

Классный час на тему:

« Кибербуллинг и как с ним бороться » (5-9 классы)

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

Оборудование: компьютер, проектор, видеосфрагмент.

Ход занятия

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

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

(Демонстрация видеосфрагмента из теленовостей «Виртуальное пространство становится все менее безопасным»)

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

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

На счету иркутского студента Артема Ануфриева и его напарника школьника Никиты Лыткина - 12 нападений и 6 убийств. Свои действия молодые люди объяснили просто: следовали подробным инструкциям в Интернете, как нужно убивать. Смотрели видеоматериалы и сами выкладывали свои записи на интернет-сайтах и в социальных сетях. В тех самых, где только в России общаются друг с другом десятки миллионов человек, большинству из которых нет еще и 18.

Ученик московского колледжа Кирилл Всемирную сеть использовал для того, чтобы подыскать себе жертву. "Получается так, что человека избил, он стал инвалидом до конца жизни, у меня условная статья получилась", - рассказал он.

Перед тем, как избить подростка в реальности, Кирилл долго унижал его в Интернете. Эта практика - нападения на человека в виртуальном пространстве - называется кибербуллинг (от английского слова bully - хулиган, драчун, насильник). Травля сверстников в социальных сетях стала модной забавой среди российских школьников и студентов.

Москвичка Кристина однажды обнаружила, что ее личная страничка взломана, а вместо милых фотографий - уродливые изображения с пошлыми надписями. Кристине было уже 15, и подобные нападки, которые продолжались около месяца, она пережила относительно спокойно. Но для детей до 12 лет, чьи снимки с помощью фотошопа превращают в непристойные кадры и отправляют их друзьям, это является шоком, справиться с которым они не в силах, даже выключив компьютер.

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

В Европе и США по поводу кибербуллинга тревогу бьют давно. Эти социальные ролики, показывают, насколько болезненно подростки переносят виртуальные оскорбления. После нескольких громких случаев самоубийства из-за компьютерной травли парламенты отдельных штатов в Америке приняли законы, по которым буллерам грозит наказание: от штрафа до нескольких лет лишения свободы.

В России ничего подобного нет. Хотя исследования показали: каждого четвертого ребенка в нашей стране унижают и травят в Интернете. Евгений из Москвы своих жертв выбирает из тех, кто на сайтах чрезмерно хвастается своей силой. Начинает оскорблять и пытается выманить на улицу.

Оградить своих детей от подобных учителей сложно, но можно. Самый жесткий способ - поставить на домашние компьютеры блокирующие программы, которые вообще запрещают выход в социальные сети и на сомнительные сайты. Не разрешать детям до 12 лет оставлять в Интернете свои фотографии, адреса, телефоны и номер школы. Попытаться контролировать нахождение в Интернете с мобильных телефонов. Но самое главное - не терять доверие ребенка к себе.

"Если разговор о том, что ты видел в Интернете, становится обычным разговором, то такие вещи могут сыграть больше, чем фильтры и всякие программы, которые ограничивают доступ к тем или иным сайтам", - говорит профессор факультета психологии МГУ Галина Солдатов.

Если ребенку грозит опасность, следует обращаться на бесплатный телефон горячей линии **8-800-250-00-15**, где консультант даст подробные разъяснения, начиная от того, что сделать с взломанной интернет-страничкой и заканчивая психологической помощью пострадавшему.

Кстати, если подросток когда-то пережил травлю, нужно внимательно следить за ним в будущем. Ведь по статистике, половина бывших жертв впоследствии сами становятся буллерами, желая отомстить виртуальным врагам за реально испорченное детство.

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

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

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

Американские исследователи выделили восемь основных типов буллинга:

- 1. Перепалки, или флейминг** — обмен короткими эмоциональными репликами между двумя и более людьми, разворачивается обычно в публичных местах Сети. Иногда превращается в затяжной конфликт. На первый взгляд, флейминг — борьба между равными, но при определенных условиях она может превратиться в неравноправный психологический террор. Неожиданный выпад может вызвать у жертвы сильные эмоциональные переживания.
- 2. Нападки**, постоянные изнурительные атаки — повторяющиеся оскорбительные сообщения, направленные на жертву (например, сотни sms на мобильный телефон, постоянные звонки), с перегрузкой персональных каналов коммуникации. Встречаются также в чатах и форумах, в онлайн-играх.
- 3. Клевета** — распространение оскорбительной и неправдивой информации. Текстовые сообщения, фото, песни, которые часто имеют сексуальный характер. Жертвами могут быть не только отдельные подростки — порой случаются рассылки списков («кто есть кто в школе»), создаются специальные «книжки для критики» с шутками про одноклассников.
- 4. Самозванство**, перевоплощение в определенное лицо — преследователь позиционирует себя как жертву, используя ее пароль доступа к эккаунту в социальных сетях, в блоге, почте, системе мгновенных сообщений, либо создает свой эккаунт с аналогичным никнеймом и осуществляет от имени жертвы негативную коммуникацию. Организация «волны обратных

связей» происходит, когда с адреса жертвы без ее ведома отправляют друзьям провокационные письма.

