

ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ВАС ПЕРЕСЛІДУЮТЬ В ІНТЕРНЕТІ?

Не відповідайте на повідомлення

Якщо ви стали об'єктом переслідування, найкраще — це не вступити в переписку з кривдником. Ігноруйте повідомлення та блокуйте їх.

Зберігайте докази

Фіксуйте та зберігайте скріншоти, копії повідомлень, коментарів або електронних листів, які є частиною переслідування. Вони можуть стати доказами у разі звернення до правоохоронців.

Зabloкуйте кривдника

Використовуйте функції блокування або обмеження доступу, які доступні на конкретній платформі (соціальних мережах, месенджерах, форумах).

Змініть паролі та налаштування безпеки

Змініть паролі на своїх облікових записах, особливо якщо ви підозрюєте, що ваші облікові записи можуть бути скомпрометовані. Включіть двофакторну автентифікацію для додаткового захисту.



Не давайте особисту інформацію

Уникайте надавати особисті дані, такі як ваші адреси, номери телефонів або інші чутливі відомості, навіть якщо вам здається, що людина, яка вас досліджує, виглядає надійною.

Повідомте про інцидент платформі

Більшість онлайн-платформ (Facebook, Instagram, Twitter та ін.) мають інструменти для повідомлень про переслідування та інші порушення. Зверніться до адміністрації сайту, щоб вони могли вжити деякі заходи.

Зверніться до правоохоронців

Якщо переслідування стане серйозним або загрожує вашій безпеці, не соромтеся звертатися до поліції. Додайте до заяви всі зібрані вами докази.

Шукайте підтримку

Спілкуйтеся з друзями та родиною, щоб отримати емоційну підтримку. Не бійтеся звертатися до професіоналів, таких як психологи чи консультанти, якщо це потрібно.

Захистіть свою конфіденційність

Перевірте свої налаштування конфіденційності в соціальних мережах, щоб обмежити доступ сторонніх осіб до вашої особистої інформації та повідомлень.

Будьте уважні до нових контактів

Якщо незнайома особа проявляє до вас незвичайну увагу в Інтернеті, будьте обережні. Уникайте зустрічей з такими людьми без належного захисту.

Пам'ятайте: Переслідування в Інтернеті — це серйозна проблема, і важливо не ігнорувати швидко, а проводити заходи для вашої безпеки.

ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ВАС ПЕРЕСЛІДУЮТЬ В ІНТЕРНЕТІ?

Не відповідайте на повідомлення

Якщо ви стали об'єктом переслідування, найкраще — це не вступити в переписку з кривдником. Ігноруйте повідомлення та блокуйте їх.

Зберігайте докази

Фіксуйте та зберігайте скріншоти, копії повідомлень, коментарів або електронних листів, які є частиною переслідування. Вони можуть стати доказами у разі звернення до правоохоронців.

Зabloкуйте кривдника

Використовуйте функції блокування або обмеження доступу, які доступні на конкретній платформі (соціальних мережах, месенджерах, форумах).

Змініть паролі та налаштування безпеки

Змініть паролі на своїх облікових записах, особливо якщо ви підозрюєте, що ваші облікові записи можуть бути скомпрометовані. Включіть двофакторну автентифікацію для додаткового захисту.



Не давайте особисту інформацію

Уникайте надавати особисті дані, такі як ваші адреси, номери телефонів або інші чутливі відомості, навіть якщо вам здається, що людина, яка вас досліджує, виглядає надійною.

Повідомте про інцидент платформі

Більшість онлайн-платформ (Facebook, Instagram, Twitter та ін.) мають інструменти для повідомлень про переслідування та інші порушення. Зверніться до адміністрації сайту, щоб вони могли вжити деякі заходи.

Зверніться до правоохоронців

Якщо переслідування стане серйозним або загрожує вашій безпеці, не соромтеся звертатися до поліції. Додайте до заяви всі зібрані вами докази.

Шукайте підтримку

Спілкуйтеся з друзями та родиною, щоб отримати емоційну підтримку. Не бійтеся звертатися до професіоналів, таких як психологи чи консультанти, якщо це потрібно.

Захистіть свою конфіденційність

Перевірте свої налаштування конфіденційності в соціальних мережах, щоб обмежити доступ сторонніх осіб до вашої особистої інформації та повідомлень.

Будьте уважні до нових контактів

Якщо незнайома особа проявляє до вас незвичайну увагу в Інтернеті, будьте обережні. Уникайте зустрічей з такими людьми без належного захисту.

Пам'ятайте: Переслідування в Інтернеті — це серйозна проблема, і важливо не ігнорувати швидко, а проводити заходи для вашої безпеки.