

# Siber zorbalık: Nedir ve nasıl önlenir

*Gençlerin siber zorbalıkla ilgili olarak bilmeleri gereken 10 nokta*  
UNICEF



UNICEF

*“Siber zorbalık hakkında neler bilmek isterdiniz?”*

Bu soruyu gençlere yönelttik ve dünyanın dört bir yanından binlerce cevap aldık.

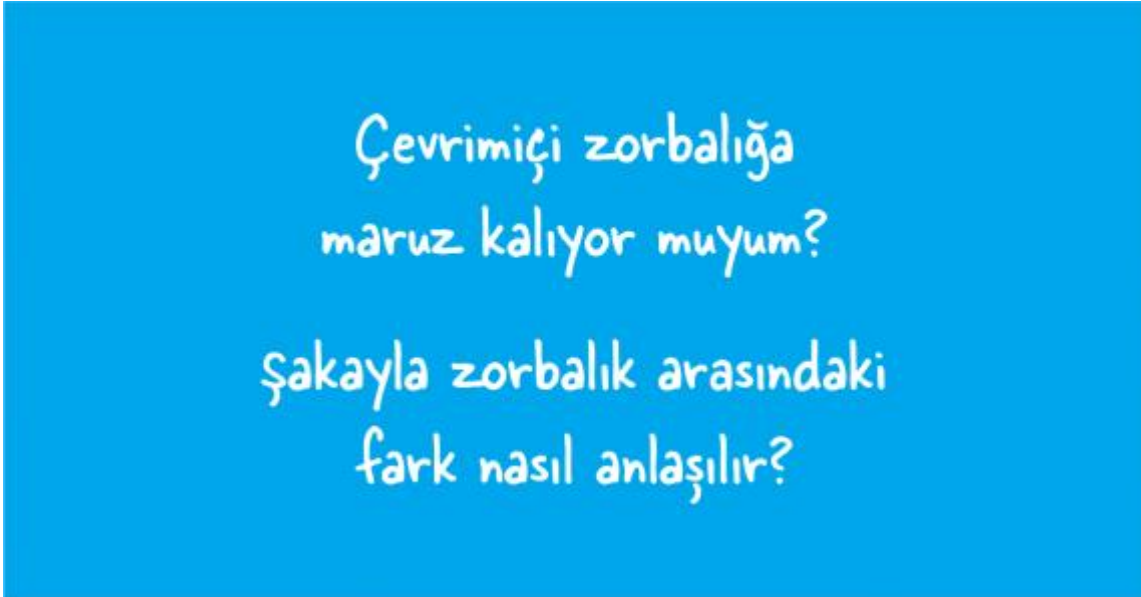
Çevrimiçi zorbalık konusundaki soruları yanıtlamak ve buna karşı mücadelede başvurulabilecek yollar konusunda tavsiyelerde bulunmak üzere UNICEF uzmanlarını, uluslararası siber zorbalık ve çocuk koruma uzmanlarını bir araya getirerek Facebook, Instagram ve Twitter’la bir ekip oluşturduk.

## Siber zorbalık nedir?

Siber zorbalık, dijital teknolojiler kullanılarak gerçekleştirilen zorbalıktır. Bu tür zorbalıklar sosyal medyada, mesajlaşma platformlarında, oyun platformlarında ve cep telefonlarında görülebilir. Hedef seçilen kişileri korkutmaya, kızdırmaya ya da utandırmaya yönelik olarak tekrarlanan bir davranıştır. Verilebilecek örnekler:

- sosyal medyada bir kişi hakkında yalanlar yaymak ya da utandırıcı fotoğraflar yayınlamak
- mesajlaşma platformlarından incitici mesajlar ya da tehditler yollamak
- başka birinin kimliğiyle başkalarına kötü mesajlar göndermek.

Yüz yüze zorbalık ve siber zorbalık çoğu kez birlikte gerçekleşir. Ancak siber zorbalık geride dijital iz bırakır; bu da aslında istismarın durdurulmasını sağlayacak yararlı ip uçları temin edebilir.



UNICEF

**UNICEF:** Arkadaşlar arasında şakalaşmalar hep olur; ama özellikle çevrimiçi ortamlar söz konusu olduğunda biri sadece eğence mi arıyor yoksa sizi incitmek mi istiyor bunu ayırt etmek güç olabilir. Kimi durumlarda “şakaydı şaka” ya da “sakın ciddiye alma” denilir ve gülüp geçilir.

