

Система работы учреждения образования по профилактике кибербуллинга в подростковой среде

*Жиренок Наталья Витальевна,
зам.директора по воспитательной работе
ГУО «Порослянская средняя школа»*

Одно из определений «кибербуллинга» в широком смысле звучит следующим образом: один из видов современного отклоняющегося поведения подростков, который получил свое развитие с появлением социальных сетей в Интернете. Проводя за компьютером, планшетом, мобильным телефоном существенную часть своего времени подростки оказываются подвержены неблагоприятному влиянию разного рода информации, и сами становятся источниками подобных воздействий. Эту проблему можно рассматривать в качестве продолжения и модификации существующей проблемы буллинга в реальной жизни. Буллинг – одна из современных форм девиантного поведения подростков. С появлением интернет-коммуникаций молодые люди получили новые возможности и активно пользуются виртуальным пространством для реализации своей агрессии, унижая и оскорбляя других людей, что может иметь тяжелые последствия для жертв.

Интернет и социальные сети стали частью повседневности не только для учащихся школ, но и для большинства родителей и педагогов. Ежедневное использование всемирной паутины приводит к тому, что некоторые формы социального взаимодействия «перетекают» в онлайн, или, по меньшей мере дублируются ещё и в этом измерении, оказывая неизбежное влияние на обстановку в коллективе. Кибербуллинг, или травля в сети – всё чаще становится объектом внимания со стороны школы. Дети и подростки могут столкнуться с насмешками, угрозами и издевательствами сверстников в стенах школы и за их пределами, но с развитием социальных сетей и новых технологий они становятся всё более уязвимы, а, следовательно, сам феномен агрессии и травли среди подростков – получает новый импульс для развития, теперь уже в новых условиях.

Как и любой другой вид травли, кибербуллинг крайне важно своевременно обнаружить и корректно на него отреагировать. Но всегда ли нам, педагогам, хватает инструментария и авторитета для того, чтобы справиться с агрессией, которая рождается далеко за пределами школьных коридоров и локализуется в чатах, блогах, комментариях, личных сообщениях, в лентах социальных сетей. Заметить реальную драку и принять меры дисциплинарного характера против её инициаторов и активных участников – в силах педагога, так

как происходящее в школе – зона нашей ответственности. В действительности кибербуллинг может становиться продолжением травли в школе. В связи с этим сотрудникам школы бывает непросто разобраться, по каким признакам распознать ребят, нуждающихся в помощи, и какую модель поведения в такой ситуации выбрать.

Результаты исследований, которые неоднократно проводились под эгидой ЮНЕСКО, говорят о том, что школьники, систематически сталкивающиеся с буллингом и кибербуллингом, больше склонны к рискованному поведению – экспериментам с психоактивными веществами и алкоголем, небезопасным сексуальным отношениям – и, как следствие, больше подвержены риску столкнуться с нежелательной беременностью, ВИЧ и ИППП. Кроме того, подростки, ставшие объектами травли, чаще задумываются о суициде. От незамысловатых словесных перепалок в публичных до систематического троллинга, шантажа интимными фотографиями или откровенного преследования с угрозами для жизни, подросток может встретиться с любой из форм кибертравли и пострадать от неё даже сильнее, чем во время оффлайн-столкновения со сверстниками. В сети нет чётких правил игры, и обидчик, не видя вживую объекта своей агрессии и часто скрываясь за маской анонимности, не ощущает вины за свои действия.

Таким образом мы имеем, что кибербуллинг - это травля с использованием цифровых технологий. Кибербуллинг может происходить в социальных сетях, мессенджерах, на игровых платформах и в мобильных телефонах. Это целенаправленная модель поведения, которая ставит своей задачей запугать, разозлить или опозорить того, кто стал объектом травли. Примерами являются:

- распространение ложной информации или размещение ставящих в неловкое положение фотографий в социальных сетях;
- отправка обидных сообщений или угроз в мессенджерах;
- выдача себя за кого-то другого и отправка неприемлемых сообщений другим от его имени.

Травля в личном общении и кибербуллинг часто могут происходить одновременно. Но кибербуллинг оставляет цифровой след - запись, которая может оказаться полезной и может использоваться в качестве доказательства для того, чтобы пресечь злоупотребления.

Когда травля происходит в сети, может возникнуть ощущение, что атакуют повсюду, даже дома. Может показаться, что спасения нет. Последствия могут быть длительными и воздействовать на человека разными способами:

- психологически - человек расстроен, чувствует себя смущенным, глупым, иногда даже злым;
- эмоционально – чувство стыда или утрата интереса к любимым вещам;
- физически - чувство усталости (потеря сна) или даже такие симптомы, как боли в животе и головные боли.

Ощущение того, что над тобой насмеются или издеваются может помешать открыто говорить об этом или попытаться справиться с проблемой. В самых крайних случаях кибербуллинг может даже привести к тому, что человек расстается с жизнью.

