

Г  
О  
М  
Е  
Л  
Ь  
С  
К  
А  
Я



Республиканский конкурс методических разработок  
«Воспитывающая среда как фактор  
становления и развития личности»

## Методическая разработка «Осознанная жизнь без насилия: кибербуллинг»

(номинация «Сделаем интернет безопасным вместе»)

О  
Б  
Л  
А  
С  
Т  
Ь

*Автор:*

*Макеева Вероника Сергеевна,  
преподаватель УО «Гомельский  
государственный  
автомеханический колледж»*



## СОДЕРЖАНИЕ

|   |    |
|---|----|
| Введение.....   | 4  |
| Адрес мероприятия. Организационно-методические условия реализации мероприятия ..... | 7  |
| Сценарий кураторского часа.....   | 8  |
| Заключение.....   | 21 |
| Список литературы.....  | 23 |
| Приложение 1. Карточки-задания.....   | 24 |
| Приложение 2. Фрагменты из кинофильма Роллана Быкова «Чучело».....                  | 26 |
| Приложение 3. Фрагменты из видеоролика «Непохожесть».....                           | 27 |
| Приложение 4. Фрагменты презентации.....  | 28 |
| Приложение 5. Памятка .....   | 29 |

## **Аннотация**

Данная методическая разработка «Осознанная жизнь без насилия: кибербуллинг» посвящена различным вариантам жестокого обращения в молодежной среде и в сети интернет. При этом акцент сделан на одной из злободневных проблем – кибербуллинг в социальных сетях. Использование данной работы позволит снизить агрессивные и враждебные реакции учащихся; оптимизировать межличностные и межгрупповые отношения; сформировать навыки конструктивного реагирования в конфликте; развить толерантность и эмпатию.

Методическая разработка учитывает возрастные особенности подросткового возраста, аспекты современных профилактических программ; содержит сценарий мероприятия, мультимедийную презентацию, созданную в программе PoverPoint; викторину – в программе <https://app.onlinetestpad.com>, видеоролики.

Материал имеет практическую направленность и может быть использован мастерами п/о, кураторами, педагогами-организаторами, СППС для проведения воспитательных мероприятий.

## ВВЕДЕНИЕ

Бурное развитие компьютерных технологий и широкое распространение сети Интернет открывает перед людьми большие возможности для саморазвития и общения. Сегодня количество пользователей сегмента сети составляет десятки миллионов людей, из них внушительная часть – дети и подростки. Но Интернет может быть не только кладезем возможностей, но и источником угроз.

О том, какую душевную травму могут нанести ребенку издевательства со стороны сверстников, очень проникновенно и тонко рассказано в фильме «Чучело». Времена меняются – подростки остаются теми же. Бойкоты никто не отменял, просто сегодня унижения переместились в несколько иную плоскость, и современные дети сталкиваются уже с травлей в Сети. У подобного явления даже существует свое название – кибербуллинг. Вторая часть термина происходит от английского слова *bull* – «бык». В переводе глагол значит: агрессивно нападать, придиরаться, провоцировать.

Главная опасность кибербуллинга – молниеносность. Одно нажатие клавиши – и оскорбительное видео или сообщение увидит огромное количество адресатов. При этом Всемирная паутина позволяет агрессорам сохранять свое инкогнито. Дети, которые становятся жертвами в Сети, зачастую даже не догадываются, кто является их обидчиком. Именно поэтому такой вид травли намного опаснее.

*«Когда люди не смотрят в глаза друг другу, они чувствуют вседозволенность. Понимание того, что, используя ник, можно представиться кем угодно, творить, что хочешь, и тебе за это ничего не будет, делает людей более жестокими, – поясняет автор и руководитель проекта «Интернет-безопасность детей Беларуси» Ольга Корсун. – Нравственные тормоза в данном случае просто не срабатывают».*

Не стоит сбрасывать со счетов и то, что кибербуллинг дает обидчикам возможность унижать жертву 24 часа в сутки, семь дней в неделю. То есть даже в стенах собственного дома ребенок не будет чувствовать себя защищенным.

**Актуальность темы:** проблема кибербуллинга в молодёжной среде ни в Беларуси, ни в России специально не изучалась. При этом, явление это для нас не новое. Травля в учреждениях образования процветала и в советский период, но долгое время тема табуировалась и не выходила за пределы школ. Есть только данные более глобальных исследований, которые в той или иной степени коснулись этой темы.

В 2016 году «Лаборатория Касперского» провела международное исследование поведения детей в Интернете, в котором участвовали в том числе

белорусские ребята, и установила, что более половины (56%) юных пользователей в стране находятся в Сети постоянно, то есть практически каждый час. Получается, вероятность столкнуться с обидчиками у детей действительно большая. Тем более что свыше половины несовершеннолетних (58 %) скрывают от родителей, чем занимаются в Сети.

Буллинг в Интернете может принимать разные формы – оскорбительные SMS, унизительные фото и видеоролики. Наличие смартфона у каждого ребенка привело к тому, что можно снять что угодно и когда угодно – даже в туалете. А потом шантажировать одногруппника неприличными снимками.

Почему подростки вовлекаются в кибербуллинг? Зачастую просто от скуки. Таких любителей травли называют еще сплетницами, потому что, как правило, к данному типу относятся девочки. Ими руководит скорее не желание кому-то навредить, а стремление развеять скуку. Однако есть и те, кто использует изощренные формы травли и преднамеренно доводит человека до срыва. Подобный виртуальный террор в итоге может даже закончиться суицидом.

Для Беларуси проблема кибербуллинга также актуальна. Известны примеры, когда подростки избивали и снимали все происходящее на видео, а потом выкладывали ролики в Сети. Однако вычислить «героев» не составило труда – в итоге понесли наказание не только они, но и их родители. Кибербуллинг остается невидимым, а нанесенный им ущерб – нераспознанным, но вполне реальным, несмотря на виртуальность этой проблемы.

