**Кибербуллинг как новая форма**

**угрозы безопасности личности ребенка**

Интегрируясь в мир интернет-технологий, подростки становятся уязвимыми к виртуальной агрессии сверстников, которая может довести даже до самоубийства. Термин «кибербуллинг» ввели психологи в середине 1990-х годов, чтобы описать травлю в онлайн-среде. Кибербуллинг (cyber-bullying), подростковый виртуальный террор, получил свое название от английского слова bull – бык, с родственными значениями: агрессивно нападать, бередить, задирать, придираться, провоцировать, донимать, терроризировать, травить. В молодежном сленге является глагол аналогичного происхождения – быковать. Кибербуллинг может иметь разные формы: оскорбления, преследование, шантаж, домогательства, клевета, распространение личных данных. Все это наносит психологическую травму жертве.

Кибербуллинг может быть:

1. Публичным: в присутствии зрителей, например, в обсуждениях под постом.
2. Личным: оскорбления поступают через личные сообщения.

В отличие от [обычного буллинга](https://findmykids.org/blog/ru/bulling-v-shkole) – травли в реальном мире – кибербуллинг происходит в интернет-среде, и зачастую не переходит в офлайн. Однако если речь идет о травле внутри коллектива (например, в классе), то виды буллинга успешно дополняют друг друга, усугубляя положение жертвы. Но если в реальности хулигана все видят и знают, то в сети процесс становится анонимным.

Важно отметить, что кибербуллинг – это длительный, систематический процесс. Единичный нелестный комментарий или гневный ответ еще не является травлей.

Кибербуллинг в сети имеет различные формы и названия. Попробуем разобраться в каждой из них:

- троллинг – это еще не совсем буллинг. Это своего рода жесткий вызов на состязание по юмористическому мастерству. Как правило, троллю не важно с кем и как долго пикетироваться. Если в ответ придет более остроумная ремарка или будет полное игнорирование комментария, то «юморист» пойдет искать себе другую площадку для выступления.

- флейминг тоже еще не является травлей, это единичная вспышка гнева в адрес человека, выраженная через оскорбительный комментарий или жесткую критику. Как правило, авторы таких грубых сообщений не нуждаются в ответе. Они вылили свою реакцию на пост, статью, видео, фото и т.п. и пошли дальше, через 2 минуты забыв о существовании предмета гнева.

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

- бойкот часто случается внутри реального коллектива. Жертву исключают из общих групп и чатов, лишая ее возможности участвовать в обсуждениях и высказывать свое мнение. Поводом для бойкота внутри класса может стать любая мелочь, отличающая ребенка от остальных.

- разглашение **личных данных – пу**бликация в интернете любых сведений о человеке, которые не являются достоянием общественности, может повлечь за собой тяжелые 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.

- киберсталинг – 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 завуалировано содержат в себе описания физической расправы. Предпринимаются попытки выследить жертву в реальном мире, назначаются «стрелки».

Кибербуллинг зачастую не сводится к какому-либо одному виду травли, он многогранен – все зависит от фантазии преследователя.

Кто же становится агрессором и жертвой? Как правило, **с кибербуллингом чаще встречаются учащиеся средней и старшей школы**, поскольку именно в подростковом возрасте дети пробуют разные формы доминирования в коллективе. Подростки еще не умеют адекватно выражать свои чувства и эмоции и выпускать агрессию социально приемлемым путем. Однако это не значит, что травле не может быть подвержен любой другой пользователь сети.

В процессе травли (как онлайн, так и офлайн) всегда принимает участие несколько сторон. Рассмотрим подробнее их портреты.

Агрессор – человек, нападающий на жертву, как правило, сам не уверен в себе и боится, что это станет заметным. Он хочет быть выше других, но не за счет своих особенностей, а за счет обесценивания жертвы. И если раньше задирой становились физически более развитые ребята, то с развитием технологий самоутверждаться за счет других может кто угодно.

