



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ 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

Превенция кибербуллинга как формы деструктивного поведения
обучающихся в современной общеобразовательной организации

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.02. Психолого-педагогическое образование**

**Направленность программы магистратуры
«Психология и педагогика начального образования»**

Форма обучения очная

Проверка на объем заимствований:

73,78 % авторского текста
Работа рекомендована к защите

«31» мая 2023 г.
зав. кафедрой ППиПМ

_____ Волчегорская Евгения
Юрьевна

Выполнила:

Студентка группы ОФ-208/151- 2-1
Федорина Ольга Сергеевна

Научный руководитель:

канд. пед. наук, доцент, доцент кафедры
ППиПМ

_____ Шишкина Ксения Игоревна

Челябинск
2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|---|----|
| Введение..... | 2 |
| Глава 1. Теоретические основы проблемы кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся в современной образовательной организации | 8 |
| 1.1 Кибербуллинг: определение понятия, основные виды и причины возникновения | 8 |
| 1.2 Направление работы педагога по превенции кибербуллинга среди младших школьников в общеобразовательной организации | 21 |
| Выводы по 1 главе..... | 28 |
| ГЛАВА 2. Моделирование процесса превенции кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся в современной образовательной организации..... | 31 |
| 2.1 Организация предпроектного исследования подверженности кибербуллингу младших школьников | 31 |
| 2.2 Анализ изученного уровня подверженности кибербуллингу младших школьников в современной образовательной организации..... | 34 |
| 2.3 Программа работы педагога по превенции кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся в современной образовательной организации | 38 |
| 2.4 Дорожная карта мероприятий внедрения проекта программы деятельности педагога-психолога в педагогическую практику..... | 48 |
| Выводы по 2 главе..... | 50 |
| Заключение | 53 |
| Список использованных источников | 56 |
| Приложение | 63 |

ВВЕДЕНИЕ

В наше время интернет заполонил нашу жизнь и жизнь наших детей. Кроме полезной информации, которую можно почерпнуть из сети, именно там может подстерегать опасность. Дети очень доверчивы, их легко втянуть в авантюры. Психика детей неустойчива, поэтому на неё легко воздействовать, ими легко управлять. Агрессоры, самоутверждаясь, ищут жертву [30]. Нами было выбрано данное направление, поскольку в наше время это очень актуальная проблема. Сейчас становится всё больше озлобленных детей, детей с ослабшей психикой, детей с суицидальными мыслями и т.д. Если ранее атакам кибербуллеров подвергались подростки, то сейчас дети более младшего возраста уже имеют доступ в интернет и проводят там достаточно длительное время, соответственно, именно они находятся в поле зрения кибербуллеров и находятся в зоне риска подверженности атакам [57].

Данные статистических исследований свидетельствуют, что число детей младшего школьного возраста, подвергающихся травле в сети с каждым годом растёт [42]. Широкое распространение кибербуллинга среди младших школьников отмечают многие учёные, среди которых в своей статье говорит об этом и группа специалистов под руководством доктора педагогических наук, профессора Е. Ю. Волчегорской. Авторы отмечают, что каждый третий выпускник начальной школы получал неприятные сообщения в чатах [11].

Таким образом, степень разработанности темы, выявленная значимость исследования, позволили сформулировать актуальность нашего исследования на трех уровнях: социальном, научном и практическом.

На социальном уровне актуальность темы исследования обусловлена необходимостью профилактической работы со стороны учителей в связи с возрастающим количеством проявлений жестокости со стороны детей, в том числе в виртуальном пространстве. Учителя имеют сильное влияние

на детей младшего школьного возраста, и они имеют возможность наблюдать и регулировать поведение обучающихся.

На научном уровне актуальность исследования подтверждается результатами проведённых опросов. На основании собранных данных будут разработаны методики предотвращения кибербуллинга обучающихся образовательных организаций. Кроме того, будут выявлены психологические особенности детей, подверженных травле и тех, кто может стать кибербуллером.

На практическом уровне значимость обусловлена недостаточной методической обеспеченностью деятельности педагогов-психологов по превенции кибербуллинга среди младших школьников. В ходе нашего исследования будет разработана программа деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга в начальной школе общеобразовательной организации, которая будет применяться на практике школьными педагогами-психологами. И мы надеемся, что ситуация изменится, плачевная статистика жертв кибербуллинга пойдёт на спад. И жизнь детей в интернете станет более безопасной.

В 2005 г. в США был открыт Центр исследования кибербуллинга, который возглавляют специалисты по уголовному праву С. Хиндуджа и Дж. Патчин [43]. Центр проводит собственные исследования и выпускает посвященные проблеме кибербуллинга и его противодействию специализированные брошюры, ориентированные на разные категории: учеников, родителей, учителей, школьных лидеров.

В России с 2007 г. проблемами восприятия и использования информационно-компьютерных технологий детьми и подростками занимается Фонд развития Интернет во главе с Г. В. Солдатовой. Распространенность кибербуллинга в России и его формы изучают А. А. Бочавер и К. Д. Хломов [47].

Изучением проблемы кибербуллинга также занимались такие учёные, как А. И. Черкасенко, А. А. Баранов, А. О. Андреева, О. С. Березина,

Г. Н. Чусавитин, А. С. Зинцова [1; 19]. Вопросом, связанным с появлением явления «кибербуллинг» среди младших школьников была посвящена конференция «Информационная безопасность и вопросы киберэкстремизма среди молодёжи», которая состоялась 11 октября 2016 года в здании им Г. И. Носова, г. Магнитогорска [55].

На сегодняшний день сложилось противоречие между необходимостью формирования путей превенции кибербуллинга как формы деструктивного поведения у младших школьников с одной стороны и потребностью обеспечения педагогов-психологов методическими материалами по данному направлению с другой.

Из противоречия выявлена следующая проблема исследования: каковы направления деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга у младших школьников?

Актуальность исследования и проблема позволили сформулировать тему нашего исследования: «Превенция кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся в современной общеобразовательной организации».

Цель исследования: изучить проблему превенции кибербуллинга у младших школьников и разработать программу деятельности педагога-психолога с использованием элементов арт-терапии для работы по данному направлению.

Объект исследования: кибербуллинг как форма деструктивного поведения обучающихся общеобразовательной организации.

Предмет исследования: деятельность педагога-психолога по превенции кибербуллинга как формы деструктивного поведения младших школьников во внеурочной деятельности.

На основе сформулированной цели были поставлены следующие задачи:

1. Проанализировать основные понятия и выявить особенности возникновения кибербуллинга в младшем школьном возрасте.

2. Выделить основные направления деятельности педагога по превенции кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся общеобразовательной организации.

3. Организовать предпроектное исследование подверженности кибербуллингу младших школьников.

4. Проанализировать полученные результаты.

5. Разработать программу деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга с элементами арт-терапии.

Методы исследования:

– теоретические (анализ психолого-педагогической и методической литературы, синтез данных, сравнение и сопоставление результатов различных исследований, систематизация, индукция);

– эмпирические (анкетирование);

– методы обработки и интерпретации результатов.

Методологическая основа исследования:

– системный подход, позволивший изучить кибербуллинг как целостное социальное и социокультурное явление, основанное на единстве доминирующих в данной среде ценностей, норм поведения и социальных установок;

– деятельностный подход, позволивший организовать деятельность педагога-психолога по превенции кибербуллинга с учетом активного включения обучающихся в данный процесс.

Теоретическая значимость исследования заключается в расширении научных представлений об особенностях кибербуллинга у детей младшего школьного возраста, о направлениях деятельности педагога-психолога по превенции данного явления.

Практическая значимость исследования состоит в том, что полученные результаты, выводы и разработанная программа могут быть использованы педагогами-психологами в целях профилактики и предотвращения кибербуллинга. Научная работа также может быть полезна

студентам психологических, педагогических специальностей и родителям школьников для ознакомления с феноменом кибербуллинга, его распознавания и своевременного вмешательства с целью профилактики или предотвращения данного явления.

Исследование проводилось на базе средней общеобразовательной школы г. Челябинска (Челябинской области). В эксперименте приняли участие 94 младших школьников в возрасте 9-10 лет.

Этапы исследования:

– на первом этапе (сентябрь – декабрь 2021г.) нами изучалась степень исследования проблемы в психолого-педагогической литературе, анализировались основные понятия, формулировались методологические положения исследования, подбирался диагностический инструментарий;

– на втором этапе (январь – май 2022г.) проводилось предпроектное исследование, а именно, поиск, обоснование и выбор проектной идеи из множества существующих на основе их оценки в соответствии с ясно сформулированными и обоснованными критериями; а также, определение выборки и диагностического материала, описание критериев и показателей;

– на третьем этапе (сентябрь 2022г. – апрель 2023г.) создавался педагогический проект, а именно, программа деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга среди младших школьников образовательной организации; оформлялся текст диссертации.

Апробация исследования осуществлялась путём публикации результатов исследования в сборниках статей, а также участием в научно-практических конференциях:

1. Публикация статьи в научном журнале «Студенческий» №37 (207) на тему: «Теоретические основы возникновения кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся в современной общеобразовательной организации».

2. Участие в международной научно-практической конференции «Трансформация образования в цифровом обществе», г. Челябинск 29 марта – 5 апреля 2023г, секция 25 «Риски цифровизации образовательного пространства», публикация статьи на тему: «Профилактика кибербуллинга в современных условиях цифровизации образования».

3. Публикация статьи в научном журнале «Студенческий» №16 (228) на тему: «Анализ уровня подверженности кибербуллингу младших школьников в современной образовательной организации».

Структура работы: наше исследование состоит из введения, 2 глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников, приложений. В тексте работы 1 рисунок, 5 таблиц, 11 приложений. Список литературы представлено 57 источников.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ КИБЕРБУЛЛИНГА КАК ФОРМЫ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СОВРЕМЕННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

1.1 Кибербуллинг: определение понятия, основные виды и причины возникновения

Кибербуллинг – один из самых серьезных рисков, с которыми могут столкнуться дети, с которым приходится сталкиваться при использовании информационных технологий. В изученной нами литературе существует множество определений этого понятия, некоторые из которых приведём ниже.

Определение кибербуллинга было выведено Билом Белси в 1997 году из понятия буллинга.

Кибербуллинг – это использование информационных и коммуникативных технологий, таких как мобильные телефоны, электронная почта и личные интернет-сайты, для намеренного, неоднократного и враждебного поведения лица или группы, направленного на оскорбление других людей [46].

П. К. Смит и Р. Слонье, опираясь на труды Б. Белси, определяют кибербуллинг как отдельную форму травли, которая связана с систематическими преднамеренными агрессивными действиями, осуществляемыми группой или индивидом в течение определенного времени с использованием электронных форм взаимодействия и направленными против жертвы, которая не может эффективно защититься.

Для понимания кибербуллинга как направления травли, авторы выделяют преднамеренное агрессивное действие, что является важным аспектом, отличающим его от других видов травли. Этот момент не был выделен Б. Белси [46].

Нами были рассмотрены определения кибербуллинга зарубежных авторов, но для более полного понимания явления следует обратиться к отечественным исследователям.

Е. А. Макарова, Е. Л. Макарова и Е. А. Махрина представляют кибербуллинг как наиболее изощренную форму травли, которая включает моральное и психологическое насилие, доминирование, принуждение, социальную изоляцию, запугивание и вымогательство, осуществляемые с помощью электронных средств коммуникации [34].

За основу в своей работе мы возьмём определение, данное О. С. Черкасенко. Он определил кибербуллинг как систематическое и преднамеренное агрессивное поведение, которое осуществляет один человек или группа в отношении жертвы с целью причинения психологического вреда. Кибербуллинг может происходить через различные каналы связи, такие как электронная почта, сервисы мгновенных сообщений, чаты, социальные сети, веб-сайты и мобильную связь [53]. Исполнители кибербуллинга могут легко скрыть свою личность, что делает это действие проще для них, поскольку они не видят реакции жертвы в реальном времени.

Из-за доступности интернета, пользователи социальных сетей могут общаться 24/7 при помощи мобильных устройств и беспроводных сетей. К сожалению, преступники не учитывают факт того, что за их сообщениями всегда стоит человек. Это может привести к искажению коммуникации в обе стороны и позволять преследователю продолжать действовать без прерываний и отвлечений.

Учёные выделяют основные способы осуществления кибербуллинга:

- 1) оскорбления и угрозы в социальных сетях, мессенджерах и других онлайн-платформах;
- 2) использование лживой или неприятной для других информации о жертве;
- 3) шантаж, угрозы утечкой личной информации или изображений;

- 4) отправка клеветнических или оскорбительных сообщений напрямую в личные сообщения или в комментарии к публикациям;
- 5) негативные комментарии в сети, направленные на создание негативного образа жертвы, ее унижение и издевательства;
- 6) подделка сообщений, комментариев, публикаций и других данных в целях подорвать авторитет жертвы или изменить ее образ;
- 7) создание ложных обращений от имени других пользователей, с целью причинения вреда или дискредитирования жертвы;
- 8) отправка спама и вирусной рекламы, направленные на персонализированные или групповые действия [31].

Буллинг как таковое не является новым явлением, но кибербуллинг отличается от «прямого» издевательства по нескольким параметрам:

1. Неограниченное по времени вторжение в частную жизнь.

Кибербуллинг не заканчивается после школы. Виновники кибербуллинга могут атаковать в любое время через Интернет, поэтому жертву преследуют даже дома. Четыре стены собственной комнаты не защищают жертву от кибербуллинга;

2. Аудитория очень широкая, а контент распространяется очень быстро.

С той легкостью, с которой цифровой контент распространяется в Интернете, легко распространить фото, видео или текст, которые унижают, распространяют ложную или подстрекательскую информацию о ком-либо. Проще всего в социальных сетях, видеохостингах и публичных чатах, где доступ к таким материалам есть у каждого пользователя Интернета. Таким образом, масштабы кибербуллинга намного больше, чем у «прямого» буллинга. Давно забытый контент может снова появиться в открытом доступе в любой момент, из-за чего жертве будет намного сложнее преодолеть неприятный момент даже спустя годы.

3. Сложность выявления кибербуллинга.

Эта форма психологического буллинга не вызывает видимых синяков и кровавых шрамов. Поэтому он может оставаться скрытым от окружения в течение длительного времени. Тем не менее травмы представляются не менее серьезными и трудно поддающимися лечению (например, тревожные расстройства, посттравматические расстройства, деформирующие развитие социальных и нравственных компетенций). Поэтому важно развивать у учащихся чувствительность к сигналам электронного насилия и не недооценивать их.

