**Кибербуллинг, о котором стоит рассказать ученикам**

Некоторые пользователи дают выход своей агрессии в Интернете, оскорбляя других или умышленно провоцируя на конфликт. Такое поведение называют «троллинг» или «кибербуллинг». Вступая в конфликт с таким пользователем, очень легко потерять над собой контроль и самому стать агрессором.

Травля детей и подростков при помощи информационно-коммуникационных технологий, а именно Интернета и мобильных телефонов – одна из наиболее значимых проблем, которая существенно увеличивает риск суицида среди обучающихся, приводит к тяжелым личностным изменениям.

К сожалению, в России на сегодняшний день нет комплексных программ подготовки родителей и педагогов к работе по профилактике кибербуллинга среди несовершеннолетних. Не решены задачи официального закрепления этических норм поведения в информационном пространстве, связанного с этим обеспечения безопасности несовершеннолетних пользователей, создания условий для овладения ими принципами киберэ5 тики. Совершенствование знаний детей и подростков о правилах и способах безопасного поведения в сети, обеспеченное родителями, педагогами и другими специалистами, работающими в области медиакомпетенций несовершеннолетних, может стать наиболее эффективной профилактикой в борьбе с кибербуллингом.

Кажется, что можно не обращать внимания на травлю в Интернете, сделать вид, что ничего не происходит. Однако на самом деле это не так. У жертвы в результате кибербуллинга появляется чувство стыда, тревоги, апатии, которые впоследствии перерастают в психические расстройства. Агрессор, который травит жертву длительное время, в случае реального буллинга может остановиться, когда увидит уязвимость человека, боль и страдание. Если же дело происходит в Интернете, то обратной связи нет, агрессор не может получить удовлетворения и не отпускает жертву.

Кибербуллинг невозможно остановить. Это связано с большой зависимостью от социальных сетей. Если травля ребенка происходит в школе, она, по крайней мере заканчивается, когда он выходит на улицу или оказывается дома. А социальная сеть нередко заменяет сотовую связь: она служит для общения с родителями, учителями, одноклассниками. Как только жертва оказывается в интернет-пространстве, она снова видит оскорбительные надписи под своей собственной фотографией или деморализующие сообщения, приходящие потоком на телефон. Любая травля, в том числе и кибербуллинг, опасна для психологического здоровья жертвы. Исследования показывают, что травля часто приводит детей и подростков к депрессии и другим расстройствам, у них снижается самооценка, они оказываются в изоляции. Они чаще думают о суициде. Но и те, кто травит, тоже оказываются в зоне риска: они впоследствии чаще своих сверстников страдают от алкогольной и наркотической зависимости и также более склонны к депрессии и суицидальным мыслям.

Средствами кибербуллинга являются:

***Социальные сети.*** Применяются для размещения запугивающих и издевательских комментариев, фото и видео. Аккаунт жертвы может быть блокирован группой людей, на него могут быть отправлены массовые жалобы. Он может быть взломан для рассылки порочащих сообщений от имени жертвы. Может быть также создан и использован аккаунт от имени жертвы для дискредитирующей деятельности.

***Чаты и форумы.*** Могут быть использованы для рассылки агрессивных сообщений, а также для раскрытия анонимности владельца одного из аккаунтов - выбранной жертвы. На страницах форума для всеобщего обсуждения может быть выложена конфиденциальная, личная информация. Электронная почта при кибербуллинге используется для отправки жертве запугивающих сообщений, в том числе содержащих фото и видео, а также писем, содержащих вирусы. Могут быть опубликованы также личные письма жертвы, не предназначенные для широкой огласки.

***Мобильная связь.*** Телефон может быть использован как для фиксации фотографий и видеоизображений с целью дискредитации жертвы, так и для доставки объекту преследования текстовых и мультимедийных сообщений.

***Веб-камеры.*** Используются для видеосвязи с провоцированием жертвы, с последующей публикацией видеозаписи. Сервисы видеохостинга используются для размещения издевательских или запугивающих видеороликов. Игровые сайты и виртуальные игровые миры. Кроме широких коммуникативных возможностей, позволяющих размещать сообщения так же, как это делается в социальных сетях, группа людей может целенаправленно вредить игровому персонажу жертвы или даже методично убивать этого персонажа, что также оказывает психологическое давление.

**Основные действия кибербуллинга:**

1. Надувательство, выманивание конфиденциальной информации и ее распространение — получение персональной информации и публикация ее в интернете или передача тем, кому она не предназначалась.

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 эту технологию чаще всего используют гриферы — группа игроков, имеющих целью не победу, а разрушение игрового опыта других участников.

