

Государственное казенное общеобразовательное специальное учебно-воспитательное учреждение  
города Октябрьска Самарской области

*Интегрированный урок*  
*информатика + психология*  
**«Опасности кибербуллинга»**

Подготовили:  
Педагог-психолог Т.В.Манаева  
Учитель информатики и географии О.Н.Смирнова

# Интегрированный урок «Опасности кибербуллинга»

**Место проведения:** кабинет психологической разгрузки

**Участники:**

- Воспитанники ГКО СУВУ г.Октябрьска;
- Педагоги ГКО СУВУ г.Октябрьска.

**Цель:** Создание условий для безопасности учащихся, предупреждение негативных явлений в семье, школе, ближайшем окружении в реальном и виртуальном пространстве. Формирование навыка безопасного поведения в интернете. Знакомство с правилами общения в интернете.

**Оборудование и техническое обеспечение:**

- видеопроектор, экран, компьютер;
- слайд презентация;
- стулья и столы для учащихся;
- стикеры с клеевым краем, фломастеры;
- набор картинок «Социальные роли в кибербуллинге»;
- бумага для комков;
- клубок пряжи;
- плюшевый мишка.

## ПЛАН ИНТЕГРИРОВАННОГО УРОКА

1. Вступление. Игра «Хлопните в ладоши».
2. Польза и вред интернета.
3. Мировой интернет.
4. Кибербуллинг. Его разновидности.
5. Ролевая структура кибербуллинга.
6. Мультфильм «Приключения робота Каспера»
7. Причины травли (кибербуллинга).
8. Последствия интернет-травли.
9. Упражнение «Круг защиты».
10. Цифровая диета.
11. Что делать, если вы стали жертвой интернет-травли.
12. Упражнение «Паутинка».
13. Упражнение «Продолжи предложение».

### 1. Вступление. Игра «Хлопните в ладоши».

#### Слайд 1

-Здравствуйте ребята, сегодня мы проведем необычный урок. Этот урок объединяет две предметные области – информатику и психологию. А для начала предлагаем вам:

- Хлопните в ладоши те, кто пользовался интернетом.
- Возьмите за руку соседа те, кто делал это каждый день.
- Улыбнитесь соседу те, кто отслеживал информацию в социальных сетях.
- Топните ногой те, кто хоть раз писал комментарии.
- Поднимите руку те, кто сталкивался с резкими комментариями в социальных сетях (писал, наблюдал или получал их).

- Как вы считаете, о чем пойдет речь на нашей встрече? Да, безусловно, об опасностях интернета.

## 2. Польза и вред интернета.

### Слайд 2

Действительно, «Всемирная паутина» является, самым большим достижением технической мысли и оказывает существенное влияние на развитие общества.

Говорить о плюсах и минусах глобальной сети то же самое, что вести дебаты о вреде и пользе огня. Ни у кого не возникает сомнений в полезности огня, но им можно и обжечься, не говоря уже об опасности сжечь дом.

Глобальная сеть - как и любое благо цивилизации, отличается преимуществами и недостатками, и чего от нее больше, каждый пользователь определяет для себя сам.

Чего больше от интернета – пользы или вреда?

- Сейчас каждый получит стикеры двух цветов. Напишите на красном стикере, в чем польза интернета, а на желтом стикере - какой вред может нанести интернет. По очереди выйдите к доске, прочитайте ваши записи и прикрепите на доску.

*Ведущий обобщает работу учащихся.*

- *Подмена реального общения виртуальным*
- *Интернет зависимость от игр*
- *Вред здоровью*
- *Недостоверная информация.*
- *Падают образованность*
- *Сайты сомнительного содержания (с умышленным психологическим воздействием)*
  
- *Оперативный источник информации.*
- *Прогрессивное средство общения в реальном времени.*
- *Быстрый доступ к любой информации*
- *Источник развлечений.*
- *Пространство для рекламы и бизнеса.*
- *Развитие творческих способностей.*
- *Возможность дистанционного обучения*

## 3. Мировой интернет.

### Слайд 3

Интернет появился с определенной целью, изначально это была возможность бесплатно получать знания. Но сегодня он имеет не только практическое, но и развлекательное значение. Всемирная сеть настолько прочно вошла в жизнь каждого человека, что представить свое существование без нее невозможно.

