

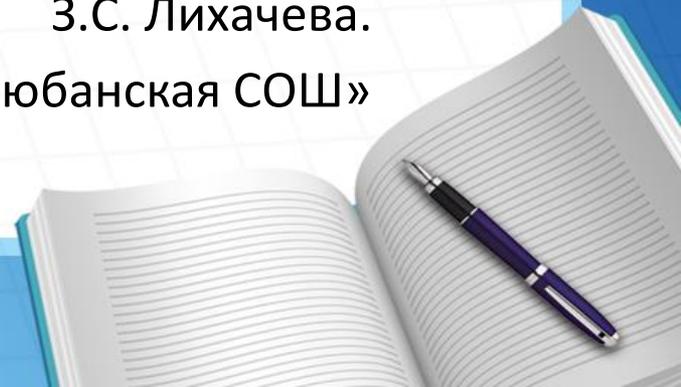
# Родительское собрание «Буллинг»



Download from  
Dreamstime.com

12/10/10  
Dor Bar | Dreamstime.com

Педагог-психолог  
З.С. Лихачева.  
МКОУ «Любанская СОШ»



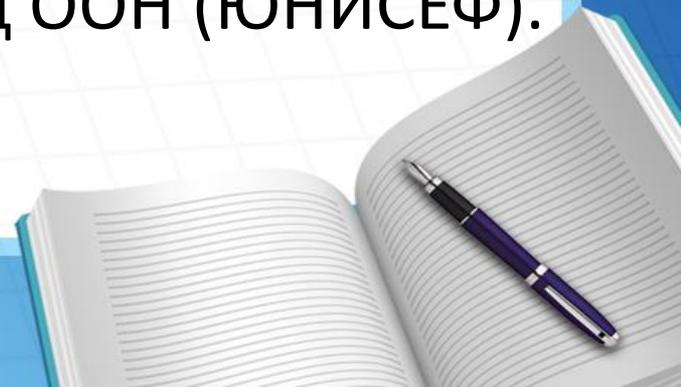


Download from  
Dreamstime.com  
This content not for sale or for publishing purposes only.

23958875  
Dave Bredeson | Dreamstime.com

- В мире каждые 7 минут погибает от насилия подросток.

Такие данные опубликовал в докладе Детский фонд ООН (ЮНИСЕФ).



# Цифры и факты

- Буллинг — один из примеров насилия, который пережили около 130 млн подростков в возрасте от 13 до 15 лет. Согласно последним данным, в течение прошлого года 9 млн. девочек в возрасте от 15 до 19 лет вынуждены были вступить в половую связь или подвергались другим сексуальным действиям. В 20 странах около 9 из 10 девочек-подростков заявили о том, что их принуждали к сексу и впервые это произошло в подростковом возрасте.

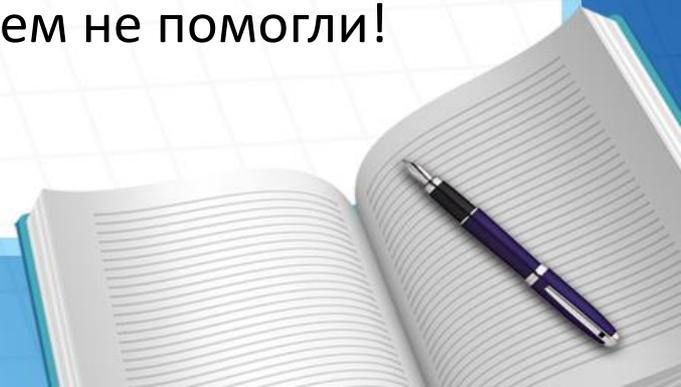


- **Кибербуллинг:  
что делать, если  
ребенка травят  
в интернете  
одноклассники?**



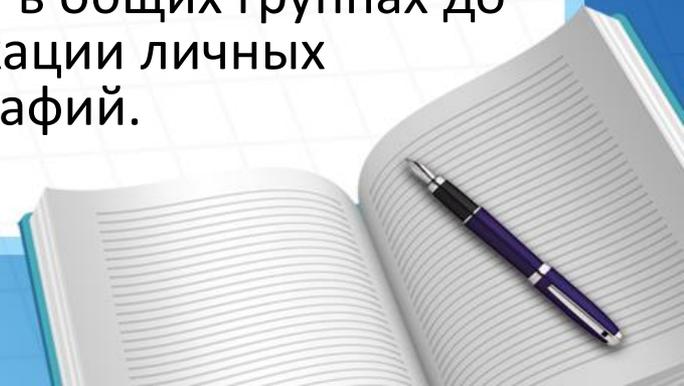


- Примерно 50% ребят не рассказывают родителям, что видели буллинг со стороны или терпели издевательства других школьников.
- Но самое страшное — половина из тех, кто все же поделился с родителями своей проблемой, утверждают, что взрослые им ничем не помогли!





