

## **ПАМЯТКА для детей**

***«Что делать, если ты стал жертвой кибербуллинга».***

### **1. Игнорируй обидчика.**

Чем эмоциональней ты реагируешь, тем активней травля. Травля организована именно ради того, чтобы развлечься, наблюдая за твоей реакцией.

### **2. Измени свои настройки в социальных сетях.**

Внеси обидчика в «черный список». Удали из списка друзей тех, кого не знаешь, кто не нравится. Не выкладывай фото и видео, содержащее хотя бы малейший намек на возможность посмеяться над тобой.

### **3. Обратись за помощью к родителям.**

Не следует жить с проблемой один на один – поговори с родителями или другими взрослыми, которым ты доверяешь. Они могут тебя поддержать, а также обратиться в правоохранительные органы или суд.

### **4. Обратись к администратору социальной сети.**

Укажите дату и время факта кибербуллинга. Приложите скриншот сообщения, диалога, изображения.