Число пользователей сети постоянно растет. В 2020 году количество пользователей интернета достигло трех миллиардов, а это почти половина населения планеты.

Западная Сахара спорная территория в Северной Африке, жители которой, впрочем, считают, что живут в собственной стране. Официально она называется Сахарская Арабская Демократическая Республика (САДР), но больше известна под

именем — Западная Сахара. В своё время она отделилась от Марокко и Мавритании, и официально признана только 59 странами. Оценить интернет связь сложно.

Северная Корея – интернета в привычном нам формате не имеет, зато есть свой необычный Интернет: Кванмен – внутренняя сеть, закрытая для посторонних. Компьютерный центр загружает в Кванмен тщательно отобранные новости, дополнительно подвергаемые цензуре, хоть и берутся они с отобранных и согласованных сайтов из разрешенного списка. Таким образом правительство пытается контролировать всемирное информационное пространство, борясь с антигосударственными призывами и социальной дезориентацией. В Северной Корее основная цель создания внутренней сети – ведение идеологической пропаганды, поэтому доступ к настоящему Интернету имеет ограниченное количество пользователей:

- партийные чиновники;
- иностранцы, работающие в посольствах собственных стран;
- образовательные заведения (университеты);
- внешнеэкономические работники высокого ранга;
- лидер страны и люди, к нему приближенные.

#### **4. Кибербуллинг. Его разновидности.**

##### **Слайд 4**

Из-за несоблюдения правил виртуального мира у некоторых пользователей происходят неприятные ситуации — взломы аккаунтов, шантаж, воровство денег с банковских карт и электронных кошельков, а также опасное общение ...

##### **Слайд 5**

Вы конечно-же слышали о таком понятии, как буллинг. Слово «буллинг» пришло к нам из английского языка. В переводе на русский обозначает «запугивающий, задирающий». Соответственно, буллинг — это намеренная постоянная травля, в которой прослеживается неравенство сил агрессора и жертвы.

Буллинг имеет также менее опасную форму — моббинг. Это обзывания, неприличные шутки в адрес жертвы и сплетни. По сути, с моббингом в той или иной степени сталкивается практически каждый школьник.

С появлением социальных сетей участились случаи оскорблений, злобных сообщений, шантажа, угроз, слива какой-либо компрометирующей жертву информации в интернет. Такая травля получила название кибербуллинг. Психологи ввели это понятие во второй половине 1990-х гг.

##### **Слайд 6**

**Признаки кибербуллинга** – осознанное и длительное причинение человеку вреда в сети. При этом агрессоров может быть несколько, они выступают как от своего лица, так и анонимно. Кибербуллинг на практике – это попытки скомпрометировать человека перед знакомыми. Оскорбления и угрозы через мессенджеры, игровые порталы, социальные сети, видеохостинги, форумы, звонки или смс-сообщения.

##### **Виды кибербуллинга**

- **Флейминг** – замечания в грубой форме, вульгарные сообщения, унижительные комментарии, оскорбления. Ещё не травля, а просто вспышка гнева, которая может привести к травле.