## АДРЕС МЕРОПРИЯТИЯ

УО «Гомельский государственный автомеханический колледж»:  
г. Гомель, пр. Космонавтов, 19, учебная аудитория

## ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ МЕРОПРИЯТИЯ

Проведение воспитательного мероприятия «Мир права» предполагает следующие условия:

1. Наличие оформленного кабинета
2. Наличие, интерактивной доски или мультиборда.
3. Фрагменты видеофильмов:
  - Фрагменты из кинофильма Роллана Быкова «Чучело»



- Фрагменты из видеоролика «Непохожесть»



4. Карточки для игры.
5. Наличие у учащихся мобильных телефонов.
6. Группа учащихся, куратор.

# ОСОЗНАННАЯ ЖИЗНЬ БЕЗ НАСИЛИЯ: КИБЕРБУЛЛИНГ

Макеева Вероника Сергеевна

Преподаватель УО «Гомельский государственный  
автомеханический колледж», Гомель

## Цели:

- знакомство с понятиями буллинг, кибербуллинг;
- формирование негативного отношения обучающихся к таким понятиям, как буллинг, кибербуллинг;
- знакомство учащихся с опасностями, которые подстерегают их в Интернете, и помочь в избежании этих опасностей;
- создание условий для укрепления личностных ресурсов противостояния насилию и негативному влиянию;
- формирование умения найти пути выхода из ситуаций травли;
- закрепление понятий буллинг, кибербуллинг как резко отрицательных явлений жизни;
- формирование толерантного отношения к сверстникам.

## Задачи:

- изучить буллинг, кибербуллинг с точки зрения гендерно-возрастного аспекта;
- с помощью игровой техники показать, что каждый обладает качествами, способствующими противостоянию физическому и психологическому насилию;
- развивать такие нравственные качества, как терпимость к людям, толерантность, доброта, милосердие, сочувствие, сострадание, нетерпимость к любому виду насилия

**Форма проведения:** интерактивная беседа с элементами игры

## Материально-техническое оснащение:

- мультиборд, мультимедийная презентация, видеоролики, викторина в программе <https://app.onlinetestpad.com>, листы А4, ручки, карточки-задания, памятка

## Ход кураторского часа

### Слайд 1

## Эпиграфы:

- Даже в таких условиях  
мы не можем отказаться от вещей,  
которые делают нас людьми.

- Каждый пожинает то, что посеял.  
Насилие порождает насилие,  
и за смерть платят смертью.

Te, кто не испытывает  
сомнений и не знает раскаяния,  
никогда не вырвутся из этого круга.

## ***Вступительное слово куратора***

### **Слайд 2**

- Добрый день, ребята! Сегодня наш кураторский час посвящен очень важной и сложной теме – кибербуллинг. Скажите, пожалуйста, вы слышали о таком явлении?

*Учащиеся дают ответы...*

- Я вижу, что вы все кое-что слышали о кибербуллинге. Поэтому наше мероприятие начну со стихотворения В. Полторацкого «Слово о словах»:

Слова бывают разные –  
То дельные, то праздные.  
То честные, правдивые,  
То льстивые, фальшивые.  
Есть слово – утешение  
И слово – удушение.  
Есть трезвые и пьяные,  
Лукавые, туманные.  
Есть чистые, алмазные,  
И есть бесстыдно-грязные.  
Одни помогут выпрямить,  
Другие – душу вытравить.  
Есть речь огнем горящая,  
Есть тлением смердящая.  
Слова – высокой доблести  
И самой низкой подлости...

- А сейчас предлагаю вам посмотреть видеофрагмент и задуматься о том, что же нас заставляет становиться грубыми, нетерпимыми, агрессивными.

### **Слайд 3**

#### **Просмотр отрывка из кинофильма Роллана Быкова «Чучело» (1:37)**

- Какое проявление зла вы увидели при просмотре данного фрагмента?

*(Жестокость подростков, унижение сверстников...)*

### ***Куратор***

- О насилии в школе и даже в детских садах было известно уже давно. Начиная с 1905 года, в печати стали появляться первые работы, посвящённые этой проблеме, пик которых пришелся на конец 40-ых годов XX века. На сегодняшний день проблема буллинга волнует весь мир.

Некоторым ребятам я заранее дала задание подготовиться к нашему кураторскому часу. Но сначала я расскажу вам об этом явлении.

#### Слайд 4

Обратимся к этимологии понятия «буллинг». Термин «буллинг» (bullying) происходит от английского слова *bully* – «бык». В переводе глагол значит: агрессивно нападать, придиরаться, провоцировать. Впервые данный термин был введен английским журналистом Эндрю Адамсон в начале 90-ых годов XX века. Буллинг является разновидностью насилия и, в свою очередь, также может выражаться по-разному, т.е. имеет свои виды. Поскольку мы указали, что буллинг имеет место преимущественно в организованных коллективах, выделяют основные виды буллинга. Это:

- буллинг в учреждении образования;
- буллинг на рабочем месте;
- буллинг в армии («дедовщина»);
- кибербуллинг (насилие в информационном пространстве).

Конечно, проявления буллинга могут наблюдаться и в других более-менее организованных коллективах.

*О видах буллинга нам расскажет учащийся*

#### **Учащийся 1.**

#### Слайд 5

- Буллинг следует разделить на две основные формы:

1. физический буллинг. Это умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных повреждений и др.;

• сексуальный буллинг является подвидом физического (действия сексуального характера).

#### Слайд 6

2. Психологический буллинг – насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональная неуверенность. К этой форме можно отнести:

• вербальный буллинг, где орудием служит голос (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзвывания, дразнение, распространение обидных слухов и т.д.);

• обидные жесты или действия (например, плевки в жертву либо в её направлении);

#### Слайд 7

• запугивание (использование агрессивного языка тела и интонаций голоса для того, чтобы заставить жертву совершать или не совершать что-либо);

• изоляция (жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью учеников или всем классом);

- вымогательство (денег, еды, иных вещей, принуждение что-либо украсть);
- повреждение и иные действия с имуществом (воровство, грабёж, прятанье личных вещей жертвы);
- кибербуллинг – унижение с помощью мобильных телефонов, Интернета, иных электронных устройств (пересылка неоднозначных изображений и фотографий, обзывание, распространение слухов и др.)

## ***Куратор***

### Слайд 8

- Таким образом, ***буллинг*** – вид психологического или физического насилия, когда происходит систематическое преследование одного или нескольких детей группой.

