



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ  
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК

Деятельность педагога по профилактике кибербуллинга  
*у младших школьников*

Выпускная квалификационная работа  
по направлению 44.03.01. Педагогическое образование.

Направленность программы бакалавриата «Начальное образование»

Проверка на объем заимствований:

52,08 % авторского текста

Работа *рекомендована* к защите  
рекомендована

« 3 » *июня* 2019 г.

зав. кафедрой ПП и ПМ  
Волчегорская Е. Ю.

Выполнила:

Студентка группы ОФ-408/070-4-2  
Савинкова Марина Николаевна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент кафедры ПП и ПМ  
Жукова Марина Владимировна

Челябинск

2019

## Оглавление

ГЛАВА I. РАССМОТРЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЕ .....	6
1.1. АДДИКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН.....	6
1.2. КИБЕРБУЛЛИНГ КАК ВИД АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ .....	14
1.3. ПРОФИЛАКТИКА АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ: ФОРМЫ И ВИДЫ .....	18
ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ .....	27
Глава II. РАБОТА ПЕДАГОГА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КИБЕРБУЛЛИНГА	29
2.1. ОПИСАНИЕ ХОДА ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ РАБОТЫ .....	29
2.2. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИЗУЧЕНИЯ РИСКА ПОДВЕРЖЕННОСТИ КИБЕРБУЛЛИНГУ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ .....	33
2.3. ПРОГРАММА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КИБЕРБУЛЛИНГА .....	38
ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ: .....	48
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	49
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	50

## ВВЕДЕНИЕ

Современный мир богат достижениями и открытиями. Технический прогресс набирает обороты. Однако постоянными спутниками нашей жизни стали стрессы, пагубные привычки и зависимое поведение. Из отклоняющегося поведения можно выделить так называемое аддиктивное поведение личности. В настоящее время к компьютерной аддикции уделяется пристальное внимание.

Аддиктивное поведение является проблемой подавляющего числа населения развитых стран. В основе поведения аддиктивной личности лежит стремление к уходу от реальности, поиск к новым эмоциональным переживаниям.

Рост компьютерных технологий в современном мире оказывают большое влияние на личность ребенка. Сегодня уже стало привычным видеть, что человек пользуется компьютером постоянно – на работе, дома, в общественных местах. Компьютер становится неотъемлемой частью жизни не только взрослого, но и ребенка. Некоторые родители считают, что пусть лучше ребенок сидит дома за компьютером, чем гуляет в дурной компании. Тем самым ребенок получает свободный доступ к компьютеру. Вместе с появлением компьютеров появляются социальные сети, компьютерные игры и масса новых развлечений, которые сразу же нашли поклонников среди взрослых и детей. Распространение компьютерных игр, поток новой информации, заполняет воспитательное пространство, в котором находятся дети. Дошкольников уже не интересуют обычные игрушки, они быстрее бегут домой, потому что там их ждет заветная компьютерная игра. Школьники прогуливают занятия, потому что всю ночь провели у экрана компьютера и не сделали уроки, которые стали менее важными, чем общение в социальных сетях. А на переменах в школе одной из обсуждаемых тем являются компьютерные игры и количество набранных очков за них. Чрезмерное увлечение работой за компьютером приводит к компьютерной

зависимости. Исследования показывают, что предупреждение компьютерной зависимости актуально на сегодняшний день и требует изучения. Профилактические работы должны оказывать влияние не только на личность младшего школьника, но и на родителей, учителей и досуговые организации. Тем самым мы должны предупредить формирование компьютерной зависимости у младших школьников.

Разработкой проблемы аддиктивного поведения занимались ученые, как А. С. Белкин, В. С. Битенский, Н. Л. Бочкарева, Е. В. Змановская, Ц. П. Короленко, Л. Г. Леонидова и другие.

Изучением мотивов формирования аддиктивного поведения занимались А. С. Белкин, Е. П. Ильин, Н. А. Сироты, Б. Н. Чумаков и другие.

Вопросы профилактики аддиктивного поведения освещены в работах М. В. Жуковой, В. И. Чемоданова, В. Л. Ялтонского и других.

В наше исследование введено ограничение: мы рассматриваем профилактику такого вида аддиктивного поведения, как кибербуллинг.

Таким образом, возникает **противоречие** между свободой слова в сети, воспринятая большинством как вседозволенность и обеспечения безопасности младших школьников, развития киберэтики.

**Проблема** исследования: каковы возможности педагога в работе по профилактике кибербуллинга у младших школьников.

**Цель** исследования: изучить теоретические аспекты проблемы профилактики кибербуллинга у младших школьников для разработки рекомендаций для педагогов.

**Объект:** аддиктивное поведение в младшем школьном возрасте

**Предмет:** профилактика кибербуллинга у младших школьников.

В исследовании мы поставили следующие **задачи**:

1. Рассмотреть содержание понятия аддиктивное поведение
2. Рассмотреть содержание понятия кибербуллинг

3. Рассмотреть виды и формы профилактики аддиктивного поведения у младших школьников
4. Провести экспериментальную работу по профилактике аддиктивного поведения у младших школьников
5. Выяснить на сколько распространен кибербуллинг в среде учащихся и как они реагируют на подобные действия
6. Разработать рекомендации для педагогов по профилактике кибербуллинга

# **ГЛАВА I. РАССМОТРЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ ПРОФИЛАКТИКИ АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЕ**

## **1.1. АДДИКТИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН**

С древнейших времен человеческое общество применяло разные способы, изменяющие состояние и понимание окружающего мира. Одни успокаивают, другие снимают депрессивное состояние, создают чувство прилива энергии или особого состояния блаженства. Однако все они способны при определенных обстоятельствах вырабатывать у человека как химическую, так и эмоциональную зависимость.

Наш период характеризуется существенной быстротой перемен, к которым человек попросту не успевает приспособиться. Общество неодинаково относится к жизненным трудностям. Как правило, люди находят в себе силы преодолеть их самостоятельно либо с поддержкой приятелей и родных. Для некоторых состояние эмоционального дискомфорта является невыносимым. В этом случае, кто-то с головой погружается в работу либо в азартные игры, кто-то — в помешательство на собственном состоянии здоровья либо в спорте, а кому-то взаимодействие с людьми замещает компьютер. Легкость решения трудностей подобным способом быстро закрепляется. Формируется аддиктивное поведение.

Уровень тяжести аддиктивного поведения может быть разным: от практически нормального поведения вплоть до тяжелых форм биологической зависимости, сопровождающейся выраженной соматической и психической патологией. В связи с этим определенные авторы различают аддиктивное поведение и вредные привычки, которые никак не достигают уровня зависимости и не представляют фатальной опасности, к примеру переедание или табакокурение.

Наличие аддиктивного поведения указывает на нарушенную адаптацию к изменившимся условиям микро и макросреды. Аддиктивное

поведение характеризуется попыткой ухода от действительности путем перемены своего психического состояния.

Проблема аддикций наступает тогда, когда желание ухода от действительности, связанное с изменением психического состояния, начинает преобладать в сознании и вторгается в жизнь, приводя к отрыву от действительности. Происходит процесс в момент, которого личность не только никак не принимает решение значимых для себя трудностей, но и останавливается в собственном духовном развитии. (Короленко Ц. П. «Аддиктивное поведение. Ощущая характеристика и закономерности развития»)

Стремление изменить настроение по аддиктивному механизму достигается с помощью разных аддиктивных агентов (аддиктивные агенты – это виды деятельности). К таким агентам принадлежат такие разновидности активности как: азартные игры, компьютер, работа, длительное прослушивание ритмичной музыки, поедание или голодание. Искусственному изменению настроения способствуют такие вещества как алкоголь, лекарственные препараты, токсические вещества.

По мнению ряда ученых, работающих над проблемой аддиктивного поведения (А.С. Белкин, А.В. Катаев, К.В. Попков, Г.А. Сингатуллина) одной из ключевых причин возникновения аддикции считается трудность стремления ухода от действительности, связанная с переменной психического состояния, начинает преобладать в сознании, становясь основной идеей, вторгающейся в жизнь, приводя к отрыву от действительности. Механизм ухода от действительности представляется следующим образом. Выбранный человеком метод подействовал, понравился и закрепился в сознании как наконец-то найденный действующий способ, обеспечивающий оптимальное состояние. В последующем столкновение с проблемами, требующими принятия решения, машинально сменяется приятным уходом от трудности с перенесением ее решения «на завтрашний день». Со временем волевые

действия понижаются, т. к. аддиктивные реализации «бьют» согласно волевым функциям, содействуя подбору тактики меньшего противодействия. Снижение переносимости проблем, уход от их преодоления приводит к накоплению нерешенных трудностей.

В России весьма высок уровень интернет-зависимости: согласно данным опроса, проведенного ВЦИОМ в 2013 году, 22% жителей России признались, что проводят в интернете очень большое количество времени. При этом 11% респондентов сообщили, что тратят его на проверку электронной почты.

Больше интернет-зависимых в России из числа молодого поколения. 53% россиян в возрасте от 18 до 24 лет признались, что долго сидят в интернете, а 44% из них поглотили социальные сети.

Россияне на самом деле весьма большое количество времени проводят в соцсетях: согласно исследованию, проведенному консалтинговой фирмой A.T. Kerney, пользователи из России, а кроме того из Индии, Нигерии и Бразилии более пятидесяти процентов своего времени онлайн расходуют на социальные сети. Включая с 2011 года, Россия считается лидером по количеству времени, проводимого обычным пользователем сети интернет в соцсетях — приблизительно 13 часов в месяц.