3. Клевета - распространение оскорбительной и неправдивой информации. Используются текстовые сообщения, фото, песни. Жертвами могут быть не только отдельные подростки — порой случаются рассылки списков («кто есть кто в группе, «у кого какие недостатки»), создаются специальные «книги для критики» с шутками про одноклассников.

4. Самозванство, перевоплощение в определённое лицо — преследователь позиционирует себя как жертву, используя ее пароль доступа к аккаунту в социальных сетях, в блоге, почте, системе мгновенных сообщений, либо создаёт свой аккаунт с аналогичным никнеймом (псевдонимом) и осуществляет от имени жертвы негативную коммуникацию. Организация «волны обратных связей» происходит, когда с адреса жертвы без ее ведома отправляют друзьям провокационные письма.

5. 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.

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 (остракизм — гонение, неприятие, отвержение, презрение со стороны окружающего общества.)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— 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.

Всплеск кибербуллинга приходится на среднюю школу. В основном жертвы и агрессоры имеют возраст от 10 до 15 лет.

***По каким признакам можно определить, что школьник подвергся кибербуллингу?***

* незначительное число друзей в социальных сетях;
* превалирование негативных комментариев в отношении размещаемой информации;
* при обсуждении событий / действий – переход на оценку личности;
* навешивание ярлыков и использование оскорблений.

***Возможными рисками возникновения кибербуллинга могут стать:***

* распространение откровенных фото;
* дистанцированность взрослых от ситуации;
* проблемы социализации и адаптации, связанные с индивидуальными личностными или соуциальными особенностями («дети из неблагополучных семей»);
* создание аккаунтов или пабликов (паблик - это сокращение словосочетания «публичная страница» как мини-блог в социальной сети, который завести может и вправе кто угодно), направленных «против» кого-то из класса;
* дефицит социального интеллекта.

***Профилактика кибербуллинга и противодействие ему учителя***

* присутствие педагогов и специалистов в области воспитания в глобальной сети;
* мониторинг аккаунтов подростка и ближайшего окружения;
* формирование у детей культуры принятия себя и своей индивидуальности;
* «социальное продюсирование» и навигация обучающихся и воспитанников в поиске дружественных онлайн-сообществ.

***Правила поведения при кибербуллинге*.**

Необходимо объяснить ребенку, что если через Интернет в его адрес поступили угрозы или оскорбления, не нужно отвечать аналогично. Следует посоветоваться с учителем или родителями, как себя вести. Постоянно поддерживать свою киберрепутацию, даже если ребенок находится под вымышленным именем. Существует множество способов определить, кто стоит за анонимным аккаунтом. Надо объяснить детям, что личная информация, которую они выкладывают в Интернете может быть использована агрессорами против них. Нельзя заниматься хулиганством в Интернете, так как он запоминает все действия и сохраняет их. Не участвовать в травле и не общаться с людьми, которые обижают других. Удалить эту информацию затруднительно. Следует помнить, что простая единичная агрессия, если на нее не обращать внимание, прекращается на начальной стадии. Одним из вариантов противостояния является блокировка агрессора. В программах обмена сообщениями, в социальных сетях есть возможность блокировки отправки сообщений с определенных адресов. Важно убедиться, что кибербуллинг (оскорбления из сети) не перешел в буллинг (оскорбления в реальной жизни).

Подводя итог, можно сделать вывод, что в наше время кибербуллинг является действительно актуальной проблемой, ведь сейчас информационное поколение, и дети, как и взрослые, не могут находиться без гаджетов, ноутбуков, навигаторов и сотовых телефонов ни минуты. Подростковый период тесно связан с онлайн общением, дети много времени проводят в интернете. Онлайн общение — особое место в жизни ребят, формы общения в сети разнообразны. Подростки регистрируются в социальных сетях, пишут на форумах, публикуют фотографии, ведут свои видеоблоги. Есть свой кодекс общения в интернете, есть активные пользователи, которые много пишут и публикуют. Любой контент в интернете может спровоцировать негативные комментарии, любой активный пользователь интернета может стать жертвой кибербуллинга. Травля в сети чрезвычайно распространена и разнообразна, единственный 100% способ защиты от травли — не пользоваться интернетом вовсе, не регистрироваться в социальных сетях. Но такой способ защиты подходит далеко не всем подросткам, жертвовать интернет-общением — большая цена безопасности. Важно объяснить подросткам, что кибербуллинг — опасная вещь, людей обманывают, делают жертвами мошенничества, а иногда и склоняют к преступлениям и правонарушениям. После травли у человека может сформироваться негативный образ себя, тревога, чувство бессилия и беззащитности. Последствия кибербуллинга для психического здоровья плачевны, требуют внимания, а иногда и психологической помощи. Поэтому к этому виду травли стоит отнестись серьезно, рассказывать подросткам о правилах поведения в интернете, о технике безопасности.