Например, группа детей постоянно обзывает, дразнит, высмеивает, обижает одного и того же ребенка; кого-то постоянно игнорируют, не слышат, отказываются стоять рядом и тому подобное. Сегодня при травле все чаще используются интернет-технологии: смартфоны и приложения, мессенджеры и социальные сети – и буллинг превращается в кибербуллинг.

Наверное, каждый из нас имел опыт столкновения с травлей в интернете. Кто-то побывал жертвой, кто-то активно участвовал, кто-то оказался свидетелем. Это были не лучшие моменты, связанные с чувством страха, стыда, бессилия, и, возможно, мы очень старались о них забыть.

Кибербуллинг возник с появлением социальных сетей и интернета. Интернет – это одновременно и хорошо, и плохо (привилегии и наказания). Нам доступна почти любая информация для саморазвития, но в то же время она бывает анонимна и чрезвычайно жестока. В социальных сетях мы можем говорить и писать оскорбительные вещи, не показывая своего лица, чаще всего это остается безнаказанным – это и есть кибербуллинг.

### Слайд 9

***Кибербуллинг*** – это травля, хейт, распространение слухов, запугивание, преследование в интернете.

### Слайд 10

#### **В чем же тогда разница между кибербуллингом и буллингом?**

1. Во время кибербуллинга действия происходят в интернете, например, на таких площадках, как вк, инстаграм, тик-ток, ютуб.

А во время буллинга действия происходят в реальной жизни, например, в школе, на улице, в кружках по интересам.

2. Действия кибербуллинга могут происходить анонимно или не от своего лица, т.е. человек может скрываться под фейковым именем или не указывать его вообще.

Во время буллинга нельзя скрыть свою личность, и ты с лёгкостью поймёшь, кто обидчик.

### Слайд 11

#### **Почему возникает кибербуллинг?**

1. Подростки думают, что они останутся безнаказанными и анонимными. Большинство агрессоров считают, что могут писать и делать что угодно. Они не подозревают, что за свои действия могут получить уголовное наказание.

2. Кибербуллинг развивается из-за того, что дети сами боятся стать жертвами, и, увидев травлю своих сверстников, не могут оказать сопротивление из-за страха стать следующими. Есть определенные предпосылки для того, чтобы подросток стал киберагрессором, это:

- заниженная самооценка: подростки, чувствующие себя малозначительными, начинают самовыражаться за счет других;
- отсутствие силы в реальной жизни, желание заменить ее на виртуальную травлю;
- развитые комплексы: желание унизить того, кто считается лучше и успешнее;
- отсутствие занятости: из-за скуки и большого количества свободного времени подростки, которым нечем себя занять, устраивают зреищные шоу в социальных сетях, доводя жертву до истерики и даже до попыток суицида.

### **Куратор**

- О видах кибербуллинга нам расскажет учащийся

### Слайд 12

#### **Учащийся 2.**

##### **Виды кибербуллинга:**

– флейминг (оскорбление). Как правило, происходит в открытом публичном пространстве Интернета, посредством оскорбительных комментариев, вульгарных обращений и замечаний;

– денигрейшн (очернение и распространение слухов). Намеренное выставление жертвы в чёрном свете с помощью публикации фото- или видеоматериалов на Интернет-страницах, форумах, в новостных группах, через электронную почту, например, чтобы разрушить дружеские отношения или отомстить экс-партнёру;

### Слайд 13

– аутинг и трикери (публичное разглашение личной информации). Распространение личной информации, например, интимных фотографий,

финансового положения, рода деятельности с целью оскорбить или шантажировать, например, экс-партнера;

– имперсонэйшн (использование фиктивного имени). Намеренно выдавать себя за другого человека, используя пароль жертвы, например, для того, чтобы оскорбить учителя;

– троллинг (речевая провокация);

– кибертокинг (продолжительное домогательство и преследование).

Систематическое (сексуальное) преследование кого-либо, сопровождающееся угрозами и домогательствами;

– кибертритс (открытая угроза физической расправы). Прямые или косвенные угрозы убийства кого-либо или причинения телесных повреждений.

#### Слайд 14

#### ***Куратор***

- Теперь мы проведем небольшую игру. Сейчас мы разберем каждый вид по подробнее и хотелось бы услышать ваши варианты ответов. (На парты учащихся раздаются ситуации кибербуллинга по видам, а после 2-3 минут обсуждения учащиеся проговаривают пути разрешения данной проблемы).

#### **Карточка № 1**

**Флайминг (оскорбление)** – унизительные или оскорбительные комментарии, вульгарные сообщения, замечания.

*-Ты выложила новую фотку. Заходишь в комменты, чтобы посмотреть, что тебе написали твои подписчики, и вдруг видишь, что там написано много оскорблений:*

*- Ты выглядишь такой жирной, когда ты ходила в последний раз в спортзал?*

*- Может пора уже вылечить свои прыщи?*

*- Что с твоим носом? Он похож на картошку!*

*- Что за тупая подпись? Философ из тебя – как из курицы художник.*

*Что бы вы сделали в такой ситуации?*

Вот что мы вам советуем сделать в этой ситуации: мы бы не отвечали на гневные комментарии, или удалили их вообще. После чего заблокировали бы обидчика.

#### **Карточка № 2**

**Аутинг и трикеры (разглашение личной информации)** – распространение личных данных, например, материального или финансового положения, рода деятельности с целью оскорбления или шантажа.

*Ты просишь друга заказать тебе одежду с интернет магазина, потому что у тебя на карточке нет денег, а при встрече ты отдаёшь ему наличные. Для этого ты скидываешь ему адрес и свои паспортные данные. Через*

*некоторое время вы сильно поссорились, и друг выложил твои данные в интернет с целью шантажа.*

*Что ты сделал(а) в такой ситуации?*

Вот наше решение: мы бы, в первую очередь, поговорили с человеком и узнали бы, что он хочет взамен на удаление этой информации. Если человек не идёт на уступки, нужно обратиться за помощью ко взрослым. Рассказать родителям, педагогам, и если и это не поможет, то смело можно обращаться в милицию.

### **Карточка № 3**

**Имперсонэйшн (использование фиктивного имени)** – анонимные нападки, в которых намеренно скрывается реальная личность буллера.