Если анализировать химические аддикции, то согласно данным исследованиям Роспотребнадзора в настоящий период в наркологических диспансерах зафиксировано приблизительно 3 млн. страдающих наркотической и алкогольной зависимостью.

Люди, как правило, стремятся к психологическому и физическому комфорту. В повседневной жизни подобное комфортное положение не всегда осуществимо либо в действительности недостаточно устойчиво: разные внешние факторы, проблемы на учебе, ссоры с родными, недостаточное понимание в семье.



Истоки аддиктивных механизмов, к какой бы форме аддикции они не приводили, находятся в раннем возрасте в особенностях воспитания.

А именно в родительской среде ребенок обучается языку межличностных контактов и эмоциональных взаимоотношений. В случае если ребенок никак не находит у родителей поддержки, эмоционального тепла, в таком случае ощущает чувство эмоциональной незащищенности, сомнения, которое переносится на окружающее его общество, на людей, с которыми ему приходится сталкиваться в жизни. Всё это и вынуждает в будущем искать комфортного состояния с помощью фиксации на установленных предметах и активностях.

Рассмотрим следующие виды аддиктивных реализаций:

1. Алкоголизм
2. Наркомания
3. Прием лекарственных средств в дозах, превышающих терапевтические.
4. Приём препаратов бытовой химии.
5. Сексуальное аддиктивное поведение
6. Азартные игры
7. Работогольная аддикции
8. Аддикции к еде
9. Длительное прослушивание музыки

Классификация аддикций (Ц. П. Короленко и Н. В. Дмитриевой)

1. Нехимические аддикции:
  - гэмблинг
  - интернет-аддикция
  - любовная-аддикция
  - сексуальная аддикция
  - аддикция отношений(созависимость)
  - работогольная аддикция

-шопинг

-ургентная аддикция и т д

## 2. Химические аддикции:

- алкоголизм

-наркомания

-токсикомания

Разрушительная направленность аддикции выражается в этом, что в данном процессе формируются эмоциональные отношения, взаимосвязи не с другими людьми, а с неодушевленными объектами либо явлениями. Эмоциональные взаимоотношения с людьми утрачивают свою важность, становятся поверхностными. Способ аддиктивной реализации из средства со временем становятся целью. Абстрагирование от сомнений и переживаний в сложных ситуациях время от времени необходимо всем, но в случае аддиктивного поведения оно становится стилем жизни, в ходе которого личность оказывается в ловушке непрерывного ухода от реальной действительности. Выделяют три психологических признака любой зависимости:

- обсессивно-компульсивное мышление

-отрицание как форма психологической защиты

-потеря контроля

В интересах лиц с аддиктивным поведением свойственна видимость контроля собственных аддиктивных реализаций.

Аддикты убеждают других, а в первую очередь в целом самих себя в том, что в любое время они, с одной стороны, могут, прибегая к аддиктивному уходу, снять напряжённость, забыть о проблемах, с другой - при желании прекратить аддиктивную реализацию. Зачастую в стратегию аддиктивного поведения вводятся защитные проекционные механизмы, когда проблему определяют, где нужно, однако только не в самом аддиктивном действии.

Значимой, характерной чертой аддиктивного поведения считается возможность простого перехода от одной формы аддикции к другой, от одного аддиктивного механизма, перехода от одной формы аддиктивного поведения к другой может быть малозаметно и оцениваться равно как выздоровление, например, прекращение интернет-аддикции и замена ее работооголизмом с присущими ему сложными трудностями, которые вплоть до настоящего времени полностью выпадали из поля зрения психиатрии в нашей стране. Непонимание сущности аддиктивной проблемы представляет существенно значительную угрозу и способно приводить к значительным негативными результатам для человека и общества.

Если анализировать проблему аддиктивного поведения младших школьников, необходимо рассмотреть такие понятия, как адаптация, привычка, зависимость, поведенческая норма, поведенческая патология, девиантное поведение, аддиктивное поведение и аддикция.

Способность к приспособлению, иначе говоря, адаптация - это то, что делает допустимым жизнь в абсолютно всех уровнях трудности. Это основа поддержания постоянства внутренней среды и сопротивление стрессу (Селье Г. «Стресс без дистресса»).

Многочисленные наши действия и особенности поведения со временем становятся привычками, то есть автоматическими действиями, автоматизмами. Автоматизируя наши действия, привычка совершает движения наиболее четкими и свободными. Она сокращает степень осмысленного интереса, с которым совершаются действия. С. Л. Рубинштейн (Рубинштейн С.Л. 3) отмечал, что формирование привычки обозначает возникновение не столько нового умения столько нового умения, сколько нового мотива либо направленности к автоматически выполняемым действиям. Другими словами привычка это процесс осуществление, которого становится потребностью.(Смагин С. Ф. «Аддиктивное поведение»)

Принимая во внимание существенное свойство нервной системы, легко формировать и закреплять привычки, даже если они являются ненужными либо вредными, можно утверждать что процесс рассудочного управления привычками есть по существу управление поведением. Ведь даже вредные привычки, явно наносящие вред здоровью организма со временем начинают восприниматься как нормальное явление как что-то необходимое и приятное. И в таком случае значение управления поведением заключается в том, чтобы своевременно заметить предпосылки к формированию вредной привычки и устранить их.

Младший школьник зачастую становится хозяином собственного времени. Чаще всего от него самого зависит, как провести выходной день или обычный вечер после школы. Именно в данный момент школьник нуждается в помощи. Его необходимо научить самостоятельно, планировать и экономно рассчитывать собственное время. Необходимо сформировать у него привычку интересно и эффективно использовать каждый свободный час. Данная привычка непосредственно связана с разными умениями школьника, с кругом его интересов. Привычка разумно использовать личное время основывается в умении ощущать ход времени интуитивно без часов и на определенном отношении ко времени.

В широком значении под зависимостью подразумевают стремление полагать на кого то или что, то в мишенях получения удовлетворения либо приспособления. Зависимость можно условно разделить на нормальную и чрезмерную. Нормальную зависимость характерно испытывать всем людям с таких жизненно значимых объектов как воздух, вода, пища. Большинство людей питают здоровую привязанность к родителям, друзьям, супругу и т д , однако в отдельных случаях наблюдается нарушения обычных отношений зависимости.(Середина Н. В. «Основы медицинской психологии») У человека имеется зависимость если его настроение мысли поведение чувство комфорта находятся в зависимости от того или иного внешнего условия.

Подобным условием чаще всего выступает наличие компьютера, алкоголя, сигарет, наркотиков, каких то иных обстоятельств. При возникновении зависимости человек утрачивает чувство контроля над собственным поведением или эмоциями без вспомогательных средств.

Отсутствие зависимости или вредных привычек предполагает, что человек соответствует понятиям поведенческой нормы. По мнению , К.К. Платонова норма- это явление группового сознания в виде разделяемых группой представлений и наиболее частных суждений членов группы о требованиях к поведению с учетом их социальных ролей, создающих оптимальные условия бытия, с которыми эти нормы взаимодействуют и отражая, формируют его.(Платонов К. К. «О системе психологии»)

П. Б. Ганнушкин под поведенческой патологией подразумевает : наличие в поведении человека таких признаков человека как склонность к дезадаптации, тотальность, стабильность.(Ганнушкин П. Б. «Избранные труды»)

Змановская Е. В. Дает следующие понятие девиантному поведению – социальное поведение, отклоняющееся от приятного, социально приемлемого поведения в определенном обществе. Приводит к изоляции, лечению, исправлению или наказанию нарушителя.(Менделевич В. Д. «Психология девиантного поведения»)

В данной работе центральным понятием является понятие "аддиктивное поведение" - одна из форм деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от действительности посредством изменения собственного психологического состояния посредством фиксации внимания на конкретных предметах или активностях (видах деятельности), что сопровождается развитием интенсивных эмоций.

Этот процесс до такой степени захватывает человека, что начинает управлять его жизнью. Человек становится беспомощным перед своим пристрастием.

Волевые усилия ослабевают и никак не предоставляют возможности противостоять аддикции(Мещерякова Б. Г, Большой психологический словарь).

Аддиктивное поведение рассматривается многими авторами, которые стояли у начала исследования данной проблематики (Ц.П. Короленко, А.С. Тимофеевна, А. Ю. Акопов и др.) как одна из форм деструктивного поведения, т. Е. причиняющая вред человеку и обществу.

В своей работе мы будем рассматривать аддиктивное поведение как одной из форм деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или активных видах деятельности, что сопровождается развитием интенсивных эмоций. Таким образом, следует подчеркнуть, что аддиктивное поведение не всегда связано с потреблением каких-либо психоактивных веществ или лекарственных препаратов, но и может возникать в процессе злоупотребления каким-либо видом деятельности. Однако, в любом случае аддиктивное поведение связано со стремлением достичь психологического и физического комфорта.

## **1.2. КИБЕРБУЛЛИНГ КАК ВИД АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ**

Сегодня интернет-угрозой номер один считают трансляцию сцен унижения и физического насилия над детьми, то, что сегодня называется "киберунижение" (в Европе больше прижился термин "кибербуллинг"). Сегодня у ребенка гораздо больше шансов стать жертвой этих преступлений. К сожалению, эти дела не доходят до уголовных, потому что подозреваемые в силу возраста не могут быть привлечены к уголовной ответственности.

Психолог Александр Асмолов называет кибербуллинг "формой агрессии, за которой стоит попытка кражи достоинства человека".

Социолог Лариса Паутова считает, что в столь успешном продвижении кибербуллинга виновны не только детская жестокость, но и всевозможные гаджеты, которые сильно меняют отношение человека к реальности.

