



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО И КОРРЕКЦИОННОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
КАФЕДРА ТЕОРИИ, МЕТОДИКИ И МЕНЕДЖМЕНТА НАЧАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**Работа педагога-психолога с семьёй по профилактике кибербуллинга в
начальной школе**

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

**Направленность программы магистратуры
«Психолого-педагогическое сопровождение семьи»
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:

81,01 % авторского текста
Работа рекомендована к защите

« 16 » января 20 26 г.

зав. кафедрой ТМиМНО

Волчегорская Евгения Юрьевна

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-321-207-2-1

Иванова Наталья Владимировна

Научный руководитель:

канд. пед. наук, доцент

Жукова Марина Владимировна

Челябинск

2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава I. Теоретические аспекты работы с семьёй по профилактике кибербуллинга в начальной школе.....	9
1.1. Аддиктивное поведение как психологический феномен.....	9
1.2. Сущность понятия буллинга, кибербуллинга, особенности его проявления в младшем школьном возрасте.....	15
1.3. Направления деятельности педагога-психолога с семьёй по профилактике кибербуллинга в младшем школьном возрасте.....	21
Выводы по первой главе.....	29
Глава II. Организация исследовательской работы по профилактике кибербуллинга в начальной школе.....	34
2.1. Организация и ход исследования младших школьников по профилактике кибербуллинга.....	34
2.2. Анализ результатов исследования.....	39
2.3. Программа работы педагога-психолога с семьёй по профилактике кибербуллинга в начальной школе и мероприятия по её продвижению.....	43
Выводы по второй главе.....	54
Заключение.....	57
Глоссарий.....	63
Список используемых источников.....	66
Приложение.....	75

ВВЕДЕНИЕ

В современном мире одним из основных процессов является глобализация. Благодаря развитию коммуникаций формируется всемирное информационное пространство, которое сопровождается глобальными проблемами. Существуют различные аспекты актуальных проблем, среди которых особую значимость приобретают политические, экономические и демографические аспекты. Однако, существует категория проблем, характеризующихся меньшей степенью очевидности. В рамках данной работы рассматривается проблема, относящаяся к категории менее очевидных.

Проблема кибербуллинга становится все более актуальной и часто приводит к трагическим последствиям. Дети, подвергающиеся кибербуллингу, сталкиваются с негативными последствиями: снижение самооценки, депрессии, тревожности, проблемы со сном и питанием, а иногда даже мысли о сознательном лишении себя жизни. Для борьбы с подобной проблемой необходим комплексный подход, включающий в себя профилактику, реагирование на проблему и поддержку. Важно обучать детей распознавать и противостоять кибербуллингу, а также поддерживать тех, кто стал жертвой. Взрослые, а особенно родители, должны быть информированы о проблеме кибербуллинга и уметь распознавать признаки того, что ребёнок подвергается этому. Школы должны иметь чёткую тактику в отношении кибербуллинга и принимать меры для его предотвращения. Важно также привлекать к ответственности тех, кто занимается кибербуллингом. Борьба с кибербуллингом – это задача, в которой должны принять участие все стороны: дети, родители, психологи, образовательные учреждения, правоохранительные органы. Только объединив свои усилия, мы сможем создать безопасную и поддерживающую среду для детей в сети Интернет.

Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) начального общего образования (НОО) содержит требования к развитию навыков цифровой компетентности у обучающихся начальной школы.

К примеру, выпускники начальной школы должны уметь использовать различные способы поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета, а также приобретение первоначальных представлений о компьютерной грамотности [59].

Важно отметить, что в России действует «Концепция информационной безопасности детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 2 декабря 2015 года N 2471-р», которая признает важнейшей задачей – налаживание согласованного взаимодействия семьи, главного института социализации и воспитания детей, с государством и всеми элементами современного медиарынка: производителями и распространителями контента, психолого-педагогическими экспертными сообществами и экспертными сообществами в области художественного образования. Только тесное сотрудничество всех участников медиаиндустрии позволит построить эффективную систему регулирования потребления информационной продукции, максимально безопасную для психического и физического развития и здоровья подрастающего поколения [52].

Концепция кибербуллинга впервые сформулирована Б. Белси, который определил её как агрессивные действия, повторяющиеся во времени и осуществляемые с применением цифровых технологий для нанесения ущерба отдельным лицам или группам лиц.

В дальнейшем исследователи, в частности Е. А. Башмакова, Е. А. Дегтярев и Д. Н. Солдатов, сосредоточились на выявлении причин

кибербуллинга. Параллельно А. А. Бочавер, Н. В. Горлова, К. Д. Хломов, а также зарубежные коллеги, такие как Л. Бекман, К. Хагквист, Л. Хелльстрем, П. С. Евангелио, А. Герциг, Л. А. Фрумкин и Дж. Ван, изучали специфику травли в современном технологическом пространстве. Изучение кибербуллинга, его комплекс, задачи действующих лиц и предпосылок возникновения, представленное в работах (работы Е. А. Башмаковой, Е. Ю. Волчегорской, Е. А. Дегтярева, М. В. Жуковой, А. А. Королёва, Д. Н. Солдатова, Г. У. Солдатовой, Е. В. Фроловой, К. И. Шишкиной), легло в основу ключевых принципов разработки профилактических мероприятий для образовательных учреждений и создания диагностического инструментария для установления подобного явления (И. С. Буракова, Н. А. Перепёлкина, Е. И. Пилюгина, Д. Е. Щипанова, Т. Юнгерт и др.).

Актуальность проблемы, степень её разработанности позволили сформулировать значимость нашего исследования на двух уровнях:

- *на социальном уровне* актуальность исследования обусловлена необходимостью предупреждения ситуаций травли младших школьников в цифровом пространстве, как условие формирования психологически комфортной и безопасной образовательной среды.

- *на практическом уровне* необходимостью обогащения спектра методических материалов для работы педагога-психолога с семьей, направленных на профилактику кибербуллинга в начальной школе.

Проблема исследования: каковы основные направления и методы работы педагога-психолога с семьей по профилактике кибербуллинга в начальной школе?

Выявленные актуальность и проблема исследования позволили сформулировать *тему:* «Работа педагога-психолога с семьей по профилактике кибербуллинга в начальной школе».

Цель исследования: теоретически обосновать содержание, эмпирическим путем доказать необходимость и сконструировать программу

работы педагога-психолога с семьей по профилактике кибербуллинга в начальной школе и дорожную карту её реализации.

Объект исследования: профилактика кибербуллинга в начальной школе.

Предмет исследования: содержание работы педагога-психолога с семьей, направленная на профилактику кибербуллинга в начальной школе.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть аддиктивное поведение как психологический феномен.
2. Изучить особенности проявления кибербуллинга в младшем школьном возрасте.
3. Проанализировать направления деятельности педагога-психолога с семьей по профилактике кибербуллинга в младшем школьном возрасте.
4. Проанализировать существующий опыт работы с семьей по профилактике кибербуллинга в начальной школе.
5. Разработать программу деятельности педагога-психолога с семьей по профилактике кибербуллинга в начальной школе и дорожную карту её реализации.

Методологическая основа исследования:

- системный подход, позволивший раскрыть целостность феномена кибербуллинга и рассмотреть данный вид буллинга как психосоциальное явление современного общества;
- аксиологический подход, направленный на формирование мировоззренческих представлений об общечеловеческих и личностных ценностях, здоровом образе жизни;
- личностно-ориентированный подход, позволивший определить возможность разработки основных направлений профилактической работы с учётом личностных характеристик младших школьников.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования программы в работе педагога-психолога с семьей

по профилактике кибербуллинга в начальной школе, дополнительном образовании, психологических центрах.

База исследования: наше исследование проходило на базе школы г. Челябинска. В исследовании принимали участие обучающиеся 4 «Б» класса в количестве 23 человек, педагог образовательной организации в количестве 1 человека.

Методы исследования:

- ~ теоретические (анализ психолого-педагогической и методической литературы, моделирование);
- ~ эмпирические (анкетирование, интервью, наблюдение);
- ~ методы обработки и интерпретации результатов.

Апробация исследования:

- ~ путем публикации результатов исследования:
 1. Иванова Н. В. Взаимодействие с семьёй на этапе формирования лидерских качеств ребёнка в процессе реализации программы «Орлята России» / Н. В. Иванова // Педагогический альманах : сборник публикаций. – 2026. – Вып. № 02.1. – URL: <https://www.pedalmanac.ru/collection/02.1-2026> (дата обращения: 12.01.2026). – ISSN 2712-8792.
 2. Иванова Н. В. Работа педагога-психолога по профилактике зависимости от компьютерных игр у младших школьников / Н. В. Иванова // Сборник. – Челябинск: АБРИС, 2025. – Ч. 2. – 561 с. – ISBN 978-5-91744-185-6.
 3. Иванова Н. В. Формирование неприятия любых форм поведения, направленных на причинение морального вреда людям, в рамках реализации программы «Орлята России» роль родительского сообщества / Н. В. Иванова // Педагогический альманах: сборник публикаций. – 2026. – Вып. № 02.1. – URL: <https://www.pedalmanac.ru/collection/02.1-2026> (дата обращения: 12.01.2026). – ISSN 2712-8792.

- путём выступления на конференциях:

1. Участие во Всероссийской научно-практической конференции «Орлята России: траектория развития воспитательной работы в начальной школе», 2024. Тема доклада: «Взаимодействие с семьёй на этапе формирования лидерских качеств ребёнка в процессе реализации программы «Орлята России»».

2. Участие в I Всероссийской студенческой научно-практической конференции «Орлята России: траектории развития социальной активности младших школьников», 2024. Тема доклада: «Формирование неприятия любых форм поведения, направленных на причинение морального вреда людям, в рамках реализации программы «Орлята России»: роль родительского сообщества».

3. Участие в I Международной научно-практической конференции «Образование без границ: проблемы, решения, перспективы», 2025. Тема доклада: «Работа педагога-психолога по профилактике зависимости от компьютерных игр у младших школьников».

Структура исследования: включает в себя введение, две основные главы, выводы по каждой из глав, заключение, список использованных источников и приложения. В тексте работы представлены 2 рисунка и 5 таблиц. Общее количество приложений составляет 3. Библиографический список содержит 67 источника.

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАБОТЫ С СЕМЬЕЙ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КИБЕРБУЛЛИНГА В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

1.1. Аддиктивное поведение как психологический феномен

Истоки понятия «аддикция» уходят в Древний Рим, где надпись «*Ad Dictum*» («Уже продан, лишен прав и воли») на груди рабов отражала их полную подчиненность. Современный английский термин «*Addiktive*» описывает пагубную привычку или сильное пристрастие. В последние десятилетия активно изучаются феноменологические аспекты поведенческих аддикций.

В России систематизацией и клинико-феноменологическим анализом аддиктивных форм поведения занимался Ц. П. Короленко, представив свои результаты к 2001 году. Аддиктивное поведение трактуется как способ ухода от реальности и изменения психического состояния, являющийся одной из форм отклоняющегося поведения. В психологической науке России понятие «аддиктивное поведение» имеет широкую известность благодаря авторам А. Е. Личко и В. С. Битенского. Они акцентировали внимание на то, что у людей, проявляющих тягу к психоактивным веществам, доминируют поведенческие отклонения, а не явные клинические проявления заболевания.

С. А. Кулаков и С. Б. Вайсов, в свою очередь, выявляют аддиктивное поведение у людей как форму дезадаптации, проявляющуюся в немедицинском употреблении психоактивных веществ при отсутствии четко выраженной зависимости, сопровождаемом различными поведенческими отклонениями.

Ц. П. Короленко и Н. В. Дмитриева рассматривают аддиктивное поведение следующим понятием: «один из типов девиантного (отклоняющегося) поведения с формированием стремления к уходу от реальности путём искусственного изменения своего психического состояния посредством приёма некоторых веществ или постоянной фиксации

внимания на определенных видах деятельности с целью развития и поддержания интенсивных эмоций» [33, с. 10].

Для комплексного понимания и эффективного преодоления аддиктивного поведения требуется междисциплинарный подход, предполагающий тесное сотрудничество специалистов из областей медицины, биологии, психологии, философии, педагогики и других смежных дисциплин [51].

Выявление истинных причин аддиктивного поведения требует комплексного подхода, учитывающего множество взаимосвязанных факторов. Среди них выделяются:

- ~ социальные: общая нестабильность в обществе и лёгкость получения психоактивных веществ;

- ~ социально-психологические: высокий уровень тревожности в обществе, а также дефицит мест для организации досуга детей и подростков;

- ~ социально-культурные: значительное влияние медиапространства (интернет, реклама, СМИ);

- ~ социально-экономические: проблемы с занятостью, финансовая незащищенность и особенности трудовых отношений;

- ~ культурно-воспитательные: дисфункциональные семейные отношения (неполные семьи, эмоциональная отстраненность), трудности адаптации в школе и отсутствие мотивации к обучению;

- ~ психологические: личностная незрелость и низкая стрессоустойчивость в конфликтных ситуациях;

- ~ биологические: врожденные особенности или приобретённые нарушения в работе организма.

Характеристики человека, подверженного аддиктивному поведению:

- 1) человек теряет контроль над собой в период девиантного поведения, становясь пленником своей зависимости;

- 2) даже осознавая вред, который наносит своему организму, человек не способен прекратить подобное поведение;

3) как правило, аддиктивная личность испытывает раздражение, беспокойство или даже депрессию.

Школьный возраст является периодом повышенной уязвимости к развитию аддиктивного поведения. Это связано с рядом психологических особенностей, характерных для данного возраста.

1. Повышенная потребность в признании. Обучающиеся стремятся утвердить себя в глазах сверстников и часто готовы идти на риск ради авторитета.

2. Неустойчивость эмоциональной сферы. Школьники часто испытывают перепады настроения и склонны к импульсивным поступкам.

3. Несформированность механизмов саморегуляции. Дети не в полной мере владеют навыками контроля над своими импульсами и эмоциями.

4. Стремление к новизне и экспериментированию. Ученики склонны к рискованному поведению и поиску новых ощущений.

Наличие этих факторов риска в сочетании с негативными жизненными обстоятельствами, может значительно повысить вероятность развития аддиктивного поведения.

Для эффективной профилактики отклоняющегося поведения важно учитывать предпосылки его возникновения. Г. И. Григорьев обозначает ряд подобных источников, включающих в себя:

- ~ биологические факторы (генетическая предрасположенность);
- ~ социальные факторы (разрешительное отношение к аддиктивному поведению в обществе);
- ~ психологические факторы (обусловленные травмами головного мозга и стрессовыми ситуациями, провоцирующими попытки поиска обходных путей).

В младшем школьном возрасте фундаментальным фактором, обуславливающим формирование зависимого поведения, выступает социальное окружение ребёнка. Социокультурный контекст

в целом оказывает существенное воздействие на становление личности, определяя возможности самовыражения и социальную роль, так как дети младшего возраста склонны к подражанию взрослым.

Вторым ключевым фактором является наследственность. Безусловно, влияние наследственности представляет собой ещё один значимый фактор в контексте рассматриваемой проблемы. Дети, воспитывающиеся в семейной среде, подверженной различным формам зависимого поведения, демонстрируют повышенную предрасположенность к девиантным шаблонам. Однако, важно подчеркнуть, что наличие наследственной предрасположенности не всегда является безусловным фактором, и в ряде случаев наблюдаются отступления от подобной закономерности.

Третьим существенным фактором возникновения склонности к зависимостям является стресс. Образовательная организация является одной из главных стрессовых сред для детей. Переход из дошкольной среды в начальную школу означает для ребёнка новый этап развития, связанный с множественными адаптационными стрессами. В особенности это актуально для детей, не получивших адекватной подготовки к школе, что, в свою очередь, может существенно осложнить процесс их интеграции в образовательную среду.

Выделяют ряд характерных психологических черт у людей, склонных к формированию зависимостей:

- ~ отчуждённость,
- ~ впечатлительность,
- ~ отзывчивость,
- ~ восприимчивость,
- ~ эмоциональная нестабильность,
- ~ одержимость,
- ~ потребность к положительным эмоциям.

Рассмотрим совокупность индивидуальных особенностей, наблюдаемых у людей, подверженных к формированию аддиктивного

поведения. Важно акцентировать на том, что подобные черты могут возникать в различной степени и не являются полностью адаптированными для всех зависимых.

