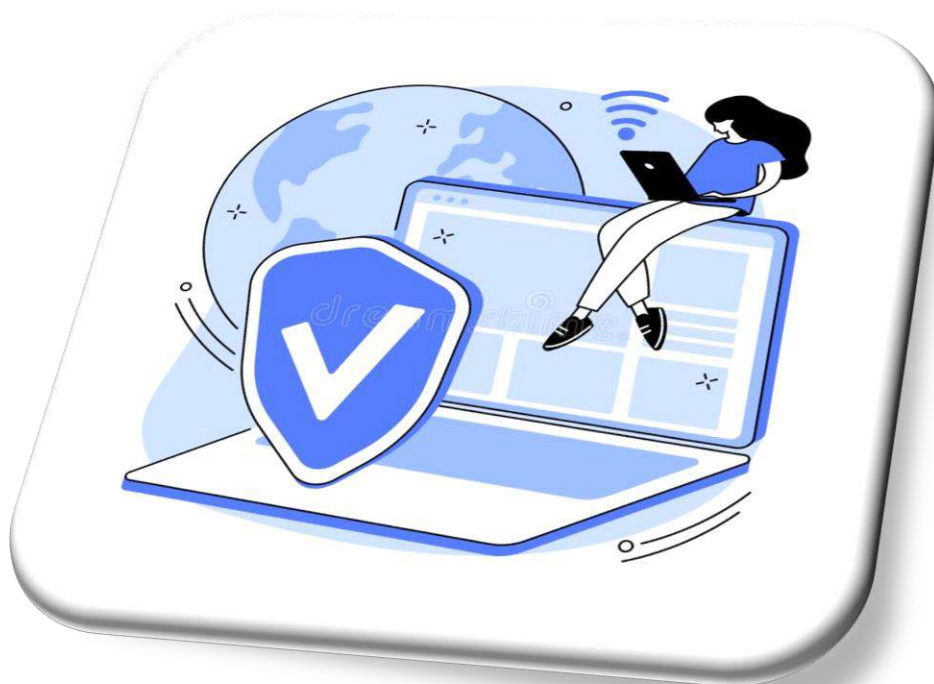


ОКУ «Курский Центр для несовершеннолетних»

Отделение методической помощи

*Методические рекомендации
круглого стола*

**«Кибербуллинг: проблемы защиты
несовершеннолетних
от травли в подростковой среде
и интернет-пространстве»**



2021 год

Актуальность проблемы.

В настоящее время кибербуллинг стал актуальной темой для обсуждения не только среди родителей и педагогов, но и в государственных органах, особенно в связи с участвовавшими случаями суицидального поведения. Распространение кибербуллинга связано с развитием интернет-технологий. Увеличились случаи интернет-агрессии среди подростков. Данный вид агрессивного поведения является популярным среди подростков еще и потому что личность обидчика остается анонимной, вследствие чего подростки склонные к насильственному поведению активизируются.

Проявление агрессии к кому-либо дистанционно не позволяет увидеть реакции жертвы и влияние своего поступка, что не вызывает чувство сопереживания. Электронные средства коммуникации все доступны, что позволяет настигнуть жертву в любое время в любом месте. Кроме этого интернет способствует скорости передачи ретрансляции информации.

Появившись в сети, информация выходит из-под контроля, и оскорбления, унижения, неприятные фотографии, видео способны циркулировать бесконечно долго. Если раньше подростковые издевательства носили открытый характер и могли быть ограничены внимательными педагогами и родителями, то благодаря современным интерактивным средствам связи, сделать это не просто. На сегодняшний день существует серьезная проблема, связанная с выходом детей в онлайн пространство, поскольку кибербуллинг несет за собой острые последствия, как для психологического, так и для физиологического здоровья подростка.

В России же внимание кибербуллингу начали уделять совсем недавно, несмотря на то, что проблема на данный момент уже является крайне острой. О масштабе явления можно судить по недельным материалам новостей, где освещаются инциденты, связанные с тяжелой формой кибербуллинга, то есть сопряженного с физическим насилием, а по утверждениям психологов, в нашей стране, от кибербуллинга страдает каждый 3-ий ребенок.

Подростковые выяснения отношений имели место быть всегда. Однако в настоящее время, переместившись из реальной в виртуальную среду, они стали намного жестче и опаснее.

Что такое кибербуллинг, его виды, формы.

Кибербуллинг – это намеренное, неоднократно-повторяющиеся воздействие на подростка, по средствам электронных технологий, включающих в себя рассылку сообщений оскорбительного и угрожающего характера, распространение в сети неправдоподобной унижающей информации, а также фото и видео с участием пострадавшего.

Обычно под травлей понимают групповой психологический террор в виде косвенной или прямой травли сотрудника в коллективе, как правило, с целью его увольнения.

В широком смысле травля представляет собой систематическое, повторяющееся в течение длительного времени третирование, оскорбление, унижение достоинства другого человека, например, в школе, на рабочем месте, в тюрьме, и через Интернет, и так далее. Типичные действия, осуществляемые при травле — это распространение заведомо ложной информации (слухов и сплетней) о человеке, насмешки и провокации, прямые оскорбления и запугивание, социальная изоляция (бойкот и демонстративное игнорирование), нападки, ущемляющие честь и достоинство человека, причинение материального или физического вреда.

Интернет предоставляет множество возможностей проявить себя агрессивно и неуважительно по отношению к другому человеку.

Проявления кибербуллинга:

✓ унижающие комментарии: прозвища, оскорбления, нелестные сравнения;

✓ фотокарикатуры: искажение фотографий человека, нанесение на них

надписей, фотоколлажи, публикация этих фото в интернете;

✓ кража аккаунта и рассылка с него оскорбительного контента другим людям;

✓ создание фейковых страниц-двойников: человек может создать якобы вашу же страницу, украсть ваши фотографии, добавлять ваших друзей и рассылать с него неподобающие сообщения, продавать что-либо, пропагандировать и т.д.;

✓ угрозы, шантаж в сообщениях; кража личного контента жертвы и использование его в целях травли;

✓ видео, снятые про вас (оскорбительного толка), аудиозаписи с угрозами или издевательствами;

✓ репосты ваших записей с унижительными дополнениями, комментариями.

1. Исключение

Эта форма кибербуллинга аналогична бойкоту: жертву намеренно исключают из отношений и коммуникации. При этом возможны самые разнообразные проявления исключения:

– ребенка могут не допускать к играм, встречам или другим совместным занятиям с его друзьями;

– ребенка могут не допускать его к совместным разговорам онлайн.

Иногда причинами к исключению может быть то, что у ребенка нет смартфона, или же то, что он не пользуется социальными сетями.

2. Домогательство.

Домогательством называют постоянную и умышленную травлю при помощи оскорбительных или угрожающих сообщений, отправленных ребенку лично или как часть какой-либо группы.

Эта форма кибербуллинга крайне опасна и может привести к серьезным последствиям для ребенка. Эти злонамеренные сообщения могут утратить ребенка и навредить ему, делая его неуверенным в себе. То, что такие

сообщения будут посылаться постоянно, означает, что ребенку не будет даваться никакой передышки от травли, что делает этот вид кибербуллинга особенно опасным.

3. Аутинг.

Аутингом называется преднамеренная публикация личной информации ребенка с целью его унижить, при этом произведенная без его согласия.

Аутинг может принимать разные формы, при этом опубликованная информация может быть, как серьезной, так и незначительной. Даже чтение сохраненных сообщений на телефоне вашего ребенка можно считать аутингом. Личную информацию никогда нельзя разглашать, поэтому вы должны обязательно убедиться, что, если такой случай произойдет с вашим ребенком, он сообщит о кибербуллинге представителям социальной сети, школы или другого учреждения в соответствии с конкретной ситуацией.

4. Киберсталкинг.

Киберсталкинг может привести к тому, что киберобидчик – человек, который производит саму травлю, – будет представлять реальную угрозу для безопасности и благополучия вашего ребенка. В частности, этим термином могут называться попытки взрослых связаться с детьми и подростками через Интернет с целью личной встречи и дальнейшей сексуальной эксплуатации. Эта форма кибербуллинга крайне опасна и может иметь самые серьезные последствия, поэтому по обнаружению необходимо принимать все меры, чтобы немедленно ее остановить.

Смертельные игры для детей.

5. Фрейпинг.

Фрейпингом называют форму кибербуллинга, в которой обидчик каким-либо образом получает контроль над учетной записью ребенка в социальных сетях и публикует нежелательный контент от его имени.

Несмотря на то, что некоторые могут считать это занятие забавным и смешным, фрейпинг – серьезное преступление, которое может привести к

серьезным последствиям. Так можно полностью разрушить репутацию жертвы – важно помнить, что Google никогда ничего не забывает. Если что-то было опубликовано в сети, то в какой-то форме оно там останется навсегда.

6. Поддельные профили.

Киберобидчики могут создавать поддельные профили – скрывать то, кем они на самом деле являются, чтобы травить ребенка.

Также они могут использовать чужие телефонные номера и адреса электронной почты, чтобы заставить ребенка думать, что им угрожает не обидчик, а кто-то другой. Часто хулиганы используют поддельные профили, потому что боятся, что их личность станет известна. Такое обычно бывает, когда обидчик – кто-то, кого ваш ребенок хорошо знает.

7. Диссинг.

Диссингом называют передачу или публикацию порочащей информации о жертве онлайн. Это делается с целью испортить репутацию жертвы или навредить ее отношениям с другими людьми.

Информация может публиковаться в самых разных форматах, от текста до фото, скриншотов или видео. Обидчик всеми силами будет пытаться унижить ребенка, при этом привлекая максимум внимания к этому процессу. В этом случае обидчик чаще всего кто-то из знакомых ребенка, что может дополнительно усугубить ситуацию.

8. Обман.

В этом случае киберхулиган обманом пытается завоевать доверие ребенка, чтобы тот рассказал ему какую-либо чувствительную информацию, которую обидчик затем публикует в сети.

Обидчик сперва «подружится» с ребенком и обманом вызовет у него ложное чувство безопасности, а потом нарушит созданное доверие и отправит полученную информацию третьим лицам.

Опасные заблуждения родителей и детей.

9. Троллинг.

Троллингом называют намеренную провокацию при помощи оскорблений или некорректной лексики на интернет-форумах и в социальных сетях.

Тролли будут лично нападать на жертву и стараться унижить ее. Основная задача троллинга – разозлить жертву и заставить ее прибегнуть, так же, как и сам тролль, к оскорблениям и некорректной лексике. Тролли могут тратить долгое время в поисках особенно уязвимой жертвы. Как правило, тролли получают положительные эмоции за счет унижения других.

10. Кетфишинг.

Кетфишинг – форма кибербуллинга, в которой киберхулиган с целью обмана воссоздает профили жертвы в социальных сетях на основе украденных фотографий и других личных данных.

Чаще всего обидчики будут пытаться скрыть, кем они на самом деле являются. Они будут использовать информацию, которую ребенок уже разместил в социальных сетях, для создания поддельных личностей. Иногда они ограничатся только фотографией ребенка и используют выдуманное имя, но иногда они могут использовать и всю доступную информацию.

Причины возникновения кибербуллинга.

Причинами кибербуллинга можно следующие аспекты:

1. Стремление к превосходству как достижение наибольшего из возможного, по А. Адлеру, является фундаментальным законом человеческой жизни. Чувство это врожденное: мы никогда от него не освободимся, потому что это стремление и есть сама жизнь. Процесс начинается на пятом году жизни, когда формируется жизненная цель как фокус нашего стремления. Со временем она становится источником мотивации, силой, организующей нашу жизнь и придающей ей смысл.

Негативное направление обнаруживается у людей со слабой способностью к адаптации, у тех, кто борется за превосходство эгоистичным поведением. Примером стремления к превосходству среди подростков может быть, например, борьба за социальный статус в группе сверстников.

2. Субъективное чувство неполноценности, или комплекс неполноценности — совокупность психологических и эмоциональных ощущений человека, выражающихся в чувстве собственной ущербности и иррациональной вере в превосходство окружающих над собой. Комплекс неполноценности возникает вследствие разнообразных причин, таких, как дискриминация, душевные травмы, свои собственные ошибки и неудачи и т. п.

Кибербуллинг содержит все необходимые условия для компенсации собственной неполноценности — от создания виртуального (субъективно идеального) образа Я до самоутверждения через принижение другого. Кроме того, таким детям обычно свойственна низкая самооценка.

3. Зависть. Зависть — то же соперничество, только скрытое: человек стремится победить, но соперничает как бы внутри себя, ведя счет уже тогда, когда воображаемый соперник об этом и не подозревает.

Зависть для личности одновременно и мотивация, и ограничение. С одной стороны, человек, завидуя, стремится к тому же, что имеет другой человек, или к превосходству над ним. Если бы не было зависти, люди не стремились бы к превосходству и не совершали открытий. Фраза или мысль о том, что нужно сделать что-нибудь так хорошо, «чтобы все обзавидовались», хоть и выглядит порой нелепо, но часто приносит неплохие результаты.

С другой же стороны, зависть ограничивает мотивацию достижением именно той цели, которой кто-то другой уже достиг, вследствие чего внимание рассеивается, и ситуация искажается. Ограничение мотивации сужает мышление до потребности чужого успеха, что может грозить потерей идентификации и стремлением к чужим целям, а значит, настоящей

личностной деструкцией. Двигатель зависти — идея конкуренции, на которой базируется идеология ряда современных стран. Причин для зависти среди подростков может быть множество, начиная с внешнего вида и заканчивая любыми успехами в жизни.

4. Месть. Месть — действия, произведенные из побуждения адекватно ответить на реальную или мнимую несправедливость, причиненную ранее; в одних культурах мечь считается нормой и благородным делом (кровная мечь, вендетта); в других, в том числе в христианстве, мечь порицается.

Мечь начинается с приступа возмущения, подобного внутреннему взрыву, который вызван неожиданными и несправедливыми событиями. Желание отомстить сопровождается приливом сил и энергии, в душе человека загорается огонь, так как задета его гордость. В этом случае, обиженные, занимающиеся кибербуллингом, чувствуют, что они исправляют сложившуюся ситуацию или защищают себя и других людей. Как правило, эти люди не воспринимают себя как хулиганов.

Мечь, как правило, овладевают теми, кто уже однажды подвергся кибербуллингу, и пострадавший считает, что его обидчик это заслужил. При этом возникает чувство облегчения и оправдания за то, что они пережили.

5. Развлечение. Кибербуллинг может начаться и с обычной шутки (Л.А. Найденова, И.С. Осипов, П.Ю. Еремеев). Но шутки бывают разными: одни шутят безобидно, поднимая всем настроение, так сказать, без жертв. Другие иронично подтрунивают над окружающими, всерьез никого не обижая, хотя неприятный осадочек может и остаться. А третьи шутят крайне язвительно, и объекту подобного юмора точно не до смеха.

Многие люди, став мишенью для насмешек, становятся подавленными, не могут нормально работать, чувствуют себя неполноценными. Из-за постоянного страха быть осмеянным такой человек старается ступешаться, меньше бывать на людях...

Зигмунд Фрейд, глубоко изучавший человеческие бессознательные мотивации, расценивал юмор как символическое уничтожение врага. Вообще, уничтожение — это цель неприкрытой яростной агрессии. Юмор — это ещё и способ возвышения себя. Ведь это он смешной, а я — не смешной, я остроумный.

То есть, как и во всех других случаях конфликтогенного поведения, внутренние мотивы направления юмора на партнера — это самовозвышение за счет унижения другого.

К сожалению, многие подростки считают, что опубличивание нелепых фотографий или личной информации — это интересно, развлекательно. Но в дальнейшем шутка может получить свое развитие в интернете и уже не поддается контролю.

6. Конформизм. Конформизм — это «изменение поведения или убеждения... в результате реального или воображаемого давления группы». Конформизм может иметь и отрицательное, и некоторое положительное значение, например, при сохранении традиций коллектива, налаживании взаимодействия. Подчинение групповым нормам может быть явным или завуалированным. Конформизм проявляется в склонности избегать самостоятельных решений, в пассивной, приспособленческой ориентации на восприятие готовых решений, стандартов поведения, оценок.

Есть несколько разновидностей конформизма. Рассмотрим две из них — уступчивость и одобрение. Иногда мы проявляем конформность, не веря по-настоящему в то, что делаем. Мы повязываем галстук или надеваем платье, хотя не любим ни того ни другого. Подобный внешний конформизм называется уступчивостью. Мы уступаем требованиям окружающих, чтобы заслужить поощрение или избежать наказания. Если наша уступчивость представляет собой ответ на недвусмысленный приказ, то ее можно назвать подчинением.

Именно так можно описать и поведение подростков, которые в кибербуллинге присоединяются к группе сверстников-обидчиков, чтобы быть принятым группой и заслужить ее уважение. Иногда подростки сами начинают искренне верить в то, что их «вынуждает» делать группа. Они оправдывают собственные действия, считая, что оскорбляемый ими человек этого действительно заслуживает. Такой внутренний, искренний конформизм называется одобрением. Нередко одобрение возникает после уступки. Кроме того, у таких подростков возникает иллюзия социальной защиты, которая приводит к эмоциональному благополучию.

7. Проблемы в семейных взаимоотношениях:

– нехватка внимания со стороны родителей; в результате кибербуллинг становится для подростка единственным способом для привлечения внимания к своей личности;

– чрезмерно попустительский стиль семейного воспитания, отсутствие лимитов на поведение ребенка, рамок дозволенного, то есть общий недостаток надзора. Семейные конфликты также увеличивают вероятность кибербуллинга среди подростков;

– жесткая дисциплина может вызвать агрессивность ребенка, а также существование одного или более видов насилия в семье. Чрезмерно властные родители стремятся во всем управлять своим ребенком, подавляя его волю, не допуская никакого проявления его личной инициативы и не предоставляя ему возможности быть собой. Они вызывают у ребенка не столько любовь, сколько страх. Особенно опасно, если в качестве наказания практикуется моральная изоляция, лишение ребенка родительской любви. Результатом такого воспитания станет направленное на окружающих (детей и взрослых), агрессивное поведение «угнетаемого» ребенка. В данном случае кибербуллинг выступает как завуалированный протест против существующего положения вещей, неприятие ребенком ситуации подчинения, выражение несогласия с запретами. Ребенок пытается защитить себя, отстаивать свое «Я», и формой

защиты он выбирает нападение.

Всё это приводит к тому, что подросток ищет какой-то путь решения своих проблем: к примеру, выплеснуть накопившийся аффект в киберпространство.

8. Низкий уровень развития эмпатии. Эмпатия (от греч. *empathia* — сопереживание) — постижение эмоционального состояния, проникновение-вчувствование в переживания другого человека.

В подростковом возрасте особенно велика и потребность в дружеских отношениях, которые предполагают стремление к полному пониманию и принятию другого, определяя интимно-личностный характер общения со сверстниками. Но намного проще установить хорошие взаимоотношения со сверстниками другими путями. Большинство подростков, которые занимаются кибербуллингом, считают, что в этом нет ничего плохого.

9. Отсутствие умения разрешать конфликты. Конфликты, возникающие на данном этапе развития личности, — неотъемлемая часть, атрибут их взросления и эмоционального развития. Многие привыкли понимать конфликт как нечто негативное, но в конфликтах можно найти и положительные компоненты: ребенок учится решать проблемы и находить общий язык со сверстниками, осознавать и принимать точку зрения другого человека, а также отстаивать свою с помощью общественно приемлемых форм, что, несомненно, способствует развитию личности.

В межличностных отношениях конфликт могут вызвать и такие, казалось бы, простые вещи, как манера одеваться или говорить, как способ приема пищи или курения — всё то, что относится к области вкусов, моды и другим подобным мотивам.

Только конструктивный диалог поможет принять наиболее правильное решение при выходе из конфликтной ситуации, выявить скрытые проблемы и наладить нормальные доверительные взаимоотношения. Но, учитывая особенности развития личности в пубертатный период, мы понимаем, что

подросток еще не способен прибегнуть к конструктивному диалогу с оппонентом, даже многим взрослым это дается весьма трудно.

Не зная, как найти наиболее удачный способ разрешения конфликта, или считая свою позицию наиболее значимой, всячески не принимая мнение оппонента, подросток может перенести этот конфликт в киберпространство. Там в его распоряжении — огромная аудитория слушателей, с помощью которой он ощущает себя более сильным и переходит на новый, более продвинутый, уровень отстаивания своих интересов.

В кибербуллинге наблюдается перевес сил на стороне одного из участников конфликта, кроме того другой участник даже не догадывается, кто его оппонент. Неравновесность сил приводит к тому, что обижаемый не может в полной мере постоять за себя, неспособен к сопротивлению, полностью беззащитен.

10. Индивидуально-личностные характеристики индивида (акцентуации характера, проблемы в эмоционально-волевой сфере и др.).

Назвать основную причину кибербуллинга очень сложно. В каждой ситуации она своя.

Последствия кибербуллинга.

Кибербуллинг влечет за собой **последствия**, изменяющие состояние психологического здоровья:

– нарушение психического развития, психические расстройства, влекущие за собой психоэмоциональную нестабильность, постоянное чувство тревоги, страха, развитие паранойи;

– физическое здоровье - появление депрессии, как следствие снижение иммунитета, частые головные боли, боли в области сердца, ухудшения памяти и внимания, нервные тики, а также может привести к развитию серьезных заболеваний, таких как язва желудка, невроз, сахарный диабет;

– влияет на социальные навыки подростка – нежелание общаться,

потеря социальных контактов, замкнутость и на педагогическую успеваемость;

– нежелание посещать школу, прогулы, отсутствие активности на занятиях, низкие оценки.

Влияние кибербуллинга на личность подростка.

Анализ особенностей подросткового возраста поможет выявить влияние кибербуллинга на личность подростка. Современная наука определяет подростковый возраст в зависимости от страны (региона проживания) и культурно-национальных особенностей, а также пола от 12—14 до 15—17 лет. Самый сложный период в жизни подростков, по общему мнению, ученых и практиков, наступает в 13-14 лет. Именно в это время неуверенность в себе и чувство неполноценности обостряется, подростки становятся мнительными, причем подростки друг на друга оказывают очень сильное давление.

Л.С. Выготский центральным и специфическим новообразованием подросткового возраста считал чувство взрослости – возникающее представление о себе как уже не ребенке. Подросток начинает чувствовать себя «взрослым», стремится им быть и считаться. Своеобразие заключается и в том, что подросток отвергает свою принадлежность к детям, но полноценной взрослости еще нет, хотя появляется потребность в признании ее окружающими.

3. Фрейди С. Холл кризис подросткового возраста считали явлением неизбежным и универсальным из-за его биологической предопределенности, связанной с половым созреванием.

Немецкий философ и психолог Э. Шпрангер в книге «Психология юношеского возраста» разработал культурно-историческую концепцию подросткового возраста, считая его возрастом вхождения в культуру. Он

считал, что психическое развитие есть вращение индивидуальной психики в объективный и нормативный дух данной эпохи. И описал три типа развития в подростковом возрасте. Первый тип характеризуется резким, бурным, кризисным течением, когда отрочество переживается как второе рождение, в итоге которого возникает новое «Я». Второй тип развития – плавный, медленный, постепенный рост, когда подросток приобщается к взрослой жизни без глубоких и серьезных сдвигов в собственной личности. Третий тип представляет собой такой процесс развития, когда подросток сам активно и сознательно формирует, и воспитывает себя, преодолевая усилием воли внутренние тревоги и кризисы.

Подростковый возраст традиционно считается самым трудным. Наибольшее количество детей в данный период становятся дезадаптированными, что часто может проявляться в низкой успеваемости, плохой дисциплине, расстройстве взаимоотношений с взрослыми и сверстниками, замкнутости, появлении негативных черт в личности и поведении, отрицательных субъективных переживаний, приходится на средние классы.

Подросток активно сопротивляется требованиям, ограничивающим его самостоятельность, противится опеке, контролю, претендует на уважение его личности и человеческого достоинства, активно добивается равноправия. В этот период отношения подростка со сверстниками, друзьями, одноклассниками становятся сложнее. Общение с товарищами приобретает для подростка большую ценность, причём нередко учение отодвигается на второй план. С одной стороны, у подростка ярко проявляется потребность общения, совместной деятельности, коллективной жизни, дружбы, а с другой - желание быть принятым, признанным, уважаемым, одобряемым товарищами. Часто именно последние желания заставляют некоторых подростков совершать необдуманные поступки, выступать агрессорами по

отношению к более слабым сверстникам, тем самым повышая собственную самооценку и авторитет.

Подростки, будучи жертвой кибербуллинга, сами выступают агрессорами в Сети. Большинство из них использовали интернет с целью мести и нанесения удара своим обидчикам. Для них Интернет являлся простым и быстрым способом «дать сдачи». Что касается третьего действующего лица кибербуллинга, то обычно наблюдателей выделяет три вида поведения:

✓ **вид первый:** они не осмеливаются противостоять агрессорам и тем самым поощряют их действия своим молчанием;

✓ **вид второй:** из-за страха самим стать объектом кибербуллинга, они занимают активную позицию, закидывая жертву оскорблениями и унижительными сообщениями;

✓ **вид третий:** свидетели кибербуллинга стараются встать на сторону жертвы и защитить её. В этом случае очень важно обладать авторитетом или оказывать помощь не в одиночку.

Многие психологи склонны считать, что подростковый период является самым важным этапом в развитии здоровья человека. В этот период тревог и сомнений насилие над личностью часто приводит к невосполнимым потерям. Этим можно объяснить тот факт, что здоровые и радостные дети по окончании школы становятся подавленными.

Выделяют четыре категории детей, занимающихся кибербуллингом, в зависимости от мотивации к этому занятию и стиля его осуществления:

а) **«ангел мести»** (ощущает себя правым, часто мстит за то, что сам оказался жертвой буллинга);

б) **«жаждущий власти»** (похож на традиционного преследователя со школьного двора, хочет контроля, власти и авторитета, однако может быть меньше и слабее сверстников, либо может вымещать свою злость и беспомощность, оказавшись в состоянии уязвимости, например, при разводе или болезни родителей);

в) *«противная девчонка»* (может быть и девочкой, и мальчиком; занимается кибербуллингом ради развлечения, связанного с испугом и унижением других);

г) *«не - умышленные преследователи»* (включаются в кибербуллинг по инерции вслед за полученными негативными сообщениями о ком-то, часто в результате косвенной травли, в которую их вовлекают как свидетелей и соучастников). На сегодняшний день исследователи полагают, что жертвами кибербуллинга зачастую становятся примерно те же дети, которых преследуют вживую: по разным причинам более уязвимые и менее уверенные в себе, часто имеющие какие-то отличия во внешнем виде, происхождении, поведении, состоянии здоровья по сравнению со сверстниками.

Подросток, ставший жертвой кибербуллинга, сталкивается с большим количеством последствий психологического, педагогического, физиологического (медицинского) и социального характера. Нарушения, возникающие после кибербуллинга, затрагивают все уровни функционирования подростка. Они приводят к стойким личностным изменениям, которые препятствуют способности подростка реализовать себя в будущем.

В первую очередь следует рассмотреть влияние кибербуллинга на сторону *социальной жизни* подростка, так как, по нашему мнению, социальные последствия начинают проявляться на раннем этапе. Сигналом социальной подавленности подростка может быть:

- скрытость, не желание идти на контакт с родителями и друзьями;
- избегание школы, школьных и других компаний;
- потеря коммуникативных навыков;
- дезадаптация;
- дезинтеграция;
- девиантное поведение.

В педагогическом плане кибербуллинг влияет на следующие компоненты его развития:

- снижение успеваемости школьника;
- нежелание посещать учебное учреждение, прогулы;
- нестабильные оценки;
- низкая учебная активность.

Социальная и педагогическая подавленность подростка продолжается более серьезными проблемами – психологической подавленностью. Психологическое состояние подростка очень важно, поскольку как уже говорилось выше, психологическая травма влияет на все уровни жизнедеятельности ребенка, и не редко оставляет непоправимый след.

Последствия кибербуллинга *психологического характера* достаточно серьезные, к ним следует отнести:

- снижение самооценки подростка;
- потеря уверенности в себе;
- нарушение психического развития;
- психические расстройства;
- психоэмоциональная нестабильность;
- постоянное чувство тревоги, страха, развитие паранойи;
- мысли о суициде.

На физиологическом уровне, следует рассмотреть *медицинские последствия* кибербуллинга. Здесь влияние кибербуллинга сказывается на работе организма в целом. Депрессии, стрессы, как следствие снижение иммунитета. Частые жалобы на головные боли, боли в области сердца, тошноту, быстрая утомляемость, плохой сон, иногда бессонница, ухудшения памяти и внимания, дефекты речи или нервные тики: моргание, глотание, плохой аппетит. В особо тяжёлых случаях стресс, пережитый из-за кибербуллинга, может привести к задержке или даже остановке психического развития. Такой человек никогда не сможет избавиться от

психологической травмы. После пережитого у ребёнка могут возникнуть сердечные или инфекционные заболевания, язва желудка, развитие невроза. Так же после сильного стресса возможно приобретение хронических заболеваний: астма, сахарный диабет. При физических и психических травмах часто повышается уровень глюкозы в крови.

Таким образом, мы видим, что кибербуллинг, неизбежно оказывает негативное влияние на все стороны жизни подростка. Начиная с ухудшения социальных навыков, заканчивая реальными угрозами физическому здоровью ребенка. Именно в силу своих возрастных особенностей подростки наиболее уязвимы. Чувство собственного достоинства, в подростковый период обостренно и поэтому любые действия, унижающие подростка, вызывают серьезные переживания. В случае же кибербуллинга данные переживания многократно увеличиваются, поскольку угрозы и унижения в сети имеют публичный и непрерывный характер. Именно поэтому, на сегодняшний момент, является важным построить максимально продуктивную теоретическую модель по оказанию специалистом помощи подростку, ставшему жертвой кибербуллинга.

Для большинства подростков, ставших жертвами кибербуллинга характерны высокий уровень тревожности, фрустрации и ригидности. Высокие показатели проявления этих эмоциональных состояний оказывают отрицательное влияние на социальную, педагогическую сторону жизни, на эмоциональное состояние, на психологическое и физическое здоровье подростка и поэтому нуждаются в стабилизации посредством проведения целенаправленной работы.

