

Твоя кибербезопасность или Нет - насилию в интернете



Важная проблема гуманистического общества – насилие, к которому с развитием технологий примкнул и кибербуллинг. Мы все больше привыкаем к виртуальному общению. Но ведя переписку в социальных сетях, на форумах и в чатах, иногда приходится сталкиваться с виртуальными конфликтами. Такие конфликты, из банальных оскорблений могут переходить в нешуточные угрозы, которые имеют затяжной характер. В последнее время, на основе агрессивных отношений между подростками, в разных странах мира прокатилась волна убийств, самоубийств. И не последнее место в этом явлении занимает агрессия в сети, так называемый кибербуллинг. Согласно исследованиям, самое агрессивное поведение в русскоязычном интернете демонстрируют пользователи в возрасте 14–19 лет и 25–35 лет.

Что такое кибербуллинг

Термин «кибербуллинг» (т.е. интернет-травля) означает хулиганские действия в сети через разные средства коммуникации. Психологи ввели это понятие во второй половине 1990-х гг., но иногда можно услышать слова «троллинг» или «кибермоббинг».

Признаки кибербуллинга – осознанное и длительное причинение человеку вреда в сети. При этом агрессоров может быть несколько, они выступают как от своего лица, так и анонимно.

Кибербуллинг на практике – это попытки скомпрометировать человека перед знакомыми. Оскорбления и угрозы через мессенджеры, игровые порталы, социальные сети, видеохостинги, форумы, звонки или смс-сообщения.

Что делать, если вы стали жертвой интернет-травли.

1. Не реагируйте.

Рекомендация «не кормить троллей» все еще работает, поэтому не комментируйте оскорбительные посты о вас и не отвечайте на обидные сообщения. И, конечно же, не отвечайте агрессору тем же, опускаясь до его уровня. Помните, что лучшая профилактика кибуллинга – это не участвовать в потенциально конфликтных интернет-спорах.

2. Не испытывайте вину или стыд.

Не думайте о том, что кибербуллинг – результат вашего неосторожного поведения, неправильных слов и ошибок. Жертвой может быть любой, а от постоянного прокручивания ситуации в голове легче не станет. Не перечитывайте оскорбления, не занимайтесь самокопанием.

3. Сократите возможности общения в Интернете.

Один из простых вариантов защититься от кибербуллинга, – лишить агрессора коммуникации. Добавьте его в черный список социальных сетей, заблокируйте телефонный номер и электронную почту.

4. Поделитесь своей проблемой

Молчать о том, что вам плохо от нападков – не лучшая идея. Расскажите об этом родными или друзьям. Кроме того, можно позвонить на любую горячую линию психологической поддержки.

5. Не бойтесь требовать справедливости

Вы вправе сообщить в милицию об угрозах и клевете, пожаловаться провайдеру на кибер-атаку и обратиться в поддержку «Инстаграм», «ВКонтакте», «Фейсбук» и т.д. Социальные сети борются с буллингом, поэтому удаляют нежелательные фото, посты и комментарии, а также банят агрессивных пользователей и сомнительные паблики.

6. Начните делать скриншоты

Скриншоты с оскорблениями, угрозами и непристойными предложениями пригодятся как доказательства для суда. А если обидчик явно несовершеннолетний (и знакомый вам!), отправьте информацию его родителям или куратору.

7. Поставьте агрессора на место в реальном общении: глаза в глаза.

Если вы чувствуете в себе достаточно смелости и сил, вступите с обидчиками в диалог. Но это не должны быть переговоры или попытка откупиться. Будьте вежливы. Просто скажите, что вы готовы пойти в суд за клевету/оскорбления/шантаж и т.д. Это отрезвит многих троллей.

Альтернативный сценарий общения – выразить агрессору слова сожаления и поддержки, сбив его тем самым с толку и снизив градус напряжения.

8. Боритесь со стрессом

Интернет-травля – это ситуация выхода из нашей зоны комфорта. Чтобы не придавать онлайн-конфликтам большого значения, повысьте свою стрессоустойчивость. Методы, которые помогут успокоиться: творческие хобби, медитации, ароматерапия.

9. Сядьте на цифровую диету

Еще один вариант, как бороться с кибербуллингом – на время уйти из сети. Устройте эксперимент, где на месяц или на неделю надо отрезать себя от интернета. Если вы поступите так во время травли, у вас появится свободное время на что-нибудь приятное, а онлайн-агрессоры успокоятся или переключатся на кого-то другого.

10. Пересмотрите своё поведение в сети

Если уходить в информационное подполье и удаляться из социальных сетей для вас слишком, снизьте активность, меньше выкладывайте фотографий и постов о себе. Сделайте страницу закрытой, внимательно изучайте тех, кто постучался к вам в друзья, и почистите фотоальбом. Не публикуйте адрес прописки и не ставьте геолокации. Чем меньше информации о вас, тем меньше поводов к травле.

11. Следуйте правилам цифровой грамотности

Не переходите по сомнительным ссылкам, не общайтесь с незнакомцами, ставьте сложные уникальные пароли для каждого аккаунта в соцсети (12 символов, с цифрами, большими и маленькими буквами) и период не скачивайте подозрительные файлы.

Ответственность за кибербуллинг.

Каждый имеет право на защиту от незаконного вмешательства в его личную жизнь, в том числе от посягательства на его честь и достоинство (ст. 28 Конституции Республики Беларусь).

Действия интернет-хулиганов подпадают под целый «букет» статей КоАП, УК РБ «Клевета», «Угроза убийством или причинением тяжкого вреда здоровью», «Доведение до суицида».

В настоящее время ст. 10.2 КоАП Республики Беларусь, предусмотрена ответственность за оскорбление, то есть умышленное унижение чести и достоинства личности, выраженное в неприличной форме, размер штрафа за указанное правонарушение до 30 базовых величин.

Часть 2 статьи 10.2 КоАП Республики Беларусь предусматривает ответственность за оскорбление в публичном выступлении, либо в печатном или публично демонстрирующемся произведении, либо в средствах массовой

информации, либо в информации, распространенной в глобальной компьютерной сети Интернет, совершение которого влечет наказание в виде штрафа в размере от десяти до двухсот базовых величин, или общественные работы, или административный арест.

Законом Республики Беларусь предусмотрена уголовная ответственность по ст.186 за угрозу убийством, причинением тяжких телесных повреждений или уничтожением имущества обще опасным способом, и предусмотрено наказание в виде общественных работ, штрафа, исправительных работ на срок до одного года, арест до трех месяцев, а также ограничение свободы на срок до двух лет, или лишением свободы на тот же срок.

Статья 145 УК Доведение до самоубийства

1. Доведение лица до самоубийства или покушения на него путем жестокого обращения с потерпевшим или систематического унижения его личного достоинства - наказывается исправительными работами на срок до двух лет, или ограничением свободы на срок до трех лет, или лишением свободы на тот же срок.

2. То же деяние, совершенное в отношении лица, находившегося в материальной или иной зависимости от виновного - наказывается ограничением свободы на срок до пяти лет или лишением свободы на срок от одного года до пяти лет.

Статья 146 УК Склонение к самоубийству

1. Умышленное возбуждение у другого лица решимости совершить самоубийство, если лицо покончило жизнь самоубийством или покушалось на него (склонение к самоубийству), наказывается исправительными работами на срок до двух лет или лишением свободы на тот же срок.

2. Склонение к самоубийству двух или более лиц либо заведомо несовершеннолетнего - наказывается ограничением свободы на срок до четырех лет или лишением свободы на срок до пяти лет.