

## КІБЕР-БУЛІНГ АБО АГРЕСІЯ В ІНТЕРНЕТІ: СПОСОБИ РОЗПІЗНАННЯ І ЗАХИСТ ДИТИНИ

Завдання:

- привернути увагу підлітків до питання насилля засобами Інтернет, до пошуку виходу із небезпечних ситуацій.
- викликати в учнів емоцій до висвітлювальної проблеми, а також для ознайомлення з різними типами кібербулінгу за допомогою презентації та відеоролика.
- повторити правила етикету під час спілкування у соціальних мережах;
- дати дітям уявлення про «кібербулінг»;
- сприяти розвитку відповідальності за свої вчинки;
- формуватитолерантне ставлення до нестандартних ситуацій;
- спонукатипідлітків до самопізнання, саморозвитку, і доброзичливого ставлення до людей;

### **Хід заняття**

*Учитель. Небезпека чекає нас в інтернеті навіть у звичайних, на наш погляд, життєвих ситуаціях. Прогрес - явище різнобічне, яке разом з користю і розвитком несе нові ризики та проблеми. Один із прикладів такої проблеми - кібербулінг. Це досить нове поняття для нашої країни, воно прийшло до нас із Заходу разом із чатами і соціальними мережами.*

### **Історія та походження терміну «кібербулінг»**

1. Почнемо з прояснення термінів, які допомагають позначити досить нове для нашого суспільства явище, з яким світ зіткнувся в масовому масштабі на декілька років раніше.

2. У нашу мову прийшло багато слів іноземного походження, які зручно використовувати для позначення новітніх явищ. Одне із таких слів «кібербулінг». Походить з англійської мови, створено від двох слів: кібер (позначає віртуальне, опосередковане комп'ютером середовище) і булінг (походить від англ. bull - бик, бугай, а в переносному значенні - дуже велика, сильна чи агресивна персона; і позначає процес лютого, завзятого нападу; близькі за смислом дієслова українською мовою - роз'ятрювати, задирати, прискіпуватися, провокувати, дошкуляти, тероризувати, цькувати та ін.).

3. В українській мові найближчий аналог - сленгове слово «бикувати», що включає смисловий відтінок тупості, обмеженості, незграбності. Кібербулінг іще перекладають як кіберзалякування.

Одна з перших добре відомих ілюстрацій кібербулінгу починалась як забавка, коли у 2002 р. американський підліток Гіслан Раза, граючись, створив відео самого себе на основі сцени із фільму «Зоряні війни», де замість меча використовував бейсбольну битку. Нажаль, однокласники без дозволу і відома хлопця розмістили це відео в Інтернеті, де його побачили мільйони людей. Далі ця подія отримала неочікуваний розвиток - у 2004 р. було створено спеціальний сайт

із цим та похідними відеороликами, спецефектами та музикою з фільму, який зібрав більше 76 мільйонів користувачів, а відео із зображенням хлопчика стало найбільш завантажуваним файлом 2004 року. Гіслан отримав ярлик «дитина зоряних війн» і це настільки змінило його стосунки в школі, що батьки змушені були залучати психіатричну допомогу. Вони подали до суду на батьків тих однокласників, що розмістили відео в Інтернеті, але врешті конфлікт було врегульовано в позасудовому порядку.

**Висновок учителя:** КІБЕРБУЛІНГ - це новітня форма агресії, що передбачає жорстокі дії з метою дошкулити, нашкодити, принизити людину з використанням інформаційно-комунікаційних засобів: мобільних телефонів, електронної пошти, соціальних мереж тощо.

Причин прояву подібних агресій – безліч. Але **головний мотив** нападника – це розвага, бажання продемонструвати владу над іншими або позбутися негативних емоцій, або бажання завдати шкоди іншому, помститися, отримати вигоду або навіть підтримати друга – познуватися «за компанію».