Ancak; kendinizi incinmiş hissediyorsanız ve başkalarının sizinle birlikte gülmek yerine size güldüğünü düşünüyorsanız o zaman şaka fazla ileri gitmiş demektir. Söz konusu kişiye artık durmasını söyledikten sonra bile şaka devam ediyorsa ve bu konuda hala üzüntü duyuyorsanız yapılan iş zorbalık sayılabilir.

Zorbalık, özellikle de çevrimiçinde gerçekleştiğinde, istenmedik bir şekilde tanımadıklarınız da dâhil olmak üzere geniş bir çevrenin ilgisini çekebilir. Böyle bir durum ortaya çıktığında olay hoşunuza gitmemişse buna katlanmak zorunda değilsiniz.

Kendinizi kötü hissediyorsanız ve olay durmuyorsa o zaman yardım almakta yarar vardır. Siber zorbalığın durdurulması yalnızca zorbalık edenleri ihbar etmekle sınırlı kalan bir iş değildir; aynı zamanda herkesin çevrimiçi ve gerçek hayatta saygıyı hak ettiğini kabul etmekle ilgilidir.



UNICEF

Zorbalık çevrimiçi gerçekleştiğinde her yerde, hatta kendi evinizde bile saldırı altındaymışsınız gibi hissedebilirsiniz. Sanki kaçış yok gibi görünür. Etkileri de uzun sürebilir ve ilgili kişiyi pek çok yönden etkileyebilir:

**Ruhsal** — kızgınlık, mahcubiyet, aptal yerine konma hissi, hatta öfke

**Duygusal** — utanç hissi ya da sevilen şeylere karşı ilgi kaybı

**Fiziksel** — yorgunluk (uyuyamama) ya da karın ağrısı ve baş ağrısı gibi semptomlar yaşamak

Komik duruma düşme ya da başkaları tarafından rahatsız edilme endişesi insanları sorunu dillendirmekten ya da çözmeye çalışmaktan alıkoyabilir. Bazı aşırı örneklerde siber zorbalık insanların kendi yaşamlarını sonlandırmalarına bile yol açabilir.

Siber zorbalık bizi pek çok yoldan etkileyebilir. Ancak bunların aşılması ve insanların yeniden özgüvenlerine ve sağlıklarına kavuşmaları mümkündür.



UNICEF

**UNICEF:** Zorbalığa maruz kaldığınızı düşünüyorsanız yapmanız gereken ilk iş anne-babanız, ailenizden yakın bir kişi, ya da güvendiğiniz başka bir yetişkin kişiden bu konuda yardım istemenizdir.

Okulunuzda ise bir danışmana, beden eğitimi hocasına ya da en sevdiğiniz öğretmene başvurabilirsiniz.

Tanıdığımız bir kişiyle konuşmaktan rahatsızlık duyarsanız profesyonel bir danışmanla konuşmak için ülkenizdeki bir yardım hattına başvurun. (<http://genclikdestekhatti.org.tr/>)

Zorbalık olayı bir sosyal platformda gerçekleşiyorsa o kişiyi engelleyebilir ve davranışlarını platformun kendisine resmen bildirebilirsiniz. Sosyal medya şirketlerinin, kullanıcılarını güvende tutma yükümlülükleri vardır.

Neler olup bittiğini ortaya koymak açısından kanıt toplanması (mesajlar ve sosyal medya paylaşımlarının fotoğrafları) yararlı olabilir.

Zorbalığın durdurulması açısından olayların tespit edilmesi gerekir ve bildirim çok önemlidir. Zorbalık yapan kişiye davranışının kabul edilemez olduğunun gösterilmesi de bu konuda işe yarayabilir.

Çok yakın bir tehlike içindeyseniz polise ya da ülkenizdeki başka acil hizmetlere başvurun.

**Facebook/İnstagram:** Çevrimiçi zorbalığa maruzsanız bir ebeveynle, öğretmenle ya da güvendiğiniz bir kişiyle konuşmanızı tavsiye ederiz; güvende olmak sizin hakkınızdır. Ayrıca, herhangi bir zorbalık olayının doğrudan Facebook'a ya da İnstagram'a bildirilmesini de kolaylaştırıyoruz.