*Тебе написал человек с фейкого аккаунта и начинает много оскорблять тебя, чем больше ты с ним общаешься – тем становится хуже, как бы ты не пытался вычислить кто стоит за этим аккаунтом – у тебя не получается.*

*Что бы вы сделали?*

Вот как поступили бы мы: достаточно просто добавить пользователя в чёрный список.

### **Карточка № 4**

**Денигрейшн (распространение слухов)** – распространение информации, целью которой является выставление жертвы в максимально негативном свете.

*В интернете пишут много постов и комментариев о том, что ты куришь, но на самом деле это не так и из-за этого портится твоя репутация.*

*Что бы ты сделал(а) в этой ситуации?*

Вот как поступили бы мы: во-первых, нужно поговорить со своими друзьями: они помогут опровергнуть слухи. Во-вторых, поговорить конкретно с источником сплетен. В-третьих, игнорируйте сплетни: чем агрессивнее вы реагируете на них, тем больше ситуация выходит из-под контроля. И напоследок не падайте духом, не позволяйте слухам испортить вашу самооценку.

### **Карточка № 5**

**Кибертритс (открытая угроза физической расправы)** – угрозы являются чаще косвенными, но встречаются случаи и прямых угроз убийства или причинения вреда.

*Тебе пишет незнакомый человек со словами: «Если ты не найдёшь мне 50 000 до конца этой недели, то я убью твою сестру».*

*Что бы ты сделал(а)?*

Вот наше решение: если бы мы оказались в такой ситуации, то мы бы в первую очередь сделали скрины всех сообщений и показали их родителям. Вместе с ними нужно обратиться в милицию.

## **Карточка № 6**

**Кибертокинг (продолжительное домогательство и преследование)** – травля длится долгое время, сопровождается различными угрозами и домогательствами.

*Ярким примером может послужить игра «Синий Кит», в которой задания рассчитаны на 50 дней, последним является самоубийство. Начинается игра с того, как подросток размещает у себя на странице в соцсети призыв для кураторов «групп смерти» – это может быть статус: «Я жду инструкций». «Я в игре» или «хэштег #синийкит». После этого с детьми связывается куратор, убеждается в серьезности их намерений и начинает ежедневно высылать им задания в одно и то же время – в 4:20.*

*Примеры заданий в этой игре:*

- 1) Надо выцарапать на руке кита*
- 2) Порезать вдоль вен руку (не глубоко). Только три пореза.*
- 3) Залезть на кран*
- 4) В 4.20 пойти на рельсы и т.д.*

*Что бы вы сделали, если бы узнали, что ваш близкий человек или друг стал жертвой этой ситуации?*

Вот как поступили бы мы: во-первых, нужно поговорить со своими друзьями об этой ситуации, во-вторых, обратиться за помощью ко взрослым и психологической поддержкой к специалистам, в-третьих, заблокировать данного пользователя и на время выйти из социальных сетей.

## **Первая помощь, помощь самому себе при интернет-травле**

### ***Куратор***

- Повсюду в цифровом мире, как и в реальной действительности, распространяется принцип всеобщей ответственности: все люди ответственны за то, что они смотрят, что они делают, что они публикуют в Интернете.

Сегодня в государстве существует механизм, есть возможность обратиться в правоохранительные органы, которые работают в этом плане хорошо. Уже сегодня есть факты, выявлены лица, которые занимались так называемым кибербуллингом. Есть закон «Об информации, информатизации и защите информации», где четко прописано, что есть ответственность за распространение личных данных.

Генеральная прокуратура выпустила специальное обращение, в котором напомнила гражданам Беларуси о том, что травля, оскорбление людей, клевета в соцсетях подлежат установленной законом ответственности. «В последнее время значительно возросло число таких фактов, – заявляют в Генпрокуратуре.

– Связано это с тем, что многие воспринимают интернет как некую «зону безответственности».

#### Слайд 15

Законодательством Республики Беларусь предусмотрена уголовная и административная ответственность за оскорбление и клевету как в повседневной жизни, так и в интернете. Необходимо разграничить два указанных понятия.

*Оскорбление* – умышленное унижение чести и достоинства личности, выраженное в неприличной форме. Например, в сети гражданин получает сообщение, в котором содержится информация, унижающая его честь и достоинство, выраженное в неприличной форме, то есть содержит нецензурные выражения. Факт получения сообщения подтверждается скриншотом, который в последующем прилагается к заявлению. Стоит обратить внимание, что сообщение может быть и правдивым, но выражено в грубой и неприличной форме. За такое деяние предусмотрен **штраф в размере до 30 базовых величин (статья 10.2 КоАП)** или влечет наложение штрафа в размере **от десяти до двухсот базовых величин**, или общественные работы, или административный арест, а на юридическое лицо – наложение штрафа в размере от тридцати до двухсот базовых величин.

*Клевета* – распространение заведомо ложных, позорящих другое лицо измышлений. Например, в интернете гражданин получает сообщение, в котором содержится информация, не соответствующая действительности («ты –насильник»). За оскорбление и клевету, осуществленные в публичной форме, например, сообщение размещено в свободном доступе в интернете и с ним могут ознакомиться посторонние граждане, лицо, его разместившее (распространившее), может быть привлечено к уголовной ответственности (**статья 188 УК РБ**). В данном случае нарушителю грозит не только штраф, но и исправительные работы на срок до двух лет, или **арест, или ограничение свободы до трех лет**. Также оскорблением или клеветой может быть признана информация, содержащаяся в видеороликах, карикатурах, демотиваторах, мемах и гифках.

Итак, органы внутренних дел могут привлечь к установленной законом ответственности только лицо, осуществившее оскорбление другого человека в неприличной форме или сообщающее сведения, не соответствующие действительности. За так называемый троллинг в комментариях, выраженный в приличной форме (provokacija, издевка), органы внутренних дел привлечь к какой-либо ответственности не могут, однако это не лишает гражданина права на обращение в суд.

