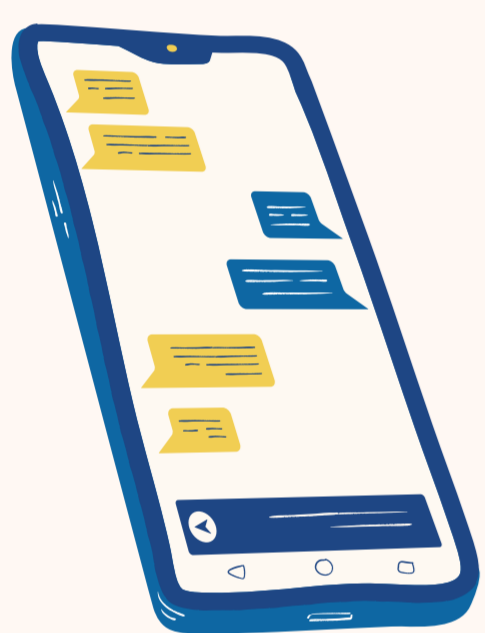


ЗАЩИТИ СЕБЯ В ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВЕ

Знаешь, что такое кибербуллинг?

Когда один или несколько людей нападают на кого-то в интернет-пространстве: унижают, запугивают, угрожают, требуют денег или действия (шантажируют), показывают агрессию и т.д.

Главная цель кибербуллинга – это публично в интернете опозорить, напугать или разозлить человека.



Правила общения в интернете:

- Не доверяй никому в интернете, особенно свои личные данные. Не отправляй даже знакомым свою личную информацию: номер телефона, адрес школы или дома, банковские счета, пароли, коды и т.д.
- Знай! Любая информация (пост, сторис и другое) хранится в интернете навечно. Ничего никогда не удаляется и никуда не исчезает. Поэтому будь бдительна в переписках и в разных чатах.
- Никому не отправляй откровенные фотографии, даже друзьям или подругам. Люди могут использовать их для угрозы, шантажа, кибербуллинга.
- Будь осторожна при общении с незнакомцами. Не ведись на манипуляцию (просьбы, милость, доброту и честность), это может тебе навредить.

Что делать?

- Закрой профиль в социальных сетях, либо оставь открытым, но с полным доступом только для родных и друзей;
- Пользуйся, когда надо, режимом инкогнито;
- Отключай функции геоданных в приложениях для знакомств;
- Отпишись от аккаунтов, которые вредят твоему принятию себя и приводят к упадку настроения или ненависти к себе;
- Жалуйся на аккаунты, в которых есть призыв к насилию, травле других людей и т.д.

Если вдруг ты подверглась буллингу в соцсетях (интернете) или стала свидетельницей нападок, шантажа, давления и манипуляции, то **немедленно обратись за поддержкой по номеру 111**, либо в правозащитные организации, правоохранительные органы или доверенным лицам.

Помни, **самая лучшая защита – это ты и твои знания о кибербезопасности**. Не оставляй все как есть и не молчи о происходящем.

И напоследок, но важное!

- Меньше лайкаешь – крепче спишь!
- Береженого Бог бережет – укрепи пароли!
- Ничего на свете хуже нету, чем один пароль на все соцсети.

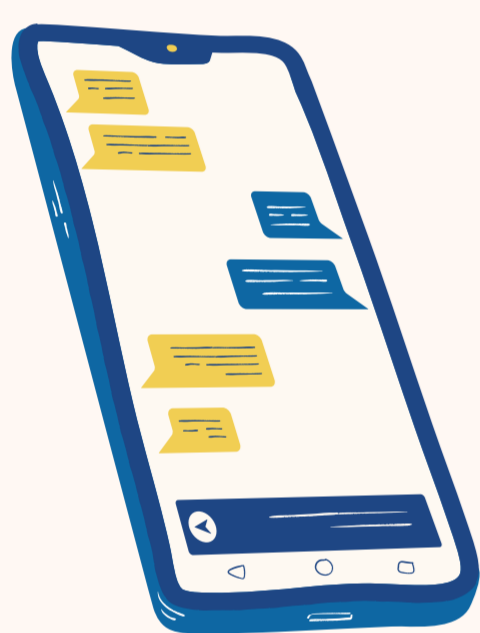


ИНТЕРНЕТ-МЕЙКИНДИГИНДЕ ӨЗҮҢДҮ КОРГО

Кибербуллинг деген эмне экенин билесиңби?

Бир же бир нече адам кимдир бирөөгө интернет-мейкиндигинде кол салуусу: басынтуу, коркутуу, акча же иш-аракет талап кылуу (шантаж), агрессия көрсөтүү ж.б.

Кибербуллингдин негизги максаты – интернетте адамды көпчүлүктүн алдында маскара кылуу, коркутуу же ачуулантуу.



Интернетте баарлашуу эрежелери:

- Интернетте эч кимге ишенбе, өзгөчө жеке маалыматыңды ачыктаба. Жеке маалыматыңды: телефон номериңи, мектеп же үй дарегиңи, банк эсептериңи, сырсөздөрүңү, коддоруңу ж.б тааныштарыңа да жөнөтпө.
- Билгин! Ар кандай маалымат (пост, сторис ж.б.) интернетте түбөлүккө сакталат. Эч нерсе эч качан жок болуп жана өчүп кетпейт. Андыктан кат алышууда жана ар кандай чаттарда сергек бол.
- Ачык-айрым сүрөттөрдү эч кимге, жада калса досторуңа же курбуларыңа да жөнөтпө. Адамдар аларды коркутуу, шантаж кылуу, кибербуллинг үчүн колдонушу ыктымал.
- Бейтааныш адамдар менен мамиле кылууда этият бол. Манипуляцияга алданба (өтүнүчтөр, кайрымдуулук, боорукердик жана чынчылдык), бул сага зыян келтириши мүмкүн.

Эгерде капыстан социалдык тармактарда (интернетте) буллингге дуушар болсоң, же чабуулга, шантажга, кысымга жана манипуляцияга күбө болсоң, **дароо 111 номерине байланыш**, же укук коргоо уюмдарына, укук коргоо органдарына же ишенимдүү адамдарга кайрыл.

Эсиңде болсун, **эң мыкты коргонуу - бул сен жана сенин киберкоопсуздук боюнча билимиң.**

Баарын мурдагыдай эле калтырба жана болуп жаткан окуялар жөнүндө унчукпай койбо.

Эмне кылуу керек?

- Социалдык тармактардагы профилиңди жаап сал, же үй-бүлөң жана досторуң үчүн гана толук жеткиликтүүлүк болгудай кылып ачык калтыр;
- Зарыл учурда инкогнито\белгисиздик режимин колдон;
- Таанышуу үчүн колдонмолордон кай жерде экениңди аныктаган функцияны өчүр;
- Өзүңүздү өзүң кабыл алууңа зыян келтирүүчү жана маанайыңдын бузулушуна же өзүңдү жек көрүүгө алып келчү аккаунттардан жазылууну токтот;
- Зордук-зомбулукка, башка адамдарды кордоого чакырыктары бар аккаунттарга карата даттан.

Эми аягында, бирок маанилүү!

- Канчалык аз «лайк» бассаң, ошончолук тынч уктайсың!
- Сактанганды Кудайым сактайт – сырсөздөрүңү бекемде!
- Дүйнөдө бардык социалдык тармактар үчүн бир сыр сөздөн өткөн жаман нерсе жок.