Facebook ya da İnstagram'da olmak üzere bir paylaşım, yorum ya da öyküden ekibimize her zaman anonim (is bir bildirimde bulunabilirsiniz).

Bu bildirimleri tüm dünyada 50'den fazla dilde olmak üzere 7/24 değerlendiren bir ekibimiz var; istismarcı ya da zorbalık sınıfına giren ne varsa kaldırıyoruz. Bu bildirimler her zaman anonim olarak yapılmaktadır.

Zorbalıkla ilgili yapılabilecekler konusunda ya da başka bir kişi zorbalığa maruzsa bu konuda size yardımcı olacak bir kılavuzumuz Facebook'ta yer almaktadır. İnstagram'da da bir [Ebeveyn](#) Rehberi vardır; bu rehberde siber zorbalık karşısında ne yapılabileceğine ilişkin olarak ebeveynlere, velilere ve güvenilir yetişkin kişilere yönelik tavsiyeler yer almaktadır. [Merkezi bağlantı ise güvenlik araçlarımız hakkında bilgi alabileceğiniz yerdir.](#)

**Twitter:** Siber zorbalığa maruz kaldığınızı düşünüyorsanız en önemli husus güvenliğinizi sağlamanızdır. Başınızdan geçmekte olanı konuşabileceğiniz birinin olması temel önemdedir. Bu kişi bir öğretmen olabilir, kendisine güvenilen başka bir yetişkin ya da bir ebeveyn olabilir. Kendiniz ya da bir arkadaşınız siber zorbalığa maruz kalıyorsa ne yapılabileceğini ebeveynlerinizle ve arkadaşlarınızla konuşun.

İnsanları, kurallarımızı ihlal ediyor olabilecek hesapları bize bildirin. Bunu, [Yardım Merkezimizdeki](#) destek sayfaları aracılığıyla ya da “Tweet Rapor Edin” seçeneğini tıklayarak in-Tweet bildirim mekanizmasıyla yapabilirsiniz.

Siber zorbalığa maruz kalmama rağmen bunu anneme ve babama anlatmaya korkuyorum. Onlara bu konuda nasıl yaklaşmam gerekir?

UNICEF

Siber zorbalığa maruzsanız, konuyu güvendiğiniz, konuşurken rahat edebileceğiniz bir yetişkine açmanız atabileceğiniz en önemli adımlardan biri olacaktır.

Ebeveynlerle konuşmak herkes için kolay bir iş değildir. Konuşmak için, dikkatlerini tamamen size verebilecekleri bir zaman seçin. Sorunun sizin açınızdan ne kadar ciddi olduğunu açıklayın. Teknolojiye sizin kadar aşina olmayabileceklerini unutmayın; dolayısıyla durumu anlayabilmeleri için onlara yardımcı olmanız gerekebilir.

Size hemen verebilecekleri hazır cevapları olmayabilir, ancak muhtemelen yardımcı olmak isteyeceklerdir ve birlikte bir çözüm bulmanız mümkündür. Akıl akıldan üstündür! Eğer ne yapacağınız konusunda hala kararsızsanız güvenilir başka kişilere ulaşmayı düşünün. Size

önem veren ve yardımcı olmaya istekli insan sayısı genellikle sizin düşündüğünüzden daha fazladır!

Arkadaşlarımın bir siber zorbalık olayını bildirmelerine nasıl yardımcı olabilirim?  
Özellikle de buna isteksiz oldukları durumlarda.

UNICEF

**UNICEF:** Herkes siber zorbalık mağduru olabilir. Tanıdığınız bir kişinin başına böyle bir iş geliyorsa ona yardım almasını önerin.

Arkadaşınıza kulak vermeniz önemlidir. Siber zorbalığa maruz kaldıklarını neden bildirmek istemiyorlar? Neler hissediyorlar? Resmi olarak herhangi bir bildirimde bulunmak zorunda olmadıklarını, ancak kendilerine yardımcı olabilecek biriyle konuşmalarının büyük önem taşıdığını onlara hatırlatın.