- Когда у нас все время под рукой камера мобильного телефона, возникает ощущение, что мы можем ухватить реальность здесь и сейчас, - говорит она. - Зафиксировать, воспроизвести в любой момент. Именно это явление сегодня очень распространено в школе, когда дети снимают инциденты, связанные со сверстниками или учителями, это распространяется и на трагедии. (Добрышева Ирина «Как защитить ребенка от кибербуллинга» Российская газета, Федеральный выпуск №5947)

Психологи утверждают, каждый третий ребенок в нашей стране страдает от кибербуллинга - виртуального унижения.

Английский термин буллинг (bullying, от bully – хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник) обозначает запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы спровоцировать у другого страх и этим наиболее подчинить себе его. Ранее это было просто житейское понятие, однако в последние 20 лет оно стало международным социально-психологическим и педагогическим термином, за которым стоит целая совокупность общественных, психологических и педагогических проблем. (Игорь Семенович Кон «Что такое кибербуллинг и как с ним бороться?» Семья и школа 2006 г № 11, стр. 15-18)

Изучения буллинга в многочисленных странах начались ещё в 70-е гг. прошлого века. И в настоящее время значимость данной проблемы не ослабевает. Это поведение постоянно присутствует в школьной сфере. Согласно мнению большинства ученых, буллинг содержит 4 главных компонента: агрессивное и негативное поведение, регулярность осуществления, дисбаланс власти во взаимоотношениях участников, умышленность. Первыми исследованием проблем школьного буллинга занялись скандинавские ученые. Они же первыми начали создавать

специальные программы с целью решения данной проблемы. Примером может служить программа Д. Ольвеуса, созданная в Норвегии в 1980-х гг. Базовые основы этой программы предполагают формирование школьной среды, характеризующейся теплом, положительным интересом и вовлеченностью взрослых; жесткими рамками и ограничениями неприемлемого поведения; последовательным использованием некарательных, нефизических наказаний за неприемлемое поведение и несоблюдение законов; присутствием взрослых, выступающих в качестве авторитетов и ролевых моделей. Эта программа в 2001 г. получила статус приоритетной общенациональной программы в Норвегии, а кроме того использовалась в Англии и США. (Галина Солдатова, Екатерина Зотова «Кибербуллинг в школьной среде: трудная онлайн-ситуация и способы совладания, стр. 11-21, №5(55) 2011 ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПОЛИТИКА)

Как показывают исследования, в школе и из числа мальчиков, и из числа девочек преобладают «обзывание», исключение из совместной деятельности и распускание слухов. При этом нередко, кроме агрессора и жертвы, в буллинг вовлекаются и другие лица – те, кто поддерживают буллинг, однако никак не считаются зачинщиками, «зрители», не участвующие активно в буллинге, защитники и прочие. Этому способствует процесс общественного заражения, ослабление запретов насилия, диффузия ответственности в группе (Olweus Bulling PreventionProgram, 2011). Выделяется большое количество типов буллинга, они отличаются по характеру влияния и преследуемым целям. Мы подробнее остановимся на буллинге, опосредованном инфокоммуникационными технологиями, – кибербуллинге. Он определяется как агрессивное, умышленное действие, совершаемое группой лиц или одним лицом с применением электронных форм контакта, повторяющееся многократно и длительное время в отношении жертвы, которой сложно защитить себя. Исследователи предполагают, что виртуальная сфера, в которой совершается кибербуллинг,



дает возможность агрессорам ощущать себя менее уязвимыми и менее ответственными за собственные действия. Анонимность – главное условие, отличающий кибербуллинг от обычного буллинга, осуществляемого, как правило, в непосредственном контакте. Другие отличия выражаются в том, что кибербуллинг совершается за пределами школы. У жертв кибербуллинга могут быть хорошие взаимоотношения с учителями, чего никак не скажешь о жертвах буллинга-офлайн, которые, к сожалению, не всегда находят поддержку у педагогов. Помимо этого, присутствие столкновения с кибербуллингом у жертв возникает боязнь потерять привилегии, которые дают инфокоммуникационные технологии, кибербуллинг совершается наиболее скрыто и нередко никак не дает возможность видеть эмоциональные реакции.

Любая травля — в том числе и кибербуллинг — опасна для психологического здоровья жертв. Исследования показывают, что травля зачастую приводит детей и подростков к депрессии и иным расстройствам, у них снижается самооценка, они оказываются в изоляции. Они больше думают о суициде, и в некоторых случаях проблема на самом деле доходит вплоть до суицида.

Но и те, кто травит, также становятся в зоне риска: они больше своих сверстников страдают от алкогольной и наркотической зависимости и кроме того наиболее склонны к депрессии и суицидальным мыслям.

В России кибербуллинг распространен весьма широко. Мы не нашли больших исследований о кибербуллинге среди взрослых, однако среди детей и подростков ситуация пугающая. Россия — в лидерах согласно уровню кибербуллинга среди школьников. Согласно сведениям изучения Microsoft (2016), практически половина анкетированных российских детей и подростков в возрасте от 8 до 17 лет заявила, что они становились объектами травли. Согласно этому показателю Россия заняла 5-ое место из числа 25 государств.

По данным исследования ВОЗ (2014–2015), среди одиннадцатилетних детей 11% мальчиков и 8% девочек сталкивались с травлей — их оскорбляли в сообщениях по меньшей мере 2-3 раза в месяц. Это самый большой показатель среди 42 стран (средний — 3–4%). Российское исследование 2016 года подтверждает, что в России подростки часто страдают от травли в интернете — 10% в среднем по стране (в Европе — 6%).

При этом исследования показывают, что учителя в российских школах уделяют гораздо меньше внимания вопросу кибербуллинга, нежели в других государствах. А сами российские школьники значительно реже говорят родителям о собственных сложностях, нежели их ровесники в Европе.

### **1.3. ПРОФИЛАКТИКА АДДИКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ: ФОРМЫ И ВИДЫ**

Под профилактикой в медицине понимают систему мер по предупреждению болезней, сохранению здоровья и продлению жизни человека. В нашей работе мы будем опираться на это понимание. Предупреждение аддиктивного поведения предполагает систему общих мероприятий на таких уровнях как общегосударственный, правовой, общественный, экономический, медико-санитарный, педагогический, социально-психологический. Обязательными условиями успешности профилактической работы считаются: последовательность, комплексность, дифференцированность и своевременность. Огромное значение профилактики аддиктивного поведения отражено в государственных документах: Федеральный закон Российской Федерации „О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию“ и отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросу ограничения доступа к противоправной информации в сети Интернет» (Федеральный закон № 139-ФЗ от 28 июля 2012 года), Федеральный закон «О связи» (Федеральный закон от 7 июля 2003 года N 126-ФЗ), Федеральный закон «Об информации, информационных технологиях и о защите информации»(

Федеральный закон от 27 июля 2006 года N 149-ФЗ). В 2009 году начала свою работу бесплатная всероссийская служба телефонного и онлайн консультирования для детей по вопросам безопасного использования Интернет «Дети Онлайн». Линия помощи «Дети Онлайн» — это единственная в России уникальная служба телефонного и онлайн-консультирования, которая оказывает психологическую и информационную помощь детям и подросткам, столкнувшимся с разными трудностями в Интернете. Линия помощи «Дети Онлайн» была основана в 2009 году в рамках Года Безопасного Интернета в России при поддержке Министерства связи и многочисленных коммуникаций Российской Федерации. Целевая аудитория — дети, подростки, родители и сотрудники образовательных и воспитательных учреждений. На Линии помощи «Дети Онлайн» функционируют профессиональные эксперты — специалисты по психологии Фонда Развития Интернет и выпускники факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова. Сотрудниками Линии помощи разработаны технологии и способы оказания психологической и информационной помощи по проблемам безопасного использования Интернета; разработан проект подготовки профессионалов сферы онлайн-консультирования; основан информационный портал [www.detionline.com](http://www.detionline.com), где круглосуточно проводится прием электронных обращений; создана база учета и обработки поступающих обращений; ведется систематическая супервизия работников с целью увеличения качества работы. В условиях недостатка объективных данных Линия помощи остаётся одним из немногих надёжных и достоверных источников информации о спектре онлайн-угроз и их эволюции, а кроме того о воздействии информационных технологий на состояние здоровья и развитие детей и подростков. Количество обращений на Линию помощи растёт от года в год. Это говорит о том, что подобная служба на сегодняшний день востребована обществом, и в последующем эта необходимость будет только увеличиваться. Служба Линия помощи «Дети Онлайн» включена в

базу единого федерального номера телефона доверия для детей, подростков и их родителей (Фонд развития интернет). В России создана программа «Интернет: возможности, компетенции, безопасность», направленная на повышение цифровой компетентности учителей и подростков, учащихся российских школ. Цифровые технологии открывают безграничные возможности в сфере развития и образования детей и подростков. К сожалению, далеко не все пользователи Интернета могут в полной мере воспользоваться этими возможностями. Главная причина этого кроется в низком уровне цифровой компетентности подрастающего поколения, а также их родителей. Как показывают результаты исследований Фонда, несмотря на высокий уровень интернет-активности детей и подростков, их уровень владения знаниями и навыками безопасного использования цифровых технологий оставляет желать лучшего.