4. Анонимность.

Анонимность повышает эффективность агрессивных сообщений и атак. Хотя злоумышленник, скорее всего, принадлежит к тому же коллективу, что и жертва, он часто остается намеренно скрытым, чтобы усилить страх и страдания жертвы.

Жертва часто не знает, кто на самом деле нападает на него, и поэтому живет в страхе и неуверенности. Агрессор, действуя анонимно, получает (хотя и ложное) чувство защищенности и зачастую большую настойчивость.

5. Некоторые случаи кибербуллинга непреднамеренны.

Бывает, что виновником кибербуллинга кто-то становится непреднамеренно. Иногда, член закрытой группы или онлайн-сообщества может неудачно пошутить, не намереваясь причинить кому-то вред. Его шутка может быть использована третьими лицами для преследования жертвы. Либо ребёнок, не задумываясь о последствиях своих действий, поспешно публикует фотографии, кого-то оскорбляет или не понимает, что может означать для другого человека неуместная шутка. Поскольку исполнитель таких действий не видит реакции жертвы, он часто даже не узнает, что он причинил своими обидными словами или фото [33].

Кибербуллинг может быть прямым и косвенным.

Прямой кибербуллинг – непосредственные нападки на ребенка через письма или сообщения.

Косвенная травля представляет собой вовлечение в процесс других людей, это могут быть как дети, так и взрослые, зачастую без их согласия [26].

Р. Ковальски, С. Лимбер и П. Агатстон выделяют следующие виды кибербуллинга:

1. Флейминг (воспламенение) – это вид травли, который может начаться с довольно безобидных шуток, простых выражений, направленных на то, чтобы унижить собеседника, и переходить в более эмоционально насыщенный разговор, который чаще всего проходит в публичной переписке. Это жаркий спор, происходящий на дискуссионных форумах, в чатах, под постами в социальных сетях или под различными статьями в Интернете. Оскорбления, оскорбительные комментарии или угрозы, но кибербуллинг происходит, когда действия со стороны жертв воспринимаются как причиняющие вред.

2. Троллинг – сообщения или комментарии провокационного характера, которые должны вызвать у собеседника огромное количество эмоций.

3. Киберсталкинг (киберпреследование) – это вид травли, который подразумевает рассылку сообщений с неприятными сообщениями, различными угрозами, данные, дискредитирующие жертву, для использования их во вред. Преследованием называется действие, при котором преступник сосредотачивает внимание на конкретном человеке, которого он длительное время преследует, угрожает ему или близким ему людям и тем самым вызывает чувство страха у своей жертвы. Использование новых онлайн и мобильных технологий для преследования называется киберпреследованием [21].

4. Секстинг – это вид травли, при котором агрессор рассылает личные фото, провокационные видео материалы с целью навредить жертве и подорвать его репутацию.

5. Исключение (игнор) – это вид травли, который заключается в исключении жертвы из групп, различных чатов, форумов, сообществ. Это не прямая агрессия, это исключение определенного индивида из группы (например Вконтакте), к которой он хотел бы присоединиться или уже принадлежал. Жертве может быть очень тяжело, неудобно, и ребёнок также может чувствовать себя исключенным из общества в целом, так как удаление его из чата видит большое количество в онлайн-среде.

6. Взлом и фейковые страницы – вид травли, при котором агрессор публикует недостоверную информацию о жертве в социальных сетях [35]. Агрессор может использовать аккаунт жертвы (например, если жертва забывает выйти из социальной сети на телефоне, к которому есть доступ у других людей, обычно в школе). Агрессор с этого аккаунта может отправлять сообщения или разместить там компрометирующие фото и видео, и тем самым, навредить жертве в глазах окружающих. Вторым вариантом является создание ложного профиля жертвы и выдача себя за него. Агрессор в этом случае может использовать общедоступные реальные фотографии профиля для достоверности. Друзья и знакомые могут не распознать, что кто-то выдаёт себя за знакомого им человека. Агрессор в это время может активно пытаться как-то дискредитировать жертву или навредить ей [34].

Одним из видов кибербуллинга, который, к сожалению, набирает огромную популярность – это снятые на видео реальные физические нападения. Как правило, это нападение на случайно выбранную, «проходящую мимо» жертву, с которой злоумышленник не имеет конкретных отношений. Один или несколько злоумышленников нападают на жертву, а другой из агрессоров снимает всю атаку на камеру или мобильный телефон. Мотивы преступников, как правило, отличаются от кибербуллинга. Цель – получить максимально шокирующее, «оригинальное», зачастую максимально brutальное, но аутентичное видео, которое агрессоры разместят на одном из порталов видеохостинга и будут

пользоваться все возрастающим количеством просмотров. Последствия атак могут быть фатальными. Создание такого видео обычно является ритуалом посвящения в различные молодежные группы. Тем не менее, съемка физического насилия, а затем публикация ее в открытом доступе может быть средством жестокого обращения с жертвой кибербуллинга [22].

Средствами кибербуллинга являются:

1. Мобильная связь. Мобильный телефон является наиболее распространенным средством травли. У большинства школьников есть собственный телефон, и это первое оружие под рукой. Мобильный телефон часто используется не по назначению для отправки угрожающих и оскорбительных текстовых сообщений, повторяющихся надоедливых звонков, фотосъемки и видеосъемки клеветнического характера. Агрессивные сообщения часто приходят с неизвестных номеров телефонов. В более запущенных случаях издевательства жертва может быть «завалена» сообщениями и телефонными звонками с разных номеров.

2. Сервисы мгновенных сообщений. Такие популярные сервисы, как WhatsApp, Viber, Telegram, также могут быть использованы для отправки разного рода сообщений жертве.

3. Чаты и форумы. Эти средства могут быть использованы для рассылки агрессивных сообщений, всевозможных шуток, направленных в адрес жертвы. На страницах форума или в чате для всеобщего обсуждения может быть выложена конфиденциальная информация, касающаяся жертву.

4. Электронная почта. Такое средство может использоваться для травли, например, отправки угрожающих сообщений, нежелательных фотографий и видео, спам-рассылки и кражи пароля электронной почты для злоупотребления. Кибербуллинг обычно происходит между двумя людьми и является конфиденциальным, что может привести к публикации личных писем жертвы без их согласия.

5. Веб-камеры. Используются для видеосвязи с провоцированием жертвы, с последующей публикацией видеозаписи.

6. Социальные сети. Набирающие все большую популярность среди школьников социальные сети являются идеальным местом для совершенно открытой формы кибербуллинга: размещения фото и видео без ведома жертвы, язвительных комментариев в профиле жертвы и рассылки оскорблений, изгнания из группы сверстников. Для кибербуллинга также может быть использован фальшивый профиль жертвы, созданный кем-то другим, где жертва проявляет и выражает себя социально неприемлемым образом.

7. Сервисы видеохостинга. Унизительные видеоролики всех видов обычно выходят в свет на одном из порталов обмена видео, чаще всего на YouTube, где жертва кибербуллинга, заснятая на видео, подвергается публичному высмеиванию.

8. Игровые сайты и виртуальные игровые миры. Эти средства позволяют пользователям свободно общаться и взаимодействовать между собой, как в социальных сетях или чатах. Среди других возможностей, группа игроков может договориться о насилии над другим игровым персонажем или даже методично убивать его. Эти действия оказывают серьезное психологическое давление на жертву [6].

В приведенной ниже таблице 1 показаны некоторые возможности осмысленного использования новых технологий сегодня, а также то, для чего они могут быть использованы не по назначению.

Таблица 1 – Информационные технологии и их возможности

| Технологии | Положительные возможности использования | Возможные злоупотребления |
|--------------------|---|---|
| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> |
| Мобильные телефоны | <ul style="list-style-type: none"> – связь через текст, звонки и изображение; – съемка и отправка фото и видео; – слушать музыку; – играть в игры; – работать в Интернете; | <ul style="list-style-type: none"> – неоднократные анонимные телефонные звонки и отправка неприятных сообщений (включая угрозы, запугивания и оскорбления); – съемка оскорбительных фото и видео и их отправка или публикация в Интернете |

Продолжение таблицы 1

| 1 | 2 | 3 |
|------------------------|---|---|
| Мобильные телефоны | – полезно в экстренных ситуациях и для большей самостоятельности детей | |
| Мгновенные мессенджеры | – общение с друзьями; – быстрый и эффективный способ оставаться на связи | – отправка неприятных сообщений, фото или видео; – злоупотребление чужим доступом для отправки |
| Чат-форумы | – группа людей со всего мира может одновременно говорить обо всем, что их интересует; – хорошая возможность завести новых друзей | – отправка непристойных или угрожающих анонимных сообщений; – создание групп, намеренно игнорирующих кого-либо из пользователей; – установление дружеских отношений под ложным предлогом (для получения личной информации, результатом может быть шантаж и клевета) |
| Электронная почта | – быстрая отправка электронных писем, изображений и файлов по всему миру | – отправка непристойных или угрожающих электронных писем; – отправка нежелательного и неприемлемого контента (включая видео, изображения); – доступ к учетной записи электронной почты жертвы и отправка личных писем или удаление старых сообщений |
| Веб-камера | – запись собственных видеосообщений; – возможность видеообщения; – видеоконференци | – снимать и отправлять неприемлемый контент; |
| Социальные сети | – поддерживать связь с друзьями и устанавливать новые отношения в сообществе; – возможность для младших подростков выражать свои творческие способности, например, издавая собственную музыку; – создание личных профилей и страниц | – непристойные комментарии к фотографиям или на стене; – размещение неприемлемых видео и фотографий; – злоупотребление чужим доступом к профилю в социальной сети и отправка непристойных сообщений; – удаление контента; – создание поддельного профиля кого-то другого с целью запугивания и унижения |

Продолжение таблицы 1

| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> |
|---------------------------------|--|--|
| Видеопорталы | – обмен интересными и развлекательными видео | – публикация видео, которые высмеивают или унижают другого человека; – размещение личных видео |
| Виртуальные учебные Ресурсы | – поддержка самостоятельного обучения; – подготовка учебных материалов, работ и домашних заданий | – размещение неуместных сообщений во внутренних чатах |
| Игровые сайты, виртуальные миры | – во время игры игроки могут общаться; – в виртуальных мирах пользователи могут создавать собственные аватары – персонажи, представляющие игрока, развитие творческого потенциала | – неоднократное нападение на определенных их персонажей; – целенаправленное исключение конкретного игрока из совместных активностей и мероприятий |

На основании анализа большого числа литературных источников мы выделили следующие причины кибербуллинга:

1. Стремление к признанию, превосходству. Это врожденное чувство, присущее каждому человеку и важная составляющая жизни. Однако, это может иметь как положительные, так и отрицательные последствия. Например, школьники могут стремиться к лучшему статусу в группе сверстников, и их самооценка может быть завышенной или недооцененной. Иногда они могут использовать травлю, чтобы достичь желаемого признания в коллективе.

2. Комплекс неполноценности. С помощью травли агрессор пытается компенсировать свои психологические травмы и комплексы. Комплекс неполноценности – это совокупность психологических и эмоциональных ощущений человека, выражающихся в чувстве собственной ущербности и иррациональной вере в превосходство окружающих над собой.

3. Зависть. Скрытое соперничество с объектом зависти. Агрессор стремится победить, но соперничает как бы внутри себя, ведя счет уже тогда, когда объект зависти об этом даже и не подозревает.

4. Месть. Жертвы могут попытаться отомстить агрессору на действия, против которых они не могут или не умеют адекватно реагировать в реальном мире. Либо такое поведение может быть местью за любую шутку, которая была воспринята, как издевательство.

5. Развлечение. Существуют три типа шуток, один из которых может способствовать кибербуллингу. Некоторые шутки безвредны и не обижают никого, другие используют иронию, но с уважением к окружающим, а третий тип шуток оскорбителен и причиняет боль другим. Шутки могут использоваться для проявления остроумия и умение повеселить окружающих, но, когда они направлены на другого человека, это проявление эгоизма на чужом горе [6; 21; 30].

Назвать основную причину кибербуллинга очень сложно. В каждой ситуации она своя.

Для юных пользователей Интернет представляет собой среду, где они могут экспериментировать со своей идентичностью и новыми моделями поведения. Они могут искать новые эмоции и ощущения в виртуальном мире, что, в свою очередь, может привести к переходу через нравственные границы в поисках новых впечатлений.

Как правило, в виртуальных издевательствах основными действующими лицами являются: жертва кибербуллинга, преследователь (агрессор) и наблюдатель.

Данные статистики EU Kids Online II свидетельствуют о том, что в России 23% детей, использующих Интернет, подвергаются буллингу в онлайн или офлайн среде. Все же, в 25 европейских странах этот показатель составляет в среднем 19%. Более 50% европейских школьников и около 34% детей из России страдают от психологических травм в результате виртуальной агрессии. Множественные исследования подтверждают

отрицательное влияние такого давления и непрерывного виртуального террора на здоровье детей, как физическое, так и психическое. У школьников наблюдаются различные психологические проблемы, такие как депрессия, повышенная тревожность, бессонница, головные боли и психосоматические расстройства. Эти проблемы влияют на формирование образа «Я» ребенка, снижают самооценку и могут привести к нарушениям в развитии идентичности. Непрерывный стресс может вызвать чувство безнадежности и отчаяния, что способствует возникновению суицидальных наклонностей [19].

В некоторых случаях жертвы кибербуллинга переходят в активную фазу защиты и начинают проявлять агрессивное поведение. Однако это может привести к тому, что они сами станут преследователями.

Наблюдатели же, в свою очередь, делятся на три вида по типам поведения:

Первый вид: косвенные участники кибербуллинга, которые не осмеливаются противостоять агрессорам, ведут себя пассивно, и тем самым, поощряют их действия своим молчанием.

Второй вид: участники кибербуллинга, которые из-за страха самим стать объектом кибербуллинга, занимают активную позицию, закидывают жертву оскорбительными и унижительными сообщениями.

Третий вид: свидетели кибербуллинга, которые занимают защитную позицию и стараются помочь жертве. Важно, чтобы они обладали авторитетом или получили помощь от других людей, чтобы преследование прекратилось. В противном случае, свидетели также могут стать объектом кибербуллинга и присоединиться к жертве [13].