- Травля в школе, конечно, существовала всегда, но распространение социальных сетей открыло новую площадку для буллинга. Место физической агрессии теперь заняли оскорбления, угрозы и шантаж в интернете. Кибербуллинг принимает разные формы: от оскорбительных опросов про жертву в общих группах до публикации личных фотографий.



- Кибербуллинг достиг таких масштабов, что самим социальным сетям пришлось признать проблему и начать с ней бороться: в частности, Вконтакте вместе с Институтом ЮНЕСКО по информационным технологиям в образовании проводят хакатоны по разработке ботов, отслеживающих агрессивные комментарии, и продумывают способы поддержки жертв травли. Тем не менее, безопасность подростков не отдашь на откуп интернет-сервисам — родителям приходится думать о том, как защитить своих детей.



- **Вот несколько простых шагов, которые позволят помочь ребенку справиться с буллингом в сети:**



# Учите и учитесь доверять

- Любой родитель хочет знать, если ребенка кто-то обижает, но даже в наш век тотального контроля единственный способ оставаться у руля — это взаимное доверие. Объясните детям, что они могут, не опасаясь негативной реакции, рассказывать вам не только о хороших новостях, но и о плохих. Объясните, что у вас нет цели контролировать жизнь ребенка и вы не будете предпринимать никаких шагов за его спиной, зато с высоты своего опыта можете дать дельный совет и указать направление, в котором искать решение конфликта.



# Воспитывайте уверенность в себе

- Поддерживайте в детях уверенность в себе не только словом, но и действием. Помогите найти занятие, которое им понравится, и развить навыки, которыми можно гордиться. Успешный и уверенный в себе ребенок с меньшей вероятностью станет жертвой агрессии — а если травля все же случится, легче справится с ней.



# Научите защищать личную информацию

- Расскажите ребенку, что можно публиковать в интернете, а какой информацией там делиться не стоит. Как минимум, домашний адрес и номер телефона точно нужно держать в секрете, ведь даже посты, доступные только друзьям, могут стать достоянием всего интернета. Научите ребенка внимательно относиться к тому, что и где он публикует.  
Объясните, как работают настройки безопасности в социальных сетях и мессенджерах: они, например, позволяют запретить отмечать себя в чужих постах и на фотографиях. Убедитесь в том, что ребенок понимает важность защиты своих аккаунтов: нельзя делиться паролями от них даже с лучшими друзьями.



# Ограждайте от агрессии

- Самый простой способ прекратить кибербуллинг — «забанить» агрессора. Ребенок должен понимать, что на оскорбления в социальных сетях можно и нужно жаловаться. Для этого рядом с каждым постом или комментарием есть кнопки «Пожаловаться» или «Report». Агрессивных собеседников нужно отправлять в «черный список» — тогда они больше не побеспокоят. Главное — понять, что нет ничего стыдного в том, чтобы избавиться от травли, «забанив» обидчика. Это не признак слабости, а совсем наоборот — способ сказать «это несправедливо, и я не хочу это слышать».



# Добавьте в друзья своего ребенка

- Вместо того, чтобы в приказном порядке требовать у детей ссылки на их аккаунты и пароли доступа, предложите им подружиться в социальных сетях. Так вы сможете поддерживать ребенка (например, лайкая записи его видеоблога) и параллельно следить за его поведением в интернете: с кем он общается, в каких группах состоит.

Объясните детям, что вы хотите дружить в соцсетях не для того, чтобы нарушать их право на частную жизнь, а чтобы разделять их интересы и поддерживать в трудную минуту.