### **Найпоширеніші типи кібербулінгу**

До найпоширеніших типів кібербулінгу належать:

- 1. Використання особистої інформації.** «Зламування» поштових скриньок, серверів, сторінок у соціальних мережах з метою отримання особистої інформації про людину та переслідування її.
- 2. Анонімні погрози.** Кіберхулігани анонімно посилають листи на адресу електронної пошти своєї жертви з повідомленнями загрозового змісту. Іноді ці загрози мають образливий характер з вульгарними висловами і ненормативною лексикою
- 3. Переслідування.** Кіберпереслідування відбуваються за допомогою мобільного зв'язку або електронною поштою. Хулігани можуть довгий час переслідувати свою жертву, завдаючи брудних образ принизливого характеру або шантажуючи будь-якими таємними фактами. Відстежуючи через Інтернет необережних користувачів, переслідувач отримує інформацію про час, місце і всі необхідні умови здійснення злочину.
- 4. Тролінг** (trolling — ловля риби на блешню) - розміщення в інтернеті (на форумах, у блогах тощо) провокаційних повідомлень з метою викликати флейм, тобто конфлікти між учасниками, взаємні образи
- 5. Флеймінг.** Улюблений метод «тролів» (провокаторів) у мережі - флеймінг (від англ. flaming - пекучий, гарячий, полум'яний) - обмін короткими гнівними і запальними репліками між двома чи більше учасниками, використовуючи комунікаційні технології.

Частіше за все розгортається в «публічних» місцях Інтернету: на чатах, форумах, удискусійних групах, інколи перетворюється в затяжну війну (холіво - від англ. — святавійна). На перший погляд, флеймінг - це боротьба між рівними, але в певних умовах вона теж може перетворитися на нерівноправний психологічний терор.

Так, неочікуваний випад може привести жертву до сильних емоційних переживань.

**6. Обмовлення, або зведення наклепів** - розповсюдження принизливої неправдивої інформації з використанням комп'ютерних технологій. Це можуть бути і текстові повідомлення і фото, і пісні, які змальовують жертву в шкідливій, інколи сексуальній манері. Жертвами можуть ставати не тільки окремі підлітки, трапляється розсилка листів (наприклад), створюються спеціальні «книжки для критики», в яких розміщуються жарти про однокласників, наклепи. Обираються мішені для тренування власної злости, зливання роздратування, переносу агресії тощо.

**7. Хепіслепінг (HappySlapping** - щасливе ляскання, радісне побиття) - назва походить від випадків в англійському метро, де підлітки били перехожих, тоді як інші записували це на камеру мобільного телефону. Тепер ця назва закріпилася за будь-якими відеороликами з записами реальних сцен насильства. Ці ролики розміщують в інтернеті, де їх можуть переглядати тисячі людей, без згоди жертви.

**Розповідь учителя:** Починаючись як жарт, хепіслепінг може завершитись трагічно, як це сталося із 18-річним Трістаном Крістмасом, якого група хлопців побила для того, щоб зняти відео для Інтернету, а коли він, ударившись головою, помирав кинутий на підлозі, вбивця і спостерігачі пішли продовжувати вечірку. З'явилося поняття **булінг**- загибель жертви внаслідок булінгу, який вважається злочином, і хепіслепінг, якщо призводить до таких трагічних наслідків.

Розглянемо **Психологічні портрети учасників кібербулінгу**

1. Агресор - людина імпульсивна, яка прагне головувати над усіма, щоб її всі слухалися і боялися, агресивно налаштована не лише до ровесників, але й до дорослих (батьків, учителів); не вмє співчувати, фізично сильніша за «потенційну жертву».

2. Потенційна жертва - людина замкнена, вразлива і сором'язлива, яку легко налякати, невпевнена у собі, дуже за все переживає, має занижену самооцінку, депресивна, часто думає про суїцид, не має близьких друзів, більше спілкується з дорослими, ніж з ровесниками, фізично слабша за «агресора».

3. Спостерігач - людина, якій дуже цікаво переглянути (в деяких випадках і зафіксувати) процес цькування та знущання однієї людини над іншою.

**Розбір ситуації:**

Доброго вечора! Мене звати Наталя. Мені нещодавно виповнилося 14 років. Моє хобі – це спілкування в соціальних мережах. Десять місяців тому через соціальні мережі я познайомилася з чоловіком, якому 35 років. Спочатку я з ним охоче спілкувалася. Це тривало майже тиждень. Потім мені стало нудно і я відмовилася від спілкування з ним. Він цього не зрозумів і постійно мені пише, телефонує. Одного разу навіть чекав біля будинку. Тепер мені дуже боязко. Що я можу зробити, аби він перестав мене переслідувати?

