

Свидетельство

о компетентности в

**ОБЛАСТИ ПРОФИЛАКТИКИ КИБЕРБУЛЛИНГА
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

Обладатель документа

Номер документа: 41994

Дата выпуска: 07.02.2023

*Ховрич
Екатерина
Федоровна*

Организация

МБОУ "Сотниковская СОШ"

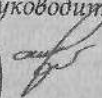
Нырова Н.А.

Организатор

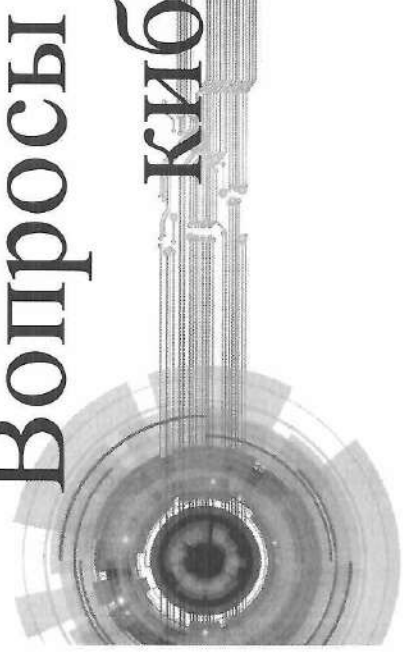


Валеева С.Ю.

Руководитель

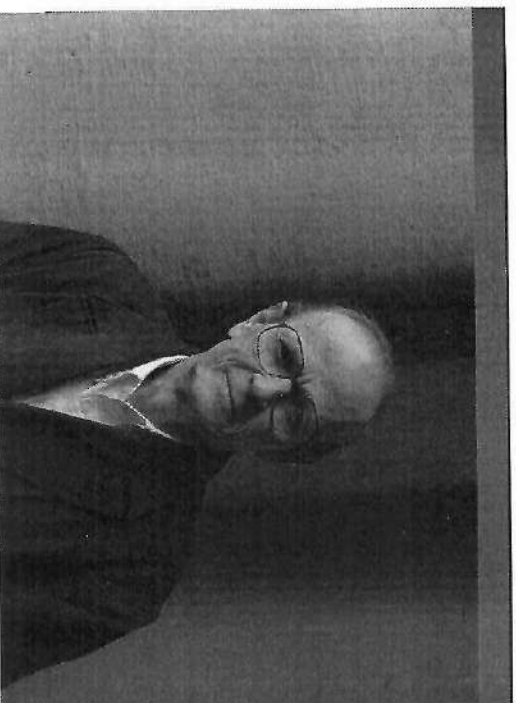


Вопросы предупреждения кибербуллинга



ПОНЯТИЕ

В 1993 г. норвежский психолог Дэн Ольвеус дал ставшее общепринятым определение травли в детской и подростковой среде буллинга (травля) - это преднамеренное систематическое повторяющееся агрессивное поведение, включающее неравенство власти или силы».



Дэн Ольвеус (18.04.1931 – 20.09.2020) шведско-норвежский психолог, профессор-исследователь психологии в Бергенском университете Норвегия. Ольвеус получил широкое признание как пионер в исследованиях буллинга.

Компоненты буллинга

это агрессивное и негативное поведение	ОНО осуществляется регулярно	Оно происходит в отношениях, участники которых обладают неординарной властью	это поведение является умышленным
--	------------------------------	--	-----------------------------------

Типы буллинга

Выделяют следующие типы буллинга:

- прямой (и физический, и вербальный);
- косвенный (социальная депривация, сплетни, заговоры и т.п.).

Прямой физический буллинг наиболее характерен для мальчиков, освоенный и социальная депривация (потеря возможности удовлетворения основополагающих жизненных потребностей) - для девочек.

Мальчики значительно чаще принимают участие в буллинге, нежели девочки. При этом, особенно опасен, буллинг со стороны девочек, избывая какого-то ребенка «козлом отпущения», демонстрирую лишь лишь свое физическое превосходство, то девочки начинают против зоних жертв настоящую психологическую войну.