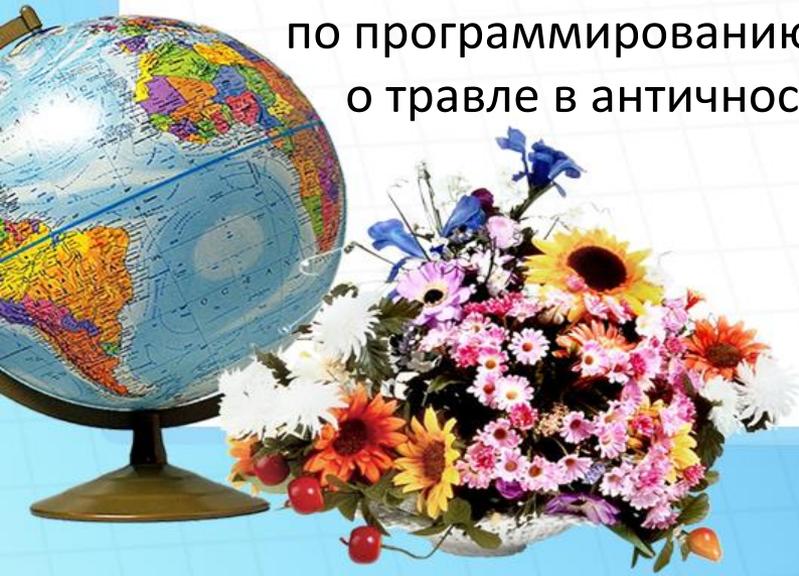
# Следите за тем, что происходит в школе

- Кибербуллинг редко возникает в вакууме: скорее всего, он является частью более масштабной травли. Установите контакт с педагогами и школьным психологом, чтобы оперативно узнавать о всех возможных проблемах. Не стесняйтесь делиться с классным руководителем своими опасениями и акцентировать внимание на возможных проблемах. Только работая вместе, школа и семья могут выработать политику нетерпимости к любому виду травли.



# Нельзя отвечать агрессорам

- Наиболее действенная стратегия — игнорировать кибербуллинг. Чем меньше внимания обращать на агрессоров, тем меньше будет их мотивация продолжать травлю. Объясните ребенку, что агрессор не лучше и не хуже него, он такой же ребенок, которому, скорее всего, отчего-то очень страшно, а когда он вырастет, будет еще и стыдно. Не нужно отвечать на оскорбления, нельзя допускать эскалации конфликта — это не решит проблему. Гораздо перспективнее игнорировать травлю и сосредоточиться на своем развитии: найти хобби, которое всех поразит, выиграть школьный чемпионат по программированию или сделать блестящий доклад о травле в античности.



# Рекомендации психологов

- Дети и родители в этой области далеки друг от друга: родители чаще всего не интересуются, чем именно занят в интернете ребенок, а дети это знают и не рассчитывают на понимание. Признаки кибербуллинга в соцсетях или играх те же, что и при обычной травле: высокая тревожность, нервозность, депрессия разной степени тяжести; дети из 5–8 классов тяжелее переносят травлю, чем старшеклассники.



# Рекомендации психологов

- Важно понимать, что уязвимы все участники кибербуллинга. Жертва не только испытывает давление и унижение, но также боится выходить в сеть, а это забирает у ребенка один из основных на сегодня каналов общения со сверстниками. Свидетель уязвим, поскольку теряет веру в справедливость мира и в социальную поддержку.  
Участник травли попадает в зону риска в силу чаще всего полной безнаказанности, и это ведет его на дорогу реальных правонарушений и рискованного поведения.



# Рекомендации психологов

- Также, совершив опрометчивый поступок, например, ударив кого-то и засняв это на видео или отправив кому-то свои интимные фотографии, ребенок столкнется с высокой тревогой из-за опасности шантажа, поэтому последствия кибербуллинга могут продолжаться довольно долго и принимать разные формы.

Сразу отмечу, что отобрать гаджет или увеличить контроль над поведением в интернете — не выход, это травмирует ребенка еще больше. Сейчас лишить человека доступа к интернету — это все равно что завязать ему глаза или изолировать его в комнате без окон.



# Рекомендации психологов

- Бороться с кибербуллингом нужно только разобравшись в ситуации, то есть доверительно поговорив с ребенком и создав чувство безопасности и поддержки. Работать с психологом можно индивидуально или всем классом, при этом процесс должен вовлекать и жертву, и агрессора, и свидетелей.



# Правовые рекомендации

- С правовой точки зрения, на самом деле, жертвы достаточно защищены, но редко знают об этом.  
Закон о «праве на забвение» в силе, данные из интернета можно изымать через суд или при участии модераторов соцсетей; применимы к ситуации кибербуллинга и другие законы.  
Основной рецепт успеха — бороться не с самим кибербуллингом в момент, когда травля уже в самом разгаре, а с недоверием между родителями и ребенком, и, конечно, повышать собственную осведомленность в механизмах интернет-общения.



- На данный момент буллинг стал настоящим бедствием всей России. Дети боятся, что им отомстят обидчики в случае огласки, не поверят другие люди, что их обвинят в сложившейся ситуации - что, кстати, часто происходит, - и молчат о травле, а затем...  
Я не хочу, чтобы у нас в школах была стрельба. Мы - не Америка. У нас другой путь решения проблем.  
И не хочу, чтобы детей доводили до такого состояния. До самоубийства. До нанесения себе вреда. До депрессий.

