылмыскердің анонимді аккаунтының артында кім тұрғанын анықтау жолдарын іздеңіз. Желідегі анонимділік ойдан шығарылған.



3.

Жастарға виртуалды құрмет көрсетіңіз.

Бұзақы виртуалды өмір салтын ұстанбаңыз. Интернет барлық әрекеттерді тіркейді және оларды сақтайды. Оларды жою қиын болады.

4.

Бір негативті елемеңіз.

Бір реттік қорлайтын хабарламаларды елемеген дұрыс. Әдетте агрессия бастапқы кезеңде тоқтайды.

5.

Агрессорды блоктаңыз.

Жедел хабар алмасу бағдарламаларында, әлеуметтік желілерде сіз белгілі бір мекен-жайларға хабарлама жіберуге тыйым сала аласыз.

6.

Кибербуллинг құрбанына қолдау көрсетіңіз.

Қуғыншыға оның әрекеттерін теріс бағалайтындығыңызды көрсетіңіз. Ересектерге желідегі агрессивті мінез-құлық фактісі туралы хабарлаңыз.



**ЕГЕР ҚИЫН БОЛСА
ҚОҢЫРАУ ШАЛ**

ТӘУЛІК БОЙЫ
СЕНІМ ТЕЛЕФОНЫ

Мәселелер мен
сұрақтарға жауап береміз

+7-708-08-74-201
37-08-58

Сен - бұл өмірің мен проблемаларың туралы
- Достық пен ақырмаған махаббат туралы
- Сенімен және құрдастарыңмен қатал қарым-қатынас туралы
- Ата-аналармен және мұғалімдермен қарым-қатынас туралы
СӨЙЛЕСЕ АЛСЫҢ