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

6. Отчуждение. Любому человеку присуще желание быть включенным в группу. Исключение же из группы воспринимается как социальная смерть. Чем в большей степени человек исключается из взаимодействия, тем хуже он себя чувствует, и тем больше падает его самооценка. В виртуальной среде это может привести к полному эмоциональному разрушению ребенка. Онлайн-отчуждение возможно в любых типах сред, где используется защита паролем, формируется список нежелательной почты или список друзей. Кибер-остракизм проявляется также в отсутствии ответа на мгновенные сообщения или электронные письма.

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

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

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

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

Определение участников интернет-травли.

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

- Жертва и преследователи.

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

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

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

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

Тренинг «Скульптура» (определение психол-го портрета каждого участника травли).

- Мы уже убедились с вами, что виртуальное общение занимает значительную долю нашего личного времени, но не означает, что общаясь виртуально, мы утрачиваем свои достоинства и недостатки, которые существуют во взаимоотношениях людей в реальном мире.

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

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

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

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

- Почему каждый из них оказался именно в данной роли?

- Какие качества характера проявляет каждый из них?

Жертва Преследователь Наблюдатель

Необычные черты Агрессивность пассивность

характера/внешности Эмоциональная глухота равнодушие

социофобия склонность к трусость

депрессивность правонарушениям отсутствие своего

болезненная ранимость Жестокость мнения

мстительность Ограниченный кругозор эгоистичность

- Какие мысли посещают Вас сейчас?

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

Можно сделать вывод:

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

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

Упражнение-тренинг на невербальную поддержку «Круг защиты».

В комнату заходит участник с завязанными глазами, остальные участники предупреждены о том, что будут говорить неприятные для участника слова (или толкать его). Затем в какой-то момент 2 человека подходят и берут участника тренинга за руки, образуя «круг защиты». Затем происходит интервьюирование.

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

Формирование правовой культуры у воспитуемых.

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

- Взрослые (родители, школьный психолог, учитель);

- телефон доверия

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

Формирование культуры информационного поведения. Создание «Декларации пользователей интернета»

- Человечество тысячелетиями создавало законы, по которым живет любое общество, определяло рамки дозволенного, формировало понятие культурного поведения. Так неужели,

выходя в новое пространство, в интернет, мы можем позволить себе вновь превратиться в пещерного человека, а все разногласия решать с позиции силы?

- ответы учеников

- Какой выход вы можете предложить?

(предложения учащихся, акцент на самой оптимальной форме)

– создать свою собственную «Декларацию прав и обязанностей пользователей интернета»

Каждая группа получает заготовленные фразы, которые они завершают таким количеством формулировок, которое сочтут необходимым.

Каждый человек, находящийся в виртуальном пространстве, имеет право на ...

- имеет обязанности...

1) уважение других людей

2) быть не такими, как мы;

3) иметь свою точку зрения и т.п.

Знакомство с положениями «Декларации», её утверждение путем голосования.

На слайде проецируется страница пустой Декларации, на которую прикрепляются положения, выдвинутые ребятами.

- Кто за то, чтобы созданная нами «Декларация» легла в основу наших принципов общения в виртуальном мире?

Рефлексия.

- В завершение нашего классного часа я предлагаю Вам сделать то, что мы делаем каждый день: написать СМС-совет неизвестному адресату, который находится в виртуальном пространстве.

После того, как смс-пожелания были написаны, предлагается "отправить" их в "накопитель информации", затем дети подходят и выбирают себе одно из "сообщений", знакомятся с ними.

В завершение классного часа ребятам предлагается прочитать полученные СМС, если у них есть такое желание.

Памятка «Как защититься от хамства и оскорблений в интернете»

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

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

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

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

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

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

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

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



Классный час в 9 классе



Классный час в 7 классе



Классный час в 8 классе