Отличия кибербуллинга от буллинга

Помимо черт, объединяющих буллинг и кибербуллинг, у последнего есть дополнительные специфические черты.

Непрерывность	Масштаб	Анонимность
Психологи считают кибербуллинг даже более опасным для психики, ведь он непрерывен. После ухода из школы или из двора ребенок может вернуться домой, отдохнуть, встретиться с друзьями или попасть в дружеский коллектив по интересам. Но телефон всегда с ним - и на этот телефон постоянно приходят сообщения и домогательства.	При цифровом преследовании травители нередко пытаются вовлечь новых людей - через распространение порочащих данных или аморальные действия в соцсетях под видом жертвы. Например, оставляют ее номер телефона на сайтах знакомств, инициируют обсуждение ее поведения или рассылают клеветническую информацию знакомым жертвы.	Наиболее характерная отличительная черта кибербуллинга. Часто агрессоры используют поддельные странички (фейки), чтобы оставаться инкогнито. Анонимность порождает чувство безнаказанности, поэтому травители легко заходят все дальше и дальше, совершают поступки, на которые не отважились бы в реальной жизни

Особенности кибербуллинга

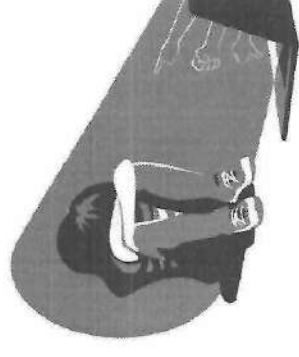
Целью кибербуллинга является ухудшение эмоционального состояния жертвы и (или) разрушение ее социальных отношений.

Основные лейтмотивы травли в Интернете:

- эксплуатация значимости референтного для жертвы сообщества (вовлечение множества свидетелей в разы усиливает переживания стыда, страха, беспомощности и отвержения);
- бесконтрольное распространение любой (ложной, постыдной, конфиденциальной) информации;
- провокация гипертрофированной аффективной обратной связи от жертвы.

Особенности кибербуллинга

Кибербуллинг (cyberbullying), электронная травля (electronic bullying), социальная жестокость онлайн (online social cruelty) - это отдельное направление травли, определяемое как преднамеренные агрессивные действия, систематически на протяжении определенного времени осуществляемые группой или индивидом с использованием электронных форм взаимодействия и направленные против жертвы, которая не может себя легко защитить.



Особенности кибербуллинга

Как и традиционный буллинг, кибербуллинг может быть прямым и косвенным.

Прямой кибербуллинг - это непосредственные атаки на ребенка через письма или сообщения.

При косвенном в процесс травли жертвы вовлекаются другие люди, не всегда с их согласия; преследователь может взломать аккаунт жертвы и, мимикрируя под хозяина, рассылать с этого аккаунта сообщения знакомым жертвы, разрушая коммуникативное поле жертвы и порождая сомнение в его моральных качествах. Одна из наиболее угрожающих ситуаций - когда преследователь публикует в сети информацию, которая в действительности подвергает жертву опасности, например, от ее имени размещает объявление о поиске сексуальных партнеров.

Особенности кибербуллинга

Обычный буллинг в некотором смысле честнее и безопаснее, потому что в нем нет неопределенности, присутствующей в виртуальном пространстве. Российской особенностью является тот факт, что кибертравля нередко осуществляется по социальным или национальным мотивам, фактически представляя собой разновидность экстремистских действий. Известны случаи суицидов, совершенные подростками после киберпреследования.

Анонимность снижает уровень личной ответственности и возвращает клеветника в элемент почти симультанно информационной среды, где легко укрыться от защитной агрессии обиженного.

Виды кибербуллинга

Наиболее эмоционально бурная форма кибербуллинга - эт **гейминг** (англ. flaming - воспламенение), который начинается с оскорблений и перерастает в быстрый эмоциональный обмен пликаками, обычно публично, реже в частной переписке. Происходит между двумя собеседниками с изначально равными позициями, одна из которых агрессивна вносит дисбаланс, усиливающийся за счет того, что участник не знает, кого его противник может привлечь на свою сторону в этом сражении.