Кибербуллинг имеет специфические особенности у младших школьников, которые могут быть меньше информированы о важности безопасного поведения в Интернете. Особенности возникновения кибербуллинга младших школьников включают:

1. Беззаботное использование социальных сетей и мессенджеров. Младшие школьники могут не понимать, что их слова и действия в Интернете могут иметь реальные последствия для других детей. Не видя реакции собеседника, написав неприятное сообщение, школьники младшего возраста зачастую даже не думают о том, что могли обидеть.

2. Неспособность различать шутки и насилие. Дети могут не осознавать, что их слова и действия могут причинить боль и страдание другим детям. А жертвы в таком возрасте даже безобидную шутку в свой адрес могут воспринять довольно остро.

3. Внушаемость. Дети младшего школьного возраста очень внушаемы, их проще запугать (например, чтобы никому не рассказывали). Чужое мнение, комментарий в соцсети, высказывание в чате очень просто может понизить их самооценку и подорвать психическое состояние [4; 11; 33].

Все эти факторы должны быть учтены при обучении детей правильному поведению в Интернете и научении их уважительному отношению к другим.

В основе возникновения явления кибербуллинга лежит деструктивное поведение обучающихся.

Деструктивное поведение рассматривается как форма активности личности, вызывающая разрушение функционирующих структур.

В статье профессора В. Б. Куликова и кандидата психологических наук К. В. Злоказова рассматривается деструктивное поведение личности, которое объясняется процессом взаимодействия среды и личности. Данное поведение имеет форму поступков или реакций и направлено дезадаптивно. При этом поступок является осознанной и целенаправленной активностью, а реакция - аффективной формой деструктивного поведения. Результатом деструктивных действий является уничтожение структуры. Причиной дезадаптации в обществе может быть отклонение от общепринятых норм

ситуационных реакций, психологических состояний и развития личности, что определяет характер деструктивного поведения [27].

Такое явление, как кибербуллинг, необходимо подвергать профилактики. Существуют исследования, где есть некоторые формы и методы превенции.

Термин «превенция» происходит от позднелатинского *praeventio* – опережаю, предупреждаю; англ. *prevention* – предупреждение, предохранение, предотвращение. Другое значение данного слова – действовать на опережение, упреждать развитие неблагоприятных последствий [43].

В Большой российской энциклопедии превентивные меры определяются как предупреждающие, предохранительные действия, которые в системе обеспечения человеческой жизнедеятельности, прав и интересов личности, общества в целом занимают важное место [55].

1.2 Направление работы педагога по превенции кибербуллинга среди младших школьников в общеобразовательной организации

Кибербуллинг как форма издевательств является актуальной темой примерно с начала нашего столетия. Его развитие происходит в связи с крупным расширением доступности информационных и коммуникационных технологий. Постепенно компьютер с подключением к Интернету стал привычной частью почти каждой семьи. Сегодня дети и растут в окружении этих технологий, будь то компьютеры, смартфоны или планшеты и обойтись без них в обычной жизни для них уже невыносимо.

В мире более 5,16 миллиардов пользователей сети Интернет, что означает, что доступ в интернет имеют 64,4 % мирового населения. За год количество интернет-пользователей увеличилось на 1,9 %. В начале 2023 года социальные сети использовали почти 60 % населения мира, что составило 4,76 миллиарда пользователей. Однако темпы роста аудитории соцсетей

замедлились в последние месяцы, и прирост новых пользователей за год составил всего 3 %, т.е. 137 миллионов.

Почти 90 % детей от 7 до 11 лет пользуются интернетом, из них 74 % выходят в сеть ежедневно. Две трети учеников начальной школы используют интернет в процессе дистанционного обучения, а 79 % ищут материалы для школьных занятий [42].

Кибербуллинг происходит в киберпространстве. То есть в той части мира, которая выходит за физические границы школы. Поэтому в школьной практике иногда сталкиваются с возражениями о том, что школа в обязательном порядке решает и наказывает дисциплинарные проступки и рискованное поведение только в том случае, если доказано, что оно имело место на территории школы и имело место в учебное время. Затем школа отказывается заниматься электронным насилием между учениками, говоря, что это не входит в ее компетенцию или ответственность.

Если электронное насилие и кибербуллинг затрагивают школьников, школа всегда с этим связана. Кибербуллинг в максимальном количестве случаев свидетельствует о школьном буллинге, связан со школьными отношениями и создается на их основе. Вредоносные электронные сообщения и контент (веб-сайты, профили в социальных сетях) часто создаются и используются в школьные часы и на территории школы (в школьных компьютерных классах, с мобильных устройств, принадлежащих детям). Неразрешенная проблема кибербуллинга обостряется, затрагивает большее количество учащихся и, на более серьезных стадиях, подрывает и делают невозможными образовательные усилия. Многие дела, которые вначале оставались нераскрытыми, заканчивались фатальными последствиями не только для потерпевших, но и для учителей или директоров школ. Некоторая деятельность из практик, совершаемых в рамках кибербуллинга, могут соответствовать характеристикам уголовного преступления, их недооценка и сознательное игнорирование могут быть

квалифицированы как пособничество и подстрекательство к преступлению [54].

Для успешного предотвращения данной проблемы нам может помочь более детальное знакомство педагогов с проблемой и создание специальной программы деятельности педагога по превенции кибербуллинга в младшем школьном возрасте. Педагоги, с большей вероятностью, не способны оказать эффективное воспитательное воздействие на детей, поскольку сами не всегда знают, как правильно помочь ребёнку, который подвергся, или же подвергается кибербуллингу. Тем самым нами будут разработана программа деятельности педагогов-психологов по превенции кибербуллинга среди младших школьников.

Очевидно, что к кибербуллингу нужно относиться серьезно. В то же время важно помнить, что в зависимости от возраста дети все еще развивают такие навыки, как эмпатия, самоконтроль, саморегуляция и уважительное общение в Интернете. Эти ситуации могут стать возможностью обучения для всех участников.

Учителям непросто вовремя распознать случаи кибербуллинга. Это также способствует тому, что учителя обычно очень поздно включаются в дело или узнают о конфликте, когда он уже обострился. Кибербуллинг и «прямой» буллинг оказывают одинаковое воздействие на жертву и поэтому могут использоваться одни и те же способы их распознавания. Ниже приведены несколько вариантов, которые помогут выявить издевательства на ранней стадии. Раннее вмешательство может урегулировать споры с самого начала и предотвратить их [54].

Как распознать рискованный конфликт:

1. Почта доверия: учащиеся могут анонимно сообщать о случаях издевательств через специально выделенный адрес электронной почты;
2. Разрыв дружбы: особенно с девушками часто случается, что ранее неразлучные подруги становятся жертвами или виновниками

издевательств, потому что они знают много сокровенных тайн друг о друге и легко могут им перечить.

3. Во время школьных мероприятий: при разделении на группы во время школьных экскурсий, классных спортивных мероприятий и т. д. показательно, как отдельные учащиеся включаются в ту или иную команду. В таких ситуациях очевидно, кто является классовым аутсайдером.

Если ребенок становится жертвой кибербуллинга, симптомы аналогичны другим формам психологического преследования:

1. Проблемы со здоровьем: такие проблемы, как головная боль, боль в животе, проблемы со сном или депрессия.

2. Изменения в поведении: снижение коммуникабельности, ухудшение успеваемости в школе или бегство в собственный мир (например, онлайн-игры или фантастические миры).

3. Закрытость. Обычно жертвы кибербуллинга не хотят признавать, что они подвергались или подвергаются издевательствам, и пытаются отмахнуться от проблемы [44].

Политика школы может определять, какие действия учитель должен предпринять после того, как убедились, что кибербуллинг действительно может быть.

Педагоги должны научить школьников пользоваться цифровыми медиа уважительным и безопасным образом. Это включает в себя помощь детям в обучении тому, как выявлять, реагировать и избегать кибербуллинга. Учитывая требования, предъявляемые к учителям в соответствии с целями школы может оказаться сложной задачей выяснить, как эти уроки вписываются в учебный день [29]. К счастью, по мере того как технологии становятся частью каждого аспекта нашей жизни, включая то, как мы преподаем и учимся, все больше школ должны предоставлять учителям время и ресурсы для того, чтобы уделять приоритетное внимание этим навыкам. Вот несколько способов предотвращения кибербуллинга в классе:

1. Продвижение позитивной и безопасной культуры в общеобразовательной организации и в сети. Независимо от того, есть ли в классе технологии или нет, необходимо установление норм уважительного общения, которое дает ученикам информацию о том, что приемлемо, а что нет. Нахождение способов демонстрации того, что класс – это безопасная и эмоционально заботливая среда. Предоставление детям ресурсов, которые помогали бы учащимся выявлять, реагировать и избегать кибербуллинга. Это могут быть советы о том, как реагировать на кибербуллинг.

Безопасный климат в классе формируется на основе чётких, понятных всем обучающимся правил, а также заботы педагога, который уважает своих учеников и возлагает на них большие надежды. Качественное школьное обучение, поддержка учителей и школьная система ценностей – основные критерии адекватного климата внутри класса, а как следствие, более вероятно безопасное общение и в сети Интернет [40].

2. Обучение правилам реагирования на буллинг в сети. Необходимо научить школьников обращать внимание на «тревожные моменты» – когда что-то происходит в цифровом медиа, что заставляет их чувствовать себя некомфортно, волноваться, грустить или тревожиться [54]. Объяснение учащимся трёх способов, которыми они могут реагировать, если станут свидетелями кибербуллинга: поддержать объект травли (быть союзником); попытаться остановить кибербуллинг (быть честным); и/или рассказать доверенному взрослому (сообщить об этом). Это может не входить в план урока, но каждый раз, когда учитель подкрепляет информацию против кибербуллинга, он выполняет важнейшую работу по его предотвращению. И как бы трудно это ни было признать, игнорирование этих обучающих моментов также делает посыл, который ученики запомнят [40].

3. Включение уроков по кибербуллингу в образовательный процесс общеобразовательной организации. Нахождение связей с контентом, который уже преподается, и нахождение времени, чтобы

предотвратить проблему кибербуллинга. От установления норм онлайн-общения до использования исторических примеров пропаганды и разжигания ненависти, до обсуждения ситуации издевательств в романе, который проходят на уроке, возможные связи с кибербуллингом можно установить с небольшим планированием.

4. Создание программы деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга и включение её в образовательный процесс [26; 54].

Анализ существующей практики профилактики агрессивного поведения показывает, что в настоящее время разработаны и применяются программы, направленные на коррекцию агрессивного поведения младших школьников, такие как «Авторская программа тренинговых занятий для коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста» Н. В. Нифантьевой, «Программа коррекции деструктивных агрессивных проявлений в поведении детей младшего школьного возраста» Е. Е. Варламовой, «Профилактика агрессивного поведения подростков» О. А. Ширяевой, «Коррекция агрессивного поведения ребенка младшего школьного возраста» Н. В. Павловой, [26; 45].

Также существуют программы, которые рассчитаны на работу с дошкольниками или подростками, среди них «Программа индивидуальной коррекции агрессивного поведения ребенка» К. И. Чернокрыловой, «Коррекция агрессивного поведения у детей» О. Б. Филлиповой, «Программа по профилактике агрессивного поведения детей дошкольного возраста «Будем дружить»» Н. А. Григорян [30; 51].

Основная цель программ, которые были рассмотрены, заключается в профилактике агрессивных проявлений в поведении детей и формировании навыков межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Разработчики предлагают строить работу по коррекции агрессивного поведения по нескольким направлениям: работа с гневом, обучение

самоконтролю, работа с чувствами и развитие конструктивных навыков общения.

Также нами были проанализированы программы, направленные на снижение агрессивности с использованием таких средств, как сказкотерапия. Это такие программы как «Программа психологического тренинга развития асертивности для младших школьников средствами сказкотерапии» М. Н. Савинковой, «Программа коррекции тревожности у младших школьников средствами сказкотерапии» М. С. Судницыной [45]. Данные программы направлены на то, что через игровые упражнения с использованием средств сказкотерапии происходит воздействие на развитие эмпатии, лучшее осознание себя, проигрывание реальных и условных ситуаций.

Огромным потенциалом в направлении превенции кибербуллинга младших школьников обладает метод арт-терапии.

Арт-терапия – это искусство, которое развивает и изменяет сознательную и бессознательную стороны психики человека с помощью различных видов искусств. Данный метод позволяет исследовать чувства и выражать их в символическом виде. Арт-терапевтическая методика основывается на том, что образ «Я» человека отображается в зрительном образе во время того, как он создает картину или рисует. По мнению психологов, художественные произведения отражают подсознание человека, в частности страхи, конфликты и мечты о будущем. С их описанием у детей могут возникнуть проблемы. В то же время, невербальная терапия является одним из самых эффективных способов выражения эмоций и выработки эмоциональных реакций [12]. Таким образом, основная цель арт-терапии заключается в том, чтобы гармонизировать развитие личности через самовыражение и самопознание.

Арт-терапия позволяет сформировать у детей младшего школьного возраста адекватное отношение к себе, другим и реальному миру. Арт-терапевтическое воздействие на личность ребенка направлено на развитие у

него чувства эмпатии, понимания состояний, настроений и эмоций окружающих, доброжелательно-критического восприятия сильных и слабых сторон других, умения предупреждать и преодолевать личностные конфликты, культуры поведения, эмоциональное выражение [38]. Это, в свою очередь, определяет нравственное развитие личности, обеспечивает ориентировку в нравственных нормах.

Работы многих психологов посвящены вопросам применения в психологической практике арт-терапии. Над этим работали такие исследователи, как И. В. Вачков, Л. Г. Гребенщикова, Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева, Н. Л. Карпова, А. С. Панфилова, А. И. Шувиков [24]. Однако, программ, предназначенных для младших школьников с использованием средств арт-терапии у отечественных исследователей, мы не обнаружили. В связи с вышесказанным и с учетом результатов проведенного исследования мы разработали программу деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга с использованием элементов арт-терапии.

Выводы по 1 главе

Анализ литературных источников позволил нам выделить понятие кибербуллинг. Под кибербуллингом в след за исследователями мы будем понимать преднамеренное, систематическое агрессивное действие со стороны группы или одного человека против жертвы с целью нанесения психологического вреда, которые осуществляются через электронную почту, сервисы мгновенных сообщений, в чатах, социальных сетях, на веб-сайтах, а также посредством мобильной связи. На онлайн-платформах некоторые люди (злоумышленники) публикуют негативные сообщения, вредоносные, ложные материалы или личную информацию и т. д. о ком-то (жертве), чтобы унижить, угрожать или смущать этого человека в Интернете. Это очень серьезная проблема, потому что она затрагивает всю жизнь человека (жертвы). Кибербуллинг отличается от буллинга в реальном мире,

он оставляет цифровые следы, и используя эти цифровые следы, мы можем найти источник и остановить издевательства или получить надлежащие доказательства, которые помогут жертве восстановить справедливость.