Проект был разработан специалистами Фонда Развития Интернет, факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова и Федерального Института Развития Образования при поддержке компании Google. С сентября 2013 года, Фонд Развития Интернет проводит обучающие семинары «Интернет: возможности, компетенции, безопасность» для педагогов и тьюторов, которые смогут транслировать свои знания коллегам и учащимся, помогая им повысить свою цифровую компетентность. Образовательно-выставочный проект «Дети в Интернете» — это комплекс образовательных мероприятий, объединяющий в себе интерактивные выставки и серию обучающих уроков для младших школьников. Проект реализуется оператором связи МТС совместно с Фондом Развития Интернет при поддержке Министерства связи и массовых коммуникаций РФ, Министерства образования и науки РФ, Лиги Безопасного Интернета и при участии Google и ряда партнеров. Цель проекта — информирование детей, родителей и учителей о потенциальных рисках при использовании Интернета, путях защиты от сетевых угроз и полезных возможностях

Глобальной сети для образования, развития, общения и досуга. С декабря 2011 года по февраль 2012 года более 50 000 человек, детей и их родителей, посетило выставку «Дети в Интернете» в Политехническом музее. В 2012 году выставки проходили в Москве (на базе РГДБ), в Санкт-Петербурге, в Свердловской и Ульяновской областях. В 2013 году — в Архангельске и Липецке. Уроки полезного и безопасного Интернета были проведены более чем в 20 регионах: в Москве, в Санкт-Петербурге, в Воронежской, Владимирской, Рязанской, Свердловской, Челябинской, Тюменской, Курганской, Самарской, Тамбовской, Оренбургской, Амурской областях, Забайкальском, Пермском, Красноярском, Приморском Хабаровском краях, Еврейской автономной области, Республике Бурятия, Республике Марий Эл. Всего за 2011—2012 годы в проекте приняло участие более 250 000 человек. Информационно-аналитический журнал «Дети в информационном обществе» посвящен темам социализации, образования, личностного и духовного развития детей в эпоху глобальных социально-культурных перемен, вызванных бурным ростом информационно-коммуникационных технологий. Издание ориентировано на тех, кто профессионально работает со школьниками и детьми дошкольного возраста: учителей, воспитателей, менеджеров образования, библиотекарей, семейных и школьных психологов. Выпускается с 2009 года. Журнал был учрежден в рамках Года Безопасного Интернета в России при поддержке Министерства связи и массовых коммуникаций РФ. Издается при научной поддержке факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова и Федерального института развития образования МОН РФ. Информационную поддержку обеспечивает Министерство образования и науки Российской Федерации. Своей главной задачей журнал ставит изучение и осмысление широкого социально-культурного контекста, в котором происходит становление современных детей и подростков. На основе наиболее актуальных российских и зарубежных исследований в издании рассказывается о том, как дети и

подростки используют компьютеры и Интернет в школе и дома, какое влияние информационные технологии оказывают на их развитие, творческие способности, образ жизни, как они общаются и познают окружающий мир. Еще одна важная тема — взаимодействие детей и взрослых в информационном обществе. Авторы журнала ищут ответы на вопросы о том, как преодолеть культурный разрыв между поколениями и оказать эффективную помощь детям в виртуальном и реальном мире. В журнале рассматриваются и негативные стороны информатизации, среди которых — компьютерная зависимость, агрессивность в сети и многое другое.

Так же в России были проведены такие исследования как: «Интернет глазами школьника», где данное исследование дает ответы на вопросы: «Каким видят школьники Интернет? Каким они хотят его видеть? Как оптимизировать Сеть и сделать ее удобной и безопасной для школьников?», «Моя безопасная сеть», где освещаются такие вопросы как «С какими интернет-угрозами сталкиваются дети и подростки России в сети и как их воспринимают? Насколько опасно отечественное киберпространство? Каковы способы защиты детей и подростков от рисков и опасностей Интернета?» и многие другие исследования. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования одной из приоритетных задач называет формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, формирование умения противостоять в пределах своих возможностей действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни, физического и нравственного здоровья, духовной безопасности личности в пределах своих возможностей.

Необходимо отметить, что применительно к детям младшего школьного возраста ведется первичная профилактика. Это обуславливается тем, что у младших школьников зависимость как таковая отсутствует, а предпосылки с целью её развития во многом уже заложены. Система профилактических и коррекционных мероприятий связана с формированием

у младших школьников и подростков альтернативной мотивации по отношению к возникшим негативным потребностям, подведением их к обдуманному выбору.

Выделяют несколько видов профилактической работы:

1. Первичная профилактика – меры, направленные на то, чтобы болезнь, процесс или проблема не появились.

2. Вторичная профилактика – меры направленные на как можно более раннее обнаружение и прекращение или изменение к лучшему течения болезни, процесса или проблемы.

3. Третичная профилактика – остановка или замедление течения болезни, процесса или проблемы и их последствий, даже если основное (патологическое) состояние сохраняется.

Первичная профилактика выглядит как:

- а) информационные компании в средствах массовой информации,
- б) обеспечение соответствующих средств защиты,
- в) предложение альтернативного поведения в данной общественной и культурной среде.

Вторичная профилактика включает в себя:

- а) целенаправленные информационные компании (на основе непосредственных отношений в обществе),
- б) предоставление средств защиты и объяснение их использования,
- в) использование фармакологических и прочих средств для воздействия на конкретного человека,

г) внесение изменений в закон с целью позитивного преобразования общества, подверженного высокому уровню риска, а также с целью предотвращения распространения данного явления,

д) обучение педагогов и лиц, реализующих профилактические программы.

Профилактика рецидивов включает в себя:

а) передача информации и обучение конкретных лиц,

б) непосредственные лечебные и реабилитационные действия,

в) создание конкретных структур и организаций (лечебно-реабилитационная база).

Таким образом, термин «профилактика» включает в себя все виды деятельности, цель которых - предотвращение появления и развития определенного явления в данном обществе.

Выделяют несколько форм психопрофилактической работы:

#### 1. Организация социальной среды

В основе этой формы лежат представления о существенном влиянии окружающей среды на формирование аддиктивного поведения. Осуществляется воздействие на социальные факторы, представляется возможным предотвратить развитие нежелательного поведения у ребенка. Подобное воздействие может быть направлено в целом (например, через создание негативного общественного мнения по отношению к кибербуллингу), на семью, на конкретную социальную группу (школа, класс) или на конкретную личность.

#### 2. Информирование



Наиболее распространенное явление, выражающееся в форме лекций, бесед, распространения социальной литературы. Обычно широко используется информация содержащая статистические данные о том, насколько распространен кибербуллинг в среде учащихся и как они реагируют на подобные действия.

### 3. Обучение социально-важным навыкам

На профилактических занятиях следует уделить внимание решению возрастных задач, положенных в основу многих программ по профилактике:

- к концу обучения в начальной школе дети должны научиться планировать свои действия с учетом интересов других людей
- поддерживать дружеские отношения, сочувствовать товарищу, разрешать конфликты
- соблюдать осторожность в контактах с незнакомыми людьми, уметь делать выбор

### 4. Организация альтернативной деятельности

Это формирование представления об альтернативных аддиктивному поведению формах деятельности: занятие спортом, творчество, любовь, реальное общение со значимыми людьми. То есть умение занять себя и трудиться(35).

### 5. Организация здорового образа жизни

Это представление о личной ответственности за свое здоровье. Здоровый образ жизни – это здоровое питание, регулярные занятия физкультурой, соблюдение режима труда и отдыха, общение с природой(14).

### 6. Активизация личностных ресурсов

Это приобщение детей к активным занятиям спортом, творческому самовыражению, общению с друзьями в реальности. Все это активизирует личностные ресурсы и обеспечивает устойчивость к неблагоприятным воздействиям.

#### 7. Минимизация негативных последствий зависимого поведения

Данная форма профилактики используется в тех случаях, когда уже сформировалась зависимость к чему-либо. Она направлена на профилактику рецидивов или их негативных последствий.

## ВЫВОДЫ ПО ПЕРВОЙ ГЛАВЕ

Изучив психолого-педагогическую литературу по проблеме профилактики компьютерной аддикции у младших школьников, нами было выявлено:

1. Аддиктивное поведение – одна из форм деструктивного поведения, которая выражается в стремлении к уходу от реальности путем изменения своего психического состояния посредством приема некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных предметах или активных видах деятельности, что сопровождается развитием интенсивных эмоций. Кибербуллинг- (bullying, от bully – хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник) обозначает запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы спровоцировать у другого страх и этим наиболее подчинить себе его.

2. Мы рассмотрели следующие основные виды аддиктивных реализаций :

– химическая аддикция (алкоголизм, наркомания, прием лекарственных средств в дозах, превышающих терапевтические, приём препаратов бытовой химии).

– нехимическая аддикция (сексуальное аддиктивное поведение, азартные игры, работогольная аддикции, аддикции к еде, длительное прослушивание музыки).

3. Согласно мнению большинства ученых, кибербуллинг содержит 4 главных компонента: агрессивное и негативное поведение, регулярность осуществления, дисбаланс власти во взаимоотношениях участников, умышленность.

4. Под профилактикой в медицине понимают систему мер по предупреждению болезней, сохранению здоровья и продлению жизни человека.

5. Выделяют несколько видов профилактической работы:

– первичная профилактика – меры, направленные на то, чтобы болезнь, процесс или проблема не появились.

– вторичная профилактика – меры направленные на как можно более раннее обнаружение и прекращение или изменение к лучшему течения болезни, процесса или проблемы.

– третичная профилактика – остановка или замедление течения болезни, процесса или проблемы и их последствий, даже если основное (патологическое) состояние сохраняется.