Инфантильность. Определяется как незрелость личности. Выражается как поведенческий паттерн, не соответствующий возрастному уровню и социальным нормам. Инфантильные индивидуумы привержены к беспечности, халатности, а также тяге к развлечениям. Психологически незрелые люди сосредоточены на личных желаниях, могут быть капризными и эмоциональными, а также легко погружаются в приятную деятельность, игнорируя время и ресурсы. В условиях ограничений они склонны обвинять социум и демонстрировать капризное поведение.

Алекситимия. Характеризуется как проблема с осознанием эмоций и чувств. Проявляется как нарушение связи с собственными чувствами и эмоциями. Эмоционально глухой человек испытывает трудности в идентификации и описании чувств, как своих, так и чужих. Ему сложно различать эмоциональные и телесные ощущения, он концентрируется на внешних событиях, игнорируя внутренний мир. В мышлении такого человека преобладает утилитарно-логический подход с недостатком эмоциональных реакций, что приводит к примитивности целеполагания и слаборазвитой рефлексии.

Конформность. Выражается в гипертрофированной готовности к адаптации к окружающей среде. Возникает в результате инфантильности, страха и низкой самооценке. Конформисты легко поддаются внешнему влиянию, выраженному во мнениях и желаниях других, и, боясь ответственности, покорно приспособливаются к ним. Они часто подражают поведению окружающих и принимают их идеи как свои собственные, не подвергая их критическому анализу.

Тревожность. Отличается от страха фоновым характером, представляя собой устоявшуюся черту личности. Тревожность порождает состояние

напряжения, стабильной осторожности и подозрительности, заставляя мнительного человека постоянно искать поводы для беспокойства.

Эгоцентризм. Приемлемый этап развития для детей младшего возраста, но в случае с зависимыми взрослыми он приобретает неадаптивную установку. Проявляется в фиксации на собственных желаниях, потребностях и переживаниях. Эгоцентрист считает свои взгляды безусловно правильные, не подвергает сомнению свои убеждения и игнорирует чувства, желания и интересы других.

Непоследовательное мышление. Ограничивает возможность к анализу собственных ресурсов, сопоставлению их с потребностями и планированию своих действий.

Мечтательность. У лиц, страдающих аддиктивными расстройствами, часто отмечается выраженная склонность к формированию сложных фантазийных конструкций. Уходя в мир иллюзий и фантазий, индивид таким образом избегает тревоги, страха и неуверенности. Иллюзорный мир обретает для него большую значимость, чем реальный, в результате чего аддиктивная личность всё больше замыкается в фантазиях, игнорируя объективную действительность.

Нетерпеливость. Выражается в стремлении максимально быстро решить проблемы с минимальными энергозатратами. Порывистые люди часто прибегают к радикальным решениям, не оценивая их последствия и соответствие реальности.

Максимализм. Проявляется в предрасположенности в крайностях в суждениях, требованиях и эмоциональных переживаниях, что дестабилизирует эмоциональную устойчивость и лишает ощущения безопасности.

Ригидность. Определяется психологической негибкостью, трудностях в изменении привычных моделей поведения, реакций и мышления. Подобные индивиды с трудом меняют своё отношение к изменяющемуся социуму,

материальным вещам, а также к своим привычным действиям в повседневной жизни.

Семья играет ключевую роль в формировании личности ребёнка и его поведенческих шаблонах. Семейные факторы: стиль воспитания, качество взаимоотношений между членами семьи и наличие аддиктивных моделей поведения, могут значительно влиять на формирование склонности к зависимостям.

В особенности авторитарный или гиперопекающий стиль воспитания, характеризующийся отсутствием эмоциональной поддержки и ограничением самостоятельности ребёнка, может способствовать формированию чувства неполноценности и потребности в компенсации, что в свою очередь может привести к развитию аддикций. Неблагоприятная семейная обстановка, характеризующаяся конфликтами, насилием и злоупотреблением психоактивными веществами, также является значимым фактором риска.

Исследование связи между зависимостями и кибербуллингом необходимо для создания действенных мер предотвращения подобных явлений. Люди с признаками интернет-зависимости, в особенности те, кто чрезмерно увлечён социальными сетями и сетевыми играми, рискуют оказаться как жертвами, так и участниками кибербуллинга.

1.2. Сущность понятия буллинга, кибербуллинга, особенности его проявления в младшем школьном возрасте

Существует множество количеств трактований у термина «буллинг». А. А. Бочавер интерпретировал данное слово таким образом: «Буллинг – это целенаправленное систематически повторяющееся агрессивное поведение, включающего неравенство власти или силы» [8, с. 2].

Период обучения в начальной школе – это время интенсивного социального становления ребенка, когда он приобретает умения общаться со сверстниками и осваивает правила поведения в обществе. В данный период

дети ещё не имеют достаточного опыта и навыков для конструктивного решения проблем и защиты от агрессивного воздействия.

Травля среди младших школьников может нести следующий характер:

1. *Импульсивность.* Травля в начальной школе нередко возникает спонтанно, а также может быть спровоцирована мелочами.

2. *Отсутствия понимания причинно-следственной связи.* Обучающиеся могут не до конца понимать последствий своих поступков.

3. *Зависимость от мнения авторитетных одноклассников.* Травлю инициирует лидер класса, которому поддаются остальные дети.

4. *Низкий уровень информированности о травле.* Младшие школьники зачастую не распознают проявления буллинга и не знают последующих действий.

Относительно недавно, примерно с середины 1990 г., когда Интернетом стали массово пользоваться, появился термин «кибербуллинг» с целью описать онлайн-травлю. Е. С. Ефимова определяет кибербуллинг как: «преследование электронными сообщениями, которые оскорбляют, унижают, запугивают получателя при помощи интернет-сервисов».

А. И. Черкасенко под кибербуллингом определяет: «сознательные, умышленные враждебные действия против жертвы, систематически происходящие с применением современных электронных ресурсов (виртуальный террор, психологическое давление ради развлечения, шутки и пр.)» [1, с. 15].

Кибербуллинг может реализоваться с помощью применения всевозможных цифровых средств, а именно таких как мобильные телефоны, электронная почта, интернет-платформы, социальные сети, блоги и чаты, с целью преследования, распространения личной информации, слухов, дискредитирующих или оскорбительных высказываний в адрес конкретного человека.

Согласно классификации К. Кириаку и А. Зуин, кибербуллинг проявляется в следующих основных формах [30]:

- 1) флейминг: агрессивные, оскорбительные выпады в виде гневных сообщений, распространяемых онлайн;
- 2) онлайн-домогательство: систематическая отправка обидных сообщений через электронную почту или через службу коротких сообщений;
- 3) киберпреследование: домогательство, которое включает в себя онлайн-угрозы причинения ущерба имуществу или здоровью;
- 4) клевета (троллинг): распространение ложных сведений о человеке посредством онлайн-публикаций или личных сообщений;
- 5) пранкерство: создание вымышленных аккаунтов для публикации материалов, выставяющих жертву в негативном свете;
- 6) разглашение конфиденциальной информации: публикация или рассылка личных данных, которые могут смутить или навредить жертве.

Пользователей, распространяющих информацию в сети, необходимо разделить на следующие категории:

- 1) буллеры – пользователи, активно публикующие контент с негативными целями;
- 2) агрессоры – пользователи, однократно отправляющие оскорбительные сообщения;
- 3) спамеры – пользователи, распространяющие рекламу или фишинговые (поддельные) ссылки для кражи паролей;
- 4) обычные пользователи – пользователи, не преследующие вышеперечисленные цели.

Кибербуллинг имеет ряд особенностей, отличающих его от буллинга.

1. Анонимность. Кибербуллинг часто реализуется анонимно, что позволяет агрессору избежать ответственности за свои действия и усиливает чувство безнаказанности.

2. Распространение. Информация, размещенная в интернете, может распространяться очень быстро и охватывать широкую аудиторию.

3. Круглосуточная доступность. Кибербуллинг может происходить в любое время суток, что не позволяет избежать травли даже вне школы.

4. Отсутствие физического контакта. Кибербуллинг не предполагает физического контакта между агрессором и жертвой, что может снижать чувство вины у агрессора и усиливать чувство беспомощности у жертвы.

Родителям, обеспокоенным возможной подверженностью ребёнка кибербуллингу, следует уделить особое внимание мониторингу изменений в его социальной и школьной жизни, а также тщательно отслеживать любые изменения в его эмоциональном состоянии и поведении. При необходимости рекомендуется обратиться за консультацией к специалистам.

На возникновение буллинга и кибербуллинга в начальной школе влияют различные факторы.

Индивидуальные факторы.

1. Агрессивность. Дети с высоким уровнем агрессивности и низкой эмпатией более склонны к проявлению травли.
2. Низкая самооценка. Дети с низкой самооценкой и чувством незащищенности могут стать жертвами буллеров и кибербуллеров.
3. Отсутствие социальных навыков. Дети, испытывающие трудности в общении и установлении контактов со сверстниками.

Семейные факторы.

1. Неблагополучная семейная среда. Конфликты, злоупотребление психоактивными веществами, размытые границы, насилие (как физическое, так и психологическое) повышают риск вовлечения ребёнка в буллинг и кибербуллинг.
2. Неподходящий стиль воспитания. Авторитарный или попустительский стиль воспитания, отсутствие эмоциональной поддержки, жёсткие границы, контроль способствуют развитию агрессивного поведения или возникновению чувства беспомощности.
3. Пример агрессивного поведения в семье. Копирования модели поведения взрослых детьми, в частности за проявлением гнева и раздражения между родителями или по отношению к окружающим людям.

Школьные факторы.

1. Недостаточная организация профилактической работы. Отсутствие чётких инструкций в подобных ситуациях, неэффективная система наказаний за агрессивное поведение, недостаточная информативность педагогов о проблеме травли.

2. Негативный климат в классе. Обстановка соперничества, конкуренции, отсутствия сотрудничества и поддержки, агрессивность среди одноклассников.

3. Недостаточное внимание к индивидуальным потребностям обучающихся. Несвоевременная диагностика проблем в учёбе и социализации у детей, нуждающихся в поддержке.

Кибербуллинг подразумевает различные формы, включая троллинг, моббинг, преследование или любые другие формы оскорблений в Интернете.

Примеры кибербуллинга, с которыми может столкнуться ребёнок:

- ~ распространение слухов и сплетен,
- ~ письма с запугиванием,
- ~ моббинг,
- ~ домогательства,
- ~ шантаж,
- ~ публикация неловких или унижительных изображений или видео без вашего согласия,
- ~ публикация личных данных (адрес, номер телефона, данные паспорта) в Интернете без вашего согласия,
- ~ общие издевательства или преследование,
- ~ груминг (заманивание или подстрекательство к самоповреждению или совершению преступления в Интернете),
- ~ кража личных данных,
- ~ использование игровых сайтов для запугивания,
- ~ кража, мошенничество или обман через Интернет,
- ~ угроза ребёнку или его семье.

Интернет травля среди младших школьников может нести следующий характер:

1. *Низкая цифровая грамотность.* Младшие школьники часто не обладают достаточными навыками безопасного использования интернета и могут не знать, как защитить себя.

2. *Доверчивость.* Некоторые обучающиеся доверчивы и могут стать жертвами обмана и манипуляций в интернете.

3. *Отсутствие контроля.* Дети часто используют интернет без должного контроля со стороны взрослых, что увеличивает риск вовлечения в кибербуллинг.

4. *Стыд и страх.* Жертвы кибербуллинга в начальной школе часто испытывают стыд и страх сообщить о случившемся взрослым, что делает подобную проблему ещё более скрытой и сложной.

Кибербуллы не ограничены географическим положением, поэтому любой человек, у которого есть доступ к Интернету, может стать жертвой.

Буллинг и кибербуллинг негативно влияют на всех участников образовательного процесса.

Последствия для пострадавших от буллинга и кибербуллинга.

1. Психологические проблемы: депрессия, тревожность, низкая самооценка, нарушения сна и аппетита, посттравматическое стрессовое расстройство, апатия, уныние.

2. Социальные проблемы: изоляция, отчуждение, трудности в общении со сверстниками, снижение успеваемости, прогулы, снижения доверия, избегание.

3. Физические проблемы: головные боли, боли в животе, усталость, снижение иммунитета, проблемы со сном и аппетитом.

Последствия для буллеров.

1. Социальные проблемы: трудности в установлении положительных взаимоотношений со сверстниками, склонность к антисоциальному

поведению, проблемы с законом, трудности в завоевании доверия, трудности с укреплением авторитета.

2. Психологические проблемы: низкий уровень эмпатии, импульсивность, агрессивность, проблемы с самоконтролем, проблемы с эмоциями, тревожность, депрессия, самоизоляция.

3. Проблемы в будущем: повышенный риск развития зависимостей, склонность к насилию, трудности в адаптации в обществе, социальная изоляция, депрессия, проблемы с самооценкой.

Последствия для взрослых (родителей, учителей, педагога-психолога, администрации образовательного учреждения).

1. Чувство вины и беспомощности за то, что не вмешались в ситуацию буллинга или кибербуллинга и не помогли жертве.

2. Страх стать жертвой, если попытаются вмешаться.

3. Отмечается снижение эмпатии и развитие безразличия к чужим страданиям.

Для того, чтобы создать эффективную программу профилактики кибербуллинга, важно хорошо разбираться в понятии буллинга и кибербуллинга, знать, как они проявляются у младших школьников, и понимать причины их появлений.

1.3. Направления деятельности педагога-психолога с семьёй по профилактике кибербуллинга в младшем школьном возрасте

С учётом динамического развития информационных технологий и массового вовлечения детей младшего школьного возраста в онлайн-пространство проблема кибербуллинга приобретает глобальную актуальность и требует комплексного подхода к профилактике. Семья, как первичный институт социализации, играет ключевую роль в формировании ценностных ориентаций, норм поведения и навыков безопасного использования интернета у ребёнка. К сожалению, зачастую родители оказываются недостаточно осведомленными о специфике кибербуллинга, его потенциальных рисках и

способах предотвращения, что обуславливает необходимость целенаправленной деятельности педагога-психолога, направленной на повышение родительской компетентности и вовлечение семьи в процесс профилактики кибербуллинга. Говоря о профилактике кибербуллинга у детей младшего школьного возраста, следует сделать акцент на том, что к кибербуллингу следует относиться серьезно. Важно помнить, что, в зависимости от возраста, дети все ещё развивают такие навыки, как эмпатия, саморегуляция и умение уважительно общаться в Интернете. Подобное развитие определённых навыков в детском возрасте, к сожалению, делает их более уязвимыми для кибербуллинга. В связи с этим, важную роль играет профилактика: «совокупность предупредительных мероприятий, направленных на сохранение и укрепление нормального состояния» [42, с. 35].

Существуют три основных уровня профилактической направленности.

1. Первичная профилактика сфокусирована на работу педагога-психолога с детьми, имеющими незначительные отклонения в поведении. Главной целью является охрана и поддержание психологического здоровья всех обучающихся.

2. Вторичная профилактика сосредоточена на обучающихся, входящих в группу риска. Важнейшей целью является раннее выявление поведенческих и учебных трудностей. В процессе вторичной профилактики осуществляются консультации с родителями и классным руководителем для совместного решения возникающих проблем.

3. Третичная профилактика сконцентрирована на детях с явными психологическими отклонениями. Целью данного уровня является коррекция и проработка кризисных психологических аномальностей. В рамках данного этапа профилактическая деятельность тесно объединена с коррекционной работой.

Следует выделить следующие направления профилактической деятельности педагога-психолога.

1. *Организация социальной среды.* Необходимо осведомление педагога-психолога о различных платформах социальных сетей, которые используют ученики для того, чтобы легче отслеживать активность пользователей и вмешиваться только в том случае, если это необходимо. Педагогу-психологу необходимо расположить к себе и создать безопасную среду, в которой обучающиеся будут чувствовать себя комфортно, высказывая любые опасения по поводу кибербуллинга, не опасаясь возмездия со стороны сверстников или взрослых.

2. *Информирование.* Наиболее эффективный способ для педагога-психолога предотвратить кибербуллинг – информирование учеников и родителей о его серьёзности и рисках. В рамках профилактической работы с обучающимися младшего школьного возраста и их родителями необходимо сделать акцент на распознавании признаков кибербуллинга, детально рассматривая специфические признаки, указывающие на возможное вовлечение ребенка в онлайн-травлю. Главной задачей является необходимостью незамедлительного информирования взрослых (родителей, педагогов, педагогов-психологов) о любых проявлениях кибербуллинга, подчеркивая их ответственность за обеспечение безопасной онлайн-среды. Также целесообразно предоставление обучающимся доступ к информационным ресурсам и средствам поддержки, которые они могут использовать в случае, если стали жертвами кибербуллинга, формируя тем самым у них навыки самостоятельной защиты и обращения за помощью.

