

## Що означає «кібербулінг»?

Кібербулінг — нове популярне “захоплення” серед молоді. Агресивність, жорстокість у висловлюваннях, наклеп з боку однолітків — все це характерно для кіберцькування, який може статися під час підліткового періоду (охоплює вік від 11 до 16 років). У реальному житті підліток може цього уникнути. Адже дорослі — вчителі, батьки сприяють зміні поведінки дитини на конструктивну.

Наразі Інтернет є досить поширеним явищем у сучасному світі, його неможливо усунути, тут все наше життя, ми вчимося тут спілкуватися, пізнаємо нову інформацію та поповнюємо свій словниковий запас, тому покращувати Інтернет – етику нам просто необхідно. Але кібернасильству досить важко протистояти в світі інноваційних технологій.

По-перше, дитина ніколи не скаже батькам про те, що вона стала жертвою кібербулінгу, їй просто соромно і страшно буде зізнатися у своїй помилці. Підлітки вчать бути самостійними і незалежними від опіки батьків, тому контроль з боку дорослих їх тільки насторожує.

По-друге, потреба в підлітковому віці включає в себе саме комунікацію з ровесниками. До речі, серед інтровертів більше підлітків, які налагоджують свою комунікативну сферу в соціальних мережах, вони переживають всі свої емоції внутрішньо.

По-третє, батьки нехтують індивідуальними особливостями дитини, приписуючи їм перехідні характеристики підліткового віку.

### **Які ознаки того, що підліток став жертвою кіберцькування?**

— Раптова зміна поведінкового й емоційного стану дитини після користування дитиною соціальних мереж. Це може бути агресивність, підозрілість і відверта замкнутість;

— деструктивні стосунки батьків з дитиною (особливо загострюються під час обговорення реального життя підлітка);

— істеричні прояви характеру (несподівані безпричинні сльози, крик);

— погіршення здоров'я через безсоння та занепокоєння дитини;

— невдалі спроби суїциду;

— дитина необмежено користується Інтернетом, надаючи перевагу віртуальному світу;

— різке погіршення навчального процесу в школі (дитина неохоче йде на навчання, суперечить вчителям і батькам).

### **Як захистити дитину від кіберцькування?**

Часто батьки та й самі діти не розуміють, як можна захиститися від цієї форми цькування. Але сайт «Нетикет» може запропонувати профілактичні дії, які є дуже ефективні та прості на практиці, що захистять від впливу [кібербулінгу](#):

1. Перш за все, батьки мають *контролювати дії підлітка в Інтернеті*. Звичайно ж, в міру. Ні в якому разі не заходьте на сторінку своєї дитини без її дозволу, це тільки погіршить ваші стосунки. Підказка: час від часу проглядати історію браузера або ж регламентувати обмежений час використання Інтернет-ресурсів, пояснюючи це тим, що Ви піклуєтесь про безпеку дитини. Відкритість і чесність — ось секрет оптимальних стосунків у вихованні дітей.
2. Будьте обізнаними в сучасних технологіях і *поясніть дитині основні правила спілкування в соціальних мережах*. Адже віртуальний світ не знімає з нас обов'язків бути відповідальною людиною.
3. *Спілкування і зацікавленість у житті дитини* — одна з основних протистоянь кіберцькуванню.
4. *Спостережливість* — проведіть експеримент, тобто протягом тижня уважно спостерігайте за своєю дитиною та зафіксуйте різкі зміни в її поведінці та прояві емоцій (настрою), свої дані поєднайте з використанням Інтернет-ресурсів, які дитина використовує.
5. І, наостанок, найпростіший спосіб профілактики [кібербулінгу](#) — *більше проводити часу з дитиною* (на своєму прикладі показати як можна і треба спілкуватися в реальному та віртуальному житті).

Отже, [кібербулінг](#) є небезпечним не тільки для оптимального розвитку цілісної особистості з розвитком всіх психічних компонентів, але й для життя підлітка. Через великий відсоток самогубств, що трапляються під впливом кібернасильства в США існують спеціальні правоохоронні органи, які контролюють віртуальне життя кожного Інтернет-користувача. На жаль, в Україні ця сфера є ще не вивченою, тому **ми маємо самі подбати про життя і безпеку своєї дитини.**



Нагадаємо, що Український інститут дослідження екстремізму та Інформаційне агентство «Главком» за підтримки Уповноваженого президента України з прав дитини презентували спеціальний проект з протидії булінгу в школі «Стоп шкільний терор» («Безпечна школа»).