Посетители форума, свидетели, могут присоединяться к одной из сторон и развивать грубую переписку, не до конца понимая начальный смысл столкновения и зачастую рассматривая ситуацию как игрушку, в отличие от инициаторов агрессивного диалога. Можно обвинить это с дракой «стенка на стенку», где участники не до конца понимают ни что стало поводом конфликта, ни каков критерий присоединения соратников друг к другу.

Виды кибербуллинга

Напоминающей флейминг, но односторонней формой буллинга является **харассмент** (англ. harassment - притеснение) - это резкие конкретные действия человеку обычно настойчивые или повторяющиеся слова и действия, которые вызывают у него раздражение, тревогу и стресс и при этом не имеют разумной цели. Киберхарассмент обычно выражается в повторяющихся оскорбительных сообщениях жертве, от которых она чувствует себя эмоционально уничтоженной, которым она не может ответить по причине страха или невозможности идентифицировать преследователя, и тогда к тому же вынуждена оплачивать полученные сообщения.

Виды кибербуллинга

Специфическую форму харасмента осуществляют так называемые **гриферы** (griefers) - игроки, целенаправленно преследующие других игроков в многопользовательских онлайн-играх. Они нацелены на разрушение удовольствия от игры у других игроков, активно используют брань, блокируют отдельные области игры и мошенничают. Это сочетание вандализма с травлей, в «материальном» мире напоминающее поведение детей, которые приходят растоптать куличики, слепленные детьми помладше в песочнице, лишая их сразу удовольствия и полученных достижений.

Виды кибербуллинга

Формой харассмента является троллинг. Кибертролли (sube trolls) публикуют негативную, вызывающую тревогу информацию на веб-сайтах, страницах социальных сетей, даже на мемориальных страницах, посвященных умершим людям, провоцируя сильную эмоциональную реакцию. Реальных троллей обычно называют провокаторами - это те, кто используют «слабые места» других людей для того, чтобы с помощью манипуляции поддеть человека. Получить удовольствие от его аффективного взрыва. Агрессор этом случае переживает ощущение всемогущества за счет власти над жертвой, над ее эмоциональным состоянием.

Виды кибербуллинга

Близким по смыслу, но менее манипулятивным и более
напрямую агрессивным является **киберсталкинг**
(cyberstalking; от англ. to stalk - преследовать, выслеживать) -
использование электронных коммуникаций для
преследования жертвы через повторяющиеся вызывающие
тревогу и раздражение сообщения, угрозы противозаконных
действий или повреждений, жертвами которых могут стать
получатели сообщений или члены его семьи.

Виды кибербуллинга

Стыд, тревогу или страх могут вызывать так называемые сексты. **Секстинг** (sexting, от англ. sex - секс и text - текст) - это рассылка или публикация фото- и видеоматериалов с обнаженными и полубнаженными людьми. Чем старше дети, тем выше вероятность их вовлечения в секстинг. По данным исследования, 10% молодежи 14-24 лет отправляли или публиковали изображения самих себя с сексуальным подтекстом, 15% получали такие сообщения непосредственно от кого-то другого.

Если часть людей рассылает такие сообщения в рамках гармоничных отношений внутри пары, то другие преследуют при этом цели травли и нанесения вреда, например, выкладывая в Интернет фотографии обнаженной бывшей подруги в качестве мести за болезненный разрыв отношений.

Виды кибербуллинга

Формой преследования в Интернете является распространение клеветы (denigration) - это публикация и рассылка унижающей и ложной информации о человеке, его искаженных изображений, в частности в сексуализированном и/или наносящем вред его репутации виде, и др. Одной из форм клеветы являются «онлайн слэм-букки» (online slam-books).