Факторы риска.

Что касается факторов риска при кибербуллинге это то, что чем больше ребёнок проводит времени в виртуальном мире, тем больше вероятность, что

он будет участвовать в кибербуллинге. Так же есть рисковое онлайн-поведение - выкладывание персональных данных, постоянное нахождение онлайн.

Так же к факторам риска можно отнести:

1. Опыт участия в физической травле.
2. Отвержение сверстниками.
3. Недостаточное внимание родителей к активности своих детей.
4. Восприятие внутриколлективного климата как негативного.

В реальной жизни за угрозы можно привлечь человека к административной ответственности, но в интернете большинство оскорблений проходит безнаказанно, и в большинстве случаев правоохранительные органы заявляют о том, что бессмысленно разбираться с такими делами. При незначительных оскорблениях это правильно, но если оскорбления затянулись и перешли в постоянные угрозы, то наказать обидчика можно и нужно. Действующим законодательством Российской Федерации предусмотрена ответственность за распространение неправдоподобной информации, в том числе в сети — Интернет. После публичного или личного оскорбления, выраженного на страницах Интернет, пострадавшее лицо вправе потребовать уплаты не только штрафа или назначения наказания, но и компенсации морального вреда. В качестве компенсации.

Во всем мире последние 10-15 лет стали пристально уделять внимание проблеме кибербуллинга, к сожалению поводом стали трагические случаи самоубийств подростков. После чего многие правительства стали выделять деньги на программу кибербезопасности и профилактические программы в образовательных учреждениях.

В мире борьба с кибербуллингом идёт по двум направлениям.

1. Повышение безопасности интернет-платформ, параметров конфиденциальности, возможность внесения в «чёрный список».

2. Обучение детей и родителей адекватному, безопасному невиктимному (не провоцирующему) поведению в сети с участием различных гражданских организаций, которые консультируют детей и их родителей по поводу правильного и безопасного поведения в сети. Например, проект «TheTABBYonlineProject» который работает с 2010 года.

Это онлайн платформа на 9 языках, на которой размещены возможные методические материалы, видеоролики и тренинги для педагогов и подростков.

Профилактическая работа.

Профилактика кибербуллинга в подростковой среде включает в себя три этапа:

Первый этап – диагностический.

Диагностические методики.

1. Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации Прихожан

Данная методика основана на непосредственном оценивании (шкалировании) подростками ряда личных качеств, таких как здоровье, способности, характер и т. д. Обследуемым предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т. е. уровень развития этих же качеств, который бы удовлетворял их. Каждому испытуемому предлагается бланк методики, содержащий инструкцию и задание.

Проведение исследования

Инструкция. «Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и др. Уровень развития каждого качества, стороны человеческой личности можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя — наивысшее. Вам предлагаются семь таких линий. Они обозначают:

1. здоровье;

2. ум, способности;
3. характер;
4. авторитет у сверстников;
5. умение многое делать своими руками, умелые руки;
6. внешность;
7. уверенность в себе.

На каждой линии чертой (-) отметьте, как вы оцениваете развитие у себя этого качества, стороны вашей личности в данный момент времени. После этого крестиком (x) отметьте, при каком уровне развития этих качеств, сторон вы были бы удовлетворены собой или почувствовали гордость за себя».

Испытуемому выдается бланк, на котором изображено семь линий, высота каждой — 100 мм, с указанием верхней, нижней точек и середины шкалы. При этом верхняя и нижняя точки отмечаются заметными чертами, середина — едва заметной точкой.

Методика может проводиться как фронтально — с целой группой, так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый подросток заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10—12 мин.

Обработка и интерпретация результатов

Обработка проводится по шести шкалам (первая, тренировочная — «здоровье» — не учитывается). Каждый ответ выражается в баллах. Как уже отмечалось ранее, длина каждой шкалы 100 мм, в соответствии с этим ответы подростков получают количественную характеристику (например, 54 мм = 54 баллам).

1. По каждой из шести шкал определить:
 - уровень притязаний — расстояние в мм от нижней точки шкалы («0») до знака «x»;

- высоту самооценки — от «0» до знака «—»;
- значение расхождения между уровнем притязаний и самооценкой — расстояние от знака «х» до знака «-», если уровень притязаний ниже самооценки, он выражается отрицательным числом.

2. Рассчитать среднюю величину каждого показателя уровня притязаний и самооценки по всем шести шкалам.

Уровень притязаний

Норму, реалистический уровень притязаний, характеризует результат от 60 до 89 баллов. Оптимальный — сравнительно высокий уровень — от 75 до 89 баллов, подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Результат от 90 до 100 баллов обычно удостоверяет нереалистическое, некритическое отношение детей к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний, он — индикатор неблагоприятного развития личности.

Высота самооценки

Количество баллов от 45 до 74 («средняя» и «высокая» самооценка) удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку.

Количество баллов от 75 до 100 и выше свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности — «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в

развитии личности. Эти подростки составляют «группу риска», их, как правило, мало. За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и тому подобного позволяет не прилагать никаких усилий.

Параметр	Количественная характеристика (балл)			
	низкий	средний	высокий	Очень высокий
Уровень притязаний	менее 60	60-74	75-89	90-100
Уровень самооценки	менее 45	45-59	60-74	75-100

2. «Какой у нас коллектив?» (Методика А.Н. Лутошкина)

Цель: определить степень удовлетворенности подростков своим коллективом.

Ход проведения. Предлагаются характеристики различных уровней развития коллектива: «Песчаная россыпь», «Мягкая глина», «Мерцающий маяк», «Алый парус», «Горящий факел».

«Песчаная россыпь».

Присмотритесь к песчаной россыпи – сколько песчинок собрано вместе, и в то же время каждая из них сама по себе. Налетит слабый ветерок и отнесет часть песка в сторону, рассыплет по площадке. Дунет ветер сильнее и не станет россыпи.

Бывает так и в группах людей. Там тоже каждый как песчинка: и вроде все вместе, и в то же время каждый отдельно. Нет того, что «сцепляло» бы, соединяло людей. Здесь люди или еще мало знают друг друга, или просто не решаются, а может быть, и не желают пойти навстречу друг другу. Нет общих

интересов, общих дел. Отсутствие твердого, авторитетного центра приводит к рыхлости, рассыпчатости группы.

Группа эта существует формально, не принося радости и удовлетворения всем, кто в нее входит.

«Мягкая глина»

Известно, что мягкая глина – материал, который сравнительно легко поддается воздействию, и из него можно лепить различные изделия. В руках хорошего мастера, а таким в группе, группе е, ученическом коллективе может быть командир или организатор дела, этот материал превращается в искусный сосуд, в прекрасное изделие. Но он может остаться простым куском глины, если к нему не приложить усилий. Когда мягкая глина оказывается в руках неспособного человека, она может принять самые неопределенные формы.

В группе, находящейся на этой ступени, заметны первые усилия по сплочению коллектива, хотя они и робки, не все получается у организаторов, нет достаточного опыта совместной работы.

Скрепляющим здесь звеном еще являются нормальная дисциплина и требования старших. Отношения разные – доброжелательные, конфликтные. Ребята по своей инициативе редко приходят на помощь друг другу. Существуют замкнутые приятельские группировки, которые мало общаются друг с другом, нередко мordia. Подлинного мастера – хорошего организатора пока нет или ему трудно проявить себя, так как по-настоящему его некому поддержать.

«Мерцающий маяк»

В штормовом море маяк приносит уверенность и опытному и начинающему мореходу: курс выбран правильно, «так держать!». Заметьте, маяк горит не постоянно, а периодически выбрасывает пучки света, как бы говоря: «Я здесь, я готов прийти на помощь».

Формирующийся коллектив озабочен, чтобы каждый шел верным путем. В таком ученическом коллективе преобладает желание трудиться сообща,

помогать друг другу, бывать вместе. Но желание - это еще не все. Дружба, товарищеская взаимопомощь требуют постоянного горения, а не одиночных, пусть даже частых вспышек. В группе есть на кого опереться. Авторитетны «смотрители» маяка, те, которые не дадут погаснуть огню, – организаторы, актив.

Эта группа заметно отличается от других групп своей индивидуальностью. Однако ей бывает трудно до конца собрать свою волю, найти во всем общий язык, проявить настойчивость в преодолении трудностей, не всегда хватает сил у некоторых членов группы подчиниться коллективным требованиям. Недостаточно проявляется инициатива, не столь часто вносятся предложения по улучшению дел не только в своем коллективе, но и в более значительном коллективе, в который он, как часть, входит. Мы видим проявление активности всплесками, да и то не у всех.

«Алый парус»

Алый парус – это символ устремленности вперед, не успокоенности, дружеской верности, преданности своему долгу. Здесь действуют по принципу «один за всех, и все за одного». Дружеское участие и заинтересованность делами друг друга сочетаются с принципиальностью и взаимной требовательностью. Командный состав парусника – знающие и надежные организаторы, авторитетные товарищи. К ним обращаются за советом, помощью, и они бескорыстно оказывают ее. У большинства членов «экипажа» появляется чувство гордости за свой коллектив; все переживают горечь, когда их постигают неудачи. Коллектив живо интересуется, как обстоят дела в других коллективах, например, в соседних. Бывает, что приходят на помощь, когда их об этом попросят.

Хотя коллектив и сплочен, но бывают моменты, когда он не готов идти наперекор бурям и ненастьям. Не всегда хватает мужества признать свои ошибки сразу, но постепенно положение может быть исправлено.

«Горящий факел»

Горящий факел – это живое пламя, горючим материалом которого являются тесная дружба, единая воля, отличное взаимопонимание, деловое сотрудничество, ответственность каждого не только за себя, но и за весь коллектив. Да, здесь хорошо проявляются все качества коллектива, которые мы видели на ступени «Алый парус». Но это не все.

Светить можно и для себя, пробираясь сквозь заросли, поднимаясь на скалы, спускаясь в ущелья, проторяя новые тропы. Но разве можно чувствовать себя счастливым, если рядом кому-то трудно, если позади тебя коллективы, группы, которым нужна твоя помощь и твоя крепкая рука. Настоящий коллектив – тот, где бескорыстно приходят на помощь, делают все, чтобы принести пользу людям, освещая, подобно легендарному Данко, жаром своего сердца дорогу другим.

Подростки оценивают уровень развития своего коллектива. На основании ответов педагог может определить по пятибалльной шкале степень их удовлетворенности своей группой, узнать, как оценивают ребята его сплоченность, единство. Вместе с тем удастся определить тех подростков, которые недооценивают или переоценивают (по сравнению со средней оценкой) уровень развития коллективистских отношений, довольных и недовольных ими.

Возможен и другой вариант использования этой методики. Ребята обсуждают, разбившись на группы, следующие вопросы: на каком этапе развития коллектива находится наше групповое сообщество и почему, что нам мешает подняться на более высокий уровень развития коллектива; что поможет стать нам более сплоченным коллективом. В этом случае педагог может получить более развернутую информацию о состоянии взаимоотношений в коллективе, удовлетворенности детей своим коллективом, видении ими перспектив его развития.

3. Опросник «Личностный рост» (методика Григорьева Д.В., Кулешова И.В., Степанова П.В.)

Цель: выявить характер отношений подростка к людям, природе, Родине, труду и др.

Ход проведения. Психолог обращается к воспитанникам со словами: «Вам будет предложен ряд высказываний. Пожалуйста, прочитайте их и определите, насколько вы согласны или не согласны с ними. Оценить степень о согласия или несогласия можно в баллах (от «+4» до «-4»);

«+4» – несомненно, да (очень сильное согласие);

«+3» – да, конечно (сильное согласие);

«+2» – в общем, да (среднее согласие);

«+1» – скорее да, чем нет (слабое согласие);

«0» – ни да, ни нет;

«-1» – скорее нет, чем да (слабое несогласие);

«-2» – в общем, нет (среднее несогласие);

«-3» – нет, конечно (сильное несогласие);

«-4» – нет, абсолютно неверно (очень сильное несогласие). Постарайтесь быть искренними. Здесь не может быть «правильных» или «неправильных» оценок. Важно лишь, чтобы они отражали ваше мнение. Свои оценки вы можете занести в специальный бланк рядом с порядковым номером утверждения анкеты. Спасибо!»

1. Мне нравится, когда вся наша семья идет в гости, отмечает какой-нибудь праздник или просто собирается за общим столом.

2. Те, кто критикует происходящее в стране, не могут считаться настоящими патриотами.

3. Бродячих собак надо уничтожать, так как они могут быть опасны.

4. Любой конфликт можно уладить, не прибегая к силе.

5. Я способен с радостью выполнять разную работу.

6. То, что многие называют культурными ценностями прошлого, на деле часто оказывается примитивной старой рухлядью.

7. Не стоит на уроке обращаться к учителю с вопросами: они отвлекают от главного.
8. Человек, совершивший преступление, никогда не сможет измениться к лучшему.
9. Глупо брать на себя риск ради пользы другого человека.
10. Даже самые странные люди с самыми необычными увлечениями и интересами должны иметь право защищать себя и свои взгляды.
11. Спортивные занятия – жизненная необходимость для каждого человека.
12. Большинство моих сверстников предпочитает общаться с красивыми людьми.
13. Свои проблемы я стремлюсь решать самостоятельно, собственными силами.
14. Я смогу прожить счастливо, и не создавая собственной семьи.
15. Я многим обязан своей стране.
16. За новогодней елкой лучше сходить в лес, потому что там можно выбрать самую пушистую.
17. Люди, выступающие против войны, на самом деле трусоваты.
18. Физический труд – удел неудачников.
19. Внешний вид – показатель уважения не только к себе, но и к окружающим.
20. Я стремлюсь узнать значения незнакомых мне слов.
31. Стране станет легче, если мы избавимся от психически больных людей.
22. Мне жаль беспомощных людей и хочется им помочь.
23. Есть нации и народы, которые не заслужили, чтобы к ним хорошо относились.
24. Я считаю, что курение или алкоголь способны помочь мне расслабиться, снять напряжение.

25. Я часто чувствую разочарование от жизни.
26. Выбирая, люди часто ошибаются, но я не боюсь сделать ошибку, совершая выбор.
27. Без семьи и детей человек чувствует себя более свободным.
28. Я готов защищать свою Родину в случае серьезной опасности.
29. Держать животных в передвижных зверинцах – бесчеловечно.
30. Фильмы-боевики со стрельбой и кровью воспитывают мужество.
31. Домохозяйка тоже может быть творческим человеком.
32. Нецензурные выражения в общении – признак бескультурия.
33. Учеба – занятие для «ботаников».
34. Если ради справедливости надо убить человека, то это нормально.
35. Я испытываю сильные положительные эмоции, когда делаю кому-то подарок.
36. Большинство преступлений в нашем городе совершают приезжие.
37. От одной дозы наркотиков я не стану наркоманом.
38. Я очень сильно переживаю любые, даже незначительные, неудачи.
39. Я готов спорить с учителем, если считаю, что он не прав.
40. Я горжусь своей фамилией.
41. День Победы (9 мая) – праздник только для ветеранов и пожилых людей.
42. Ввоз редких экзотических животных из-за рубежа – нормальный способ заработать деньги.
43. На военнопленных не должны распространяться права человека.
44. Я хотел бы подрабатывать в свободное время, если это не будет мешать учебе.
45. Какое общение без бутылки «Клинского»!
46. Человек не может всего знать, поэтому я не беспокоюсь по поводу своего незнания некоторых важных вещей.
47. Лучше оправдать 10 преступников, чем казнить одного невиновного.

48. Люди, просящие милостыню, скорее всего, лживы и ленивы.
49. Судейство в отношении «наших» часто несправедливо, потому что россиян никто не любит.
50. Все состоявшиеся в жизни люди стараются поддерживать хорошую физическую форму.
51. Мне тяжело заводить знакомства с новыми людьми.
52. Для меня важно найти смысл собственной жизни.
53. Рассматривать старые семейные фотографии – занятие для чудаков.
54. Оказавшись за границей, я постараюсь, чтобы меня не воспринимали как россиянина.
55. Убирать чужой мусор на туристических стоянках – глупое занятие.
56. Идти на уступки – значит, проявлять слабость.
57. Хорошая учеба тоже серьезный труд.
58. Проявление вандализма – одна из форм протеста молодежи.
59. Мне нравится копаться в энциклопедиях, журналах, словарях: там можно найти много интересного.
60. Я не могу хорошо себя чувствовать, когда окружающие меня люди чем-то подавлены.
61. Я могу пожертвовать своим благополучием ради помощи незнакомому мне человеку.
62. Несправедливо ставить людей с темным цветом кожи руководителями над белыми людьми.
63. Я предпочту активный отдых сидению у телевизора или компьютера.
64. Я неловко себя чувствую в незнакомой компании.
65. Мои поступки часто зависят от внешних обстоятельств.
66. Человеку не обязательно знать свою родословную.
67. Бывает, что я испытываю сильное волнение, когда слышу песни о своей Родине.

68. Если учесть все «за» и «против», то хранение ядерных отходов принесет больше финансовой выгоды, чем экологического вреда.

69. Мы сильная военная держава, и именно поэтому нас должны уважать.

70. Субботник по очистке территории дома или школы – пережиток прошлого.

71. Я не могу представить русскую речь без мата.

72. Я думаю, что и без получения хороших знаний смогу в будущем сделать неплохую карьеру.

73. Пыток и издевательств не заслуживают даже отъявленные преступники, ведь они тоже люди.

74. Я готов помочь пожилому человеку только за вознаграждение.

75. Власти должны запретить доступ в нашу страну беженцам из экономически отсталых государств, так как их приток увеличивает уровень преступности.

76. Я думаю, что здоровье сегодня не самое главное в жизни.

77. Меня не угнетает временное одиночество.

78. Я чаще всего слеую за мнением большинства.

79. Меня огорчает то, что я не делаю для своих родителей всего, что мог бы.

80. Я хотел бы съездить в другие страны, но жить я предпочитаю в своей.

81. Я считаю, что носить шубы из натурального меха безнравственно.

83. Мне кажется, что в нашей стране слишком много оружия.

84. Я могу заставить себя делать работу, которая мне не нравится.

85. Я могу нахамить человеку, если он мне чем-то не нравится.

85. Телевидение в первую очередь должно быть средством развлечения и отдыха и только во вторую – источником информации о событиях в стране и мире.

86. Всех бомжей необходимо вылавливать и принуждать к работе.

87. Человеку свойственно никогда и ничего не делать без оглядки на собственную выгоду.

88. Истинной религией может быть только одна единственная религия.

89. Вкусовые качества продуктов питания, на мой взгляд, важнее их полезности.

90. В глубине души я знаю, что оцениваю себя низко.

91. Когда я поступаю неправильно, меня мучает совесть.

Бланк для ответов

1.	14.	27.	40.	53.	66.	79.
2.	15.	28.	41.	54.	67.	80.
3.	16.	29.	42.	55.	68.	81.
4.	17.	30.	43.	56.	69.	82.
5.	18.	31.	44.	57.	70.	83.
6.	19.	32.	45.	58.	71.	84.
7.	20.	33.	46.	59.	72.	85.
8.	21.	34.	47.	60.	73.	86.
9.	22.	35.	48.	61.	74.	87.
10.	23.	36.	49.	62.	75.	88.
11.	24.	37.	50.	63.	76.	89.
12.	25.	38.	51.	64.	77.	90.
13.	26.	39.	52.	65.	78.	91.

Обработка результатов

Ответы подростков распределяются по 13 шкалам: им соответствуют 13 строк в заполняемом респондентом бланке для ответов. Результаты получаются путем сложения баллов по каждой шкале.

1. Характер отношений подростка к семье показывают его оценки высказываний №№ 1, 14, 27, 40, 53, 66, 79. При этом в ответах на вопросы №№

1, 40, 79 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 14, 27, 53, 66 знак меняется на противоположный.

2. Характер отношений подростка к Отечеству показывают его оценки высказываний №№ 2, 15, 28, 41, 54, 67, 80. При этом в ответах на вопросы №№ 15, 28, 67, 80 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 2, 41, 54 знак меняется на противоположный.

3. Характер отношений подростка к Земле показывают его оценки высказываний №№ 3, 16, 29, 42, 55, 68, 81. При этом в ответах на вопросы № 29, 81 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 3, 16, 15, 68 знак меняется на противоположный.

4. Характер отношений подростка к миру показывают его оценки высказываний №№ 4, 17, 30, 43, 56, 69, 82. При этом в ответах на вопросы №№ 4, 82 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 17, 30, 43, 69 знак меняется на противоположный.

5. Характер отношений подростка к труду показывают его оценки высказываний №№ 5, 18, 31, 44, 57, 70, 83. При этом в ответах на вопросы №№ 5, 31, 44, 57, 83 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 18, 70 знак меняется на противоположный.

6. Характер отношений подростка к культуре показывают его оценки высказываний №№ 6, 19, 32, 45, 58, 71, 84. При этом в ответах на вопросы №№ 19, 32 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 6, 58, 71, 84 знак меняется на противоположный.

7. Характер отношений подростка к знаниям показывают его оценки высказываний №№ 7, 20, 33, 46, 59, 72, 85. При этом в ответах на вопросы №№ 20, 59 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 7, 33, 72, 85 знак меняется на противоположный.

8. Характер отношений подростка к человеку как таковому показывают оценки высказываний №№ 8, 21, 34, 47, 60, 73, 86. При этом в ответах на

вопросы №№ 47, 60, 73 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 8, 21, 34, 86 знак меняется на противоположный.

9. Характер отношений подростка к человеку как Другому показывают оценки высказываний №№ 9, 22, 35, 48, 61, 74, 87. При этом в ответах на вопросы №№ 22, 35, 61 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 9, 48, 74, 87 знак меняется на противоположный.

10. Характер отношений подростка к человеку как иному, как к представителю иной национальности, иной веры, иной культуры показывают его оценки высказываний №№ 10, 23, 36, 49, 62, 75, 88. При этом в ответе на вопрос №10 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 23, 36, 49, 62, 75, 88 знак меняется на противоположный.

11. Характер отношений подростка к своему телесному Я показывают его оценки высказываний №№ 11, 24, 37, 50, 63, 76, 89. При этом в ответах на вопросы №№ 11, 50, 63 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 24, 37, 76, 89 знак меняется на противоположный.

12. Характер отношений подростка к своему внутреннему миру, своему душевному Я показывают его оценки высказываний №№ 12, 25, 38, 51, 64, 77, 90. При этом в ответе на вопрос № 77 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 12,25,38,51,64,90 знак меняется на противоположный.

13. Характер отношений подростка к своему духовному Я показывают его оценки высказываний №№ 13, 26, 39, 52, 65, 78, 91. При этом в ответах на вопросы №№ 13, 26, 39, 52, 91 знак не меняется. В ответах же на вопросы №№ 65, 78 знак меняется на противоположный.

Анализ результатов

Предлагаемое Вашему вниманию описание уровней развития отношения ребенка к той или иной ценности дает приблизительную, типизированную картину того, что стоит за ответами подростка на соответствующую группу вопросов. Это – не точный диагноз, это – тенденция, повод для Вашего педагогического размышления.

В случае групповой диагностики при обобщении результатов не ограничивайтесь констатацией процентного распределения ответов по четырем уровням. Сделайте общую картину многогранной, отметьте для себя особо выдающиеся результаты.

В случае индивидуальной диагностики будьте предельно внимательны к ответам подростка. Осуществляя факторный анализ, обращайтесь внимание на то, какие его ответы «выпадают» из его же индивидуальной «нормы». Возможно, именно здесь – точка его личностного роста (или регресса).

И в том, и в другом варианте проведения диагностики, даже при наличии отрицательной тенденции, старайтесь подчеркнуть все имеющиеся положительные моменты.

Если Вам необходимо сделать результаты опроса достоянием гласности, будьте, пожалуйста, предельно тактичны. Помните: Вы не судите, Вы размышляете!

1. Отношение подростка к семье

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – ценность семьи высоко значима для подростка. Он дорожит семейными устоями, помнит о разных мелочах, приятных кому-то из семьи. Семейные праздники всегда проходят при его участии и помощи в подготовке. В будущем он хочет создать счастливую семью.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – семья для подростка представляет определенную ценность, но сам факт наличия семьи, семейных традиций воспринимается им как естественный («а как же иначе?»). Подросток принимает участие в семейных праздниках, но без напоминания не всегда вспомнит о дне рождения кого-то из близких. Заботу родителей воспринимает как само собой разумеющееся. Он предполагает, что семья, которую он создаст в будущем, будет не похожа на ту, в которой он живет сейчас.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – отношение к семье у подростка, как правило, потребительское. Ему «должны» давать деньги на мелкие расходы и прощать шалости. Но если от родителей нужно что-то серьезное, подросток добьется этого любыми способами - лестью, ложью, послушанием. Сам он, скорее всего, считает, что никому ничем не обязан.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – семья не представляет для ребенка какой-либо ценности. Такое отношение проявляется в чувстве стыда за свою фамилию, сознательном неприятии принятых в семье норм поведения, представлений о жизни. Все это в будущем может негативно отразиться на его способности и желании создать собственную счастливую семью.

2. Отношение подростка к Отечеству

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – подростку присущи вполне развитые чувства гражданственности и патриотизма. Для него Родина не абстрактная категория, а конкретная страна, где он собирается жить, которой он гордится. Он чувствует свою личную ответственность за судьбу страны. При этом подобные чувства вызваны не конъюнктурой, не модой на патриотизм, а являются глубоко личными, пережитыми.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток переживает чувство Родины как чувство родного дома, деревца. Однако ему кажется, что-то, что происходит в стране и на его «малой родине», имеет между собой мало общего. Он встает, когда звучит гимн, скорее, не по душевному порыву, а потому, что так принято. При необходимости подросток не откажется помочь ветеранам, хотя сам мощи может и не предложить.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подросток старается открыто не проявлять свое отношение к стране. К разговорам об её «убогости» он в принципе равнодушен. Он может «правильно» выступить на

тому гражданственности и патриотизма, но в зависимости от ситуации по-разному расставить акценты. Подросток умеет угадывать, в какой момент что «патриотично», а что нет. Ему кажется, что то, что происходит со страной и с ним самим, имеет между собой мало общего.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное) – можно предположить, что подростка отличает обывательское отношение к своей стране. Родина для него просто место, где он живет, и которое легко можно поменять на любое другое. Все успехи – это его собственные успехи, а в неудачах виновата страна («да разве в этой стране...»). Может быть, сам он не будет участвовать в осквернении памятников, но точно не осудит других, ведь память – это не то, за что можно получить дивиденды.

3. Отношение подростка к Земле (природе)

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – подростка вполне развитое экологическое сознание. Для него естественно чувство жалости и сопереживания любым животным; он готов убирать лес и чистить водоемы, находя эти занятия увлекательными и важными лично для себя. И уж точно подберет и накормит брошенного щенка, не забудет полить цветы (совсем не из желания получить похвалу от взрослого, а из потребности ощущать гармонию мира, в котором живет).

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток заботится о животных, цветах, но главным образом о тех, которые принадлежат непосредственно ему. Экологические проблемы воспринимаются им как объективно важные, но при этом не зависящие от него лично. Он не будет сорить в лесу, если этого не делают другие. Примет вместе с группой участие в субботнике, но если есть возможность отказаться, то он ею, скорее всего, воспользуется.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – собственное мнение подростка об экологических проблемах зависит от конъюнктуры. Он предпочитает не обращать внимания на такие мелочи, как брошенный им мусор, подоженную урну. Ломая ветки в лесу, гоняя кошек и собак во дворе, он не задумывается о том, что делает. И уж тем более не отреагирует, если то же самое делают другие. Всех животных он делит на полезных и бесполезных, радующих его и взгляд и вызывающих брезгливое отношение.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – природа воспринимается подростком как предмет потребления. Отношение подростка к лесу, животным, водоемам продиктовано потребностью в собственном комфорте, а если получится, то и выгодой для себя. Он способен причинить боль животному ради простой забавы. Он с насмешкой относится к тем, кто проявляет уважение и любовь к «братьям нашим меньшим».

4. Отношение подростка к миру

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – у подростка наличествует четко выраженная пацифистская позиция. Он считает, что к насилию прибегают только слабые люди и государство. К проявлениям грубой силы он относится подчеркнуто отрицательно. Уверен, что всегда есть возможность уладить конфликт, не ущемляя при этом права других людей. Не боится идти на уступки.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток в целом разделяет идеи мира и ненасилия, но при этом считает, что в отдельных случаях применение силы оправданно. К проявлениям грубой силы он относится со смешанным чувством неприятия и страха. Подросток полагает, что в сложном современном мире надо всегда быть готовым к противостоянию, поэтому, к сожалению, нельзя обойтись без оружия. Он старается не идти на уступки, потому что не хочет показаться слабым в глазах окружающих.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подросток уверен, что мир можно поддерживать главным образом силой, угрозами, ультиматумами. Он рассматривает войну как один из естественных способов разрешения конфликтов. По его мнению, сильный тот, кого боятся. Считает, что вокруг хватает потенциально враждебных людей и государств. Вряд ли он сам будет инициатором насильственного деяния, но сыграть роль «второго плана», скорее всего, не откажется.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – можно предположить, что для подростка не существует альтернативы – переговоры или военная операция. Война для него может быть ценностью – с помощью нее можно решить проблемы перенаселения и нехватки продуктов на всех. Он целиком и полностью на стороне силы, а все, кто пытается этому противостоять, для него «слабаки». Скорее всего, это касается и локальных (группе, двор, образовательное учреждение), и крупных конфликтов, где от него пока ничего не зависит.