Unutmayın: Arkadaşınız kendini kırılmış hissediyor olabilir. Onlara yardımcı olacak inceliği gösterin, kime ne söyleyebileceklerini düşünmelerinde onlara destek olun. Eğer bildirmeye karar verirlerse ilgili yere birlikte gitmeyi önerin. En önemlisi, kendilerine destek olmaya hazır olduğunuzu onlara hatırlatın.

Eğer arkadaşınız olayı bildirmemekte hala direniyorsa o zaman durumun ele alınmasında yardımcı olabilecek güvenilir bir yetişkin bulunmasında destek olun. Unutmayın ki kimi durumlarda siber zorbalığın sonuçları hayati bir tehdit bile oluşturabilir.

Hiçbir şey yapmamak insanı herkesin kendisine karşı olduğu ya da kimsenin durumunu umursamadığı gibi düşüncelere yöneltebilir. Söyleyecekleriniz fark yaratabilir.

**Facebook/Instagram:** Biri hakkında bildirimde bulunmanın zor bir iş olabileceğini biliyoruz. Ama birine zorbalık yapmak da hiçbir zaman kabul edilemez.

Facebook ya da Instagram'a zararlı içeriği bildirmeniz, platformlarımızda güvenliğinizi daha iyi sağlamamızda bizlere yardımcı olabilir. Zorbalık ve taciz, doğası gereği son derece kişiseldir; dolayısıyla pek çok durumda olayı tespit edip ortadan kaldırmak için birinin bize bu tür davranışları bildirmesi gerekir.

Instagram ve Facebook söz konusu olduğunda bir siber zorbalık olayının bildirimini her zaman anonim kalacaktır ve söz konusu davranış konusunda bizi bilgilendirenin siz olduğunuzu hiç kimse bilmeyecektir.

Bizzat kendinizin yaşadığı bir olayı bildirebilirsiniz; ya da doğrudan uygulamada bulunan araçlarla arkadaşlarınız için de bildirimde bulunmanız son derece kolaydır. Bir konunun nasıl bildirileceğine ilişkin daha fazla bilgiye [Instagram Yardım Merkezinde](#) ve [Facebook Yardım Merkezinde](#) ulaşabilirsiniz.

Ayrıca arkadaşınıza Instagram'da [Restrict](#) (Kısıtla) diye bir araç olduğunu, bu aracı kullanarak kimilerine ağır gelebilecek bir yol olan engellemeye başvurmadan hesabını korumaya alabileceğini söyleyin.

**Twitter:** Twitter'da [dışardan bildirimde bulunma](#) imkânını sağladık. Başka bir deyişle burada başka bir kişi adına bildirimde bulunabilirsiniz. Şimdi bu araçla başkasının yerine geçme gibi durumlar da bildirilebilmektedir.



Çevrimiçi pek çok bilgiye ulaşabiliyorum;  
ama bu aynı zamanda  
istismara açık olmam anlamına da geliyor.  
İnternet erişiminden vazgeçmeden  
siber zorbalığı nasıl durdururuz?

UNICEF

**UNICEF:** Çevrimiçi olmanın pek çok yararı vardır. Ne var ki, yaşamdaki başka pek çok şeyde olduğu gibi burda da kendinizi korumanız gereken tehlikeler vardır.

Siber zorbalığa maruz kalmışsanız kimi uygulamaları silebilirsiniz ya da kendinizi toparlamak için bir süre çevrimdışı kalabilirsiniz. Ancak internet dışı kalmak uzun vadeli bir çözüm olamaz. Yanlış bir şey yapmadınız ki dezavantajlı duruma düşesiniz? Böyle bir tutum zorbalara yanlış bir mesaj gibi de olur, kabul edilemez davranışlarını yüceltir.

Hepimiz siber zorbalığın sona ermesini istiyoruz ve siber zorbalık olaylarının bildirilmesini önemli kılan nedenlerden biri de budur. Ancak, istediğimiz internet ortamının yaratılması zorbalıkla baş edilmesinin ötesini gerektirir. Başkalarını incitebilecek şeyler paylaşma ya da söyleme konusunda da titiz olmamız gerekir. Birbirimize karşı gerek çevrimiçi gerekse gerçek yaşamda nazik olmalıyız. Bu da hepimizin üzerine düşen bir görevdir!