На основании изученной литературы нами были выделены следующие виды кибербуллинга: флейминг, троллинг, киберсталкинг, секстинг, игнор, взлом и фейковые страницы. А также определены причины возникновения кибербуллинга, такие как: стремление к превосходству, комплекс неполноценности, зависть, месть и развлечение. Кроме того, были определены особенности возникновения кибербуллинга у детей младшего школьного возраста: беззаботное использование социальных сетей и мессенджеров, неспособность различать шутки и насилие, внушаемость.

Нами выделены следующие основные способы осуществления кибербуллинга: оскорбления и угрозы в социальных сетях, использование неприятной для других информации, шантаж, угрозы, отправка оскорбительных сообщений, негативные комментарии в сети, создание ложных обращений от имени других пользователей, отправка спама и вирусной рекламы. Кроме того, были выявлены основные средства этого явления, такие как: мобильная связь, сервисы мгновенных сообщений, чаты и форумы, электронная почта, веб-камеры, социальные сети, сервисы видеохостинга, игровые сайты и виртуальные игровые миры.

Проанализировав различные литературные источники нами были выделены несколько отличительных параметров кибербуллинга, а именно: неограниченное по времени вторжение в частную жизнь, широта аудитории и скорость распространения контента, сложность выявления кибербуллинга, анонимность, непреднамеренность кибербуллинга.

Помимо понятия кибербуллинг, были сформулированы определения таким понятиям, как превенция и деструктивное поведение.

Превенция – это действие на опережение, предотвращение развития неблагоприятных последствий.

Деструктивное поведение рассматривается как форма активности личности, вызывающая разрушение функционирующих структур.

Кибербуллинг бывает разных видов, каждый из них приносит свой неимоверный вред жертве. Превентивные меры, касающиеся кибербуллинга, в первую очередь должны исходить от учителей. Особенно когда эта тема касается младших школьников. Существует несколько способов предотвратить кибербуллинг в младшей школе. К данным направлениям относят: продвижение позитивной и безопасной культуры в общеобразовательной организации и в сети, обучение правилам реагирования на буллинг в сети, включение уроков по кибербуллингу в образовательный процесс, создание программы деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга и включение её в образовательный процесс.

Анализ существующих программ позволил выявить различные подходы к данной проблеме. Множество программ нацелено на использование сказкотерапии как профилактики агрессивного поведения младших школьников, либо направлено на коррекцию уже существующей проблемы кибербуллинга. На наш взгляд, очень эффективным можно считать использование метода арт-терапии в превенции кибербуллинга младших школьников. Поэтому за основу в разработке нашей программы деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга младших школьников современной общеобразовательной организации мы взяли именно использование элементов арт-терапии.

ГЛАВА 2. МОДЕЛИРОВАНИЕ ПРОЦЕССА ПРЕВЕНЦИИ КИБЕРБУЛЛИНГА КАК ФОРМЫ ДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СОВРЕМЕННОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

2.1 Организация предпроектного исследования подверженности кибербуллингу младших школьников

При проведении нашего предпроектного исследования для начала мы должны определить, какие дети сталкиваются или когда-либо сталкивались с таким явлением, как кибербуллинг. Для этого мы проведем диагностику среди младших школьников и выявим случаи буллинга в сети.

Целью нашей экспериментальной работы является выявление младших школьников, имеющих склонности к кибербуллингу, и разработка программы деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга с использованием элементов арт-терапии.

Нами были сформулированы следующие задачи:

1. Подобрать методики диагностики выявления склонности младших школьников кибербуллингу.
2. Разработать анкету для педагогов на знание о таком явлении, как «кибербуллинг».
3. Проанализировать полученные результаты.
4. Разработать соответствующую программу деятельности педагогов-психологов по превенции кибербуллинга с использованием элементов арт-терапии.

Исследование проводилось на базе одной из школ г. Челябинска. В эксперименте приняли участие 94 ребёнка в возрасте 9-10 лет.

Для выявления детей, которые подвергаются или когда-либо подвергались кибербуллингу, мы использовали методику – «Многомерная Шкала Взаимной Виктимизации» (Приложение А).

Данная методика включает в себя 24 вопроса, на которые ребёнок должен ответить, указав один из вариантов ответа, таких как – 1 – «Один раз», 0 – «Никогда», 2 – «Больше, чем один раз» [3]. Однако, так как тема нашего исследования направлена на травлю в сети, то и для диагностики мы взяли только один блок данной методики, изучающий подверженность электронной виктимизации. Этот блок включает 4 вопроса. С помощью него мы сможем выявить тех детей, которые подвергались кибербуллингу.

Для того чтобы оценить уровень знаний педагогов о проблеме кибербуллинга младших школьников, нами была составлена соответствующая анкета для педагогов.

Всего в анкете 15 вопросов. Анкета состоит как из вопросов, ответом на которые будут такие варианты – «Да», «Нет», «Затрудняюсь ответить», так и из вопросов, предполагающих развёрнутый вариант ответа (Приложение Б).

Ещё одной методикой диагностики, которую мы использовали, является выявление «буллинг-структуры» А.Г. Норкиной [39]. На основании предложенной классификации «буллинг-структуры» методика была адаптирована нами в связи с возрастными особенностями младших школьников. Целью методики является определение предрасположенности детей к определённым ролям и позициям, которые могут занимать обучающиеся при возникновении кибербуллинга. Данный тест предназначен для младших школьников. Состоит из 25 вопросов, ответы на которые позволят узнать о предрасположенности учащихся к разным ролям «буллинг-структуры».

Классификация «буллинг-структуры» О. Л. Глазман включает следующие буллинг-позиции:

1. Инициаторы (агрессоры) характеризуются как школьники, обладающие высоким потенциалом общей агрессивности. Они «нападают» не только на своих жертв, но и на педагогов и родных. В нашем случае,

инициаторы играют роль агрессора, зачинщика в общих чатах и социальных сетях.

Агрессорами могут быть дети, которые хотят привлечь к себе внимание, они не обязательно должны быть популярны среди одноклассников. У них может быть более низкая самооценка, они могут просто стремиться к признанию окружающих.

2. Помощники инициатора, характеризуются стремлением помогать и подражать «обидчику». Они пользуются прямым буллингом, именно они обзывают и бьют. В нашем случае, именно они пишут письма, смс, в чатах поддерживают инициатора и именно они уже доводят жертву до определенного рода последствий.

3. Защитники «жертвы», как правило, защитники обладают наибольшим авторитетом среди одноклассников. Они реже всех проявляют буллинг по отношению к сверстникам и реже подвергаются буллингу. В нашем случае, защитниками выступают дети, «авторитет» которых заслужен в классе, игре, социальной сети, к мнению которых прислушиваются, и которые при этом хотят прекратить кибербуллинг или защитить ту или иную жертву.

4. Жертвы. Такие дети испытывают психологическое насилие, изолированность и одиночество, ощущение опасности и тревоги. «Жертвам» кибербуллинга свойственно проявление симптомов депрессии, высокий уровень тревожности и иные сходные отрицательные эмоциональные проявления. В нашем случае, таких детей выявляют либо в классе (или другой офлайн структуре), либо выявляют с помощью провокаций и по не умению защищаться (словом) в чатах и других интернет ресурсах [15].

Практически каждый может стать жертвой кибербуллинга при определенных обстоятельствах. Как и буллинг лицом к лицу, кибербуллинг характеризуется неравными отношениями, злоупотреблением властью, положением и властью, а также отсутствием сострадания и уважения к

жертве. Дети-жертвы кибербуллинга, как правило, одновременно становятся жертвами школьного буллинга. В целом, повышенная ранимость ребенка предрасполагает к роли жертвы. Дети, отличающиеся каким-либо образом, могут подвергаться риску кибербуллинга: дети с ограниченными интеллектуальными возможностями и интеллектом выше среднего, дети, которые пренебрегают учебой, и дети, которые очень способны в учебе, дети с грубыми манерами и дети с самыми положительными качествами и т. д. Не всегда бывает так, что ребенок должен быть каким-то образом ослаблен или увечен. Даже напористый, умный и в остальном способный ребенок может стать жертвой. Известны случаи, когда в рамках буллинга «лицом к лицу» ребенок активно противостоял нападавшим, а они затем переводили насилие в Интернет и усиливали его уязвимость именно посредством электронного общения. Поскольку школьный буллинг/кибербуллинг является проявлением расстройства групповых отношений, он зависит от развития коллектива, в котором находится конкретный ребенок, и от работы учителя с групповыми отношениями [3].

5. Наблюдатели (свидетели). В ситуациях буллинга в роли «свидетелей» находится большинство детей во всем своем многообразии и разнородности. В нашем случае, как и в офлайн мире, большинство детей остаются в стороне, потому что, к счастью, нападать хочется не всем, но и выступить в роли защитника многие не решаются, так как боятся тоже оказаться в роли жертвы, и остаются в роли наблюдателя [15].

2.2 Анализ изученного уровня подверженности кибербуллингу младших школьников в современной образовательной организации

Первым направлением исследования была оценка виктимизации учащихся по методике «Многомерная шкала виктимизации сверстников» Стивена Джозефа (Multidimensional Peer – Victimization Scale: H. Mynard, S. Joseph).

Методика позволяет выявить следующие формы виктимизирующих действий: физическая и вербальная виктимизация, социальная манипуляция, социальное отвержение, нападение на собственность и электронная виктимизация [31].

Так как мы изучаем кибербуллинг, то из вышеперечисленных направлений нас интересует только электронная виктимизация. Соответственно, из методики мы взяли блок с вопросами по данному типу виктимизации.

Ответы детей на вопросы анкеты «Многомерная Шкала Взаимной Виктимизации» представлены нами в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты младших школьников на подверженность электронной виктимизации

| Вид | Общая по выборке 94 (3 классы) | | | |
|---|--------------------------------|----|--------------|----|
| | Всего | | Неоднократно | |
| | № | % | № | % |
| Присылают неприятные письма | 7 | 7 | 2 | 2 |
| Пишут неприятные вещи в социальной сети | 18 | 19 | 12 | 13 |
| Пишут гадости в чате | 28 | 30 | 15 | 16 |
| Пишут гадкие СМС | 7 | 7 | 4 | 4 |

По результатам исследования каждый третий ученик третьих классов хотя бы один раз подвергались электронной виктимизации.

Проанализировав результаты третьих классов, полученные в ходе проведенного исследования, мы получили следующие данные: электронная виктимизация чаще проявляется в написании гадостей в чатах, практически не проявляется в написании писем в социальных сетях и СМС.

Вторым направлением диагностики было изучение буллинг позиций с помощью методики А. Г. Норкиной. Как отмечает О. Л. Глазман для того, чтобы лучше понять индивидуально-психологические особенности участников кибербуллинга, необходимо понять, какие позиции они занимают и какие роли играют, т.е. определить «буллинг-структуру».

Проанализировав результаты данной диагностики школьников, полученные в ходе проведенного исследования, мы получили следующие данные: чаще всего наблюдается буллинг-позиция наблюдателя, вторая по частоте буллинг-позиция защитника, третья по частоте буллинг-позиция инициатора, четвертая по частоте буллинг-позиция жертвы и реже всего наблюдается позиция помощника. Результаты диагностики представлены на рисунке 1.

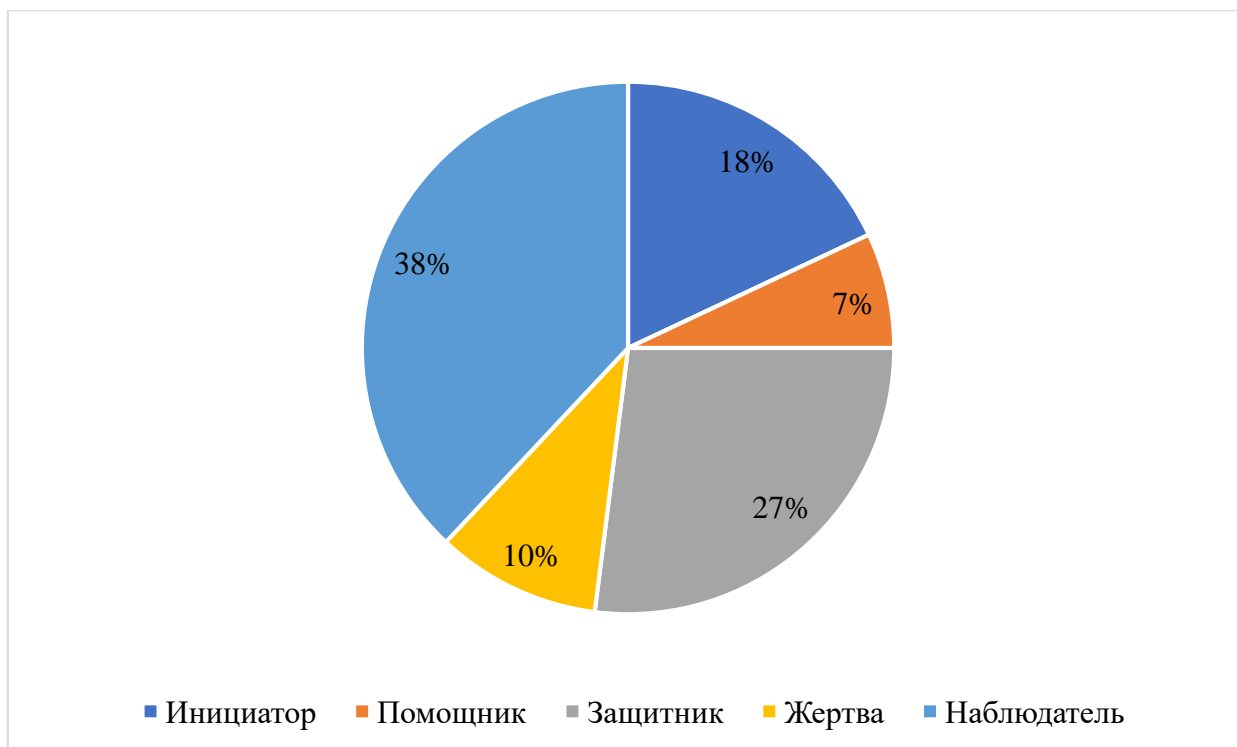


Рисунок 1 – Результаты диагностики буллинг-структуры обучающихся третьих классов общеобразовательной организации

Проанализировав результаты данной диагностики школьников, полученные в ходе проведенного исследования, мы получили следующие данные: чаще всего наблюдается буллинг-позиция наблюдателя и реже всего наблюдается позиция помощника. Процент принадлежности к таким ролям, как агрессор и жертва довольно высок, соответственно вероятность возникновения кибербуллинга также высока. При этом количество защитников очень маленькое, а вот наблюдателей, которые или просто могут делать вид, что не замечают ситуацию или и вовсе перейти на сторону агрессора, очень много. Всё вышеизложенное утяжеляет ситуацию, тем

самым, подтверждая необходимость превенции кибербуллинга в коллективе.