3. *Активное обучение социально-важным навыкам.*

Реализуется в форме групповых тренингов:

~ тренинг резистентности – устойчивости к негативному социальному влиянию. В ходе тренинга изменяются установки на девиантное поведение, формируются навыки распознавания рекламных стратегий, развивается способность говорить «нет» в случае давления сверстников;

~ тренинг ассертивности или аффективно-ценностного обучения. Основан на представлении, что девиантное поведение непосредственно связано

с эмоциональными нарушениями. Для предупреждения данной проблемы детей обучают распознавать эмоции, выражать их приемлемым образом и продуктивно справляться со стрессом. В ходе групповой психологической работы также формируются навыки принятия решения, повышается самооценка, стимулируются процессы самоопределения и развития позитивных ценностей;

~ тренинг формирования жизненных навыков. Под жизненными навыками понимают наиболее важные социальные умения личности. Прежде всего, это умение общаться, поддерживать дружеские связи и конструктивно разрешать конфликты. Также это способность принимать на себя ответственность, отстаивать свою позицию, интересы. Важными являются навыки самоконтроля, уверенного поведения, изменения себя и окружающей ситуации.

4. *Организация деятельности альтернативной девиантному поведению.* Этот вид работы тесно связан с понятием заместительного эффекта, который указывает на то, что отклонённое поведение может быть замещено в различных программах, направленных на устранение установленных случаев отклоняющегося поведения.

5. *Организация здорового образа жизни.* В рамках данного направления учитываются факторы, относящиеся к общему укреплению самочувствия, включая индивидуальную ответственность за своё физическое и психическое здоровье, приверженность сбалансированному режиму и образу жизни.

6. *Активизация личностных ресурсов.* Основа этой формы – физическая активность, развитие творческого потенциала, вовлечённость в групповую деятельность – всё это активизирует личностные ресурсы, в свою очередь обеспечивающие активность личности, её здоровье и устойчивость к негативному внешнему воздействию.

7. *Минимализация негативных последствий девиантного поведения.* Данная форма используется в случаях уже сформированного отклоняющегося

поведения. Она направлена на профилактику рецидивов или их негативных последствий.

Одним из важных направлений деятельности педагога-психолога с семьёй в сфере профилактики кибербуллинга является информирование и просвещение родителей, направленное на повышение их информационной грамотности по данной проблеме. Реализация данного направления может проводиться на следующих мероприятиях:

- ~ лекции и семинары, посвященных различным признакам кибербуллинга, включая его определение, виды, аспекты, последствия для всех участников, способы выявления и предотвращения;

- ~ родительские собрания, на которых осуществляется обсуждение конкретных случаев и вариантов реагирования на них;

- ~ индивидуальные консультации, на которых педагог-психолог отвечает на интересующие вопросы по подобной теме и даёт конкретные рекомендации исходя из ситуации;

- ~ распространение информационных материалов: буклеты, памятки, информационные стенды, пост в социальных сетях;

- ~ организация тематических выставок: фотографии, рисунки, плакаты по данной теме;

- ~ использование онлайн-ресурсов: размещение материалов по теме кибербуллинга на сайте школы, в группе образовательного учреждения в социальных сетях, проведение онлайн-консультаций.

В ходе информирования родителей важно акцентировать внимание на следующих темах.

1. Серьезность проблемы кибербуллинга.
2. Особенности кибербуллинга.
3. Признаки кибербуллинга.
4. Способы предотвращения кибербуллинга.
5. Способы реагирования на кибербуллинг.

Помимо работы педагога-психолога с родителями неотъемлемой частью является формирование у младших школьников навыков безопасного поведения в интернете, позволяющих им выстраивать тактику по защите себя от кибербуллинга и других угроз.

Данное направление включает в себя:

- ~ информирование детей о рисках, связанных с использованием интернета, то есть обучение детей младшего школьного возраста определять признаки кибербуллинга, онлайн-мошенничества и других онлайн-угроз;

- ~ обучение навыкам защиты личной информации включает в себя осведомление о правилах безопасного использования социальных сетей, мессенджеров и других онлайн-ресурсов, в том числе установку надежных паролей, ограничение доступа к личной информации и управление настройками конфиденциальности;

- ~ формирование навыков критического мышления, в данное направление входит анализ полученной от посторонних лиц информации, отличать достоверные источники от недостоверных и не поддаваться на различные манипуляции;

- ~ развитие навыков самоконтроля: контролировать время, проводимое в социальных сетях, не злоупотреблять онлайн-играми;

- ~ обучение способам реагирования на кибербуллинг: информирования о правильности реагирования в случаях кибербуллинга, а также оказывать поддержку жертвам и сообщать о случившемся доверенным лицам.

Для того, чтобы у детей младшего школьного возраста сформировался навык безопасного поведения в интернете, может использоваться различная деятельность обучающихся.

1. Уроки безопасности.
2. Игровые занятия.
3. Просмотр и обсуждение видеороликов.
4. Интерактивные занятия.

Педагог-психолог играет одну из важных ролей в профилактике кибербуллинга среди младших школьников. В вопросе профилактики необходимо, помимо привлечения семей обучающихся, включая младших школьников, также важно доносить информацию о кибербуллинге до школьной администрации, учителей и классных руководителей. Данный вопрос может быть реализован в следующих направлениях.

Проведение совместных консультаций на педагогическом совете. Обсуждение с участниками образовательной деятельности случаев кибербуллинга, выработка стратегий помощи жертвам и работы с агрессорами.

Организация семинаров для учителей. Привлечение внимания учителей о проблеме кибербуллинга и обучение их способам выявления и реагирования на случаи онлайн-травли.

Разработка и реализация совместных профилактических программ. Комплексные профилактические программы, направленные на обеспечение безопасной образовательной среды и предотвращению кибербуллинга.

Обмен информацией. Коммуникация между педагогом-психологом и учителями о ситуациях в классе, поведении обучающихся и возможных рисках кибербуллинга.

В работе педагога-психолога с семьей по предотвращению кибербуллинга среди учеников начальной школы необходимо уделить особое внимание внутрисемейным отношениям, а также общению детей в виртуальном пространстве.

Школьный психолог может помочь семье создать открытую, дружескую атмосферу общения, где дети могут чувствовать себя комфортно, спокойно выражать свои чувства и переживания. Также важно обучать родителей основам цифровой безопасности и контроля интернет-активности детей, чтобы предотвратить возможные случаи кибербуллинга.

В интересах педагога-психолога обучать детей эмоциональной саморегуляции и воспитывать у них навыки эмпатии и уважения к другим людям, чтобы они могли адекватно реагировать на кибернападение.

По мнению специалиста А. С. Белкина, действенным методом профилактики кибербуллинга среди учеников начальной школы является создание ситуаций успеха в учёбе, поскольку ведущей деятельностью в данном периоде является учебная.

С точки зрения А. С. Белкина: «успех – это переживание состояния радости, удовлетворение оттого, что результат, к которому стремилась личность в своей деятельности, либо совпал с её ожиданиями, надеждами, либо превзошёл их. На базе этого состояния формируются новые, более сильные мотивы деятельности, меняются уровни самооценки, самоуважения» [19, с. 19].

А. С. Белкин рекомендует различные варианты ситуаций успеха, а именно:

- ~ радость познания – чувство удовлетворения от полученных знаний, успешно решенной познавательной проблемы;
- ~ неожиданную радость, связанную с получением высоких результатов деятельности;
- ~ общую радость коллектива, вызванную успешностью одного из его участников.

Исследователи называют ряд приёмов, способствующих повышению успешности ребенка:

- ~ приём «Лестница» – обеспечение поступательного продвижения ребёнка, повышения его успешности и уровня самооценки;
- ~ приём «Даю шанс» – предоставление обучающемуся неожиданной возможности проявить свои лучшие качества и способности;
- ~ приём «Исповедь» или «Когда учитель плачет» – это обращение учителя к «высоким» чувствам обучающихся;

- ~ приём «Следуй за нами» – обеспечение поддержки коллективом малейших проявлений успеха обучающегося;
- ~ приём «Эмоциональный всплеск» или «Ты так высоко взлетел» – создание ситуации, когда ребёнок сможет максимально проявить свои умения и способности;
- ~ приём «Заражение» – использование потенциала групповой работы;
- ~ приём «Эврика» – раскрытие неизвестных ранее для ученика возможностей через выполнение учебного задания путём получения интересного результата;
- ~ приём «Линия горизонта» – демонстрация новых возможностей» [19].

Все эти меры профилактики помогут семье создать здоровую внутрисемейную атмосферу, где дети будут чувствовать себя защищёнными и поддержанными в случае возникновения проблем с кибербуллингом. Деятельность педагога-психолога с семьёй по профилактике кибербуллинга в начальной школе представляет собой комплексный и разносторонний процесс, требующий системного подхода, учёта индивидуальных особенностей семей, а также тесного сотрудничества с другими участниками образовательного процесса. Реализация подробно описанных направлений деятельности позволит повысить компетентность родителей о проблеме кибербуллинга, сформировать у детей навыки безопасного поведения в интернете, укрепить семейные связи, а также создать благоприятные условия для развития и социализации ребёнка в цифровом мире.

Выводы по первой главе

Анализ психолого-педагогической литературы позволил нам сделать следующие выводы.

В психологии существуют разнообразные интерпретации понятия «аддиктивное поведение». В данном исследовании мы будем придерживаться определением, которое трактовали Ц. П. Короленко и Н. В. Дмитриева: «один из типов девиантного (отклоняющегося) поведения с формированием

стремления к уходу от реальности путём искусственного изменения своего психического состояния посредством приёма некоторых веществ или постоянной фиксации внимания на определенных видах деятельности с целью развития и поддержания интенсивных эмоций» [33, с. 10].

Характеристики человека, подверженного аддиктивному поведению:

- 1) человек теряет контроль над собой в период девиантного поведения, становясь пленником своей зависимости;
- 2) даже осознавая вред, который наносит своему организму, человек не способен прекратить подобное поведение;
- 3) как правило, аддиктивная личность испытывает раздражение, беспокойство или даже депрессию.

Также наша задача заключалась в рассмотрении сущности понятия кибербуллинга, а также особенности его проявления в младшем школьном возрасте.

Е. С. Ефимова определяет кибербуллинг как: «преследование электронными сообщениями, которые оскорбляют, унижают, запугивают получателя при помощи интернет-сервисов». А. И. Черкасенко под кибербуллингом определяет: «сознательные, умышленные враждебные действия против жертвы, систематически происходящие с применением современных электронных ресурсов (виртуальный террор, психологическое давление ради развлечения, шутки и пр.)» [1, с. 15].

Кибербуллинг имеет ряд особенностей, отличающих его от буллинга:

1. Анонимность. Кибербуллинг часто реализуется анонимно, что позволяет агрессору избежать ответственности за свои действия и усиливает чувство безнаказанности.
2. Распространение. Информация, размещенная в интернете, может распространяться очень быстро и охватывать широкую аудиторию.
3. Круглосуточная доступность. Кибербуллинг может происходить в любое время суток, что не позволяет ей избежать травли даже вне школы.

4. Отсутствие физического контакта. Кибербуллинг не предполагает физического контакта между агрессором и жертвой, что может снижать чувство вины у агрессора и усиливать чувство беспомощности у жертвы.

Примеры кибербуллинга, с которыми может столкнуться ребёнок:

- ~ распространение слухов и сплетен,
- ~ письма с запугиванием,
- ~ моббинг,
- ~ домогательства,
- ~ шантаж,
- ~ публикация неловких или унижительных ваших изображений или видео без вашего согласия,
- ~ публикация ваших личных данных (адрес, номер телефона, данные паспорта) в Интернете без вашего согласия,
- ~ общие издевательства или преследование,
- ~ груминг (заманивание или подстрекательство к самоповреждению или совершению преступления в Интернете),
- ~ кража личных данных,
- ~ использование игровых сайтов для запугивания,
- ~ кража, мошенничество или обман через Интернет,
- ~ угроза ребёнку или семье.

Исходя из вышесказанного следует выделить следующие направления профилактической деятельности педагога-психолога.

1. Организация социальной среды.
2. Информирование.
3. Активное обучение социально-важным навыкам.
4. Организация деятельности альтернативной девиантному поведению.
5. Организация здорового образа жизни.
6. Активизация личностных ресурсов.
7. Минимализация негативных последствий девиантного поведения.

Помимо работы педагога-психолога с родителями неотъемлемой частью является формирование у младших школьников навыков безопасного поведения в интернете, позволяющих им выстраивать тактику по защите себя от кибербуллинга и других угроз.

Данное направление включает в себя:

- ~ информирование детей о рисках, связанных с использованием интернета, то есть обучение детей младшего школьного возраста определять признаки кибербуллинга, онлайн-мошенничества и других онлайн-угроз;

- ~ обучение навыкам защиты личной информации включает в себя осведомление о правилах безопасного использования социальных сетей, мессенджеров и других онлайн-ресурсов, в том числе установку надежных паролей, ограничение доступа к личной информации и управление настройками конфиденциальности;

- ~ формирование навыков критического мышления, в данное направление входит анализ полученной от посторонних лиц информации, отличать достоверные источники от недостоверных и не поддаваться на различные манипуляции;

- ~ развитие навыков самоконтроля: контролировать время, проводимое в социальных сетях, не злоупотреблять онлайн-играми;

- ~ обучение способам реагирования на кибербуллинг: информирования о правильности реагирования в случаях кибербуллинга, а также оказывать поддержку жертвам и сообщать о случившемся доверенным лицам.

Педагог-психолог играет одну из важных ролей в профилактике кибербуллинга среди младших школьников. В вопросе профилактики необходимо, помимо привлечения семей обучающихся, включая младших школьников, также важно доносить информацию о кибербуллинге до школьной администрации, учителей и классных руководителей. Данный вопрос может быть реализован в следующих направлениях.

1. Проведение совместных консультаций на педагогическом совете.

2. Организация семинаров и тренингов для учителей.
3. Разработка и реализация совместных профилактических программ.
4. Обмен информацией.

В интересах педагога-психолога обучать детей эмоциональной саморегуляции и воспитывать у них навыки эмпатии и уважения к другим людям, чтобы они могли адекватно реагировать на кибернападение.

Таким образом, все меры профилактики помогут семье создать здоровую внутрисемейную атмосферу, где дети будут чувствовать себя защищёнными и поддержанными в случае возникновения проблем с кибербуллингом. Деятельность педагога-психолога с семьёй по профилактике кибербуллинга в начальной школе представляет собой комплексный и разносторонний процесс, требующий системного подхода, учёта индивидуальных особенностей семей, а также тесного сотрудничества с другими участниками образовательного процесса. Реализация подробно описанных направлений деятельности позволит повысить компетентность родителей о проблеме кибербуллинга, сформировать у детей навыки безопасного поведения в интернете, укрепить семейные связи, а также создать благоприятные условия для развития и социализации ребёнка в цифровом мире.

ГЛАВА II. ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ КИБЕРБУЛЛИНГА В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

2.1. Организация и ход исследования младших школьников по профилактике кибербуллинга

Проблема кибербуллинга в образовательной среде, в частности в начальной школе, нуждается в комплексном подходе к её изучению и профилактике. Научное исследование посвящено организации профилактики кибербуллинга среди младших школьников, что особенно актуально в условиях повсеместного использования сети Интернет. Ключевым фактором успешной профилактики является взаимодействие образовательного учреждения: администрации образовательного учреждения, учителей, классного руководителя с родителями. Проблема заключается в недостаточной осведомленности взрослых о том, как помочь ребёнку, столкнувшемуся с кибербуллингом. Решение данной проблемы видится в совместной работе учителей, классного руководителя и родителей. В младшем школьном возрасте особенно важен пример разумного поведения взрослых, поскольку дети доверяют им. Следовательно, необходимо объединить усилия педагогов и семьи для предотвращения кибербуллинга.

Психолого-педагогический аспект исследования связан с разработкой и внедрением профилактической программы, направленной на формирование у обучающихся начальной школы знаний, умений и навыков по безопасному поведению в сети Интернет, аккуратное обращение с персональными данными, развитию эмпатии, сострадания и толерантности, а также укреплению межличностных отношений в классе. Мы основываемся на правилах гуманистического подхода, акцентируя внимание на развитии личности ребёнка, формировании его самосознания и способности контролировать свои действия. Одним из главных критерием является создание в образовательном учреждении атмосферы поддержки, защиты и доверия, где дети ощущают себя в безопасности и могут свободно

обращаться за помощью к любому учителю в случае проявления кибербуллинга.

