**КАК ЗАЩИТИТЬ ДЕТЕЙ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

Кибербуллинг (cyber-bullying), подростковый виртуальный террор, получил свое название от английского слова bull — «бык», с родственными значениями: агрессивно нападать, задирать, придираться, провоцировать, донимать, терроризировать, травить. В молодежном сленге глагол аналогичного происхождения — «быковать».

О детской агрессии, направленной на неугодных авторитетным одноклассникам сверстников, большинство из нас знают не понаслышке. В советских школах тоже обижали хилых очкариков, слишком умных «заучек». Объектом издевательств товарищей по парте можно было стать из-за любой ерунды, стоило только ядру класса под предводительством лидера объединиться против своей жертвы. Сегодня, когда львиная доля тинейджеров большую часть свободного времени проводит в соцсетях, проблема вышла на новый уровень. Анонимные (и не только) нападения на юных пользователей в интернет-сообществах набирают обороты. И кибербуллинг уже назвали новым способом насилия над детьми.

В семье Марины и Владимира едва не случилась трагедия: по чистой случайности отец нашел в ноутбуке личный дневник сына, где тот жаловался на травлю в соцсетях и писал, что если «быкование» не закончится, он вскроет себе вены. Мальчика отвели к психологу, который сумел вывести подростка из депрессии, разузнав всю подноготную этой истории. Оказывается, Миша в переписке ВКонтакте вступился за девочку, про которую его онлайн-друзья сняли оскорбительный ролик и выложили в открытом доступе. Детская агрессия вмиг развернулась в сторону защитника. Посыпались обидные фразы про Мишину внешность (мальчик страдает косоглазием), начался злобный троллинг в сообществах, где он состоял. Паренька изощренно доводили до белого каления ругательными СМС, пошлыми шутками. Крайне застенчивому, неуверенному в себе Мише, испытывавшему большие проблемы с налаживанием контактов с одноклассниками (и потому более или менее комфортно ощущавшему себя только в социальных сетях) хватило нескольких недель «веселой» жизни в реалиях кибербуллинга, чтобы всерьез задуматься о суициде. Благо мальчика вовремя остановили.

Об опасном «быковании» в сети более десяти лет назад заговорили в США. Началось все с непримечательного, на первый взгляд, случая. Американский подросток Жислен Раза снял видеоролик, в котором он изображал героя фильма «Звездные войны», используя бейсбольную биту вместо светового меча. Его одноклассники, не спросив разрешения, разместили видео в интернете, где запись просмотрели миллионы людей. Через два года был создан специальный сайт с этим и производными от него роликами, спецэффектами и музыкой из фильмов — он собрал более 76 миллионов посетителей. Видео с участием Жислена стало самым загружаемым файлом 2004 года. Ярлык «ребенка «Звездных войн» (Star Wars Kid) настолько изменил его отношения со сверстниками в школе, что родители были вынуждены обратиться к психиатру, а также подать судебный иск против родителей одноклассников, разместивших это видео.

Несколько лет назад компания «Лаборатория Касперского» исследовала кибербуллинг как одно из явлений виртуальной жизни. Выяснилось: почти треть родителей (26%) узнали о том, что их ребенок подвергается травле, намного позже, чем это происходило. Больше половины пап и мам (58%) в конце концов вынуждены были вмешаться, чтобы помочь ребенку. Кто-то закрывал доступ в соцсети, кто-то вел к психологу. 13% школьников признались, что уже сталкивались с реальной травлей в классе или спортивной группе, школе искусств. Как правило, она возникала из травли виртуальной.

Почему дети самоутверждаются, унижая других, и как защитить своего ребенка от «быкования»? Об этом и многом другом беседа с исполняющей обязанности заведующей кафедрой психологии и управления Минского областного института развития образования, психологом Ириной Ботяновской:

— Проблема травли подростков сверстниками в соцсетях, несмотря на свою кажущуюся «молодость», уже прочно обросла мифами. Например, часто приходится слышать мнение, что жертва кибербуллинга «не такая» и «сама виновата». Новенький, худой, высокий, рыжий, ребенок-«колясочник»... Перечислять можно до бесконечности. Знаю девочку-подростка, пострадавшую от травли за то, что у нее средний балл в школе — 9,9! Чаще всего речь идет об отношениях, которые складываются в детской среде. Как написано у братьев Стругацких в «Хромой судьбе»: «Против кого дружите?» Отличие, за которое травят (реальное или мнимое), выступает лишь поводом для травли. Причем поводом в данном конкретном случае и в данной конкретной группе.

— **Еще говорят, что инициаторами травли становятся только несчастные дети.**

— И это далеко не так. Известны акты преследования, вызванные не аффектами и желанием отомстить и самоутвердиться, а холодным расчетом. «Охотники» прекрасно справляются с гневом, умеют вести себя корректно. Вы никогда не заподозрите в этом удивительно воспитанном ребенке инициатора кибербуллинга. А еще для кого-то травля других — средство самозащиты. По принципу: меня обидели — я обижу в ответ. Инициатор травли и жертва меняются местами. Все мы не раз слышали истории о «мести» своим обидчикам.