5. Отношение подростка к труду

От +1 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – подростка отличает трудолюбие во всем: от уборки в классном кабинете до чтения трудной книги. Он получает удовольствие от сложной, трудоемкой, даже нудной работы. Не считает зазорным помочь родителям по хозяйству, может сам предложить что-либо сделать. Подрабатывает он где-то или пока еще нет – в любом случае подросток этого не стыдится.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – скорее всего, только престижная работа вызывает уважение подростка. Хотя если все окружающие заняты чем-то не престижным (например, уборкой территории во время субботника), то может и поучаствовать «за компанию». Он поможет и в домашних делах, но его будет раздражать, что это занимает столько времени.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подросток по возможности переложит часть своей работы на другого. Если узнает, что кто-то из одноклассников работает после занятий, то отреагирует, скорее всего, так: «Тебе что, делать нечего?!». В его представлении «грязная» работа – удел людей второго сорта или тех, кто не сумел устроиться в жизни. Сам-то он уж точно никогда за нее не возьмется.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – более-менее сложная работа вызывает у подростка отвращение. Он придумывает себе массу причин, по которым за нее не стоит браться. Подросток с удовольствием воспользуется плодами чужого труда, по возможности выдавая их за свои. Между трудолюбием и жизненным благополучием для него нет никакой связи.

6. Отношение подростка к культуре

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – культурные формы поведения, безусловно, лично значимы для подростка и деятельно реализуются им в повседневной жизни. Ему чужды хамство, «украшение» речи нецензурными оборотами, он внимателен и тактичен по отношению к другим людям. Он понимает необходимость сбережения того культурного достояния, которое досталось нам в наследство от прошлого, и категорически не приемлет вандализма.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток признает объективную ценность культурных форм поведения, но отнюдь не всегда руководствуется ими в своей повседневной жизни. Он наверняка хотел бы выглядеть «культурным человеком», но не готов прикладывать ежедневные усилия к этому. Он находит оправдание эпизодическим проявлениям со своей стороны хамства («я хамлю только в ответ»), неряшливости («ну и пусть встречают по одежке, зато провожают по уму»), нецензурной брани («сильные эмоции трудно выразить по-другому») и т. п. Вандалы антипатичны ему.

От –1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – культурные формы поведения рассматриваются подростком как нечто догматичное, идущее от мира взрослых, а потому обременяющее его повседневную жизнь. Он сторонник естественного выражения своих мыслей, чувств, желаний и считает, что культурная огранка только помешает ему быть таким, какой он есть. Слово «культура» наверняка ассоциируется у него с телеканалом «Культура» и навеивает непреодолимую скуку. Вряд ли он сам способен на акт вандализма, но и осуждать вандалов-сверстников, скорее всего, не станет.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – «культура» во всех своих формах вызывает у подростка неприятие и рассматривается как проявление лживости взрослого мира. Он наверняка знает, что представляют собой культурные формы поведения, но в своей повседневности реализует их с точностью до наоборот. Тактичность кажется ему проявлением слабости, хамство и нецензурная брань – силы, «потягивание пивка» под аккомпанемент матерщины – лучшим времяпрепровождением. Памятники прошлого воспринимаются им, вероятнее сак обыкновенная старая рухлядь, поэтому он совсем не против «скинуть их с парохода современности».

7. Отношение подростка к знаниям

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – перед вами – любознательный человек, у которого есть устойчивое стремление к познанию нового. Подросток может быть «неудобен» учителю, так как много спрашивает на уроке, сомневается в, казалось бы, очевидных вещах. Он считает, что успешность профессионального роста, карьеры напрямую связана с глубиной знаний, и стремится к их получению.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток может неплохо учиться, но по своей инициативе вряд ли будет копаться в книгах, чтобы найти значение непонятого ему термина или факта. В его

сознании знания и будущая карьера, конечно, связаны, но не прикладывать же для этого столько усилий!

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подросток никогда не спросит взрослого, если ему что-то непонятно. Откровенно не понимает, как по телевизору можно смотреть научно-популярные программы. Знания носят для него чисто утилитарный характер (выучил, ответил – значит, не нажил неприятностей).

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) - очевидно, потребность в получении знаний у подростка практически отсутствует. Он откровенно презирает тех, кто учится, считает их «ботаниками» – людьми, живущими неполноценной жизнью. Он уверен, что уровень и качество образования не окажут никакого влияния на его дальнейшую жизнь.

8. Отношение подростка к человеку как таковому

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – ценность человека, как он есть во всех своих проявлениях, безусловно, значима для подростка. Человеческая жизнь для него бесценна. Никакие соображения справедливости не могут оправдать «слез невинных». «Лес рубят, щепки летят» – это недопустимо для нашего героя. Он милосерден, способен к сочувствию, состраданию, прощению.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – ценность человека, может быть, и осмыслена подростком, но полноценно не прочувствована. Он может продемонстрировать свой гуманизм, но в глубине души отдельные категории людей (например, психически больные, попрошайки, бомжи) представляются ему теми, кто мешает ощущать радость жизни. Подросток допускает смертную казнь за самые тяжкие преступления. Когда на разных чашах весов оказываются торжество справедливости и «милость к падшим», он, скорее всего, выберет первое.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – скорее всего, подросток склонен делить людей на нормальных и ненормальных. К

первым он относится вполне уважительно, может быть даже милосердным к ним; вторых же считает «недочеловеками» и хотел бы как можно реже с ними сталкиваться. Великой цели, по его мнению, нельзя добиться, не замавав рук. Принцип «лес рубят, щепки летят» вполне приемлем для подростка. При этом он одинаково не хочет быть ни «лесорубом», ни «щепкой», – скорее, «сборщиком» или «вязальщиком дров».

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – человек как ценность, скорее всего, пустой звук для подростка. Он склонен к проявлениям жестокости в отношении других людей, презрительно относится к любым актам милосердия. «Слабаки» и «ненормальные», по его мнению, ухудшают нашу жизнь, тормозят рост благополучия, поэтому должны быть полностью изолированы от общества. Наверняка он считает, что справедливость, порядок, стабильность стоят того, чтобы ликвидировать психически больных, бомжей. Самое опасное, что от слов он может перейти к действиям.

9. Отношение подростка к человеку как к Другому

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – подросток – подлинный альтруист. Он всегда готов помочь другим людям, даже незнакомым, не ожидая просьбы с их стороны. В своих действиях во благо других бескорыстен. Всегда готов помочь слабым, нуждающимся. Ради подобной помощи готов рисковать собственным благополучием. Любит дарить подарки «просто так».

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток не прочь оказать помощь нуждающимся, но предпочитает делать это тогда, когда его об этом попросят. Он осторожен в своих действиях во благо других, старается не подвергать риску собственное благополучие. Не доверяет искренности просящих милостыню, и если они оказываются поблизости от него, старается сделать вид, что их не замечает. Испытывает удовольствие, делая подарки, но при этом в глубине души рассчитывает на ответный дар. Если этого не случается, расстраивается.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подросток лишь изредка думает о потребностях и чувствах других людей. В большинстве своем это те, от кого он в той или иной степени зависит. Бескорыстие кажется ему расточительством, он предпочитает все делать с выгодой для себя, умело это маскируя. Он уверен, что всякое доброе дело должно адекватно вознаграждаться, поэтому прежде чем сделать что-то доброе, не стесняется узнать, а «что ему за это будет».

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – подросток сосредоточен исключительно на собственной персоне, искренне полагает себя «центром вселенной». Не то чтобы делать, но даже думать о других не входит в его планы. Во всем он ищет выгоду, не очень-то это и скрывая. Бескорыстие кажется ему нелепостью, несусветной глупостью. Он склонен к злословию, циничному отношению к тем, кто в чем-то нуждается, кому необходима помощь. Все нищие для него – лентяи и лжецы. Гораздо больше, чем дарить, ему нравится принимать подарки, желательно дорогие и полезные.

10. Отношение подростка к человеку как Иному

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – подросток признает права людей на иной, отличный от его собственного, образ жизни и свободное выражение своих взглядов. Он, безусловно, принимает иные культуры, положительно относится к культурным отличиям, восприимчив к любым проявлениям культурной дискриминации. Он стремится к пониманию, проникновению в суть других культур, способен избегать в их оценке культурных предрассудков и стереотипов. В нем также ощутимо стремление рассматривать иные культуры не со своей «колокольни», но сквозь призму ценностей и приоритетов самих этих культур.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток склонен к признанию и принятию культурного плюрализма, уважению самых разнообразных социокультурных групп, но при этом разделяет (зачастую неосознанно) некоторые культурные предрассудки, использует типы в

отношении представителей тех или иных культур. Он не может самостоятельно увидеть многие, особенно скрытые, проявления культурной дискриминации в повседневной жизни. Ему трудно представить, с какими проблемами могут сталкиваться культурные меньшинства, мигранты или беженцы. Это объясняется непониманием Другого, неумением увидеть его изнутри, взглянуть на мир с его точки зрения.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подросток на словах признает права других на культурные отличия, декларирует принцип равенства людей, но при этом испытывает личное неприятие отдельных социокультурных групп. Такой диссонанс между декларируемыми гуманистическими принципами и реальным проявлением нетерпимости подросток пытается оправдать ссылками на общественное мнение («все так считают»), аморальное поведение, якобы свойственное представителям этих групп («все они такие»), личный неудачный опыт взаимодействия с ними («я встречал таких людей и уверен, что...»). Эта позиция основана на культуранте, ксенофобии, презумпции вины другого. Отрицая такие вопиющие проявления интолерантности, как фашизм, геноцид, сегрегация, человек при этом может легко навешивать на людей других культур ярлыки «недостойных уважения», «опасных».

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – подросток сознательно отказывается признавать, принимать и понимать представителей иных культур. Он склонен характеризовать культурные отличия как девиантность, не желает признавать равные права на существование тех, кто имеет иной физический облик или разделяет иные ценности. Зачастую он демонстративно враждебен и презрителен к таким людям, жаждет «очистить» от них пространство собственной жизни. Подросток не испытывает ни малейшего желания взглянуть на те или иные жизненные ситуации с точки зрения другой культуры.

11. Отношение подростка к своему телесному Я

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – для подростка ценность здоровья является приоритетной. Он понимает, что такое здоровый образ жизни, сознательно культивирует его и связывает с ним свои дальнейшие жизненные успехи. Он способен противостоять попыткам вовлечь его в процесс употребления табака, алкоголя, наркотических веществ и постарается не допустить этого в отношении других.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – ценность здоровья значима для подростка. Объективно он понимает важность здорового образа жизни, но субъективно ставит его не слишком высоко. Здоровье для него – естественное состояние, сама собой разумеющаяся «вещь», а не то, что требует специальных усилий. Пристрастие к вредным привычкам – извинительная слабость, а не проявление безволия. Возможно, в глубине души он полагает, что способен добиться жизненного успеха, не уделяя пристального внимания своей физической форме.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – ценность здоровья невысока в сознании подростка. Размышления и разговоры о здоровье и здоровом образе жизни он считает пустой тратой времени, делом пенсионеров. Ему хочется хорошо, по-спортивному, выглядеть в глазах окружающих, но что-то делать для этого ему откровенно лень. Вредные привычки не кажутся ему такими уж вредными, наоборот, в них есть некая приятность, шарм. Он наверняка одобрительно усмехнется, услышав фразу «кто не курит и не пьет, тот здоровеньким помрет».

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – собственное здоровье, тем более здоровье окружающих, не представляет для подростка сколько-нибудь значимой ценности. Ему либо вовсе «наплевать» на свое физическое состояние, либо он ненавидит все то, что связано с его телесной жизнью (последний случай реален при условии низкого самопринятия подростка). Заботящихся о своем здоровье он презирает. Свои вредные привычки полагает делом абсолютно естественным и, может быть, даже

гордится ими. При случае он не преминет высмеять все, что связано с темой здоровья, физической культуры и спорта.

12. Отношение подростка к своему душевному «Я»

От +15 до +28 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – подросток принимает себя таким, какой он есть. Он верит в свои силы и возможности, честно относится к себе, искренен в проявлении чувств. Комфортно чувствует себя даже в незнакомой компании. Он не боится одиночества, минуты уединения для него важны и плодотворны. Он переносит личные неурядицы, не боится показаться смешным.

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – принимая себя в целом, подросток все же может испытывать неловкость по поводу некоторых своих особенностей. Он думает о себе как о человеке, который симпатичен для других, но некий червь сомнения и неуверенности и подтачивает его. Ему хотелось бы и сейчас, и в будущем гарантировать себя от попадания в смешные положения и ситуации. Он несколько тяготеет к уединенным положениям и по возможности старается чем-либо (прослушиванием музыки, просмотром видеофильмов и т. д.) заместить его.

От -1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подросток принимает себя таким, какой он есть, лишь в отдельные моменты повседневной жизни. Ему все время хочется «выпрыгнуть» из своей «шкурки», немедленно оказаться красивым, богатым и знаменитым. Его кумиры, как правило, именно такие. В глубине души он надеется на свою притягательность для других, но уверен, что они в первую очередь видят его недостатки. Одиночество одновременно и тягостно для него, и спасительно. В обществе сверстников он предпочитает быть на вторых ролях.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – подросток не принимает себя, считает себя заурядным и недостойным внимания других. Он ненавидит свое отражение в зеркале (свою речь, свою одежду и т. д.) Любое изменение ситуации воспринимает как потенциально катастрофичное

для него по последствиям. Оказавшись в одиночестве, начинает заниматься «мазохистским самокопанием» и «самоедством». Собственная неполноценность является его навязчивой идеей. Он испытывает острое чувство вины за то, что он вообще есть, которое в будущем может обернуться болезненным стремлением доминировать над окружающими.

13. Отношение подростка к своему духовному Я

От +15 до +26 баллов (устойчиво-позитивное отношение) – подросток рассматривает себя как автора и распорядителя собственной жизни. Ощущение личной свободы крайне важно для него, и ради этого чувства он готов противостоять внешнему давлению. Он способен на самостоятельный и ответственный выбор. Для него очень важно найти смысл собственной жизни, которую он хочет прожить «по совести».

От +1 до +14 баллов (ситуативно-позитивное отношение) – подросток ощущает в себе возможность быть хозяином собственной жизни, однако полагает это реальным только в случае благоприятных внешних обстоятельств. Ему нравится чувствовать себя свободным, но он не готов рисковать собственным благополучием ради свободы. Выбор привлекателен для него, но он идет на него с оглядкой: возможность ошибки и ответственность настораживают его. Он признает объективную значимость категорий совести и смысла жизни, но в своей повседневности предпочитает руководствоваться иными, более прагматичными регуляторами.

От –1 до -14 баллов (ситуативно-негативное отношение) – подростку более импонирует роль ведомого, нежели автора и распорядителя собственной жизни. Он ищет общества людей, чья духовная сила могла бы «прикрыть» его нерешительность и неуверенность в себе. Старается по возможности уйти от выбора; при заметном внешнем давлении готов отказаться от личной свободы в пользу ощущения покоя и душевного комфорта. Склонен объяснять свои неудачи неблагоприятным стечением обстоятельств. Муки совести тяготят его, поэтому предпочитает о своей совести не думать.

От -15 до -28 баллов (устойчиво-негативное отношение) – подросток ощущает себя «пешкой» в окружающей его стихии жизни, заложником могущественных и неподвластных ему внешних сил. Он боится и избегает любого свободного действия. Ищет покровительства сильных мира сего и готов им довериться без оглядки. Он предпочитает полную определенность и однозначность во всем и не хочет выбора. Верит и силу, и непогрешимость большинства, ибо это спасает его от личной ответственности за себя и свою жизнь. Принцип его жизни – не высовываться.

4. Методика оценки психологической атмосферы в коллективе (по А.Ф. Фидлеру)

Назначение. Методика используется для оценки психологической атмосферы в коллективе. В основе лежит метод семантического дифференциала. Методика интересна тем, что допускает анонимное обследование, а это повышает ее надежность. Надежность увеличивается в сочетании с другими методиками (например, социометрией).

Инструкция. В предложенной таблице приведены противоположные по смыслу пары слов, с помощью которых можно описать атмосферу в вашей группе, коллективе. Чем ближе к правому или левому слову в каждой паре вы поставите знак *, тем более выражен этот признак в вашем коллективе.

	1	2	3	4	5	6	7	8	
1. Дружелюбие									Враждебность
2. Согласие									Несогласие
3. Удовлетворенность									Неудовлетворенность
4. Продуктивность									Непродуктивность
5. Теплота									Холодность
6. Сотрудничество									Несогласованность
7. Взаимная поддержка									Недоброжелательность

8. Увлеченность									Равнодушие
9. Занимательность									Скука
10. Успешность.									Безуспешность

Обработка и анализ данных

Ответ по каждому из 10 пунктов оценивается слева направо от 1 до 8 баллов. Чем левее расположен знак *, тем ниже балл, тем благоприятнее психологическая атмосфера в коллективе, по мнению отвечающего. Итоговый показатель колеблется от 10 (наиболее положительная оценка) до 80 (наиболее отрицательная).

На основании индивидуальных профилей создается средний профиль, который и характеризует психологическую атмосферу в коллективе.

5. Диагностика коммуникативных и организаторских склонностей (КОС-2)

Шкалы: коммуникативные склонности, организаторские склонности и способности.

Инструкция к тесту

Методика по определению коммуникативных и организаторских склонностей содержит 40 вопросов. На каждый вопрос следует ответить «да» или «нет». Если вы затрудняетесь в выборе ответа, необходимо все-таки склониться к соответствующей альтернативе (+) или (-). Время на выполнение методики 10-15 минут.

Половая идентификация ребенка в кинетическом рисунке семьи (Психодиагностическое пособие)

Здоровые семейные отношения - это залог успешной половой идентификации ребёнка.

Тест

1. Есть ли у вас стремление к изучению людей и установлению знакомств с различными людьми?
2. Нравится ли вам заниматься общественной работой?
3. Долго ли вас беспокоит чувство обиды, причиненной вам кем-либо из ваших товарищей?
4. Всегда ли вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
5. Много ли у вас друзей, с которыми вы постоянно общаетесь?
6. Часто ли вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими вашего мнения?
7. Верно ли, что вам приятнее и проще проводить время за книгами или за каким-нибудь другим занятием, чем с людьми?
8. Если возникли некоторые помехи в осуществлении ваших намерений, легко ли вам отказаться от своих намерений?
9. Легко ли вы устанавливаете контакты с людьми, которые старше вас по возрасту?
10. Любите ли вы придумывать или организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли вам включаться в новые для вас компании (коллективы)?
12. Часто ли вы откладываете на другие дни дела, которые нужно было выполнить сегодня?
13. Легко ли вам удается устанавливать контакты и общаться с незнакомыми людьми?
14. Стремитесь ли вы добиться того, чтобы ваши товарищи действовали в соответствии с вашим мнением?
15. Трудно ли вы осваиваетесь в новом коллективе?
16. Верно ли, что у вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязательств, обязанностей?

17. Стремитесь ли вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
18. Часто ли при решении важных дел вы принимаете инициативу на себя?
19. Раздражают ли вас окружающие люди и хочется ли вам побыть одному?
20. Правда ли, что вы плохо ориентируетесь в незнакомой для вас обстановке?
21. Нравится ли вам постоянно находиться среди людей?
22. Возникает ли у вас раздражение, если вам не удастся закончить начатое дело?
23. Испытываете ли вы затруднение, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
24. Правда ли, что вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
25. Любите ли вы участвовать в коллективных играх?
26. Часто ли вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы ваших товарищей?
27. Правда ли, что вы чувствуете себя неуверенно среди незнакомых людей?
28. Верно ли, что вы редко стремитесь доказать свою правоту?
29. Полагаете ли вы, что вам не представляет особого труда внести оживление в малознакомую группу?
30. Принимаете ли вы участие в общественной работе в школе (на производстве)?
31. Стремитесь ли вы ограничить круг своих знакомых?
32. Верно ли, что вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно не сразу было принято товарищами?
33. Чувствуете ли вы себя непринужденно, попав в незнакомый коллектив?

34. Охотно ли вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?

35. Правда ли, что вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-либо большой группе людей?

36. Часто ли вы опаздываете на деловые встречи, свидания?

37. Верно ли, что у вас много друзей?

38. Часто ли вы оказываетесь в центре внимания своих товарищей?

39. Часто ли вы смущаетесь, чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?

40. Правда ли, что вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

Обработка и интерпретация результатов теста

Ответы

Коммуникативные склонности (+) да 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37

(-) нет 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39

Организаторские склонности (+) да 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38

(-) нет 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40

Определяются уровни коммуникативных и организаторских склонностей в зависимости от набранных баллов по этим параметрам. Максимальное количество баллов отдельно по каждому параметру – 20. Подсчитываются баллы отдельно по коммуникативным и отдельно по организаторским склонностям с помощью ключа для обработки данных «КОС-2».

За каждый ответ «да» или «нет» для высказываний, совпадающих с отмеченными в ключе отдельно по соответствующим склонностям, приписывается один балл. Экспериментально установлено пять уровней коммуникативных и организаторских склонностей. Примерное распределение баллов по этим уровням показано ниже.

Уровни коммуникативных и организаторских склонностей

Лист для ответов

№№п/п		№№п/п		№№п/п		№№п/п	
1.		11.		21.		31.	
2.		12.		22.		32.	
3.		13.		23.		33.	
4.		14.		24.		34.	
5.		15.		25.		35.	
6.		16.		26.		36.	
7.		17.		27.		37.	
8.		18.		28.		38.	
9.		19.		29.		39.	
10.		20.		30.		40.	

Ключ» для обработки данных по методике КОС-2.

Подсчитайте количество ответов «да» (+) на одни указанные вопросы и количество ответов «нет» (-) на другие, полученную сумму запишите в таблицу.

№№п/п	Шкалы		Номера утверждений	Σ	
1.	Коммуникативные склонности	(+) да	1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37		
		(-) нет	3, 7, 11, 15, 19, 23, 31, 35, 39		
2.	Организаторские склонности	(+) да	2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38		

		(-) нет	4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40		
--	--	---------	---	--	--

Испытуемые, получившие оценку 1-4 балла, характеризуются низким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей.

Набравшие 5-8 баллов имеют коммуникативные и организаторские склонности на уровне ниже среднего. Они не стремятся к общению, предпочитают проводить время наедине с собой. В новой компании или коллективе чувствуют себя скованно. Испытывают трудности в установлении контактов с людьми. Не отстаивают своего мнения, тяжело переживают обиды. Редко проявляют инициативу, избегают принятия самостоятельных решений.

Для испытуемых, набравших 9-12 баллов, характерен средний уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они стремятся к контактам с людьми, отстаивают свое, однако потенциал их склонностей не отличается высокой устойчивостью. Требуется дальнейшая воспитательная работа по формированию и развитию этих качеств личности.

Оценка 13-16 баллов свидетельствует о высоком уровне проявления коммуникативных и организаторских склонностей испытуемых. Они не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, стремятся расширить круг своих знакомых, помогают близким и друзьям, проявляют инициативу в общении, способны принимать решения в трудных, нестандартных ситуациях.

Высший уровень коммуникативных и организаторских склонностей (17-20 баллов) у испытуемых свидетельствует о сформированной потребности в коммуникативной и организаторской деятельности. Они быстро ориентируются в трудных ситуациях. Непринужденно ведут себя в новом коллективе. Инициативны. Принимают самостоятельные решения. Отстаивают свое мнение и добиваются принятия своих решений. Любят

организовывать игры, различные мероприятия. Настойчивы и одержимы в деятельности.

6. Методика диагностики коммуникативных навыков Дж. Морено

Методика «Социометрия» Дж. Морено используется для диагностики межличностных и межгрупповых отношений.

Данная методика позволяет косвенно определить уровень сформированности коммуникативных навыков у несовершеннолетних.

Задачи диагностического исследования:

- измерение степени сплоченности-разобщенности в группе;
- выявление относительного авторитета членов групп по признакам симпатии-антипатии (лидеры, звезды, отвергнутые);
- обнаружение внутригрупповых сплоченных образований во главе с неформальными лидерами.

Методика позволяет сделать моментальный срез с динамики внутригрупповых отношений с тем, чтобы впоследствии использовать полученные результаты для переструктурирования групп, повышения их сплоченности и эффективности деятельности.

Материалы для проведения диагностики.

Инструкция для несовершеннолетних:

«Отвечая на вопрос, укажи фамилии одноклассников, которых ты бы выбрал. Постарайтесь быть искренними в ответах. Исследователи гарантируют тайну индивидуальных ответов».

Необходимо постараться установить атмосферу доверия в отношениях с группой. Отсутствие доверия к экспериментатору, подозрения в том, что результаты опроса могут быть использованы во вред испытуемому, приводят к отказу выполнять задание в целом либо к отказу осуществить негативный выбор. После этого приступаем непосредственно к опросу. Ему подвергаются

все члены группы. Респонденты должны записать фамилии членов группы, выбранных ими по тому или иному критерию, в опросный лист и указать свою фамилию. В процессе опроса исследователь должен следить за тем, чтобы опрашиваемые не общались между собой, постоянно подчеркивать и напоминать об обязательности ответов на все вопросы. Не следует торопиться, подгонять испытуемых с ответами. В то же время, если испытуемые не имеют списка членов группы, не следует препятствовать визуальным контактам. Фамилии отсутствующих желательно написать на флипчарте.

Возможны *три основных способа выбора*:

- количество выборов ограничивается 3—5;
- разрешается полная свобода выбора (каждый может записать столько решений, сколько пожелает);
- испытуемый ранжирует всех членов группы в зависимости от предложенного критерия.

С точки зрения простоты и удобства обработки результатов предпочтительнее первый способ.

С точки зрения надежности и достоверности полученных результатов — третий.

Бланк социометрического опроса

Ф.И.О. _____

Ответь на поставленный вопрос, записав три фамилии одноклассников с учетом отсутствующих.

Кого бы ты из класса пригласил на свой день рождения?

а) _____

б) _____

в) _____

Обработка данных и интерпретация результатов

1. Составление социоматрицы.

Социоматрица — это таблица, в которую вносятся результаты опроса.

2. На основе социоматрицы возможно построение социограммы, которая делает возможным наглядное представление социометрии в виде схемы — «мишени».

Каждая окружность в социограмме имеет свое значение.

I. Внутренний круг — это так называемая «зона звезд», и которую попадают лидеры, набравшие максимальное количество выборов.

II. Второй круг — зона предпочитаемых, в которую входят лица, набравшие выборов в количестве выше среднего показателя.

III. Третий круг — зона пренебрегаемых, в которую вошли лица, набравшие выборов в количестве ниже среднего показателя.

IV. Четвертый круг — зона изолированных, это те, которые не получили ни одного очка.

Социограмма наглядно представляет наличие группировок в коллективе и взаимоотношения между ними (симпатии, контакты).

Интерпретация результатов:

Высокий уровень сформированности коммуникативных навыков (5 и более выборов, «звёзды») – 3 балла.

Средний уровень сформированности коммуникативных навыков (2 - 4 выбора, «предпочитаемые») – 2 балла.

Низкий уровень сформированности коммуникативных навыков (0 - 1 выборов, «пренебрегаемые») – 1 балл.

7. Методика Ч.Д. Спилбергера на выявление личностной и ситуативной тревожности

Большинство из известных методов измерения тревожности позволяет оценивать личностную тревожность, либо само наличие состояние тревожности. Единственной методикой, позволяющей дифференцированно измерять тревожность и как личное свойство, и как состояние, является методика, предложенная Ч.Д. Спилбергером и адаптированная на русском

языке Ю.Л. Ханиным. Бланк шкал самооценки Спилбергера включает в себя 40 вопросов – рассуждений, 20 из которых предназначены для оценки уровня ситуативной и 20 – для оценки личностной тревожности.

Тестирование по методике Спилбергера - Ханина проводится с применением двух бланков: один бланк для измерения показателей ситуативной тревожности, а второй – для измерения уровня личностной тревожности.

Исследование может проводиться индивидуально или в группе.

Инструкция: прочитайте каждое из приведённых предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных и неправильных ответов нет.

Бланк 1. Шкала ситуативной тревожности (СТ)

№	Суждение	Нет, это не так	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
1.	Я спокоен	1	2	3	4
2.	Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
3.	Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4.	Я внутренне скован	1	2	3	4
5.	Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6.	Я расстроен	1	2	3	4
7.	Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4

8.	Я ощущаю душевный покой	1	2	3	4
9.	Я встревожен	1	2	3	4
10.	Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11.	Я уверен в себе	1	2	3	4
12.	Я нервничаю	1	2	3	4
13.	Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14.	Я взвинчен	1	2	3	4
15.	Я не чувствую скованности, напряжённости	1	2	3	4
16.	Я доволен	1	2	3	4
17.	Я озабочен	1	2	3	4
18.	Я слишком возбуждён, и мне не по себе	1	2	3	4
19.	Мне радостно	1	2	3	4
20.	Мне приятно	1	2	3	4

Бланк 2. Шкала личностной тревожности (ЛТ)

№	Суждение	Никогда	Почти никогда	Часто	Почти всегда
1.	У меня бывает приподнятое настроение	1	2	3	4
2.	Я бываю раздражительным	1	2	3	4

3.	Я легко могу расстроиться	1	2	3	4
4.	Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие	1	2	3	4
5.	Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть	1	2	3	4
6.	Я чувствую прилив сил, желание работать	1	2	3	4
7.	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
8.	Меня тревожат возможные трудности	1	2	3	4
9.	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
10.	Я бываю вполне счастлив	1	2	3	4
11.	Я всё принимаю близко к сердцу	1	2	3	4
12.	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
13.	Я чувствую себя незащищённым	1	2	3	4
14.	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
15.	У меня бывает хандра	1	2	3	4
16.	Я бываю доволен	1	2	3	4
17.	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4

18.	Бывает, что я чувствую себя неудачником	1	2	3	4
19.	Я уравновешенный человек	1	2	3	4
20.	Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

Ключ

Ситуативная тревожность					Личностная тревожность				
СТ	Ответы				ЛТ	Ответы			
№	1	2	3	4	№	1	2	3	4
1.	4	3	2	1	1	4	3	2	1
2	4	3	2	1	2	1	2	3	4
3	1	2	3	4	3	1	2	3	4
4	1	2	3	4	4	1	2	3	4
5	4	3	2	1	5	1	2	3	4
6	1	2	3	4	6	4	3	2	1
7	1	2	3	4	7	4	3	2	1
8	4	3	2	1	8	1	2	3	4
9	1	2	3	4	9	1	2	3	4
10	4	3	2	1	10	4	3	2	1
11	4	3	2	1	11	1	2	3	4
12	1	2	3	4	12	1	2	3	4
13	1	2	3	4	13	1	2	3	4
14	1	2	3	4	14	1	2	3	4
15	4	3	2	1	15	1	2	3	4
16	4	3	2	1	16	4	3	2	1
17	1	2	3	4	17	1	2	3	4

18	1	2	3	4	18	1	2	3	4
19	4	3	2	1	19	4	3	2	1
20	4	3	2	1	20	1	2	3	4

Интерпретация результатов

При анализе результатов надо иметь в виду, что общий итоговый показатель по каждой из-под шкал может находиться в диапазоне от 20 до 80 баллов. При этом, чем выше итоговый показатель, тем выше уровень тревожности (ситуативной или личностной).

