

**Памятка безопасного**

 **поведения при кибербуллинге**

**Угрозы и нападения через электронные сервисы**



с

**Советы, чтобы получить сетевой иммунитет от различных интернет-угроз и оскорблений**

**Фиксируй угрозы и факты кибербулинга.**

Храни подтверждение фактов нападений. Если тебя расстроило сообщение: картинка, видео, обратись за помощью к администратору ресурса, сохрани или распечатай страницу — игнорируй единичный негатив.

**Игнорируй единичный Негатив**

Одноразовые оскорбления, сообщения лучше игнорировать. Обычно агрессия прекращается на начальной стадии. Лучшая защита от нападения — «игнор». Внеси грубияна в черный список, удали его из друзей или из списка контактов. В программах обмена мгновенными сообщениями в социальных сетях есть возможность блокировки отправки сообщения с определенных адресов.

**Используй черные списки, следи за списком друзей.**

Не стоит игнорировать агрессивные сообщения, если даже они содержат угрозы, особенно систематические. Следует скопировать эти сообщения обратиться в правоохранительные органы.

**Веди себя в сети корректно, как в жизни.**

Приставать к уверенным в себе людям трудно, не бросайся в бой, лучший способ — успокоиться, посоветоваться со старшими как лучше себя вести в этой ситуации.

**Будь спокоен и уверен в себе.**

Если ты начнешь отвечать оскорблениями на оскорбление, то только еще больше разожжешь конфликт. Кроме того преследователь только и ждет, когда ты выйдешь из равновесия.

**Не размещай излишнюю личную информацию в сети.**

Не стоит вести хулиганский образ виртуальной жизни.

Интернет фиксирует все твои действия сохраняет их — удалить их будет невозможно.



**Пересмотри список друзей и измени настройки приватности.**

Измени настройки приватности своего профайла, чтобы тебе могли писать только друзья. Обрати внимание на твой френд-лист: удали из него тех, кого не знаешь, с кем не встречался или тех, кто тебе не нравится. Это защитит тебя от других потенциальных случаев кибербуллинга.

И в будущем не добавляй в друзья тех людей, которых не знаешь и с которыми не общался лично.

**Обращайся за помощью к старшим:** родителям, учителям, администратораминтернет-ресурсов.

**Всероссийский Детский телефон доверия**

**8-800-2000-122**

**Прокуратура города Калуги**

**Дежурный прокурор**

**8-910-520-31-09**

**84842-57-93-35**

**248002 г. Калуга,**

**ул. Знаменская, д. 68**

****

Психологическое консультирование, экстренная и кризисная психологическая помощь для детей в трудной жизненной ситуации, подростков и их родителей. Бесплатно, круглосуточно.

Дети, их родители, а также все неравнодушные граждане, обладающие информацией о нарушении прав несовершеннолетнего или малолетнего ребенка, могут обратиться к дежурному прокурору города.