

# Як захиститися від секстингу





Обмін інтимними повідомленнями може здатися веселим або невинним фліртом для молодих людей, особливо тих, хто перебуває у стосунках. Але все може піти не так і важливо, щоб ваша дитина це розуміла.

## Що таке секстинг?

**Секстинг** – це надсилання повідомлень сексуального характеру, еротичних фото/відео/трансляцій через сучасні засоби зв'язку.

### Як відбувається секстинг та в чому є небезпека?

- Щойно хтось відправив якусь фотографію чи повідомлення еротичного характеру через мобільний телефон або інший гаджет, це більше не належить конкретній людині – інформація у власності мережі Інтернет, ніхто не знає, як її можуть використати і як це відіб'ється на репутації людини.
- Зображення можна скопіювати та зберегти, поділитися з людьми, яких відправник не знає, та опублікувати в соціальних мережах та на загальнодоступних сайтах. Видалити зображення може бути надзвичайно складно.
- Все може піти не за планом навіть у стосунках чи дружбі. Друг/подруга або партнер (-ка) можуть не замислюючись поділитися зображенням ще з кимось, для кого відправлення не передбачалося.
- Іноді, коли відносини руйнуються, може бути намір та бажання принизити колишніх партнера/партнерку або друга/подругу.
- Також дитина може бути змушена надсилати такі повідомлення через примус або тиск з боку іншої людини.
- Іноді секстинг може призвести до «вимагання» – коли хтось погрожує поділитися інтимним зображеннями, якщо той, хто зображений, не платить гроші або не виконує вимоги.

Поговорити про секстинг зі своєю дитиною варто відразу, щойно вона почне користуватися Інтернетом.

## Як розпізнати небезпеку?

Ви можете помітити будь-що з наступного, що попереджає про потрапляння дитини в небезпечну ситуацію:

- дитина уникає друзів та спілкування;
- опирається або втратила інтерес до відвідування школи, спортивної секції чи інших видів діяльності;
- змінився режим сну (набагато більше або менше спить);
- підвищився рівень тривожності (покусування нігтів, висмикування волосся, плач або заподіяння собі шкоди).



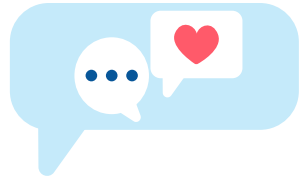
## Як я можу захистити дитину від секстингу?



**Поясніть, що може статися із зображенням.** Нагадайте дитині, щойно зображення буде надіслано, його неможливо повернути та передбачити точно, куди воно потрапить, тож варто добре подумати перед відправленням.

### Будьте відкритими до розмови.

Більшість підлітків не сприймають секстинг як проблему і неохоче говорять про це з дорослими, бо бояться бути засудженими або позбавленими гаджетів і обмеженими у доступі до Інтернету. Водночас, спробуйте та знайдіть спосіб поговорити зі своєю дитиною про те, які наслідки секстингу можуть бути та як можна відповісти на прохання надіслати зображення еротичного характеру (можна перевести розмову на жарт та застосувати емоджі, дивні чи смішні картинки або GIF-анімації для надсилання у відповідь). Переконайтесь, що дитина знає, що може звернутися до вас, щоб поділитися своїми проблемами та отримати підтримку без осуду.



**Навчіть дитину говорити «Ні» у ситуації тиску.** Надсилання чогось у мережі може відбуватися через тиск з боку однолітків чи дорослих. Розкажіть дитині, що у таких ситуаціях наслідки від того, що вона може піддатися такому тиску, набагато гірші, ніж від протистояння йому. Навчіть дитину впевнено й однозначно говорити «Ні»: «Дякую, ні», «Мені це не підходить», «Пробач, зараз я не можу», «Дякую, на жаль, я не можу допомогти».

## ЩО ЯКЩО?

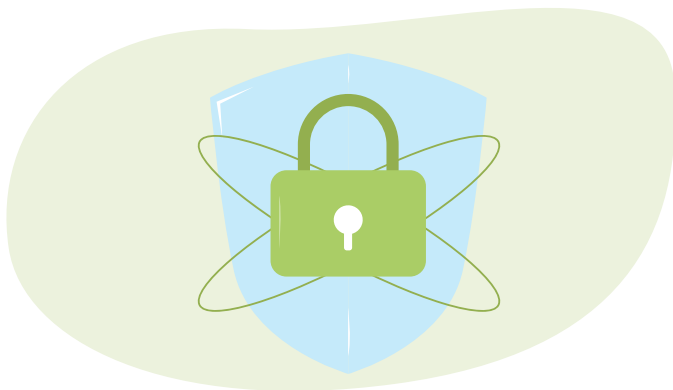
### Змодельуйте ситуацію «ЩО ЯКЩО»?

Дослідіть, як би дитина впоралась із такою ситуацією. У цьому можуть допомогти такі питання:

- Чи знаєш ти людей, які це робили - чи траплялося щось, що пішло не так?
- Це роблять для флірту чи для розваги?
- Чи бували ситуації, коли ти відправляв (-ла) «оголені» фото?

### Розкажіть про здорові стосунки.

Обговоріть з дитиною, як мають виглядати здорові стосунки партнерів. Поясніть, що навіть якщо вони надсилають зображення людям, яким довіряють, стосунки можуть змінитися, а надіслані повідомлення чи зображення можуть бути використані, наприклад, для помсти чи розваги.



## Якщо ваша дитина поділилася фотографіями чи відео еротичного характеру і їх публічно розповсюдили:

- Спробуйте зберігати спокій і запевнити, що дитина має вашу підтримку, і ви допоможете у цій ситуації.
- Дізнайтеся, з ким спочатку дитина ділилася матеріалом, чому були зроблені ці фото та чому надіслані; хто, коли та чому почав їх поширювати. Ці запитання варто ставити без тиску, не звинувачуючи дитину. Поясніть, що це допоможе швидше розібратися та видалити фото з мережі.
- Зверніться до служби підтримки соціальної мережі чи сайту із запитом видалити зображення.
- Якщо зображення було передано іншим дітям у школі, зверніться до навчального закладу дитини, щоб зупинити подальший доступ до зображення. Якщо ви знаєте, хто з дітей це зробив – зверніться до батьків дитини та спокійно поговоріть про ситуацію, пояснивши, що це є насильством.
- Повідомте про це кіберполіцію (можна звернутися на гарячу лінію за телефоном: **0 800 505 170**).

Допоможіть дитині навчитися критично оцінювати те, чим вона ділиться в мережі з іншими, та дбати про свою безпеку – це гарні навички в час глобальної цифровізації.



Буклет розроблено в межах проєкту, що реалізується Всеукраїнським громадським центром «Волонтер» за підтримки Представництва Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні.

Думки, висловлені в публікації, є позицією авторів і не обов'язково відображають погляди ЮНІСЕФ.

- © ВГЦ «Волонтер», 2021
- © Представництво Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні, 2021