6. Выделяют несколько форм психопрофилактической работы:

– организация социальной среды

– информирование

– обучение социально важным навыкам

– организация альтернативной деятельности

– организация здорового образа жизни

– активизация личностных ресурсов

– минимизация негативных последствий зависимого

поведения

## **Глава II. РАБОТА ПЕДАГОГА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КИБЕРБУЛЛИНГА**

### **2.1. ОПИСАНИЕ ХОДА ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ РАБОТЫ**

Эксперимент проходил в рамках образовательного процесса МКОУ НОШ №7 в городе Коркино , Челябинской области в 4 классе. В исследовании принимали участие 28 учащихся в возрасте 10 лет.

Цель экспериментальной работы: исследовать наличие риска подверженности кибербуллингу у младших школьников для разработки программы работы педагога по профилактике негативного влияния кибербуллинга.

Задачи исследования:

1. Разработать анкету, позволяющую выявить риск подвергнуться кибербуллингу.
2. Провести анкетирование.
3. Разработать программу работы педагога по профилактике негативного влияния кибербуллинга.

Исследование проводилось в 3 этапа:

1. Организационный этап
2. Проведение исследования
3. Анализ полученных результатов

Для того, чтобы выяснить насколько распространен кибербуллинг среди младших школьников, и как они реагируют на подобные действия, нами была разработана анкета, которая адаптирована под младший школьный возраст и содержит 8 вопросов с вариантами ответа. Ребенку предлагается выбрать тот вариант ответа, который он считает нужным.

Целью данного анкетирования является выявление риска подвергнуться кибербуллингу .

### Анкета

*Дорогой друг!*

*Мы приглашаем тебя принять участие в анкетировании, посвященном Интернету. Пожалуйста, ответь на представленные ниже вопросы: отвечай быстро, не задумываясь – правильных и неправильных ответов нет, а есть разнообразие мнений и твое мнение нам очень важно.*

1. Есть ли у Вас дома компьютер, подключенный к сети Интернет?

- Да
- Нет
- Есть компьютер, не подключенный к сети Интернет

1. Как часто Вы пользуетесь Интернетом?

- 1-2 раза в неделю
- 1-2 раза в месяц
- 1-2 раза в день
- Я живу в Интернете
- Не пользуюсь Интернетом
- другое

2. В Интернете обычно я:

- Общаюсь в чатах, « В контакте», «Mail.ru»
- Ищу информацию для учебы
- Обычно качаю программы, музыку, фото, видео
- Играю в онлайн-игры
- другое

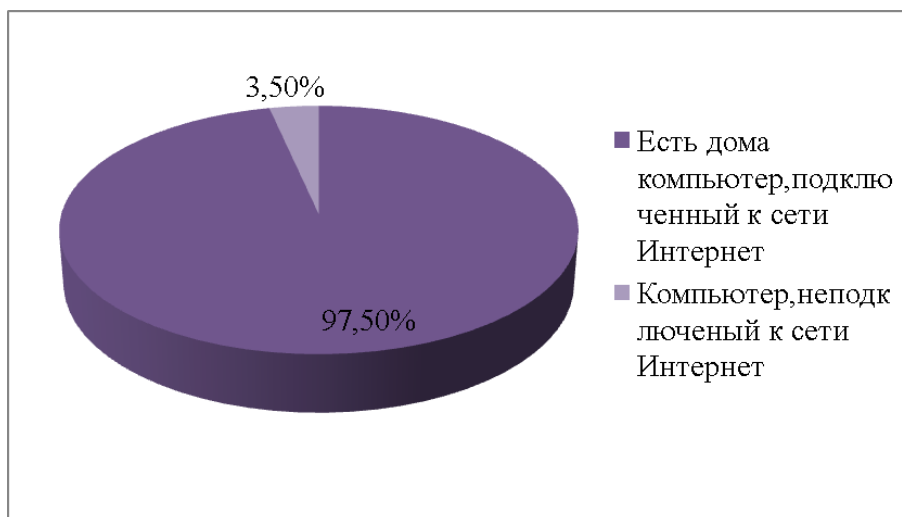
3. В реальной жизни мы нередко сталкиваемся с неприятностями и опасностями. Как Вы считаете, есть ли опасность в Интернете?
- Да
  - Нет
  - Иногда
  - Не знаю
4. Сталкивались ли Вы с оскорблением и унижением со стороны других пользователей в Интернете?
- Часто
  - Редко
  - Иногда
  - Никогда
5. Часто ли Вы сталкиваетесь с информацией, которая раздражает и вызывает неприятные эмоции?
- Часто
  - Редко
  - Иногда
  - Никогда
6. Ваша реакция на оскорбления в Интернете со стороны других пользователей...
- Расскажу родителям
  - Промолчу
  - Расскажу друзьям
  - Удаюсь из соц. сетей
7. Какие эмоции и чувства Вы чаще всего испытываете, находясь в Интернете? (Укажите не менее 3-х)
- Радость
  - Страх

- Стыд
- Доверие
- Интерес
- Любопытство
- Уверенность
- Унижение
- Счастье
- Удовольствие
- Обида
- Надежда
- Тревога
- другое



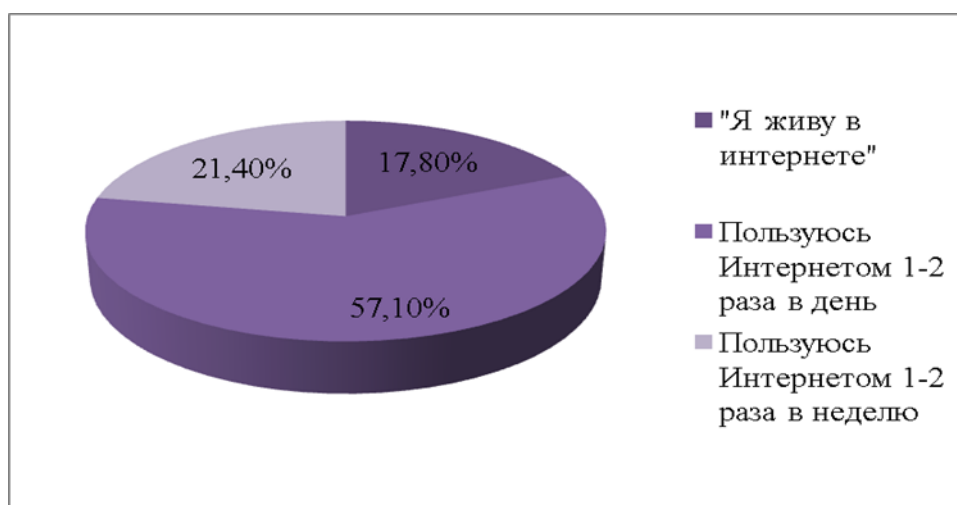
## 2.2. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИЗУЧЕНИЯ РИСКА ПОДВЕРЖЕННОСТИ КИБЕРБУЛЛИНГУ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

В результате проведения анкетирования нами были получены следующие результаты (рис. 1-8).



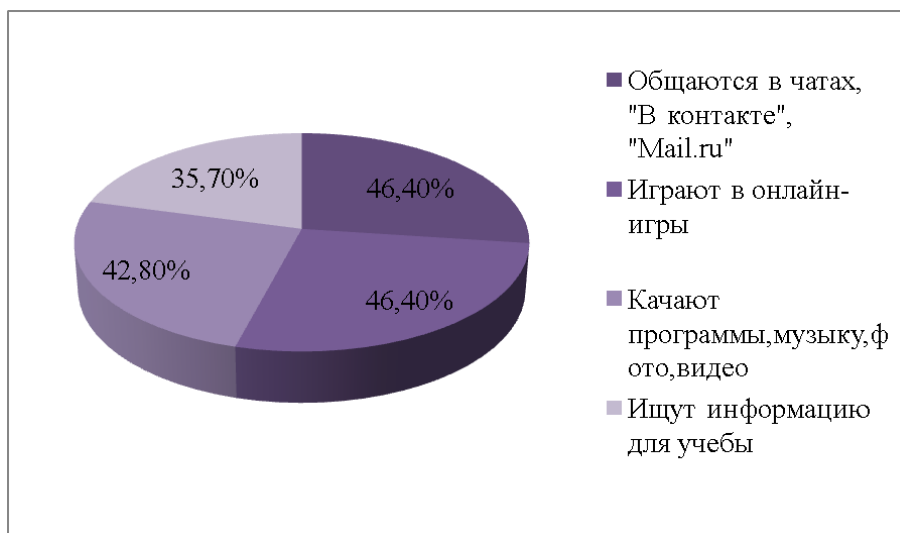
*Рисунок 1. Наличие дома компьютера, подключённого к сети Интернет*

Результаты анкетирования показали, что у 97,5% респондентов есть дома компьютер, подключенный к сети Интернет, и только у 3,5% респондентов компьютер не подключен к сети Интернет. Таким образом, практически все дети могут столкнуться с явлениями кибербуллинга в сети.