**Это наше будущее...**



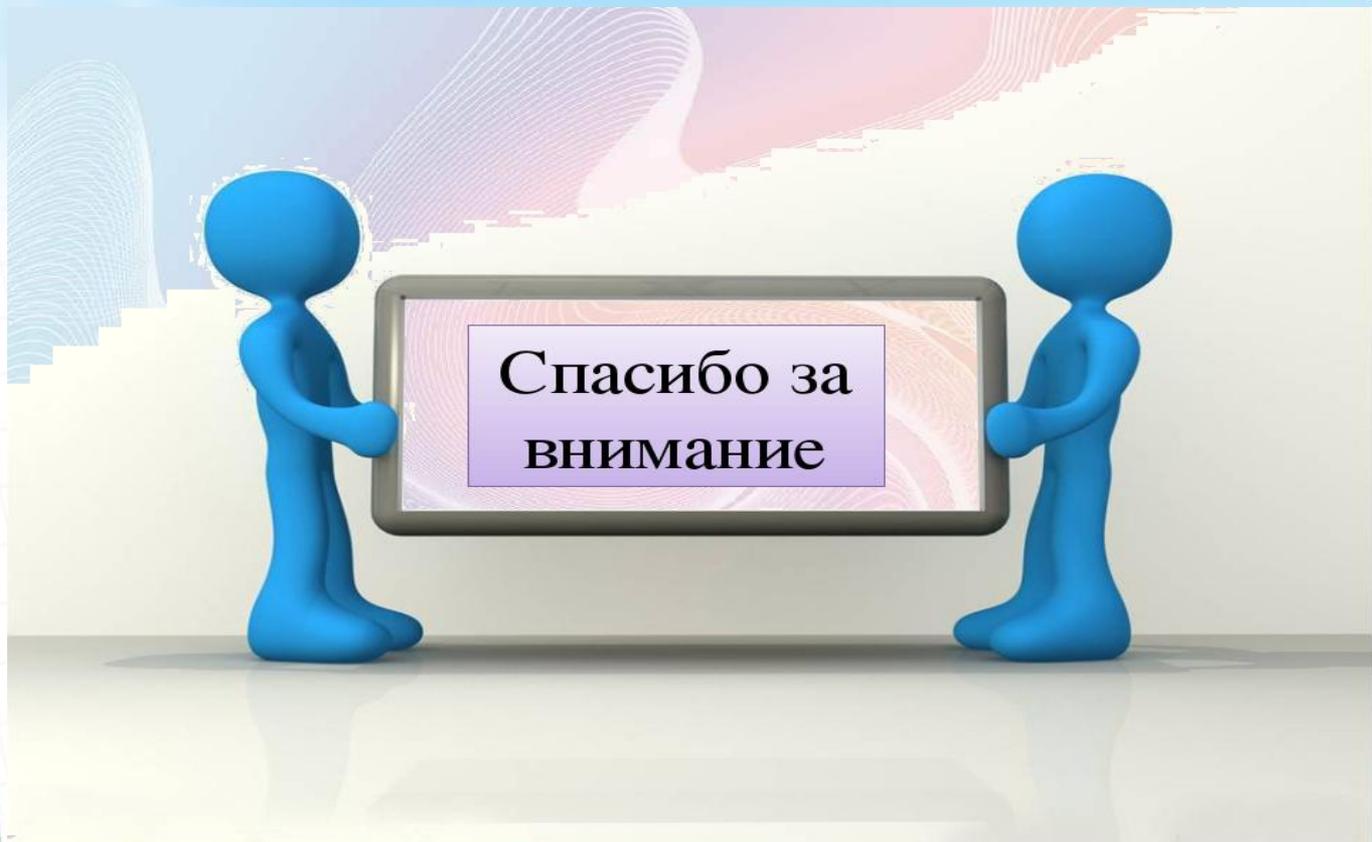
- Сейчас - они дети. А потом - они взрослые. И такой буллинг будет в институте. На работе. Булли этому будут учить уже своих детей. И это будет такая нация.
- В основе буллинга лежит зависть. И у нас тех людей, кто действительно выдающиеся уже в детстве, забьет серая масса, умеющая только объединяться в злобную стаю.

**И что мы получим?..**



- Если мы все объединимся и не дадим травить своих детей, наше общество станет намного лучше. Дети с детства будут знать, что нельзя, а что можно, и за что будет ответственность.





Спасибо за  
внимание