Таким образом, исходя из результатов анализа ответов испытуемых, можно сделать вывод о том, что обучающиеся третьих классов хотя бы раз подвергались травле в школьном коллективе, около половины из них подвергались травле в интернет пространстве. На основании данных, полученных в ходе констатирующего эксперимента установлено, что школьники экспериментальной группы сталкивались с кибербуллингом, что свидетельствует о недостаточности работы педагогического коллектива по превенции и профилактике кибербуллинга.

Далее, нами был проведён опрос педагогического состава школы г. Челябинска в количестве 12 человек. Все они педагоги начальной школы. Опрос проведён на тему проводится ли учителями школы работа по превенции и профилактики кибербуллинга в той или иной форме. Для учителей был предложен опросник, состоящий из 15 вопросов (Приложение В).

Результаты опроса показали отсутствие ранней профилактики и превенции кибербуллинга в школе. Также не обнаружено программ по предупреждению травли и насилия, содержащих элементы превенции кибербуллинга. Беседы со школьниками и их родителями проводятся индивидуально, не систематически. Педагоги не имеют информации о проблеме, что является основной причиной недостатка работы по профилактике и превенции.

Все это вызывает резонанс у педагогического коллектива, поскольку реализация программы требует больших ресурсов, а педагоги уже сильно заняты основной деятельностью.

Анализ полученных результатов позволяет спланировать работу, направленную на оптимизацию образовательного процесса через восполнение недостающих условий, что должно привести к более системной работе по превенции кибербуллинга в школе.

С учетом имеющейся информации имеет смысл разработать программу деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга в школе, которая помогла бы снизить уровень агрессии среди обучающихся и предупредить возможность вовлечённости учеников в буллинг-структуры в сети интернет.

2.3 Программа работы педагога-психолога по превенции кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся в современной общеобразовательной организации с использованием элементов арт-терапии

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Исследование проблемы безопасности детей в сети Интернет последние годы является особенно актуальным, в связи с бурным развитием IT-технологий и со свободным использованием детьми современных информационно - коммуникационных технологий (Интернет, сотовая (мобильная) связь).

В Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования (ФГОС НОО) описаны требования к формированию информационной грамотности у учащихся младших классов. Согласно этим требованиям, выпускник начального образовательного учреждения должен уметь проводить поиск, обработку, сбор, анализ, передачу и интерпретацию информации в соответствии с задачами, технологиями и учебными предметами, а также соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета.

Превенция кибербуллинга в настоящее время является одним из важных направлений работы учителей начальной школы. Необходимо отметить, что такая профилактика должна проводиться систематически в рамках всего педагогического процесса. Однако в России на данный момент практически отсутствуют программы профилактики кибербуллинга в образовательных учреждениях [16].

Анализ существующей практики профилактики агрессивного поведения показывает, что в настоящее время разработаны и применяются программы, которые ограничивают работу педагога коррекцией («Авторская программа тренинговых занятий для коррекции агрессивного поведения детей младшего школьного возраста» Н. В. Нифантьевой, «Программа коррекции деструктивных агрессивных проявлений в поведении детей младшего школьного возраста» Е. Е. Варламовой, «Профилактика агрессивного поведения подростков» О. А. Ширяевой, «Коррекция агрессивного поведения ребенка младшего школьного возраста» Н. В. Павловой) [26; 45].

Также существуют программы, которые рассчитаны на работу с дошкольниками или подростками («Коррекция агрессивного поведения у детей» О. Б. Филлиповой, «Программа индивидуальной коррекции агрессивного поведения ребенка» К. И. Чернокрыловой, «Программа по профилактике агрессивного поведения детей дошкольного возраста «Будем дружить»» Н. А. Григорян) [30; 51].

Основная цель программ, которые были рассмотрены, заключается в профилактике агрессивных проявлений в поведении детей и формировании навыков межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Разработчики предлагают строить работу по коррекции агрессивного поведения по нескольким направлениям: работа с гневом, обучение самоконтролю, работа с чувствами и развитие конструктивных навыков общения.

Также нами были проанализированы программы, направленные на снижение агрессивности с использованием таких средств, как сказкотерапия. Это такие программы как «Программа психологического тренинга развития асертивности для младших школьников средствами сказкотерапии» М. Н. Савинковой, «Программа коррекции тревожности у младших школьников средствами сказкотерапии» М. С. Судницыной [45]. Данные программы направлены на то, что через игровые упражнения с

использованием средств сказкотерапии происходит воздействие на развитие эмпатии, лучшее осознание себя, проигрывание реальных и условных ситуаций.

Программ, предназначенных для младших школьников с использованием средств арт-терапии у отечественных исследователей, мы не обнаружили. В связи с вышесказанным и с учетом результатов проведенного исследования мы разработали программу деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга с использованием элементов арт-терапии.

Нормативно-правовой основой разработки нашей программы являются:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 237-ФЗ.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования / Министерство просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 286.
3. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания российских школьников.

Программа построена на основе двух методологических подходов:

– системный – рассмотрение обучающегося как целостного, качественно своеобразного, динамично развивающегося субъекта, являющегося частью более широкой системы «человек-мир», все компоненты программы взаимосвязаны;

– деятельностный – деятельность педагога-психолога по превенции кибербуллинга с учетом активного включения обучающихся в данный процесс.

Программа деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга с использованием элементов арт-терапии состоит из 2-х блоков – психодиагностического (получение информации об индивидуальных психологических особенностях ребенка, характере

нарушения поведения, а также системе семейного воспитания) и психокоррекционного (психологический тренинг интегративного типа с элементами арт-терапии).

Основная цель программы: создание условий для снижения уровня агрессивности и негативных установок, а также приобретения навыков адекватного поведения младших школьников с использованием элементов арт-терапии.

Главной особенностью нашей программы является то, что она предполагает использование элементов арт-терапии.

Программа проводится на группе в количестве 6-10 человек.

Занятия имеют следующую структуру: психологическая разминка, корректирующие психологические упражнения с использованием элементов арт-терапии, внутригрупповая дискуссия, обратная связь.

Задачи реализации программы:

- создание условий для гармонизации психического состояния обучающихся;
- способствование формированию адекватной самооценки;
- способствование формированию ответственности за свои действия, в том числе в сети интернет;
- способствование обучению внутреннему самоконтролю;
- способствование отображению негативных эмоций;
- способствование обучению избавления от негативных установок;
- развитие позитивной нравственной и моральной позиции.

Ожидаемые результаты программы превенции:

- гармонизация психического состояния обучающихся;
- способность к управлению своими эмоциями;
- снижение уровня агрессивности;
- способность сопереживать окружающим;

- формирование ответственности за свои действия, в том числе и в сети интернет;
- принятие приемлемого в обществе поведения;
- повышение уровня уверенности и самооценки;
- избавление от тревожности и негативных внутренних установок обучающихся;
- понимание возможности существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной.

Принципы, на которых строится программа:

1. Принцип субъективного отношения. Этот принцип подразумевает, что педагог-психолог должен рассматривать каждого участника занятия как активного субъекта и личность. В творческом процессе каждый участник группы является творцом, поэтому неправомерно обсуждать ошибки в его работе. Педагог-психолог не является преподавателем, не навязывает свою точку зрения и идеи, а помогает учащимся понимать себя. Метод арт-терапии направлен на создание уникальных работ, которые отражают индивидуальность каждого участника группы. Он не нацелен на обучение работе по образцу.

2. Принцип активности. Педагог-психолог поощряет инициативу и активность участников с помощью принципа активности. Активное участие в творческих занятиях необходимо, чтобы помочь детям понимать и управлять своими эмоциями и чувствами.

3. Принцип чувственной наглядности. Этот принцип указывает на необходимость создания педагогом-психологом стимулирующей среды для творческой деятельности на занятиях, которая включала бы в себя использование всех анализаторных систем.

4. Принцип обратной связи. Важным этапом занятий является обсуждение процесса и результата творческого погружения. В ходе группового обсуждения педагог-психолог анализирует результативность

данного занятия, отмечает динамику в эмоциональном состоянии участников группы, планирует дальнейшую работу с участниками [38].

Разработанный нами комплекс состоит из 10 занятий.

При подготовке занятий мы учитываем принципы их организации:

- мотивация учащихся на предстоящую совместную деятельность;
- создание благоприятного климата в группе;
- учет индивидуальных особенностей каждого участника группы;
- организация различных форм взаимодействия – индивидуальная работа, работа в группах [32].

Этапы проведения занятий описаны в таблице 3.

Таблица 3 – Этапы занятий по профилактике агрессивного поведения с использованием элементов арт-терапии

| Этап | Назначение | Содержание этапа |
|-------------------|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
| Организационный | Создать настрой на совместную работу | Коллективное упражнение. Например, взявшись за руки в кругу все дарят друг другу улыбки или совершают совместное действие |
| Введение в тему | Вхождение ученика в область познания и развития | Творческое описание темы. Например, прочтение стихотворения, показ картины и т.п. |
| Понимание | Представление темы, возможно, пережитых чувств или фантазий | Педагог-психолог рассказывает о содержательной линии темы, помогает представить ребятам эмоцию или чувство |
| Изображение | Изображение с помощью карандашей, фломастеров, красок того, что представили | Изображение на листе того, что ребёнок представил в сложившейся ситуации |
| Подведение итогов | Обсуждение рисунков, обобщение полученных результатов | Педагог-психолог подводит итоги занятия., чётко проговаривает последовательность происходившего на занятии, подчеркивает значимость приобретенного опыта, проговаривает конкретные ситуации реальной жизни, в которых дети могут использовать новый опыт. |

Тематическое планирование занятий преподавателя по превенции кибербуллинга младших школьников с использованием элементов арт-терапии продемонстрировано в таблице 4.

Таблица 4 – Тематическое планирование занятий педагога-психолога по превенции кибербуллинга младших школьников с использованием элементов арт-терапии

| № | Содержательная линия занятия | Цель | Основное содержание |
|---|--|---|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1 | Вводное занятие «Я смотрю на этот мир разными глазами» | Гармонизация психического состояния через развитие способности самовыражения и самопознания. Знакомство с миром арт-терапии. | Вводная беседа. Игра «Детский сад». Игра «Кого куда». Рисунок своего внутреннего состояния |
| 2 | «Управление негативными эмоциями» | Выражение чувств злости и гнева в метафорической, изобразительной форме. Это служит основой для развития навыков управления своим гневом. | Упражнение «Работа с чувствами злости и гнева» |
| 3 | «Я сочувствую тебе» | Воспитание способности сопереживать опыту жертвы, осознавать глубину психологического, физического и социального воздействия кибербуллинга на жертву. | Упражнение «Я как жертва» |
| 4 | «Мои действия – моя ответственность» | Осознание переживаемых эмоций и их проявлений. Размышление о реакциях и чувствах, которые может испытывать собеседник. Ответственность за свои действия, особенно при использовании современных коммуникационных технологий | Упражнение «Кому отправить сообщение» |
| 5 | «Я знаю, кому доверять» | Предоставление ученикам простых инструкции, как выбрать и запомнить, к кому из близких взрослых они могут обратиться в случае какой-либо угрозы. | Упражнение «Рука безопасности» |
| 6 | «Я в себе уверен» | Помощь ученикам повысить уверенность в себе и самооценку | Упражнение «Открытка себе» |
| 7 | «Я спокоен» | Избавление учащихся от повышенной тревожности | Упражнение «Рисование музыки» |
| 9 | «Обществу со мной комфортно» | Формирование адекватного поведенческого стереотипа у учащихся | Упражнение «Я в обществе» |

Продолжение таблицы 4

| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> |
|----------|-----------|--|---|
| 10 | «Новый я» | Подведение итогов и актуализация полученных знаний. Сравнение рисунков внутреннего состояния до/после | Беседа по прошедшим темам. Рисунок своего внутреннего состояния |

Рассмотрим упражнения, используемые в нашей программе:

1) Упражнение «Работа с чувствами злости и гнева»

Цель: Выражение чувств злости и гнева в метафорической, изобразительной форме. Это служит основой для развития навыков управления своим негативными эмоциями.

В ходе упражнения ребята визуализируют злость и гнев. Затем рисуют эти качества, обсуждают с педагогом-психологом то, что получилось. Негативные эмоции прорабатываются в момент прорисовки и дальнейших действий с рисунком (Приложение Е).

2) Упражнение «Я как жертва»

Цель: Воспитание способности сопереживать опыту жертвы, осознавать глубину психологического, физического и социального воздействия кибербуллинга на жертву.

В ходе упражнения обучающийся рисует и раскрашивает предварительно распечатанную фигуру так, чтобы она была максимально похожа на него. Рисует и раскрашивает по собственной фантазии, в которой представляет себя в роли жертвы кибербуллинга. В конце упражнения происходит толкование испытанных чувств и мыслей (Приложение Д).

3) Упражнение «Кому отправить сообщение»

Цель: осознание переживаемых эмоций и их проявлений. Думать о том, как мы определенным образом реагируем на эмоции, особенно при общении. Ответственность за свои действия, особенно при использовании современных коммуникационных технологий.

В ходе упражнения обучающиеся выбирают, какой силуэт изображает хорошего, доброго одноклассника, какой счастливый, а какой злой.

Прорисовывают характерные качества, потом обсуждают их. Учащиеся рефлексуют реакции на чужие эмоции и их проявления в общении (Приложение Ж).

4) Упражнение «Рука безопасности»

Цель: предоставить ученикам простые инструкции, как выбрать и запомнить, к кому из близких взрослых они могут обратиться в случае какой-либо угрозы.