- **Троллинг.** В случае с троллингом буллеры спокойны и намеренно пишут провокационные сообщения, выводят жертву из себя. Её специально вовлекают в психологическую игру, подлавливают на ответах и высмеивают.
- **Хейтинг.** Полноценная травля. Массовые негативные комментарии в адрес одного человека от группы людей, которые открыто выражают к нему негатив и оскорбляют. Такое часто случается с публичными людьми, которые неосторожно высказались на «острую» общественную тему: религия, феминизм, ЛГБТ, военные конфликты.
- **Харассмент.** Домогательства с сексуальным подтекстом или целенаправленные кибератаки. Могут приходиться как от реальных знакомых, так и от фейков.
- Другая форма харассмента – порноместь. Здесь бывший партнёр из-за разрыва отношений угрожает выложить личные фото или видео.
- **Киберсталкинг.** По сути, крайняя форма харассмента – долгое домогательство, в том числе и с преследованием. Если в соцсетях вам прислали одну непристойную фотографию – это харассмент. Но когда человек отметился на всех ваших публичных профилях, появляется вслед за вами в пабликах, постоянно оставляет негативные комментарии – это киберсталкинг.
- **Диссинг (клевета).** Очернение репутации, распространение слухов и сплетничество. Агрессор генерирует любую информацию, которая выставит жертву плохой. Часто информацию преувеличивают, делают «фотожабы», подделывают переписку в сети.
- **Фрейпинг и кетфишинг.** Анонимный и намеренный буллинг. Один из способов – взлом личного аккаунта (фрейпинг) и публикация от имени жертвы нежелательного контента. Цель – выставить человека в смешном виде.
- Второй, похожий на фрейпинг способ – кетфишинг. Тут буллер не взламывает аккаунт, а создаёт идентичный и распространяет разную информацию.
- **Аутинг (разглашение персональных данных).** Примеры кибербуллинга этого вида – публикации о доходах и расходах, интимные фотографии, похищенные из гаджетов. Сюда же относят угрозы публикации личной информации.
- **Социальная изоляция (бойкот).** Игнорирование и исключение жертвы из всех общих переписок и бесед, как деловых, так и неформальных. Повод для бойкота – любая мелочь, особенно в подростковом обществе: ребёнок «не так» говорит, не знает сленга, слушает «не ту» музыку, хорошо учится или наоборот.
- **Грифинг.** Буллинг игроков в многопользовательских играх. Гриферы хотят задеть отдельных пользователей, а не победить их.
- **Угроза физической расправы.** В сети могут открыто или завуалировано угрожать причинением вреда и даже убийством. Могут назначать время и место «стрелки», пытаться узнать адрес.

## 5. Ролевая структура кибербуллинга.

### Слайд 7

Если рассматривать кибербуллинг как социальную структуру, можно выделить следующие социальные роли.

#### 1. «Агрессоры»

«Агрессоры» («преследователи») — участники кибербуллинга, которые являются инициаторами травли.

#### 2. «Жертвы»

«Жертвы» — участники кибербуллинга, которые подвергаются травле.

### 3. «Помощники агрессоров»

«Помощники агрессоров» — участники кибербуллинга, которые помогают «агрессору» осуществить травлю по отношению к «жертве».

### 4. «Защитники»

«Защитники» — участники кибербуллинга, которые стараются устранить напряжение между «агрессором» и «жертвой».

### 5. «Хамелеоны»

«Хамелеоны» — участники кибербуллинга, которые выступают как в роли «агрессора», так и «жертвы».

### 6. «Свидетели»

«Свидетели» — участники кибербуллинга, на чьих глазах он происходит; так называемые «наблюдатели».

У нас сейчас 4 группы. Каждая группа получит отдельное задание (портрет одной из ролей в кибербуллинге) и набор карточек с характеристиками, из которых надо будет выбрать те, которые подходят для выбранного портрета участника кибербуллинга. На это у вас будет пол-минуты.