Кибербуллинг влияет на детей по-разному. Но это можно преодолеть, помочь восстановить и уверенность в себе, и здоровье.

Чтобы больше обратить внимание на проблему кибербуллинга в классных коллективах в ГУО «Порослянская СШ» стала традицией проводить тематические шестые школьные дни. В 2021/2022 учебном году – День кибербезопасности (21.10.2021), День безопасности (28.05.2022). Первая тематическая суббота была больше направлена на безопасное поведение в сети Интернет. В этот день для учащихся школы прошли следующие внеклассные мероприятия, направленные на формирование у школьников основ безопасного поведения в Интернет-пространстве: конкурс рисунков «Безопасный интернет», викторина «Безопасность в сети Интернет», видеолекторий «Осторожно, фишинг», час общения «Его величество Интернет», этическая беседа «Просто о важном. Кибербезопасность — твой курс», игра-викторина «Безопасность в интернете», круглый стол «Секреты киберпространства» и они мало затрагивали волнующую нас тему.

Профилактика насилия среди подростков онлайн и оффлайн – важное направление деятельности ЮНЕСКО: нездоровый психологический климат в школьном коллективе не только негативно сказывается на успеваемости, мотивации и эмоциональном состоянии учеников, но и часто становится фактором, напрямую влияющим на здоровье и благополучие молодых ребят. ГУО «Порослянская СШ» реализует экспериментальный проект «Дружественная и поддерживающая среда в учреждениях общего среднего образования». 18-20 мая 2022 года ЮНИСЕФ в сотрудничестве с Белорусским государственным педагогическим университетом им. Максима Танка и при поддержке Министерства образования Республики Беларусь организовало фестиваль «Школа свободная от насилия (буллинга)» на базе Национального детского образовательно-оздоровительного центра «Зубренок». В рамках работы фестиваля команда учащихся нашей школы посетила презентацию МТС по проблеме кибербуллинга.

В рамках реализации инновационного проекта «Дружественная и поддерживающая среда в учреждениях общего среднего образования» 28 мая в ГУО «Порослянская СШ» прошел тематический шестой школьный день — День безопасности. Согласно опросам, каждый второй ребенок когда-либо подвергался психологическому насилию. А буллингу, травле в коллективе, — от 20 до 25 %. В 2018 году ЮНИСЕФ провел в Беларуси исследование, которое показало: порядка 11–12 % учеников 5–11-х классов считают атмосферу в школе недружелюбной. Причина — агрессия со стороны сверстников, старшеклассников или учителей. Для профилактики насилия в школе для учащихся 5-11 классов в субботу прошли следующие мероприятия: круглый стол «Подросткам о безопасности, или как избежать неприятностей», который затронул вопросы физического насилия, сексуального насилия и эксплуатации, кибербуллинга; интерактивное занятие «#ИнтернетБезБуллинга. Как защититься от травли в интернете и самим не стать хейтерами» — учащиеся прошли тест на тему кибербуллинга, разработали оптимальные правила поведения в сети Интернет; устный журнал «Безопасность детей в сети» — научились создавать надёжные пароли, отличать реальную, поддельную и искажённую информацию, определили, какой информацией можно делиться, а какой — нет; коллажирование «Буллинг? Не в моей школе» — создали плакат с правилами класса и школы; видеолекторий «Школа свободная от насилия» — просмотрели и обсудили видеоролики детей, которые пострадали от буллинга, предложили возможные выходы из подобных ситуаций. Для проведения качественных мероприятий с фестиваля я привезла книги, которые помогли классным руководителям провести работу в классных коллективах.

Формировать привычки так называемой кибергигиены у людей нужно с ранних лет. Родителям и учителям следует рассказывать детям о правилах безопасного поведения в интернете, как только юные пользователи получают доступ к компьютеру или смартфону, а это 5-6 лет. Подобно тому, как ребенок узнает о правилах безопасного перемещения по городу, когда он начинает самостоятельно ходить в школу. Наши дети — главная ценность в жизни. Современные технологии могут принести как много пользы, так и вреда. Так как современные телефоны и планшеты становятся все сложнее, то необходимо совершенствовать свои знания для правильного использования гаджетов. С этой целью в шестой школьный день — День кибербезопасности 29.10.2022 для учащихся учреждения состоялись следующие мероприятия: профилактическое занятие «КиберДети», занимательная викторина «Дети в Интернете», час профилактики «Медиабезопасность подростков», интерактивный мастер-класс «IT-школьники».

29-30 января 2023 года на базе детского реабилитационно-оздоровительного центра «Ждановичи» проходил финальный тренинг-интенсив «Поиск новых решений для противодействия буллингу в подростковой среде». Пружанский район представили инициативные группы учащихся и педагогов ГУО «Средняя школа №1 г.Пружаны имени Краснознамённого Белорусского военного округа» и ГУО «Порослянская средняя школа». На протяжении двух месяцев учащиеся принимали участие в онлайн тренингах, работали над созданием креативных идей и, пройдя обучение по технологии UPSHIFT (методология социального проектирования), создали авторский проект по профилактике кибербуллинга в подростковой среде. Совместно обе команды нашего района одержали победу, получили финансирование в 1000\$ и менторскую поддержку. Наша креативная идея, которая сейчас находится в стадии доработки, - это разработка и внедрение в Telegram стикеров «Бенз негатива в сети».