В ходе упражнения обучающийся прорисовывает не только себя, но и руку с теми, кто может прийти к нему на помощь в случае опасности. Это позволит не растеряться в сложной ситуации и точно быть уверенным, что он не один (Приложение Г).

5) Упражнение «Открытка себе»

Цель: помочь ученикам повысить уверенность в себе и свою самооценку.

В ходе упражнения ребята создают открытку, которую они хотели бы получить, яркую, красочную, с поддерживающими словами, пропитанную любовью и заботой. К этой открытке можно возвращаться каждый раз, когда наступают трудности в жизни (Приложение Л).

6) Упражнение «Рисование музыки»

Цель: избавление обучающихся от чувства тревожности посредством возникновения цветовой визуализации через эмоциональное восприятие музыкального настроения.

В ходе упражнения обучающимся предлагается прослушать определённую мелодию, прочувствовать её, представить и изобразить на листе бумаги (Приложение З).

7) Упражнение «Творческий мусор»

Цель: избавиться от негативных установок, плохих мыслей посредством творчества.

Упражнение проходит в группе 4-6 обучающихся, знакомых между собой. Обсуждаются ситуации, которые когда-то вызвали неприятные

эмоции. Далее эти ситуации визуализируются, прорисовываются, происходит обмен рисунками, толкование их и обсуждение (Приложение К).

8) Упражнение «Я в обществе»

Цель тренинга: осознания своей личности в социуме. Формирование адекватного поведенческого стереотипа.

В ходе упражнения обучающимся предлагается нарисовать рисунок на тему: «Я в обществе». Далее детям предлагается представить совершенное общество, где все рады друг другу, помогают, дружат. И предлагается нарисовать рисунок на ту же тему, только теперь «Я в совершенном обществе». Анализируются два рисунка (Приложение И).

Мы выбрали несколько источников литературы для преподавателей, которые будут полезны им для более детального изучения такого явления как кибербуллинг и роли арт-терапии в его предотвращении:

1. Александров А. А. Аналитико-катартическая терапия эмоциональных нарушений : учебное пособие / А. А. Александров. – Санкт-Петербург : Спецлит, 2017. – 237 с.

2. Богданович В. Новейшая арт-терапия. О чем молчат искусствоведы / В. Богданович. – Пенза : Изд-во Золотое сечение, 2008. – 224 с.

3. Вальдес Одриосола М. С. Интуиция, творчество и арттерапия / М. С. Вальдес Одриосола. – Москва : ИОИ, 2012. – 96 с.

4. Воронова А. А. Арт-терапия для детей и их родителей / А. А. Воронова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2013. – 253 с.

5. Копытин А. И. Арт-терапия детей и подростков / А. И. Копытин, Е. Е. Свистовская. – Москва : Когито-Центр, 2014. – 197 с.

6. Ляшенко В. В. Арт-терапия как практика самопознания : присутственная арт-терапия / В. В. Ляшенко. – Москва : Психотерапия, 2014. – 160 с.

7. Блонский П. П. Психология младшего школьника / П. П. Блонский. – Москва : МПСИ, 1997. – 578 с.

8. Можгинский Ю. Б. Агрессивность детей и подростков: Распознавание, лечение, профилактика : учебное пособие / Ю. Б. Можгинский. – Москва : КогитоЦентр, 2008. – 254 с.

Данную программу можно применять для любых школ 2-4 классов. Это позволит уменьшить современную проблему развития кибербуллинга среди детей младшего школьного возраста. При сравнении рисунков внутреннего состояния обучающихся на первом и на последнем занятии, педагог-психолог сможет сделать вывод об эффективности данной программы и, возможно, внести какие-то изменения, дополнить её.

2.4 Дорожная карта мероприятий внедрения проекта программы деятельности педагога-психолога в педагогическую практику

Для совершенствования проекта программы деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся современной образовательной организации с использованием элементов арт-терапии необходимо осуществить комплекс мероприятий по его продвижению.

На данный момент с целью внедрения проекта программы деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся современной общеобразовательной организации были осуществлены следующие мероприятия:

1. Публикация статьи в научном журнале «Студенческий» №37 (207) на тему: «Теоретические основы возникновения кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся в современной общеобразовательной организации».

2. Участие в международной научно-практической конференции «Трансформация образования в цифровом обществе», г. Челябинск 29 марта

– 5 апреля 2023г, секция 25 «Риски цифровизации образовательного пространства», публикация статьи на тему: «Превенция кибербуллинга в современных условиях цифровизации образования».

3. Публикация статьи в научном журнале «Студенческий» №16 (228) на тему: «Анализ уровня подверженности кибербуллингу младших школьников в современной образовательной организации».

Планомерное осуществление мероприятий по продвижению проекта увеличивает возможность внедрения программы деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся современной общеобразовательной организации в педагогическую практику.

Среди возможных мероприятий по продвижению проекта программы деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга могут быть мероприятия, представленные в таблице 4.

Таблица 5 – Дорожная карта проекта реализации программы деятельности педагога-психолога

| Мероприятия | Сроки проведения | Ответственные | Планируемые результаты |
|--|------------------|------------------|---|
| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> |
| 1. Подготовительный этап | | | |
| Ознакомление педагога-психолога с программой и составление плана-графика работы педагога-психолога | Сентябрь | Педагог-психолог | Распределение сроков, скорректированный план-график деятельности педагога-психолога |
| Подготовка необходимых реквизитов для реализации проекта | Сентябрь | Педагог-психолог | Подготовка кабинета, всех необходимых материалов |
| 2. Организационно-деятельностный этап | | | |
| Анкетирование обучающихся по проблеме кибербуллинга младших школьников | Сентябрь-октябрь | Педагог-психолог | Результаты анкетирования |

Продолжение таблицы 5

| <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>4</i> |
|---|----------------|------------------|--|
| Реализация программы в практике школы | Октябрь-апрель | Педагог-психолог | Внедрение проекта программы в практике начальной школы |
| Организация повторного исследования после внедрения программы | Май | Педагог-психолог | Результаты исследования |
| 3. Рефлексивно-оценочный этап | | | |
| Анализ внедрения программы | Май | Педагог-психолог | Аналитическая справка |
| Обобщение опыта и составление рекомендаций по доработке образовательной программы | Май | Педагог-психолог | Рекомендации, корректирующие мероприятия |

Таким образом, нами подобраны и систематизированы мероприятия, которые способствуют внедрению проекта программы, а также описаны меры, способствующие её совершенствованию.

Выводы по 2 главе

Основная целью нашей экспериментальной работы является выявление младших школьников, имеющих склонности к кибербуллингу, и разработка программы деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга с использованием элементов арт-терапии.

Исследование проводилось на базе одной из школ г. Челябинска. В эксперименте приняли участие 94 ребёнка в возрасте 9-10 лет.

Эксперимент проводился с помощью следующих методик:

1) «Многомерная Шкала Взаимной Виктимизации». Нами был взят только один блок этой методики, а именно электронная виктимизация. По результатам исследования мы выявили, что каждый третий ученик хотя бы раз подвергался электронной виктимизации, которая чаще всего проявляется в написании гадостей в чатах.

2) Изучение буллинг позиций с помощью методики А. Г. Норкиной. Изучение «Буллинг-позиции» показало, что чаще всего

наблюдается буллинг-позиция наблюдателя, реже всего – позиция помощника.

3) Нами составлена анкета для педагогов. По результатам опроса было установлено, что ранняя профилактика и превенция кибербуллинга в школе отсутствует, программы по предупреждению травли и насилия в школе, либо каких-то программ, имеющих элементы превенции кибербуллинга нет. Работа по превенции и профилактики кибербуллинга не ведётся совсем, поскольку зачастую до педагогов не доходит информация о наличии такой проблемы.

Нами была подобрана литература для педагогов, которая позволит им более детально изучить проблему кибербуллинга и более подробно изучить методы того, как её предотвратить среди учеников своей школы.

Нами была разработана рабочая программа деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга младших школьников с использованием элементов арт-терапии. Программа построена на основе двух методологических подходов: системном и деятельностном.

Основная цель программы: создание условий для снижения уровня агрессивности и негативных установок, а также приобретения навыков адекватного поведения младших школьников с использованием элементов арт-терапии.

Главной особенностью нашей программы является то, что она предполагает использование элементов арт-терапии. Данная программа направлена на снижение уровня агрессии и формирование адекватного поведенческого стереотипа, что в свою очередь будет способствовать профилактике риска возникновения кибербуллинга у младших школьников.

Разработанный нами комплекс состоит из 10 занятий: вводное занятие «Я смотрю на этот мир разными глазами», «Управление моими негативными эмоциями», «Я чувствую тебя», «Моя реакция – моя ответственность», «Помощь в беде», «Моя самооценка», «Я спокоен», «Убираем всё плохое», «Обществу со мной комфортно», «Новый я».

Каждое занятие состоит из следующих этапов: организационный, введение в тему, понимание, изображение, подведение итогов.

Для внедрения программы деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся современной образовательной организации с использованием элементов арт-терапии мы разработали дорожную карту проекта.

Таким образом, нами подобраны и систематизированы мероприятия, которые способствуют внедрению проекта программы, а также описаны меры, способствующие её совершенствованию.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Современное общество развивается и нуждается в развитии человеческого потенциала. Одной из ключевых задач системы современного образования является формирование у школьников активной и всесторонне развитой личности, которая способна анализировать, систематизировать информацию, а также находить решение существующей проблемы в условиях неопределенности. Развитие личности в текущих реалиях невозможно представить без информационной среды, компьютеров и, конечно, сети Интернет. Однако, развитие личности в этом направлении может иметь как позитивный, так и негативный характер, поскольку младшие школьники находятся в таком возрасте, когда они очень внушаемы, а значит и воздействие со стороны очень сильно. Именно поэтому тема превенции кибербуллинга в условиях общеобразовательной школы так важна.

Целью нашей работы было изучить проблему превенции кибербуллинга у младших школьников и разработать программу деятельности педагога-психолога с использованием элементов арт-терапии для работы по данному направлению.

Решая первую задачу, нами изучены труды педагогов и психологов (Б. Белси, П. К. Смит, Р. Слонье, Е. А. Макарова, Е. Л. Макарова Е. А. Махрина, О. С. Черкасенко) и их подходы к пониманию понятия «кибербулинг». Основываясь на них, мы пришли к выводу, что кибербулинг – это преднамеренное, систематическое агрессивное действие со стороны группы или одного человека против жертвы с целью нанесения психологического вреда, которые осуществляются через электронную почту, сервисы мгновенных сообщений, в чатах, социальных сетях, на веб-сайтах, а также посредством мобильной связи.

Проанализировав основные понятия, мы выявили особенности возникновения кибербуллинга в младшем школьном возрасте: беззаботное

использование социальных сетей и мессенджеров, неспособность различать шутки и насилие, внушаемость.

Решая вторую задачу, мы выделили основные направления деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся современной образовательной организации: продвижение позитивной и безопасной культуры в общеобразовательной организации и в сети, обучение правилам реагирования на буллинг в сети, включение уроков по кибербуллингу в образовательный процесс, создание программы деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга и включение её в образовательный процесс.

Решая третью задачу, нами было организовано предпроектное исследование подверженности кибербуллингу младших школьников, целью которого стало выявление младших школьников, имеющих склонности к кибулбуллингу, и разработка программы деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга с использованием элементов арт-терапии.

С помощью выбранных методик: многомерной шкале виктимизации, буллинг-структуре по А. Г. Норкину, составленной нами анкете для педагогов, мы провели диагностику учеников третьих классов и их учителей.

Решая четвёртую задачу, мы проанализировали результаты проведённой диагностики. По результатам исследования мы выявили, что каждый третий ученик хотя бы раз подвергался электронной виктимизации, которая чаще всего проявляется в написании гадостей в чатах. Изучение «Буллинг-позиции» показало, что чаще всего наблюдается буллинг-позиция наблюдателя, реже всего – позиция помощника. По результатам опроса педагогов было установлено, что ранняя профилактика и превенция кибербуллинга в школе отсутствует, программы по предупреждению травли и насилия в школе, либо каких-то программ, имеющих элементы превенции кибербуллинга нет.

На основе полученных данных была выявлена необходимость создания программы педагога-психолога по превенции кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся общеобразовательной организации.

Решая пятую задачу, мы разработали программу деятельности педагога-психолога по превенции кибербуллинга с использованием элементов арт-терапии.

При составлении программы были использованы мероприятия с использованием элементов арт-терапии. Подобранные упражнения учитывают возрастные особенности учащихся, что позволяет педагогу-психологу создавать развивающую и комфортную образовательную среду, а также благоприятный психологический климат среди школьников. Представленные мероприятия вовлекают учеников в общение, установление доверительных отношений. Предложенные нам упражнения направлены на снижение уровня тревожности, проработку таких качеств, как злость и гнев, развитие таких качеств, как переживание и сочувствие. Кроме того, упражнения направлены на повышение самооценки обучающихся и формирование адекватного поведенческого стереотипа.

Все поставленные задачи выпускной квалификационной работы выполнены, цель достигнута.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Александров А. А. Аналитико-катартическая терапия эмоциональных нарушений : учебное пособие / А. А. Александров. – Санкт-Петербург : Спецлит, 2017. – 237 с.
2. Алфимова М. В. Психогенетика агрессивности : учебное пособие / М. В. Алфимова. – Москва : Изд-во Вопросы психологии, 2000. – 235 с.
3. Бердышев И. С. Медико-психологические последствия жестокого обращения в детской среде. Вопросы диагностики и профилактики : практическое пособие для врачей и социальных работников / И. С. Бердышева, М. Г. Нечаева. – Санкт-Петербург : Изд-во Питер, 2009. – 40 с.
4. Блонский П. П. Психология младшего школьника / П. П. Блонский. – Москва : МПСИ, 1997. – 578 с.
5. Богданович В. Новейшая арт-терапия. О чем молчат искусствоведы / В. Богданович. – Пенза : Изд-во Золотое сечение, 2008. – 224 с.
6. Бочавер А. А. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий / А. А. Бочавер, К. Д. Хломов // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2014. – № 3. – С. 177–191.
7. Былкова С. В. Троллинг как феномен речевой антикультуры / С. В. Былкова, Я. С. Косякова // Язык. Коммуникация. Культура. Альманах по материалам Первой международной заочной научно-практической конференции молодых ученых. – Москва : Государственный институт русского языка им. А. С. Пушкина, 2017. – С. 86–90.
8. Вальдес Одриосола М. С. Интуиция, творчество и арттерапия / М. С. Вальдес Одриосола. – Москва : ИОИ, 2012. – 96 с.