**Facebook/İnstagram:** İnstagram ve Facebook'u insanların kendilerini ifade etmelerinde güvenli ve pozitif platformlar olarak sürdürülmesi bizim için önem taşır. İnsanlar ancak kendilerini güvende hissedilerse paylaşımlarını rahatça yapabilirler. Ne var ki siber zorbalığın ortaya çıkıp olumsuz deneyimlere yol açabildiğini de biliyoruz. İnstagram ve Facebook işte bu nedenle siber zorbalığa karşı mücadelede öncülüğe etmeye kararlıdır.

Bunu temelde iki yoldan yapıyoruz. Birincisinde, teknolojiyi insanların zorbalığa maruz kalmalarını ve zorbalığa şahitlik etmelerini engellemek üzere kullanıyoruz. Örneğin; insanlar bir ayara başvurarak, başkalarını tacize ya da öfkelenmeye yönelik zorbalık içeren yorumları otomatikman filtreleyen yapay zekâ teknolojisinden yararlanabilirler.

İkincisi, insanlara Facebook ve İnstagram'daki deneyimlerini uyarlayan araçlar sağlayarak pozitif davranışları ve etkileşimleri öne çıkartmaya çalışıyoruz. [Restrict](#), bir yandan zorbayı izlemeye devam ederken diğer yandan hesabınızı ihtiyatlı biçimde korumanıza imkan vermek üzere tasarlanmış bir araçtır.

**Twitter:** Yüz milyonlarca insan görüşlerini Twitter'da paylaştığından hepimizin aynı görüşte olmaması şaşırtıcı bir durum değildir. Sağlanan yararlardan biri de zaten budur; karşılıklı saygı içinde, anlaşmazlıklardan ve tartışmalardan hepimiz bir şeyler öğrenebiliriz.

Ancak, öyle durumlar olabilir ki birini bir süre dinledikten sonra artık ondan başka bir şey duymak istemeyebilirsiniz. Bu kişilerin kendilerini ifade etme hakları sizin bunları dinlemek zorunda olmanız anlamına gelmez.

Kişisel bilgilerimin sosyal medyada beni manipüle etmek ya da küçük düşürmek için kullanılmasını nasıl önlerim?

Çevrimiçi herhangi bir paylaşımda bulunmadan önce iki kez düşünün – o paylaşım hep orada kalabilir ve daha sonra sizin zararınıza kullanılabilir. Adresiniz, telefon numaranız ya da okulunuzun adı gibi kişisel bilgilerinizi paylaşmayın.

En fazla kullandığınız sosyal medya uygulamalarında gizlilik ayarlarını iyi öğrenin. İşte, ayarlarınız aracılığıyla yapabileceğiniz şeyler:

- Hesabınızın gizlilik ayarlarında düzenlemeler yaparak profilinizi kimlerin görebileceğine, kimlerin size doğrudan mesaj iletebileceğine ya da paylaşımlarınıza yorum yapabileceğine karar verebilirsiniz.
- İncitici yorumlar, mesajlar ve fotoğraflara ilişkin bildirimlerde bulunup bunların kaldırılmasını isteyebilirsiniz.
- ‘Arkadaşıktan çıkarmanın’ ötesinde başkalarının sizin profilinizi görmesini ya da sizinle temas etmesini tamamen önleyebilirsiniz.
- Ayrıca, belirli kişilerin yorumlarını, onları tamamen engellemeden yalnızca kendilerine görünmesini sağlayabilirsiniz.
- Profilinizdeki gönderileri silebilir ya da bunları belirli kişilerden gizleyebilirsiniz.

En sevdiğiniz sosyal medya platformlarının çoğunda engelleme ya da sınırlama yaptığınızda, veya bildirimde bulunduğunuzda başkalarına bilgi gitmez.

Siber zorbalığın bir cezası var mı?

**UNICEF:** Çoğu okul zorbalığı ciddiye almakta ve buna karşı harekete geçmektedir. Başka öğrencilerin siber zorbalığına maruz kalıyorsanız durumu okulunuza bildirin.

Herhangi bir şiddet biçiminin, buna zorbalık ve siber zorbalık da dâhil olmak üzere, mağduru olan kişilerin adalete erişim ve failden hesap sorma hakları vardır.