Слэм-букки - тетради, в которых одноклассники размещают различные рейтинги и комментарии - «кто самая красивая девушка в классе», «кто одевается хуже всех» и т.п. Соответственно, «онлайн слэм-букки» - это созданные для развлечения сайты, где одноклассники публикуют подобные рейтинги и комментарии, часто грубые и неприятные, например, «худшая парочка класса». Платформой для этого часто служат развлекательные сайты, ориентированные на студентов и школьников. Некоторые люди посещают их не для того, чтобы посплетничать и оставить комментарий, а просто для того, чтобы проверить, не стали ли сами очередным объектом клеветы и злобного развлечения знакомых.

Виды кибербуллинга

Ложная информация распространяется при выдаче себя за другого (impersonation). Преследователь, используя украденный пароль, с аккаунтов жертвы и как бы от ее лица рассылает негативную, жестокую или неадекватную информацию ее знакомым. Жертва испытывает сильное унижение при получении обратной связи и часто теряет друзей. Кроме того, преследователь с помощью пароля может менять персональный профиль жертвы на веб-сайте, размещать там неуместную, оскорбительную информацию, рассылать угрожающие или унижающие e-mail с адреса жертвы.

В крайнем случае преследователь может опубликовать на форумах провоцирующие оскорбительные сообщения или комментарии, подписываясь именем жертвы и указывая ее реальные имя, адрес и телефон, тем самым ставя жертву под угрозу реального преследования и нападения.

Виды кибербуллинга

Важность для человека его признания со стороны сообщества эксплуатируется также при публикации видеозаписей **физического насилия/хулиганского нападения** (video recording of assaults/harpy slapping and horring).

Harpy slapping - хулиганское нападение на прохожего группой подростков, во время которого один из хулиганов снимает происходящее на видеокамеру мобильного телефона. Для усиления чувства унижения у жертвы преследователи выкладывают видеозапись нападения в Интернет, где тысячи зрителей могут смотреть и комментировать ее. К сожалению, загрузить видеозапись в Интернет гораздо проще, чем удалить ее оттуда.

Виды преследователей

Исследователи выделяют четыре категории детей, занимающих кибербуллинг, в зависимости от мотивации к этому занятию и стиля вмешательства:

- «ангел мести» (ощущает себя правым, часто мстит за то, что с ним оказался жертвой буллинга в школе);
- «жаждущий власти» (похож на традиционного преследователя школьного двора, хочет контроля, власти и авторитета, однако может быть меньше и слабее сверстников, либо может вымещать свою злость беспомощность, оказавшись в состоянии уязвимости, например, при разводе или болезни родителей);
- «противная девчонка» (может быть и девочкой, и мальчиком занимается кибербуллингом ради развлечения, связанного с испугом унижением других);
- «неумышленные преследователи» (включаются в кибербуллинг инерции вслед за полученными негативными сообщениями о ком-то, чаще в результате косвенной травли, в которую их вовлекают как свидетелей соучастников).

Признаки столкновения ребенка с кибербуллингом

- ребенок стал меньше проводить времени в телефоне или, наоборот, зачастил туда;
- удалил страницу из социальных сетей;
- неприязнь к Интернету;
- нервозность при получении новых сообщений;
- плохой аппетит, пропуск обедов в школе;
- бессонница и кошмары по ночам;
- нервный тик;
- энурез;
- низкая успеваемость, отсутствие интереса к учебе;
- постоянная подавленность, отсутствие друзей, низкая самооценка и социальная активность;
- попытки суицида;
- побег из дома.

Действия родителей жертвы

Научите ребёнка блокировать нежелательных посетителей его социальных сетей.

Найдите вместе функции «пожаловаться» или «добавить в чёрный список». Друзьям это сработает практически моментально. Если распространение слухов, видели фото осуществляется через некое сообщество или общий чат, где нет возможности сразу убрать оскорбления, обратитесь к администрации сообщества или сайта сообществом удалить нежелательный контент.

Настройте страницу в соцсети, повысьте уровень её безопасности, удалите всю личную информацию, которая может стать доступна агрессорам. Запретите другим пользователям размещать ребёнка на фотографиях и видеозаписях.

