

Кибербуллинг — это запугивание, травля и унижение с использованием цифровых технологий, таких как социальные сети, мессенджеры, онлайн-игры и мобильные телефоны.

Как помочь ребенку, столкнувшемуся с буллингом

- Психологическая поддержка: Слушайте ребенка спокойно, поверьте ему и дайте понять, что вы на его стороне и приложите все усилия для решения проблемы.

- Уверенность в себе: Помогите ребенку обрести уверенность, чтобы он мог отстаивать свое мнение и не поддаваться на провокации.

- Социальная поддержка: Помогите найти коллектив, где ребенку комфортно и есть друзья.

- Обратитесь к взрослым: Поговорите с классным руководителем, завучем или директором школы.

- Распознавание буллинга: Обратите внимание на изменение поведения ребенка (нежелание идти в школу, замкнутость, потеря интереса к любимым занятиям).

Уважаемые родители.

Если ваши дети столкнулись с травлей в интернете или другими проблемами, они могут позвонить на горячую линию для детей и подростков (круглосуточно, звонок анонимный и бесплатный*)

8 (029) 367 32 32.

Больше информации по безопасному поведению в сети Интернет для детей, родителей и педагогов на площадке <https://kidspomogut.by/>



Государственное учреждение образования
«Средняя школа №9 г.Мозыря»

Социально-педагогическая поддержка



Памятка для родителей
«Цифровая гигиена»

Мозырь, 2025

Основные угрозы для ребенка в интернете

Кибербуллинг и онлайн-агрессия

- **Кибербуллинг:** травля в интернете, включающая оскорбления, угрозы и распространение компрометирующей информации.
- **Вовлечение в опасные группы:** в интернете можно столкнуться с сообществами, пропагандирующими суицид, жестокость, фанатизм, экстремизм, а также употребление наркотиков и алкоголя.
- **Нездоровое поведение:** группы, пропагандирующие опасные виды активности, такие как «экстремальное селфи» или «зацеперство».

Контентные риски

- **Неприемлемый контент:** доступ к материалам, не предназначенным для детей (взрослые сайты, контент насилия).
- **Дезинформация:** столкновение с фейковыми новостями и ложной информацией.

Киберпреступность мошенничество

- **Кибермошенничество:** различные виды обмана, включая фишинг, создание поддельных сайтов и кражу персональных данных.
- **Кража данных:**

потеря контроля над личной информацией, такой как пароли, банковские данные или домашний адрес.

Финансовые риски:

мошенничество, связанное с онлайн-покупками и платные подписки без ведома родителей.

Шантаж:

угрозы публикацией личной информации или интимных фото/видео.

Социальные и психологические риски

Зависимость:

чрезмерное время, проведенное в играх, социальных сетях или на форумах, что может привести к зависимости и ухудшению реальной жизни.

Нарушение коммуникации:

виртуальная дружба может заменить реальное общение со сверстниками, что приводит к социальным проблемам.

Общение с незнакомцами:

дети могут стать жертвой мошенников, которые выдают себя за других людей и могут иметь злые умы.

Физические и ментальные риски

1. Нарушение здоровья:

долгое сидение за компьютером может негативно сказаться на зрении, осанке и общем физическом состоянии.

Эмоциональный вред:

столкновение с жестокостью, разжигание ненависти и другие негативные эмоции могут нанести вред психике ребенка.

Основные правила для родителей

1. Будьте в курсе того, чем занимаются ваши дети в Интернете. Попросите их научить вас пользоваться различными приложениями, которыми вы не пользовались ранее.

2. Помогите своим детям понять, что они не должны размещать в Сети информацию о себе: номер мобильного телефона, домашний адрес, номер школы, а также показывать фотографии (свои и семьи). Ведь любой человек может это увидеть и использовать в своих интересах.

3. Если ваш ребенок получает спам (нежелательную электронную почту), напомните ему, чтобы он не верил написанному в таких письмах и ни в коем случае не отвечал на них.

4. Объясните детям, что нельзя открывать файлы, присланные незнакомыми людьми. Эти файлы могут содержать вирусы или фото-, видеоматериалы непристойного или агрессивного содержания.

5. Объясните, что некоторые люди в Интернете могут говорить неправду и быть не теми, за кого себя выдают. Дети никогда не должны самостоятельно, без взрослых встречаться с сетевыми друзьями, которых не знают в реальной жизни.