



Координационный
центр ВлГУ

*Слова ранят так же сильно,
как кулаки*

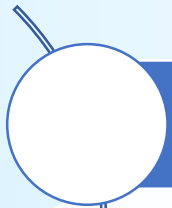
Профилактика буллинга в сети Интернет (кибербуллинга)

Разбираемся в понятиях



Координационный
центр ВлГУ

Кибербуллинг – вид буллинга, включающий агрессивное, умышленное воздействие, совершаемое группой лиц или одним лицом с использованием электронных форм контакта, повторяющееся неоднократно и продолжительное во времени, в отношении жертвы, которая не может легко защитить себя.



Кибербуллинг – это преднамеренное причинение вреда, унижение или запугивание через Интернет (социальные сети, мессенджеры, форумы и т. д.).



Отличие от офлайн-буллинга:

анонимность, круглосуточный доступ, масштабируемость (видео/сообщения могут быстро распространяться).

Формы буллинга в киберсреде



Координационный
центр ВлГУ

Ключевые направления профилактики кибербуллинга и травли

Развитие цифровой гигиены: обучение студентов критическому анализу информации, распознаванию манипуляций и противодействию доксингу (сбор и публикация личных данных).

Формирование правовой культуры студентов: разъяснение административной и уголовной ответственности за оскорбления, клевету и угрозы в интернете.

Воспитание и развитие цифровой культуры коммуникаций: формирование навыков безопасного общения и противостояния шантажу, манипуляциям и травле в киберсреде.

Форма	Описание
Хейтинг	Публичные оскорбления, унижение за личные качества
Троллинг	Провокация ради реакции (шутки, сарказм)
Имперсонация	Создание фейковых аккаунтов от имени жертвы
Доксинг	Распространение личных данных жертвы (адрес, вуз, фото и др.)
Киберсталкинг	Преследование через онлайн-контакты (угрозы, запугивание)
Исключение из группы	Блокировка из чатов/игр ради изоляции
Моббинг	Коллективное преследование (мемы, шутки за спиной жертвы)

Признаки кибербуллинга



Координационный
центр ВлГУ

Для жертвы:

Избегание гаджетов,
изменение
настроения после
онлайн-активности.

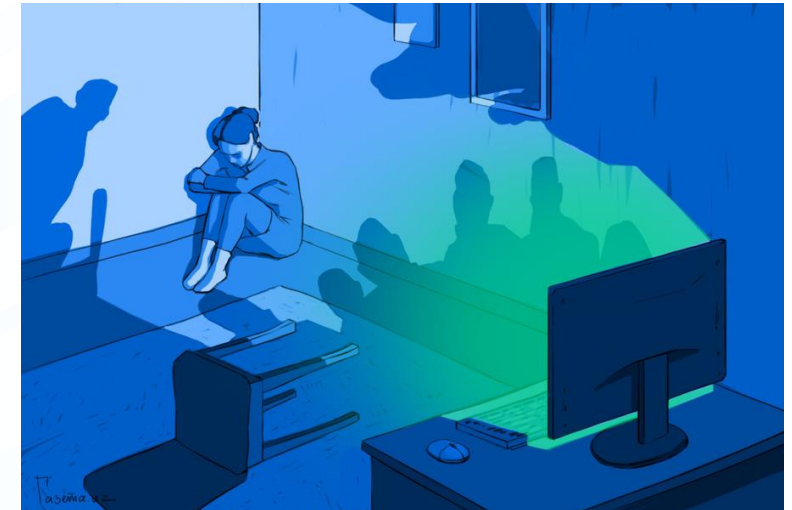
Потеря интереса к
соцсетям, закрытые
аккаунты.

Физические
симптомы: головные
боли, бессонница.

Для очевидцев:

Неестественное
распространение
слухов в группе.

Лайки под
оскорбительными
постами.



Последствия кибербуллинга



Координационный
центр ВлГУ

Эмоциональные:

- Депрессия, тревожность, заниженная самооценка

Социальные:

- Изоляция, проблемы в отношениях

Академические:

- Снижение успеваемости

Физические:

- Нарушения сна, расстройства пищевого поведения

Крайние случаи:

- Суицидальные мысли

Чек-лист для куратора группы



Координационный
центр ВлГУ

Действия при выявлении случаев кибербуллинга

Получил сигнал (анонимное сообщение, жалоба от студента, информация от родителей)

- Зафиксировать **факт обращения** (дата, время, кто сообщил).
- Провести **беседу с участниками конфликта**:
- Поговорить с **жертвой** (оказать психологическую поддержку).
- Поговорить с **агрессором** (объяснить последствия, назначить исправительные работы).
- Провести **коллективное обсуждение** в группе (анонимно, без обвинений).

Привлечь специалистов:

- Обратиться в **службу психологической поддержки вуза**.
- Если случай серьезный, **сообщить администрации вуза**.

Документировать:

- Вести **журнал случаев** (дата, описание, меры, принятые по факту).
- Если необходимо — передать **материалы в полицию**.

Полезные контакты



Координационный
центр ВлГУ

Горячая линия Минобрнауки России по оказанию психологической помощи студентам и сотрудникам профессиональных образовательных организаций и образовательных организаций высшего образования
8 (800) 222-55-71 (доб.2). Круглосуточно

Уполномоченный по правам ребенка во Владимирской области
8 (900) 478-00-33, 8 (4922) 33-03-04.
С понедельника по пятницу с 9:00 до 17:30

УМВД России по Владимирской области
Дежурная часть: **8 (4922) 45-17-71; 45-18-81**

Горячая линия «Травли NET»
Для детей, подростков и молодежи.
8-800-500-44-14 с понедельника по пятницу с 10:00 до 20:00 (Мск).