Благодаря возможностям сети агрессор может прятаться под разными аккаунтами, а также заводить сообщников, что увеличивает объем вреда, наносимого жертве. Анонимность в интернете растормаживает нападающих и позволяет им больше, чем они могли бы сделать в реальной жизни.

Инициаторами травли могут быть дети:

- легко возбудимые и очень импульсивные;

- агрессивные дети, самоутверждающиеся за счет жертвы;

- уверенные в своем превосходстве над жертвой;

- желающие быть в центре внимания;

- мечтающие быть лидерами;

- со слабым самоконтролем.

Жертвой кибератаки может стать любой человек. Как правило, жертвами становятся дети:

- тревожные, пугливые подростки с низкой самооценкой;

- не имеющие ни одного близкого друга;

- застенчивые, замкнутые;

- склонные к депрессии;

- имеющие негативный опыт жизни;

- испытывающие физическое насилие дома.

У жертв мало знакомых и друзей, которые могли бы прийти на помощь и заступиться. Низкая самооценка только поддерживает в них убеждение, что все 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 ее жизнь.

Важно упомянуть еще одну сторону, участвующую в конфликте – свидетели. Даже не будучи агрессором или жертвой, часто можно увидеть кибербуллинг в интернете. Для неокрепшей детской психики это может стать серьезным испытанием. Свидетели могут занять одну из сторон став «помощником агрессора» или «защитником», а могут статься в стороне.

«Помощники агрессора» очень конформны (согласны с мнением большинства), готовы выполнять поручения агрессора и боятся оказаться на месте жертвы.

«Защитники» – участники кибербуллинга, всеми силами старающиеся остановить травлю, найти слова примирения. Они неконфликтны и хотят комфортного существования внутри коллектива. Это люди с нормальной самооценкой, не ищущие неприятностей.

Причины начинать преследовать жертву могут быть совершенно различными – обиды, зависть, злость. Но катализатором для перехода к активным действиям является кажущиеся анонимность и вседозволенность в интернет-среде.

Некоторые агрессоры изначально сами боялись оказаться среди жертв и поэтому нападают первыми. Так часто происходит со свидетелями травли. Путем унижения других участников они пытаются примкнуть к более сильной группе, а то и возглавить ее. Если цель состоит именно в утверждении себя в роли лидера, то обидчик скорее будет использовать свой личный аккаунт, а не анонимную личку.

Анонимность и практически безграничные возможности позволяют неуверенным в себе, слабым, озлобленным пользователям показывать себя сильными и умными в интернете. Такие люди, как правило, выбирают жертву среди тех, кто в чем-то их превосходит.

Часто объектами насмешек становятся представители других культур и национальностей. Отсутствие грамотной работы по сплочению коллектива в школе может привести к ярко выраженным конфликтам на межнациональной почве.

В первую очередь огромный урон наносится жертве кибертравли. Рвутся социальные связи (по крайней мере, так кажется подростку), повышается тревожность, возникают головные боли, ночные кошмары, падает настроение. У подростка может развиться депрессия и возникнуть суицидальные мысли.

Агрессор раз за разом осуществляя свои нездоровые желания, подпитывает негативные черты, усугубляет свои психологические проблемы. **Помните, что психически здоровый человек никогда не будет травить людей ни в реальной жизни, ни в виртуальной.** Впоследствии такой подросток с трудом сможет построить здоровые отношения с другими людьми.

Свидетели травмируются, находясь в среде, где происходит конфликт. Большинство детей вынужденно занимают позицию агрессора, чтобы не стать жертвой. Если в группе появляется «защитник», то ему приходится выдерживать колоссальное давление со стороны агрессивно настроенного большинства.

К сожалению, именно в школах чаще всего начинается кибербуллинг. Поэтому специалистам социально-педагогической и психологической службы стоит обращать особое внимание на атмосферу внутри класса. Благоприятная образовательная среда в психологическом аспекте выполняет роль атмосферы, безопасного и комфортного климата для реализации образовательного процесса и учебного взаимодействия, повышения духа взаимопонимания, дружбы и сотрудничества, этики и толерантности отношений, развития информационной субкультуры. Как показывают исследования и наблюдения, работа психолога по созданию психологически безопасной среды заключается в работе по трем направлениям: работа с родителями, педагогами и непосредственно с учащимися.

