

## **Консультация на тему: «Кибербуллинг или опасное виртуальное пространство»**

**Цель:** познакомить учащихся с опасностями, которые подстерегают их в Интернете и помочь избежать этих опасностей, профилактика правонарушений в сети.

### **Ход занятия**

Как часто вы пользуетесь сетью? Что вам больше всего нравится в Интернете? Как ваши родители воспринимают ваши занятия, времяпрепровождение в Интернете? Почему?

Бурное развитие компьютерных технологий и широкое распространение сети Интернет открывает перед людьми большие возможности для саморазвития и общения. Сегодня количество пользователей российского сегмента сети составляет десятки миллионов людей, из них внушительная часть – дети и подростки. Но Интернет может быть не только кладезем возможностей, но и источником угроз.

Многие не подозревают, что оставляя на различных сайтах или социальных сетях конфиденциальную информацию, подвергают риску собственную жизнь. Не секрет, что многие преступники своих жертв ищут именно через Интернет.

А в последнее время становится всё более распространённым такое понятие как кибербуллинг. Это настоящий психологический террор. И нередко такая травля из виртуального пространства переходит в реальную жизнь.

Травля сверстников в социальных сетях стала модной забавой среди школьников и студентов.

"Если ребёнку на улице сказали "дурак", он будет переживать. Если ему в Интернете написали "дурак", он будет переживать точно так же. И плюс это видят на его страничке куча его друзей. На улице вообще никто не мог не услышать, а здесь 10-20 человек были свидетелями его оскорбления".

Исследования показали: каждого четвертого ребенка в нашей стране унижают и травят в Интернете.

Кибер-буллинг (cyber-bullying), подростковый виртуальный террор, получил свое название от английского слова bull — бык, с родственными значениями: агрессивно нападать, бередить, задирать, придирается, провоцировать, донимать, терроризировать, травить. В молодежном сленге является глагол аналогичного происхождения — быковать. Кибер-буллинг часто неоправданно путают с моббингом, или массовым травлей (от mob — толпа), хотя в действительности агрессивное поведение, которое обозначается этими двумя понятиями, имеет различные психологические механизмы.

О последствиях буллинга реального приходится слышать часто: сообщения о травмах, нанесенных сверстниками, попытки суицидов и трагические смерти.

Кибер-буллинг остается невидимым, а нанесенный им ущерб — нераспознанным. Но вполне реальным, несмотря на виртуальность этой проблемы.

Американские исследователи выделили восемь основных типов буллинга:

1. **Перепалки, или флейминг** — обмен короткими эмоциональными репликами между двумя и более людьми, разворачивается обычно в публичных местах Сети. Иногда превращается в затяжной конфликт. На первый взгляд, флейминг — борьба между равными, но при определенных условиях она может превратиться в неравноправный психологический террор. Неожиданный выпад может вызвать у жертвы сильные эмоциональные переживания.
2. **Нападки**, постоянные изнурительные атаки — повторяющиеся оскорбительные сообщения, направленные на жертву (например, сотни sms на мобильный телефон, постоянные звонки), с перегрузкой персональных каналов коммуникации. Встречаются также в чатах и форумах, в онлайн-играх.
3. **Клевета** — распространение оскорбительной и неправдивой информации. Текстовые сообщения, фото, песни, которые часто имеют сексуальный характер. Жертвами могут быть не только отдельные подростки — порой случаются рассылки списков («кто есть кто в школе»), создаются специальные «книжки для критики» с шутками про одноклассников.
4. **Самозванство**, перевоплощение в определенное лицо — преследователь позиционирует себя как жертву, используя ее пароль доступа к экаунту в социальных сетях, в блоге, почте, системе мгновенных сообщений, либо создает свой экаунт с аналогичным никнеймом и осуществляет от имени жертвы негативную коммуникацию. Организация «волны обратных связей» происходит, когда с адреса жертвы без ее ведома отправляют друзьям провокационные письма.
5. **Надувательство**, выманивание конфиденциальной информации и ее распространение — получение персональной информации и публикация ее в интернете или передача тем, кому она не предназначалась.
6. **Отчуждение**. Любому человеку присуще желание быть включенным в группу. Исключение же из группы воспринимается как социальная смерть. Чем в большей степени человек исключается из взаимодействия, тем хуже он себя чувствует, и тем больше падает его самооценка. В виртуальной среде это может привести к полному эмоциональному разрушению ребенка. Онлайн-отчуждение возможно в любых типах сред, где используется защита паролем, формируется список нежелательной почты или список друзей. Кибер-остракизм проявляется также в отсутствии ответа на мгновенные сообщения или электронные письма.

