

Любой человек может оказаться в роли  
**ЖЕРТВЫ КИБЕРБУЛЛИНГА**,  
все зависит от его поведения в Интернете.



## НЕЛЬЗЯ !

- писать собеседникам то, что ты не хотел бы услышать в свой адрес!
- высылать личные фотографии и видео интимного содержания. Даже под угрозой шантажа!
- выкладывать личную информацию (фотографии, видео, контактные данные) в свободный доступ!

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ НЕ СТАТЬ ЖЕРТВОЙ КИБЕРБУЛЛИНГА?

- уважать собеседников
- в случае получения агрессивных сообщений прерывать малейшие проявления агрессии в свой адрес: "Стоп! Это не мой стиль общения!" В дальнейшем - полное игнорирование сообщений, если собеседник не изменит своего поведения.

## ЕСЛИ ТЫ УЖЕ СТАЛ ЖЕРТВОЙ КИБЕРБУЛЛИНГА:

- Сообщи взрослым, родителям или учителям. Это не ябедничество, это сообщение о правонарушении. Почувствуй разницу!
- Если ты боишься осуждения, непонимания, агрессии со стороны взрослых, - обратись в службы помощи несовершеннолетним (см. Лист 7).
- Если ты скроешь факт насилия, агрессор и дальше будет продолжать насильственные действия. Сам он не остановится.

## ЕСЛИ ТЫ ЛИШЬ НАБЛЮДАЕШЬ процесс травли и издевательств, знай, что:

- своим бездействием ты поощряешь поведение агрессора, т.е. становишься соучастником;
- есть риск довольно быстро превратиться из наблюдателя либо в агрессора, либо в жертву.

## ПРАВИЛЬНЫЕ ДЕЙСТВИЯ для наблюдателя: встать на сторону жертвы и защитить ее, заручившись поддержкой других:

"Мы с друзьями другого мнения", "Оскорблять другого - унижать себя",  
"Мы так не поступаем", "Мы не поддерживаем такой стиль общения!"