Во втором полугодии текущего учебного года я продолжила планировать и проводить тематические субботы. 28 января 2023 года в школе прошёл шестой школьный день — День психологической культуры. Психологическая культура—это достаточно высокое качество самоорганизации и саморегуляции любой жизнедеятельности человека, различных видов его базовых стремлений и тенденций, отношений личности. Она необходима для гармоничного развития человека, правильного понимания себя, других людей и окружающей действительности, что способствует сохранению психического здоровья, добрых отношений и взаимопонимания. В этот для учащихся школы прошло коллажирование «Мы — это много Я», занятие с элементами тренинга «Правила моего класса», психологическая игра «Дорога моей жизни», тренинговое занятие «Ценности современного человека». На первый взгляд тематика субботы не пересекается с тематикой моего вступления, но посетив тренинг-интенсив «Поиск новых решений для противодействия буллингу в подростковой среде» и посетив мероприятия для менторов я поняла, что такие субботы также важны. Профилактика кибербуллинга начинается с того, что детям необходимо повышать свою психологическую культуру и развивать личность.

Также нам было рекомендовано ЮНИСЕФ в Беларуси и МТС 7 февраля в Международный день безопасного интернета провести мероприятия по теме «Кибербуллинг». 7 февраля 2023 года в День безопасного Интернета в нашей школе прошла дискуссия для учащихся «Социальные сети», которая помогла запустить рефлексию по поводу угроз и возможностей Интернета. В фойе школы прошёл флешмоб «День безопасного Интернета», в рамках которого

учащиеся оставили свои предложения о том, что они хотели бы еще узнать или обсудить по данной тематике. В этот день Onliner и МТС представили откровенную видеоисторию о буллинге в интернете.

Я бы хотела с Вами сейчас поделиться материалами презентации МТС: воркбук в формате «зин» для детей и подростков «Как защититься от травли в интернете и самим не стать хейтерами». Воркбук объясняет, что такое кибербуллинг и как его предотвратить. Информация в пособии подается в доступной форме и чередуется с творческими и практическими упражнениями. На конкретных примерах, а также с помощью наводящих вопросов и заданий, дети и подростки узнают, как можно избежать травли в интернете, и что делать, если неприятная ситуация все же произошла. При создании воркбука использовались материалы совместного проекта МТС и ЮНИСЕФ #ИнтернетБезБуллинга — обучающие видеоролики и тесты-тренажеры.

Во-первых, на сайте есть тест на тему кибербуллинга: прохождение теста даст возможность почувствовать себя в роли одной из сторон кибербуллинга и научит справляться с непростыми ситуациями. Правильные ответы и комментарии к тесту станут советами и помогут грамотно реагировать, если вы столкнулись с травлей в Сети. Тесты разработаны для детей (меня обижают в интернете, я веду себя агрессивно в интернете, я свидетель травли в интернете) и взрослых (моего ребенка обижают в интернете, мой ребенок ведет себя агрессивно в интернете, я педагог).

Во-вторых, на сайте есть достаточное количество видеороликов: истории кибербуллинга, основанные на реальных событиях, а также видеоролики на тему профилактики кибербуллинга.

В-третьих, воркбук по антибуллингу для детей и подростков по русскому и белорусскому языкам (можно просмотреть и скачать версию для печати). Воркбуком можно пользоваться педагогам для разработки цикла занятий с классом или группой, или давать отдельно учащимся, которые не готовы рассказать о проблеме.

Для того, чтобы открыто говорить о проблемах в школьных коллективах с прошлого учебного года в школе ведет свою работу объединение по интересам «Тур де Форс», в 2022/2023 - «Тур де Форс» и «Театралы» под руководством педагога дополнительного образования Пытель М.Ю. В объединение по интересам официально записаны учащиеся 5-6 классов, но принимают участие в постановках и видеосъемках практически все учащиеся школы. У объединения по интересам есть свой аккаунт в TikTok, на который они загружают короткие видео по различной тематике (профилактика буллинга, кибербуллинга, наркомании). Примечательно, что сценарии учащиеся

предлагают сами, сами организовывают съемки и монтаж, а руководитель следит за процессом, наставляет. Предлагаю сейчас просмотреть цикл коротких роликов, которые они сняли с начала учебного года.

Педагогам тоже важно узнавать о том, как работает интернет и социальные сети, какими сайтами и платформами пользуются подростки, какой сленг употребляют. Это позволит корректно среагировать, если подросток решится обратиться за советом или помощью к учителю, ведь учитель будет понимать, почему сложившаяся ситуация действительно серьезна, а не просто блажь впечатлительного ребёнка.