Концепция исследования основывается на системном подходе, в связи с тем, что предотвращение кибербуллинга предполагает комплексного воздействия на ключевые сферы жизни ребенка: семью, образовательное учреждение, сверстников, виртуальную среду. Используются методы количественного и качественного анализа данных, что в таком случае даёт возможность сформировать всестороннее понимание о проблеме и оценить действенность профилактических мероприятий. Для получения полного представления о проблеме и оценки эффективности мер по её решению применяются как статистические, так и аналитические методы исследования данных. Исследование направлено на профилактику кибербуллинга у младших школьников, и разработку программы работы педагога-психолога с семьей по профилактике кибербуллинга в начальной школе и мероприятия по её продвижению.

Цель исследовательской работы: на основе анализа существующих программ и эмпирического исследования разработать программу деятельности педагога-психолога по профилактике кибербуллинга в начальной школе во взаимодействии с семьёй и дорожную карту её продвижения.

Нами были сформулированы следующие *задачи*:

1. Сформировать выборку.
2. Подобрать методики для изучения профилактики кибербуллинга у младших школьников.
3. Провести изучение риска кибербуллинга у младших школьников.
4. Разработать программу работы педагога-психолога по профилактике кибербуллинга с участием родителей.

Для решения поставленных задач в работе мы использовали комплекс методов исследования.

1. *Теоретические* – изучение и систематизация психолого-педагогической литературы по проблеме кибербуллинга, анализ нормативных правовых документов, регламентирующих вопросы информационной безопасности детей.

2. *Эмпирические:*

~ *анкетирование* – выявление распространенности кибербуллинга, анализ форм его проявления, понятие факторов риска и защиты. Использована авторская анкета для обучающихся начальной школы, включающая вопросы о личном опыте связанных с кибербуллингом, наблюдаемых инцидентах, а также методы реагирования на кибербуллинг;

~ *интервью* предполагается с учителями, классным руководителем, а также родителями для получения сведений об их знаниях о кибербуллинге, опыте работы с данной проблемой, оценке результативности профилактических мероприятий;

~ *наблюдение* осуществлялось за поведением младших школьников в виртуальной и реальной среде для выявления признаков кибербуллинга, анализа межличностных отношений, оценки эффективности информационных занятий.

3. *Методы обработки и интерпретации результатов* – обработка, анализ и интерпретация полученных данных. Использовались методы описательной статистики, корреляционного анализа, сравнительного анализа.

Исследование проводилось в МАОУ г. Челябинска, в нём участвовали 23 ребёнка 9-10 лет. Для выявления детей, подвергшихся кибербуллингу, использовалась методика «Кибербуллинг в сети» (Приложение 1).

Актуальность исследования обусловлена выявлением распространённости данного явления среди детей и определить их отношения к нему.

Указанная методика состоит из 24 вопросов, на каждый из которых ребёнку необходимо выбрать один из предложенных вариантов ответа: «Никогда», «1-2 раза» или «Много раз». С помощью данной методики мы можем выявить тех детей, которые подверглись кибербуллингу.

Благодаря методике «Кибербуллинг в сети» и интерпретации её результатов, у нас есть возможность составить программу для педагога-психолога с семьей по профилактике кибербуллинга в начальной школе и мероприятия по её продвижению, в целях обеспечения родителей необходимой информацией и руководством в подобных обстоятельствах.

Исследование проводилось в несколько этапов:

1. Подготовительный: теоретический анализ проблемы, подготовка инструментов для исследования, подготовка к проведению эмпирического исследования.

2. Констатирующий: проведение анкетирования, интервьюирования, наблюдения, анализ полученных данных, выявление особенностей проявления кибербуллинга в среде младших школьников.

3. Формирующий: разработка комплексной программы профилактики кибербуллинга.

4. Заключительный: обобщение результатов исследования, формулирование выводов, разработка методических рекомендаций.

Разработанная нами комплексная программа профилактики кибербуллинга для обучающихся начальной школы ориентирована на формирование у детей культуры безопасного и осознанного поведения в интернете, развитие сочувствия и толерантности к окружающим, укрепление взаимоотношений в классе.

Программа включает следующие компоненты:

1. Образовательные:

~ занятия, посвященные теме кибербуллинга: определение, формы, последствия, действия при защите себя и других;

~ использование различных форм работы: дискуссии, ролевые игры, анализ ситуаций, просмотр видеороликов, работа с интерактивными материалами.

2. Воспитательные:

~ проведение классных часов, направленных на развитие сострадания, толерантности, коммуникативных навыков, умения решать конфликты мирным путём;

~ организация совместной деятельности детей и родителей: участие в благотворительных акциях, социальных проектах, направленных на поддержку пострадавших от кибербуллинга;

~ создание в школе атмосферы защиты и доверия, где дети ощущают себя в безопасности и могут свободно обращаться за помощью в случае столкновения с кибербуллингом.

3. Коррекционные:

~ индивидуальные консультации с педагогом-психологом для детей, ставших жертвами или столкнувшимися с агрессией в ситуациях кибербуллинга;

~ групповые занятия, направленные на исправление агрессивного поведения, развитие навыков саморегуляции, формирование позитивной самооценки;

~ проведение занятий для родителей, направленных на повышение их информированности в вопросах профилактики кибербуллинга, рассказывая о способах выявления и реагирования на случаи кибербуллинга.

Программа рассчитана на один учебный год и реализуется в рамках внеурочной деятельности. Для проведения занятий используются различные методические материалы: сценарии занятий, памятки, видеоролики, интерактивные игры.

Полученные результаты будут представлены в виде таблиц и диаграмм, показывающие основные тенденции и закономерности. Анализ результатов позволит разработать эффективную программу профилактики кибербуллинга и сформулировать практические рекомендации для учителей, классных руководителей, обучающихся начальной школы и родителей.

2.2. Анализ результатов исследования

В данной главе представлен анализ результатов эмпирического исследования. Для изучения наличия кибербуллинга у младших школьников нами было проведено анкетирование, в котором содержатся: вопросы по выявлению жертв кибербуллинга и выявлению кибербуллеров.

Для сбора исходных данных использовались следующие методы: анкетирование, включающее шкалу оценки жертв кибербуллинга и шкалу оценки кибербуллеров; наблюдение за поведением обучающихся начальной школы в онлайн-среде (через анализ публикаций и комментариев в социальных сетях, с соблюдением этических норм и конфиденциальности).

Первым направлением исследования было изучение выявления жертв кибербуллинга по анкете «Кибербуллинг в сети». Нами были получены следующие результаты. Индивидуальные баллы представлены нами в приложении (Приложение 2).

Таблица 1 – Распределение испытуемых по уровням риска жертв кибербуллинга

Уровень риска	Количество	
	N	%
Отсутствие риска	0	0
Средний уровень риска	13	57
Высокий уровень риска	10	43

Наглядно представим результаты на рисунке (рисунок 1).

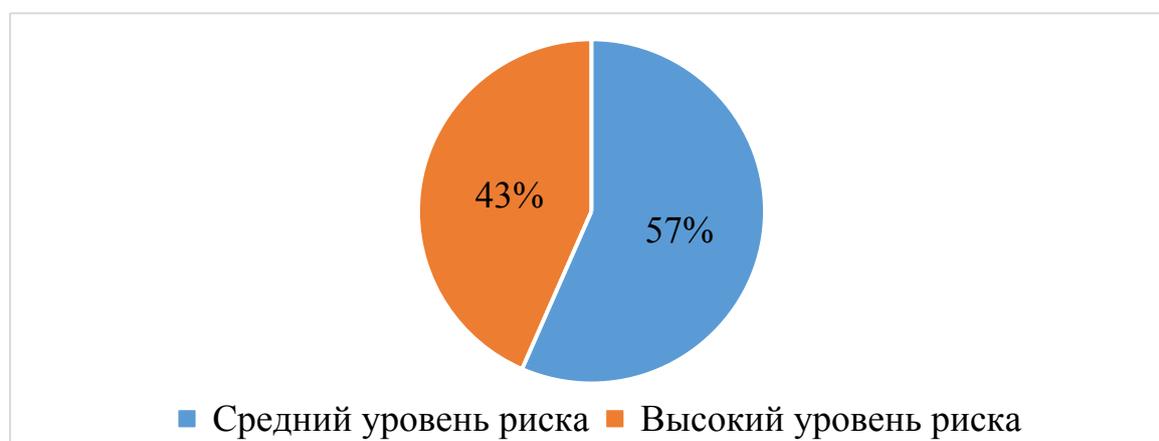


Рисунок 1 – Распределение испытуемых по уровням риска жертв кибербуллинга

Таким образом, анализ результатов анкетирования показал, что из 23 обучающихся 13 не становились жертвой кибербуллинга (57%), 10 человек – жертвы кибербуллинга (43%).

Вторым направлением исследования было изучение наличия кибербуллеров по анкете «Кибербуллинг в сети». Нами были получены следующие результаты, которые представлены в приложении (Приложение 2).

Таблица 2 – Распределение испытуемых по уровням риска наличия кибербуллеров

Уровень риска	Количество	
	N	%
Отсутствие риска	1	4,3
Средний уровень риска	22	95,6
Высокий уровень риска	0	0

Наглядно представим результаты на рисунке (рисунок 2).

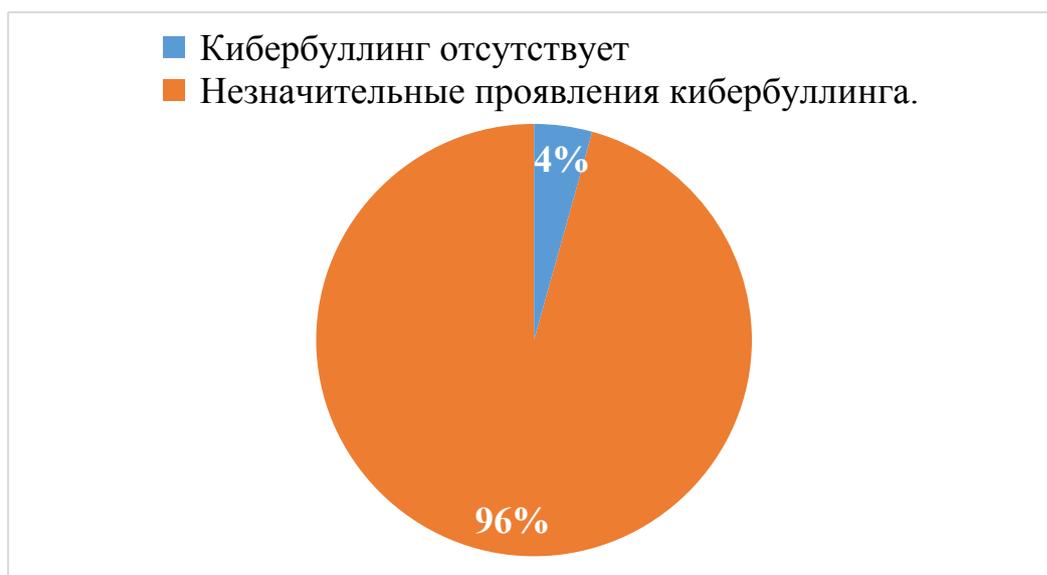


Рисунок 2 – Распределение испытуемых по уровням риска наличия кибербуллеров

Таким образом, анализ результатов анкетирования показал, что из 23 обучающихся у 1 испытуемого кибербуллинг отсутствует (4%), у 22 человек незначительные проявления кибербуллинга (96%).

По результатам диагностики «Кибербуллинг в сети», педагог-психолог представит родителям и обучающимся начальной школы программу по профилактике кибербуллинга в начальной школе.

В целях создания обоснованной программы нами был проведён предварительный анализ существующих программ в области профилактики кибербуллинга в начальной школе.

1. «Программа по профилактике буллинга, кибербуллинга, агрессии, жестокого обращения среди обучающихся» педагога-психолога К. Ю. Шупикова МАОУ г. Новосибирска «Лицей № 185» [47].

2. «Программа работы по профилактике буллинга и кибербуллинга» социального педагога Е. Б. Ишекова МБОУ Алгасовской СОШ Тамбовская область [48].

3. «Программа работы социального педагога по профилактике буллинга и кибербуллинга» социальных педагогов О. М. Бородина и А. Н. Полуянова ГАОУ ПО «Многопрофильная гимназия №13» г. Пенза [49].

Проанализировав существующие программы, можно выделить следующее:

«Программа по профилактике буллинга, кибербуллинга, агрессии, жестокого обращения среди обучающихся» педагога-психолога К. Ю. Шупикова решает широкий спектр задач, включая обогащение знаний о способах выхода из конфликтов, улучшения межличностных отношений, создание представлений о правах человека, обучение самоконтролю, профилактику всех форм насилия, сотрудничество с родителями и другими субъектами профилактики.

«Программа работы по профилактике буллинга и кибербуллинга» социального педагога Е. Б. Ишекова обладает целью, охватывающую различные аспекты, такие как обучение методам урегулирования конфликтов, улучшения взаимоотношений между учениками, формирования понимания прав человека, развития самодисциплины, налаживания взаимодействия с родителями и другими организациями, занимающимися профилактикой.

«Программа работы социального педагога по профилактике буллинга и кибербуллинга» социальных педагогов О. М. Бородина и А. Н. Полуянова фокус внимания на нормализацию эмоционального состояния, снижения агрессивности, развития разумного реагирования на конфликты, повышения компетентности педагогов и родителей.

Мы выделили плюсы и минусы представленных программ, а также их риски:

Плюсы:

- ~ актуальность;
- ~ комплексность;
- ~ направленность на создание безопасной среды.

Минусы:

- ~ общие формулировки;
- ~ недостаточно внимания к кибербуллингу: содержание программ больше акцентировано на традиционном буллинге.

Риски программ:

- ~ низкая эффективность: программы могут быть недостаточно эффективными для снижения уровня буллинга и кибербуллинга в ОУ;
- ~ отсутствие финансирования: для эффективной реализации программ, возможно, потребуется дополнительное финансирование;
- ~ сопротивление со стороны участников в мероприятиях по профилактике буллинга и кибербуллинга;
- ~ эмоциональное истощение специалистов: данная работа может быть энергозатратной и при длительном отсутствии поддержки привести к «выгоранию» специалистов.

На основании анализа существующих программ мы приняли решение о разработке собственной программы под названием «Стоп травле в сети».

В связи с тем, что существующие программы ориентированы на все возрастные категории, поэтому специфика кибербуллинга в начальной школе

остаётся мало освещённой. Дети младшего школьного возраста более незащищённые и нуждаются в особом внимании к профилактике.

Мы видим необходимость в разработке программы, которая вовлекает родителей в процесс обучения детей безопасному поведению в интернете, формированию критического мышления и устойчивости к негативному контенту.

Наше решение о разработке собственной программы вызвано желанием к созданию более специализированной, эффективной и практически ориентированной программы, учитывающей особенности кибербуллинга в начальной школе и важную роль семьи в его профилактике. Такой подход позволит заполнить существующие пробелы в области профилактики кибербуллинга и предложить новое, перспективное решение проблемы.

2.3. Программа работы педагога-психолога с семьёй по профилактике кибербуллинга в начальной школе и мероприятия по её продвижению

Пояснительная записка

Изобретение компьютеров стало одним из важнейших событий XX века, положившим начало новой эре развития человечества. Информационные и коммуникационные технологии открыли широкие перспективы для прогресса социально-экономической сферы.

Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) начального общего образования (НОО) содержит требования к развитию навыков цифровой компетентности у обучающихся начальной школы. К примеру, выпускники начальной школы должны уметь использовать различные способы поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры,

фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета, а также приобретение первоначальных представлений о компьютерной грамотности [12].

Важно отметить, что в России действует «Концепция информационной безопасности детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 2 декабря 2015 года N 2471-р», которая признает важнейшей задачей – налаживание согласованного взаимодействия семьи, главного института социализации и воспитания детей, с государством и всеми элементами современного медиарынка: производителями и распространителями контента, психолого-педагогическими экспертными сообществами и экспертными сообществами в области художественного образования. Только тесное сотрудничество всех участников медиаиндустрии позволит построить эффективную систему регулирования потребления информационной продукции, максимально безопасную для психического и физического развития и здоровья подрастающего поколения [11].