9. Вест А. А. Кибербуллинг: факторы, ресурсы, практики. Социальный мир человека : учебное пособие / А. А. Вест, Т. И. Черняева. – Ижевск : Изд-во Русайнс, 2016. – 45 с.
10. Волчегорская Е. Ю. Социально-психологические факторы и условия превенции буллинга в начальной школе / Е. Ю. Волчегорская, М. В. Жукова, К. И. Шишкина // Вестник Южно-Уральского государственного гуманитарно-педагогического университета. – 2021. – № 4. – С. 218–231.
11. Волчегорская Е. Ю. подверженность кибербуллингу детей младшего школьного возраста / Е. Ю. Волчегорская, М. В. Жукова, К. И. Шишкина, Е. В. Фролова. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/podverzhennost-kiberbullingu-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta/viewer> (дата обращения: 14.09.2022).
12. Воронова А. А. Арт-терапия для детей и их родителей / А. А. Воронова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2013. – 253 с.
13. Воронцова Т. А. Троллинг и флейминг: речевая агрессия в интернет-коммуникации / Т. А. Воронцова // Вестник Удмуртского университета. – 2016 – № 2. – С. 109–116.
14. Вудроф Д. Точка за точкой. Арт-терапия / Д. Вудроф. – Минск : Попурри, 2018. – 208 с.
15. Глазман О. Л. Психологические особенности участников буллинга / О. Л. Глазман // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. – 2009. – № 105. – С. 159–165.
16. Дрожжина С. В. Аксиологическо-экзистенциальные доминанты информационного общества / С. В. Дрожжина, И. М. Кобзарь // Гилея: научный вестник. – 2014. – № 80. – С. 192–196.
17. Жукова М. В. Особенности младшего школьника с отклоняющимся поведением / М. В. Жукова // Вестник Института развития образования и воспитания подрастающего поколения при ЧГПУ. – 2003. – № 17. – С. 90–104.

18. Загвязинский В. И. Общая педагогика : учеб. пособие / В. И. Загвязинский, И. Н. Емельянова. – Москва : Высш. шк., 2007. – 383с.
19. Зинцова А. С. Социальная профилактика кибербуллинга / А. С. Зинцова // Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского Социальные науки. – 2014. – № 122 – С. 128.
20. Ильин Е. П. Психология агрессивного поведения / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Изд-во Питер, 2014. – 368 с.
21. Кобец П. Н. Противодействие киберсталкингу и иным формам преступности / П. Н. Кобец. // Перспективы развития науки и общества в условиях инновационного развития. – 2018. – № 184 – С.199–201.
22. Козубовский Р. В. Социальные детерминанты девиантного поведения несовершеннолетних / Р. В. Козубовский // Психолого-педагогические науки. – 2016. – № 1. – С. 27–31.
23. Колмакова В. В. Проявление речевой агрессии в комплименте / В. В. Колмыкова, Д. Ю. Шалков // Филологические науки. Вопросы теории и практики. – 2016. – № 11. – С. 128–132.
24. Копытин А. И. Арт-терапия детей и подростков / А. И. Копытин, Е. Е. Свистовская. – Москва : Когито-Центр, 2014. – 197 с.
25. Копытин А. И. Современная клиническая арт-терапия : учебное пособие / А. И. Копытин. – Москва : Когито-Центр, 2015. – 526 с.
26. Кудакова Н. С. Профилактика кибербуллинга как формы девиантного поведения в начальной школе / Н. С. Кудакова. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/profilaktika-kiberbullinga-kak-formy-deviantnogo-povedeniya-v-nachalnoy-shkole/viewer> (дата обращения: 28.09.2022).
27. Куликов В. Б. Деструктивное поведение: теоретико-методологический аспект / В. Б. Куликов, К. В. Злоказов. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/destruktivnoe-povedenie-teoretiko-metodologicheskiiy-aspekt/viewer> (дата обращения: 09.11.2022).

28. Кутузова Д. А. Травля в школе: мифы и реальность / Д. А. Кутузова. – URL: <http://medportal.ru/budzdorova/child/625/> (дата обращения: 25.11.2022).
29. Кухтова Н. В. Буллинг в условиях образовательной среды: межкультурный аспект : монография / Н. В. Кухтова. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2018. – 172 с.
30. Куценко Е. Школьная травля: перезапуск отношений / Е. Куценко. – URL: http://ps.1september.ru/view_article.php?ID=201301024 (дата обращения: 25.10.2022).
31. Лихван А. В. Психология высоких технологий: троллинг и кибербуллинг / А. В. Лихван, Н. Н. Мозговая // Всероссийская научно-практическая конференция студентов, магистрантов, аспирантов и преподавателей. – Ростов-на-Дону, 2015. – С.104–106.
32. Ляшенко В. В. Арт-терапия как практика самопознания : присутственная арт-терапия / В. В. Ляшенко. – Москва : Психотерапия, 2014. – 160 с.
33. Макарова Е. А. Психологические особенности кибербуллинга как формы интернет-преступления / Е. А. Макарова, Е. Л. Макарова, Е. А. Махрина // Российский психологический журнал. – 2016. – № 3. – С. 18–21.
34. Макарова Е. А. Психологические особенности кибербуллинга как формы интернет-преступления / Е. А. Макарова, Е. Л. Макарова, Е. А. Махрина // Российский психологический журнал. – 2016. – № 3. – С. 293–311.
35. Мардахаев Л. В. Кибербуллинг и его влияние на социализацию младшего подростка / Л. В. Мардахаев, М. Э. Гречкина. – URL: http://journal.homocyberus.ru/Mardahaev_LV_Grechkina_ME_1_2019 (дата обращения: 02.02.2023).

36. Менделевич В. Д. Психология девиантного поведения : учебное пособие для ВУЗов / В. Д. Менделевич. – Санкт-Петербург : Изд-во Речь, 2008. – 445 с.
37. Можгинский Ю. Б. Агрессивность детей и подростков: Распознавание, лечение, профилактика : учебное пособие / Ю. Б. Можгинский. – Москва : КогитоЦентр, 2008. – 254 с.
38. Никитин В. Н. Арт-терапия : учебное пособие / В. Н. Никитин. – Москва : Когито-Центр, 2014. – 328 с.
39. Норкина Е. Г. Методика на выявление «буллинг-структуры». // Таврический научный обозреватель. – 2016. – № 3. – С. 170–174.
40. Одарюк И. В. Прагмалингвистический аспект социализации личности / И. В. Одарюк, В. В. Колмакова // Филологические науки. Вопросы теории и практики. – 2017. – № 11. – С. 127–129.
41. Ожегов С. И. Толковый словарь русского языка: 8000 слов и фразеологических выражений / С. И. Ожегов, Н. Ю. Шведова // Российская академия наук. Институт русского языка им. В. В. Виноградова. – Москва : Изд-во Атберг 98, 2013. – 944 с.
42. Почти 90% детей от 7 до 11 лет пользуются интернетом, из них 74% выходят в сеть ежедневно – URL: <https://glasnarod.ru/rossiya/pochti-90-detej-ot-7-do-11-let-polzujutsya-internetom-iz-nih-74-vyhodyat-v-set-ezhednevno/> (дата обращения: 18.03.2023).
43. Репьев А. Г. «Превенция» как правовая категория: в порядке научной дискуссии» / А. Г. Репьев, К. А. Васильков. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/preventsiya-kak-pravovaya-kategoriya-v-poryadke-nauchnoy-diskussii/viewer> (дата обращения: 23.09.2022).
44. Руланн Э. Как остановить травлю в школе / Э. Руланн // Психология моббинга. – Москва : Генезис, 2012. – 264 с.
45. Севастьянова О. А. Психологическая коррекция интернет-зависимости подростков средствами арт-терапии / О. А. Севастьянова, Д. В. Иванов. – URL: [https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-](https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-zavisimost-podrostkov-sredstvami-art-terapii)

korrektsiya-internet-zavisimosti-podrostkov-sredstvami-art-terapii/viewer (дата обращения: 15.10.2022).

46. Слонье Р. Кибербуллинг как другой тип буллинга / Р. Слонье, П. К. Смит // Скандинавский психологический журнал. – 2008. – № 49. – С. 147–154.

47. Солдатова Г. У. Эволюция онлайн-рисков: итоги пятилетней работы линии помощи «Дети Онлайн» / Г. У. Солдатова, В. Н. Шляпников, М. А. Журина // Консультативная психология и психотерапия. – 2015. – № 3. – С. 50–66.

48. Статистика интернета и соцсетей на 2023 год – цифры и тренды в мире и в России – URL: <https://www.web-canape.ru/business/statistika-interneta-i-socsetej-na-2023-god-cifry-i-trendy-v-mire-i-v-rossii/> (дата обращения: 06.04.2023).

49. Степанова Е. В. Анализ актуальных форм и методов психолого-педагогической профилактики агрессивного поведения подростков / Е. В. Степанова, В. А. Попов // Молодой ученый. – 2015. – № 6. – С. 788–791.

50. Стукало И. С. Определение понятия кибербуллинга на основании исследований зарубежных и отечественных ученых / И. С. Стукало. – URL: <https://moluch.ru/archive/292/66081/> (дата обращения: 09.03.2022).

51. Фурманов И. А. Социальная психология агрессии и насилия : учебн. пособие / И. А. Фурманов. – Минск : БГУ, 2016. – 390 с.

52. Харрис Р. Психология массовых коммуникаций : учебное пособие / Р. Харрис. – Москва : Изд-во Нева, 2002. – С. 432–436.

53. Черкасенко О. С. Феномен кибербуллинга в подростковом возрасте / О. С. Черкасенко // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. – 2015. – № 6. – С. 52–54.

54. Черная Е. В. Роль педагога дополнительного образования в профилактике агрессивного поведения подростков / Е. В. Черная,

А. В. Кабанина // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: Сборник статей по материалам L-LI Международной научно-практической конференции. – Новосибирск, 2015 г. – С. 132–138.

55. Чернобель Г. Т. Превентивные меры / Г. Т. Чернобель. – URL: <https://old.bigenc.ru/law/text/3174197> (дата обращения: 23.01.2023).

56. Чуранов Е. Статистика интернета и соцсетей на 2023 год – цифры и тренды в мире и в России / Е. Чуранов. – URL: <https://www.webcanape.ru/business/statistika-interneta-i-socsetej-na-2023-god-cifry-i-trendy-v-mire-i-v-rossii/> (дата обращения: 19.04.2023).

57. Шалагинова К. С. К вопросу необходимости предупреждения буллинга в современной начальной школе: от обоснования к реализации превентивной деятельности / К. С. Шалагинова // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 11. – С. 305–310.

ПРИЛОЖЕНИЕ

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Опросник «Многомерная шкала виктимизации» Стивена Джозефа (Stephen Joseph) и Ханны Стоктон (Hannah Stockton)

Этот опросник посвящен изучению особенностей взаимоотношений в школе. Внимательно прочитай список того, что некоторые дети делают с другими детьми. Оцени, пожалуйста, как часто по отношению к тебе одноклассники совершали ниже перечисленные действия за последние полгода? Поставь галочку в одной из трех колонок для каждого из вопросов.

Фамилия, _____ Имя _____

Класс _____

Таблица А.1 – Анкета

| № | Ситуация | Никогда | 1 раз | Больше 1 раза |
|---|---|---------|-------|---------------|
| 1 | Посылают мне неприятные сообщения по электронной почте | | | |
| 2 | Пишут плохое обо мне в социальной сети «ВКонтакте», «Одноклассники» и др. | | | |
| 3 | Пишут неприятные вещи обо мне в чате «Viber», «WhatsApp» и др. | | | |
| 4 | Пишут неприятные СМС | | | |

Участники указывают, как часто в течение учебного года они пережили каждый из 4 случаев электронной виктимизации. Каждый пункт оценивается по трехбалльной шкале Лайкерта. Шкала 0 баллов = никогда, 1 балл = один раз и 2 балла = более одного раза (неоднократно).

Общие баллы виктимизации варьируются от возможных 0 до 48, с баллами по подшкале от 0 до 8. Более высокие баллы указывают на то, что ребенок подвергся большому количеству инцидентов со стороны сверстников.

Свой ответ учащиеся должны обозначить галочкой в соответствующей графе.

ПРИЛОЖЕНИЕ Б.

Методика на выявление «буллинг-структуры» (Е. Г. Норкина)

1. Среди одноклассников у меня много друзей:
 - а) да, я дружу со всеми;
 - б) у меня есть пару друзей;
 - в) нет, я ни с кем не дружу;
 - г) мне бы хотелось дружить со всеми.
2. Для меня важна внешность окружающих:
 - а) да, если человек мне не симпатичен, я не буду с ним общаться;
 - б) нет, главное, чтобы человек был интересен;
 - в) я сам страдаю из-за своей внешности;
 - г) конечно, если человек не обладает хорошей внешностью, он не заслуживает ничего хорошего.
3. В моем классе есть ребята, которые мне не приятны:
 - а) да, один или два;
 - б) нет, мне приятны все;
 - в) мне все не нравятся;
 - г) да, но они не приятны всем в классе.
4. Мне кажется, что мои одноклассники лучше меня:
 - а) да, во всем;
 - б) иногда;
 - в) нет, на меня все равняются;
 - г) нет, я не чувствую себя хуже других.
5. Если мой одноклассник пришел в очках:
 - а) буду общаться с ним так же как всегда;
 - б) буду смеяться над ним;
 - в) перестану с ним общаться;
 - г) буду общаться только тогда, когда не видят другие ребята.
6. У меня очень дружный класс:

- а) да мы очень дружны;
- б) нет, мы почти не общаемся;
- в) в основном да, если не считать некоторых;
- г) у нас есть ребята, которые всех «задирают».

7. Я часто испытываю чувство одиночества и тревоги:

- а) да;
- б) нет;
- в) иногда;
- г) часто.

8. Если при мне обижают одноклассника, я чувствую:

- а) облегчение, хорошо, что меня это не касается;
- б) несправедливость и заступаюсь за одноклассника;
- в) ничего не чувствую, наверняка он это заслужил;
- г) мне нет до этого никакого дела.

9. Я бы хотел проводить больше времени с одноклассниками:

- а) да, но это бывает редко;
- б) мы и так постоянно проводим свободное время вместе;
- в) нет, мне с ними не интересно;
- г) нет, потому что некоторые ребята все портят.