#### Слайд 16

## Просмотр видеоролика «Непохожесть» (7:20)

### *Куратор*

-Как вы думаете, о чём заставляет задуматься этот видеоролик? (ответы учащихся)

- Хотелось ещё поговорить о таком термине, как **толерантность** (*выступление учащихся*)

### Слайд 17

#### **Учащийся 3.**

Из словаря: толерантность (от лат. *tolerantia* – терпение, терпеливость, принятие) – термин, обозначающий терпимость к иному мировоззрению, образу жизни, поведению и обычаям. Толерантность не равносильна безразличию. Она не означает также принятия иного мировоззрения или образа жизни, она заключается в предоставлении другим права жить в соответствии с собственным мировоззрением

#### **Учащийся 4.**

Толерантность необходима по отношению к особенностям различных народов, наций и религий. Она является признаком уверенности в себе и сознания надежности своих собственных позиций, признаком открытого для всех идейного течения, которое не боится сравнения с другими точками зрения и не избегает духовной конкуренции.

#### **Учащийся 5.**

Толерантность означает уважение, принятие и правильное понимание других культур, способов самовыражения и проявления человеческой индивидуальности. Под толерантностью не подразумевается уступка, снисхождение или потворство. Проявление толерантности также не означает терпимости к социальной несправедливости, отказа от своих убеждений или уступки чужим убеждениям, а также навязывания своих убеждений другим людям.

#### **Учащийся 6.**

Антоним к понятию «толерантность» является **«интолерантность»**. Интолерантный путь характеризуется представлением человека о собственной исключительности, низким уровнем воспитанности, чувством дискомфорта существования в окружающей его действительности, желанием власти, неприятием противоположных взглядов, традиций и обычаяев. Интолерантные личности делят мир на две части: чёрную и белую. Для них не существует полутонов. Есть только два сорта людей – плохие и хорошие. Они делают акцент на различиях между «своими» и «чужими».

### *Куратор*

- Толерантный человек не позволит себе проявлять признаки буллинга. Сделав добро, человек сам становится лучше, чище, светлее. Если мы будем внимательны к любому человеку, с которым вступаем во взаимодействие, будь то случайный попутчик, бродяга или друг, – это и будет проявление доброты.

**Игра «Рука помощи».** Учащимся раздаются чистые листы А4, на которых они перерисовывают свою ладонь. Далее на каждом из пальцев, кроме большого, учащиеся перечисляют те личностные качества, которыми они обладают. Затем учащиеся меняются своими «ладонями» с соседом. На контуре большого пальца своего соседа подросткам предлагается написать то качество, которое они хотели бы подарить своему другу и которое призвано помочь противостоять обидам. Далее учащиеся зачитывают свои качества и те, которые им «подарили».

### **Что должен знать подросток, чтобы суметь противостоять буллингу**

#### **Куратор**

- Итак, давайте попробуем с вами разобраться, как же реагировать на кибербуллинг? Вот несколько советов для преодоления этой проблемы (*Памятка, как правильно реагировать на проявление кибербуллинга, какие меры нужны принять, как избежать ошибок в своем поведении*):

##### **1.Не отвечай агрессией на агрессию.**

Мы бываем очень эмоциональными, важно уметь держать себя в руках и уметь правильно отвечать киберагрессорам. Не спеши выбрасывать свой негатив в киберпространство. Прежде чем писать и отправлять сообщения, следует успокоиться, утолить злость, обиду, гнев. Блокируй агрессоров: в программах обмена мгновенными сообщениями есть возможность блокировки сообщений с определенных адресов. Пауза в общении часто отбивает у агрессора желание продолжать травлю. Опытные участники интернет-дискуссий придерживаются правила: «Лучший способ борьбы с неадекватами – игнор».

##### **2.Хорошо подумай, прежде чем размещать личную информацию.**

Иногда хочется все всем рассказать о себе, забывая, что мы не знаем, кто именно нас читает и смотрит наши фотографии. Издевательства в сети возможны только в том случае, если мы как-то предъявляем себя там. Необходимо аккуратно размещать свои фотографии, личную информацию. Личное в интернете максимально легко становится общественным: каждый, кто видит фотографию, может сохранить себе ее на компьютер.

В настройках конфиденциальности в социальных сетях все это есть: пользователь может выбирать, что и кому он готов показать или рассказать. Техника безопасности в данном пункте включает в себя два навыка: умение

разбираться в настройках приватности и вдумчиво обращаться с личной информацией.

Создавай собственную онлайн-репутацию, не покупайся на иллюзию анонимности. Хотя киберпространство и предоставляет дополнительные возможности почувствовать свободу и раскованность благодаря анонимности, нужно знать, что существуют способы узнать, кто стоит за определенным никнеймом. И если некорректные действия в виртуальном пространстве приводят к реального вреду, все тайное становится явным. Интернет фиксирует историю, которая состоит из публичных действий участников и определяет онлайн-репутацию каждого – накопленный образ личности в глазах других участников. Запятнать эту репутацию легко, исправить – трудно.

### 3. Не бойся просить помощи.

Вы (молодые люди) не всегда хотите сразу обо всем рассказывать родителям. Из-за этого многие терпят травлю в интернете, и никто из близких может не догадываться об этом. Вам необходимо знать, что травля в интернете – запретный и негативный прием, и нет необходимости терпеть это.

Если ты стал очевидцем кибербуллинга, правильным поведением будет:

- а) выступить против агрессора, дать ему понять, что его действия оцениваются негативно;
- б) поддержать жертву – лично или в публичном виртуальном пространстве предоставить ей/ему эмоциональную поддержку;
- в) сообщить взрослым о факте некорректного поведения в киберпространстве.

### 4. Добавляй только знакомых тебе людей.

Френд-зона – это сообщество различных людей, которых мы добавляем к себе в друзья в интернете. Часто это совсем незнакомые нам люди. Если у тебя есть коммерческий аккаунт в инстаграме, ну, например, продаешь открытки, которые сам нарисовал, то разумно рекламировать свою страницу и добавлять как можно больше подписчиков. Если же у тебя личная страница в социальных сетях, где ты пишешь свои размышления о жизни, рассказываешь о местах, где ты бывал, то нет необходимости рассказывать эту информацию незнакомым людям. В ряде случаев необходимо добавлять в друзья только тех людей, в которых уверен.