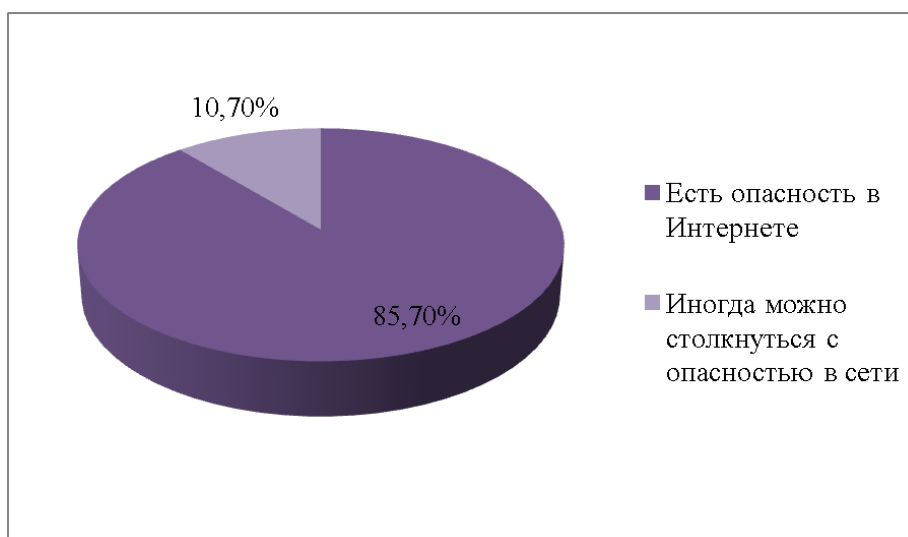
*Рисунок 2. Как часто используется Интернет?*

17,8% респондентов ответили «я живу в Интернете», 57,1% респондентов ответили, что пользуются Интернетом 1-2 раза в день, 21,4% – 1-2 раза в неделю.



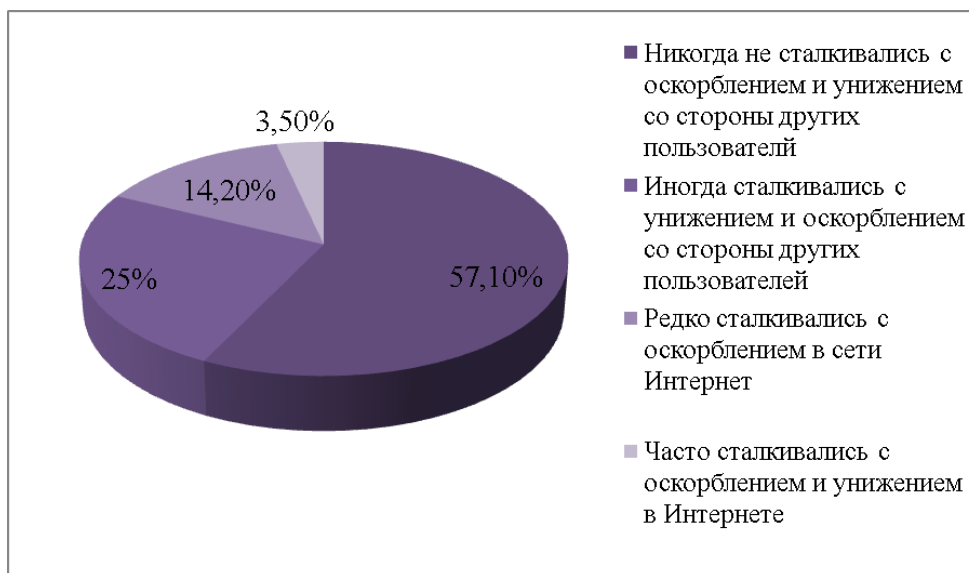
*Рисунок 3. Что делают младшие школьники в Интернете?*

Большинство младших школьников используют Интернет для общения в чатах, «В контакте», «Mail.ru» (46,4%), играют в онлайн-игры (46,4%), качают программы, музыку, фото, видео (42,8%), ищут информацию для учебы (35,7%).



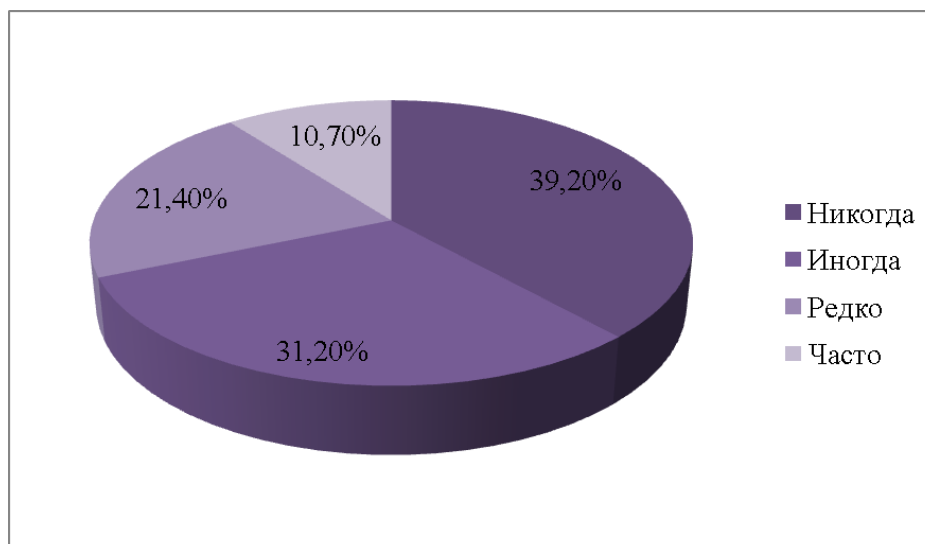
*Рисунок 4. Наличие опасности в сети Интернет*

85,7% респондентов считают, что есть опасность в Интернете, 10,7% респондентов считают, что иногда можно столкнуться с опасностью в сети Интернет.



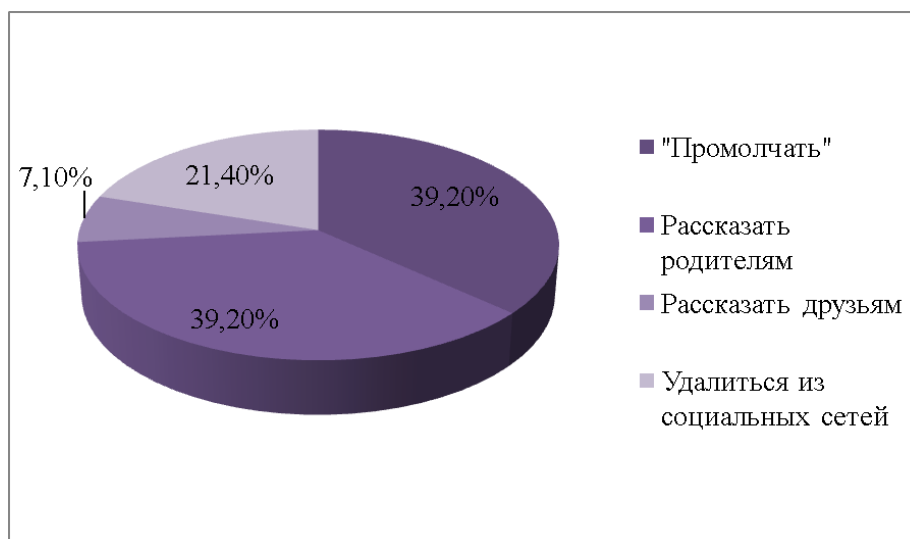
*Рисунок 5. Сталкивались ли младшие школьники с оскорблением в сети Интернет*

Около 57,1% респондентов никогда не сталкивались с оскорблением и унижением со стороны других пользователей в Интернете, 25% - иногда сталкивались с оскорблением со стороны других пользователей, 14,2% - редко сталкивались с оскорблением в сети Интернет, 3,5% - часто сталкивались с оскорблением и унижением в Интернете со стороны других пользователей.



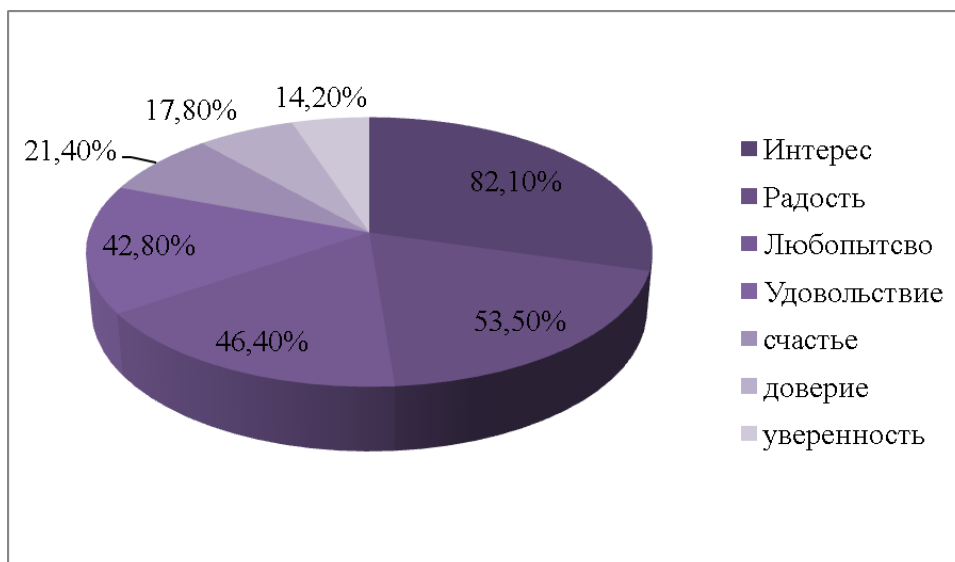
*Рисунок 6. Наличие информации, которая раздражает и вызывает неприятные эмоции*

На вопрос «Часто ли вы сталкиваетесь с информацией, которая раздражает и вызывает неприятные эмоции?» респонденты ответили «Никогда» - 39,2%, «Иногда» - 32,1%, «Редко»- 21,4%, «Часто» - 10,7%.



*Рисунок 7. Реакция на оскорбления со стороны других пользователей*

Анкетирование показало, что 39,2% респондентов «Промолчат» на оскорбления в Интернете со стороны других пользователей, 39,2% - предпочтут рассказать родителям, 21,4% - удалятся из социальных сетей, 7,1% - расскажут друзьям.



