**ПАМЯТКА «ПРИЗНАКИ, ВОВЛЕЧЕННОСТИ В КИБЕРБУЛЛИНГ»**

Кибербуллинг затрагивает по крайней мере одного из каждых пяти учащихся средних и старших классов. Многие из тех, кто переживает это, никому не рассказывают. Если у ребенка проявляются какие-либо из этих признаков, он или она могут быть вовлечены. Однако не у всех молодых людей, которые подвергаются кибербуллингу или которые запугивают других, будут проявляться эти признаки, а у тех, кто действительно проявляет эти признаки, могут быть другие проблемы в их жизни, которые следует решать. Потратьте время на дальнейшее расследование, если вы заметите какой-либо из этих красных флажков среди молодежи, о которой вы заботитесь.

***Ребенок может быть объектом кибербуллинга, если он или она:***

* неожиданно прекращает пользоваться своим(и) устройством(ами);
* впадает в депрессию или испытывает разочарование после выхода в интернет (включая игры);
* слишком много спит или недосыпает;
* становится ненормально замкнутым в себе от друзей и членов семьи;
* показывает увеличение или уменьшение количества еды;
* кажется, регулярно подавленным;
* делает мимолетные заявления о самоубийстве или бессмысленности жизни;
* теряет интерес к тому, что для них важнее всего;
* избегает обсуждения того, что они делают в Интернете;
* часто звонит или пишет смс из школы с просьбой вернуться домой больной;
* желает проводить гораздо больше времени с родителями, а не со сверстниками;
* становится необычно скрытным, особенно когда дело касается онлайн-активностей.

***Ребенок может запугивать других, если он или она:***

* быстро переключает экраны или прячет свое устройство, когда вы рядом;
* использует свое устройство (устройства) в любое время ночи;
* необычайно расстраивается, если не может использовать свое устройство;
* чрезмерно смеется, используя свое устройство (устройства) и не хочет показывать вам, что смешного;
* избегает обсуждений того, что они делают в Интернете;
* все чаще замыкается в себе или изолируется от семьи;
* кажется, использует несколько учетных записей в Интернете или одну учетную запись это не их собственное;
* имеет дело с повышенными поведенческими проблемами или дисциплинарными мерами в школе (или где-либо еще);
* кажется, чрезмерно озабоченным популярностью или постоянным присутствием в определенном социальном кругу или статусе;
* демонстрирует растущую бесчувственность или черствость по отношению к другим подросткам;
* начинает общаться с “неправильной” тусовкой;
* демонстрирует склонность к насилию;
* выглядит чрезмерно тщеславным в отношении своих технологических навыков и способностей.