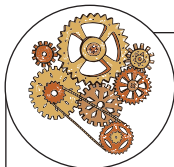




## ДЕ цькують? або Місце зустрічі переслідувача й жертви

Основний майданчик кібербулінгу — інтернет загалом і соціальні мережі зокрема. Нерідко булери зламують сторінки жертви в соціальних мережах або створюють фейкову (з *англ.* fake — підробка) сторінку з ім'ям жертви. Відтак булери розміщують на ній принизливий контент чи розсилають образливі повідомлення, аби скомпрометувати жертву.

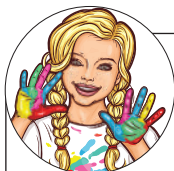


## ЯК цькують? або «Механізм» кібербулінгу

Для цькування жертви зазвичай булери використовують:

- *наклеп* — образлива й неправдива інформація;
- *ізоляцію* — насильницьке вилучення з віртуальних груп;
- *напад* — образливі й дошкульні повідомлення та електронні листи жертві;
- *хепіслепінг* — фізичне або психічне насилля над жертвою, яке булери фотографують або знімають на відео, а потім розміщують в інтернеті.

## ЯКА вона — жертва? або Портрет переслідуваного



### Зараз

Найчастіше жертви кібербулінгу — підлітки, зокрема дівчатка.

Цькування, насамперед, пов'язане з особистою неприязню до них. Зазвичай вони:

- полохливі, тривожні;
- вразливі, сором'язливі, наївні;
- замкнуті, невпевнені в собі;
- мають низьку самооцінку;
- схильні до депресії;
- не мають друзів серед однолітків, а тому охочіше спілкуються з дорослими.

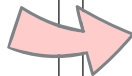
Жертвами кібербулінгу можуть стати й хлопчики, які фізично слабші за своїх ровесників



### Потім

Наслідки шкільного булінгу даються взнаки й у дорослому житті. Так, жертвам притаманні:

- психічні розлади, агресивність, тривожність;
- депресії, суїцидальні нахили;
- самотність — віддають перевагу віртуальному спілкуванню;
- проблеми у взаєминах — нерідко стають жертвами мобінгу — цькування колегами на роботі;
- психічні захворювання, які переростають у психосоматичні. Стрес через булінг спричиняє у хлопчиків проблеми з серцем, а у дівчаток — анорексію чи булімію



Навіть одноразове цькування залишає глибоку психологічну травму, тож жертва кібербулінгу потребує **невідкладної допомоги фахівця — психолога чи психотерапевта.**