С прогрессом цифровых технологий появилось и такое негативное явление, как кибербуллинг. Вследствие этого одной из первостепенных задач для педагогов-психологов является профилактика девиантного поведения среди обучающихся начальной школы, проявляющих склонность к онлайн-агрессии.

Кибербуллинг – это усиливающая проблема, которая касается детей всех возрастных категорий в образовательном учреждении. Существенная роль в создании безопасного виртуального пространства для ребёнка и его защите от сетевой агрессии отводится семье.

Концепция кибербуллинга была впервые сформулирована Б. Белси, который выявил её как агрессивные действия, повторяющиеся во времени

и осуществляемые с применением цифровых технологий для нанесения ущерба отдельным лицам или группам лиц.

В дальнейшем исследователи, в частности Е. А. Башмакова, Е. А. Дегтярев и Д. Н. Солдатов, сосредоточились на выявлении причин кибербуллинга. Параллельно А. А. Бочавер, Н. В. Горлова, К. Д. Хломов, а также зарубежные коллеги, такие как Л. Бекман, К. Хагквист, Л. Хелльстрем, П. С. Евангелио, А. Герциг, Л. А. Фрумкин и Дж. Ван, изучали специфику травли в современном технологическом пространстве. Изучение кибербуллинга, его комплекс, задачи действующих лиц и предпосылок возникновения, представленное в работах (работы Е. А. Башмаковой, Е. Ю. Волчегорской, Е. А. Дегтярева, М. В. Жуковой, А. А. Королева, Д. Н. Солдатова, Г. У. Солдатовой, Е. В. Фроловой, К. И. Шишкиной), легло в основу ключевых принципов разработки профилактических мероприятий для образовательных учреждений и создания диагностического инструментария для установления подобного явления (И. С. Буракова, Н. А. Перепёлкина, Е. И. Пилюгина, Д. Е. Щипанова, Т. Юнгерт и др.).

На сегодняшний день педагогам-психологам особенно важно заниматься профилактикой кибербуллинга. Необходимо постоянно уделять внимание этой проблеме в повседневной работе. В связи с этой необходимостью была разработана данная программа. Представленная программа направлена на повышение компетентности родителей о кибербуллинге, обучение действенным стратегиям профилактики и реагирования, а также укрепление детско-родительских отношений для создания атмосферы доверия и поддержки.

Основная цель программы: снижение рисков кибербуллинга среди обучающихся начальной школы посредством формирования у участников образовательного процесса знаний, умений и навыков безопасного и ответственного поведения в сети Интернет.

Задачи реализации программы:

1. Повышение компетентности родителей и обучающихся начальной школы в вопросах выявления, профилактики и реагирования на случаи кибербуллинга.

2. Обучение родителей навыкам распознавания признаков кибербуллинга у детей.

3. Укрепление детско-родительских отношений.

Формы взаимодействия педагога-психолога: информационные, познавательные, наглядно-информационные.

Формы работы с родителями и обучающимися: беседа, классные часы, индивидуальные занятия, анкетирование, родительские собрания, круглые столы, презентации.

Этапы реализации программы:

1. Подготовительный этап – срок реализации программы сентябрь-октябрь.

Сбор информации, проведение диагностических методик обучающимися, подготовка теоретической базы.

2. Основной этап – срок реализации программы ноябрь-апрель.

Реализация основных задач программы при помощи взаимодействия педагога-психолога с обучающимися и родителями.

3. Заключительный этап – срок реализации программы – май.

Проверка эффективности реализованной программы путём проведения вторичных методик.

Принципы реализации программы.

1. Добровольность. Участие родителей и обучающихся в программе является свободным и осознанным.

2. Анонимность. Информация, полученная в ходе работы с родителями и обучающимися, является конфиденциальной и не подлежит разглашению без их согласия.

3. Индивидуальность. Учёт индивидуальных особенностей и возможностей каждой семьи.

4. Совокупность. Использование вариативных форм и методов работы.
5. Системность. Регулярность и последовательность проведения мероприятий.
6. Кооперативность. Сотрудничество с администрацией школы, учителями, классными руководителями.

План реализации программы «Стоп травле в сети» по профилактике кибербуллинга у младших школьников будет представлена в таблице. Конспекты занятий данной программы представлены в приложении (Приложение 3)._____

Таблица 3 – План реализации программы

№	Название мероприятия	Содержание мероприятия	Задачи мероприятия	Сроки реализации
1.	Анализ нормативно-правовой базы и методической литературы	Изучение федеральных законов, ФГОС НОО, распоряжение Правительства РФ, регулирующих вопросы профилактики травли и кибербуллинга.	Обеспечение соответствия программы нормативным требованиям. Выявление эффективных методик и подходов к профилактике кибербуллинга. Формирование теоретической основы для разработки программы.	Сентябрь
2.	Подбор материалов	Разработка анкет для обучающихся, направленных на выявление осведомленности о кибербуллинге, отношения к проблеме, опыта участия в кибербуллинге (в роли жертвы, агрессора).	Получение объективной информации об уровне распространенности кибербуллинга. Определение потребностей обучающихся в профилактической работе.	Сентябрь
3.	Проведение первичной диагностики обучающихся	Сбор данных и анализ полученных данных.	Получение первичной информации. Выявление групп риска в роли жертвы или агрессора. Определение потребностей в профилактической работе.	Октябрь
4.	Интерактивные занятия для обучающихся «Безопасный интернет: я – пользователь!»	Дискуссии, ролевые игры, просмотр и обсуждение видеороликов, направленных на формирование навыков безопасного поведения в интернете, распознавания кибербуллинга, уверенного поведения в онлайн-среде.	Повышение уровня осведомленности обучающихся о рисках и угрозах в интернете. Формирование навыков безопасного поведения в онлайн-среде. Обучение распознаванию различных форм кибербуллинга. Развитие навыков эффективного реагирования на ситуации кибербуллинга (как в роли жертвы, так и в роли свидетеля).	Ноябрь

Продолжение таблицы

5.	Занятие для родителей «Родительский контроль: как помочь ребенку в онлайн-мире?»	Дискуссии, деловые игры, разбор конкретных ситуаций, направленных на повышение компетентности родителей в вопросах онлайн-безопасности детей.	Повышение уровня осведомленности родителей о рисках и угрозах в интернете, с которыми сталкиваются дети. Обучение родителей методам родительского контроля. Формирование навыков эффективного общения с детьми на темы онлайн-безопасности. Развитие способности распознавать признаки кибербуллинга у ребенка и оказывать ему необходимую поддержку.	Декабрь
6.	Семинары-практикумы для родителей и обучающихся начальной школы «Социальные сети: друг или враг?»	Обсуждение преимуществ и недостатков социальных сетей, их влияния на психическое здоровье и социальное развитие детей. Разбор конкретных кейсов и ситуаций, связанных с использованием социальных сетей. Обучение родителей способам мониторинга активности детей в социальных сетях и реагирования на потенциальные угрозы.	Предоставление родителям и ученикам информации о влиянии социальных сетей на детей. Формирование навыков критического анализа информации, получаемой из социальных сетей. Обучение родителей способам мониторинга активности детей в социальных сетях и реагирования на потенциальные угрозы (кибербуллинг, деструктивный контент, онлайн-груминг).	Январь
7.	Классный час для младших школьников «Интернет – территория ответственности»	Организация классных часов с использованием интерактивных методов. Привлечение специалистов в области информационной безопасности.	Закрепление и систематизация знаний. Формирование культуры осознанного и ответственного использования интернета.	Февраль
8.	Индивидуальное консультирование обучающихся и родителей	Оказание индивидуальной психологической помощи и поддержки обучающимся и родителям, столкнувшимся с проблемой кибербуллинга.	Оказание индивидуальной психологической помощи и поддержки жертвам и агрессорам кибербуллинга.	Март- Апрель

Окончание таблицы

9.	Проведение повторной диагностики обучающихся	Повторное проведение тех же диагностических методик. Анализ полученных данных.	Оценка динамики уровня осведомлённости о кибербуллинге среди обучающихся. Сравнение результатов первичной и повторной диагностики для выявления изменений.	Май
10.	Подготовка отчёта об итогах осуществления программы и рекомендаций	Оформление отчёта об эффективности программы и рекомендации по дальнейшей профилактике кибербуллинга.	Систематизация и обобщение результатов реализации программы. Разработка практических рекомендаций по профилактике кибербуллинга.	Май

Таблица 4 – План мероприятий по продвижению программы

№	Название мероприятия	Содержание мероприятия	Задачи мероприятия	Сроки реализации
1.	Презентация программы перед администрацией образовательного учреждения, учителями и классными руководителями	Выступление педагога-психолога с извещением о программе, её целях, задачах и содержании.	Получение поддержки со стороны педагогического коллектива. Заинтересованность классных руководителей в программе.	Август
2.	Информация на сайте школы и в группе в социальных сетях	Размещение информации о программе, контактных данных педагога-психолога. Публикация полезных статей и материалов по кибербезопасности.	Привлечение внимания родителей к проблеме кибербуллинга и предлагаемой программе.	В течение учебного года
3.	Рассылка информационных писем родителям	Отправка электронных писем с кратким описанием программы и приглашением к участию.	Заинтересованность родителей в участии в программе.	Сентябрь
4.	Информационный стенд в школе	Размещение плакатов, памяток о кибербуллинге и программе. Фотоотчеты с мероприятий.	Информирование родителей о проблеме кибербуллинга.	В течение учебного года

Продолжение таблицы

5.	Привлечение обучающихся начальной школы и их родителей	Вовлечение школьников в создание информационных материалов, помощь родителей в организации мероприятий.	Вовлечение всех участников образовательного процесса в профилактику кибербуллинга.	В течение учебного года
----	--	---	--	-------------------------

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алиева А. М. Проблема кибербуллинга в образовательной среде / А. М. Алиева // Студенческий электронный журнал СтРИЖ. – 2018. – № 5 (22). – С. 59–61. – eISSN 2587-7658.
2. Аудмайер К. Все на одного: как защитить ребенка от травли в школе / К. Аудмайер. – Москва: Альпина Паблишер, 2016. – 152 с. – ISBN 978-5-9614-5699-8.
3. Белси Б. Кибербуллинг: возникающая угроза поколению «всегда на связи» / Б. Белси. – URL: http://www.cyberbullying.ca/pdf/Cyberbullying_Article_by_Bill_Belsey.pdf (дата обращения: 14.08.2024).
4. Бенгина Е. А. Кибербуллинг как новая форма угрозы психологическому здоровью личности подростка / Е. А. Бенгина, С. А. Гришаева // Вестник университета. – 2018. – № 2. – С. 153–157. – URL: [Кибербуллинг как новая форма угрозы психологическому здоровью личности подростка – тема научной статьи по психологическим наукам читайте бесплатно текст научно-исследовательской работы в электронной библиотеке КиберЛенинка](#) (дата обращения: 15.09.2024).
5. Боцоева А. В. О деструктивном влиянии сети интернет на несовершеннолетних: контекст превенции / А. В. Боцоева, С. К. Гучетль, Л. А. Лазаренко // Проблемы современного педагогического образования. – 2021. – № 71-1. – С. 275–278. – DOI : 10.25629/НС.2022.07.11.
6. Бочавер А. А. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий / А. А. Бочавер, К. Д. Хломов // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2014. – Т. 11, № 3. – С. 177–191.
7. Бочавер А. А. Проблема буллинга в контексте образовательной среды / А. А. Бочавер, Н. В. Горлова, К. Д. Хломов // Психологические исследования. – 2021. – Т. 14, № 76. – С. 105-110.
8. Волчегорская Е. Ю. Работа учителя по профилактике кибербуллинга в начальной школе / Е. Ю. Волчегорская, М. В. Жукова, К. И. Шишкина,

Е. В. Фролова // Вестник Мининского университета. – 2023. – Т. 11, № 3. – URL: <https://www.minin-vestnik.ru/jour/article/view/1478> (дата обращения: 15.01.2024).

9. Жукова М. В. Профилактика аддиктивного поведения: теоретические аспекты и активные формы работы со школьниками : учеб.-метод. пособие / М. В. Жукова, Е. В. Фролова, К. И. Шишкина. – Челябинск : Цицеро, 2017. – 220 с. – ISBN 978-5-91283-846-0.

10. Михайлова О. Р. Когда оскорбление воспринимается как шутка? Персональные и ситуативные факторы отключения моральной ответственности свидетеля кибербуллинга / О. Р. Михайлова // Журнал социологии и социальной антропологии. – 2019. – Т. 22, № 2. – С. 55–92.

11. Российская Федерация. Правительство. Об утверждении Концепции информационной безопасности детей : Распоряжение Правительства Российской Федерации № 2471-р от 02 дек. 2015 г. // ГАРАНТ.РУ : [сайт]. – URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/1165680/> (дата обращения: 11.03.2024).

12. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования : официальный сайт. – Москва, 2016-2025. – URL: <https://fgos.ru/> (дата обращения: 15.08.2024).

Выводы по второй главе

Проблема кибербуллинга в образовательной среде, в частности в начальной школе, нуждается в комплексном подходе к её изучению и профилактике. Научное исследование посвящено организации профилактики кибербуллинга среди младших школьников, что особенно актуально в условиях повсеместного использования сети Интернет. Ключевым фактором успешной профилактики является взаимодействие школы: администрации образовательного учреждения, учителей, классного руководителя с родителями. Проблема заключается в недостаточной осведомленности взрослых о том, как помочь ребенку, столкнувшемуся с кибербуллингом. Решение данной проблемы видится в совместной работе учителей, классного руководителя и родителей. В младшем школьном возрасте особенно важен пример разумного поведения взрослых, поскольку дети доверяют им. Следовательно, необходимо объединить усилия педагогов и семьи для предотвращения кибербуллинга.

Первым направлением исследования было выявление жертв кибербуллинга. По данным методики мы выявили, что из 23 обучающихся 13 не становились жертвой кибербуллинга (57%), 10 человек – жертвы кибербуллинга (43%).

Вторым направлением исследования было изучение наличия кибербуллеров. По данным методики мы выявили, что из 23 обучающихся у 1 испытуемого кибербуллинг отсутствует (4%), у 22 человек незначительные проявления кибербуллинга (96%).

Для ознакомления родителей и обучающихся с темой травли в интернете мы предоставили подборку материалов для самостоятельного изучения.

Благодаря методике «Кибербуллинг в сети» и интерпретации её результатов, у нас есть возможность составить программу для педагога-психолога с семьей по профилактике кибербуллинга в начальной школе

и мероприятия по её продвижению, в целях обеспечения родителей необходимой информацией и руководством в подобных обстоятельствах.

Нами была разработана рабочая программа для работы с обучающимися младшего школьного возраста по профилактике кибербуллинга. Данная программа носит название «Стоп травле в сети».

На сегодняшний день педагогам-психологам особенно важно заниматься профилактикой кибербуллинга. Необходимо постоянно уделять внимание данной проблеме в повседневной работе. В связи с этой необходимостью была разработана данная программа. Представленная программа направлена на повышение компетентности родителей о кибербуллинге, обучение действенным стратегиям профилактики и реагирования, а также укрепление детско-родительских отношений для создания атмосферы доверия и поддержки.

Данная программа направлена на укрепление взаимодействий педагога-психолога с родителями и обучающимися, что в свою очередь будет способствовать профилактике риска кибербуллинга.

Основная цель программы: снижение рисков кибербуллинга среди обучающихся начальной школы посредством формирования у участников образовательного процесса знаний, умений и навыков безопасного и ответственного поведения в сети Интернет.

Задачи реализации программы:

1. Повышение компетентности родителей и обучающихся начальной школы в вопросах выявления, профилактики и реагирования на случаи кибербуллинга.
2. Обучение родителей навыкам распознавания признаков кибербуллинга у детей.
3. Укрепление детско-родительских отношений.

Основными методами данной программы будут: беседа, классные часы, индивидуальные занятия, анкетирование, родительские собрания, круглые столы, презентации.

Программа включает следующие компоненты: образовательные, воспитательные, коррекционные.

Принципы реализации программы:

- добровольность,
- анонимность,
- индивидуальность,
- совокупность,
- системность,
- кооперативность.

Данная программа будет реализована в три этапа: подготовительный этап, основной этап и заключительный этап. Срок реализации данной программы – сентябрь-май.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В современном мире одним из основных процессов является глобализация. Благодаря развитию коммуникаций формируется всемирное информационное пространство, которое сопровождается глобальными проблемами. Существуют различные аспекты актуальных проблем, среди которых особую значимость приобретают политические, экономические и демографические аспекты. Однако, существует категория проблем, характеризующихся меньшей степенью очевидности. В рамках данной работы рассматривается проблема, относящаяся к категории менее очевидных.

