



ТОМСКИЙ
ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ



Федеральный
университет
Томский
государственный
университет

ТУСУР
TUSUR UNIVERSITY



КООРДИНАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
ТОМСКОГО ПОЛИТЕХА



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ СТАЛИ ЖЕРТВОЙ КИБЕРБУЛЛИНГА

С жестокостью в интернете сталкиваются как дети, так и взрослые. Это серьезная проблема, которая наносит реальный психологический вред. В карточках объясняем, что делать, если вы столкнулись с кибербуллингом.



В широком смысле **кибербуллинг** — это травля с использованием цифровых технологий.

Она может происходить в соцсетях, мессенджерах, онлайн-играх и так далее. Это происходит постоянно или повторяется периодически. Его цель — напугать, разозлить или пристыдить жертву.

Фотки не выкладывай

20:30 ✓✓

Ты такая некрасивая

20:37 ✓✓

Фу, кто с тобой дружит

20:58 ✓✓





ТОМСКИЙ
ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ



Томский
государственный
университет

ТУСУР
TUSUR UNIVERSITY



КООРДИНАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
ТОМСКОГО ПОЛИТЕХА



ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ТРАВЛЕ В СЕТИ?

**Ни в коем случае не
отвечай обидчикам**

**Расскажи о буллинге
тому, кому доверяешь!
Не молчи!**

**Сделай скриншоты
переписки**

**При возможности
обратись в полицию!**

Смело блокируй





ТОМСКИЙ
ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ



Национальный
исследовательский
Томский
государственный
университет

TUSUR
TUSUR UNIVERSITY



КООРДИНАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
ТОМСКОГО ПОЛИТЕХА



Психологическая поддержка подростков и молодежи:

www.твоятерритория.онлайн

Телефон доверия психологической помощи:

+7-(3822)-44-44-44

Экстренная психологическая помощь по Томску:

+7-(3822)-41-19-99

Напоминание

Обращаться за помощью
не стыдно и не страшно!

[Запомнить](#)



Онлайн-сервис для получения психологической консультации:

почта-доверия.рф