При интерпретации показателей можно использовать следующие ориентировочные оценки тревожности:

- до 30 баллов – низкая,
- 31 – 44 балла – умеренная;
- 45 и более - высокая.

Личности, относимые к категории высокотревожных, склонны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Если психологический тест выражает у испытуемого высокий показатель личностной тревожности, то это дает основание предполагать у него появление состояния тревожности в разнообразных ситуациях, особенно когда они касаются оценки его компетенции и престижа.

Лицам с высокой оценкой тревожности следует формировать чувство уверенности и успеха. Им необходимо смещать акцент с внешней требовательности, категоричности, высокой значимости в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование по подзадачам.

Для низкотревожных людей, напротив, требуется пробуждение активности, подчеркивание мотивационных компонентов деятельности,

возбуждение заинтересованности, высвечивание чувства ответственности в решении тех или иных задач.

Состояние реактивной (ситуационной) тревоги возникает при попадании в стрессовую ситуацию и характеризуется субъективным дискомфортом, напряженностью, беспокойством и вегетативным возбуждением. Естественно, это состояние отличается неустойчивостью во времени и различной интенсивностью в зависимости от силы воздействия стрессовой ситуации. Таким образом, значение итогового показателя по данной подшкале позволяет оценить не только уровень актуальной тревоги испытуемого, но и определить, находится ли он под воздействием стрессовой ситуации и какова интенсивность этого воздействия на него.

Личностная тревожность представляет собой конституциональную черту, обуславливающую склонность воспринимать угрозу в широком диапазоне ситуаций. При высокой личностной тревожности каждая из этих ситуаций будет обладать стрессовым воздействием на субъект и вызывать у него выраженную тревогу. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и психосоматическими заболеваниями.

Сопоставление результатов по обеим подшкалам дает возможность оценить индивидуальную значимость стрессовой ситуации для испытуемого. Шкала Спилбергера в силу своей относительной простоты и эффективности широко применяется в клинике с различными целями: определение выраженности тревожных переживаний, оценка состояния в динамике и др.

Второй этап – просветительский: изготовление информационных буклетов, памяток о стратегии пресечения и профилактики кибербуллинга, выступления на занятиях школы для родителей «Мы и наши дети», групповое консультирование подростков.

Третий этап – групповые занятия с элементами тренинга с подростками, подверженными кибербуллингу.

Правовое обеспечение безопасности несовершеннолетних в сети Интернет.

Защита детей от агрессивной информации в Интернете является чрезвычайно актуальной задачей государственной политики России. Защита безопасности, нравственного и психологического здоровья детей является важной частью профилактики преступности в целом, в особенности преступлений против несовершеннолетних и насилия, совершаемого самими несовершеннолетними.

В современном интернет пространстве один из разновидностей угрозы или издевательства выделяют кибербуллинг - иными словами травля онлайн.

В связи с нарастающим глобальным процессом активного формирования и широкомасштабного использования информационных ресурсов особое значение приобретает информационная безопасность детей.

Обеспечение государством информационной безопасности детей, защита физического, умственного и нравственного развития несовершеннолетних, а также человеческого достоинства во всех аудиовизуальных медиа-услугах и электронных СМИ – требование международного права.

Международные стандарты в области информационной безопасности детей нашли отражение и в российском законодательстве.

Принятый 29 декабря 2010 года Федеральный закон Российской Федерации № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» устанавливает правила медиа-безопасности детей обороте на территории России продукции СМИ, печатной, аудиовизуальной продукции на любых видах носителей, программ для компьютеров и баз данных, а также информации, размещаемой в информационно-телекоммуникационных сетях и сетях подвижной радиотелефонной связи.

Закон определяет информационную безопасность детей как состояние защищенности, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией (в том числе распространяемой в сети Интернет) вреда их здоровью, физическому, психическому, духовному и нравственному развитию.

В силу ст. 5 Федерального закона № 436-ФЗ к информации, запрещенной для распространения среди детей, отнесена информация, побуждающая детей к совершению действий, представляющих угрозу их жизни и здоровью, в том числе к причинению вреда своему здоровью, самоубийству; способная вызвать у детей желание употребить наркотические средства, табачные изделия, алкогольную продукцию, принять участие в азартных играх, заниматься проституцией, бродяжничеством или попрошайничеством; обосновывающая или оправдывающая допустимость насилия и жестокости либо побуждающая осуществлять насильственные действия по отношению к людям или животным; отрицающая семейные ценности и формирующая неуважение к родителям и другим членам семьи; оправдывающая противоправное поведение; содержащая нецензурную брань; содержащая информацию порнографического характера.

О соблюдении вышеуказанных требований следует помнить производителями и распространителями информационной продукции, поскольку на сегодняшний день сеть Интернет и телевидение являются ключевыми источниками информации для детей.

Согласно требованиям статьи 22 Федерального закона № 436-ФЗ нарушение законодательства Российской Федерации о защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию, влечет за собой ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Так, неисполнение требований названного закона влечет административную ответственность по ст. 6.17 КоАП РФ, предусматривающей наказание в виде административного штрафа от 2 тысяч

рублей для граждан, до 50 тысяч рублей с конфискацией предмета административного правонарушения или административное приостановление деятельности на срок до 90 суток для юридических лиц.

Отдельно административная ответственность установлена за пропаганду нетрадиционных сексуальных отношений среди несовершеннолетних (ст. 6.21 КоАП РФ).

Российским законодательством установлена административная ответственность за распространение информации, признанной экстремистской (ст. ст. 13.37, 20.3, 20.29 КоАП РФ), материалов и предметов с порнографическими изображениями несовершеннолетних (ст. 6.20 КоАП РФ).

Частью 3 ст. 13.15 КоАП РФ предусмотрено наказание в виде административного штрафа для граждан в размере от 3 тысяч до 5 тысяч рублей; на должностных лиц - от 30 тысяч до 50 тысяч рублей; на юридических лиц - от 400 тысяч до 1 миллиона рублей с конфискацией предмета административного правонарушения.

Статьей 13.21 КоАП РФ предусмотрена ответственность средств массовой информации за нарушение порядка распространения информационной продукции среди детей.

В случае незаконного распространения в публичном выступлении, публично демонстрирующемся произведении, средствах массовой информации или информационно-телекоммуникационных сетях информации, указывающей на личность несовершеннолетнего потерпевшего, не достигшего шестнадцатилетнего возраста, по уголовному делу, либо информации, содержащей описание полученных им в связи с преступлением физических или нравственных страданий, повлекшее причинение вреда здоровью несовершеннолетнего, или психическое расстройство несовершеннолетнего, или иные тяжкие последствия наступает уголовная ответственность, предусмотренная ч.3 ст. 137 УК РФ.

Также уголовным законодательством предусмотрена ответственность за распространение, публичную демонстрацию или рекламирование порнографических материалов или предметов среди несовершеннолетних либо их вовлечение несовершеннолетнего в оборот порнографической продукции (ч.2 ст.242 УК РФ).

Стоит также, отметить, что родители в соответствии требованиями ст. ст. 63-65 Семейного кодекса Российской Федерации имеют право и обязаны воспитывать своих детей, обязаны заботиться об их здоровье, физическом, психическом, духовном и нравственном развитии, защищать права и интересы детей. Родительские права не могут осуществляться в противоречии с интересами детей. Обеспечение интересов детей должно быть предметом основной заботы их родителей. Родители, осуществляющие родительские права в ущерб правам и интересам детей, несут ответственность в установленном законом порядке.

В случае неисполнении или ненадлежащего исполнения указанных обязанностей родители могут быть привлечены к административной ответственности по ч. 1 ст. 5.35 КоАП РФ.

Кроме того, принят Федеральный закон Российской Федерации от 21 июля 2011 г. № 252-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с принятием Федерального закона «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию», направленный на защиту детей от разрушительного, травмирующего их психику информационного воздействия, переизбытка жестокости и насилия в общедоступных источниках массовой информации, от информации, способной развить в ребенке порочные наклонности, сформировать у ребенка искаженную картину мира и неправильные жизненные установки. Закон устанавливает порядок прекращения распространения продукции средств массовой информации, осуществляемого с нарушением законодательно установленных требований.

В настоящее время с кибербуллингом сталкивается по меньшей мере каждый пятый учащийся средних и старших классов. И многие из них никому об этом не рассказывают. Если родитель замечает существенные изменения в поведении ребенка, возможно, это связано с кибербуллингом или другой проблемой — так или иначе, ему требуется помощь. Зачастую дела по фактам кибербуллинга в отношении несовершеннолетних практически не возбуждаются. Это, конечно же, не говорит об отсутствии данного явления. Скорее речь здесь может идти о высокой латентности такового вида действий, с учетом того, что потерпевшими от кибербуллинга зачастую становятся подростки и дети, поскольку несовершеннолетние ввиду их особого психоэмоционального состояния всегда наиболее замкнуты по отношению к обществу.

Во-первых, дети не желают идти на контакт со старшими, они не склонны делиться собственными переживаниями и опасениями, по этой причине они просто закрываются в себе с чувством того, что ни один человек не сумеет осознать их волнения, то что находящиеся вокруг осудят, обругают либо обсмеют их.

Во-вторых, усилия находящихся вокруг выяснить события, которые происходят с ребенком, принимаются детьми как вторжение в индивидуальное пространство, что ухудшает обстановку.

В-третьих, большая часть не достигших совершеннолетия просто не знакомы с правилами не опасного поведения в виртуальной среде, и, кроме того, не знают о наличии различных служб доверия к которым можно обратиться за поддержкой. Вопрос распространения кибербуллинга осложняется тем, что правонарушители нередко применяют с целью осуществления собственных противозаконных планов способности социальных сетей, формируя «группы единомышленников» — так называемых «троллей» — общественных задир и провокаторов, для организации информационных атак в отношении выбранной ими будущей

жертвы. Подобные группы в России наиболее распространены в одной из самых популярных на территории страны социальных сетей «ВКонтакте». Несмотря на это, нельзя не упомянуть оперативную работу администрации и модераторов таких соцсетей, которые своевременно пытаются выявить такие группы, а также отдельных пользователей, аккаунты которых в последствии блокируют. Также современные соцсети имеют функцию мгновенной жалобы на контент, которую может отправить любой из пользователей, если посчитает, что данные материалы нарушают его права. Однако, безусловно, основной причиной отсутствия возбужденных дел по данным деяниям является отсутствие в российском законодательстве понятия кибербуллинга и буллинга в целом, но можно сказать, что отдельные виды нормативно-правовых актов все-таки содержат в себе отдельные положения схожие с данными правонарушениями.

Что делать, если ребенок стал жертвой кибербуллеров?

1. Убедитесь, что ребенок находится и чувствует себя в безопасности. Безопасность и благополучие вашего ребенка всегда должны быть на первом месте. Поддержите его. Покажите ему словами и действиями, что вы с ним хотите одного и того же: остановить кибербуллинг.

2. Поговорите с ребенком и выслушайте его. Спокойно предложите поговорить о том, что происходит. Не нервничайте и не ругайтесь. Выясните как можно точнее, что произошло, проясните детали ситуации. Не преуменьшайте ситуацию и не защищайте агрессора.

3. Соберите доказательства. Распечатайте скриншоты переписки или записи разговоров, сообщения, картинки, видео и все, что может служить явным доказательством того, что ваш ребенок подвергается кибертравле. Ведите учет всех случаев травли, это поможет в расследовании. Записывайте детали: где это случилось, как часто повторяется, каков вред, были ли третьи лица и свидетели, а также, что происходило перед этим.

4. Работайте вместе со школой. Если жертва и агрессор учатся в одной школе, попросите помочь школьную администрацию. Ваш ребенок имеет право чувствовать себя в безопасности, находясь в школе, а за нее отвечают педагоги, они должны отреагировать на происходящее и помочь разобраться.

5. Не нужно обращаться к родителям агрессора. Некоторые родители, столкнувшись с обвинениями в адрес своего ребенка, могут занять защитную позицию, и тогда они не услышат вас. Продумайте свою стратегию, чтобы не ухудшить ситуацию и избежать возможной мести агрессора.

6. Обратитесь в службу поддержки. Кибербуллинг нарушает Пользовательское соглашение всех крупных поставщиков услуг (сайтов, приложений, игровых сетей, Интернета, операторов сотовой связи). Независимо от того, может ли ваш ребенок определить, кто его преследует, или не может, обратитесь в Службу поддержки (Службу безопасности) соответствующей онлайн-платформы.

7. Если необходимо, обратитесь за консультацией. Возможно, вашему ребенку полезно поговорить с психологом. Иногда дети предпочитают говорить не с родителем, а с кем-то третьим, считая его точку зрения более объективной.

8. Если ребенка травят из-за пола, расы, национальности, языка, происхождения, отношения к религии или принадлежности к какой-либо социальной группе, вы можете обратиться в полицию. В России такие действия, совершенные публично, могут быть квалифицированы по статье о возбуждении ненависти и вражды (ст. 20.3.1 КоАП РФ).

9. Обратитесь в полицию, если есть угроза физической безопасности. В России нет отдельного закона, который касается угроз в интернете, однако любая угроза убийством или причинением тяжкого вреда здоровью квалифицируется по ст. 119 УК РФ. В таком случае необходимо подать письменное заявление в полицию и предъявить доказательства факта угроз

(см. совет №3). Если обращение в полицию не помогло, стоит обратиться в прокуратуру.

10. Примите меры, чтобы предотвратить повторение ситуации. Если ваш ребенок подвергается травле в социальных сетях (YouTube, Instagram, Snapchat, Twitter и т.д.), установите нужные настройки конфиденциальности, чтобы заблокировать агрессора и избежать контакта с ним, а также отправьте жалобу в Службу поддержки социальной сети (см. совет №6). Поощряйте своего ребенка и дальше делиться с вами небольшими сложностями, пока они не переросли в серьезные проблемы.

Процедура обращения в правоохранительные органы

Если есть основания опасаться за безопасность ребенка, необходимо сообщить в полицию. Обратиться в полицию можно самостоятельно, без юриста. Родителю необходимо прийти в отделение полиции и написать заявление. Форма произвольная, шаблона не существует. Если вы знаете человека, к которому выдвигаете претензии, укажите его контакты и информацию о нем.

Подать заявление можно через сайт МВД или в отделении полиции. Ваше заявление обязаны принять и выдать талон-уведомление. В нем будет номер обращения, так называемый КУСП (книга учета происшествий). Сохраните эти данные.

Преследователи могут совершить действия, подпадающие под ряд статей уголовного кодекса. Примеры: статья 119 за угрозу убийством или причинением тяжкого вреда здоровью, статья 128.1 — клевета, статья 130 — оскорбление личности, статья 163 — вымогательство, статья 213 — хулиганство, статья 133 — понуждение к действиям сексуального характера и статья 135 — развратные действия, статья 138 — нарушение тайны переписки, телефонных переговоров, почтовых, телеграфных или иных сообщений и пр.

Если обидчику меньше 16 лет - привлекать к ответственности родителей. Родители несут ответственность по ст. 9.4 КоАП в связи с невыполнением обязанностей по воспитанию детей. Ответственность наступает в связи с невыполнением родителями или лицами, их заменяющими, обязанностей по воспитанию детей, повлекшим совершение несовершеннолетним деяния, содержащего признаки административного правонарушения либо преступления, но не достигшим ко времени совершения такого деяния возраста, с которого наступает административная или уголовная ответственность за совершенное деяние.

Невыполнение обязанностей по воспитанию детей влечет предупреждение или наложение штрафа в размере до десяти базовых величин (минимальный штраф - 1/10 базовой величины). Протокол по ст. 9.4 КоАП составляют в полиции. Дело рассматривается комиссией по делам несовершеннолетних (КДН). КДН администрации района в городе создается соответствующей администрацией района. Заседание КДН проводится не реже одного раза в месяц и правомочно, если в нем участвует не менее двух третей членов ее состава. Заседание КДН проводится в помещении администрации или по месту работы, учебы, жительства или пребывания несовершеннолетних.

Если заявление не принимают, пишите жалобу начальнику отдела полиции и в прокуратуру. Если заявление приняли, но ответа или действий нет, подавайте в эти инстанции запрос на предоставление информации о результатах проведенной проверки.

Если в полиции не усмотрели состава уголовных преступлений, получите постановление об отказе в возбуждении уголовного дела.

Обращайтесь в суд. Собранными материалами можно воспользоваться в рамках гражданского процесса. В ходе рассмотрения дела суд может назначить проведение экспертиз (лингвистическая, почерковедческая, установление IP-адреса и т.д.), которые помогут вам доказать правоту. Эти

дела непростые, иногда трудно установить владельца аккаунта, не всегда полиция идет навстречу даже в приеме заявления. Но все реально.

Приложение №1.

Лекторий для педагогов на тему:

«Буллинг и кибербуллинг как социально-педагогическая проблема»

Цель: повышение психолого-педагогической компетентности педагогов, работающих с несовершеннолетними, в вопросах организации и содержания работы с несовершеннолетними по профилактике травли и кибертравли (буллинг и кибербуллинг) подростков.

Целевая группа: специалисты (психологи, социальные педагоги, воспитатели), работающие с несовершеннолетними.

Содержание:

Лекция 1. «Буллинг. Психологическое насилие в детском коллективе».

Лекция 2. «Буллинг – психолого-педагогические причины и следствия».

Лекция 3. «Последствия буллинга. Как с ним бороться».

Лекция 4. «Компьютерная и виртуальная зависимость несовершеннолетних: причины, условия формирования и способы выявления».

Лекция 5. «Феномен кибербуллинга и его социальная профилактика».

Лекция 1. «Буллинг. Психологическое насилие в детском коллективе».

Задачи:

- познакомить участников с понятием «буллинг», различными формами его проявления в детском коллективе;
- ознакомить с психологическим портретом наблюдателя, жертвы и агрессора;
- определить меры профилактической работы, которые помогут предотвратить проявление буллинга в детском коллективе.

Ход проведения:

Лектор: Здравствуйте, уважаемые педагоги! Сегодня мы с вами обсудим проблему буллинга в детском коллективе.

В переводе с английского языка буллинг (bullying) означает травлю, запугивание, третирование. В связи с тем, что проблема буллинга остаётся малоисследованной, до сих пор нет чёткого научного определения этого термина. Понятие «буллинг» рассматривается от узкого – видеосъёмка драки до масштабного – насилие вообще.

Исследования буллинга во многих странах начались еще в 70-е годы XX века. В скандинавских и англоязычных странах для определения этого явления используются целый ряд терминов: притеснение, дискриминация, моббинг (преимущественно групповые формы притеснения ребенка), буллинг.

В настоящее время под буллингом понимается длительный процесс сознательного жестокого физического и (или) психического отношения, со стороны одного ребенка или группы детей к другому ребенку (другим детям). Буллинг включает четыре главных компонента: агрессивное и негативное поведение, регулярность осуществления, дисбаланс власти в отношениях участников, умышленность.

Мотивация к буллингу различна: месть, восстановление справедливости, как инструмент подчинения лидеру, низвержение конкурентов, из чувства неприязни и др. Особенно опасна мотивация, связанная с удовлетворением садистических потребностей у определенной категории акцентуированных и дисгармонично развивающихся личностей.

Буллинг - это социальное явление, свойственное преимущественно организованным детским коллективам, в первую очередь, школе. Многочисленные исследователи объясняют это обстоятельство, прежде всего, тем, что школа (или любое другое детское учреждение, где дети бывают регулярно) – это универсальная арена, полигон для разрядки детьми своих многочисленных накопившихся негативных импульсов. В школе

(учреждении) складываются определенные ролевые отношения среди детей в диапазоне «лидер-изгой». Дополнительным фактором, способствующим живучести буллинга в пространстве учреждения, является неспособность, а в некоторых случаях и нежелание педагогов, воспитателей, психологов совладать с этой проблемой.

Буллинг проявляется через различные формы физических и (или) психических притеснений, переживаемых детьми, со стороны других детей. Для одних детей – это систематические насмешки, отражающие какие-то особенности внешнего вида или личности пострадавших. Для других – порча их личных вещей, заталкивание под парту, вымогательство. Для третьих – откровенные издевательства, унижающие чувство человеческого достоинства, например, попытка заставить публично просить прощения, стоя на коленях перед унижающим и т.п.

Виды буллинга:

1-я группа – проявления, связанные преимущественно с активными формами унижения;

2-я группа – проявления, связанные с сознательной изоляцией, исключением пострадавших из группы.

Формы буллинга:

- *физический буллинг* - умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных повреждений и др.;

- *сексуальный буллинг* является подвидом физического (действия сексуального характера);

- *психологический буллинг* - насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональные страдания.

К этой форме можно отнести:

- *вербальный буллинг*, где орудием служит голос (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, дразнение, распространение обидных слухов и т.д.);

- *обидные жесты или действия* (например, плевок в жертву либо в её направлении);

- *запугивание* (использование агрессивного языка тела и интонаций голоса для того, чтобы заставить жертву совершать или не совершать что-либо);

- *изоляция* (жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью учеников или всем классом, детским коллективом);

- *вымогательство* (денег, еды, иных вещей, принуждение что-либо украсть); повреждение и иные действия с имуществом (воровство, грабёж, прятанье личных вещей жертвы);

Буллинг – в основном скрытый для окружающих процесс, но дети, которые подверглись травле, получают психологическую травму различной степени тяжести, что приводит к тяжёлым последствиям вплоть до самоубийства. И не имеет значения, имел место физический буллинг или психологический.

В ситуации буллинга ребенок испытывает эмоциональный стресс, связанный с угрозой существования личности в конкретном коллективе. Основная ошибка педагога думать, что буллинг – это обычное явление и что таким образом дети учатся выстраивать отношения со сверстниками, которые всегда не проходят гладко.

Постановка проблемных вопросов перед участниками.

Проблемные вопросы для обсуждения:

- Может ли педагог решать проблему буллинга в группе (классе)?
- Какие главные последствия буллинга вы можете выделить для его участников?

Лектор: Существуют негативные последствия для всех участников буллинга, которые могут носить непосредственный характер, так и отсроченные во времени.

Жертва буллинга переживает стресс, который может вылиться в формы крайней агрессии к обидчикам и участникам, вплоть до суицидального поведения.

Для организаторов травли – это деструктивный опыт, который формирует проблемы самореализации личности в выстраивании отношений.

Наблюдатели имеют травмирующий опыт в силу того, что переживают внутриличностный конфликт, связанный с происходящим аморальным событием, в котором для себя не видят выхода. Кроме того, они испытывают страх оказаться на месте жертвы, поэтому подыгрывают агрессору, вытесняя чувство стыда и унижение.

Ситуация травли формирует стресс у всех детей в группе, которые вынуждены находиться в постоянном эмоциональном напряжении. Стресс влияет на снижение интеллектуальной деятельности, нарушает учебную мотивацию, тормозит развитие творческих способностей.

Обсуждение «Ответственность в ситуации буллинга»

Лектор: Обсудим с вами вопрос: «Как педагог (психолог, воспитатель) может предупредить появление буллинга в детском коллективе?» (размышления участников).

Лектор: Стоит отметить, что профилактика буллинга будет эффективной тогда, когда создается система комфортной, психологически безопасной среды. Это является основой, чтобы построить здоровое общение и отношения в коллективе.

Встречаются и сложные случаи, когда педагог не готов брать на себя ответственность за решение проблемы насилия, рассматривает ее только через призму личностных особенностей детей, факторов семейного воспитания. В этом случае функционал педагога-психолога не позволит снизить риск

угрозы психологической безопасности, поскольку его работа не связана с непрерывным процессом деятельности группы (класса). Поэтому важно брать на себя ответственность за то, что происходит в группе (классе).

Методы профилактики буллинга для педагогов.

Групповая беседа.

Воздействие будет максимальным, если обсуждение темы станет естественным продолжением школьных будней. Короткие, но частые беседы гораздо эффективнее, чем редкие и продолжительные. Такой ритм - еженедельное краткое обсуждение темы - очень эффективен. Дети постоянно ощущают, что педагоги, родители и учреждение не потерпят травли, а хорошие поступки не останутся без внимания и будут оценены по достоинству. Однако важно, чтобы эти беседы не превратились в формальный ритуал, проводимый лишь для того, чтобы быть проведенным. Тогда они потеряют свою силу, а в худшем случае приведут к обратному результату. Подростки заметят, что педагогу, в сущности, все равно, и создается лишь видимость того, что все в порядке, что его легко провести. Это на руку преследователям, а жертве становится еще тяжелее.

Внутригрупповые правила.

Обычно правила группы разрабатываются и письменно формулируются вместе с воспитанниками. Это можно сделать различными способами. Можно каждому дать задание письменно сформулировать правила, затем разделить подростков на группы, в которых они отберут, скажем, по три правила. Группы выносят свое решение на общее обсуждение, и правила выбираются путем голосования. Список правил вывешивается в групповом помещении.

Правила могут действовать в течение определенного времени, но их необходимо подкреплять и соблюдать. Их следует документально зафиксировать, важно также, чтобы директор и педагоги придавали им значение.

Просмотр фильмов.

Подростки, как правило, узнают показанные в фильме приемы, а последующее обсуждение дает им названия и помогает повысить уровень осознания. Большинство детей проникается чувствами жертвы буллинга, когда видят происходящее на экране. Тогда педагог имеет возможность дать воспитанникам высказаться и сам дополняет необходимыми пояснениями.

В последние годы был выпущен целый ряд различных по качеству фильмов и телевизионных передач о буллинге. Главное, чтобы педагог выбрал фильм на основании своей профессиональной оценки и посмотрел его вместе с подростками. Такой видеоматериал также подходит для просмотра в педагогическом коллективе и на встречах с родителями.

Постановки.

Подростки могут самостоятельно поставить спектакль о буллинге. Правильный выбор актеров, хорошая подготовка и соответствующее исполнение помогут донести до зрителей принципы, за которые борется учреждение. Актеры и сами могут многому научиться, а в дальнейшем стать хорошими ролевыми моделями для остальных. Специалисты Центра способствуют закреплению принципов, помогая воспитанникам подготовить и провести спектакль.

Комбинирование форм работы.

Литература, фильмы, постановки, сочинения и беседы способствуют профилактике буллинга. Такие формы работы можно использовать как по отдельности, так и в сочетании друг с другом. Это не потребует больших временных затрат, но продемонстрирует позицию учреждения, даст несовершеннолетним повод задуматься и послужит систематическим напоминанием. Если педагог пользуется доверием подопечных, то эти профилактические меры бывают весьма эффективными.

Для выявления буллинга в группе можно провести анонимное анкетирование и опрос воспитанников.

Лектор: Уважаемые коллеги, сегодня мы с вами обсудили важную проблему, которая чаще всего проявляется в детском коллективе. Обсудили формы работы по профилактике явления «буллинг». Надеюсь, что полученные знания помогут вам в воспитательной работе с детским коллективом.

Лекция 2. «Буллинг – психолого-педагогические причины и следствия».

Задачи:

- познакомить участников с факторами, позволяющими отнести ребенка к группе риска по буллингу;
- дать рекомендации педагогическому составу по работе с детьми, подвергнутыми данному виду насилия.

Ход проведения:

Лектор: Добрый день, коллеги. Сегодня я вас познакомлю с психолого – педагогическими причинами и следствиями явления «буллинг».

Жертвой жестокого обращения в детской среде может стать любой ребенок. Однако наиболее уязвимы дети, отличающиеся от ровесников внешними особенностями, как физическими, так и психическими. В «группу риска» попадают дети с физическими недостатками, другой национальности, необычным поведением и т.д. Жестокое обращение деформирует психику ребенка и может быть причиной патологических нарушений. У детей, пострадавших из-за жестокого обращения, могут возникнуть социально-опасные формы поведения: насильственного, суицидального и зависимого характера (ПАВ-зависимость, интернет-зависимость, игровая зависимость). Рассмотрим некоторые формы детской жестокости.

В скандинавских и англоязычных странах используются следующие термины: притеснение, дискриминация, моббинг (преимущественно групповые формы притеснения ребенка), буллинг. Последний термин используется в

специальной литературе наиболее часто. Считается, что он полнее всего отражает суть обсуждаемого нами явления. Д.Лейн и Э.Миллер (2001) ассоциируют этот термин с травлей и определяют буллинг как длительный процесс сознательного жестокого отношения, физического и (или) психического, со стороны одного ребенка или группы детей к другому ребенку (другим детям).

Мотивация к буллингу и моббингу различна: месть, восстановление справедливости, инструмент подчинения лидеру, конкуренция, неприязнь, садизм акцентуированных и дисгармонично развивающихся личностей.

Буллинг – это социальное явление, свойственное преимущественно организованным детским коллективам, в первую очередь, школе. Многочисленные исследователи объясняют это обстоятельство, прежде всего, тем, что школа – универсальное место для разрядки многочисленных негативных импульсов. В школе складываются определенные ролевые отношения среди детей в диапазоне «лидер-изгой» Дополнительным фактором, способствующим живучести буллинга в пространстве школы, является неспособность, а в некоторых случаях и нежелание педагогов совладать с этой проблемой. Буллинг проявляется через различные формы физических и (или) психических притеснений, переживаемых детьми, со стороны других детей. Для одних детей – это систематические насмешки, отражающие какие-то особенности внешнего вида или личности пострадавших. Для других – порча их личных вещей, заталкивание под парту, вымогательство. Для третьих – откровенные издевательства, унижающие чувство человеческого достоинства, например, попытка заставить публично просить прощения, стоя на коленях перед унижающим.