Проблема кибербуллинга становится всё более актуальной и часто приводит к трагическим последствиям. Дети, подвергающиеся кибербуллингу, сталкиваются с негативными последствиями: снижение самооценки, депрессии, тревожности, проблемы со сном и питанием, а иногда даже мысли о сознательном лишении себя жизни.

Цель исследования: теоретически обосновать содержание, эмпирическим путем доказать необходимость и сконструировать программу работы педагога-психолога с семьей по профилактике кибербуллинга в начальной школе и дорожную карту её реализации.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть аддиктивное поведение как психологический феномен.
2. Изучить особенности проявления кибербуллинга в младшем школьном возрасте.
3. Проанализировать направления деятельности педагога-психолога с семьей по профилактике кибербуллинга в младшем школьном возрасте.
4. Проанализировать существующий опыт работы с семьей по профилактике кибербуллинга в начальной школе.

5. Разработать программу деятельности педагога-психолога с семьей по профилактике кибербуллинга в начальной школе и дорожную карту её реализации.

Семья играет ключевую роль в формировании личности ребенка и его поведенческих шаблонах. Семейные факторы: стиль воспитания, качество взаимоотношений между членами семьи и наличие аддиктивных моделей поведения, могут значительно влиять на формирование склонности к зависимостям.

Период обучения в начальной школе – это время интенсивного социального становления ребенка, когда он приобретает умения общаться со сверстниками и осваивает правила поведения в обществе. В данный период дети ещё не имеют достаточного опыта и навыков для конструктивного решения проблем и защиты от агрессивного воздействия.

Относительно недавно, примерно с середины 1990 г., когда Интернетом стали массово пользоваться, появился термин «кибербуллинг» с целью описать онлайн-травлю. Е. С. Ефимова определяет кибербуллинг как: «преследование электронными сообщениями, которые оскорбляют, унижают, запугивают получателя при помощи интернет сервисов».

А. И. Черкасенко под кибербуллингом определяет: «сознательные, умышленные враждебные действия против жертвы, систематически происходящие с применением современных электронных ресурсов (виртуальный террор, психологическое давление ради развлечения, шутки и пр.)» [1, с. 15].

Интернет травля среди младших школьников может нести следующий характер:

1. *Низкая цифровая грамотность.* Младшие школьники часто не обладают достаточными навыками безопасного использования интернета и могут не знать, как защитить себя.

2. *Доверчивость.* Некоторые обучающиеся доверчивы и могут стать жертвами обмана и манипуляций в интернете.

3. *Отсутствие контроля.* Дети часто используют интернет без должного контроля со стороны взрослых, что увеличивает риск вовлечения в кибербуллинг.

4. *Стыд и страх.* Жертвы кибербуллинга в начальной школе часто испытывают стыд и страх сообщить о случившемся взрослым, что делает подобную проблему ещё более скрытой и сложной.

В условиях стремительного развития информационных технологий и массового вовлечения детей младшего школьного возраста в онлайн-пространство, проблема кибербуллинга приобретает глобальную актуальность и требует комплексного подхода к профилактике. Семья, как первичный институт социализации, играет ключевую роль в формировании ценностных ориентаций, норм поведения и навыков безопасного использования интернета у ребёнка. К сожалению, зачастую родители оказываются недостаточно осведомленными о специфике кибербуллинга, его потенциальных рисках и способах предотвращения, что обуславливает необходимость целенаправленной деятельности педагога-психолога, направленной на повышение родительской компетентности и вовлечение семьи в процесс профилактики кибербуллинга.

Следует выделить следующие направления профилактической деятельности педагога-психолога.

1. Организация социальной среды.
2. Информирование.
3. Активное обучение социально-важным навыкам.
4. Организация деятельности альтернативной девиантному поведению.
5. Организация здорового образа жизни.
6. Активизация личностных ресурсов.
7. Минимализация негативных последствий девиантного поведения.

Проблема кибербуллинга в образовательной среде, в частности в начальной школе, нуждается в комплексном подходе к её изучению

и профилактике. Научное исследование посвящено организации профилактики кибербуллинга среди младших школьников, что особенно актуально в условиях повсеместного использования сети Интернет. Ключевым фактором успешной профилактики является взаимодействие школы: администрации образовательного учреждения, учителей, классного руководителя с родителями. Проблема заключается в недостаточной осведомленности взрослых о том, как помочь ребенку, столкнувшемуся с кибербуллингом. Решение данной проблемы видится в совместной работе учителей, классного руководителя и родителей. В младшем школьном возрасте особенно важен пример разумного поведения взрослых, поскольку дети доверяют им. Следовательно, необходимо объединить усилия педагогов и семьи для предотвращения кибербуллинга.

Цель исследовательской работы: на основе анализа существующих программ и эмпирического исследования разработать программу деятельности педагога-психолога по профилактике кибербуллинга в начальной школе во взаимодействии с семьёй и дорожную карту её продвижения.

Нами были сформулированы следующие *задачи*:

1. Сформировать выборку.
2. Подобрать методики для изучения профилактики кибербуллинга у младших школьников.
3. Провести изучение риска кибербуллинга у младших школьников.
4. Разработать программу работы педагога-психолога по профилактике кибербуллинга с участием родителей.

Исследование проводилось в МАОУ г. Челябинска, в нём участвовали 23 ребёнка 9-10 лет. Для выявления детей, подвергшихся кибербуллингу, использовалась методика «Кибербуллинг в сети». Актуальность исследования обусловлена выявлением распространённости данного явления среди детей и определить их отношения к нему.

Исследование проводилось с помощью методики «Кибербуллинг в сети».

Первым направлением исследования было выявление жертв кибербуллинга. По анализу данных исследования мы выявили, что из 23 обучающихся 13 не становились жертвой кибербуллинга – (57%), 10 человек – жертвы кибербуллинга (43%).

Вторым направлением исследования было изучение наличия кибербуллеров. По интерпретации результатов мы выявили, что из 23 обучающихся у 1 испытуемого кибербуллинг отсутствует (4%), у 22 человек незначительные проявления кибербуллинга (96%).

Благодаря методике «Кибербуллинг в сети» и интерпретации её результатов, у нас есть возможность составить программу для педагога-психолога с семьей по профилактике кибербуллинга в начальной школе и мероприятия по её продвижению, в целях обеспечения родителей необходимой информацией и руководством в подобных обстоятельствах.

На сегодняшний день педагогам-психологам особенно важно заниматься профилактикой кибербуллинга. Необходимо постоянно уделять внимание данной проблеме в повседневной работе. В связи с этой необходимостью нами была разработана рабочая программа для работы с обучающимися младшего школьного возраста и их родителями по профилактике кибербуллинга. Данная программа носит название «Стоп травле в сети».

Концепция кибербуллинга была впервые сформулирована Б. Белси, который выявил её как агрессивные действия, повторяющиеся во времени и осуществляемые с применением цифровых технологий для нанесения ущерба отдельным лицам или группам лиц.

Основная цель программы: снижение рисков кибербуллинга среди обучающихся начальной школы посредством формирования у участников образовательного процесса знаний, умений и навыков безопасного и ответственного поведения в сети Интернет.

Задачи реализации программы:

1. Повышение компетентности родителей и обучающихся начальной школы в вопросах выявления, профилактики и реагирования на случаи кибербуллинга.
2. Обучение родителей навыкам распознавания признаков кибербуллинга у детей.
3. Укрепление детско-родительских отношений.

Этапы реализации программы:

1. Подготовительный этап – срок реализации программы сентябрь-октябрь.
2. Сбор информации, проведение диагностических методик обучающимися, подготовка теоретической базы.
3. Основной этап срок – реализации программы ноябрь-апрель.
4. Реализация основных задач программы при помощи взаимодействия педагога-психолога с обучающимися и родителями.
5. Заключительный этап – срок реализации программы – май.

Данная программа направлена на укрепление взаимодействий педагога-психолога с родителями и обучающимися, что в свою очередь будет способствовать профилактике риска кибербуллинга.

ГЛОССАРИЙ

Абьюз (от англ. *abuse* – «злоупотребление» и «плохое обращение») – проявление физического или психологического насилия по отношению к человеку, независимо от возраста и гендерной принадлежности.

Аддиктивное поведение (от англ. *addiction* – склонность, пагубная привычка; лат. *addictus* — рабски преданный) – особый тип форм деструктивного поведения, которые выражаются в стремлении к уходу от реальности посредством специального изменения своего психического состояния.

Аутоагрессия – разновидность агрессивного поведения, при котором враждебные действия по каким-либо причинам (преимущественно социальным — когда вызвавший агрессию объект недостижим, слишком силен — так или иначе неуязвим) не могут быть обращены на раздражающий объект и направляются человеком на самого себя.

Безопасный интернет – использование интернета с минимальным риском получения вреда или избегания нежелательного контента.

Бодишейминг – публичное осуждение людей за недостатки их внешности, такие как вес, фигура, размер бёдер и т. д; дискриминация тех, кто не вписывается в общепринятые стандарты красоты.

Буллинг (от англ. *bully* – хулиган, драчун, насильник) – повторяющиеся акты различных видов насилия и издевательств, со стороны одного лица или группы лиц в отношении индивида, который не может себя защитить. Сознательно планируемое продолжающееся во времени физическое и (или) психологическое насилие, прекращение которого требует вмешательства третьих лиц – директора, учителей, других работников школы, учеников, родителей, а иногда и представителей правоохранительных органов.

Буллер (булли) – инициатор буллинга.

Интернет-травля – намеренные оскорбления, угрозы, диффамации и сообщение другим компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации, как правило, в течение продолжительного периода времени.

Кибербуллинг – использование мобильных телефонов, электронной почты, Интернета, социальных сетей, блогов, чатов для преследования человека, распространения о нем конфиденциальной информации, сплетен, порочащих и оскорбительных сообщений.

Киберсталкинг – использование электронных средств для преследования жертвы через повторяющиеся сообщения, вызывающие тревогу и раздражение.

Клевета – заведомо ложная порочащая информация или распространение заведомо ложных сведений, порочащих честь и достоинство другого лица или подрывающих его репутацию.

Конфиденциальность – защита личной информации и данных.

Общение – процесс обмена информацией и взаимодействия между людьми, основанный на восприятии и понимании друг друга.

Педагог-психолог – это специалист, который занимается психологическим сопровождением образовательного процесса, диагностикой, коррекцией и развитием психики и поведения детей и подростков, а также консультированием и поддержкой педагогов и родителей.

Профилактика – меры и действия, предпринимаемые для предотвращения возникновения каких-либо проблем.

Психологическое насилие – совокупность намеренных вербальных и поведенческих действий, направленных на унижение достоинства, игнорирование, отторжение, контролирование или социальную изоляцию человека.

Младшие школьники – это дети от 6 до 10 лет – ученики начальной школы.

Родители – это ближайшие родственники человека, составляющие основу его семьи.

Семья – это сообщество, основанное на браке супругов, помимо которых включает и их холостых детей (собственных и усыновлённых), связанных духовно, общностью быта и взаимной моральной ответственностью.

Сталкинг – (от англ. *stalking* — преследование) — нежелательное навязчивое внимание к одному человеку со стороны другого человека или группы людей.

Стигма – социальный ярлык, имеющий негативный оттенок и приводящий к неодобрению или неприятию человека.

Травля – агрессивное преследование одного из членов коллектива (особенно коллектива школьников и студентов, но также и коллег) со стороны другого члена коллектива.

Троллинг (от англ. *trolling* — «ловля рыбы на блесну») – вид виртуальной коммуникации с нарушением этики сетевого взаимодействия, выражающейся в виде проявления различных форм агрессивного, издевательского и оскорбительного поведения; речевая провокация с целью эскалации коммуникативного конфликта.

Флейминг – агрессивное речевое взаимодействие, смысл которого состоит исключительно в развитии агрессивного, оскорбляющего диалога и полилога, часто является результатом троллинга.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алиева А. М. Проблема кибербуллинга в образовательной среде / А. М. Алиева // Студенческий электронный журнал СтРИЖ. – 2018. – № 5 (22). – С. 59–61. – eISSN 2587-7658.
2. Белси Б. Кибербуллинг: возникающая угроза поколению «всегда на связи» / Б. Белси. – URL: http://www.cyberbullying.ca/pdf/Cyberbullying_Article_by_Bill_Belsey.pdf (дата обращения: 14.08.2024).
3. Бенгина Е. А. Кибербуллинг как новая форма угрозы психологическому здоровью личности подростка / Е. А. Бенгина, С. А. Гришаева // Вестник университета. – 2018. – № 2. – С. 153–157. – URL: [Кибербуллинг как новая форма угрозы психологическому здоровью личности подростка – тема научной статьи по психологическим наукам читайте бесплатно текст научно-исследовательской работы в электронной библиотеке КиберЛенинка](#) (дата обращения: 15.09.2024).
4. Бобырева М. П. Социальная профилактика кибербуллинга в подростковой среде / М. П. Бобырева, С. В. Рослякова. – 2019. – URL: <http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/5854> (дата обращения: 15.11.2024).
5. Бородина В. Н. Роль детско-родительских отношений в возникновении кибербуллинга / В. Н. Бородина // Мир науки, культуры, образования. – 2023. – № 1 (98). – С. 138–141. – ISSN 2658-6282.
6. Боцоева А. В. О деструктивном влиянии сети интернет на несовершеннолетних: контекст превенции / А. В. Боцоева, С. К. Гучетль, Л. А. Лазаренко // Проблемы современного педагогического образования. – 2021. – № 71-1. – С. 275–278. – DOI : 10.25629/НС.2022.07.11.
7. Бочавер А. А. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий / А. А. Бочавер, К. Д. Хломов // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2023. – Т. 11, № 3. – С. 177–191.

8. Бочавер А. А. Проблема буллинга в контексте образовательной среды / А. А. Бочавер, Н. В. Горлова, К. Д. Хломов // Психологические исследования. – 2021. – Т. 14, № 76. – 27 с.
9. Бубнова А. Д. Причины и последствия кибербуллинга в социальных сетях / А. Д. Бубнова // Социально-гуманитарные инновации стратегии фундаментальных и прикладных научных исследований : материалы Всерос. науч.-практ. конф., Оренбург, 20–21 мая 2021 г. – Оренбург : Оренбург. гос. ун-т, 2021. – С. 214–219.
10. Васильева А. В. Работа с родителями младших школьников по предупреждению последствий кибербуллинга : дисс. : 2021 / Васильева Анна Вячеславовна ; науч. рук. М. В. Жукова. – 2021. – URL: <http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/9864> (дата обращения: 16.12.2024).
11. Власова Н. В. Психологические особенности лиц, склонных к кибервиктимному поведению / Н. В. Власова, Е. Л. Буслаева // Психология и право. – 2022. – Т. 12, № 2. – С. 194–206. – ISSN: 2222-5196.
12. Вихман А. А. Традиционные и цифровые возможности профилактики кибербуллинга / А. А. Вихман, Е. Н. Волкова, Л. В. Скитневская // Вестник Мининского университета. – 2021. – Т. 9, № 4. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/traditsionnye-i-tsifrovye-vozmozhnosti-profilaktiki%20kiberbullinga> (дата обращения: 21.05.2024).
13. Волкова Е. Н. Кибербуллинг как способ социального реагирования подростков на ситуацию буллинга / Е. Н. Волкова, И. В. Волкова // Вестник Минского университета. – 2017. – № 3. – DOI: 10.26795/2307-1281-2017-3-17.
14. Волчегорская Е. Ю. Работа учителя по профилактике кибербуллинга в начальной школе / Е. Ю. Волчегорская, М. В. Жукова, К. И. Шишкина, Е. В. Фролова // Социальная психология. – 2023. – № 3. – URL: <https://www.minin-vestnik.ru/jour/article/view/1478> (дата обращения: 15.01.2024).

