Кибербуллинг: угроза онлайн-травли, которая требует внимания.

Кибербуллинг — это травля с использованием цифровых технологий. Если обычный буллинг происходит в живую, как правило, в детском или подростковом коллективе, то кибербуллинг — явление, свойственное интернету.

Термин «кибербуллинг» ввели психологи в середине 1990-х годов, когда интернет пришёл в массы, чтобы описать травлю в онлайн-среде. Кибербуллинг может иметь разные формы: оскорбления, преследование, шантаж, домогательства, клевета, распространение личных данных. Всё это наносит психологическую травму жертве.

 Кибербуллинг – это длительный, систематический процесс. Он может воздействовать на жертву семь дней в неделю, 24 часа в сутки, не оставляя пространства и времени, в котором человек мог бы чувствовать себя защищенным.

Кибербуллингу могут быть подвержены и взрослые, и подростки, но дети находятся в особой группе риска. Как правило, с кибербуллингом чаще встречаются учащиеся средней и старшей школы, поскольку именно в подростковом возрасте дети пробуют разные формы доминирования в коллективе. Подростки ещё не умеют адекватно выражать свои чувства и эмоции и выпускать агрессию социально приемлемым путём. Однако, это не значит, что травле не может быть подвержен любой другой пользователь сети. Травля в интернете может быть абсолютно разной.

Например, написать токсичный комментарий под фотографией, оскорбить в групповом чате или в социальной сети, затроллить, выложить данные или подробности из личной жизни. Поводом для кибербуллинга чаще всего являются внешность, лишний вес, активность в интернете и т.д. Регулярные комментарии по поводу никчемности или ненужности могут привести к попытке суицида.

Как правило жертвами становятся тревожные, зажатые, пугливые подростки. У них мало знакомых и друзей, которые могли бы прийти на помощь и заступиться. Низкая самооценка только поддерживает в них убеждение, что всё сказанное агрессором правда, и дать отпор просто нет никакой возможности. А высокая тревожность не позволяет активно работать над собой. Таким образом агрессор быстро вычисляет «болевые точки» жертвы и начинает планомерно разрушать её жизнь.

Некоторые признаки, что у ребёнка проблемы с общением в Сети:

1.Ребёнок перестал использовать гаджеты или, наоборот, использует чаще обычного.

2.Ребёнок выглядит расстроенным, раздражённым, подавленным после взаимодействия с гаджетами.

3.У ребёнка резко ухудшились оценки.

4.Ребёнок стал закрытым, настороженным, не идёт на контакт.

Я провела анонимный опрос среди учащихся 6-9 классов нашей школы.

70% опрошенных проводят в Интернет в среднем 1-4 часа в день, а 30% - все свободное время.

Используют Интернет для развлечения, для общения , в образовательных целях, смотрят фильмы и сериалы, для любимого дела, когда нечем заняться.

90% опрошенных видели в интернетера различные непристойные сообщения, а

треть (33%) получали сами по Интернету обидные или непристойные сообщения.

Более половины (58) встречали Интернет страницы, на которых высмеивался определенный человек.

Информацию о себе выкладывают половино опрошенные.

Как обезопасить себя от угроз опрошенные отвечали по разному.

 Об угрозах по Интернету 34% рассказывают друзьям и только 22% родителям, а остальные никому.

Конечно нужно вести работу по предупреждению кибербулинга с детьми и их родителями.(может быть провести родительское собрание) Нужно объяснить ребёнку, 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. Родители должны быть в курсе, с кем контактирует в Интернете их ребенок. Старайтесь регулярно проверять список контактов своих детей, чтобы убедиться, что они лично знают всех, с кем они общаются.

**Предупреждение кибербуллинга:**

* Объясните детям, что при общении в Интернете, они должны быть дружелюбными с другими пользователями, ни в коем случае не писать грубых слов – 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.
* Если ребёнок стал жертвой буллинга, помогите ему найти выход из ситуации – практически на всех форумах и сайтах есть возможность заблокировать обидчика, написать жалобу модератору или администрации сайта, потребовать удаление странички.
* Объясните детям, что нельзя использовать Сеть для хулиганства, распространения сплетен или угроз.
* Старайтесь следить за тем, что ваш ребёнок делает в Интернете, а также следите за его настроением после пользования Сетью.

Есть разные способы защититься от кибербуллинга — горячие линии, жалобы на контент в интернете.

Если чувствуете, что ситуация выходит за рамки, — обращайтесь в полицию и к детскому психологу, в рамках школы

Виды кибербуллинга:

Троллинг

Не совсем буллинг. Это своего рода жёсткий вызов на состязание по юмористическому мастерству. Как правило, троллю не важно с кем и как долго пикетироваться. Если в ответ придёт более остроумная ремарка или будет полное игнорирование комментария, то «юморист» пойдёт искать себе другую площадку для выступления.

Флейминг

Тоже ещё не травля. Единичная вспышка гнева в адрес человека, выраженная через оскорбительный комментарий или жёсткую критику. Как правило, авторы таких грубых сообщений не нуждаются в ответе. Они вылили свою реакцию на вас и пошли дальше, через 2 минуты забыв о вашем существовании.

Хейтинг

Происходит от английского слова «ненависть» — это полноценная травля против человека, развертывающаяся в сети. Жертву буквально осыпают оскорбительными сообщениями и комментариями через все возможные источники – социальные сети, мессенджеры, видеохостинги и т.п.

Харасмент (домогательства)

Травля с явным сексуальным подтекстом. Человеку начинают приходить сообщения с фотографиями и видео сексуального характера, соответствующие призывы и признания. Обратной стороной может стать форма мести, при которой некогда близкий человек начинает угрожать выложить или выкладывает интимные снимки и видео файлы с жертвой на всеобщее обозрение.

Диссинг (клевета)

Распространение недостоверной информации и слухов о жертве, с целью нанести максимальный репутационный урон. Для этих целей могут быть созданы фейковые переписки, фотожабы, написаны посты с заведомо перевранными подробностями.

Подделка личности

Путём взлома страницы пользователя или создания её копии начинается распространение ложной информации и очернение человека. От лица жертвы рассылаются оскорбительные сообщения в адрес знакомых, учителей (если речь идёт о школьниках) и т.п.

Бойкот

Часто случается внутри реального коллектива. Жертву исключают из общих групп и чатов, лишая её возможности участвовать в обсуждениях и высказывать своё мнение. Поводом для бойкота внутри класса может стать любая мелочь, отличающая ребёнка от остальных.

Разглашение личных данных

Публикация в интернете любых сведений о человеке, которые не являются достоянием общественности, может повлечь за собой тяжёлые последствия для жертвы. Например, достаточно распространить домашний адрес известной личности, чтобы доставить ей огромных хлопот – вплоть до смены места жительства. Также выкладывание в сеть фотографий интимного характера или источника заработка без разрешения человека и т.п. является одним из видов травли.

Киберсталкинг

Длительное преследование в сети, сопровождающееся угрозами расправы и сексуальным домогательством. Агрессор буквально везде следует за своей жертвой – отмечается на фотографиях, комментирует любую активность в интернете, вступает в те же группы, вынюхивает информацию у друзей.

Открытые угрозы расправы

Комментарии и сообщения напрямую или заувалированно содержат в себе описания физической расправы. Предпринимаются попытки выследить жертву в реальном мире, назначаются «стрелки».