

Поради батькам, щоби зменшити ризик кібербулінгу для своєї дитини

Оволодівайте новими знаннями

- так як дитину інструктують про правила дорожнього руху та правила користування побутовою технікою, батьки мають регулювати користування дитини новими технологіями
- щоб не залишати дитину наодинці з віртуальною реальністю, батьки мають самі опанувати інтернет, навчатися користуватися планшетом або смартфоном тощо

Будьте уважними до дитини

- уважно вислуховуйте дитину щодо її вражень від інтернет-середовища
- звертайте увагу на тривожні ознаки після користування інтернетом, які можуть вказувати на те, що дитина стала жертвою (засмучена чимось, відмовляється спілкуватися тощо)

Підтримуйте довірливі взаємини з дитиною

- доступно розкажіть дитині про кібербулінг, поясніть свою мотивацію: ви піклуєтесь, а не намагаєтесь контролювати приватне життя
- наголосіть, що якщо дитині надходять образливі листи, есемески або виникають інші проблеми в інтернеті, вона може розраховувати на допомогу батьків
- не потрібно погрожувати покаранням за відвідування небажаних сайтів — ліпше пояснити загрозу, яку несуть ці сайти

Здійснюйте обмежений контроль

- можна відстежувати події онлайн-життя дитини через соцмережі, спостерігати час від часу за реакціями дитини, коли вона в інтернеті
- щоб запобігти комп'ютерній залежності, регламентуйте час користування інтернетом, адже діти часто втрачають

Застосовуйте технічні засоби безпеки

- відчуття часу онлайн
- вагомим фактором впливу на дітей є позитивний приклад батьків: якщо вони самі просижують години за розвагами в інтернеті, забороняючи натомість дитині, вплив їхніх виховних заходів буде суттєво низький
- для захисту від інформаційних загроз навчіть дитину користуватися спеціальними безпечними пошуковими системами
- можна використовувати програми-фільтри батьківського контролю, які відкривають доступ тільки до обмеженого переліку безпечних сайтів для дітей та блокують шкідливі сайти з недитячим контентом (*такі фільтри можна встановити в операційній системі або в антивірусній програмі*)
- роз'ясніть дитині, яка її власна поведінка буде вважатися нормальною, а яка небезпечною чи безвідповідальною
- зауважте, що спілкування в інтернеті, як і в реальному житті, має бути відповідальним: воно може мати певні наслідки і для самої дитини, і для людей, з якими вона спілкується
- в інтернеті не варто створювати вигадані образи, негативно реагувати на кожне повідомлення провокативного характеру

Формуйте комунікативну культуру

Якщо відомо про кібератаки на дитину: поради батькам

Якщо кібератаки поодинокі, доречно їх ігнорувати. Часто кібербулінг простіше зупинити на початковій стадії. Якщо ж вступати в перепалку з булером — негативні комунікації продовжуються.

Якщо надходять систематичні листи із погрозами, потрібно зберігати інформацію в комп'ютері або роздрукованому вигляді задля доказів.

Щоб самостійно врегулювати ситуацію, можна зробити запит адміністраторам сайтів, на яких здійснювалися атаки, про видалення образливої інформації. Також адміністратори можуть убезпечити користувача-жертву тимчасовим блокуванням повідомлень у чаті користувача-булера. Така пауза в спілкуванні позитивно впливає на мотивацію підлітка, який займається булінгом заради розваги.

Проте якщо причина в іншому, наприклад, кібербулінг слугував підсиленням традиційного булінгу, насилля може продовжитися іншими засобами.

Варто поінформувати про проблему педагогів. Якщо ймовірні булери зі шкільного кола дитини, то педагоги зможуть уважніше слідкувати за ситуацією традиційного булінгу під час навчально-виховного процесу. Також педагоги можуть провести профілактичні заходи, спрямовані на формування безпечної поведінки в інтернеті.

Якщо кібербулінг має ознаки шахрайства, погроз, вимагання, відверто сексуальний характер, слід звернутися до правоохоронних органів.

Зауважте!

Не потрібно карати дитину, коли вона довірилась і розповіла про те, що стала жертвою кібербулінгу

Дитина вже постраждала, і якщо батьки її не підтримають, наступного разу вона може не звернутися по допомогу

Якщо випадок вдалося врегулювати, потрібно зробити з нього урок для формування медіакультури дитини, повторити найпростіші правила безпеки користування інтернетом.

Здійснюючи будь-яку дію, батьки мають демонструвати спокій і впевненість, надавати дітям позитивний емоційний ресурс, захищеність та підтримку.

Якщо дитина — кібербулер, а не жертва

Буває, батьки дізнаються, що їхня дитина булер, а не жертва. Їм зазвичай важко усвідомити причетність дитини до віртуальної агресії. У такому разі потрібно заспокоїтися і перевірити інформацію, можливо, проконтролювати комунікації дитини.