15. Волчегорская Е. Ю. Риски цифровой зависимости у детей младшего школьного возраста / Е. Ю. Волчегорская, М. В. Жукова, К. И. Шишкина // Перспективы науки и образования. – 2022. – № 4 (58). – С. 355–369. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/riski-tsifrovoy-zavisimosti-u-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta/viewer> (дата обращения: 22.05.2024).
16. Восемь оттенков кибербуллинга. Куда приводит интернет-вражда и что делать, если вы стали ее жертвой // Нож : [сайт]. – 2018. – URL: <https://knife.media/cyberbullying/> (дата обращения: 12.02.2025).
17. Выготский Л. С. Педология подростка / Л. С. Выготский // Полное собрание сочинений Выготского. – URL: [https://psychlib.ru/mgppu/VPp-1929/VPp-504.htm#\\$p1](https://psychlib.ru/mgppu/VPp-1929/VPp-504.htm#$p1) (дата обращения: 19.01.2025).
18. Газизьянов Т. А. Психология кибербуллинга. Виды и причины кибербуллинга / Т. А. Газизьянов, З. Р. Мансурова // Общество, право, государственность: ретроспектива и перспектива. – 2023. – № 4 (16). – С. 89–92.
19. Газизьянов Т. А. Развитие критического мышления как способ противодействия негативному психологическому воздействию / Т. А. Газизьянов // Материалы всероссийской научно-практической конференции. – Санкт-Петербург, 2022. – С. 261–264. – ISSN 2500-2112.
20. Герасимова А. А. Общая шкала проблемного использования интернета: апробация и валидизация в российской выборке третьей версии опросника / А. А. Герасимова, А. Б. Холмогорова // Консультативная психология и психотерапия. – 2018. – Т. 26, № 3. – С. 56–79. – ISSN: 2075-3470 / 2311-9446.
21. Гизатулина А. А. Кибербуллинг как форма интернет агрессии / А. А. Гизатулина // Современная психология и педагогика: проблемы и решения : сб. ст. по матер. XVII междунар. науч.-практ. конф. – Новосибирск: СибАК, 2018. – № 12 (16). – С. 75–79.

22. Жукова М. В. Отклоняющееся поведение в детском возрасте: терминологическое поле исследования / М. В. Жукова // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2012. – № 11. – С. 71–85. – ISSN 1997-98-86.

23. Жукова М. В. Профилактика аддиктивного поведения: теоретические аспекты и активные формы работы со школьниками : учеб.-метод. пособие / М. В. Жукова, Е. В. Фролова, К. И. Шишкина. – Челябинск : Цицеро, 2017. – 220 с. – ISBN 978-5-91283-846-0.

24. Иванова А. К. Буллинг и кибербуллинг как явление образовательной среды: примеры современных исследований проблемы / А. К. Иванова // Мир науки : [сайт]. – 2018. – Т. 6, № 5. – URL: <https://mir-nauki.com/PDF/29PDMN518.pdf> (дата обращения: 29.01.2025).

25. Иванова Н. В. Взаимодействие с семьёй на этапе формирования лидерских качеств ребёнка в процессе реализации программы «Орлята России» / Н. В. Иванова // Педагогический альманах : сборник публикаций. – 2026. – Вып. № 02.1. – URL: <https://www.pedalmanac.ru/collection/02.1-2026> (дата обращения: 12.01.2026). – ISSN 2712-8792.

26. Иванова Н. В. Работа педагога-психолога по профилактике зависимости от компьютерных игр у младших школьников / Н. В. Иванова // Сборник. – Челябинск: АБРИС, 2025. – Ч. 2. – 561 с. – ISBN 978-5-91744-185-6.

27. Иванова Н. В. Формирование неприятия любых форм поведения, направленных на причинение морального вреда людям, в рамках реализации программы «Орлята России» роль родительского сообщества / Н. В. Иванова // Педагогический альманах: сборник публикаций. – 2026. – Вып. № 02.1. – URL: <https://www.pedalmanac.ru/collection/02.1-2026> (дата обращения: 12.01.2026). – ISSN 2712-8792.

28. Институт изучения детства, семьи и воспитания : официальный сайт. – Москва. – URL: <https://институтвоспитания.рф/press-center/news/11-noyabrya-otmechaetsya-den-borby-s-kiberbullingom/> (дата обращения: 16.10.

2024).

29. Карауш И. С. Кибербуллинг и суицидальное поведение подростков / И. С. Карауш, И. Е. Куприянова, А. А. Кузнецова // Суицидология. – 2020. – Т. 11, № 1. – С. 117–129.

30. Кибербуллинг: масштаб проблемы в России // ВЦИОМ : [сайт]. – 2021. – URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/bulling-on-zhe-travlja-masshtab-problemy-i-puti-resheniija> (дата обращения: 29.01.2025).

31. Кибитов А. О. Интернет-зависимость: клинические, биологические, генетические и психологические аспекты / А. О. Кибитов, А. В. Трусова, А. Ю. Егоров // Вопросы наркологии. – 2019. – № 2 (173). – С. 22–47.

32. Кириаку К. Кибербуллинг учителей учащимися: вызов авторитету учителя в цифровую эпоху / К. Кириаку, А. Зуин // Научные работы в области образования. – 2015. – № 1522. – С.19. – DOI:10.1080/02671522.2015.1037337.

33. Клюкина А. А. Кибербуллинг как результат виктимного поведения в условиях социальных сетей / А. А. Клюкина // Студент и наука (гуманитарный цикл). – 2019. – С. 957–961. – ISSN 2658-6282.

34. Кнышова Л. П. Кибербуллинг как социально-педагогическая проблема / Л. П. Кнышова, А. И. Артюхина, В. И. Чумаков // Образовательный вестник сознание. – 2020. – Т. 22, № 4. – С. 5–9. – ISSN 1994-5639.

35. Короле
нко Ц. П. Социодинамическая
психиатрия / Ц. П. Короленко, Н. В.
Дмитриева. – Москва : Академический Проект, 2020 – 460 с. – ISBN 5-8291-0015-0.

36. Кулинич Е. А. Работа педагога по превенции социальной стигматизации детей, подвергающихся кибербуллингу : дис. : 2022 / Кулинич Екатерина Андреевна ; науч. рук. М. В. Жукова. – 2022. – URL:<http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/12328> (дата обращения: 16.02.2025).

37. Лэйн Д. Школьная травля (буллинг) / Д. Лэйн // Семейное консультирование и психотерапия : [сайт]. – 2021. – URL: <http://www.supporter.ru/ru/> (дата обращения: 25.03.2025).
38. Михайлова О. Р. Когда оскорбление воспринимается как шутка? Персональные и ситуативные факторы отключения моральной ответственности свидетеля кибербуллинга / О. Р. Михайлова // Журнал социологии и социальной антропологии. – 2019. – № 22 (2). – С. 55–92.
39. Молчанова Д. В. Противодействие школьному буллингу: анализ международного опыта / Д. В. Молчанова, М. А. Новикова ; НИУ «Высшая школа экономики», Институт образования. – Москва : НИУ ВШЭ, 2020. – 72 с. – (Современная аналитика образования ; № 1 (31)). – URL: [https://ioe.hse.ru/data/2020/02/17/1576788036/CAO%20\(31\)%20электронный.pdf](https://ioe.hse.ru/data/2020/02/17/1576788036/CAO%20(31)%20электронный.pdf) (дата обращения: 07.01.2026).
40. Назаров В. Л. Буллинг и кибербуллинг в современной школе / В. Л. Назаров, Н. В. Авербух, А. В. Буйначева // Образование и наука. – 2022. – Т. 24, № 2. – С. 169–205. – DOI: 10.17853/1994-5639-2022-2-169-205.
41. Назаров В. Л. Кибербуллинг внутри и вне школьного коллектива / В. Л. Назаров, Н. В. Авербух, А. В. Буйначева // Педагогическое образование в России. – 2021. – № 6. – С. 69–79. – DOI 10.26170/2079-8717_2022_06_20.
42. Найденова Л. А. Кибербуллинг: опасное виртуальное «быкование» / Л. А. Найденова // Псифактор : [сайт]. – 2020. – URL: <https://psyfactor.org/lib/cyber-bullying.htm> (дата обращения: 24.04.2025).
43. Об исследовании «Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья» (HBSC) : [сайт]. – 2022. – URL: https://спортивная-медицина.рф/sites/default/files/news/2017/2017_06_29_conf_safe_sport/presentations/30_02_02_05_churganov.pdf (дата обращения: 05.01.2025).
44. Об образовании в Российской Федерации : Федеральный закон № 273-ФЗ от 29 дек. 2012 г. (ред. от 25.12.2023) // КонсультантПлюс: [информационно-правовая система]. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 25.11.2025).

45. Основы знаний о профилактике аддиктивного (зависимого) поведения : [сайт]. – 2022. – URL: <http://edunyagan.ru/files/organizaciyaprofilakticheskojdeyatel-nosti.pdf> (дата обращения: 01.01.2025).
46. Остроушко А. В. Противодействие кибербуллингу детей в Великобритании и России / А. В. Остроушко, А. А. Букалеров // Вестник Всероссийского института повышения квалификации сотрудников Министерства внутренних дел Российской Федерации. – 2018. – № 3 (47). – С. 144–150.
47. Парламентская газета : официальный сайт / Издание Федерального Собрания Российской Федерации. – Москва. – URL: <https://www.pnp.ru> (дата обращения: 07.01.2026).
48. Плотникова Т. В. Феномен киберпреступности в условиях XXI века / Т. В. Плотникова, О. В. Котельникова // Право: история и современность. – 2020. – № 3 (12). – С. 141–150. – DOI: 10.17277/pravo.2020.03.pp.141-150.
49. Постылякова Ю. В. Экологический и ресурсный подходы в изучении сетевой агрессии среди молодежи / Ю. В. Постылякова // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. – 2018. – Т. 3, № 4. – С. 193–211.
50. Программа и план работы социально-психологической службы по профилактике буллинга и кибербуллинга // Яндекс Документы : [сайт]. – URL: https://docs.yandex.ru/docs/view?url=Programma_i_plan_raboty_SP_po_profilaktike_bullinga_i_kiberbullinga.pdf (дата обращения: 07.01.2026).
51. Профилактика: буллинг, кибербуллинг // Яндекс Документы: [сайт]. – URL: https://docs.yandex.ru/docs/view?url=Profilaktika_bulling_kiberbulling.pdf (дата обращения: 07.01.2026).
52. Программа профилактики буллинга : [локальный нормативный акт] // Яндекс Документы : [сайт]. – URL: https://docs.yandex.ru/docs/view?url=Programma_profilaktiki_bullinga.pdf (дата обращения: 07.01.2026).

53. Путинцева А. В. Развитие феномена «Кибербуллинг» : анализ подходов к определению / А. В. Путинцева // Вестник Уфимского юридического института МВД России. – 2020. – № 3 (89). – С. 51-57. – DOI: 10.34670/AR.2020.43.34.012.

54. Пшеничникова В. А. Взаимодействие педагога-психолога с семьей по профилактике аддиктивного поведения младших школьников, склонных к кибербуллингу : дис. / Пшеничникова Виктория Анатольевна ; науч. рук. М. В. Жукова. – 2021. – URL: <http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/8758> (дата обращения: 07.01.2026).

55. Российская Федерация. Правительство. Об утверждении Концепции информационной безопасности детей : Распоряжение Правительства Российской Федерации № 2471-р от 02 дек. 2015 г. // ГАРАНТ.РУ : [сайт]. – URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71165680/> (дата обращения: 11.03.2024).

56. Санина Е. И. Профилактика кибербуллинга как цель социализации подростков в условиях цифровой среды / Е. И. Санина, Е. А. Дегтярёв // Проблемы современного педагогического образования. – Ялта : РИО ГПА, 2020. – Вып. 68, ч. 4. – С. 210–213. – DOI: 10.60797/PED.2025.7.8.

57. Скобина Е. А. Проблемы защиты детей в интернет-пространстве / Е. А. Скобина, Е. С. Бурдинская // Актуальные вопросы юридических наук : материалы IV Междунар. науч. конф. (г. Чита, апрель 2018 г.). – Чита : Издательство Молодой ученый, 2018. – С. 58–62. – URL: <https://moluch.ru/conf/law/archive/284/14093>.

58. Солдатова Г. У. Кибербуллинг: особенности, ролевая структура, детско-родительские отношения и стратегии совладания / Г. У. Солдатова, А. Н. Ярмина // Национальный психологический журнал. – 2019. – № 3 (35). – С. 17–31. – ISSN 2079-6617.

59. Солдатов Д. Н. Причины и последствия кибербуллинга в подростковой среде / Д. Н. Солдатов // Инновации. Наука. Образование.

– 2021. – № 35. – С. 1927–1932. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=46324954>
(дата обращения: 23.04.2025).

60. Стукало И. С. Определение понятия кибербуллинга на основании исследований зарубежных и отечественных ученых / И. С. Стукало // Молодой ученый. – 2020. – № 2 (292). – С. 218–220. – URL: <https://moluch.ru/archive/292/66081> (дата обращения: 23.05.2025).

61. Федорина О. С. Превенция кибербуллинга как формы деструктивного поведения обучающихся в современной общеобразовательной организации : дисс. / Федорина Ольга Сергеевна ; науч. рук. К. И. Шишкина. – 2023. – URL: <http://elib.cspu.ru/xmlui/handle/123456789/14349> (дата обращения: 15.03.2025).

62. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования : официальный сайт. – Москва, 2016-2025. – URL: <https://fgos.ru/> (дата обращения: 15.08.2024).

63. Хломов К. Д. Кибербуллинг в опыте российских подростков / К. Д. Хломов, Д. Г. Давыдов, А. А. Бочавер // Психология и право. – 2019. – № 2. – С. 276–295. – ISSN 2222-5196.

64. Хрусталева А. А. Кибербуллинг: профилактика и меры борьбы в цифровую эпоху / А. А. Хрусталева, Б. А. Горбатова // Молодой ученый. – 2024. – № 23 (522). – С. 306–307. – URL: <https://moluch.ru/archive/522/115356>
(дата обращения: 07.01.2026).

65. Шабанов Л. В. Кибербуллинг, или виртуальная агрессия / Л. В. Шабанов, А. В. Елисеева // Экономика, управление, право: современные вызовы и перспективы развития : сборник статей II Международной научно-практической конференции (Петрозаводск, 27 ноября 2019 г.). – Петрозаводск : Новая Наука, 2019. – С. 86–89.

66. Шакирова Д. М. Социальный конфликт и стратегии конфликтного поведения в современных школах : автореф. дис. ... канд. социол. наук : 22.00.04 / Шакирова Динара Марселевна. – Саранск, 2018. – 30 с.

67. Щипанова Д. Е. Кибербуллинг как фактор риска в образовательной среде / Д. Е. Щипанова // Новые информационные технологии в образовании : материалы VIII Международной научно-практической конференции. – Екатеринбург, 2020. – С. 619–623. –URL:https://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789/3463/1/nito_2015_164.pdf (дата обращения: 15.08.2024).

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Анкета

«Кибербуллинг в сети»

Инструкция: внимательно прочитайте вопросы анкеты. Выберите один вариант ответа, который наиболее соответствует вашему мнению, и подчеркните его. При необходимости дополните свой ответ. Просим отвечать искренне и работать самостоятельно.

1. Как часто за один день ты пользуешься социальными сетями?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

2. Писал ли кто-либо о тебе в сети обидные, причиняющие боль вещи?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

3. Случалось ли тебе писать что-то обидное или злое о ком-то в соцсетях?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

4. Случалось ли тебе прогуливать школу из-за того, что кто-то писал о тебе гадости в Сети?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

5. Ставил ли ты лайки или оставлял едкие комментарии под постами, авторы которых писали о ком-то что-то обидное и злое?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

6. Размещал ли кто-нибудь специально в социальной сети унижающие тебя фотографии или видео?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

7. Выкладывал ли ты или репостил видео, которое кого-то оскорбляет или унижает?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

8. Создавал ли кто-то фальшивый профиль в соцсети, чтобы издеваться над тобой?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

9. Случалось ли тебе создавать фальшивые аккаунты, чтобы посмеяться над кем-то?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

10. Тебе случалось избегать соцсетей, чтобы не читать гадости, которые там о тебе пишут?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

11. Случалось ли тебе писать сообщения с угрозами в чей-либо адрес?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

12. Были ли в твоей жизни унижительные или обидные сообщения от незнакомых людей?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

13. Говорили ли тебе родители или взрослые в школе, что то, чем ты занимаешься в интернете, плохо и обижает других?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

14. Кто-нибудь распространял о тебе слухи онлайн?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

15. Случалось ли тебе отправлять кому-либо намеренно оскорбительные или обидные сообщения?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

16. Предупреждали ли тебя друзья, что один одноклассник публикует в интернете о тебе гадости?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

17. Случалось ли, что ты был свидетелем травли в интернете, которым занимались твои товарищи по школе, и ничего не сделал, чтобы их остановить?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

18. Посылал ли кто-нибудь тебе сообщения с угрозами, которые тебя пугали?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

19. Предлагал ли ты друзьям написать в интернете что-то обидное о ком-либо?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

20. Кто-нибудь притворялся тобой в интернете, чтобы втянуть тебя в неприятности?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

21. Случалось ли тебе распространять сообщения со слухами о ком-либо?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

22. Доводилось ли тебе вступать в группу, которая создана, чтобы высмеять кого-то?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

23. Тебе случалось делать, публиковать или пересылать фотографии или видео, которые ставят кого-то в неловкое положение?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

24. Используешь ли ты грубые, обидные или унижительные для кого-то хештеги в соцсетях?

