

# КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ КИБЕРБУЛЛИНГА?

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:

1. Нельзя отбирать или угрожать, что заберете гаджеты.
2. Учите детей о кибербуллинге, правилах безопасного интернета, как выявлять и что делать.
3. Не обесценивайте проблему и не вините ребенка.
4. Установите и объясните важность ограничений.
5. Установите время по нахождению онлайн.
6. Установите функции «родительского контроля».
7. Интересуйтесь делами и интересами своих детей, установите доверие.
8. Правила Нетикета: важно не совершать буллинг оффлайн и онлайн, не отвечать на буллинг онлайн.
9. Соблюдайте рейтинги Рері для онлайн игр и вебсайтов.
10. Не делитесь личными фото детей у себя в соцсетях.