Не отвечайте на кибербуллинг, не вступайте с обидчиком в беседу. Задача агрессора получить как можно больше эмоций в ответ, почувствовать своё превосходство. Игнорирование его действий в конце концов заставит его либо совершить ошибку, которую можно будет привлечь по статье, либо он потеряет интерес к жертве.

Действия родителей жертвы

Постарайтесь узнать, кто именно обижает вашего ребёнка. Это позволит наказать обидчика в реальной жизни.

Сделайте скриншоты переписок, комментариев и других материалов, которые позволят вам подтвердить свои слова. В России на данный момент не существует законов в УК РФ, которые непосредственно наказывали бы за кибербуллинг, однако, при наличии угроз или подозрений на домогательства - это может рассматриваться как основание для возбуждения уголовного дела. Но если травля происходит в стенах школы, администрации будет достаточно и обычных распечаток.

Поскольку кибербуллинг часто случается именно внутри класса или школы, не бойтесь привлечь к решению проблемы классного руководителя, социального педагога, психолога и администрацию. Необходимо обратить внимание на эту проблему, чтобы помочь детям наладить взаимоотношения в классе и остановить травлю.

Действия родителей жертвы

Помните, что доверительные, тёплые отношения в семье - это то, что позволит ребёнку сразу обратиться к родителям за помощью и советом.

Научите детей безопасному общению в сети. Расскажите:

- почему так важно сохранять личную информацию в тайне;
- на что обращать внимание при выборе фото и видео для размещения в интернете;
- о настройках социальных сетей и мессенджеров, чтобы незнакомые люди не могли вступить с ребёнком в контакт без его согласия;
- о травле в жизни и в интернете, чтобы подросток знал, что это такое, и мог отреагировать до того, как ситуация выйдет из-под контроля;
- научите ребёнка говорить «нет».

Действия родителей буллера

Часто буллерами становятся дети, подвергнувшиеся насильно в семье, а также пережившие психотравмирующие моменты в прошлом. Но бывают случаи, когда буллер обладает высокой самооценкой вкуче со сниженной эмпатией и вполне осознаёт свои действия.

Если ребенок обижает других детей, первым делом нужно остановить его и создать условия, в которых он пересмотрит свое поведение. Суровые наказания лишь усугубят ситуацию, так как это станет причиной потери доверия ребенка к родителям.

Важно заменить желание унижать и избивать других на стремление быть более сдержанным и добрым к людям. Сфокусируйтесь на том, что привело ребенка к такому поведению и устраните все эти факторы. Нужно поговорить с детьми об их действиях и узнать, что побуждает их действовать так жестоко. Но при этом нужно дать понять ребенку, что вы его любите и готовы простить, если он изменит свое поведение. Вознаграждайте за хорошее поведение и поддерживайте на пути к исправлению.

Действия педагога

Беседа с родителями - основа профилактики кибербуллинга. Необходимо повышать уровень интернет-грамотности родителей. Ниже приведено примерное наполнение бесед.

Необходимо научиться обеспечивать безопасность детей в интернете. Опасными могут быть контент-загрузки. Контентные риски – это материалы (тексты, картинки, аудио, видеофайлы, ссылки на сторонние ресурсы), содержащие насилие, агрессию, эротику и порнографию, нецензурную лексику, информацию, разжигающую расовую ненависть, пропаганду анорексии и булимии, суицида, азартных игр, наркотических веществ и т.д.

Для того, чтобы помочь ребенку избежать столкновения с нежелательным контентом необходимо приучить ребёнка советоваться со взрослыми и немедленно сообщать о появлении нежелательной информации подобного рода.

Объясните детям, что далеко не все, что они могут прочесть или увидеть в Интернете - правда. Приучите их спрашивать о том, в чем они не уверены.

Старайтесь спрашивать ребёнка об увиденном в Интернете. Зачастую, открыв один сайт, ребёнок захочет познакомиться и с другими подобными ресурсами.

Включите программы родительского контроля и безопасного поиска, которые помогут оградить ребёнка от нежелательного контента.