Zorbalığa, özellikle siber zorbalığa ilişkin yasalar oldukça yenidir ve bu yasalar halen her ülkede mevcut değildir. Bu nedenle birçok ülke siber zorbalıkların cezalandırılmasında ilgili diğer yasalara, örneğin tacizle ilgili yasal düzenlemelere başvurmaktadır.

Siber zorbalıkla ilgili özel yasal düzenlemelerin bulunduğu ülkelerde kasıtlı olarak ciddi duygusal sıkıntı yaratan çevrimiçi davranışlar suç teşkil eden fiiller olarak görülür. Diğer bazı ülkelerde ise siber zorbalık mağdurları koruma talep edebilirler, belirli bir kişinin iletişimini yasaklayabilirler, söz konusu kişinin siber zorbalıkta kullandığı elektronik araçların kullanımını geçici ya da kalıcı olarak sınırlayabilirler.

Ancak, cezalandırmanın zorbalarda davranış değişikliği sağlama açısından her zaman en etkili yol olmayabileceğini de unutmamak gerekir. Genellikle daha iyi yol, verilen zararın ve ilişkinin onarılmasına odaklanmaktır.

**Facebook/Instagram:** Facebook'ta bir dizi [Topluluk](#) Standartlarımız var; Instagram'da ise çevremizden uymalarını istediğimiz [Topluluk Kılavuzları](#) bulunuyor. Bu politikaları ihlal eden, örneğin zorbalık ya da taciz türü içerikle karşılaştığımızda bunları kaldırıyoruz.

İçeriğin yanlış biçimde kaldırıldığını düşünüyorsanız bu konudaki başvurulara da açığız. Instagram'da içerik ya da hesapla ilgili başvuruları Yardım Merkezimiz aracılığıyla yapabilirsiniz. Facebook söz konusu olduğunda da aynı işlemleri oradaki [Yardım Merkezinde](#) gerçekleştirebilirsiniz.

İnternet şirketleri çevrimiçi zorbalık ve taciz olaylarını umursamaz görünüyor.  
Bundan sorumlu tutuluyorlar mı?

UNICEF

İnternet şirketleri çevrimiçi zorbalık konusuna giderek daha fazla önem vermektedir.

Aralarından pek çoğu konunun ele alınması için yeni yolları devreye sokmakta, kullanıcılarını yeni araçlarla donatarak, yol göstericilik yaparak ve çevrimiçi istismarın bildirim için çeşitli yollar önererek kullanıcılarına daha iyi koruma sağlamaya çalışmaktadır.

Ancak, daha fazlasının gerektiği de bir gerçektir. Çok sayıda genç siber zorbalığa her gün maruz kalmaktadır. Kimileri çevrimiçi istismarın aşırı biçimleriyle karşı karşıyadır. Kimileri de bunların sonucunda kendi canına kıymıştır.

Teknoloji şirketlerinin kullanıcılarını, özellikle çocukları ve gençleri koruma sorumluluğu vardır.

Bu sorumluluklarını yerine getirmediğinde kendilerinden hesap sormak hepimizin elinde olan bir iştir.

## Çocuklar ve gençler için zorbalığa karşı çevrimiçi araçlar var mı?

UNICEF

**UNICEF:** Her sosyal platformun, paylaşımlarınızı kimlerin görüp yorum yapabileceğine, kimlerin arkadaş olarak otomatikman bağlanabileceğine ve zorbalık olaylarını nasıl bildirebileceğinize ayarlamalar getiren farklı araçları vardır (mevcut olanlar için aşağıya bakınız). Bunların çoğu engelleme, sessize alma ya da siber zorbalık bildirimini gibi işlemler için basit adımlar öngörür. Bunları araştırmanızı tavsiye ederiz.

Sosyal medya şirketleri de riskleri ve çevrimiçi güvende kalmanın yollarını öğrenmeleri için çocuklara, ebeveynlere ve öğretmenlere eğitsel araçlar ve rehberlik sağlamaktadır.

Ayrıca, siber zorbalığa karşı ilk savunma hattı siz de olabilirsiniz. Kendi toplumunuzda siber zorbalığın nerelerde gerçekleştiğini ve hangi yollardan nasıl yardımcı olabileceğinizi düşünün: Sesinizi yükselterek, zorbaları ifşa ederek, güvenilir yetişkinlere ulaşarak ya da konuya ilişkin farkındalık yaratarak... Basit bir incelik bile bu alanda önemli bir yol katedilmesine yardımcı olabilir.