**7. Киберпреследование** — скрытое выслеживание жертвы с целью организации нападения, избиения и т.д.

**8. Хеппислепинг** — счастливое хлопанье, радостное избиение — название происходит от случаев в английском метро, где подростки избивали прохожих, тогда как другие записывали это на камеру мобильного телефона. Сейчас это название закрепилось за любыми видеороликами с записями реальных сцен насилия. Эти ролики размещают в интернете, где их могут просматривать тысячи людей, без согласия жертвы. Начинаясь как шутка, хеппислепинг может закончиться трагически: 18-летнего Тристана Кристмаса избивала группа парней, снимая это на видео для интернета, а когда он умирал на полу от удара головой, убийца и наблюдатели продолжали развлекаться на вечеринке.

Различия кибербуллинга от традиционного реального обусловлены особенностями интернет-среды: анонимностью, возможностью фальсификации, наличием огромной аудитории, возможностью достать жертву в любом месте и в любое время.

Реальный буллинг — это ситуация в школьном дворе, где старшие или более сильные дети терроризируют младших, слабых, он заканчивается, когда ребенок приходит из школы домой. Кибер-буллинг продолжается все время.

### **Определение участников интернет-травли.**

- Между участниками интернет – травли возникает «Стена отчуждения». Стена не только разделяет, она подразумевает, что по обе стороны от неё кто-то находится. Каковы ваши предположения, кто находится по обе стороны?

- Жертва и преследователи.

- Да, по одну сторону «стены отчуждения» всегда находится жертва, а по другую – только ли преследователи?

- Всегда есть те, кто лично в травле не участвует, но знает о ней. Тем не менее они ничего не делают для того, чтобы вмешаться в ситуацию. Это наблюдатели.

- Совершенно верно. Наблюдатели. Итак, мы с вами определили участников интернет травли. Это **ЖЕРТВА, ПРЕСЛЕДОВАТЕЛИ и НАБЛЮДАТЕЛИ.**

- Среди кого жертве найти поддержку? Наверное, пока мы не вполне готовы ответить на этот вопрос, поэтому мы ещё вернемся к этому вопросу, на чью же помощь может рассчитывать подросток, подвергшийся травле, в конце нашего классного часа.

### **Тренинг «Скульптура» (определение психологического портрета каждого участника травли).**

- Мы уже убедились с вами, что виртуальное общение занимает значительную долю нашего личного времени, но не означает, что общаясь

виртуально, мы утрачиваем свои достоинства и недостатки, которые существуют во взаимоотношениях людей в реальном мире.

Ребята, хотелось бы вам понять, почему между участниками интернет-травли складываются такие деструктивные отношения?

- Что может помочь нам сформировать психологический портрет жертвы, преследователя и наблюдателя? (выслушиваются предложения воспитанников).

Каждой группе дается задание. Они в течение минуты должны придумать, как один из участников их группы изобразит жертву (преследователя (ей), наблюдателя (ей)). «Скульптуры» собираются в общую композицию и удерживают положения тел и выражения лиц до тех пор, пока идет обсуждение с классом.

- Как вы думаете, ребята. Что сейчас чувствует жертва? Преследователь? Наблюдатель?

- Почему каждый из них оказался именно в данной роли?

- Какие качества характера проявляет каждый из них?

Жертва Преследователь Наблюдатель

Необычные черты Агрессивность пассивность

характера/внешности Эмоциональная глухота равнодушие

социофобия склонность к трусость

депрессивность правонарушениям отсутствие своего

болезненная ранимость Жестокость мнения

мстительность Ограниченный кругозор эгоистичность

- Какие мысли посещают Вас сейчас?