### 5. Следи за безопасностью своего аккаунта.

Аккаунты часто взламывают. Это делается и с коммерческими целями: мошенники могут начать просить перевести им деньги, будут писать сообщения всем вашим друзьям. Либо с целями хулиганства – просто, чтобы позлить и обидеть тебя. Поэтому необходимо регулярно менять свои пароли в аккаунтах.

### 6. Делайте скриншоты оскорбительных сообщений.

Если вам прислали сообщение, которое вы считаете оскорбительным для вас, обязательно сделайте его скриншот и сохраните на компьютере – это будет отличным доказательством в будущем. Если письма неизвестного вам отправителя систематически содержат угрозы, в этом случае следует скопировать эти сообщения и обратиться к правоохранителям. Если оскорбительная информация размещена на сайте, следует сделать запрос к администратору для ее удаления.

Полностью искоренить кибербуллинг, так же, как другие проявления жестокости в виртуальном пространстве и реальной жизни, невозможно. Поэтому следует держать взрослых (родителей) в курсе своих проблем.

### ***Куратор***

- Принимая во внимание многие последствия, порой с летальным исходом, нападок на жертв, стоит обдумать всю ситуацию, и если вы чувствуете, что не в силах разобраться с обидчиками, то следует поговорить о создавшейся ситуации со взрослым, которому вы доверяете. Ведь это не сложно, и не стоит ничего – просто подойти и поговорить, объяснить причину, если знаете, описать обидчиков, рассказать, что они делают с другими, и возможно, взрослый сможет прийти на помощь и разобраться, положить конец этим действиям, иначе такие атаки и нападки могут всерьез испортить ваш характер, искалечить психику, если не привести к физическим травмам.

Известны случаи, когда подростки со слабой силой воли, с неокрепшей психикой просто не видели никакого выхода из такой ситуации, кроме как уйти из жизни. Жизнь дана нам богом, родителями, и ни один человек не вправе, косвенно или прямо, отнимать ее, тем более таким путем. Это несправедливо, нечеловечно. Если вам покажется, что каким-то образом вы уладили эту проблему, все равно стоит обговорить ситуацию со взрослыми, чтобы они были в курсе и знали, что и какие предпринимать меры.

### **Слайд 18**

Бороться с обидчиками трудно, но помните, что НЕ вы представляете проблему, а буллинг. И вы имеете право чувствовать себя в безопасности. Если вы чем-то отличаетесь от толпы, гордитесь этим! Стойте на своём! Проводите время с друзьями, а те, кто стремится унизить и задеть других, пусть остаются в стороне. Не примыкайте к ним, чтобы казаться своим! Не уподобляйтесь тем ребятам, которые не просто занимаются буллингом, а снимают издевательства над жертвами на мобильные и выкладывают в интернет.

### **5.Подведение итогов. Рефлексия**

### ***Куратор***

- Конечно, сегодня мы не решим всех проблем, такие сложные дела быстро не разрешаются. Вы это тоже понимаете, т.к. уже взрослые люди. Но я всё же расскажу вам притчу, рассказалную маленькому индейцу.

### **Притча о двух волках**

Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину. В каждом человеке идёт борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет зло – зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь... Другой волк представляет добро – мир, любовь, надежду, истину, доброту, верность... Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил: «А какой волк в конце побеждает?». Старый индеец едва заметно улыбнулся и ответил: «Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь».

Я очень надеюсь на то, что мы вместе кормим доброго волка. Ведь согласно выражению Марка Твена: «Доброта – это то, что может услышать глухой и увидеть слепой».

#### Слайд 19

Сейчас я предлагаю вам поучаствовать в онлайн-викторине по кибербуллингу, которая состоит из 11 вопросов. Для этого вам нужно просканировать QR-код с помощью своих гаджетов. Либо пройти по указанной ссылке <https://onlinetestpad.com/roz5g7wcuq25g>. Время прохождения: 5 минут.



#### Слайд 20

Ребята, я надеюсь, что наше мероприятие было для вас интересным и важным, вы узнали много нового, а также сделали для себя выводы по такой проблеме, как кибербуллинг. Я искренне вам желаю никогда не быть втянутым в подобную ситуацию. И знайте, что вы всегда можете обратиться за помощью ко взрослым. И закончить нашу беседу я хотела бы словами Ричарда Льюиса Стивенсона, автора приключенческого романа «Остров сокровищ»: «Давайте согласимся иметь разногласия». Давайте согласимся иметь различия во внешности, характере, национальности, ведь непохожий на нас человек не плохой – он другой. И жизнь наша, как сама природа, непроста: с жестокостью соседствует доброта!!!

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Травля детей сверстниками в сети интернет – одна из наиболее распространенных проблем в мире, которая существенно увеличивает риск суицида среди подростков, приводит к эскалации агрессии и насилия в социальной группе, снижению успеваемости, эмоциональным и невротическим проблемам.

Необходимо напоминать детям: прежде чем размещать личную информацию в Сети, нужно сто раз подумать. Любые сведения, попадая в открытый доступ, ОСТАЮТСЯ ТАМ НАВСЕГДА (даже если вы их и удалили) и могут быть использованы злоумышленниками.

Эксперты отмечают, что кибербуллинг опасен не только для жертв травли, но и для тех, кто находится по другую сторону баррикады. Покупаясь на иллюзию анонимности, подчиняясь эффекту толпы, молодые люди вовлекаются в процесс травли, не осознавая, какую боль причиняют другому человеку.

1 сентября 2020 года в Беларуси была запущена онлайн-платформа «Нулевое сентября» (<https://www.0september.by/>). Цель платформы – объединить специалистов по работе с детьми, родителей, СМИ, компании, лидеров мнений, чтобы предотвратить возникновение буллинга (травли) среди детей. Инициаторами платформы выступила группа интеллектуальных волонтеров. Идею проекта поддержал Республиканский центр психологической помощи БГПУ имени Максима Танка. Параллельно с полезными статьями тут указаны телефоны помощи – 8 801 100-16-11 (круглосуточно) или 8 801 201-55-55 (с 8.00 до 20.00).