Конечно же, любую конфликтную ситуацию лучше предупредить, нежели потом устранять последствия. Исходя из чего первостепенной задачей, является просвещение. Обязательно в течение учебного года необходимо проводить просветительские мероприятия для всех участников образовательного процесса. Это могут быть классные часы, родительские собрания, семинары, педагогические советы и др. для того, чтобы родители, педагоги и несовершеннолетние понимали актуальность данной проблемы.

В качестве возможных мероприятий, проводимых в рамках антибуллинговой программы для родителей является просветительская работа на классных собраниях, посвященная информированию о травле, ее видах и способах вмешательства на темы «Как разговаривать с детьми о травле?», «Что делать, если мой ребенок стал жертвой травли?», «Что делать, если мой ребенок проявляет агрессию к другим детям?».

В рамках работы с учащимися возможно обсуждение в рамках классных часов таких вопросов: что такое травля, какие виды травли бывают, что делать, если я знаю о травле в отношении одноклассника или другого ребенка из школы. Очень важным моментом является установка на то, чтобы вмешательство в ситуации травли или сообщение о них не воспринималось детьми как проявление ябедничества. Принципиальным моментом, который должны понимать и разделять как педагоги, так и дети, является то, что вмешательство в травлю или сообщение о ней происходит с целью сделать жизнь одноклассника или товарища по школе лучше, а «ябедничество» преследует обратную цель – навредить кому-либо.

Возможно обсуждение на классных часах или уроках литературы произведений искусства, посвященных проблеме травли, например х/ф «Чучело» (реж. Р. Быков) или главу «Ивины» из книги «Детство» (Л.Н.Толстой); обсуждение правил поведения в классе, школе, проведение занятий на темы уважения к окружающим, ответственности, эмпатии, способам бесконфликтного общения и т.д.

Для педагогов просветительская работа состоит в проведении обучающего семинара, посвященного способам работы с ситуациями травли.

Рекомендации для проведения данного направления работы отражены в руководстве по противодействию и профилактике буллинга (под редакцией А.А. Реана), пособии «Преодоление и профилактика буллинга в школе» (составители Е.М. Калинкина, Н.Ю. Камракова), а также специалистами ГУО «Волковысский районный социально-педагогический центр» в 2022 году был разработан буклет «Кибербуллинг», в котором также отражены рекомендации для законных представителей по профилактике кибербуллинга, его прекращения и преодоления последствий.

Педагог-психолог, проводя диагностическое исследование по изучению эмоционального благополучия, уровня агрессивности, тревожности, мотивации может выявить детей, склонных к проявлению агрессии, чрезмерной импульсивности и наоборот склонных к позиции жертвы. Важным показателем уровня благополучия в классе являются результаты социометрии, которые не следует игнорировать. В данном направлении очень важны мероприятия по сплочению детского коллектива.

Как правило, дети, которые становятся инициаторами травли – это дети, у которых есть личностные проблемы. Им необходимо развивать чувство эмпатии, а детям, которые склонны к позиции жертвы буллинга необходимо помочь стать уверенными в себе, помочь научиться спокойно и уверенно говорить «нет». На это будет направлена коррекционно-развивающая работа.

Неотъемлемой частью работы специалистов социально-педагогической и психологической службы является консультирование. Особенно если буллинг имеет место быть в школьном коллективе. Здесь основная задача быть связующим звеном в системе школа – родитель – ученик.

Интернет дал всем людям возможность общаться и высказываться. К сожалению, не все умеют в нем культурно себя вести. Задача взрослых – научить детей общаться как в реальной жизни, так и в виртуальной. Научить отстаивать свои права, корректно высказывать свои мысли, критиковать без оскорблений, находить компромиссы и оставаться хорошими людьми даже под маской анонимности.