- Травля ни в ком не вызывает положительных эмоций и не формирует положительных качеств.

Можно сделать вывод:

**В травле нет «нейтральных», она затрагивает и уродует всех. (Илья Латыпов, журналист)**

- Но как разрушить стену отчуждения? Почему подобная ситуация иногда длится годами? Возможно, наше следующее задание даст нам ответ на этот вопрос?

**Упражнение-тренинг на невербальную поддержку «Круг защиты».**

В комнату заходит участник с завязанными глазами, остальные участники предупреждены о том, что будут говорить неприятные для участника слова

(или толкать его). Затем в какой-то момент 2 человека подходят и берут участника тренинга за руки, образуя «круг защиты». Затем происходит интервьюирование.

- Что чувствовал вначале? - Что изменилось, когда понял, что тебя взяли за руки? **Делается вывод о важности поддержки со стороны окружающих тому, кто терпит нападки.**

### **Формирование правовой культуры у воспитуемых.**

- Итак, ребята, в начале нашего классного часа мы задались вопросом: Кто поможет организовать этот "круг защиты"? Среди кого жертве найти поддержку? Может, сейчас Вы готовы ответить на этот вопрос?

- Взрослые (родители, школьный психолог, учитель);

- телефон доверия

- законы ( Уголовный кодекс РФ, Ст. 130 " об унижении чести и достоинства другого лица, в т.ч. в средствах массовой информации)

### **Памятка «Как защититься от хамства и оскорблений в интернете»**

**1. Не спеши выбрасывать свой негатив в кибер-пространство.** Советуйся со взрослыми, прежде чем отвечать на агрессивные сообщения. Прежде чем писать и отправлять сообщения, следует успокоиться, утолить злость, обиду, гнев.

**2. Создавай собственную онлайн-репутацию, не покупайся на иллюзию анонимности.** Хотя кибер-пространство и предоставляет дополнительные возможности почувствовать свободу и раскованность благодаря анонимности, нужно знать, что существуют способы узнать, кто стоит за определенным никнеймом. И если некорректные действия в виртуальном пространстве приводят к реальному вреду, все тайное становится явным. Интернет фиксирует историю, которая состоит из публичных действий участников и определяет онлайн-репутацию каждого — накопленный образ личности в глазах других участников. Запятнать эту репутацию легко, исправить — трудно.

**3. Храни подтверждения фактов нападений.** Если тебя очень расстроило сообщение, картинка, видео и т.д., следует немедленно обратиться к родителям за советом, сохранить или распечатать страницу самостоятельно, чтобы посоветоваться со взрослыми.

**4. Игнорируй единичный негатив.** Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать — часто кибер-буллинг вследствие такого поведения останавливается на начальной стадии. Опытные участники интернет-дискуссий придерживаются правила: «Лучший способ борьбы с неадекватными — игнор».

**5. Если ты стал очевидцем кибер-буллинга**, правильным поведением будет: а) выступить против агрессора, дать ему понять, что его действия оцениваются негативно, б) поддержать жертву — лично или в публичном виртуальном пространстве предоставить ей эмоциональную поддержку, в) сообщить взрослым о факте некорректного поведения в кибер-пространстве.

**6. Блокируй агрессоров.** В программах обмена мгновенными сообщениями есть возможность блокировки сообщений с определенных адресов. Пауза в общении часто отбивает у агрессора желание продолжать травлю.

**7. Не стоит игнорировать агрессивные сообщения**, если письма неизвестного вам отправителя систематически содержат угрозы. В этом случае следует скопировать эти сообщения и обратиться к правоохранителям. Если оскорбительная информация размещена на сайте, следует сделать запрос к администратору для ее удаления.

Полностью искоренить кибер-буллинг, так же, как другие проявления жестокости в виртуальном пространстве и реальной жизни, невозможно. Поэтому следует держать взрослых (родителей) в курсе своих проблем