

# ПАМЯТКА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КИБЕРБУЛЛИНГА



---

**«Кибербуллинг – это использование современных технологий с целью обидеть, унижить, запугать, преследовать и оскорбить другого человека».**

**Ни один пользователь интернета, не застрахован от риска стать жертвой кибербуллинга, не имеет значения ни возраст, места учебы/работы и увлечений. Но труднее всего психологически переносить травле, конечно, подросткам и детям.**

**Основной проблемой жертв интернет-агрессии является непонимание того, как защитить себя от кибербуллинга и как ему противостоять.**

**Предлагаем несколько важных рекомендаций, которые помогут защититься от интернет-травли:**

## **Как защититься от кибербуллинга?**

Не отвечайте агрессорам.

Вызвать ответную реакцию – первая цель нападающего. И потому самым главным способом защиты будет – игнор. Не потворствуйте кибербуллингу. Как только кибербуллер поймет, что его все его усилия вывести вас из себя тщетны, его интерес к вам сойдет на нет.

Пожалуйтесь администрации на страницу кибербуллера и заблокируйте ее.

Если ситуация не меняется в лучшую сторону и вам продолжают регулярно поступать угрозы и оскорбления от какой-либо виртуальной личности – пожалуйте администрации социальной сети (они разберутся в произошедшем и могут удалить страницу агрессора), после чего самостоятельно отправьте страницу агрессора в черный список. Если страница не анонимная и не фейковая, а личность хулигана вам известна – заблокируйте этого человека во всех социальных сетях и мессенджерах, где он может иметь возможность выйти с вами на контакт.

Ограничьте использование социальных сетей.

На время прекратите пользоваться социальными сетями. Небольшой перерыв также может пойти на пользу – когда кибербуллер заметит, что вас долго нет в сети и его сообщения не доходят до адресата он может утратить интерес и прекратит тратить свое время впустую.

Измените настройки приватности.

В меню настроек укажите, кто сможет свободно контактировать с вами через личные сообщения или просматривать информацию на вашей странице. Оставьте доступ открытым только для знакомых людей.

---

# ПАМЯТКА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КИБЕРБУЛЛИНГА



---

**«Кибербуллинг – это использование современных технологий с целью обидеть, унижить, запугать, преследовать и оскорбить другого человека».**

## Как защититься от кибербуллинга?

Сохраняйте доказательства онлайн - травли.

Делайте скриншоты переписок и комментариев агрессора, записи аудио и телефонных разговоров – это поможет доказать вину обидчика в случае разбирательств.

Обратитесь за помощью.

Не оставайтесь один на один со своей проблемой. Молчать о том, что вы столкнулись с травлей в интернете и вам плохо – не лучшее решение. Поделитесь своими чувствами по поводу случившегося с близкими. Кроме того, можно позвонить на горячую линию психологической поддержки.

## Что говорит законодательство?

Конкретной меры ответственности за кибербуллинг в российском законодательстве пока не существует. Однако, данный пробел не является основанием для безнаказанности действий кибербуллера. Самым частым видом ответственности за интернет-травлю в судебной практике является привлечение к административной ответственности по статье 5.61 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях (КоАП РФ). Данная статья предусматривает административную ответственность в виде штрафа за совершение оскорбления с использованием информационно-телекоммуникационных сетей, включая сеть интернет.

К ответственности за кибербуллинг можно привлечь по следующим статьям:

- Клевета (статья 129 УК РФ).
- Нарушение неприкосновенности частной жизни (статья 137 УК РФ).
- Угроза убийством или причинением тяжкого вреда здоровью (статья 119 УК РФ).
- Доведение до самоубийства (статья 110 УК РФ).
- Оскорбление (ст. 5.61 КоАП РФ).
- Вымогательство и шантаж.



**Помните, что, к сожалению, полностью защитить свое виртуальное пространство от кибербуллинга невозможно, но можно затруднить обидчикам доступ на свою страницу и всегда дать отпор оскорбителям.**

---