Некоторые исследователи предлагают систематизировать все проявления буллинга в две большие группы:

1-я группа – проявления, связанные преимущественно с активными формами унижения;

2-я группа – проявления, связанные с сознательной изоляцией, обструкцией пострадавших.

Выявление и диагностика медико-психологических последствий буллинга (моббинга)

Объективные сложности раннего выявления буллинга в нашей стране ограничивают возможность целенаправленной работы в этом направлении. Выявление буллинга носит случайный и эпизодический характер. В этой связи каждый педагог, психолог или социальный работник должен быть готов к встрече в своей профессиональной деятельности с буллингом, чтобы распознавать основные проявления его наиболее тяжелых последствий: насильственного, суицидального и зависимого поведения. На практике в нашей стране больше ориентируются на выявление детей и подростков, относящихся к группе риска по буллингу.

К факторам, позволяющим отнести ребенка к группе риска по буллингу относятся:

- *множественный стресс*. Речь идет о том, что жертвы травли обременены множеством проблем. Плохое здоровье, низкий социальный статус, неудовлетворительные отношения со сверстниками, большие семьи, выраженное социальное неблагополучие, а также низкие компенсаторные возможности – все это характерно для жертв травли;

- *провоцирующие особенности жертвы*. Так называемые провоцирующие жертвы (provocative victims) – это дети и подростки, которые вследствие их личностных особенностей могут являться раздражающим фактором для большинства их условно толерантных ровесников. Фактически речь идет о феномене «инакости» в детских коллективах. «Необычная» манера речи,

«необычный» смех, «необычный» юмор и т.д. уже, с точки зрения «обычных» школьников, может явиться достаточным поводом для негативного отношения;

- *стигматизация* – расовые (национальные) и физические особенности ребенка, не только физические недостатки, например, «заячья губа» или тугоухость, но и некоторые фенотипические особенности. Необычный цвет волос, тембр голоса, форма ушных раковин и т.д. для определенной категории детей и подростков могут явиться побудительным мотивом к травле.

В ситуации травли всегда есть:

➤ Зачинщики.

- Активные, общительные дети, претендующие на роль лидера в классе.
- Агрессивные дети, нашедшие для своего самоутверждения безответную жертву и др.

➤ Преследователи.

Некоторые из них:

- подчиняются «стадному чувству»;
- пытаются заслужить расположение лидера класса;
- боятся оказаться в положении жертвы или не решаются пойти против большинства.

На проявления буллинга (моббинга) все дети реагируют по-разному. При наблюдении за детьми, страдающими от буллинга (моббинга) могут обнаружиться их следующие особенности:

Поведенческие особенности:

- дистанцированность от взрослых и детей;
- негативизм при обсуждении темы буллинга;
- агрессивность к взрослым и детям.

Эмоциональные особенности:

- напряженность и страх при появлении ровесников;
- обидчивость и раздражительность;

- грусть, печаль и неустойчивое настроение.

У подвергающихся хроническому стрессу несовершеннолетних снижается сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям; возникают психосоматические расстройства (классические рвоты детей перед школой, вегето-сосудистая дистония, тахикардия, брадикардия, энурез и др.)

Достоверная информация может быть также получена в результате искренней беседы специалиста и пострадавшего ребенка. Однако это возможно далеко не всегда и к тому же требует особой подготовки. С другой стороны, любой педагог, психолог или социальный работник должен быть готов к адекватному, понимающему и сопереживающему отражению исповеди травмированного ребенка о травле другими детьми, если последний решил ему открыться. Особенно печально, когда ребенок или подросток (подросткам, как правило, это дается крайне тяжело) решается открыться взрослому, рассказать о своей беде, а взрослого по тем или иным причинам такие откровения не интересуют. В этом случае может быть упущена драгоценная возможность узнать о серьезных проблемах в жизни детей и подростков, возможно даже не связанных с темой насилия. Дети в качестве доверенного лица во многих случаях склонны выбирать авторитетных взрослых. За родителями, которые могут и потерять доверие своих детей, в качестве таких положительных идеалов доверия часто следуют педагоги и психологи. Крах детской надежды может привести к фатальным последствиям.

Для определения ситуации буллинга (моббинга) и его последствий необходим сбор соответствующей информации и проведение клинико-психологического обследования. Необходимо опросить как самого пострадавшего, так и возможных участников издевательств над жертвой и свидетелей. Следует самым тщательным образом провести анализ всей полученной информации. В результате проведенного анализа необходимо прояснить следующие аспекты:

- реальность самого буллинга;
- его длительность;
- его характер (физический, психологический, смешанный);
- основные проявления буллинга;
- участники (инициаторы и исполнители буллинга);
- их мотивации к буллингу;
- свидетели и их отношение к происходящему;
- поведение жертвы (пострадавшего);
- динамику всего происходящего;
- прочие важные для диагностики обстоятельства.

Помощь детям, пострадавшим от насилия

Чем раньше пострадавшему начинает оказываться профессиональная помощь, тем лучше прогноз (психолого-педагогическая, психотерапевтическая, психиатрическая (в зависимости от тяжести состояния пострадавшего)).

Работа должна охватывать все сферы поражения пострадавших с учетом их состояния (соматическую, психическую, социальную). Терапевтическая помощь уже начинается с интервью, о котором говорилось ранее.

Важная роль отводится работе по налаживанию отношений с социальным окружением. Необходимо разделить ребенка (подростка) с соответствующими стрессовыми воздействиями.

Психолого-педагогические аспекты профилактики буллинга (моббинга)

Первичная профилактика реализуется по трем направлениям:

- Создание условий недопущения буллинга (моббинга).

- Скорейшее и грамотное разобщение ребенка с соответствующими стрессовыми воздействиями.

- Укрепление защитных сил организма в противостоянии травле, как для условно здоровых детей, так и для уже имеющих соматическую или психическую патологию.

Рекомендации педагогу по работе с «отверженными».

1. Следует с самого первого дня пресекать любые насмешки над неудачами одноклассников

Петя отвечает у доски, ошибается или пишет не очень красиво. Одноклассник злорадно комментирует происшедшее, стараясь обратить внимание всего класса, вызвать смех. Необходимо высказать свое отношение к этой ситуации, сказав, что неудача товарища не может быть поводом для веселья или злорадства. Все мы учимся, и каждый имеет право на ошибку. Насмешнику следует сделать строгое замечание.

2. Следует пресекать любые пренебрежительные замечания в адрес одноклассников

Учитель рассказывает учащимся по своему усмотрению или формирует команды. На предложение сесть с Васей Миша восклицает: «Я с ним не буду! Только не с ним!» Необходимо настоять на своем. А потом поговорить с Мишей наедине, поинтересоваться причиной его отказа. Предложить ребенку встать на место Васи: «А тебе будет приятно, если кто-нибудь откажется иметь дело с тобой?».

3. Если по каким-либо причинам репутация ребенка испорчена, нужно дать ему возможность показать себя в выгодном свете

С Витей, умным, начитанным мальчиком, в первом классе случилась неприятность — он описался на уроке. Ребята стали его дразнить, не хотели с ним играть и сидеть рядом. Учитель стал задавать к Вите сложные вопросы, поручать ответственные задания, с которыми он успешно справлялся. Скоро ребята обратили внимание, как много Витя знает, как интересно рассказывает, и досадное происшествие постепенно забылось.

4. Помогают объединить класс совместные мероприятия, поездки, постановки спектаклей, выпуск стенгазет и т.д.

5. Необходимо дать возможность наиболее активным детям проявить себя и самоутвердиться за счет своих способностей, а не за счет унижения других.

6. Следует избегать высмеивания и сравнения ребят на уроках. Некоторые учителя даже оценки за контрольные работы не объявляют публично, а выставляют в дневники. Разбор ошибок необходимо делать, не называя тех, кто их допустил, или индивидуально.

7. Имеет смысл поговорить с преследователями о том, почему они пристают к жертве, обратить их внимание на чувства жертвы.

Учитель собрала свой пятый класс в отсутствие намечающегося изгоя и обсудила с ними, почему они все ополчились против него. Обратила их внимание на его положительные качества. И в заключение попросила ребят письменно ответить на вопрос: «Чем я могу помочь Славе'?» Оказалось, что большинство ребят ничего против Славы не имеют, а пристают к нему по привычке. После разговора отношение к однокласснику изменилось.

Рекомендации педагогам.

1. Оставаться спокойным и контролировать ситуацию.
2. Отнестись к случаю или к рассказу о нем серьезно.
3. Оказать поддержку потерпевшему.
4. Показать обидчику своё отношение к ситуации.
5. Оценить ситуацию обидчику с точки зрения потерпевшего.

6. Помнить, что наказание должно соответствовать проступку.
7. Проговорить с коллективом сверстников определившуюся проблему.
8. При необходимости привлечь родительскую общественность.

Лектор: Уважаемые коллеги, сегодня мы с вами определили психолого – педагогические аспекты проблемы травли среди подростков, познакомились с методикой выявления и диагностики медико-психологических последствий буллинга (моббинга). Выявили факторы, позволяющие отнести ребенка к группе риска по буллингу. Вы получили рекомендации по работе с подвергшимися травле «отверженными» детьми.

Надеюсь, что полученные знания помогут вам в воспитательной работе с детским коллективом.

Лекция 3. «Последствия буллинга. Как с ним бороться».

Задачи:

- познакомить специалистов с возможными последствиями буллинга для всех участников ситуации травли: жертвы, агрессора, наблюдателя;
- познакомить с возможными методами борьбы с социально – опасным явлением;
- дать рекомендации по профилактике явления буллинга в детском коллективе.

Ход проведения:

Лектор: Добрый день, коллеги! Сегодня мы поговорим о последствиях буллинга и возможных действиях для борьбы с этим социально-опасным явлением.

Буллинг оставляет глубокий след в жизни жертв и отражается на эмоцио-нальном и социальном развитии, на школьной адаптации, может иметь тяжелые психологические последствия. Дети, которые подверглись травле, получают тяжелую психологическую травму. Не имеет значения, какой буллинг имел место - физический или психологический. Даже через много лет на тренингах люди, вспоминая, как их травили в школе, часто

плачут и рассказывают о своих очень болезненных переживаниях. Это одна из самых сильных эмоциональных травм для ребенка. Поэтому ребенку необходимо оказывать помощь.

Буллинг оказывает влияние не только на жертву, но и на агрессора и на зрителей. Жертвы буллинга испытывают сложности со здоровьем и успеваемостью, в три раза чаще сверстников имеют симптомы тревожно-депрессивных расстройств, апатию, головные боли и энурез, совершают попытки суицида.

Оказавшись в роли жертвы буллинга, ребенок получает огромное количество психических травм, которые неизбежно сказываются на его дальнейшей жизни:

Расстройства психики. Даже единичный случай буллинга оставляет глубокий эмоциональный шрам, требующий специальной работы психолога. Ребенок становится агрессивным и тревожным, что переходит и во взрослый возраст. У него появляются трудности в поведении. Они чаще других подвержены депрессиям и заканчивают жизнь самоубийством.

Сложности во взаимоотношениях. Шансы стать жертвами моббинга на рабочем месте у людей, переживших буллинг в детстве, вырастают многократно. Мировая статистика утверждает, что взрослые, перенесшие издевательства в детстве, в большинстве своем остаются одинокими на всю жизнь, им тяжелее подниматься по карьерной лестнице. Поэтому они чаще других выбирают надомную или обособленную работу. Больше общаются в социальных сетях, чем в реальном мире.

Болезни. Близким результатом буллинга очень часто бывают физические недомогания. Известны случаи, когда у мальчиков от стресса и бессилия начинались серьезные проблемы с сердцем. Девочки-подростки подвержены другому несчастью: насмешки и оскорбления приводят их к анорексии или булимии. Возможны расстройства сна и перерастание травмы в психосоматику. Например, подросток страдает от болей в почках, но

обследования и анализы ничего не показывают. Болевой синдром уходит только после работы психолога.

Буллинг оставляет неизгладимый след в психике всех участников процесса.

Последствия буллинга для жертвы

Прежде всего, любые агрессивные действия в сторону человека приводят его в состояние стресса. Особенно опасен подростковый буллинг, т. к. в этом возрасте гормональная перестройка организма уже является своеобразным стрессом. Если к ней прибавить ещё и давление со стороны, тем более с особой жестокостью, то психика жертвы может не выдержать. Тогда последствия непредсказуемы и могут быть очень печальными.

Чаще всего жертва избегает агрессоров, реже оказывает сопротивление и ещё реже - притворяется «мёртвой», т. е. как бы «замирает». Тело человека, находящегося в таком состоянии, работает на усиленную выработку адреналина, остальное - на минимуме. Организм блокирует процессы пищеварения, учащается сердцебиение, ход мысли замедляется, нарушается работа иммунной системы...

Последствия агрессии для булли

Агрессор наносит непоправимый вред пострадавшему. Но и сам булли страдает от негативных последствий. Душа таких детей повреждается, а рассудок помутнён. Если во взрослой жизни таких булли посещает раскаяние, то они признаются в том, что совесть их мучает и не даёт покоя за совершенные действия. Им очень стыдно, и они бы многое сделали, чтобы никогда не совершать подобных действий.

К сожалению, большая часть хулиганов-булли во взрослой жизни связывается с криминалом. Весомая часть из них попадает под судимость. Жизнь перекошена, так или иначе - это отклонение от нормального и гармоничного развития личности. Поэтому педагоги и психологи бьют в

колокол, призывая всех к пересмотру ценностей, реформации системы и поискам решения такой глобальной проблемы, как буллинг.

Последствия для пассивных участников буллинга - очевидцев

Все те, кто пассивно со стороны наблюдают за моббингом или буллингом, а это школьные «товарищи», технички, учителя, родители одноклассников, при этом не вмешиваются, они тоже попадают под воздействие насилия. Им свойственно чувство страха, беспомощности, вины из-за бездействия и пассивного участия в этом злодействе. Такие мысли вряд ли сделают психику здоровой. Сердце вынуждено ожесточиться, иначе ему трудно выдержать голос совести, которую постоянно заглушают. Тогда жертва для очевидцев предстаёт в ином свете, она как бы сама виновата, заслужила такое. Соответственно, атмосфера в школе накалена, и процесс искоренения буллинга становится невозможным.

Существует мнение, что жертва может сама себе помочь, поменяв свою модель поведения и отношение к происходящему. Но эти люди не понимают, что такое утверждение ложное! После психологической нагрузки, которую порождают насильнические действия, справиться с проблемой крайне трудно даже готовому к атаке человеку.

Как бороться с буллингом?

Искоренить буллинг трудно, если все с самого начала было пущено на самотек и насилие процветает. Профилактика – единственный способ пресечь все в самом зародыше, тогда последствия минимальны и не так плачевны. Зачастую буллеры – это подростки из неблагополучных семей, поэтому коррекция поведенческих нарушений, работа с семьей – важный аспект борьбы с буллингом.

Как противостоять буллингу? Для этого нужно быть в наблюдении, это касается и конкретного частного случая, когда родитель замечает, что с его ребенком происходит что-то неладное и наблюдение педагога за микроклиматом в группе (классе) и общее стремление всего

преподавательского и административного состава видеть, наблюдать жизнь организации (школы) в целом. Это позволяет выявить случаи буллинга на раннем этапе, когда пресекающие меры еще могут оказать нужное воздействие и минимизировать психологические травмы. На что обратить внимание как родителям, так и педагогам:

- ребенок, подросток на переменах жметя от всех в сторонке, ни с кем не разговаривает, имеет подавленный вид;
- здоровье ребенка ухудшается, частые психосоматические проявления в виде респираторных заболеваний;
- за партой ученик сидит один, никто не хочет к нему подсаживаться (часто это последние в ряду парты);
- на переменах, или после уроков можно наблюдать картину, как группа ребят ждет кого-то озираясь по сторонам, при этом чувствуется исходящая от них агрессия;
- в столовой тоже можно заподозрить неладное, когда кто-то из учеников постоянно покупает еду для другого (часто младшие школьники покупают обед для старшеклассников);
- родители могут отметить факт того, что ребенок стал часто просить деньги на «нужды» класса, поэтому важно выяснить этот момент у классного руководителя;
- ребенок приходит домой подавленным, в школу идет с большой неохотой.

Профилактика буллинга

Профилактика буллинга в организации (школе) должна строиться совместными усилиями педагогов, административного аппарата и родителей, тогда только можно говорить об успешности:

- создание таких условий в учреждении, которые не позволяют допустить проявления буллинга;

- если случай буллинга все же произошел, важны оперативные меры: разобщить жертву и буллера, для снижения стрессового воздействия;
- работа с детьми на укрепление личности и духа, упражнения на противостояние агрессии;
- определение форм буллинга, которые имеют место быть в коллективе;
- обсуждение проблемы на уровне групп (классов), педагогического состава;
- беседа с буллерами и их родителями;
- коррекция деструктивного поведения агрессивного подростка, работа с его семьей.

Как бороться с буллингом? Рекомендации подросткам.

- Найдите союзников, которыми могут стать ваши друзья и знакомые, люди, испытывающие симпатию к вам. Если силы уравниются, то травля вскоре прекратится.
- Не показывайте свою реакцию, сдерживайтесь. В таком случае буллерам скоро надоест вас «задирать», и они прекратят травлю или же переключатся на другую жертву.
- Стоит научиться давать отпор, причём желательно в словесной форме и спокойно, так как агрессия может спровоцировать ответный гнев буллеров.
- Повышайте самооценку и не миритесь с ролью жертвы.
- Ищите поддержку.
- Обратитесь за помощью к высшему руководству. Если речь идёт о школьной травле, то родители жертвы должны поговорить с учителями и родителями обидчиков.
- Постарайтесь выяснить причины агрессии, задавайте обидчикам вопросы, вступайте в контакты с ним. Всё это может обескуражить буллеров.
- Если возможно, попробуйте сменить коллектив.

- Если всё зашло слишком далеко, и возникла угроза здоровью или жизни, то стоит собрать доказательства угроз и обратиться в правоохранительные органы.

Лектор: Уважаемые коллеги, сегодня вы познакомились с возможными последствиями буллинга для всех участников ситуации травли: жертвы, агрессора, наблюдателя; с методами борьбы с социально – опасным явлением буллинг; получили рекомендации по профилактике явления буллинг в детском коллективе.

Надеюсь, что полученные знания помогут вам в дальнейшей работе. Удачи.

Лекция 4. «Компьютерная и виртуальная зависимость несовершеннолетних: причины, условия формирования и способы выявления».

Задачи:

- дать определение понятия «интернет – зависимость»;
- познакомить с причинами и условиями формирования компьютерной зависимости;
- познакомить со способами выявления и преодоления «интернет – зависимости».

Ход проведения:

Лектор: Здравствуйте, уважаемые педагоги! Я предлагаю вам сегодня поговорить о проблеме, которая с каждым годом набирает обороты - компьютерной и виртуальной зависимости подростков. Мы определим причины, условия формирования данного рода зависимости и познакомимся со способами выявления и преодоления этого отклонения.

С каждым днем Всемирная паутина все больше затягивает детей и взрослых. И если взрослые в состоянии понять, что это настоящая зависимость, от которой необходимо избавляться, то ребенок этого не поймет,

поэтому важно разобраться, как проявляется интернет-зависимость у детей, чтобы помочь им на ранних сроках избавиться от подобной проблемы.

Определение понятия

В некоторых развитых странах такая проблема перерастает в болезнь нервной системы. Для ликвидации патологии было создано несколько клиник на территории США. Учреждения созданы для тех, кто чувствует тягу к компьютерным играм и социальным сетям. В большинстве случаев подобное наблюдается в подростковом возрасте.

В настоящее время интернет-зависимость не включена в список психических заболеваний и расстройств. В ныне действующих МКБ-10 и DSM –IV (основная классификация психических заболеваний, принимаемая Американской психиатрической ассоциацией) ее нет.

Однако тот факт, что такой зависимости нет в официальном списке болезней, не означает, что нет самой проблемы.

Специалисты часто называют это явление аддикцией. Такой человек теряет чувство реальности, у него нарушается режим сна и бодрствования, пропадает детская активность, любознательность. Эти признаки указывают на то, что ребенок находится в плену Всемирной паутины и не сможет выбраться оттуда без помощи профессионалов.

Формирование отклонения

Механизм формирования интернет-зависимости немного перекликается с процедурой формирования никотиновой зависимости. С каждым днем человек все больше времени проводит в сети, не видя в этом ничего плохого. Это начинается в подростковом возрасте, но нередко даже маленькие дети имеют доступ к устройствам, и с ранних лет у них формируется эта зависимость. Аддикция - это психическая проблема, которая лечится без лекарственных препаратов. Единственное, что можно принять – успокоительное средство.

Любой родитель обязан следить за поведением своего подростка, чтобы на ранних стадиях пресечь подобную проблему. Она может говорить о многом:

- проблемы во взаимоотношениях с друзьями и одноклассниками;
- неразделенная любовь (в подростковом возрасте и старшем);
- проблемы на учебе;
- недостаток общения с родителями и т. д.

Различают несколько видов компьютерной зависимости:

— *Игровую*, при которой человек запоем играет в групповые игры по сети или индивидуально. Игрок бросает все: учебу, работу, семью, вся его жизнь перемещается в плоскость монитора, где кипят нешуточные страсти, идут бои и завоевываются новые миры.

— *Сетевая зависимость*, при которой человек не может обойтись без так называемого интернет-общения на форумах или в соцсетях. Этим видом зависимости часто страдают одинокие, робкие в реальной жизни люди с заниженной самооценкой, которым тяжело заводить знакомства в реале. Зато в сети они разворачиваются на всю, анонимность позволяет им раскрыться и показать свои лучшие качества, обзавестись массой друзей по болтовне или поклонников своего творчества. Такой человек шныряет из одной сети в другую, постит в своем блоге бесконечных котиков и демотиваторы, ставит лайки и повышает репутацию — в этом вся его жизнь.

— *Зависимость, проявляющаяся в виде бесконечного бесцельного брожения с сайта на сайт, так называемый сёрфинг* по аналогии с видом спорта, когда спортсмен преодолевает волну за волной. Пожалуй, это самый хитрый вид зависимости. Человек думает, что если он не играет с утра до вечера, не торчит на «одноклассниках», то с ним все в порядке. Но на самом деле он убивает время непрерывным поглощением информации, которая ему никогда не пригодится, просматривает всяческие «интересные факты» и самые красивые места природы.

Весь ужас в том, что компьютерная зависимость не щадит никого, и практически любой человек может стать ее жертвой, и 25-летняя девушка, и 50-летний мужчина. Настолько интересен и привлекателен этот мир виртуальных приключений. Но самые страшные трагедии случаются тогда, когда жертвой зависимости от компьютера становятся дети.

Жизнь современного общества такова, что дети едва ли не с рождения учатся нажимать кнопки на клавиатуре и орудовать мышкой. Скоро, наверное, мы увидим в продаже коляски для младенцев со встроенными планшетами. Компьютер — это удобно. Более того, без него сейчас никуда. Он заменил нам массу других предметов: будильник, навигатор, радио, телевизор, книгу, музеи и галереи. Человек, не дружащий с компьютером, не сможет устроиться на хорошую работу. Если раньше в школах дети писали свои доклады на альбомных листочках и от руки, то сейчас такую работу даже не примет учитель: она должна быть распечатана на компьютере. Поэтому вполне понятно стремление родителей как можно раньше познакомить детей с этим чудом техники. Однако благое желание родителей порой приносит чудовищные плоды.

В сети компьютерной зависимости чаще всего попадают несчастные дети. Или у них нет взаимопонимания с родителями, или их терроризируют одноклассники, или они чувствуют себя ущербными из-за своей внешности, либо у них нет возможности реализовать свои способности в жизни. Компьютер - это побег из гнетущей реальности в другой мир, где слабак и ботаник, затравленный одноклассниками, превращается во всемогущего космического владыку, а одинокий Малыш встречает своего Карлсона. В виртуальном мире дети находят то, чего их лишил мир реальный. Но это не единственная причина зависимости. Нередко родители, сами того не желая, толкают детей на гибельный путь. Сотовый телефон, компьютер или планшет такая удобная вещь для отвлечения ребенка! Малыш пристаёт к маме, он хочет пообщаться или поиграть, но маме некогда — она с обеда еще не заходила на

«вконтакте», у нее самой свербит глянуть — ну что там ей ответили на ее сногшибательный рассказ о вчерашнем походе по магазинам. И чтобы нейтрализовать ребенка, она дает ему... сотовый телефон: На, поиграй. Таким образом, она, как ей кажется, убивает двух зайцев: получает полчаса свободного времени, и ребенок вроде как развивается, приобщается к технике и учится реагировать на ее сигналы. Это не может не понравиться им обоим. Первые семена зависимости упали на благодатную почву.

В этом раннем возрасте у детей при непосредственном участии родителей формируется пока еще привычка развлекать себя при помощи компьютерных игр и графических программ. У ребенка формируется устойчивая связь — захотел развлечься — взял телефон/айфон/планшет/ноутбук. Никакие другие классические детские развлечения его уже не интересуют. А кто бы спорил? Это очень интересно, это завораживающе интересно, это просто волшебство какое-то: ведешь пальцем по экрану, а на экране вспыхивают диковинные рисунки, которые меняют цвет, меняются сами, приходят в движение и даже «поют». И скоро ребенок и сам не захочет складывать пирамидки и кубики и катать машинку. Ни чтение книги, ни настольная игра, ни «вышибалы», ни «казаки-разбойники» не в состоянии конкурировать с теми поистине безграничными возможностями, которые дает компьютерный мир. Каждый вечер в доме будут звучать два слова: *Дай поиграть!*

Более того, ребенок учится не только так развлекаться, он привыкает перенаправлять, смещать свои эмоции и чувства с живых людей на игру и интернет-общение. И это тоже происходит при «помощи» родителей. Ребенку захотелось пообщаться с мамой, прижаться к ней, обнять, а она, занятая чем-то, сует ему свой айфон. Происходит подмена объектов любви: захотелось ласки — выйди в интернет. Захотелось общения с близкими по духу людьми — интернет наше все. Дети не учатся делиться своими переживаниями с близкими, отвыкают видеть глаза собеседника, понимать его без слов.

Происходит эмоциональное обеднение поколения, многие современные дети не умеют выражать своих чувств и эмоций. Пик переживаний — это «Вау!», произнесенное совершенно равнодушным тоном. Все наши «Ух, ты!», «Здорово!», в конце концов «Потрясно!» канули в Лету. Зато в повседневную речь стремительно проникает компьютерно-сетевой жаргон, лексикон молодежи сокращается до лексикона Элочки-людоедки, происходит взаимная интеграция виртуальной и реальной жизни, когда люди перестают понимать, где они находятся. Как в той шутке — зашел в лифт и ищу кнопку «Enter».

Чем раньше ребенок начал приобщаться к компьютеру, тем у него выше шансы стать зависимым. При этом немаловажно, во что играет ребенок, в какие игры. Психологи говорят, что детям до 7 лет если и приобщаться к компьютеру, то через образовательные игры, обучающие чтению и счету. Крайне нежелательно, чтобы дети младшего возраста играли в агрессивные игры или просто бесцельно бродили бы со страницы на страницу, а лучше, если бы они вообще не садились ни за компьютер, ни за планшет. А если уж вы его решили допустить к технике, то не забывайте о том, что компьютерная игра не способна заменить классических развивающих и обучающих игр с реальными предметами — кубиками, пирамидками, книгами и карандашами. Ребенку необходимо прикосновение, чтобы понять этот мир. Трогая новый предмет, он не только познает его в ключе твердый-мягкий/теплый-холодный, но и текстуру, форму, объем, массу. Почему многие детские игрушки для раннего возраста сочетают в себе разные материалы — чтобы ребенок научился чувствовать текстуру, понимать, как ведут себя дерево, ткань, пластик, чего от них можно ждать. Компьютер не дает такой возможности.

Но было бы несправедливо возлагать всю вину на отцов и матерей. Родители, правильно понимающие суть проблемы и стремящиеся ограничить своих детей, неизменно сталкиваются с другой проблемой: влиянием общества. Это влияние нельзя недооценивать, поскольку общественное мнение имеет очень большой вес и обычно оказывается более значимым, чем

мнение близких. Не все родители понимают губительность компьютерной зависимости. Не все родители горят желанием заниматься своими детьми. В отношении детей они следуют принципу «Чем бы дитя ни тешилось, лишь бы не доставало». Надо сказать, что число таких родителей растет из года в год. Гораздо легче зарабатывать, чем воспитывать своего ребенка. У их детей своевременно появляются все технические новинки. Последняя модель айфона, самый крутой планшетник, самая новая версия игры. Эти дети в школах кучкуются в свои компании, обсуждают понятные только им вопросы. А те мальчики и девочки, у которых этого нет, чувствую себя ущербными, принадлежащими ко второму сорту, выброшенными из круга общения. Естественно, они хотят войти в этот круг и начинают атаковать родителей просьбами купить заветный планшет. Для них это не каприз, а вопрос престижа и самоуважения, и родителям придется считаться с этим, такова реальность наших дней.

Чувства детей, конечно, надо уважать, но так, чтобы вопрос приобретения игры или телефона не стал вопросом жизни и смерти. Ведь далеко не каждая семья способна сделать ребенку подарок стоимостью в 35 тысяч рублей. А если в семье трое, четверо, пятеро детей? В таких случаях очень многое зависит от того, какие понятия морали привили родители своим детям. Смогли ли они донести до них мысль, что не в деньгах и не в вещах счастье, научили ли жертвовать своим «хочу» ради папы, мамы, братишек и сестренок? Другими словами — христианский ли дух царит в этой семье. Детям, воспитанным в евангельской традиции, проще понять, почему родители прямо сейчас не могут купить айфон и почему они его вообще не могут купить.

Как выходить из положения? Детям надо предоставлять возможность знакомиться с играми, но для этого необязательно покупать дорогие айфоны и планшеты. Все эти же игры могут быть установлены на обычном компьютере. В большинстве случаев детям важнее знать игру, а не владеть техникой,

поэтому пусть ребенок поиграет в популярную в классе игру на обычном компьютере. Теперь ему будет, о чем поговорить с товарищами, он, что называется, будет «в теме».