- Яких помилок припустилася дівчинка, спілкуючись у соцмережах?

### **Як кібербулінг впливає на підлітків?**

Інтернет-мобінг – підступніший за «традиційний» булінг, бо може ховати справжнє лице нападника. Через анонімність агресора жертві важко дізнатися, переслідує її одна особа або група людей, хлопець або дівчина, старша або молодша за неї людина, знайомі вони чи ні.

Невизначеність може посилювати тривогу, змушує фантазувати про могутність нападника, та, відповідно, про власну беззахисність. Особливо вразливі ті, хто вже має негативний досвід жертви, і ті, хто переживає ізоляцію або непорозуміння серед однолітків або в сім'ї.

Психологи зазначають, що кібербулінг змінює поведінковий та емоційний стан жертви – може спричиняти агресію та замкнутість, а окрім цього впливає на:

- погіршення стосунків з батьками;
- безпричинні сльози та крики – тобто істеричні прояви характеру;
- погіршення здоров'я – безсоння та постійне занепокоєння як наслідок;
- спроби суїциду;
- погіршення навчального процесу: небажання вчитися, суперечки з вчителями тощо.

Наслідки інтернет-мобінгу та сам факт знущання в мережі не можна ігнорувати.

Насамперед – задля власного здоров'я і життя. А також, щоб унеможливити агресію нападника в майбутньому. **Психічне, фізичне, економічне та сексуальне насильство, зокрема в мережі, карається законодавством України.**

### **Що робити, якщо ви стали жертвою кібербулінгу?**

Наприклад, про знущання в мережі ви можете повідомити керівнику навчального закладу. Він зобов'язаний проінформувати про це поліцію. В іншому випадку – заплатить штраф або відправиться на виправні роботи, обіцяє Закон «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)».

Також менеджерка денного центру «Право на здоров'я» Людмила Сабадаш радить звернутися по допомогу до батьків або іншого дорослого, якому ви довіряєте.

Важливо:

1. зберегти свідчення факту кібербулінгу;
2. видалити сторінку із соціальних мереж;
3. звернутися до правоохоронних органів;
4. якщо є зміни поведінкового та емоційного стану – звернутися також до психолога.

Збережені свідчення – листування, коментарі, відеоматеріали – стануть вашими доказами у справі, яку відкриють правоохоронні органи. І тоді агресора

покарають: відповідно до зазначеного закону, накладуть штраф або призначать громадські роботи.

Якщо злочин здійснила неповнолітня особа від 14 до 16 років, тоді відповідатимуть її батьки.

І хоча психолог допоможе впоратися зі стресом, який став наслідком цькування в мережі, а закон покарає вашого кривдника, краще заздалегідь подбати про свою безпеку.

### **Як не стати жертвою кібербулінгу?**

Якщо агресор вже «на хвості» – припиніть вестися на провокації. Як саме – радить психолог Крістіна Мжельська:

- ігноруйте кривдника;
- намагайтесь unikнути спілкування, удайте, що вам байдуже та вийдіть з акаунта: така поведінка не свідчить про боягузтво – адже іноді зробити це набагато складніше, ніж дати волю емоціям;
- якщо ситуація не дозволяє вийти із соціальної мережі, зберігаючи самовладання, використайте гумор – цим ви можете спантеличити кривдника, відволікти його від наміру дошкулити вам;
- стримуйте гнів і злість, адже це саме те, чого домагається кривдник, будьте спокійні та впевнені;
- обговорюйте такі загрозливі ситуації з людьми, яким ви довіряєте – це допоможе вибудувати правильну лінію поведінки та припинити насилля.

Надалі, коли ви позбулися кривдника, дотримуйтеся простих правил. Наприклад, коли реєструєтесь на сайтах, не вказуйте особисту інформацію – номер телефону, домашню адресу – та не залишайте власних фотографій. Використовуйте надійні складні паролі, а веб-камеру – лише коли спілкуєтесь з друзями або родичами.

Агресора ігноруйте або навіть блокуйте – більшість інтернет-ресурсів пропонує таку функцію своїм користувачам.

Бережіть себе в інтернеті та поза ним!

Перегляд ролика «Розваги та безпека в інтернеті»

(<http://www.youtube.com/watch?v=3Ap1rKr0RCE>).