Действия педагога

Постоянно объясняйте ребенку правила безопасности в Сети. Тем не менее помните, что невозможно всегда находиться рядом с детьми и постоянно их контролировать. Доверительные отношения с детьми, открытый и доброжелательный диалог зачастую может быть гораздо конструктивнее, чем постоянное отслеживание посещаемых сайтов и блокировка всевозможного контента.

Используйте специальные настройки безопасности (инструменты родительского контроля, настройки безопасного поиска и другое).

Выработайте «семейные правила» использования Интернета. Ориентируясь на них, ребенок будет знать, как поступать при столкновении с негативным контентом.

Будьте в курсе того, что ваш ребёнок делает в Интернете. Чаще беседуйте с ребёнком о том, что он делает в Сети.

Действия педагогов

Педагогу важно учитывать уровень общей педагогической культуры родителя при раскрытии некоторых тем. Уровень доверия между родителем и ребенком может быть незначительным. Тем не менее необходимо раскрыть следующие направления беседы с родителем.

Говорим с ребенком о профилактике кибербуллинга. Чтобы уменьшить риск сетевой травли, нужно помнить вот о чем, обязательно поговорите об этом с детьми:

- никогда и никому не отправлять свои интимные фотографии и видео (те, где нет одежды, или ребенок делает что-то, не предназначенное для всех подряд, или где пьян и не контролирует себя); также не отправлять СМС сексуального содержания и не присоединяться к таким чатам;
- стараться не создавать впечатление более взрослого (-ой), это может привлечь тех, кто занимается травлей;
- никому не позволять снимать себя на фото или видео без твоего разрешения, особенно если ты не одет или нетрезв;
- не писать онлайн то, что ты не можешь сказать человеку в лицо при личной встрече;
- Интернет провоцирует людей быть грубыми и невежливыми, не поддавайтесь, даже если все вокруг так делают.

Действия педагогов

В случае возникновения угрозы жизни и здоровью, тем более, вполне реальные и реализуемые в настоящей жизни, родители должны обратиться в полицию.



Действия педагога

Педагог должен донести, что даже в том случае, когда ты хочешь скрыть от родителей то, что попало к другим людям, вред от травли будет больше, чем от того, что они об этом узнают. К тому же в большинстве случаев эта личная информация все равно становится им известна.

Дополнительные правила противодействия кибербуллингу, которые необходимо раскрыть детям:

- все грубые и оскорбительные сообщения должны оставаться без ответа;
- если пишет кто-то, кого не знаете, не реагируйте - лучше всего удалить сообщение совсем и заблокировать этого юзера;
- если есть техническая возможность заблокировать оскорбляющих, нужно это сделать сразу же, а также пожаловаться на них в техподдержку: большинство сайтов не поддерживают травлю и заблокируют/удалят аккаунт, с которого она ведется;
- если твою почту заваливают такими сообщениями, можно сменить почтовый ящик;
- любой сайт, программа или чат, где тебе некомфортно, должны попасть в «черный список» - уходите оттуда и не возвращайтесь, пока ситуация не изменится;
- если вам пишут или делают гадости, не нужно пытаться отвечать тем же. Во-первых, у тебя может не получиться, во-вторых, это только увеличит злобу и тебя могут начать преследовать.

Действия педагогов

Тематические классные часы являются еще одной формой работы педагога по профилактике кибербуллинга. Часто педагогу становится известным факты уже начавшегося кибербуллинга. Здесь важно раскрыть на классных часах общие механизмы действий ребенка, ставшего участником кибербуллинга.

Ребенок должен понимать, что если что-то из личной информации попало к другим людям и они используют это для того, чтобы оскорблять или заставить что-то сделать, важно использовать три правила:

- **не соглашаться ни на что;**
- **не вступать в диалог;**
- **не скрывать от родителей.**

Лучше всего сразу выйти из всех аккаунтов, чатов и социальных сетей, где тебя атакуют, и сообщить родителям.

Действия педагога

Проблемная ситуация приводит к психической травме - причём у всех членов семьи. Родители могут испытывать ту же гамму чувств, что и ребенок, - гнев, стыд, вину, потерянности. Родителям следует порекомендовать обратиться за помощью психолога.



