



Як  
ДОПОМОГТИ  
ДИТИНІ, **яка**  
**стала**  
**жертвою**  
**кібербулінгу**

# Що таке кібербулінг

Інтернет і технології створили новий вид шкільного насильства – кібербулінг.

Кіберагресори роблять публікації, що принижують гідність жертв, відправляють їм повідомлення з погрозами, викладають фотографії і відео зі знущаннями. Через соціальні мережі та спільноти будь-яка інформація поширюється блискавично. Кіберагресори цілодобово залякують своїх жертв, створюючи ілюзію повного контролю над їхнім життям і поведінкою.

Інтернет додає традиційному булінгу таких рис:



- Цілодобове втручання в особисте життя. Цькування не має тимчасового або географічного обмеження. Нападки не припиняються після школи.
- Необмеженість аудиторії, швидкість поширення інформації.
- Можливість анонімного переслідування.

Дитина навряд чи розповість вам про те, що її булять. Тому уважно придивіться до її поведінки та можливих зовнішніх ознак булінгу:

**образливі листи по електронній пошті, повідомлення в месенджерах, соціальних мережах або SMS на мобільний телефон**

**бойкотування, коли дитину не приймають в чати, не додають до списків друзів або ігнорують в мережевих іграх**

**завантажені в інтернет фотографії або відео, які можуть викликати у жертви почуття сорому і незручності**

**оприлюднення та поширення особистої інформації**

**спілкування і дії від імені іншої людини**

## **Що робити, якщо ваша дитина стала жертвою кібербулінгу**

Якщо ви побачили фото, відео, коментарі, дописи, які принижують гідність вашої дитини, слід спокійно та поступово зробити наступні кроки:

- Поговоріть з дитиною. Скажіть, що ви не звинувачуєте її в тому, що відео потрапило до мережі. Формуванню культури користування кіберпростором слід приділяти багато уваги, але не в кризовій ситуації.
- Запевніть дитину, що вона може вам довіритись і показати всі образливі матеріали, як би соромно їй не було. Часто такий контент – інтимного характеру, через що дитині важко про це говорити. Підкресліть, що зараз вас цікавить не їхній вміст, а те, як видалити матеріали з мережі.
- Напишіть листа в сервіс технічної підтримки соціальних мереж про те, що контент (вказіть посилання) принижує дитину, і ви вимагаєте його вилучити.
- Покажіть дитині, що ви на її боці у цій складній ситуації.
- Поясніть дитині правила безпечного користування соціальними мережами.

# Ситуація в Україні

**24%**

українських школярів вважають себе жертвами булінгу.

**67%**

дітей стикалися з булінгом за останні 2-3 місяці.

**40%**

жертв ні з ким не діляться проблемою. Навіть з батьками. Не відвертайтеся від своєї дитини!

**44%**

жертв булінгу ігнорували проблему, оскільки боялися за себе.

Більшість дітей булять за те, що вони виглядають, говорять, думають не так, як їхнє оточення.

Сором'язливі та інтровертні діти стають жертвами булінгу вдвічі частіше за інших.

Дізнайся більше про булінг на **[stopbullying.com.ua](https://stopbullying.com.ua)**