Симптоматика

Если подросток любит проводить время в интернете, но хорошо учится в школе, имеет много друзей и проводит много времени на свежем воздухе, то причин для паники быть не должно. Это не зависимость.

Как определить, что ребенок слишком увлекся виртуальным миром?

Не нужно устанавливать тотальный контроль за своим чадом, отслеживать все страницы, которые он просматривает в Интернете, чтобы определить уровень зависимости подростка от Всемирной паутины.

Есть ряд признаков, которые характерны для всех Интернет-зависимых людей (могут применяться не только для детей, но и для взрослых):

- отсутствие интереса к общению со сверстниками в реальной жизни;
- низкая успеваемость в школе; - постоянное пребывание во Всемирной сети;
- резкая смена настроения, проявление агрессии, недовольства, возможны истерики и скандалы, если по какой-то причине отсутствует подключение к Интернету;
- перемещение от одного девайса к другому (например, дома ребенок все время проводит возле компьютера/ноутбука, если нужно куда-то идти, то в руках обязательно включенный планшет или телефон с открытым доступом к Всемирной паутине);
- раздражительность, неадекватная реакция на требование выйти из сети или отложить технику;
- прослеживается нарушение сна, отсутствует аппетит, значительно изменился привычный ритм и распорядок жизни.

Если вы наблюдаете эти признаки у своего ребенка, скорее обратитесь за помощью к специалистам, которые помогут вылечить вашего ребенка.

Способы лечения

Возникает и проявляется интернет-зависимость в подростковом возрасте, т. к. в эти годы ребенок начинает тесно общаться со своими сверстниками в социальных сетях. У подростков сложнее всего вылечить такую зависимость.

- Необходимо наладить контакт с ребенком. Он должен чувствовать, что рядом с ним лучший друг, от которого можно получить ответы на многие интересующие его вопросы.

- Родитель должен стать проводником своего ребенка. Он обязан показать, что лучше владеет интернетом и отлично знает, как все там работает. Взрослый человек обязан наглядно демонстрировать главное назначение сети, чтобы детская психика воспринимала интернет, как источник информации, а не как среду для общения и удачного места для проведения досуга.

- Родители должны знать, чем занимается подросток в сети. Естественно, читать переписки не нужно, но следить за социальными сетями, поведением в них ребенка нужно.

- Позаботьтесь о том, чтобы у подростка оставалось минимальное количество времени для интернета. Заинтересуйте его каким-то занятием, запишите в музыкальную школу, на танцы или на спортивные секции. Это помогает оторвать дитя от монитора компьютера. Очень важно делать все это с самого начала, а не тогда, когда ему уже необходима врачебная помощь.

К лечению обычно прибегают родители детей в подростковом возрасте. Эти способы помогут на ранних этапах развития аддикции. На

запущенных стадиях этого недостаточно. В таких случаях обращаются в специальные учреждения, где психотерапевты проводят специальный курс, после которого ребенок ставит виртуальную жизнь на второй план.

Как уберечь ребенка от зависимости?

К сожалению, нет абсолютного рецепта. Есть рекомендации, исполнение которых позволит снизить вероятность возникновения зависимости.

1. Пребывание ребенка за компьютером необходимо ограничивать.

Недопустимо, чтобы дети играли по несколько часов. Детям младшего школьного возраста — не более получаса, старшего школьного возраста — не более часа в сутки на игры. Обговорите с ним, сколько минут выделяете ему на познавательную деятельность, а сколько на игры, как долго он может общаться в соцсетях и чатах. И конечно, контролируйте исполнение им договоренности.

2. Компьютер следует устанавливать в таком месте, где вы будете видеть, чем занимается отпрыск. Если вы будете периодически заходить в комнату и проверять, это будет выглядеть как тотальный контроль, да и на ваши шаги ребенок скоро научится быстро «захлопывать» запрещенные страницы. А если удастся найти такое место для компьютера, где вы мимоходом, не привлекая к себе внимания, можете увидеть, какая страничка открыта, это будет ненавязчиво, но в то же время эффективно.

3. Ребенку все же лучше не покупать отдельный компьютер. Пусть играет на папином. Тогда у вас в любое время будет веская причина сказать «достаточно» — компьютер нужен папе.

4. Лишая ребенка желаемого количества времени в интернете, всегда предлагайте альтернативу. Не позволяйте ему маяться от скуки. Его необходимо задействовать в каких-то мероприятиях. Это, в первую очередь, работа по дому, кружки по интересам, спортивные секции. Очень действенный метод — отдать его в компьютерный класс, где он научится работать на

компьютере по-настоящему, а не просто гонять зайчиков по экрану. Пусть освоит фотошоп, пусть научится создавать сайты, верстать полиграфию — к 18 годам у него уже будет профессия, и он перестанет относиться к компьютеру исключительно как к средству развлечения.

5. Поднимайте самооценку ребенка. Найдите ребенку занятие, в котором он будет успешен и будет выгодно отличаться от товарищей. Например, это какой-то редкий вид спорта, фехтование, например. Или кружок квиллинга. Его наградные листы, удачные поделки, медали необходимо выставлять на витрине, чтобы гости семьи видели его успехи.

6. Поощряйте дружбу ребенка с другими детьми. Приглашайте в гости его друзей и его отпускайте в гости к друзьям.

7. Родителям придется ознакомиться с популярными у их детей играми. Дети часто думают, что родители запрещают им играть потому, что не понимают, насколько это увлекательно. В этом случае мнение родителя, который знает игру, будет гораздо весомей, чем мнение родителя, который «не читал, но осуждаю».

8. Разнообразьте детский досуг. Проводите с ребенком больше времени, беседуйте, играйте, гуляйте. Пусть ему будет интересней быть с семьей, чем с компьютером. Запишите его в кружок или секцию. Там он будет проводить время с пользой и удовольствием, общаясь с товарищами.

9. Подайте ребенку пример: сделайте ваш интернет-серфинг открытым для него. Пусть он на вашем примере поймет, что каким бы приятным времяпрепровождение в интернете не было, использование его должно быть рациональным и ограниченным во времени.

10. Отслеживайте, какие ресурсы посещает ребенок в интернете. Поставьте защиту, регулярно проверяйте историю посещений. Ребенок должен посещать сайты, одобренные вами.

Регулярная профилактика позволит избежать зависимости от интернета у ребенка. Научите его рациональному подходу к пользованию

глобальной сетью. Пусть интернет обогатит жизнь ребенка новыми знаниями, но не крадет у него драгоценное время для развития, отдыха и общения.

Зависимость от интернета - проблема, с которой сталкивается каждый пятый современный родитель. Проанализируйте ситуацию, выявите причину такого поведения, затем приступайте к ликвидации проблемы. Отыскав правильный подход, можно вернуть ребенка к нормальной жизни.

Интернет сам по себе – ни добро, ни зло. Это всего лишь неотъемлемая часть окружающего мира, который становится все более и более цифровым. Разумеется, дети рано или поздно познают и эту часть мира.

Интернет можно использовать во благо ребенка. Сейчас в сети доступны разнообразные информационные ресурсы, образовательные и развивающие игры и программы. Еще с помощью интернета можно осуществлять общение с далекими друзьями и родственниками.

Тем не менее, этот глобальный ресурс порой становится источником зависимого поведения уже с юного возраста.

Лектор: Итак, уважаемые педагоги, подведем итог.

Сегодня вы более подробно узнали, что такое «интернет – зависимость»; познакомились с причинами и условиями формирования компьютерной зависимости, а также способами выявления и преодоления «интернет – зависимости» у несовершеннолетних.

Надеюсь, что полученные знания помогут вам в дальнейшей работе. Удачи.

Лекция 5. «Феномен кибербуллинга и его социальная профилактика».

Задачи:

- познакомить специалистов с понятием «кибербуллинг», причинами проявления данного вида травли среди несовершеннолетних;

- познакомить со способами социальной профилактики феномена «кибербуллинг»;
- дать рекомендации по выявлению и преодолению кибербуллинга.

Ход проведения:

Лектор: Добрый день, уважаемые педагоги. Тема лекции: «Феномен кибербуллинга и его социальная профилактика».

Мы с вами уже говорили о том, что одной из форм девиантного поведения подростков и молодежи является буллинг – длительное насилие, физическое или психологическое, осуществляемое одним человеком или группой и направленное против человека, который не в состоянии защититься в фактической ситуации, с осознанным желанием причинить боль, напугать или подвергнуть человека длительному напряжению.

В связи тем, что подростки и молодые люди являются наиболее активными пользователями Интернета, часть из них буквально «живет в сети», буллинг из реальной жизни переходит в виртуальную (превращается в кибербуллинг), осложняя возможность его выявления и профилактики.

В настоящее время феномен кибербуллинга обсуждается специалистами, в связи с участвовавшими случаями суицида подростков. Распространение кибербуллинга связано с развитием интернет технологий, и увеличение случаев интернет - агрессии. Данный вид агрессии является популярным среди подростков, так как личность обидчика остается анонимной, вследствие чего подростки склонные к насильственному поведению активизируются.

Проявление агрессии дистанционно не позволяет увидеть реакции жертвы и влияние своего поступка, что не вызывает чувство сопереживания. Электронные средства коммуникации все доступны, что способствует скорости передачи и ретрансляции информации.

В Российской науке внимание процесс кибербуллинга начали изучать сравнительно недавно, несмотря на это, проблема на данный момент уже

является крайне острой. О масштабе явления можно судить по материалам новостей, где освещаются инциденты, связанные с тяжелой формой кибербуллинга, то есть сопряженного с физическим насилием, а по утверждениям психологов, в России кибербуллингу подвергается каждый третий ребенок.

Впервые определение понятию «кибербуллинг» дал Билл Белси. По его мнению, кибербуллинг – это использование информационных и коммуникационных технологий, например, электронной почты, мобильного телефона, личных интернет-сайтов, для намеренного, неоднократного и враждебного поведения лица или группы, направленного на оскорбление других людей. Кибербуллинг определяется как преследование сообщениями, содержащими различного рода оскорбления, запугивания, а также публикация негативной информации в интернет-пространстве. Основной целью кибербуллинга является нанесение психологического вреда личности, а также разрушение его социальных отношений.

Исследователи выделяют следующие черты, присущие кибербуллингу. Во-первых, все действия, которые направлены против личности, происходят в открытом публичном пространстве Интернета. Во-вторых, анонимность преследователя, который может выступать под вымышленным именем. В-третьих, непрерывность, поскольку травля и давление через Интернет может происходить постоянно. В-четвертых, кибербуллинг не поддается полному контролю со стороны обидчика, так как даже если он захочет прекратить противоправные действия против жертвы, его соучастники могут их продолжать.

Среди причин кибербуллинга следует назвать:

- комплекс неполноценности;
- соперничество, стремление к превосходству;
- зависть;
- месть;

- развлечение;
- конформизм;
- неразвитую эмпатию;
- проблемы во взаимоотношениях с ближайшим окружением (родителями, сверстниками);
- отсутствие умения конструктивно разрешать конфликты;
- индивидуально - личностные особенности (акцентуации характера, агрессивность, замкнутость, недоверие к окружающим, повышенная тревожность и др.).

Все вышеперечисленные причины взаимосвязаны друг с другом. Например, подросток, испытывая чувство собственной неполноценности, завистлив по отношению к своим более успешным сверстникам, при этом его охватывает желание отомстить и стремление к превосходству над окружающими.

Процесс кибербуллинга реализуется с участием агрессора, жертвы и наблюдателей. Жертвой может стать любой ребенок. Как правило, им становится тот, кто уже ранее был жертвой в реальной жизни. В большинстве случаев основной удар преследователя приходится на внешний вид подростка. Если в реальности в силу действующих морально - нравственных ограничений, абсолютная свобода слова невозможна, а открытое враждебное, агрессивное поведение мешает успешной социальной адаптации в обществе, то в виртуальном мире действуют совершенно иные правила. Для ощущения своего превосходства кибер-агрессору необязательно иметь физическую силу, авторитет и влияние на сверстников. При этом возраст агрессоров и жертв приходится на пубертатный период (11–16 лет), характеризующийся высокой чувствительностью к любым оскорблениям, слухам и социальным неудачам. Зачастую жертвы не могут получить адекватную помощь от родителей или учителей, так как последние практически не имеют опыта и знаний по данной проблематике.

Что касается наблюдателей, участвующих в кибербуллинге, то они выбирают одну из трех основных тактик: пассивного наблюдателя, активного агрессора из-за страха самим стать объектом нападок, защитника жертвы.

Кибербуллинг может выражаться в одной из следующих форм.

1. Перепалки (флейминг) – обмен короткими эмоциональными репликами между двумя и более людьми, который происходит, как правило, в публичных местах сети, иногда превращаясь в затяжной конфликт.

2. Нападки, постоянные изнурительные атаки – повторяющиеся оскорбительные сообщения (на смартфон, в чатах и форумах, в онлайниграх), направленные на жертву, с перегрузкой персональных каналов коммуникации.

3. Клевета – распространение оскорбительной и лживой информации: текстовых сообщений, фото, песен, которые часто имеют сексуальный характер.

4. Самозванство, перевоплощение в определенное лицо – преследователь позиционирует себя как жертву, используя ее пароль доступа к аккаунту в социальных сетях, и осуществляет от имени жертвы негативную коммуникацию.

5. Надувательство, получение конфиденциальной персональной информации и ее распространение в сети Интернет или передача тем, кому она не предназначалась.

6. Отчуждение (остракизм, изоляция) – выражается в игнорировании жертвы – удаления из списка друзей в социальных сетях, отсутствии обратной связи и т. п.

7. Киберпреследование – скрытое выслеживание жертвы с целью организации нападения, причинения вреда здоровью личности.

8. Хеппислепинг (от англ. «HappySlapping» – счастливое хлопанье, радостное избиение) – видеосъемка каких-либо действий, направленных против жертвы либо дискредитирующих ее, с последующим распространением по разным каналам.

9. Открытая угроза физической расправы – прямые или косвенные угрозы причинения телесных повреждений или убийства.

Психологические причины проявления кибербуллинга среди несовершеннолетних

К психологическим причинам проявления насилия в среде интернет-технологий можно отнести:

СТРАХ: боязнь не стать жертвой буллинга заставляет примкнуть к активной группе, которая и оказывается мобберами.

АВТОРИТЕТ: потребность быть на виду у всех, завоевать внимание.

КОНФЛИКТЫ: чаще межкультурные. Различия культурные сразу могут вызвать вражду, данные конфликты делятся на подвиды по различному признаку, например, языку, внешности, традициям.

СКУКА: зачастую лишь от безделья и скуки подростки, не зная чем себя занять, начинают разрушать свою виртуальную репутацию, к примеру, негативным комментированием чьей-либо фотографии.

СИЛА: демонстрация своей силы наряду с другими факторами выступает причиной так как у каждого человека есть потребность показать, похвастаться своим превосходством, но у каждого человека это проявляется в разной мере.

КОМПЛЕКС НЕПОЛНОЦЕННОСТИ: есть вероятность стать объектом насмешек из-за чувства своей ущербности. Также есть возможность «уклоняться» от комплекса или проецировать его на другого человека посредством кибербуллинга.

ЛИЧНОСТНЫЙ КРИЗИС: причиной кибербуллинга могут послужить как разрыв дружбы, так и разрыв любовных отношений, чувство зависти и ненависти, нередко случаи с причиной, к примеру, ошибкой или провалом, выставленной на показ.

Как и все виды насилия, кибербуллинг оказывает негативное влияние на здоровье и социальные контакты подростков и молодежи.

Симптомы, проявляющиеся у жертв кибербуллинга:

ЗДОРОВЬЕ: показатели здоровья неумолимо падают в позициях. К ним относятся: головные боли, боли в животе, проблемы со сном, проблемы с настроением, в том числе перепады настроения.

ПОВЕДЕНИЕ: тревожным сигналом может послужить неожиданная закрытость и замкнутость подростка, переключение внимания с прелестей реального мира на ценности мира виртуального, мира игр, резкое снижение успеваемости в учебном заведении.

ПРОПАЖА ВЕЩЕЙ: неожиданная пропажа личных вещей ученика или его денег, обнаружить исчезновение которых родителям не составит труда.

УМАЛЕНИЕ ЗНАЧЕНИЯ КИБЕР-ТЕРРОРА: жертвы кибер-травли чаще всего при общении с взрослыми скрывают случаи оскорбления в интернете.

Постоянное чувство тревоги и страха может привести к сильным головным болям, снижению иммунитета, нарушению познавательных процессов (память, внимание), в целом к ухудшению общего физического здоровья человека. Кроме того, из-за постоянной травли и давления у подростков и молодых людей резко снижается успеваемость и появляется нежелание общаться с людьми. Все перечисленные последствия влияния кибербуллинга на личность в конечном итоге могут привести к суициду, а

именно к «буллициду» – доведению до самоубийства путем психологического насилия.

Профилактика кибербуллинга.

В настоящее время профилактическая работа осуществляется по двум основным направлениям.

Первое направление связано с развитием технических приспособлений, ограничивающих нежелательный контент (фильтры, цензура), что в частности предполагает использование в социальных сетях и на веб-сайтах разнообразных кнопок тревоги («пожаловаться»), а также настройку конфиденциальности персональных аккаунтов. Данное направление включает создание системы быстрого реагирования провайдеров контента и сервисов, операторов связи, правоохранительных структур на противоправную деятельность в Интернете.

Второе направление профилактики кибербуллинга предусматривает обучение пользователей Интернета основным правилам безопасности и корректного поведения по отношению к другим пользователям. За рубежом существуют специальные веб-сайты, посвященные повышению интернет - грамотности и обучению корректному, неагрессивному и невиктимному поведению в Интернете. В частности, рассматриваются ценностные аспекты тех или иных поступков в сети, обсуждается проблема внутреннего выбора, который человек совершает, ведя себя в Интернете жестоко, неуважительно по отношению к другим пользователям или распространяя ложную информацию, порочащую честь и достоинство и т. д.

Как предотвратить кибербуллинг

- Нужно объяснить детям, что при общении в интернете они должны быть дружелюбными с другими пользователями. Ни в коем случае не стоит писать резкие и оскорбительные слова – читать грубости так же неприятно, как и слышать.

- Научите детей правильно реагировать на обидные слова или действия других пользователей. Не стоит общаться с агрессором и, тем более, пытаться ответить ему тем же. Возможно стоит вообще покинуть данный ресурс и удалить оттуда свою личную информацию, если не получается решить проблему мирным путем. Лучший способ испортить хулигану его выходку – отвечать ему полным игнорированием.

- Обратите внимание на психологические особенности вашего ребенка. Специалисты выделяют характерные черты, типичные для жертв буллинга, они часто бывают пугливы, чувствительны, замкнуты и застенчивы, тревожны, не уверены в себе, несчастны, склонны к депрессии и чаще своих ровесников думают о самоубийстве, не имеют ни одного близкого друга и успешнее общаются с взрослыми, нежели со сверстниками; мальчики могут быть физически слабее своих ровесников.

- Если у вас есть информация, что кто-то из друзей или знакомых вашего ребенка подвергается буллингу или кибербуллингу, то сообщите об этом классному руководителю или школьному психологу – необходимо принять меры по защите ребенка.

- Объясните детям, что личная информация, которую они выкладывают в интернете (домашний адрес, номер мобильного или домашнего телефона, адрес электронной почты, личные фотографии) может быть использована агрессорами против них.

- Помогите ребенку найти выход из ситуации – практически на всех форумах и сайтах есть возможность заблокировать обидчика, написать жалобу модератору или администрации сайта, потребовать удаление странички.

- Поддерживайте доверительные отношения с вашим ребенком, чтобы вовремя заметить, если в его адрес начнет поступать агрессия или угрозы. Наблюдайте за его настроением во время и после общения с кем-либо в интернете.

- Убедитесь, что оскорбления (буллинг) из сети не перешли в реальную жизнь. Если поступающие угрозы являются достаточно серьезными, касаются жизни или здоровья ребенка, а также членов вашей семьи, то вы имеете право на защиту со стороны правоохранительных органов, а действия обидчиков могут попадать под статьи действия уголовного и административного кодексов о правонарушениях.

Рекомендации

Как справляться с кибербуллингом:

- Проговорите с ребенком ситуацию и внимательно его выслушайте. Выясните у ребенка всю возможную информацию.

- Сохраните все возможные свидетельства происходящего (скриншоты экрана, видеоролики, электронные письма, фотографии и т.п.). Эта информация потребуется для правоохранительных органов.

- Сохраняйте спокойствие — вы можете еще больше напугать ребенка своей бурной реакцией на то, что он вам рассказал и показал. Главной задачей является эмоциональная поддержка ребенка. Нужно дать ему уверенность в том, что проблему можно преодолеть. Никогда не наказывайте и не ограничивайте действия ребенка в ответ на его признание.

- Повторите ребенку простейшие правила безопасности при пользовании интернетом, дайте советы по дальнейшему предотвращению кибербуллинга.

Если ребенок стал жертвой кибербуллинга:

1. Сохранять спокойствие. Главная задача - эмоциональная поддержка.

2. Отправьте обидчика в черный список или смените электронный адрес или страницу в социальной сети вашего ребенка.

3. Если вы смогли обнаружить, кто именно был источником угроз, сообщите об этом родителям агрессора или администрации школы, в которой он учится.

4. Сохранить свидетельства этого события. Сделать копии полученных сообщений. В случае повторения угроз - обращайтесь в органы правопорядка.

Как отслеживать деятельность ребенка в интернете

- Держите компьютер в оживленном месте квартиры, а не в комнате у ребенка - так вы сможете легко следить за его использованием.
- Не подключайте смартфон вашего ребенка к Интернету - таким образом вы значительно сократите его времяпрепровождение в сети.
- Убедите ребенка, что он может спокойно рассказать вам о том, что стал жертвой издевательств в Интернете, и это признание не лишит его компьютера.

Расскажите детям, как защититься в Интернете

- Вы не одиноки. Вам помогут.
- Бороться с ребенком не надо. И отключать ему доступ в Сеть не стоит.
- Объясните ребенку, что нельзя разглашать в Интернете информацию личного характера (номер телефона, домашний адрес, название/номер школы и т.д.), а также пересылать интернет - знакомым свои фотографии.
- Если ребенок интересуется контактами с людьми намного старше его, следует провести разъяснительную беседу.
- Не позволяйте вашему ребенку встречаться с онлайн - знакомыми без вашего разрешения или в отсутствии взрослого человека. Если ребенок желает встретиться с новым интернет - другом, следует настоять на сопровождении ребенка на эту встречу.
- Если интернет - общение становится негативным – такое общение следует прервать и не возобновлять.
- Нельзя делиться с виртуальными знакомыми персональной информацией, а встречаться с ними в реальной жизни следует только под наблюдением родителей.

Что делать, если ваш ребенок является не жертвой, а агрессором:

- Просветите ребенка о вреде кибербуллинга. Ваш ребенок может еще не понимать какими разрушающими могут быть последствия его действий для психики жертвы.

- Научите вашего ребенка сочувствию и пониманию, и попытайтесь помочь ему посмотреть на ситуацию с точки зрения жертвы.

- Напомните ребенку, что кибербуллинг может иметь очень серьезные правовые последствия.

- Научите ребенка правильно справляться со стрессом. Кибербуллинг может быть способом снять напряжение и избавиться от ярости, которая накопилась в вашем ребенке и не нашла себе выхода.

- Скажите ребенку, что будете отслеживать его деятельность в Интернете и, если его поведение не улучшится, то вы лишите его доступа к компьютеру.

Лектор: Уважаемы коллеги, сегодня вы познакомились с феноменом «кибербуллинг», причинами проявления данного вида травли среди несовершеннолетних; узнали о способах социальной профилактики кибербуллинга; получили рекомендации по выявлению и преодолению кибертравли.

Надеюсь, что полученные знания помогут вам в работе с детским коллективом. Желаю всем удачи.

Приложение № 2.

Практические занятия по формированию интернет-безопасности

Практическое занятие №1. «Что Вы знаете о безопасности?» (для детей и подростков).

Цель: формирование общего представления об опасностях в сети Интернет.

Задачи:

- ознакомить детей и подростков с различными видами опасностей, с которыми может столкнуться человек, пользующийся Интернет-ресурсами, средствами мобильной связи;
- развивать умение распознавать в сети Интернет мошеннические действия, угрозы личной безопасности, угрозы ПО, телефона и правильно реагировать данные виды угроз;
- воспитывать понимание личной ответственности за собственную безопасность;

- развивать умение решать проблемные ситуации, анализировать информацию, строить и высказывать предположения, вступать в обсуждение ситуаций.

Ход занятия

Что мы знаем об Интернете?

Что такое Интернет?

Интернет – обширная информационная система, которая стала наиболее важным изобретением в истории человечества. Хотя сеть интернет построена на основе компьютеров, программ и линий связи, в действительности она представляет собой систему взаимодействия людей и информации.

Интернет - это всемирная электронная сеть информации, которая соединяет всех владельцев компьютеров, подключенных к этой сети. Сеть Интернет представляет собой информационную систему связи общего назначения. Получив доступ к сети, можно сделать многое.

При помощи Интернета можно связаться с человеком, который находится, например, в Австралии или Америке. Если компьютер вашего друга подключен к Интернету, вы можете переписываться с ним при помощи электронной почты, общаться с ним в «чатах» и даже видеть своего собеседника.

В Интернете собрана информация со всего мира. Там можно отыскать словари, энциклопедии, газеты, произведения писателей, музыку. Можно посмотреть фильмы, теле - и радиопередачи, найти массу программ для своего компьютера.

Что касается Интернета, то кроме чатов там есть форумы, где обсуждаются серьезные вопросы и где можно высказать свою точку зрения.

Так что Интернет дает очень большие возможности для самоутверждения, самовыражения.

Ведущий: А с помощью какого электронного устройства можно выйти в сеть Интернет?

Компьютер – это универсальная машина для работы с информацией.

Слово «универсальный» подчёркивает, что компьютер может применяться для многих целей: обрабатывать, хранить и передавать самую разнообразную информацию, использоваться в самых разных видах человеческой деятельности.

Зайти в Интернет можно только с помощью специальной программы – браузера. Браузер – средство просмотра веб-страниц сети Интернет.

Упражнение «Собери рукопожатия».

Участникам предлагается в течение 10 секунд пожать руки как можно большего числа других людей. Обсуждение.

- кому сколько человек удалось поприветствовать?

- у кого-то возник психологический дискомфорт? Если – да, то чем он был вызван?

Анализ ситуации. Общаясь в интернете, мы очень часто добавляем незнакомых людей. В свои социальные сети и общаемся с ними. Мы не знаем про них ничего, только их ники. Как много информации про человека мы можем узнать от ника или рукопожатия? Однако очень важно знать, что есть рядом люди, готовые выслушать, оказать поддержку, помочь в трудную минуту. Учитель предлагает ответить на главный вопрос урока – «как сделать работу в сети безопасной?»

Ведущий: Ребята, предлагаю вам посмотреть социальный ролик «Безопасный интернет – детям». (Этот ролик создала Студия Mozga.ru, приняла участие в конкурсе «Безопасный интернет - детям!», проведенном Mail.ru.) <https://www.youtube.com/watch?v=789j0eDglZQ&feature=youtu.be>

Рассмотрим достоинства Интернета:

- Быстрота получения и доступность любой информации.
- Приобретение товаров и услуг, не выходя из дома.
- Общение и обмен информацией с людьми, находящимися в других городах, странах...

- Получения дополнительного образования.
- Обеспечение досуга: фильмы, игры, музыка, социальные сети и т.д.

Ведущий: мы с вами поговорили о достоинствах, а скажите, вы знаете какие опасности могут вам поджидать при использовании компьютера и сети Интернет?

Опасности в Интернете.

Интернет - технологии стали неотъемлемой частью жизни современного человека, особенно популярны они среди детей и молодежи. Однако виртуальное пространство полно опасностей.

Виртуальное общение.

Виртуальное общение не может заменить живой связи между людьми. Человек, погружившийся в вымышленный мир под чужой маской, постепенно теряет свое лицо, теряет и реальных друзей, обрекая себя на одиночество.

Интернет-хулиганство.

Так же, как и в обычной жизни, в Интернете появились свои хулиганы, которые осложняют жизнь другим пользователям Интернета. По сути, они те же дворовые хулиганы, которые получают удовольствие, хамя и грубя окружающим.

Вредоносные программы.

К вредоносным программам относятся вирусы, черви и «троянские кони» – это компьютерные программы, которые могут нанести вред вашему компьютеру и хранящимся на нем данным. Они также могут снижать скорость обмена данными с Интернетом и даже использовать ваш компьютер для распространения своих копий на компьютеры ваших друзей, родственников, коллег и по всей остальной глобальной сети.

Недостоверная информация.

Интернет предлагает колоссальное количество возможностей для обучения, но есть и большая доля информации, которую никак нельзя назвать ни полезной, ни надежной. Пользователи Сети должны мыслить критически, чтобы оценить точность материалов; поскольку абсолютно любой может опубликовать информацию в Интернете.

Онлайн-пиратство.

Онлайн-пиратство – это незаконное копирование и распространение (как для деловых, так и для личных целей) материалов, защищенных авторским правом – например, музыки, фильмов, игр или программ – без разрешения правообладателя.

Материалы нежелательного содержания.

К материалам нежелательного содержания относят: материалы порнографического, ненавистнического характера. Материалы, которые распространяют идеи насилия, жестокости, не нормативную лексику.

К сожалению, Интернет имеет не только достоинства, но и недостатки, он таит в себе немало опасностей...

Ведущий: давайте проверим себя. Сейчас я продиктую вам утверждения, а вы выберите букву «А» или «В».

Тест на знание правил поведения в Интернете:

1. Интернет-знакомый предлагает тебе встретиться в городе, ты:

А. Конечно, встречусь.

В. Расскажу родителям и поступлю так, как они скажут.

2. Новый друг, в чьих данных указан тот же возраст, что и у тебя, предлагает тебе обмениваться фотографиями.

А. Попрошу его фото, и потом отправлю своё.

В. Посоветуюсь с родителями.

