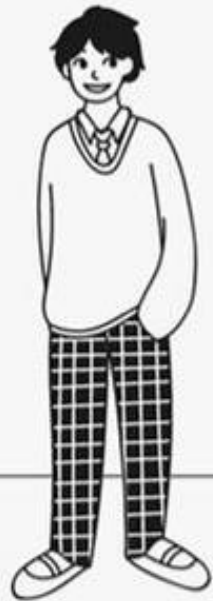


МВД по Республике Саха (Якутия)

# Я - жертва кибербуллинга. Что делать?





Дети и подростки нередко становятся объектами травли в сети.

При это они самая уязвимая категория интернет-пользователей. Им необходимо знать, как обезопасить себя и своих близких. В карточках есть несколько полезных советов.

# СООБЩИ НА САЙТ, ПРИЛОЖЕНИЕ, ИГРУ

Авторитетные онлайн-площадки  
запрещают кибербуллинг и  
предоставляют инструменты для  
сообщения о нарушениях - не  
стесняйтесь пользоваться ими.

# СОБЕРИ ДОКАЗАТЕЛЬСТВА



Сделай снимок экрана (скриншот), сохрани изображения или сообщение или сделай запись того, что происходит на экране.

---

Взрослым легче помочь пострадавшему при наличии доказательств того, что было написано или сделано.

# Сообщи в школу

Если человек, подвергающийся кибербуллингу - это кто-то из твоей школы, сообщи об этом учителям или в администрацию.



# КАК ОБЕЗОПАСИТЬ СЕБЯ

Откажись выполнять странные задания от незнакомых людей и сообщать личную информацию по переписке, пароли и т.д.

Если человек в интернете пугает, смущает тебя или ты попал в опасную группу, сообщи близким и технической поддержке интернет-ресурсов.



Что делать, если  
ты стал жертвой  
кибербуллинга?

**Игнорируй сообщения, не отвечай на них**

**Сохрани сообщения и заблокируй отправителя**

**Тебе готовы помочь!**

**Общероссийский телефон доверия  
8-800-2000-122.**

## Оставайся в безопасности

Не подвергай себя опасности - когда эмоции зашкаливают, останови себя и не публикуй того, что может обострить ситуацию.





# Не поощряй это



1


Если ты видишь, что кто-то травит других в сети, ни в коем случае не поддерживай его.

2

Не пересылай сообщения.

3

Не участвуй в этом, оставляя лайки и комментарии.



Не скрывай, если тебе страшно или неприятны чьи-то действия в сети. Не поддавайся на угрозы обидчиков, их цель изолировать тебя от тех, кто может действительно помочь.