Согласно Национальному исследованию по оценке ситуации с насилием в отношении детей в Республике Беларусь, проведенному в 2018 году рядом государственных учреждений страны под эгидой ЮНИСЕФ, в Беларуси широко распространена травля детьми друг друга. Так, каждый второй ребенок, обучающийся в учреждениях общего среднего образования, и два из пяти учащихся в учреждениях профессионально-технического образования подверглись насилию в школьном окружении. При этом о травле со стороны сверстников и старших детей сообщили 53,3% учащихся 8–11 классов интернатных учреждений; 60,1% – 5–7 классов учреждений общего среднего образования и 82,1% учащихся 5–7 классов интернатных учреждений. По данным исследования Microsoft, в мире с кибербуллингом сталкиваются 65% взрослых и подростков.

Самое эффективное средство против травли среди детей – распространение идеи об её недопустимости. Если дети будут понимать, что травля может сломать жизнь другому ребёнку, вызвать депрессию или стать причиной нежелания жить, а взрослые будут знать, как реагировать

на поведение ребёнка, если он стал участником буллинга, то наши шансы остановить буллинг среди детей существенно увеличиваются.

Важно научить детей уважать себя и своих друзей, нести ответственность за свои слова и поступки. Должно срабатывать простое правило: «Не пиши того, что не можешь сказать, глядя в глаза».

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

Электронные ресурсы:

- 1.<https://pravo.by/>
- 2.<https://infourok.ru/>
- 3.<https://schools.by/>
- 4.<http://edsh.by/>
- 5.<https://urok.1sept.ru/>

### Карточка № 1

**Флейминг (оскорбление)** – унизительные или оскорбительные комментарии, вульгарные сообщения, замечания.

*-Ты выложила новую фотку. Заходишь в комменты, чтобы посмотреть, что тебе написали твои подписчики, и вдруг видишь, что там написано много оскорблений:*

*- Ты выглядишь такой жирной, когда ты ходила в последний раз в спортзал?*

*- Может пора уже вылечить свои прыщи?*

*- Что с твоим носом? Он похож на картошку!*

*- Что за тупая подпись? Философ из тебя – как из курицы художник.*

*Что бы вы сделали в такой ситуации?*

### Карточка № 2

**Аутинг и трикери (разглашение личной информации)** – распространение личных данных, например, материального или финансового положения, рода деятельности с целью оскорбления или шантажа.

*Ты просишь друга заказать тебе одежду с интернет магазина, потому что у тебя на карточке нет денег, а при встрече ты отдаёшь ему наличные. Для этого ты скидываешь ему адрес и свои паспортные данные. Через некоторое время вы сильно поссорились, и друг выложил твои данные в интернет с целью шантажа.*

*Что ты сделал(а) в такой ситуации?*

### Карточка № 3

**Имперсонэйшн (использование фиктивного имени)** – анонимные нападки, в которых намеренно скрывается реальная личность буллера.

*Тебе написал человек с фейкого аккаунта и начинает много оскорблять тебя, чем больше ты с ним общаешься – тем становится хуже, как бы ты не пытался вычислить кто стоит за этим аккаунтом – у тебя не получается.*

*Что бы вы сделали?*

#### Карточка № 4

**Денигрейши (распространение слухов)** – распространение информации, целью которой является выставление жертвы в максимально негативном свете.

*В интернете пишут много постов и комментариев о том, что ты куришь, но на самом деле это не так и из-за этого портится твоя репутация.*

*Что бы ты сделал(а) в этой ситуации?*

#### Карточка № 5

**Кибертритс (открытая угроза физической расправы)** – угрозы являются чаще косвенными, но встречаются случаи и прямых угроз убийства или причинения вреда.

*Тебе пишет незнакомый человек со словами: «Если ты не найдёшь мне 50 000 до конца этой недели, то я убью твою сестру».*

*Что бы ты сделал(а)?*

#### Карточка № 6

**Кибертокинг (продолжительное домогательство и преследование)** – травля длится долгое время, сопровождается различными угрозами и домогательствами.

*Ярким примером может послужить игра «Синий Кит», в которой задания рассчитаны на 50 дней, последним является самоубийство. Начинается игра с того, как подросток размещает у себя на странице в соцсети призыв для кураторов «групп смерти» – это может быть статус: «Я жду инструкций». «Я в игре» или «хэштег #синийкит». После этого с детьми связывается куратор, убеждается в серьезности их намерений и начинает ежедневно высылать им задания в одно и то же время – в 4:20.*

*Примеры заданий в этой игре:*

- 1) Надо выцарапать на руке кита
- 2) Порезать вдоль вен руку (не глубоко). Только три пореза.
- 3) Залезть на кран
- 4) В 4.20 пойти на рельсы и т.д.

*Что бы вы сделали, если бы узнали, что ваш близкий человек или друг стал жертвой этой ситуации?*

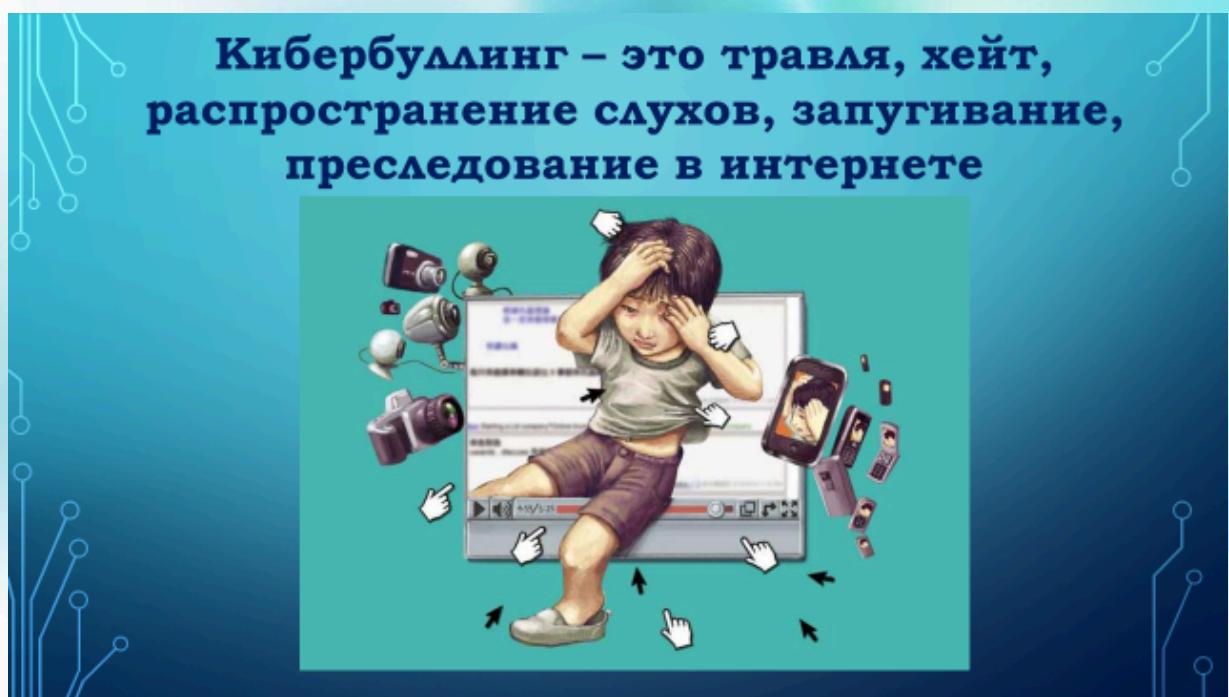
**Фрагменты из кинофильма Роллана Быкова «Чучело»**