*(группам даются портреты Агрессора, Жертвы, Помощника агрессора и Защитника жертвы. Группы отбирают характеристики и по окончании выполнения задания озвучивают их. Ведущий комментирует, поправляет и дополняет ответы детей)*



«Агрессорами» чаще выступают импульсивные и агрессивные люди, которые осознают свой круг общения и понимают свое место в социуме, свое влияние на других. Они достаточно общительны и коммуникабельны, у них много знакомых. Они более авторитетные, чем остальные участники<sup>[3]</sup>. Это помогает им воздействовать на других людей, на так называемых «помощников агрессоров». Также они авторитарны, что позволяет им оправдывать себя при травле своих «жертв», а также создает чувство бездоказательной правоты к тому, что они делают. В то же время, «агрессоры» считают себя дружелюбными и милыми по отношению к другим, что таковым не является. Они не слушают мнение других людей и не пытаются его понять, у них нет сострадания<sup>[4]</sup>. У них завышенные требования к окружающим. При этом у них отмечается заниженная самооценка и чувство собственного достоинства. Посредством кибербуллинга они пытаются самоутвердиться.

«Жертвами» кибербуллинга часто становятся пугливыми, тревожными и малообщительными людьми в коллективе. У них может быть мало знакомых, которые могли бы их поддержать и за них заступиться. «Жертвы» чаще всего обладают низкой

самооценкой, они не принимают себя. Считают, что большинство окружающих их людей лучше них, а они же обладают только наихудшими качествами. Но, при этом, они ничего не пытаются в себе изменить. У них высокий уровень тревожности и конфликтности при общении с другими людьми. "Жертвы" обычно «тихие» и незаметные люди в коллективе. Стоит отметить, что **«жертвой» может стать не только обладающий данными личностными особенностями человек, но и любой пользователь электронных устройств в целом, что связано с особенностями кибербуллинга.**

**«Помощникам агрессоров»** свойственно быть зависимыми от других людей, что позволяет им оказываться в подчинении у «агрессоров». «Помощники» обычно ведомые, они осуществляют планы «агрессора», то есть являются активными участниками травли, а «агрессоры» лишь продумывают план и находят «жертву». Самооценка у них в норме, отличаются жестокостью. Нет чувства жалости и сострадания к другим.

Для **«Защитников»** свойственны такие личностные особенности, как доброта и понимание. Они заботливые и внимательные по отношению к другим людям. «Защитники» предпочитают баланс в коллективе, так как для них присуща неконфликтность. Но в то же время, обладая сочувствием и милосердием, они вмешиваются в конфликт, чтобы его разрешить и прийти к консенсусу. Они готовы прийти на помощь. Самооценка в норме; достаточно общительны.

**«Хамелеоны»** одновременно сочетают особенности «агрессоров» и «жертв». Им свойственно применять агрессию в Интернете по отношению к себе или же использовать её как способ мести по отношению к тем, кто их обижал<sup>[4]</sup>.

**«Свидетелем»** кибербуллинга может стать любой, кто обладает доступом к электронным устройствам. Поэтому они наименее зависимые участники в данной ситуации в силу того, что они не привязаны ни к одному из участников кибербуллинга, обычно по причине случайного столкновения с ними на просторах Интернета. Им присуще любопытство. Они наиболее равнодушные и осторожные из всех участников, что позволяет им не вмешиваться в конфликт, а лишь наблюдать со стороны за происходящем. Иногда «свидетели» не осознают себя участниками кибербуллинга.

А теперь давайте посмотрим на кибербуллинг глазами героя мультипликационного фильма.

## **6. МУЛЬТФИЛЬМ «Приключения робота Каспера»**

### **7. Причины травли (кибербуллинга).**

#### **Слайд 8**

В фильме было сказано, что агрессоры (или их еще называют буллерами) делают свое скверное дело для удовольствия. Но каждый человек нуждается в удовольствии, но не каждый будет заниматься буллингом. Что побуждает этих людей становиться участниками буллинга? Где кроется его причина?

**Причины травли (кибербуллинга).** Для того чтобы ответить на этот вопрос, нужно ответить на вопрос - зачем участники буллинга делают это.

*(мозговой штурм)*

У каждого участника буллинга свои причины травли, чаще бессознательные.