— **Буллинг проявляется только в детском возрасте?**

— Это явление не имеет возрастных и иных ограничений. С возрастом меняются лишь формы его проявления. В качестве примера можно привести дедовщину, или хейзинг (hazing). Иногда травле подвергается новичок в давно сработавшемся коллективе.

— **Многие родители искренне убеждены в том, что беспокоиться надо только тогда, когда имеют место факты физического насилия. Если ребенка «троллят» в социальных сетях, это можно пережить, ведь видимого вреда нет.**

— Различают два типа буллинга: непосредственный, физический (толчки, удары, пинки, побои и так далее) и косвенный, который иначе еще называют «социальной агрессией» (оскорбления, клички, распространение обидных слухов, клевета, плевки в жертву или портфель, запугивание, вымогательство, изоляция, бойкот). Ко второму типу относят и кибербуллинг, который опасен именно в силу своей мнимой безнаказанности и вседозволенности. Как сказал мне один мальчик-«тролль», он издевается над одноклассником в интернете, а не в реальной жизни, потому что «за обидное слово можно и в глаз получить».

— **Жертва буллинга может самостоятельно справиться с ситуацией?**

— Когда человек подвергается огромной психологической нагрузке (а травля именно такой случай), он должен обладать целым арсеналом средств, чтобы побороть негативное воздействие. Но признайтесь честно: кто из нас настолько хорошо «вооружен»? Поэтому не стоит оправдывать свое бездействие словами: «Он должен сам справиться, это сделает его сильнее!» Возможно, сделает. Если не сломает.

Еще одно заблуждение: краткосрочные меры (вызов к директору, родительское собрание и тому подобное) решат все проблемы. Чего точно не следует делать с агрессорами, так это собирать их в группы для групповых форм работы, будь то беседа или тренинг. И уж тем более не стоит организовывать для них «публичную порку» и заставлять просить прощения. Невозможно разрешить проблему за счет ужесточения дисциплины, отстранения буллера от учебы или организации «терапии» для жертвы травли. Ни одна разовая краткосрочная мера тут не поможет. Буллинг — это фактически вызов всей школе. И справиться с этим вызовом можно только долгосрочной системной работой по созданию в учебном заведении атмосферы безопасности.

— **Как правильно реагировать на происходящее подросткам, которые стали объектом кибербуллинга?**

— В первую очередь не стоит вестись на провокацию. Потому что травля — это именно провокация. Вероятнее всего, ребенок не сможет закрыть глаза на попытку его запугать. В таком случае разумнее будет поменять полярность события: если он меня травит, значит, он выделяет меня из толпы. Значит, я лучше. Я молодец! Этим мне стоит гордиться! А уже после этого нужно найти для себя ответы на два вопроса: что во мне привлекло внимание этого человека и где я могу применить это качество во благо, раз его уже замечают другие люди, хотя я и не приложил к этому ни малейшего усилия?

— **По каким признакам родители могут распознать, что их ребенок стал жертвой травли?**

— Обращайте внимание на любые кардинальные изменения в жизни сына или дочери (только сами при этом не превратитесь в буллера). Например, на отношение к гаджетам. Возможно, вас порадует факт, что ребенок перестал так часто «ходить» в соцсети, но не посчитайте за труд узнать причину. При этом ни в коем случае не превращайте такую беседу в допрос. Насторожить может изменение в настроении. Школьник или излишне грустен, или, напротив, излишне весел и жизнерадостен без повода? Такое поведение может быть лишь маской. Также стоит обратить внимание на тревожный сон, проблемы при засыпании вечером и просыпании утром, разные боли. Никогда не лишним будет узнать причину, по которой бывший любитель прогулок отказывается выходить из дома. А уж тем более тревожный звонок — отказ ребенка посещать школу.

— **Как в этом случае грамотно вести себя мамам и папам?**

— Сразу скажу — противостоять травле трудно. Ведь фактически это означает пойти против общественного мнения. Для этого нужно иметь недюжинную силу духа. И этот барьер, впрочем, как и любой другой, нельзя брать с наскока. Способность противостоять воле большинства не развивается за один день. И, вероятнее всего, вашему ребенку понадобится ваша помощь. Как говорит английская пословица: не воспитывай детей, все равно они будут похожи на тебя. Воспитывай себя.

В качестве долгосрочных рекомендаций могу сказать только одно: просто общайтесь с вашими детьми. Не контролируйте, а именно общайтесь. Говорите. Болтайте. Трещите без устали. По телефону ли, в скайпе или где-то еще. Я не призываю всех сразу заделаться лучшими друзьями для своих детей. Но хотя бы не становитесь для них чужаками!