*Рисунок 8. Эмоции и чувства, которые испытывают младшие школьники, находясь в сети Интернет*

Около 82,1% младших школьников испытывают интерес, находясь в Интернете, 53,5%- радость, 46,4- любопытство, 42,8% - удовольствие, 21,4%- счастье, 17,8% - доверие, 14,2%- уверенность.

Таким образом, мы выявили, что у большего числа детей есть компьютер, подключенный к сети Интернет. Более половины младших школьников используют Интернет ежедневно, для общения в чатах, «В контакте», « Mail.ru», для скачивания музыки, фотографий, видео, а треть – используют Интернет для поиска информации для учебы. Каждый второй ребенок, считает, что в Интернете есть опасность, при этом столкнувшись с оскорблением других пользователей школьники расскажут друзьям или родителям, а некоторые предпочтут «промолчать» или вовсе удалиться из соц. сетей. Больше половины ребят испытывают хорошие эмоции и чувства , находясь в Интернете, а именно интерес, радость, любопытство и удовольствие.

Данные исследования позволяют утверждать, что часть детей подвержена риску столкнуться с явлениями кибербуллинга, что обусловило

необходимость создания программы работы педагога по профилактике негативного влияния кибербуллинга.

### **2.3. ПРОГРАММА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КИБЕРБУЛЛИНГА**

Цель программы: профилактика кибербуллинга у младших школьников посредством взаимодействия со специалистами субъектов профилактики и родителями.

Задачи:

1. Повышение психологической компетентности младших школьников в вопросах сопротивления насилию в среде Интернет - технологий;
2. Повышение компьютерной и правовой компетентности младших школьников посредством привлечения специалистов других ведомств, в том числе правовой и IT направленности;
3. Информирование родителей о безопасном использовании Интернет-ресурсов, защиты персональных данных младших школьников, в том числе от информации, наносящей им вред;
4. Повышение родительской компетентности в вопросах детско-родительского взаимодействия.

Целевая группа: младшие школьники и их родители, педагоги и специалисты субъектов профилактики, работающие с несовершеннолетним.

Таблица 1

## Тематическое планирование

№ п/п	Направление работы	Планируемое мероприятия		Сроки
		Название мероприятия	Содержание работы	
<b>1. Работа с младшими школьниками</b>				
1.	Организация психолого- просветительской работы с младшими школьниками и субъектами профилактики	Просветительская беседа	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Социальные сети: мифы и реальность.</li> <li>– Умею ли я общаться со сверстниками.</li> <li>– Общение: виртуальное и реальное.</li> <li>– Безопасный Интернет.</li> <li>– Я и моя семья. Семейные ценности.</li> <li>– Как правильно разрешать конфликты.</li> <li>– Игры, в которые играю я.</li> <li>– Игры: виртуальные и реальные</li> </ul>	I четверть
		Дискуссия	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Как сказать «нет» и не потерять друга?</li> <li>– Друг – кто он?</li> <li>– Жертва – агрессор – преследователь: кто я?</li> <li>– Преследование: как вырваться из круга?</li> </ul>	

2.	Организация групповой и индивидуальной работы с младшими школьниками и субъектов профилактики по предупреждению возникновения причин и условий, способствующих формированию жертвенного агрессивного поведения.	Клуб общения	– « Мир моего общения»	II четверть
		Тренинг формирования у Младших школьников коппинг стратегий по защите от кибербуллинга.	– « Я могу, знаю, хочу!»	
		Психологический тренинг по профилактике агрессивного поведения у младших школьников.	«Я, ты, он, она – вместе дружная семья»	
3.	Организация работы по информированию младших школьников с	Лекция	«Информация, причиняющая вред твоему развитию и здоровью».	III четверть
		Презентация	– «Закон на страже защиты младших школьников».	



	привлечением специалистов правовой и IT направленности и субъектов профилактики.			
		Беседа	– «Твой безопасный Интернет»	
<b>2. Работа с родителями</b>				
1.	Организация психолого - просветительской работы с родителями в вопросах предупреждения насилия в отношении младших школьников.	Просветительская беседа	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Социальные сети: мифы и реальность.</li> <li>– Проблемы детско-родительских взаимоотношений.</li> <li>– Общение подростка реальное и виртуальное.</li> <li>– Безопасная Интернет - среда.</li> <li>– Семейные ценности.</li> <li>– Способы конструктивного разрешения конфликтов с детьми.</li> <li>– Компьютерная и виртуальная зависимость младших школьников: причины, условия формирования и способы выявления.</li> <li>– Психологические причины формирования жертвенного поведения у младших школьников</li> <li>– Кибербуллинг, как социально- психологическое явление.</li> </ul>	IV четверть

2.	Организация групповой и индивидуальной работы с родителями с целью повышения родительской компетентности в вопросах детско-родительских отношений.	Родительский лекторий	– «Как уберечь ребенка от насилия в сети Интернет»	
		Клуб общения для родителей	– «Вместе Мы»	
		Дискуссионный клуб для родителей	– «Успешный родитель»	
3.	Организация работы по Информированию	Лекция	«Информация, причиняющая вред здоровью и развитию ребенка».	

	<p>родителей с привлечением специалистов правовой и ИТ направленности с целью повышения компетентности в вопросах защиты персональных данных младших школьников, в том числе от информации, наносящей вред.</p>	<p>Беседа</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– «Как защитить ребенка от кибертравли».</li> <li>– «Отдельные законодательные акты Российской Федерации в целях защиты детей от информации, пропагандирующей отрицание традиционных семейных ценностей».</li> <li>– «Создание безопасного Интернет - пространства для развития, общения и обучения ребенка».</li> </ul>	
--	---	---------------	---	--

Ожидаемые результаты:

Программа направлена на обучение младших школьников, их родителей, педагогов и специалистов, работающих с детьми, методам распознавания и ликвидации случаев психологического давления среди младших школьников в сети Интернет.

С целью профилактики кибербуллинга предусмотрена организация групповой и индивидуальной работы с младшими школьниками по предупреждению возникновения причин и условий, способствующих формированию жертвенного и агрессивного поведения у младших школьников.

Участие в клубах общения, программах тренингов позволят сформировать у младших школьников эффективные навыки защиты от кибербуллинга, а так же позволяет скорректировать агрессивное и жертвенное поведение у участников, а так же научит бесконфликтному межличностному взаимодействию со сверстниками.

### **Программа психологического тренинга развития асертивности для младших школьников «Поверь в себя».**

Младший школьный возраст охватывает период жизни ребенка от 7 до 10-11 лет. Это очень ответственный период школьного детства, от полноценного проживания которого зависит уровень интеллекта и личности, желание и умение учиться, уверенность в своих силах. К сожалению не все младшие школьники оказываются психологически готовыми к преодолению трудностей, поэтому необходимо формировать асертивность в условиях групповой работы, то есть в процессе тренинговых занятий. Данная группа направлена на помощь в формировании навыков уверенного поведения.

Цель: формирование практических навыков уверенного поведения

Задачи:

1. Способствовать формированию умения заявлять о своей позиции и желаниях;
2. Научить принимать комплименты и критику;
3. Развивать способность говорить «нет».

Форма работы: закрытая группа

Методы работы: мини-лекции, мозговой штурм, интерактивные игры, психогимнастические упражнения, ролевые игры.

Длительность программы: 12 часов

Численность участников: 8-12 человек.

Таблица 2

*Программа тренинга*

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Содержание работы</b>	<b>Кол-во часов</b>
Тема 1.	Специфика уверенного поведения	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Специфика уверенного поведения.</li> <li>2. Агрессивный, пассивный и ассертивный стиль поведения.</li> <li>3. Уверенность как чувство, как состояние, как свойство.</li> <li>4. Источники уверенного поведения</li> </ol>	3
Тема 2.	Работа с критикой.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Критика : конструктивная и неконструктивная</li> <li>2. Способы работы с критикой.</li> <li>3. Как развить уверенность в себе</li> </ol>	3
Тема 3.	Искусство отказа.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Причины, по которым сложно отказывать.</li> <li>2. Как сказать «нет», при этом сохраняя позитивные взаимоотношения.</li> <li>3. Какие бывают способы отказов</li> </ol>	3
Тема 4.	Комплименты.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирование положительного отношения к себе.</li> <li>2. Использование комплиментов.</li> <li>3. Как правильно делать комплименты</li> </ol>	3
Всего:			12

## **Программа психолого-просветительской работы с родителями.**

Цель: повышение психологической грамотности родителей, профилактика психологических проблем во взаимоотношениях детей с родителями, а так же со сверстниками.

Темы бесед для родителей:

1. Родительские ожидания. Жизненные сценарии.
2. Понятие психологической готовности к школе. Адаптация к школе.
3. Адаптация ребенка к требованиям начальной школы.
4. Развитие произвольных процессов школьников.
5. Психологические особенности младшего школьного возраста
6. Компьютерная и виртуальная зависимость: причины, условия формирования и способы выявления.
7. Психологические причины формирования жертвенного поведения у младших школьников.
8. Психологические причины формирования агрессивного поведения у младших школьников.
9. Кибербуллинг в подростковой среде как социально-психологическое явление.
10. Социальные сети: мифы и реальность.
11. Проблемы детско-родительских отношений.
12. Общение младшего школьника реальное и виртуальное.
13. Безопасная Интернет-среда.
14. Семейные ценности.
15. Способы конструктивного разрешения конфликтов с детьми.