**Для агрессора:**

- Люди часто травят других, когда хотят **завоевать признание** в виртуальном сообществе, показывают свое **превосходство, власть и силу**, потому что не могут показать её в реальной жизни или просто спасаются **от скуки**. Буллинг помогает им **привлекать внимание**.
- Кибербуллинг в адрес конкретного человека может быть из-за **конфликта** на почве **национальных, политических и культурных различий** или **болезненного разрыва отношений**. Люди травят друг друга **из мести, злобы или зависти**, не имея смелости высказать претензии в лицо (**трусость**).
- **Личностный кризис**: разрыв любовных отношений, дружбы, чувство ненависти и зависти, **неудачи, провалы, ошибки**.

**Для помощника агрессора:**

- Когда случается массовая травля, инстинкт подсказывает примкнуть к большинству (**чувство самосохранения**) и вести себя так же, чтобы не оказаться на стороне слабого. **Страх** стать жертвой травли побуждает примыкать к сильной группе коллектива.

**Для Жертвы:**

- **Комплекс неполноценности жертвы** дает большую вероятность стать причиной насмешек из-за чувства своей ущербности.
- **Как ни парадоксально, жертвы интернет-оскорблений сами становятся агрессорами из-за желания отомстить обидчикам или защититься от чужих нападков – «Теперь жертва – не я. Теперь я решаю!».**

## **8. Последствия интернет-травли**

### **Слайд 9**

Травля психологически уродует всех.

**Последствия интернет-травли**

- Ухудшение показателей здоровья жертвы. Сюда могут относиться такие симптомы, как головная боль, боль в животе, проблемы со сном, подавленное настроение.
- Изменение поведения. Замкнутость и закрытость ученика, снижение успеваемости в школе, отстраненность от реального мира.
- Депрессия, подавленность, суицид.
- Жертва превращается в агрессора. Случаи убийств в школе.
- А для преследователя существует закон, который может лишить его свободы.

## **9. Упражнение-тренинг на невербальную поддержку «Круг защиты».**

### **Слайд 10**

- Ребята, мы предлагаем одно практическое упражнение-эксперимент. Для этого нам нужны два смельчака, которые выйдут в коридор пока остальным будут даны инструкции.



*(два человека выходят, им завязывают глаза и по очереди заводят в класс)*

- Ребята, возьмите по одному листу и скомкайте его, когда наша «жертва» войдет в комнату нужно будет по моему сигналу бросать в него скомканную бумагу. Затем по моей команде 2 человека (*определить кто*) подойдут и приобнимут участника тренинга, образуя «круг защиты». (*показать как нужно обнять жертву*)  
*(идет упражнение «Круг защиты»)* жертвам по окончании упражнения задают вопросы.

- Что чувствовали в начале?

- Что изменилось, когда поняли, что тебя приобняли?

- (*вопрос первому*) Чем отличаются чувства, когда в тебя кидали бумагой и когда кидал сам? Хотелось отомстить?

## **Слайд 11**

**Видите, как важна поддержка со стороны окружающих тому, кто терпит нападки.**

- Итак, кто в реальной жизни может организовать этот "круг защиты"?

- Взрослые (родители, школьный психолог, учитель);

- Телефон доверия

- Законы (Уголовный кодекс РФ, Ст. 130 "Об унижении чести и достоинства другого лица, в т.ч. в средствах массовой информации»)

Закона о кибербуллинге, который предусматривал бы ответственность за плохое поведение в интернете, в России пока нет. Отдельные кейсы могут рассматриваться в рамках статей о клевете (статья 129 УК РФ), оскорблениях (статья 130 УК РФ), неприкосновенности частной жизни (статья 137 УК РФ), угрозах (статьи 119 УК РФ) и доведении до самоубийства (статья 110 УК РФ).