**Фрагменты из видеоролика «Непохожесть»**



Фрагменты презентации



## Памятка

### Памятка



**Как правильно реагировать на проявление кибербуллинга, какие меры нужны принять, как избежать ошибок в своем поведении:**

#### 1. Не отвечай агрессии на агрессию

Мы бываем очень эмоциональными, важно уметь держать себя в руках и уметь правильно отвечать киберагрессорам. **Не спеши выбрасывать свой негатив в киберпространство.** Прежде чем писать и отправлять сообщения, следует успокоиться, утолить злость, обиду, гнев. **Блокируй агрессоров:** в программах обмена мгновенными сообщениями есть возможность блокировки сообщений с

определенных адресов. Пауза в общении часто отбивает у агрессора желание продолжать травлю. Опытные участники интернет-дискуссий придерживаются правила: «Лучший способ борьбы с неадекватами – игнор».

#### 2. Хорошо подумай, прежде чем размещать личную информацию

Иногда хочется все всем рассказать о себе, забывая, что мы не знаем, кто именно нас читает и смотрит наши фотографии. Издевательства в сети возможны только в том случае, если мы как-то предъявляем себя там. Необходимо аккуратно размещать свои фотографии, личную информацию. Личное в интернете максимально легко становится общественным: каждый, кто видит фотографию, может сохранить себе ее на компьютер.

В настройках конфиденциальности в социальных сетях все есть: пользователь может выбирать, что и кому он готов показать или рассказать. Техника безопасности

в данном пункте включает в себя два навыка: умение разбираться в настройках приватности и вдумчиво обращаться с личной информацией.

#### Создавай собственную онлайн-репутацию, не покупайся на иллюзию анонимности.

Хотя киберпространство и предоставляет дополнительные возможности почувствовать свободу и раскованность благодаря анонимности, нужно знать, что существуют способы узнать, кто стоит за определенным никнеймом. И если некорректные действия в виртуальном пространстве приводят к реального вреду, все тайное становится явным. Интернет фиксирует историю, которая состоит из публичных действий участников и определяет онлайн-репутацию каждого – накопленный образ личности в глазах других участников. Запятнать эту репутацию легко, исправить – трудно.

#### 3. Не бойся просить помощи

Вы (молодые люди) не всегда хотите сразу обо всем

рассказывать родителям. Из-за этого многие терпят травлю в интернете, и никто из близких может не догадываться об этом. Вам необходимо знать, что травля в интернете – запретный и негативный прием, и нет необходимости терпеть это.

**Если ты стал очевидцем кибербуллинга,** правильным поведением будет:

а) выступить против агрессора, дать ему понять, что его действия оцениваются негативно;

б) поддержать жертву – лично или в публичном виртуальном пространстве предоставить ей/ему эмоциональную поддержку;

в) сообщить взрослым о факте некорректного поведения в киберпространстве.

#### 4. Добавляй только знакомых тебе людей

Френд-зона – это сообщество различных людей, которых мы добавляем к себе в друзья в интернете. Часто это совсем незнакомые нам люди. Если у тебя есть коммерческий аккаунт в инстаграме, ну, например, продаешь открытки,

которые сам нарисовал, то разумно рекламировать свою страницу и добавлять как можно больше подписчиков. Если же у тебя личная страница в социальных сетях, где ты пишешь свои размышления о жизни, рассказываешь о местах, где ты бывал – то нет необходимости рассказывать эту информацию незнакомым людям. В ряде случаев необходимо добавлять в друзья только тех людей, в которых уверен.

#### 5. Следи за безопасностью своего аккаунта

Аккаунты часто взламывают. Это делается и с коммерческими целями: мошенники могут начать просить перевести им деньги, будут писать сообщения всем вашим друзьям. Либо с целями хулиганства – просто, чтобы позлить и обидеть тебя. Поэтому необходимо регулярно менять свои пароли в аккаунтах.

#### 6. Делайте скриншоты оскорбительных сообщений

Если вам прислали сообщение, которое вы считаете оскорбительным для вас,

обязательно сделайте его скриншот и сохраните на компьютере – это будет отличным доказательством в будущем. Если письма неизвестного вам отправителя систематически содержат угрозы, в этом случае следует скопировать эти сообщения и обратиться к правоохранителям. Если оскорбительная информация размещена на сайте, следует сделать запрос к администратору для ее удаления.

Полностью искоренить кибербуллинг, так же, как другие проявления жестокости в виртуальном пространстве и реальной жизни, невозможно. Поэтому следует держать взрослых (родителей) в курсе своих проблем.

#### **И ПОМНИ:**

**Ты ни в чём не виноват, никто не имеет права тебя обижать, тебе обязательно помогут, только**

#### **НЕ МОЛЧИ!**

И забей в телефон важный номер:

**8 801 100-16-11** (круглосуточно)

**8 801 201-55-55** (с 8.00 до 20.00)