### **ВЫВОДЫ ПО ВТОРОЙ ГЛАВЕ:**

1. Для изучения подверженности младших школьников кибербуллингу мы провели анкетирование, в котором принимали участие 28 учащихся 4 класса в возрасте 10–11 лет.
2. Результаты исследования показали, что более 95 % респондентов имеют возможность выхода в Интернет с домашнего компьютера, при этом признают наличие опасностей в сети Интернет более 80 % респондентов, около половины всех опрошенных отмечают, что им приходилось сталкиваться с информацией, которая вызывает негативные эмоции.
3. Мы разработали программу психолого-просветительской работы по профилактике кибербуллинга у младших школьников, которая направлена на обучение младших школьников их родителей, педагогов и специалистов, работающих с детьми, методам распознавания и ликвидации случаев психологического давления среди младших школьников в Интернет-пространстве. С целью профилактики кибербуллинга предусмотрена организация групповой и индивидуальной работы с несовершеннолетними по предупреждению возникновения причин и условий, способствующих формированию агрессивного и жертвенного поведения у младших школьников.



## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Проведенное исследование позволило изучить проблему профилактики аддиктивного поведения младших школьников. Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования показал, что ее актуальность обуславливается значительным влиянием на подрастающее поколение глобальной сети Интернет. Так же он позволил определить ключевые понятия, виды, наиболее значимые факторы, которые оказывают влияние на формирование компьютерной аддикции у младших школьников.

Большую роль в предупреждении негативных последствий кибербуллинга играет семья. Значимым компонентом родительского контроля является такая организация работы за компьютером, когда родители имеют возможность контролировать не только время, проведенное в сети, но и наблюдать за реакциями ребенка, его эмоциональным состоянием. Необходимо внимательно выслушивать впечатления ребенка от общения с новой реальностью, знакомиться с сайтами и технологиями, которые он использует.

Главная профилактическая мера буллинга в школе – это обучение детей положительному взаимодействию, создание коллектива, в котором роли альфы (лидера) и аутсайдеров жестко не закреплены, а иерархия гармонична.

Необходимо отметить, что применительно к детям младшего школьного возраста ведется первичная профилактика. Это обуславливается тем, что у младших школьников зависимость как таковая отсутствует, а предпосылки с целью её развития во многом уже заложены. Система профилактических и коррекционных мероприятий связана с формированием у младших школьников альтернативной мотивации по отношению к возникшим негативным потребностям, подведением их к обдуманному выбору.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреева А.О., Манипулирование в сети Интернет / А.О. Андреева // Информационная безопасность и вопросы профилактики киберэкстремизма среди молодежи – 2015 – С. 21-28
2. Анохин С.М., Анохина Н.Ф. Кибербуллинг учителя. Постановка проблемы // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 6.
3. Баранов А.А. Кибербуллинг – новая форма угрозы безопасности личности подростка // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология. – 2015. – №11. – С. 62-66.
4. Белинская Е.П. Информационная социализация подростков: опыт пользования социальными сетями и психологическое благополучие // Психологические исследования. 2013. Т. 6, № 30. С. 5.
5. Василюк,Ф. Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций [Текст] / Ф. Е. Василюк – М.: Издание Московского университета 2006. – 200 с.
6. Ганнушкин, П.Б. Избранные труды [Текст] / П. Б. Ганнушкин – М.: Медицина, 1998. – 291 с.
7. Гусева, Н. В. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей [Текст] / Н. А. Гусева / под научной ред. Л. М. Шипицыной. – СПб.: Речь, 2005. – 136 с.
8. Добрышева Ирина «Как защитить ребенка от кибербуллинга» Российская газета, Федеральный выпуск №5947
9. Егоров, А. Ю. Нехимические (поведенческие) аддикции (обзор) / А. Ю. Егоров // Аддиктология. – 2005. – № 1. – С. 65-77.
- 10.Ефимова Е.С. Кибербуллинг как проблема психопедагогики виртуальных сред // Успехи в химии и химической технологии. 2014. Т. 28. №7(156). С.65-66.

11. Жичкина, А. Е. О возможностях психологических исследований в сети Интернет / А. Е. Жичкина // Психологический журнал. – 2000. – № 2. – С. 75-78.
12. Жукова, М. В. Особенности младшего школьника с отклоняющимся поведением [Текст] / М. В. Жукова / Вестник Института развития образования и воспитания подрастающего поколения при ЧГПУ. – Сер. 3, Профилактика безнадзорности, беспризорности и правонарушений несовершеннолетних. – Челябинск, 2003. – №17. – с. 90-104.
13. Жукова, М. В. Профилактика потребления психоактивных веществ: теоретические аспекты и активные формы работы борьбы со школьниками [Текст] / М. В. Жукова, Е. В. Фролова. – Челябинск, 2003. – 23 с.
14. Змановская, Е.В. «Девиантология: (Психология отклоняющегося поведения)» [Текст] / Е. В. Змановская./ Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – 2-е изд., испр. – М.:Издательский центр «Академия», 2004. – 288 с.
15. Зинцова А.С. Социальная профилактика кибербуллинга // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Социальные науки. 2014. № 3 (35). С. 122- 128.
16. Исмуков, Е.П. Мотивация и мотивы [Текст] / Е. П. Ильин. – СПб.: Издательство «Питер», 2000. – 512 с.
17. Колесникова, Г. И. Девиантное поведение : учеб. пособие / Г. И. Колесникова. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. — 218 с.
18. Короленко, Ц. П. Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития / Ц. П. Короленко // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. – 1991. – № 1. – С. 8-15.
19. Короленко, Ц. П. Семь путей к катастрофе. Деструктивное поведение в современном мире / Ц. П. Короленко, Т. А. Донских. – Новосибирск: Наука, 1990. – 224 с.

- 20.Короленко, Ц.П. Социодинамическая психиатрия [Текст] / Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева. М.: Академический Проект, Екатеринбург, Деловая книга. 2000. – 460 с.
- 21.Красильников, Г. Т. Существует ли предрасположенность к аддикциям (факторы риска) / Г. Т. Красильников, Я. П. Гирич // Консилиум. – 1999. – № 2. – С. 21-22.
- 22.Кулаков, С.А. Дианостика и психотерапия аддиктивного поведения у подростков [Текст] / С.А. Кулаков. – М.: Издательский центр «Академия», 1998. – 286 с.
- 23.Лоскутова, В. А. Интернет-зависимость - патология XXI века? / В. А. Лоскутова // Вопросы ментальной медицины и экологии. – 2000. – №1, – С. 11-13.
- 24.Марцинковская Т.Д. Информационная социализация в изменяющемся информационном пространстве // Психологические исследования. 2012. Т. 5, № 26. С. 7.
- 25.Марцинковская Т.Д., Чумичева И.В. Проблема социализации подростков в современном мультикультурном пространстве // Психологические исследования. 2015. Т. 8, № 39. С. 10.
- 26.Менделевич. – В.Д. Психология девиантного поведения[Текст] / Учебное пособие для ВУЗов/В.Д. Менделевич. – Издательство Речь, 2008. – 445 с.
- 27.Мещерякова, Б.Г. Большой психологический словарь [Текст] / под. ред. Б. Г. Мещеряковой, В.П. Зинченко. – М.: Прайм-Еврознак, 2003. – 672 с.
- 28.Мусихин А.И. Кибербуллинг // Педагогическое образование на Алтае. 2013. № 1. С. 76-83.
- 29.Платонов, К.К. О системе психологии [Текст] / К. К. Платонов. – М.: «Мысль», 2005. – 216 с.

30. Реан А.А., Бордовская Н.В., Розум С.И. Психология и педагогика. – СПб. «Питер» 2010. – 432 с.
31. Рудаков, О.И. Игра на выбывание: [компьютер и «игровая болезнь»] / О.Рудаков // Смена.- 2007.-№9.-С.74-82.
32. Селье, Г. Стресс без дистресса [Текст] / Г. Селье. – М.: Прогресс, 1998. – 124с.
33. Середина, Н.В. Основы медицинской психологии: общая, клиническая, патопсихология [Текст] / Н. В. Середина, Д.А. Шкуренко. – Ростов – на – Дону: «Феникс», 2003. – 512 с.
34. Солдатова Г., Зотова, Е. Кибербуллинг в школьной среде: трудная онлайн ситуация и способы совладания // Образовательная политика. – 2011. – № 5 (55). – С. 48–59.
35. Симатова, О. Б. Психологические механизмы формирования аддиктивного поведения / О. Б. Симатова // Вестник ЧитГУ. – 2008. – № 1. – С. 83-92.
36. Ураева Г.Е. Боголюбова О.Н. Опыт переживания онлайн-агрессии у молодых взрослых: современное состояние и перспективы исследования проблемы // Психологические исследования. 2013. Т. 6, № 27. С. 12.
37. Хуторной С.Н. Специфика общения в Интернете // Вестник Московского государственного областного университета. Серия «Философские науки». – 2011. – № 4. – С. 100-103.
38. Черкасенко О.С. Травля в социальных сетях // Наука и Мир. 2015. Т. 2. № 8 (24). С. 107-108.
39. Чудова, И. В. Особенности образа «Я» «жителя Интернета» / И. В. Чудова // Психологический журнал. – 2002. – № 1. – С. 113-117.
40. Шабалина, В. В. Психологическая зависимость и ее образ / В. В. Шабалина // Мир детства. – 2002. – № 2. – С. 32- 35.

41. Якушина, Е. В. Подростки в Интернете: специфика информационного взаимодействия / Е. В. Якушина // Педагогика. – 2001. – №4. – С.55-61.