3. В сети тебя обозвали очень грубыми словами.

А. Скажу в ответ: «Сам дурак».

В. Прекращу разговор с этим человеком.

4. Знакомый предложил разослать телефон и адрес «плохой девочки», чтобы все знали о ней.

А. Потребую доказательств, что она плохая.

В. Сразу откажусь.

5. Пришло сообщение с заголовком «От администрации» – запрашивают твой логин и пароль для входа в социальную сеть.

А. Отправлю, это же администрация.

В. Удалю письмо.

6. От друга пришло письмо, в котором он предлагает запустить неизвестный файл или посмотреть видеоролик.

А. Конечно запущу, друг плохого не посоветует.

В. Свяжусь с другом и проверю, действительно ли он посылал мне это письмо.

Посчитай, сколько получилось ответов «А» и сколько «В». Все «А» Тебе ещё многому надо научиться. «А» больше чем «В». 3 «А» и 3 «В».

Неплохо, но ты защищён лишь наполовину. «А» меньше чем «В». Ты почти справился, но есть слабые места. Все «В». Молодец! К Интернету готов!

Подведение итогов занятия.

Интернет – это новая среда взаимодействия людей. В ней новое звучание приобретают многие правила и закономерности, известные людям с давних времен. Попробую сформулировать некоторые простые рекомендации, используя хорошо известные образы. Современный интернет – это не только обширная, но и настраиваемая среда обитания! В нем хорошо тому, кто может обустроить в нем Собственное пространство и научиться управлять им. Записывайте свои впечатления в блог, создавайте галереи своих фотографий и видео, Включайте в друзья людей, которым вы доверяете. Тогда вместо бессмысленного блуждания по сети ваше интернет-общение будет приносить пользу.

И помните, интернет может быть прекрасным и полезным Средством для обучения, отдыха или общения с друзьями. Но – как и Реальный мир – сеть тоже может быть опасна!

Рефлексия

Что нового вы узнали?

Как вы себя чувствовали на занятии?

Практическое занятие №2. «Информационная этика и правовые аспекты защиты информации. Компьютерные вирусы и средства защиты» (для детей и подростков).

Цель: рассмотреть понятия: компьютерный вирус, антивирусная программа, архив, программа архивации; виды вирусов и антивирусных

программ; меры профилактики ПК от компьютерных вирусов. Научиться работать с архивами, антивирусными программами.

Задачи:

- познакомить несовершеннолетних с нормативно-правовыми документами по вопросам защиты от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию;
- сформировать знания в области безопасности использования сети Интернет, СМИ, различных видов телекоммуникаций;
- изучить технологии и средства защиты информации;
- сформировать навыки профилактики зависимого поведения несовершеннолетних, связанных с компьютерными технологиями и Интернетом.

Ход занятия

1. Вступительная часть — сообщение цели занятия, основные правила, продолжительность и режим предстоящей работы.

2. Проведение экспресс-опроса участников об их ожиданиях от предстоящей работы.

3. Беседа строится на основе работы с материалами презентации «Проблемы информационной безопасности»

Тема.

Педагог предлагает высказать мнение о том, как они понимают понятия «угроза», «безопасность», «информация», «угроза информационной безопасности».

Знакомство с основными понятиями.

Безопасность – отсутствие угроз, либо состояние защищенности от угроз.

Информация – сведения или сообщения.

Угроза информационной безопасности — совокупность условий и факторов, создающих опасность жизненно важным интересам личности, общества и государства в информационной сфере.

Педагог просит детей назвать, какие они знают источники информации.

Источники информации.

Средства массовой коммуникации, в т.ч. Интернет.

Литература.

Образование.

Личное общение.

Искусство.

Система социально-воспитательной работы и др.

Вывод. Любое из этих средств может быть использовано на благо или во вред личности!

Справочная информация.

По последним данным, в России:

средний возраст начала самостоятельной работы в Сети - 10 лет (в 2009 году - 11 лет); и сегодня наблюдается тенденция к снижению возраста до 9 лет;

30% несовершеннолетних проводят в Сети более 3 часов в день (при норме 2 часа в неделю!).

Ежедневная детская аудитория Рунета:

46% (13-14 лет),

54% (15-16 лет);

самые «любимые» детьми ресурсы – социальные сети (78%); в них проводится до 60 минут в день.

Помимо социальных сетей, среди несовершеннолетних популярны следующие виды и формы онлайн-развлечений:

- сетевые игры;
- просмотр и скачивание фильмов, клипов, аудиофайлов, программ;
- обмен файлами;

- использование электронной почты, сервисов мгновенного обмена сообщениями, чатов;
- ведение блогов и пр.
- 4% детей сталкиваются в Интернете с порнографической продукцией
- 40% получают непосредственные предложения о встречах «в реале».

4. Давайте вместе подумаем. Вопросы для коллективного обсуждения:

– Почему тема информационной безопасности является важной и почему эти вопросы должны обсуждаться?

– Из возможных причин, какие можно выделить аспекты, связанные с сущностью Интернета и его значимостью как средства общения.

5. Работа в группах:

задание для групповой работы — подготовка коллективного ответа на вопрос: «Какие основные правила безопасного поведения в Интернете вы можете предложить?», «Какими правилами отбора (пользования) информации вы рекомендуете сверстникам пользоваться?», «Как оградить себя от киберпреступлений?». (Возможные варианты работы: группы обсуждают все три вопроса. Каждая группа обсуждает только один из вопросов.).

6. Обсуждение результатов работы.

7. Продолжение работы с презентацией «Проблемы информационной безопасности».

Три основных правила безопасного поведения в сети.

Защитите свой компьютер.

- Регулярно обновляйте операционную систему.
- Используйте антивирусную программу.
- Применяйте брандмауэр.
- Создавайте резервные копии важных файлов.
- Будьте осторожны при загрузке содержимого

Помните! После публикации информации в Интернете ее больше невозможно будет контролировать и удалять каждую ее копию.

Защитите себя в Интернете.

- Думайте о том, с кем разговариваете.
- Никогда не разглашайте в Интернете личную информацию, за исключением людей, которым вы доверяете. При запросе предоставления личной информации на веб-сайте всегда просматривайте разделы «Условия использования» или «Политика защиты конфиденциальной информации», чтобы убедиться в предоставлении оператором веб-сайта сведений о целях использования получаемой информации и ее передаче другим лицам.
- Всегда удостоверьтесь в том, что вам известно, кому предоставляется информация, и вы понимаете, в каких целях она будет использоваться.

Помните! В Интернете не вся информация надежна и не все пользователи откровенны.

Думай о других пользователях.

- Закону необходимо подчиняться даже в Интернете.
- При работе в Интернете будь вежлив с другими пользователями Сети.
- Имена друзей, знакомых, их фотографии и другая личная информация не может публиковаться на веб-сайте без их согласия или согласия их родителей.
- Разрешается копирование материала из Интернета для личного использования, но присвоение авторства этого материала запрещено.
- Передача и использование незаконных материалов (например, пиратские копии фильмов или музыкальных произведений, программное обеспечение с надорванными защитными кодами и т.д.) является противозаконным.

- Копирование программного обеспечения или баз данных, для которых требуется лицензия, запрещено даже в целях личного использования.

Помните! Неразрешенное использование материала может привести к административному взысканию в судебном порядке, а также иметь прочие правовые последствия

Дополнительные правила безопасного поведения в сети Интернет.

Закрывайте сомнительные всплывающие окна! Всплывающие окна — это небольшие окна с содержимым, побуждающим к переходу по ссылке. При отображении такого окна самым безопасным способом его закрытия является нажатие значка X (обычно располагается в правом верхнем углу). Невозможно знать наверняка, какое действие последует после нажатия кнопки «Нет».

Остерегайтесь мошенничества! В Интернете легко скрыть свою личность. Рекомендуется проверять личность человека, с которым происходит общение (например, в дискуссионных группах).

Помните! Большая часть материалов, доступных в Интернете, является непригодной для несовершеннолетних.

Подведение итогов работы. Несовершеннолетние высказывают свое мнение, оправдались ли их ожидания от проделанной работы.

8. Размещение в дневниках правил безопасного поведения в сети.

9. Педагог благодарит детей за работу.

Практическое занятие №3. «Личная безопасность. Средства защиты» (для детей и подростков).

Цель: познакомить с приемами безопасной работы в сети Интернет.

Задачи:

- 1) находить нужную информацию в сети Интернет;
- 2) научить применять полученные знания в проектной деятельности;
- 3) развивать умение анализировать и систематизировать имеющуюся информацию;

4) развивать навыки работы в группе, формировать сознательность и внимание к информационно безопасности;

5) прививать навыки безопасного использования сети Интернет.

Оборудование: компьютер с доступом в Интернет, видеопроектор, экран

Формы и методы работы: лекция учителя, просмотр видеоролика, работа с компьютером, обсуждение основных вопросов темы урока, групповая работа учащихся в сети Интернет.

Ход занятия

Орг. момент: Слово педагога: Развитие глобальной сети изменило наш привычный образ жизни, расширило границы наших знаний и опыта. Теперь появилась возможность доступа практически к любой информации, хранящейся на миллионах компьютерах во всём мире. Но с другой стороны, миллионы компьютеров получили доступ к вашему компьютеру. И не сомневайтесь, они воспользуются этой возможностью. И не когда-то, а прямо сейчас. В повседневной жизни каждый из вас сталкивался с Интернетом. А давайте попробуем выяснить, что же такое Интернет? (ученики дают определение).

Интернет – всемирная глобальная компьютерная сеть для хранения и передачи информации. Просмотр видеоролика: «Знакомство с Интернетом»: <http://www.youtube.com/watch?v=DOaxn1JB7vE>

Что из этого вы уже знали? Что было новым для вас? (ответы учащихся)
Для чего вы используете Интернет? (ответы учащихся)

Всегда ли безопасно использовать всемирную сеть?

Плюсы и минусы Интернета

Давайте немного подумаем, сейчас на доске у нас появятся высказывания, вы должны привести аргументы за или против.

Попробуйте привести аргументы, отражающие противоположную точку зрения.

1. Интернет имеет неограниченные возможности дистанционного образования.
2. Интернет - это глобальный рекламный ресурс. И это хорошо!
3. Общение в Интернете - это плохо, потому что очень часто подменяет реальное общение виртуальному.
4. Интернет является мощным антидепрессантом.
5. В Интернете можно узнать сведения о человеке (место проживания и адрес электронной почты, номер мобильного телефона). И это хорошо!

Какие опасности подстерегают нас в сети?

(Интернет-зависимость, вредоносные и нежелательные программы, психологическое воздействие на человека, материалы нежелательного содержания, Интернет-мошенники и др.) Давайте посмотрим, как нам уберечься от этих угроз).

Как защитить личные данные в сети

Рассказываем о способах защиты личных данных в интернете, которые помогут избежать взлома паролей, потери аккаунта, отслеживания ваших действий в сети и обеспечат безопасность онлайн-общения.

Защита информации

Сайты, приложения, социальные сети и поисковые системы постоянно занимаются тем, что собирают информацию о пользователях. Полученные данные используются для анализа интересов посетителей страниц, их покупательной активности и спроса, для изучения целевой аудитории и настроек рекламы.

На первый взгляд, это выглядит удобным — браузеры запоминают пароли, хранят данные о поисковых запросах и страницах, которые

вы посетили. С другой стороны, этими данными легко могут воспользоваться злоумышленники. Ваш аккаунт могут взломать, а личные данные — передать третьим лицам, которые используют их в мошеннических или других преступных целях. Чтобы этого не произошло, соблюдайте несколько простых правил.

Пароли

Это основной способ защиты ваших личных данных в интернете, поэтому к нему нужно отнестись с особым вниманием.

- Не храните информацию о паролях на компьютере, который используется для выхода в интернет. Конечно, лучше всего держать пароли в голове. Если же пароль слишком сложный, лучше запишите его отдельно на лист бумаги или в блокнот, и храните в надёжном месте.

- Пользуйтесь двухэтапной аутентификацией — так ваши аккаунты будут надёжно защищены. Регулярно проверяйте почту и SMS-сообщения — если вам приходят подозрительные уведомления, вы всегда сможете пресечь попытки злоумышленников.

- Не используйте для паролей информацию, которую злоумышленники могут найти самостоятельно: дату рождения, номера документов, телефонов, имена ваших друзей и родственников, адрес и так далее.

- Придумывайте сложные пароли длиной не менее 8 символов с использованием заглавных и строчных букв, цифр, специальных значков %\$#.

- Не используйте одинаковые пароли на разных сайтах.

- Регулярно меняйте пароли.

Изучение политики конфиденциальности

Прежде чем установить приложение или браузерное расширение, воспользоваться онлайн-сервисом или зарегистрироваться в социальной сети, обязательно изучите политику конфиденциальности. Убедитесь, что

приложение или сайт не получает права распоряжаться вашими личными данными — фотографиями, электронным адресом или номером телефона.

Разрешения для приложений

Многие приложения запрашивают данные об электронной почте или доступ к камере, фотогалерее и микрофону. Не выдавайте разрешений автоматически, следите за тем, какую информацию запрашивает приложение. В некоторых случаях разумнее вообще отказаться от его использования, чтобы не передавать личные данные о себе неизвестным лицам.

Настройки браузера

Не разрешайте браузеру автоматически запоминать пароли к личным сайтам и страницам, а лучше отключите эту опцию в настройках. Особенно это касается сайтов, где необходимо вводить номера документов или банковской карты. Автосохранение паролей увеличивает риск взлома личных страниц: если злоумышленник получит доступ к вашему компьютеру, ему не составит никакого труда извлечь эти данные из памяти браузера.

Отключите синхронизацию браузера на компьютере и в смартфоне. Если этого не сделать, при утере телефона все личные страницы и аккаунты станут доступны для посторонних.

Отключение геолокации

Данные о местоположении пользователя позволяют многое узнать о предпочтениях человека, его хобби, привычках, финансах и социальном статусе. Запретите доступ к сервисам геолокации приложениям, которые можно использовать без него, а лучше всего вообще отключить геолокацию на смартфоне, если в данный момент вы ей не пользуетесь.

В некоторых случаях отключить «историю месторасположений» в настройках смартфона недостаточно, чтобы прекратить слежку со стороны приложений и программ. Для надёжности найдите в учётной записи Google настройку «История приложений и веб-поиска» и отключите её.

Чистка cookies

Файлы cookies — это временные файлы интернета, которые хранятся на вашем устройстве и содержат информацию о сайтах, которые вы посещаете. Благодаря cookies сайты помнят ваши логины, пароли, электронную почту, историю интернет-заказов или состав корзины в интернет-магазине. С их помощью также можно отслеживать вашу активность в интернете, ваши интересы и предпочтения. Кроме того, с помощью cookies можно взломать ваш почтовый ящик и получить доступ к личной информации. Время от времени удаляйте файлы cookies на компьютере и в смартфоне. Сделать это можно в настройках браузера.

Блокировка рекламы

Специальные программы, блокирующие рекламу, одновременно отслеживают попытки посторонних программ получить информацию с вашего компьютера, поэтому для защиты личных данных полезно скачать и установить такой блокировщик.

Защищённое соединение

Сайты, содержащие конфиденциальную информацию пользователей (сайты банков, государственных учреждений, онлайн-магазинов), обычно используют специальные протоколы передачи данных. При защищённом соединении данные шифруются с помощью технологии SSL, после чего информация становится недоступна для третьих лиц. Если в адресной строке браузера перед адресом сайта <https://> вы видите зелёный замочек, значит, сайт использует защищённое соединение. Обращайте на это внимание, когда вводите на сайте логин, пароль, номер банковской карты или другие личные данные.

Домашний Wi-Fi

Пользоваться открытыми сетями Wi-Fi в кафе или торговом центре небезопасно, злоумышленники могут использовать их для взлома компьютера или смартфона и кражи паролей. В общественном месте не заходите на сайты,

которые требуют ввода паролей и личных данных, делайте это по мобильной сети или через домашний Wi-Fi.

Безопасное общение

Одна из главных функций интернета в современном обществе — общение. Люди не только вводят личные данные на сайтах, но и взаимодействуют с другими пользователями: обмениваются информацией, ведут переписку, заводят друзей.

И здесь пользователя подстерегают новые опасности — травля в сети, мошенничество или угроза личной безопасности.

Кибербуллинг

Травля по интернету — это угрозы и оскорбления от агрессивно настроенных пользователей в адрес другого пользователя. Заниматься кибербуллингом в ваш адрес может один или несколько человек. Чтобы не пострадать от подобной травли, соблюдайте несколько правил:

1. Не отвечайте на агрессивные сообщения — обидчики только и ждут вашей ответной реакции.
2. Занесите пользователей в чёрный список.
3. Сообщите о происходящем технической поддержке социальной сети. Вам помогут заблокировать пользователя или же написать на него жалобу.
4. Делайте скриншоты переписки, содержащей оскорбления и угрозы, чтобы в случае необходимости использовать её как доказательство травли против вас. На скриншотах должен быть виден текст сообщения и имя отправителя. Не полагайтесь на хранение переписки — в некоторых соцсетях и мессенджерах можно удалить отправленные сообщения.
5. Сообщите о происходящем взрослым. Если угрозы направлены на жизнь и здоровье, то имеет смысл обратиться в правоохранительные органы.

Онлайн-груминг

Грумингом называют различные виды мошенничества в сети, когда преступники обманом втираются в доверие к пользователям и получают от них личные данные или деньги за несуществующие товары и услуги. Часто мошенники пользуются уже взломанными аккаунтами пользователей для рассылки сообщений по списку контактов.

Если ваш друг или знакомый присылает сообщение с просьбой перечислить ему денег на банковскую карту, обязательно уточните у него другим способом (лично, по телефону или в другой социальной сети или мессенджере), что это действительно он.

Мошенники расспрашивают пользователей, особенно детей и подростков, о финансовом положении семьи, о работе родителей, о поездках и других перемещениях, выясняют адреса, телефоны, номера машин. Вся эта информация может быть использована для совершения преступления.

Для защиты от интернет-мошенничества соблюдайте несколько правил:

1. Регистрируясь в социальной сети, закрывайте свой аккаунт от посторонних, а посты с личной информацией публикуйте в режиме «для друзей».
2. Ограничьте контакты в сети с незнакомыми людьми. Никогда не сообщайте им личных данных. Если незнакомый человек хочет встретиться лично, сообщите об этом родителям. Ни в коем случае не ходите на такие встречи в одиночестве.
3. Не публикуйте в открытом доступе личные данные: адрес, номера документов, банковских карт, билетов и так далее.
4. Не переходите по подозрительным ссылкам, даже если получили их по почте или в сообщении от знакомого пользователя.
5. Не скачивайте файлы на подозрительных или ненадёжных сайтах.

Что нужно запомнить:

1. Внимательно относитесь к созданию и хранению паролей.

2. Изучите политику конфиденциальности сайтов и приложений, запретите вашему браузеру автоматически сохранять пароли, регулярно удаляйте cookies.

3. Отключайте геолокацию в смартфоне.

4. Пользуйтесь блокировщиками рекламы.

5. Оставляйте личные данные только на сайтах с защищённым соединением. Не пользуйтесь общественными сетями Wi-Fi для передачи конфиденциальной информации.

6. Если вы столкнулись с травлей в сети, блокируйте пользователя, который отправляет вам агрессивные сообщения. Обратитесь в службу поддержки сайта или социальной сети, сообщите родителям. Не вступайте в дискуссии с агрессивно настроенными пользователями.

7. Чтобы не стать жертвой интернет-мошенников, перепроверяйте всю информацию, полученную по электронной почте или в сообщениях социальных сетей и мессенджеров, не сообщайте незнакомым людям и не публикуйте в открытом доступе личные данные.

Советы безопасности

Перед тем как приступить к групповой работе (2 человека) давайте посмотрим с вами несколько видеороликов про безопасность в сети интернет, они вам помогут в дальнейшем в составлении памятки.

Учащимся предлагается к просмотру 3 видеоролика (по 2 мин.). Во время просмотра ребята должны подумать, какие советы они включили бы в свою памятку по безопасности в Интернете.

Просмотр видеоролика «Развлечения и безопасность в Интернете»: <http://www.youtube.com/watch?v=3Ap1rKr0RCE>

Просмотр видеоролика: «Остерегайся мошенничества в Интернете»: <http://www.youtube.com/watch?v=AMCsvZXCd9w>

Просмотр видеоролика «Как обнаружить ложь и остаться правдивым в Интернете»: <http://www.youtube.com/watch?v=5YhdS7rrxt8>

Какие советы кажутся вам наиболее актуальными? Давайте составим вашу собственную памятку по безопасному общению в Интернете.

Работа в группе. Составление слайда «ПАМЯТКА БЕЗОПАСНОГО ПОЛЬЗОВАНИЯ ИНТЕРНЕТОМ».

Подведение итогов

Итогом урока станет памятка по безопасному поведению в сети интернет. В конце урока дети высказывают свои мнения о значении Интернета и вопросов информационной безопасности.

Приложение № 3.

Памятки и рекомендации для детей и родителей

Если ваш ребенок стал жертвой запугивания и травли

(советы родителям)



В первую очередь сделайте так, чтобы ребенок постоянно получал поддержку от семьи, близких друзей, школьных консультантов. Пусть ваш ребенок как можно больше занимается деятельностью, которая его интересует.

Как помочь ребенку, который стал жертвой online преследования?

➤ Дайте необходимые советы и окажите поддержку вне зависимости от возраста ребенка. Очень важно вовлечь ребенка в разговор, но нужно уважать его решение справиться с проблемой самостоятельно.

➤ Предложите ребенку не отвечать на оскорбления сразу. Злой, агрессивный ответ сгоряча может только обострить ситуацию. Посоветуйте ребенку сохранить оскорбительные материалы в качестве улик.

Как Вы и Ваш ребенок можете ответить на кибербуллинг:

1. Спокойно и твердо скажите «стоп». Это не является ответом на агрессию, Вы просто просите человека остановиться. Если это не помогает даже со второго или с третьего раза, то попробуйте другой способ.

2. Покиньте место, где Ваш ребенок подвергается преследованию, или заблокируйте пользователя, присылающего угрозы или оскорбления.

3. Пожалуйтесь на пользователя администраторам сайта. Большинство сайтов с системой интерактивного общения имеют соглашение об условиях использования, которое запрещает пользователям оскорблять друг друга.

4. Если Вам знаком обидчик – свяжитесь с родителями обидчика и четко дайте им понять, что преследование должно прекратиться. Представьте электронные доказательства. Постарайтесь не спровоцировать защитную реакцию.

5. Попросите помощи у школьной администрации, если случаи кибербуллинга наблюдаются среди учеников.

6. Свяжитесь с адвокатом или полицией, если Ваш ребенок в опасности. Адвокат поможет Вам со всеми необходимыми юридическими процедурами, а полиция поможет принять меры по поводу угроз физического и/или сексуального насилия.

Как помочь ребенку, если он стал свидетелем кибербуллинга?

Предложите ребенку помочь жертве преследования и обсудите способы помощи, например, оказание эмоциональной поддержки жертве, поиск в себе решительности открыто выступить против агрессии и оскорблений, а также рассказать о проблеме взрослому, который может вмешаться.

Как родителям сделать так, чтобы ребенок не стал кибербуллером?

Дайте понять ребенку, что кибербуллинг – это плохо и жестоко, а совсем не «прикольно». Подчеркните, что ко всем окружающим нужно относиться с уважением, в том числе и к тем, кого считают «не такими» в каком-либо отношении. Сосредоточьте внимание ребенка на мысли, что нужно обращаться с людьми так же, как он бы хотел, чтобы обращались с ним.

Как видим, опасность существует, но есть возможность вместе с детьми ее преодолеть. Главное любить своих детей и помнить, что мы – родители – их первые помощники и защитники.

Если Ваш ребёнок стал жертвой кибербуллинга

(советы для родителей)

✓ Если Ваш ребенок стал жертвой кибербуллинга, необходимо сохранить свидетельства этого события: сделайте копии полученных сообщений.

✓ Сохраняйте спокойствие — Вы можете еще больше напугать ребенка своей бурной реакцией на то, что он вам показал.

✓ Главное для ребенка – эмоциональная поддержка его близких.

✓ Не следует преуменьшать значение агрессии против Вашего ребенка, но и пугать также не следует: нужно дать ребенку уверенность в том, что проблему можно преодолеть.

✓ Никогда не наказывайте и не ограничивайте действия ребенка в ответ на его признание.

✓ Проговорите с ребенком ситуацию и внимательно его выслушайте.

✓ Повторите простейшие правила безопасности при пользовании интернетом, дайте **советы ребенку** по дальнейшему предотвращению кибербуллинга:

1. Не спешите выбрасывать свой негатив в киберпространство. Посоветуйся 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 киберпространство и предоставляет дополнительные возможности почувствовать свободу и раскованность благодаря анонимности, ребенок должен 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 нападения. Если очень расстроило сообщение, картинка, видео и т.д., следует немедленно обратиться к родителям за советом, а старшим детям — сохранить или распечатать страницу самостоятельно, чтобы посоветоваться со взрослыми в удобное время.

4. Игнорируй единичный негатив. Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать — часто кибербуллинг 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 киберпространстве.

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 или порнографические сюжеты. 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.

✓ Одноразовой беседы будет недостаточно — медийный иммунитет, как и биологический, не формируется раз и навсегда, а требует периодического обновления.

Дети, родители которых активно участвуют в их жизни и имеют позитивное влияние, подвергаются меньшему риску при использовании электронных технологий, а также более подготовлены дать отпор обидчику.

Научите Вашего ребенка выходить из конфликтных ситуаций. Посоветуйте ребенку никогда ни с кем не делиться в электронном виде информацией (личные сообщения, фотографии, видео и т.д.), которая может легко попасть в чужие руки и навредить его репутации.

Кибербуллинг: Как помочь ребёнку при онлайн-травле?



Основные признаки того, что ребенок или подросток стал жертвой кибербуллинга.

1. Он изменился в настроении, напуган, встревожен, в том числе:
 - стал грустнее;
 - старается избегать общественных мероприятий, походов в спортивные секции и т.д.;
 - стал использовать свои мобильные устройства не так часто, как раньше;
 - стал реагировать негативно на звук новых сообщений;
 - изменилось его поведение, особенно в области взаимодействия с интернетом.

Любое резкое изменение в настроении ребенка или подростка, сохраняющееся продолжительное время, может оказаться признаком того, что

он подвергается кибербуллингу. Если закрались такие подозрения, стоит поговорить с ним по душам и ни в коем случае не осуждая.

2. Страх – всегда достаточная причина для беспокойства. Если ребенок все время как будто напуган, возможно, он стал жертвой кибербуллинга. Перечисленные признаки могут характеризовать и другие проблемы. Но ситуацию кибербуллинга довольно просто распознать, поэтому стоит постараться исключить ее в первую очередь.

3. Он удалил страницы в социальных сетях

Человек, который подвергается кибербуллингу, может удалить свои страницы в социальных сетях, чтобы избежать травли. Если вы знаете кого-то, кто в последнее время внезапно удалил свои страницы в социальных сетях, не объяснив почему, – поговорите с ним, возможно, он пытается таким образом защититься от онлайн-преследования.

4. Вам попались оскорбительные или унижительные изображения и сообщения с его участием в сети.

Кибербуллинг зачастую происходит на глазах у всех. Поэтому вам могут попасться в открытом доступе его компрометирующие фотографии или сообщения.

Как российское законодательство защищает пострадавших от кибербуллинга людей?

На сегодняшний день в российском законодательстве нет официально закрепленного термина «буллинг» или «кибербуллинг», однако отдельные нормативные правовые акты предусматривают составы правонарушений, содержащих отдельные признаки таких деяний.

В уголовном законодательстве закреплено несколько составов преступлений, содержащих наиболее яркие признаки проявлений буллинга. Например, доведение лица до самоубийства (ст. 110 УК РФ) как тяжкое последствие проявления систематических издевательств над потерпевшим; склонение к совершению самоубийства, а также организация деятельности, направленной на побуждение к самоубийству (ст. 110.1 УК РФ). Также угроза убийством (ст. 119 УК РФ), клевета (ст. 128.1 УК РФ), нарушение неприкосновенности частной жизни лица (ст. 137 УК РФ).

Если у вас получится возбудить уголовное дело хоть по одной из этих статей, считайте, что вы победитель. Надо понимать, что ни один следователь

или дознаватель не возьмет на себя ответственность возбудить уголовное дело, если доказательств, по его мнению, недостаточно. Нельзя забывать, что в наших судебных реалиях оправдательный приговор считается «ошибкой системы» и все, кто участвовал в ее цепочке, от возбуждения уголовного дела до вынесения приговора в суде, получают негласный выговор.

Например, по статье 119 УК РФ необходимо доказать, что угроза была реальной (то есть не по телефону или СМС, или в интернете) и реально выполнимой. Что практически невозможно, так как «буллинг» подразумевает угрозы и в виртуальном пространстве. А клевету необходимо опровергнуть доказательствами, которые реально подтверждают, что сведения, которые распространил агрессор, ложные. И получается, что в уголовном законодательстве как бы есть нормы, которые регулируют отдельные признаки кибербуллинга, но на практике не защищают пострадавших никаким образом. И в первую очередь это связано с невозможностью пострадавшему доказать свою правоту.

Существуют еще меры административной ответственности за оскорбления, то есть за унижение чести и достоинства лица, выраженное в неприличной форме (ст. 5.61), а также за возбуждение ненависти или вражды (ст. 20.3.1). В первом случае необходимо доказать, что высказывания агрессоров носили оскорбительный характер и адресованы именно к вам, а не в воздух. В некоторых случаях даже потребуются лингвистическая экспертиза для отнесения того или иного слова к разряду оскорбительных. К сожалению, привлечь к ответственности за оскорбления в интернете очень сложно, ведь информация об обидчике может быть недостоверной, часто такие пользователи действуют анонимно.

Но пострадавший всегда вправе потребовать удаления оскорбительной информации, ее опровержения, а также компенсации морального вреда, причиненных распространением таких сведений. Выиграть такие иски крайне

непросто. В том числе, опять же, потому, что установить личность агрессора почти всегда очень сложно.