В других странах практика защиты от буллинга есть. К примеру, в Новой Зеландии с 2013 года можно получить до двух лет тюрьмы. В Германии кибебуллинг влечет за собой до 10 лет заключения под стражу для взрослых и до 5 лет ареста для подростков. В США законы против кибербуллинга есть только в отдельных штатах, например, Миссури и Нью-Джерси.

-Давайте еще раз обратимся к известным мультипликационным героям и посмотрим, где нас могут подстергать и другие интернет-опасности.

## **10. Цифровая диета.**

### **Слайд 12**

Цифровая диета. Кто-то рекомендует не есть на ночь, в смысле не читать соцсети в неподходящее время. Кто-то — жёстко разграничить работу и отдых, выставляя таймер и блокируя на время выполнения обязанностей левые сайты. Идея цифровой диеты избавление от лавины доли пустого информационного шума: ограничивайте себя в использовании интернета.

Соблюдайте цифровую гигиену:

1. Не общайтесь с тем, кто занимается травлей в Интернете.

2. Сообщайте в службу поддержки соц. сети об оскорбительном поведении.

3. Убедитесь, что в интернете нет фотографий или компрометирующей личной информации, которая может быть использована против Вас

4. Хорошо подумайте, прежде чем опубликовать то, что может нанести ущерб чужой репутации.

5. Не размещайте в интернете ничего, что другим людям может показаться оскорбительным.

6. Скажите своим детям, чтобы они обращались за помощью к взрослым, если их запугивают

7. Никому не сообщайте свой пароль от аккаунтов в социальных сетях

8. Выходите из своих учетных записей, особенно на чужом компьютере.

9. Настройте параметры конфиденциальности

10. Деятельность, которая является незаконной офлайн, часто бывает незаконной и онлайн.

11. Не пишите сообщения, когда вы рассержены.

12. Не занимайтесь кибертравлей. Будьте примером достойного поведения.

## **11. Что делать, если вы стали жертвой интернет-травли**

### **Слайд 13**

- Обратитесь за помощью к людям, которым вы доверяете (ко взрослым если вы ребенок)
- Не удаляйте оскорбительные сообщения. Вы можете не читать их, но храните в качестве доказательства, делайте скрины экрана
- Не отвечайте на оскорбления. Ваши ответы раззадоривают агрессоров и дают им чувство значимости и влияния
- Заблокируйте отправителя оскорбительных сообщений
- Сообщите о проблеме администрации сайта или модератору группы (чата и т.д)
- Вы не можете контролировать действия, тех кто вас травит, но вы сможете контролировать свою реакцию. Если они смогут вывести вас из себя, они победили

## **12. Упражнение «Паутинка»**

### **Слайд 14**

- А в конце нашей встречи еще одно упражнение, которое вы делали в отряде в ходе одного из воспитательных часов. Это упражнение называется «Паутина». Давайте встанем в круг и «сплетем» из ниток паутину. Это будут не просто нитки, а наши с вами связи, наши отношения. И насколько они прочные, настолько мы готовы оказать поддержку нуждающемуся в ней, мы сейчас узнаем.

*(упражнение «Паутинка»)*

- А теперь я предлагаю проверить наши отношения на прочность. Сейчас я положу в центр паутины вот этого плюшевого Мишку. Сегодня он слаб и беспомощен, сегодня – он жертва. Выдержит ли эту нагрузку наша паутина, сумеем ли мы поддержать Мишку в трудную минуту?

*(ведущий кладет в центр «паутины» Мишку)*

- Наш Мишка получил поддержку от каждого из нас. Теперь у него все будет хорошо.

## **13. Упражнение «Продолжи предложение»**

### **Слайд 15**

- А теперь каждый из вас по кругу возьмет Мишку на руки и скажет:

«Я не стану жертвой кибербуллинга, потому что...» и продолжит это предложение.

*(Упражнение «Продолжи предложение»)*

-А нам осталось пожелать вам, чтобы ваши обещания обязательно исполнились.  
До свидания.