10. Мне кажется, что мои одноклассники не хотят со мной общаться:

- а) да это так и мне это неприятно;
- б) нет, со мной все дружат;
- в) да, но меня это устраивает;
- г) это я не хочу с ними общаться.

11. У нас в классе есть пару ребят, на которых все равняются:

- а) да, я думаю, что я один из них;
- б) да, но они этого не заслуживают;
- в) нет, у нас таких нет;
- г) да, я тоже на них равняюсь.

12. Когда меня ругают, я испытываю чувство гнева:

- а) да;
- б) нет;
- в) иногда;
- г) часто.

13. В нашем классе есть несколько ребят, которых все боятся:

- а) да, они всех унижают, а иногда и бьют;
- б) нет, у нас таких нет;
- в) я и сам из их числа — меня все боятся;
- г) конечно, так и должно быть, это нормально.

14. Мне бы хотелось учиться в другом классе или школе:

- а) да, мне не нравится наш коллектив;
- б) нет, меня все устраивает;
- в) иногда, после ссоры с одноклассниками;
- г) нет, а вдруг там будет хуже.

15. Мне кажется, что с помощью силы можно решить любую проблему:

- а) да это самый действенный способ;
- б) нет, лучше решать «мирным» путем;
- в) иногда без этого не обойтись;
- г) все зависит от обстоятельств и от людей.

16. В моем классе есть один (несколько) человек, с которыми никто не дружит

- а) да и мне их жаль;
- б) нет, мы все дружим;
- в) да, но они этого заслуживают;
- г) я сам из их числа.

17. Мне кажется, что в нашем классе часто происходят акты насилия (обзывания, насмешки, обидные жесты или действия):

- а) да, постоянно ссоры и драки;
- б) нет, у нас такого не бывает;

в) почти нет, если не считать пару случаев;

г) конечно, так и должно быть.

18. Если я увижу драку между одноклассниками, то я:

а) пройду мимо это меня не касается;

б) обязательно остановлюсь и посмотрю;

в) сниму это все на телефон, и после размещу в интернете, пусть все увидят;

г) попытаюсь остановить драку и выяснить в чем дело.

19. Мне кажется, что в коллективе меня недооценивают:

а) да;

б) нет;

в) иногда;

г) часто.

20. По - моему педагоги в школе унижают и оскорбляют учащихся:

а) да;

б) нет;

в) иногда;

г) часто.

21. Если бы мой класс был на корабле, я бы стал:

а) капитаном;

б) помощником капитана;

в) обычным матросом;

г) юнгой.

22. Если у человека изъяны во внешности (бородавки, косоглазие, ожирение и др.):

а) это повод для насмешек;

б) я с таким не буду общаться;

в) меня это не беспокоит, буду общаться;

г) не буду общаться, чтобы не уронить свою репутацию.

23. Если при мне кто -то подвергается насмешкам:

- а) я буду поступать так же как все;
- б) встану на его защиту;
- в) один из первых стану смеяться над ним;
- г) ничего делать не буду, меня это не касается.

24. Я часто огорчаюсь, когда не пользуюсь успехом в классе:

- а) да, для меня это очень важно;
- б) нет-мне все равно;
- в) я всегда пользуюсь успехом;
- г) нет, я никогда не был успешен в классе.

25. Я нуждаюсь в поддержке одноклассников:

- а) да;
- б) нет;
- в) иногда;
- г) часто.

Таблица Б.1 – Ключ

| № | Инициатор | Помощник | Защитник | Жертва | Наблюдатель |
|----|-----------|----------|----------|--------|-------------|
| 1 | А | Б | А | Б | Г |
| 2 | Г | А | Б | В | Б |
| 3 | Г | Г | Б | А | В |
| 4 | В | Г | В | Б | В |
| 5 | В | Б | А | А | Г |
| 6 | А | Б | Г | Г | Г |
| 7 | Б | В | Б | А | В |
| 8 | Г | В | Б | Г | А |
| 9 | Б | В | А | В | Г |
| 10 | Б | Г | Б | В | А |
| 11 | А | В | А | Б | Б |
| 12 | А | Г | В | В | Б |
| 14 | Б | б | В | Г | А |
| 15 | Г | А | Б | В | Г |
| 16 | Б | В | А | Г | В |
| 18 | Б | В | Г | А | Б |
| 19 | Б | А | Б | Г | В |
| 21 | А | Б | А | Г | В |
| 22 | Г | А | В | В | Г |
| 23 | А | В | Б | Г | А |
| 24 | В | А | Б | Г | Б |
| 25 | В | Г | Б | В | А |

За каждый совпавший ответ по отдельной шкале начисляется по баллу. Ответы на вопросы 13, 17 и 20 позволяет узнать о наличии насилия в классе как со стороны учеников, так и педагогов. А также о предрасположенности учащихся к определённой роли при появлении буллинг-структуры.

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Опросник для преподавателей

1. Вы знаете, что такое кибербуллинг?
2. Какие формы кибербуллинга Вы можете назвать?
3. Какие последствия могут возникнуть у жертв кибербуллинга?
4. Как Вы воспринимаете посты в социальных сетях, призывающие к насилию или ущемлению прав человека?
5. Знакомы ли Вы с понятием "троллинг" и как Вы относитесь к этому явлению?
6. Как Вы думаете, можно ли уберечься от кибербуллинга?
7. Какие методы предупреждения в вопросе кибербуллинга Вы применяете в своей работе?
8. Как Вы считаете, в вашей школе имеет место факт «травли» в сети среди школьников?
9. Знаете ли Вы, какой законодательный акт устанавливает ответственность за кибербуллинг в Российской Федерации?
10. Знаете ли Вы, какие действия можно совершить в случае, если вы стали жертвой кибербуллинга?
11. Как Вы думаете, нужны ли дополнительные уроки в школах для пропаганды знаний о кибербуллинге?
12. Какой ответственностью должен обладать учитель в случае, если он выявил факт кибербуллинга в классе?
13. Знаете ли Вы, каким образом можно уменьшить риски превратиться в объект кибербуллинга?
14. Как можно различить насмешку от буллинга, поскольку в толерантном обществе нередко насмешки широко распространены?
15. Имеются ли у вас программа превенции или профилактики кибербуллинга?

ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Упражнение «Рука безопасности»

Цель: предоставить ученикам простые инструкции, как выбрать и запомнить, к кому из близких взрослых они могут обратиться в случае какой-либо угрозы.

Описание. Ученик рисует и раскрашивает предварительно распечатанную фигуру так, чтобы она была максимально похожа на него. Он обводит свою руку в свободном пространстве. После тщательного обдумывания он пишет на каждом из своих пальцев имена пяти взрослых, которым он доверяет и которым он может без страха довериться, если почувствует угрозу по какой-либо причине (один из его одноклассников угрожает ему, кто-то шлет ему неприятные текстовые сообщения, электронные письма), кто-то издевается над ним, прячет вещи, берет деньги и т.д.). Затем он выбирает три контакта в соответствующем порядке доверия. Необходимо сделать так, чтобы учащиеся поняли, что, если один из лиц отсутствует, не слушает или не доверяет ему в данном вопросе, учащийся должен обратиться к следующему лицу, пока не найдет того, кто поможет. Затем ученик украшает эти три выбранных пальца (представляющих приоритетных лиц) кольцами. В ходе деятельности уместно обсудить, почему необходимо иметь надежного человека, почему необходимо обращаться к нему в случае опасности, почему важно уметь просить о помощи.

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

Упражнение «Я как жертва»

Цель: Воспитание способности сопереживать опыту жертвы, осознавать глубину психологического, физического и социального воздействия кибербуллинга на жертву.

Описание. Ученик рисует и раскрашивает предварительно распечатанную фигуру так, чтобы она была максимально похожа на него. Рисует и раскрашивает по собственной фантазии, в которой представляет себя в роли жертвы кибербуллинга. Он пишет в пузыре, как бы он чувствовал себя жертвой кибербуллинга, мы ориентируемся на переживания, т.е. на самые реалистичные чувства. Кроме того, в пузырь можно записывать мысли ученика (жертвы) и сообщения его обидчикам или взрослым из окружения ученика. Количество пузырей может быть определено учеником по количеству его утверждений. В конце всегда есть толкование нескольких чувств, мыслей, посланий хулиганам или взрослым.

ПРИЛОЖЕНИЕ Е

Упражнение «Работа с чувствами злости и гнева»

Цель: Выражение этих чувств в метафорической, изобразительной форме. Это служит основой для развития навыков управления своим гневом.

Описание. Примите удобную позу, расслабьтесь. закройте глаза. Сделайте глубокий вдох и медленный выдох. Вспомните ситуацию, когда вы злились и/или испытывали гнев.

- Представьте как выглядит Ваш гнев?
- Какого он цвета?
- Какой он формы?
- Какой у него размер?
- Какой он на ощупь?

Теперь откройте глаза и нарисуйте свой гнев. Используйте цвета, которые ассоциируются у Вас с этим чувством. Рисуйте до тех пор, пока не почувствуете облегчение. После завершения работы, повесьте ее на стену или поставьте перед собой. Важно, чтобы работа была в вертикальном положении.

- Что Вы чувствовали когда рисовали?
- Что чувствуете сейчас, глядя на готовую работу?
- Если бы Ваш рисунок умел говорить, чтобы он Вам сказал?
- Хочется ли как-то дополнить работу?
- Если есть желание дополнить/дорисовать, то это необходимо сделать.
- Посмотрите на готовую работу, в вертикальном положении, еще раз. Внимательно прислушайтесь к себе.
- Какие чувства она вызывает у Вас сейчас?
- Что хочется сделать с рисунком?

Сделайте с ним именно то, что хочется в данный момент.

ПРИЛОЖЕНИЕ Ж

Упражнение «Кому отправить сообщение»

Цель: осознание переживаемых эмоций и их проявлений. Думать о том, как мы определенным образом реагируем на эмоции, особенно при общении. Ответственность за свои действия, особенно при использовании современных коммуникационных технологий.

Ход работы:

Учащиеся выбирают, какой силуэт изображает хорошего, доброго одноклассника, какой счастливый, а какой злой. Применяется правило индивидуального выбора в соответствии с собственной фантазией.

На другой стороне бумаги пишут сообщения/сообщения фиктивным одноклассникам. Учащиеся рефлексировать реакции на чужие эмоции и их проявления в общении.

Рисуем ответ на следующие вопросы:

Как мы можем реагировать, когда кто-то злится?

Как мы обычно реагируем, когда кто-то счастлив?

Как мы реагируем, когда кто-то добр к нам?

Обсуждение с педагогом-психологом.

Какой рисунок нам больше не хочется видеть? В каких он цветах?
Наполнен какими эмоциями и почему?

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Упражнение «Рисуем музыку»

Цель: избавление обучающихся от чувства тревожности посредством возникновения цветовой визуализации через эмоциональное восприятие музыкального настроения.

Ход занятия.

Обучающимся включают классическую музыку.

Прослушав музыку, уточните какие чувства она вызывает у ребят, какой цвет, по их мнению, может изображать такие чувства. Какие движения характерны для такой музыки. Дети могут подвигаться под музыку или подвигать кистями в воздухе. Эти простые упражнения предадут им уверенности.

Во время работы обязательно хвалите детей и поддерживайте их, чтобы стимулировать поток ассоциаций, рожденных музыкой. Все ассоциативные упражнения достаточно трудны для детей, но они очень хорошо развивают их воображение и абстрактное мышление. Кроме того, такие задания способствуют развитию внимания, также ими можно заинтересовать и гиперактивных детей. Есть еще один важный момент: такие упражнения обучают детей слушать и воспринимать музыку, а также прислушиваться к своим чувствам и иллюстрировать их при помощи цвета и линии.

После окончания рисования работы обсуждаются. Похожими или разными они получились, какие чувства вызвала музыка, какие цвета, линии и формы были использованы для её изображения. Изменилось ли настроение ребят после выполнения задания.

ПРИЛОЖЕНИЕ И

Упражнение «Я в обществе»

Цель тренинга: осознания своей личности в социуме. Формирование адекватного поведенческого стереотипа.

Ход занятия.

Участникам предлагается нарисовать рисунок на тему: «Я в обществе»

Вопросы для обсуждения:

- 1) Как вам было выполнять это задание?
- 2) Представьте свой рисунок
- 3) Какие цвета вы использовали, что они для вас значат?

Далее детям предлагается представить совершенное общество, где все рады друг другу, помогают, дружат. И предлагается нарисовать рисунок на ту же тему, только теперь «Я в совершенном обществе».

Анализируются два рисунка.

ПРИЛОЖЕНИЕ К

Упражнение «Творческий мусор»

Цель: избавиться от негативных установок, плохих мыслей посредством творчества.

Ход занятия.

Собирается группа из 6 человек вместе и обсуждаются ситуации, которые когда-то вызвали неприятные эмоции. Или что расстраивает в общении с этими ребятами (говорить про ситуации, а не про конкретных людей). Например: "Меня расстраивает, что мы ссоримся, не можем вместе играть"

Так по кругу высказывается каждый член группы.

Инструкции:

1) нарисовать предметы, которые олицетворяют те неприятные воспоминания/чувства.

2) каждый член команды рисует свои ассоциации после чего рассказывает об этом.

3) Далее сообщите, что в вашей команде царит взаимопонимание, и вы не позволите старым обидам мешать. И предложите избавиться от негатива, скомкав и выбросив рисунки.

ПРИЛОЖЕНИЕ Л

Упражнение «Открытка себе»

Цель: помочь ученикам повысить уверенность в себе и свою самооценку.

Ход занятия.

На чистом листе можете поместить все, что вам хочется. Создайте такую открытку, которую хотели бы отправить себе.

Разместите на ней образы, слова, цитаты – что угодно, что будет вас поддерживать, вдохновлять и мотивировать. А может, это будет послание, которое вам очень важно передать себе.

На работу потребуется 30-35 минут. Попробуйте проживать состояния, которые будут возникать при соприкосновении с этой работой. Подумайте и выберите, что бы вам хотелось разместить на открытке. Можно использовать разные материалы. Постарайтесь погрузиться и получить удовольствие от творческого процесса, который с вами будет происходить.

После того, как закончите, попробуйте ответить на вопрос: насколько вам легко было делать эту открытку?

Даже если поначалу будет трудно творить и проявлять чувства к себе, то после нескольких попыток вы ощутите, что с каждым разом процесс дается легче, а уверенность в себе и своих силах возрастает.

В конце упражнения эмоции и чувства обсуждаются с педагогом-психологом.