Ответственность за кибербуллинг

Закона о кибербуллинге, который предусматривал бы ответственность за плохое поведение в интернете, в России пока нет. Отдельные кейсы могут рассматриваться в рамках статей о клевете (статья 129 УК РФ), оскорблениях (статья 130 УК РФ), неприкосновенности частной жизни (статья 137 УК РФ), угрозах (статья 119 УК РФ) и доведении до самоубийства (статья 110 УК РФ).

В других странах практика защиты от буллинга есть. К примеру, в Новой Зеландии с 2013 года можно получить до двух лет тюрьмы. В Германии кибебуллинг считают деликтом – частным или гражданско-правовым проступком, влекущим до 10 лет заключения под стражей для взрослых и до 5 лет ареста для подростков.

В США законы против кибербуллинга есть только в отдельных штатах, например, Миссури и Нью-Джерси.

Мой ребёнок – жертва кибербуллинга. Как помочь? (советы родителям)



Все родители хотят, чтобы их дети были здоровы и счастливы, чтобы у них были друзья, хороший класс, лучшие преподаватели, а школьные годы остались в памяти как весёлое время. Однако далеко не всегда так получается.

К сожалению, многие дети сталкиваются с травлей в школе, во дворе, в интернете.

Признаки того, что ребёнка травят в интернете:

1. Ребёнок стал меньше проводить времени в телефоне или, наоборот, зачастил туда.
2. После пребывания в интернете подросток подавлен, раздражителен, расстроен.
3. Ребёнок закрывается, не хочет идти на контакт, не хочет говорить о том, с кем он общался и о чём.
4. Успеваемость падает.
5. У ребёнка нарушается аппетит, появляются головные боли и другие психосоматические нарушения.

Заметив изменения в поведении подростка, родителям необходимо постараться вывести его на разговор о происходящем. Не надо давить и шпионить за ребёнком: просто скажите, что вы всегда рядом и готовы ему помочь.

Бывает, ребёнку сложно признаться, в том, что он стал жертвой травли, особенно если при этом его шантажируют фотографиями или личной информацией. Предложите ему написать вам послание или записать

аудиосообщение, пообещайте не наказывать и не ругать его за то, что он расскажет.

Как только у вас появилось подтверждение травли, расскажите ребёнку о том, что это не нормальная ситуация и вы вместе должны это остановить.

Помочь в этой ситуации могут современные технологии. Вы либо проверите, не буллят ли Вашего ребёнка в офлайн или онлайн пространстве, либо получите доказательства травли, чтобы в будущем использовать их против агрессора. Смотрите, в каких приложениях и сколько времени проводит ваш ребёнок, а также знайте, где он находится и слушайте, что происходит вокруг него с приложением **«Где мои дети»**.

План защиты



1. Научите ребёнка блокировать нежелательных посетителей его социальных сетей.

2. Найдите вместе функции «пожаловаться» или «добавить в «чёрный список» — они есть практически на всех Интернет-ресурсах. Для «мимо проходящих хулиганов» это сработает практически моментально. Если распространение слухов, видео или фото осуществляется через некое сообщество или общий чат, где нет возможности на прямую убрать оскорбления, обратитесь к администрации сообщества или сайта с просьбой удалить нежелательный контент.

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

4. 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, за которую можно будет привлечь по статье, либо он потеряет интерес к жертве.

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

6. 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. Также следует помнить, что для государства требуется нотариально заверенные скриншоты страниц. Но если травля происходит в стенах школы, администрации будет достаточно и обычных распечаток.

Поскольку кибербуллинг часто случается именно внутри класса или школы, не бойтесь привлекать 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.

Помните, что доверительные и тёплые отношения в семье позволят ребёнку как можно раньше обратиться к вам за помощью и получить минимальный вред от кибербуллинга.

Памятка для педагогов

«Как действовать педагогу в ситуации кибербуллинга?»

Действия педагога, если...

➤ *Стал свидетелем кибербуллинга?*

- Выступить против преследователя.
- Показать ему, что его действия оцениваются негативно.
- Поддержать жертву, которой нужна психологическая помощь.
- Сообщить родителям о факте агрессивного поведения в сети

против их ребенка.

- Сообщить в службу поддержке соц. сети об оскорбительном поведении.

➤ *Столкнулся с ситуацией «Кибертравли»?*

- Все зафиксируйте (скриншот экрана).
- Храните доказательства (для провайдера и правоохранительных органов).
- Заблокируйте буллера.
- Расскажите родителям.
- Обратитесь за помощью к администратору ресурса. Если в травле участвуют ученики школы – к директору. Если угроза жизни – в правоохранительные органы, приложив доказательства.

– Посоветуйтесь с юристом.

Чего не надо делать педагогу в случае...

➤ *Если стал свидетелем кибербуллинга?*

- Ждать, что само пройдет.
- Искать причины и объяснения.

- Путать травлю и непопулярность.
- Считать кибербуллинг проблемой только жертвы.
- Считать травлю проблемой личностей, а не группы.
- Давить на жалость.
- Принимать правила игры.

Техники психологической помощи для поддержки пострадавшим от кибербуллинга

– **Предложите написать о случившемся** – часто бывает полезно записать то, что с ним произошло. На бумаге можно осмыслить, что произошло, восстановить всю картину кибербуллинга. Так можно научиться быстро распознавать признаки кибертравли при ее первых признаках.

– **Отражение чувств** – проговаривание чувств, которые испытывает жертва после произошедшей ситуации, когда по его выражению лица и поведению видно, что он явно переживает, и ему трудно начать разговор («Мне кажется, ты обижен», «Вероятно, ты чувствуешь себя расстроенным»).

– **Совет** – это высказывание жертве собственного мнения, основанного на своем видении ситуации; предложение сделать или не сделать что-либо.

– **Самораскрытие** – это эмоциональная вовлеченность, открытость и искренность не только жертвы, но и самого педагога; обмен личным опытом и переживаниями, реакция на чувства «здесь и теперь».

– **Обратная связь** – это обращение внимания жертвы на проявления его поведения, помогающее ему узнать, как другие люди воспринимают его, как они реагируют на его поведение.

– **Директива** – это указание с целью вовлечения в процесс исследования собственных чувств или поведения. Может быть в виде рекомендации по изменению действий, поступков.

– **Проговорить совместно с родителями общие правила** пользования интернетом.

Пошаговые инструкции борьбы с кибербуллингом в социальных сетях.

1. Сообщите о произошедшем представителям социальной сети

Пожалуйста на обидчика представителям социальных сетей, в которых происходила травля. В соц. сетях есть правила, касающиеся сообщений оскорбительного содержания и другого неприемлемого поведения. После вашего обращения представители сервисов обязаны расследовать ситуацию.

2. Подумайте, кому еще нужно сообщить о ситуации

Если вы сочтете случай кибербуллинга достаточно серьезным, возможно, вам следует обратиться:

- к руководству школы, если обидчик вашего ребенка учится там же;
- к родителям обидчика;
- в полицию.

Помните! Вы должны быть уверены в своих обвинениях, так как в случае ошибки вы можете серьезно и необратимо испортить репутацию человека, которого обвините.

3. Помогите ребенку изменить настройки его профиля в социальных сетях

Помешайте агрессору снова выйти на связь с вашим ребенком. Сократите вместе с ребенком количество личной информации о нем в открытом доступе. Примите следующие меры, чтобы защитить его от повторной травли в сети:

– Не раскрывайте в сети личную информацию: адрес, номер телефона и местонахождение. От нежелательных контактов можно себя оградить, если изменить настройки приватности в аккаунтах социальных сетей. Это поможет оградить определенных людей от онлайн-общения с Вашим ребенком.

Измените эти настройки так, чтобы только близкие друзья смогли связаться с ним.

– Возможно, следует изменить имя Вашего ребенка в социальных сетях. Если ребенок сохранит прежнее имя или никнейм, обидчик сможет найти его и продолжить травлю, представившись кем-то другим. Исключите такую возможность, сменив имя ребенка в социальных сетях, его фотографию профиля, а также любую другую информацию, которая может помочь обидчику идентифицировать его. После того, как внесете все необходимые изменения, проверьте, насколько сложно стало найти Вашего ребенка в сети.

– Создайте новую учетную запись. Если кто-то выдает себя за Вашего ребенка в сети, может помочь создание новой учетной записи. Сообщите друзьям и близким ребенка, что у него изменились адрес электронной почты, профиль в социальных сетях и имена учетных записей.

4. Эмоциональная поддержка ребенка

Не критикуйте и обязательно поддерживайте Вашего ребенка в этот острый период. Дайте ребенку понять, что в случае кибербуллинга он может довериться Вам и людям, которые профессионально оказывают помощь в таких ситуациях, расскажите о возможностях анонимной службы, которой можно доверить свою проблему и найти выход из сложившейся ситуации. В подобных ситуациях очень важно быстро и оперативно найти поддержку и выговориться, перестать чувствовать себя «жертвой» чей-то жестокой шутки или мести. Когда ребенок не один, а вместе с кем-то будет принимать шаги по решению проблемы, он почувствует, что он борется с проблемой и решает ее, а не закрывает на нее глаза и смиряется с приговором в сети.

5. Предложите ребенку написать о случившемся

Часто для ребенка бывает полезно записать то, что с ним произошло. На бумаге он сможет осмыслить, что с ним произошло, восстановить всю картину кибербуллинга. Так он научится быстро распознавать признаки кибертравли при ее первых признаках.

6. Установите общие правила пользования интернетом в вашей семье

Очень важно договориться с ребенком о правилах использования социальных сетей и интернета, чтобы оградить его от опасностей, которых в наше время становится все больше.

10 простых советов, которые помогут вам понять, что именно делать, если вы подверглись кибербуллингу.



Совет 1. Умейте распознавать разные формы кибербуллинга и знайте, как ситуация может развиваться в разных случаях. Вы не сможете защитить себя, если не будете знать, что именно происходит.

Совет 2. Хорошо подумайте, прежде чем отправлять сообщение. Никогда не забывайте, что все опубликованное в интернете становится доступным широкой общественности. Большую часть того, что вы напишете в сети, стереть невозможно, и Google помнит все! Если вы бы не сказали чего-то в присутствии своих родителей, учителей или незнакомых вам людей, не говорите это и в интернете! Кроме того, будьте осторожны при обмене личной

информацией в мессенджерах, так как часто в таких случаях ее могут увидеть и люди, которым она не предназначалась.

Совет 3. Уделите внимание настройкам приватности. Эти настройки есть во всех социальных сетях, и они позволяют контролировать, кто видит ваши сообщения. Хорошо изучите эти параметры и настройте их так, чтобы достигнуть наибольшей безопасности. Обязательно чаще проверяйте эти настройки – сайты иногда меняют свои правила, а с ними меняются и ваши параметры.

Совет 4. Сохраните личную информацию известной лишь вам. Не раскрывайте в сети такие детали как адрес, номер телефона, номер школы, номер кредитной карты и тому подобное. Пароли существуют не просто так; делиться ими с друзьями — все равно что раздавать копии ключа от вашей квартиры друзьям и незнакомцам. Если кому-то и доверять ваши пароли, то это только родителям.

Совет 5. Узнавайте больше о проблеме. Различные статьи – хорошая отправная точка для более глубокого понимания проблемы. Они помогут вам больше узнать о том, как обезопасить себя в интернете.

Совет 6. Поделитесь своими знаниями с другими. Расскажите о проблеме и о том, как с ней бороться, друзьям в школе и в интернете. Предложите рассказать о ней на занятиях в школе, в спортивной – или любой другой – секции. Давайте полезные советы у себя в социальных сетях.

Совет 7. Не молчите. Если вы видите, что кто-то из ваших знакомых – обидчик, не защищайте его и не закрывайте на его поведение глаза. Нельзя молчать! И если вы знаете, что кто-то из ваших друзей подвергается кибербуллингу, посоветуйте ему также не молчать и рассказать родителям о возникшей проблеме и ее виновнике. Иногда бывает важно, чтобы кто-то еще подтвердил ему, что именно так и следует поступить.

Совет 8. Вместе с родителями установите и обговорите границы и правила пользования социальными сетями и интернетом — что можно и чего

нельзя делать в сети. Не для того, чтобы ограничить ваши возможности, а для того, чтобы вы при этом были в безопасности.

Совет 9. Действуйте без промедления. Если вы подозреваете, что в настоящее время подвергаетесь кибербуллингу, немедленно сообщите взрослому, которому доверяете. Сделайте скриншоты (Скриншот, он же скрин, screenshot — это снимок экрана вашего компьютера, ноутбука, планшета или телефона.) тех сообщений (или других проявлений травли в сети), которые на ваш взгляд являются кибербуллингом, и заблокируйте тех, кто отправил их вам.

Совет 10. Самое главное – никогда не травите никого в сети или в реальной жизни. Не участвуйте в онлайн-беседах, которые могут закончиться травлей.

И всегда оставайтесь порядочными гражданами цифрового пространства! Чтобы обезопасить себя в Интернете, достаточно соблюдать Правила. В этих правилах нет ничего трудного. Отнесись к ним внимательно – и расскажи о них своим друзьям!

**Если вы стали мишенью кибербуллинга или травли
в интернете, помните...
(советы для подростков)**

• **Не обвиняйте себя.** Это не ваша ошибка. Не важно, что говорят, вы не должны чувствовать стыд за то, кто вы и что вы переживаете. Человек с проблемой – это не вы, а тот, кто вас оскорбляет.

- **Постарайтесь посмотреть на кибербуллинг с другой стороны.**

Хулиган — несчастный человек, который хочет контролировать ваши чувства, чтобы вы чувствовали себя настолько плохо, насколько возможно. Не давайте ему такого удовлетворения.

- **Не корите себя.** Не ухудшайте инцидент с кибербуллингом, перечитывая сообщения снова и снова. Вместо этого удалите все сообщения с издевательствами и сфокусируйтесь на позитивной стороне.

- **Получите помощь.** Поговорите с родителями, учителями, психологом или другим взрослым, которому доверяете. Встреча с психологом не означает, что с вами что-то не так.

- **Научитесь бороться со стрессом.** Овладение способами облегчения стресса повысит вашу сопротивляемость, и вы не будете чувствовать себя ошеломленным от кибербуллинга и травли в интернете.

- **Проводите время, делая то, что приносит вам удовольствие.** Чем больше времени вы проводите за занятиями, которые дарят вам радость (спорт, хобби, болтовня с друзьями, которые не участвуют в кибербуллинге), тем менее значимым становится кибербуллинг в вашей жизни.

- **Найдите поддержку у людей, которые не травят вас**

Наличие человека, которому вы доверяете и к которому можете обратиться за ободрением и поддержкой, повышает сопротивляемость во время давления кибербуллинга и травли в интернете. Обратитесь к членам семьи и настоящим друзьям, которые любят и оценят вас таким, какой вы есть.

- **Оторвитесь от технологий.** Возьмите перерыв от компьютера, планшета, айпода, видеоигр и мобильного телефона. Это даст возможность встретиться с новыми людьми.

Найдите других людей, которые разделяют те же ценности и интересы. Возможно, вы заведете новых друзей в молодежной группе, клубе читателей и т.п. Научитесь новому виду спорта, присоединитесь к команде или возьмитесь за новое хобби, такое как шахматы, рисование или музыка.

- Поделитесь своими чувствами по поводу травли. Поговорите с родителями, психологом-консультантом, тренером или другом, которому доверяете. Выражение того, через что вы проходите, сыграет большую роль в том, как вы себя чувствуете, даже если и не меняет самой ситуации.
- Повышайте уверенность в себе. Тренировки — отличный способ помочь себе почувствовать себя хорошо, равно как и снизить стресс. Побейте матрас или запишитесь на бокс, чтобы проработать свою злость.

Секстинг: советы подросткам



Обмен фотографиями между влюбленными — естественная часть романтических отношений, но важно, чтобы он не доставлял неприятностей. Делиться интимными снимками друг с другом небезопасно, а если хотя бы одному из партнеров нет 18 лет, еще и незаконно. Из-за таких фотографий у подростка могут возникнуть проблемы с родителями, в школе, даже с полицией. В руках посторонних людей откровенные снимки могут стать инструментом шантажа и испортить жизнь человека с фотографии на долгие годы. Хорошо подумай, прежде чем делать и отправлять кому-то интимное фото — свое или чужое. Следуй простым правилам, чтобы избежать проблем:

➤ **Удаляй любые присланные откровенные изображения.** У тебя может быть куча проблем, даже если ты просто хранишь их в телефоне.

➤ **Не пересылай никому чужие откровенные снимки.** Если тебе кто-то прислал свои или чужие откровенные фотографии, не пересылай их дальше. Представь, как бы ты себя чувствовал, если бы на месте человека на фото был ты.

➤ **Игнорируй или категорически отказывай, когда кто бы то ни было просит у тебя неприемлемые фотографии.** Это никогда того не стоит. И не важно, насколько сильно тебе нравится просящий и вызывает ли он у тебя доверие. Риск слишком велик. Если этот человек правда заботится о тебе, он поймет твой отказ.

- **Блокируй людей, если тебе неудобно или неловко от того, как они общаются с тобой** (или от того, что они тебе присылают).
- **Отвлеки человека, который просит у тебя слишком личные фотографии.** Переведи разговор на что-то другое или пошли ему ссылку на классное видео или мем. Если этот человек все же продолжит просить фото, скажи ему, чтобы уgomонился.
- **Не поощряй, когда тебя объективируют.** Ты не кусок мяса. Ты же не хочешь, чтобы другие любили тебя только за тело, а не за ум и сердце. Уступая и посылая откровенные фото, ты лишь разжигаешь чужой аппетит, а себя обесцениваешь, делаешь объектом для чужого удовлетворения (и, к сожалению, для чужого использования).
- **Секстинг не означает, что романтические отношения здоровые и хорошие.** Конечно, это весело, игриво и дерзко, но помни, что эти фотографии могут оказаться доступные широкому кругу людей, включая твоих родителей, учителей или полицию, и не всегда говорят о зрелости и опыте.
- **Отправляй фотографии кокетливые, но не откровенные.** Всегда закрывай интимные части тела. Ты можешь отправить своему партнеру фотографию, но сначала убедись, что она с рейтингом 12+, а не 18+. Затем представь, что этот снимок могут видеть и пересылать друг другу другие люди. Если этот снимок увидит вся школа или твоя бабушка, ты воспримешь это спокойно? Тогда, вероятно, все нормально.
- **Если ты получил или тебе показали откровенную фотографию знакомого, расскажи этому человеку, что его снимки передаются из рук в руки.** Если бы твоя такая фотография или видео ходили по знакомым, ты бы хотел об этом знать.
- **Сообщи взрослому, если беспокоишься о благополучии человека на фотографии.** Если ты волнуешься за человека на фотографии

или на видео, тебе может понадобиться помощь взрослого, которому ты доверяешь.

Памятка для подростков

«Что делать, если я — жертва кибербуллинга?»



Если вы столкнулись с издевательством, то незамедлительно принимайте меры по сохранению собственного «Я». Чем раньше вы начнёте выстраивать защиту, тем меньше урона вам успеют нанести.

1. Первое сообщение можно проигнорировать или направить жалобу разработчикам соц. сети или мессенджера. Если это был обычный троллинг или флейминг, то игнорирование будет лучшим способом самозащиты. Помните, что нельзя быть идеальным для всех, а раз так, то зачем стараться ради малознакомого или совсем незнакомого человека?

2. Если вам кажется, что вас травят и унижают систематически, оградите себя от этого контакта. Практически во всех мессенджерах и социальных сетях существуют функции «Подать жалобу» и «Поместить в чёрный список».

3. Даже если вы общаетесь с близким человеком, **старайтесь не передавать через соц. сети и мессенджеры личную информацию** и то, что может быть использовано против вас. Помните, что по ту сторону экрана может находиться кто угодно.

4. Не бойтесь сообщать о происходящем вышестоящему руководству, постарайтесь уладить конфликт на раннем этапе. Не бойтесь, обсудить эту проблему с коллегами, друзьями и близкими. Чем больше людей узнают об агрессоре на раннем этапе травли, тем меньше вреда получит жертва.

5. Если работа меняется, а агрессоры снова и снова появляются, проведите ревизию своей личности. Какие качества так притягивают преследователей? Возможно, небольшая работа над собой позволит не только освободиться от травли, но и выйти на новый профессиональный уровень.

Что делать, если вы стали жертвой интернет-травли

1. Не реагируйте

Рекомендация не кормить троллей всё ещё работает, поэтому не комментируйте оскорбительные посты о вас и не отвечайте на обидные сообщения. И, конечно же, не отвечайте агрессору тем же, опускаясь до его уровня. Помните, что лучшая профилактика кибербуллинга – это не участвовать в потенциально конфликтных интернет-спорах.

2. Не испытывайте вину или стыд

Не думайте о том, что кибербуллинг – результат вашего неосторожного поведения, неправильных слов и ошибок. Жертвой может быть любой, а от постоянного прокручивания ситуации в голове легче не станет. Не перечитывайте оскорбления, но в то же время не стесняйтесь переживать и не ставьте табу на тему.

3. Сократите возможности общения

Один из простых вариантов защититься от кибербуллинга, – лишить агрессора коммуникации. Добавьте его в чёрный список социальных сетей, заблокируйте телефонный номер и электронную почту.

4. Поделитесь своей проблемой

Молчать о том, что вам плохо от нападков – не лучшая идея. Расскажите об этом родными или друзьям. Кроме того, можно позвонить на любую горячую линию психологической поддержки.

5. Не бойтесь требовать справедливости

Вы вправе сообщить в полицию об угрозах и клевете, пожаловаться провайдеру на кибер-атаку и обратиться в поддержку «Инстаграм», «В Контакте», «Фейсбук» и т.д. Социальные сети борются с буллингом, поэтому удаляют нежелательные фото, посты и комментарии, а также банят агрессивных пользователей и сомнительные паблики.

6. Начните делать скриншоты

Скриншоты с оскорблениями, угрозами и непристойными предложениями пригодятся как доказательства для суда. А если обидчик явно несовершеннолетний (и знакомый вам!), отправьте информацию его родителям или учителям.

7. Поставьте агрессора на место

Если вы чувствуете в себе достаточно смелости и сил, вступите с обидчиками в диалог. Но это не должны быть переговоры или попытка откупиться. Будьте вежливы. Просто скажите, что вы готовы пойти в суд за клевету/оскорбления/шантаж и т.д. Это отрезвит многих троллей.

Альтернативный сценарий общения – выразить агрессору слова сожаления и поддержки, сбив его тем самым с толку и снизив градус напряжения.

8. Боритесь со стрессом

Интернет-травля – это ситуация выхода из нашей зоны комфорта. Чтобы не придавать онлайн-конфликтам большого значения, повысьте свою стрессоустойчивость. Методы, которые помогут успокоиться: творческие хобби, медитации, ароматерапия.

9. Сядьте на цифровую диету

Ещё один вариант, как бороться с кибербуллингом – на время уйти из сети. Устройте эксперимент, где на месяц или на неделю надо отрезать себя от интернета. Если вы поступите так во время травли, у вас появится свободное время на что-нибудь приятное, а онлайн-агрессоры успокоятся или переключатся на кого-то другого.

10. Пересмотрите своё поведение в сети

Если уходить в информационное подполье и удаляться из социальных сетей для вас слишком, снизьте активность, меньше выкладывайте фотографий и постов о себе. Сделайте страницу закрытой, внимательно изучайте тех, кто постучался к вам в друзья, и почистите фотоальбом. Не публикуйте адрес прописки и не ставьте геолокации. Чем меньше информации о вас, тем меньше поводов к травле.

11. Следуйте правилам цифровой грамотности

Не переходите по сомнительным ссылкам, не общайтесь с незнакомцами, ставьте сложные уникальные пароли для каждого аккаунта в соц. сети (12 символов, с цифрами, большими и маленькими буквами) и периодически меняйте их. Не скачивайте подозрительные файлы.

Для детей есть специальные серии мультиков **«Фиксики»** и **«Приключения Робота Каспера»**. Тем, кто постарше можно послушать ежегодные **курсы федерального проекта «Урок цифры»**.

Ещё есть **курс для учителей от «Яндекса»**, он рассказывает преподавателям, как сохранять безопасную психологическую атмосферу в группе детей, решать конфликты и останавливать травлю.

Что делать, если вы стали свидетелем травли в интернете?

➤ Главное оружие против буллинга – сопереживание. Не думайте и не говорите, что кибербуллинг – это #ничегострашного. Подумайте, как помочь жертве.

- Определите для себя, что происходит, постарайтесь назвать вещи своими именами. Это не позволяет интернет-агрессорам прикрывать высокими целями совершаемое насилие.
- Поддержите человека, скажите, что происходящее никак не относится к нему самому, ни в коем случае не его характеристика, а исключительно несправедливое отношение одного конкретного человека или группы людей.
- Если кибертравля еще не разрослась, то расскажите, как именно можно заблокировать преследователей. Посоветуйте прекратить всяческое общение с такими людьми.
- Если ситуация опасная, то, возможно, следует обратиться в полицию или призвать к общественному резонансу.

Многие соц. сети противостоят кибертравле.



Так, VK блокирует профили и сообщества, через которые распространяют прямые угрозы жизни и здоровью, призывы к суициду в различной форме, враждебные, угрожающие и поощряющие насилие высказывания, призывы к изоляции или сегрегации, словесные подтверждения превосходства одних групп над другими для оправдания насилия, дискриминации и т.д.

- Расскажите жертве, как получить психологическую поддержку, воспользуйтесь **сервисом МАЯК** от Добра Mail.ru.

- Если необходимо, расскажите, как противостоять травле с привлечением правоохранительных органов.
- Если вы можете быть рядом с человеком, столкнувшимся с кибербуллингом, – будьте. Иногда даже молчаливое присутствие или теплое объятие способно дать возможность страдающему человеку почувствовать себя значимым и важным и не терять доверие к миру!

Шаги, которые нужно предпринять родителям и ребенку в случае возникновения неприятной ситуации в сети.



ШАГ 1. Спокойствие и игнорирование.

Самый важный шаг – игнорирование. Не поддаваться на провокации, не обращать внимание. Лишившись мотивации, обидчик быстро успокоится и прекратит попытки задеть вас, если он переключится на другую жертву, то ее тоже нужно предупредить.

ШАГ 2. Попытка разойтись мирно.

Попробовать договориться с обидчиком об удалении оскорбительного материала либо о прекращении неподобающего поведения, предупредив его,

что в случае продолжения травли следующим действием будет обращение в правоохранительные органы.

ШАГ 3. Жалоба администрации соц. сети.

Отправить жалобу на материал на той платформе, на которой вы находитесь, ведь большинство соц. сетей предоставляют такую возможность. На оскорбления в социальных сетях нужно жаловаться, а обидчиков – банить и нейтрализовывать. Это самый простой и действенный способ усмирить интернет-агрессора, правда на некоторое время.

ШАГ 4. Обращение к представителям власти.

Отправить жалобу на материал в суд, пожаловаться в полицию или Роскомнадзор.

ШАГ 5. Смена паролей.

В случае, если материалы (фото, переписки) были взяты из вашего аккаунта без вашего согласия (к примеру, был взломан аккаунт в соц. сети), обязательно смените пароль. И вообще – меняйте пароли почаще.

Список литературы

1. Авдулова, Т.П. Подростки в информационном пространстве [Текст] / Т.П. Авдулова // Психология обучения. - 2010. - N 4. - С. 28-38.
2. Авдулова Т.П. Тенденции социализации подростков в контексте информационных предпочтений // Психологические исследования: электрон. науч. журн. - 2011. - № 6 (20). - С. 8.
3. Бабаева, Ю.Д. Интернет: воздействие на личность / Ю.Д. Бабаева, А.Е. Войскунский, О.В. Смылова // Гуманитарные исследования в Интернете / Ред. А.Е. Войскунский. - М., 2000. С. 11–39.
4. Белинская, Е.П. Взаимосвязь Интернет-зависимости и стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями // Интернет-зависимость: психологическая природа и динамика развития / сост. и ред. А. Е. Войскунский. - М.: Акрополь, 2009.
5. Белинская, Е.П. Информационная социализация подростков: опыт пользования социальными сетями и психологическое благополучие // Психологические исследования. - 2013. Т. 6. - № 30. - С. 5.
6. Войскунский, А.Е. Психология и Интернет. М.: Акрополь, 2010.
7. Выготский, Л.С. Педология подростка // Полное собрание сочинений Выготского Режим доступа:
<http://rutracker.org/forum/viewtopic.php?t=4215429>, свободный
8. Гавриченко, О.В., Смолякова, Т.В. Особенности саморепрезентации в Интернет-дневниках подростков и молодежи [Интернет-ресурс] // Психологические исследования: электронный научный журнал. - 2008. - № 1(1). - URL: <http://psystudy.ru>

9. Голубева Н.А. Эндогенные факторы информационных предпочтений современных подростков [Интернет-ресурс] // Психологические исследования. - 2012. - № 1 (21). - С. 7. - URL: <http://psystudy.ru>.

10. Зиновьева, Н.О. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации: учеб. пособие / Н.О. Зиновьева, Н.Ф. Михайлова. – СПб.: Речь, 2005. – 248 с.

11. Ивашура, В. Интернет-троллинг и кибербуллинг [Интернет-ресурс]. - <http://fb.ru/article/167695/что-такое-kiberbulling-internet-trolling-i-kiberbulling>

12. Игнатьева, Э.А. Выявление уровня сформированности коммуникативных умений виртуального общения [Электронный ресурс] // Психологическая наука и образование. - 2011. - № 4. - URL: http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2011/n4/

13. Кон, И.С. Что такое кибербуллинг и как с ним бороться? / И.С. Кон // Семья и школа. – 2006. – № 11. – 15 с.

14. Моббинг, буллинг, хейзинг — чем они опасны для школьников [Интернет-ресурс]. - <http://eduinspector.ru/2016/12/29/mobbing-bulling-hejzing-chem-oni-opasny-dlya-shkolnikov/>

15. Шпрангер, Э. Психология юношеского возраста / Э. Шпрангер. Под.ред. А.Г. Маклакова. — М. Прайм-Еврознак, 2007. - 345 с.