Güvenliğiniz ya da çevrimiçiyken ortaya çıkan bir şey sizi endişelendiriyorsa hemen güvendiğiniz bir yetişkinle konuşun. Ya da kendi ülkenizde size yardımcı olacak [Uluslararası Çocuk Yardım Hattı](#)yla ilişkiye geçin. Pek çok ülkede ücretsiz olarak arayabileceğiniz ve kimliğinizi açıklamadan bir ilgiliyle konuşabileceğiniz yardım hatları bulunmaktadır. (Türkiye: <http://genclikdestekhatti.org.tr/>)

**Facebook/Instagram:** Gençlerin güvende olmasını sağlamaya yardımcı olacak bir dizi aracımız var:

- Zorba birinden gelen mesajları görmeme seçeneğini benimseyebilirsiniz da [Restrict](#) (Kısıtla) aracımızı kullanarak söz konusu kişiyi bilgilendirmeden hesabınızı korumaya alabilirsiniz.
- Yorumları kendi sayfalarınızda [yönetebilirsiniz \(gizleme, kısıtlama vs.\)](#)
- Ayarlarınızı, sadece takip ettiğiniz kişilerin size doğrudan mesaj gönderebilmesini sağlayacak şekilde değiştirebilirsiniz.
- Instagramda ise size sınırı aşan bir paylaşımda bulunmak üzere olduğunuzu bildiren bir not ileterek sizi bu konuyu yeniden düşünmeye yöneltebiliriz.

Kendinizi ve başkalarını siber zorbalıktan nasıl koruyabileceğinize ilişkin ipuçları için [Facebook](#) ya da [Instagram](#)'daki kaynaklarımıza göz atın.

**Twitter:** Twitter'daki kişiler can sıkıcı ya da olumsuz bir durum sergiliyorsa bu konuda size yardımcı olabilecek araçlarımız var. Aşağıdaki liste de bunları nasıl kuracağınıza ilişkin talimatlarla bağlantılıdır. Rehberimiz, "Twitter'la Öğretme ve Öğrenme" aşağıdaki üç talimatı ve daha fazlasını içermektedir.

- [Mute](#) (sessize alma) – bir hesaptan atılan Tweetleri o hesabı takibi kesmeden ya da engellemeden kendi zaman tünelinizden kaldırmanız
- [Block \(engelleme\)](#) – belirli hesapların sizinle temas etmesine, Tweetlerinizi görmesine ve sizi takip etmesine sınırlamalar getirilmesi
- [Report \(bildirme\)](#) – taciz içeren bir davranışa ilişkin bildirimde bulunma

**Uzmanlık katkısında bulunanlar:** Sonia Livingstone, OBE, Sosyal Psikoloji Profesörü, Medya ve İletişim Bölümü, London School of

Economics; Profesör Amanda Third, Profesörlük Araştırma Görevlisi, Kültür ve Toplum Enstitüsü, Western Sydney University.

**Özel teşekkürler:** Facebook, Instagram ve Twitter.

**UNICEF'in katkıları:** Mercy Agbai, Stephen Blight, Anjan Bose, Alix Cabral, Rocio Aznar Daban, Siobhan Devine, Emma Ferguson, Nicole Foster, Nelson Leoni, Supreet Mahanti, Clarice Da Silva e Paula, Michael Sidwell, Daniel Kardefelt Winther.

## **Kaynaklar**

### **İstismarın bildiri ve güvenlik kaynakları**

***[popüler sosyal medyada güvenlik kaynaklarına linkler]***

[Facebook](#)

[Instagram](#)

[Kik](#)

[Snapchat](#)

[Tumblr](#)

[Twitter](#)

[WeChat](#)

[WhatsApp](#)

[YouTube](#)

### **Daha fazla bilgi**

***[çevrimiçi güvenlik konusundaki diğer UNICEF kaynaklarına linkler]***



[#ENDviolence Youth Manifesto](#)

[Staying safe online tips](#)

[Tips for reporting violence at school](#)

[#ENDviolence with BTS](#)

Kaynak: <https://www.unicef.org/turkey/siber-zorbal%C4%B1k-nedir-ve-nas%C4%B1l-%C3%B6nlenir>