- а) Никогда
- б) 1–2 раза
- в) Много раз

Обработка результатов

За каждый ответ «а» начислите 0 баллов, «б» – 1 балл, «в» – 2 балла.

Подсчитайте количество баллов в вопросах: 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18,

20. Эти вопросы выявляют жертв кибербуллинга.

Подсчитайте количество баллов в вопросах: 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 22, 23, 24. Эти вопросы выявляют интернет-буллеров.

Не учитывайте в подсчете баллов ответ на вопрос № 1.

Интерпретация результатов

Выявление жертв кибербуллинга

0 баллов. Кибербуллинга нет.

1–10 баллов. Эти учащиеся не становились жертвой кибербуллинга.

11–20 баллов. Эти учащиеся – жертвы кибербуллинга.

Выявление кибербуллеров

0 баллов. Кибербуллинг отсутствует.

1–15 баллов. Незначительные проявления кибербуллинга.

16–30 баллов. Кибербуллинг. Эти учащиеся издеваются над людьми онлайн.

№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	Жертвы	Буллы	
1	Б	Б	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	Б	А	А	А	А	А	А	А	А	1	1
2	Б	В	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	В	А	А	Б	В	А	В	А	А	Б	А	А	12	2
3	А	Б	А	А	А	А	А	А	А	В	А	А	А	Б	Б	Б	Б	А	А	В	Б	А	А	А	А	10	3
4	В	А	А	А	А	А	А	Б	А	А	А	Б	Б	В	А	В	А	Б	А	Б	А	А	А	А	А	10	1
5	В	Б	А	А	А	Б	А	В	А	В	А	Б	А	Б	А	Б	А	А	А	А	А	А	А	А	А	11	0
6	Б	Б	А	Б	Б	А	А	В	А	Б	А	В	А	А	Б	А	А	В	А	Б	А	А	А	А	А	13	2
7	Б	В	А	А	Б	А	А	Б	А	А	А	А	Б	В	Б	В	А	Б	Б	А	А	А	А	Б	А	11	5
8	Б	А	Б	Б	Б	Б	А	В	А	Б	А	Б	А	А	А	В	А	Б	А	В	А	А	А	А	А	11	2
9	В	Б	Б	А	А	А	А	Б	А	А	А	А	А	В	А	А	В	А	А	Б	А	А	А	А	А	6	4
10	В	Б	Б	Б	Б	А	А	А	А	В	А	А	А	А	А	Б	А	В	А	А	А	Б	А	А	А	9	3
11	В	В	А	В	Б	В	А	А	А	Б	А	Б	Б	А	А	Б	Б	А	А	А	А	А	А	А	А	12	3
12	В	А	А	А	А	А	А	Б	А	А	А	В	Б	Б	А	Б	В	Б	А	Б	А	А	А	А	А	8	4
13	А	В	В	В	А	Б	А	А	А	В	А	Б	Б	А	А	А	Б	А	А	Б	Б	А	А	А	А	12	6
14	В	Б	А	А	Б	Б	А	В	А	А	А	А	А	А	А	В	А	В	А	А	А	А	А	А	А	10	1
15	В	Б	А	А	Б	В	А	А	А	Б	А	А	А	Б	А	А	А	А	А	А	В	Б	А	Б	А	9	3
16	Б	А	А	В	Б	В	А	В	А	А	А	А	А	А	Б	Б	А	Б	А	Б	А	А	А	А	А	12	2
17	Б	А	А	А	А	А	А	А	А	А	А	Б	А	В	Б	А	А	А	А	А	Б	А	А	А	А	5	1
18	Б	А	А	В	В	А	А	Б	А	В	А	А	А	Б	А	В	А	Б	Б	Б	Б	Б	А	А	А	13	5
19	В	А	А	А	Б	А	А	А	А	В	А	Б	Б	А	А	Б	А	Б	Б	А	А	А	А	А	А	6	3
20	А	Б	А	Б	В	Б	А	А	А	Б	А	А	Б	Б	А	А	А	Б	А	В	А	А	А	А	А	9	4
21	А	А	А	А	А	Б	А	А	А	А	А	В	А	В	А	Б	Б	Б	Б	А	А	А	А	А	А	9	2
22	Б	В	А	А	А	В	А	А	А	В	А	А	Б	А	А	Б	Б	А	А	А	А	Б	А	А	А	10	3
23	Б	А	А	А	А	В	А	А	А	В	А	Б	Б	В	А	А	А	А	Б	Б	А	А	А	Б	А	11	3

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Мероприятия основного этапа

Занятие №1. «Безопасный интернет: я – пользователь!»

Цель: сформировать у обучающихся навыки безопасного и ответственного поведения в интернете, умения распознавать кибербуллинг и уверенно действовать в онлайн-среде.

Задачи:

1. Повысить уровень осведомленности о рисках и угрозах в интернете, подчеркивая их влияние на эмоциональное состояние.
2. Сформировать навыки безопасного поведения в онлайн-среде, учитывая психологические механизмы защиты.
3. Обучить распознаванию различных форм кибербуллинга, акцентируя внимание на эмоциональных последствиях для всех участников.
4. Развить навыки эффективного реагирования на ситуации кибербуллинга (в роли жертвы и свидетеля), фокусируясь на стратегиях психологической устойчивости и самопомощи.

Оборудование: компьютер, проектор, экран, раздаточные материалы, ручки, бумага, цветные карандаши/фломастеры (для творческих заданий).

Ход занятия

Организационный момент

Приветствие

Педагог-психолог: здравствуйте, ребята! Сегодня мы с вами поговорим об очень важной теме – о том, как быть уверенными и безопасными в интернете. Представьте, что наш класс сегодня – это такая зона безопасности, где каждый может открыто делиться своими мыслями и чувствами, не боясь осуждения. Договорились?

Упражнение «Комплимент по кругу». Давайте начнем с небольшого упражнения, чтобы настроиться на позитив. Каждый из вас скажет

комплимент своему соседу справа. Комплимент должен быть искренним и касаться какого-то хорошего качества этого человека.

Основная часть занятия

Педагог-психолог: интернет – это как огромный мир, полный возможностей, но в любом мире есть свои правила. И сегодня мы будем учиться этим правилам, чтобы чувствовать себя комфортно и защищенно в этом мире.

Что бы вы хотели узнать на этом занятии? Какие вопросы вас волнуют, когда вы думаете об интернете? (Записывает ожидания на доске, чтобы вернуться к ним в конце занятия).

Педагог-психолог: давайте подумаем, какие опасности могут встретиться нам в интернете. Не просто какие-то технические проблемы, а что может задеть наши чувства, наше настроение? Что может заставить нас чувствовать себя плохо, тревожно или даже испуганно?

Вопросы для дискуссии (с акцентом на чувства).

Что может случиться в интернете, что заставит вас почувствовать себя обиженными, злыми, разочарованными?

С чем вы сталкивались в интернете, что вызвало у вас сильные эмоции – положительные или отрицательные?

Педагог-психолог: да, в интернете можно столкнуться с обманом, с неприятными сообщениями, с людьми, которые ведут себя нечестно или грубо. Это может очень сильно повлиять на наше настроение, на нашу уверенность в себе. Поэтому важно уметь защищаться от этого.

Мини-лекция: интернет – это как зеркало, он отражает и усиливает наши эмоции. Если у нас хорошее настроение, мы видим в интернете только хорошее. Если мы чувствуем себя неуверенно, мы можем стать более уязвимыми для обмана или манипуляций. Поэтому важно следить за своим эмоциональным состоянием, когда мы находимся в интернете.

Педагог-психолог: как же мы можем защитить себя в интернете не только технически, но и психологически? Какие наши сильные стороны могут нам помочь?

Мозговой штурм: какие качества характера помогают нам быть осторожными и внимательными? (Например, критическое мышление, умение говорить «нет», уверенность в себе, умение просить о помощи).

Педагог-психолог: совершенно верно! Наша уверенность в себе, наша способность говорить «нет», когда нам что-то не нравится, наше умение просить о помощи, когда мы чувствуем себя в опасности – это наши самые главные защитники в интернете.

Упражнение «Моя граница безопасности»: на листе бумаги каждый рисует круг – это его личное пространство в интернете. Внутри круга он пишет, какую информацию он готов о себе рассказывать другим. За пределами круга – информацию, которую он будет хранить в секрете. Это упражнение поможет вам понять, где проходит ваша личная граница безопасности в интернете. Что вы готовы показывать миру, а что оставите только для себя.

Педагог-психолог: к сожалению, в интернете, как и в реальной жизни, есть люди, которые ведут себя агрессивно, оскорбляют других. Это называется кибербуллинг, или травля в интернете. Почему это происходит? Как вы думаете, что чувствует человек, который становится жертвой кибербуллинга?

Дискуссия: какие эмоции испытывает жертва кибербуллинга? (Страх, стыд, обиду, злость, одиночество, беспомощность). Как это может повлиять на его самооценку, на его отношения с друзьями, на его успеваемость в школе?

Просмотр короткого видеоролика о кибербуллинге с психологическим акцентом (видео, где есть интервью с жертвами кибербуллинга или где психолог объясняет последствия травли).

Ролевая игра «Поддержка друга»: представьте, что ваш друг рассказал вам, что его травят в интернете. Что вы ему скажете? Как вы его поддержите? Что вы посоветуете? (Обучающиеся разыгрывают ситуации в парах).

Педагог-психолог: самое главное – не молчать! Если вы стали жертвой кибербуллинга, или если вы видите, что травят вашего друга, обязательно расскажите об этом взрослым, которым вы доверяете – родителям, учителям, психологу. Это не стукачество, это забота о своей безопасности и о безопасности других.

Мини-лекция о стратегиях самопомощи: что вы можете сделать, чтобы справиться с негативными эмоциями, которые возникают из-за кибербуллинга? (Например, поговорить с другом, заняться любимым делом, послушать музыку, погулять на свежем воздухе, обратиться к психологу). Важно помнить, что вы не одиноки, и что есть люди, которые готовы вам помочь.

Рефлексия

Педагог-психолог: наше занятие подходит к концу. Давайте вспомним, о чем мы сегодня говорили. Что вы узнали нового? Что вам больше всего запомнилось? Что вы будете делать по-другому после этого занятия?

Вопросы для рефлексии

1. Как вы чувствуете себя сейчас, после этого занятия? Изменилось ли ваше отношение к интернету?
2. Какие ваши сильные стороны помогут вам быть уверенными и безопасными в интернете?
3. Кому вы обратитесь за помощью, если столкнетесь с кибербуллингом?

Упражнение «Солнышко»: на листе бумаги каждый рисует солнышко. На лучиках он пишет, что он заберет с собой после этого занятия, что его согревает и вдохновляет.

Педагог-психолог: помните, что вы – сильные, умные и достойные уважения. Не позволяйте никому в интернете заставить вас чувствовать себя иначе. Если вам нужна помощь, обращайтесь ко мне или к другим взрослым, которым вы доверяете. Спасибо вам за активное участие! До новых встреч!

Занятие №2. Занятие для родителей «Родительский контроль: как помочь ребенку в онлайн-мире?»

Цель: повысить компетентность родителей в вопросах обеспечения онлайн-безопасности детей, вооружить их практическими инструментами и сформировать навыки конструктивного диалога с детьми на тему интернета.

Задачи:

1. Повысить уровень осведомленности родителей о рисках и угрозах в интернете, с которыми сталкиваются их дети, подчеркивая психологическое воздействие этих угроз.
2. Обучить родителей эффективным методам родительского контроля, с акцентом на баланс между защитой и доверием.
3. Сформировать навыки эффективного общения с детьми на темы онлайн-безопасности, способствующие открытому и доверительному диалогу.
4. Развить способность распознавать признаки кибербуллинга у ребенка и оказывать ему необходимую психологическую поддержку, а также научить их действовать в подобных ситуациях.

Оборудование: компьютер, проектор, экран, колонки (для воспроизведения видео/аудио), доступ в интернет, раздаточные материалы, карточки с ситуациями (для деловой игры), бланки для рефлексии, маркеры.

Ход занятия

Организационный момент

Приветствие

Педагог-психолог: добрый вечер, уважаемые родители! Спасибо, что нашли время и пришли сегодня. Сегодня мы с вами поговорим об очень важной и актуальной теме – о том, как помочь нашим детям быть в безопасности в интернете. Интернет – это часть их жизни, и наша задача – не оградить их от него, а научить безопасному и ответственному использованию.

Я понимаю, что у каждого из вас есть свой опыт и свои взгляды на эту тему. Поэтому давайте сделаем так, чтобы наша встреча прошла в атмосфере открытости и взаимоуважения. Нет правильных или неправильных ответов, есть разные точки зрения, и все они важны.

Упражнение «Ожидания»: я предлагаю вам сейчас подумать и записать на листочках, чего вы ожидаете от этой встречи. Какие вопросы вас больше всего волнуют в связи с онлайн-безопасностью ваших детей? А в конце нашей встречи мы посмотрим, оправдались ли ваши ожидания. (Собирает листочки с ожиданиями, чтобы вернуться к ним в конце).

Педагог-психолог: давайте прямо сейчас сделаем небольшую переключку: поднимите руки те, чьи дети активно используют социальные сети. А кто играет в онлайн-игры? А кто смотрит видео? Видите, как много всего дети делают в интернете. Именно поэтому нам с вами так важно быть в курсе и уметь их защитить.

Основная часть

Педагог-психолог: давайте поговорим о том, что может подстергать наших детей в интернете. Это не только какие-то технические угрозы, но и риски для их психического здоровья.

Мини-лекция с элементами дискуссии: какие опасности в интернете вызывают у вас наибольшую тревогу? (Обсуждает ответы родителей).

Вот основные риски, которые важно знать

Неподходящий контент: неконтролируемый доступ к контенту, содержащему насилие, порнографию, пропаганду экстремизма. Как это может повлиять на психику ребенка? (Обсуждение с родителями). Важно понимать, что ранний доступ к такому контенту может искажать представление о мире, вызывать тревогу, агрессию, нарушение сна.

Онлайн-знакомства: риск общения с незнакомцами, которые могут преследовать корыстные цели. Как обезопасить ребенка? (Рекомендации по обучению ребенка правилам онлайн-общения, обсуждение рисков). Важно

научить ребенка не доверять незнакомцам в интернете, не делиться личной информацией и всегда сообщать взрослым о подозрительных предложениях.

Кибербуллинг: травля в интернете. Это очень серьезная проблема, которая может привести к депрессии, тревожности, суицидальным мыслям. Мы поговорим об этом подробнее позже.

Интернет-зависимость: чрезмерное увлечение интернетом, которое мешает ребенку нормально учиться, общаться с друзьями, заниматься спортом. Важно устанавливать разумные ограничения и предлагать ребенку альтернативные занятия.

Финансовые риски: мошенничество, выманивание денег. Обучите детей быть внимательными и не участвовать в подозрительных онлайн-акциях.

Педагог-психолог: важно помнить, что дети не всегда рассказывают нам о своих проблемах в интернете. Они могут стесняться, бояться нашей реакции. Поэтому наша задача – создать такую атмосферу доверия, чтобы ребенок чувствовал себя в безопасности и знал, что может обратиться к нам за помощью в любой момент.

Педагог-психолог: как же мы можем защитить наших детей в интернете, не лишая их свободы и не нарушая их личное пространство? Главное – это найти баланс между контролем и доверием.

Обсуждение методов родительского контроля

Программное обеспечение: существуют специальные программы родительского контроля, которые позволяют блокировать нежелательные сайты, ограничивать время пребывания в интернете, отслеживать онлайн-активность ребенка. Но важно помнить, что никакая программа не заменит доверительного разговора с ребенком.

Настройки приватности: объясните детям, как настраивать приватность в социальных сетях, чтобы ограничить доступ к их личным данным. Покажите им, как блокировать нежелательных пользователей и сообщать о нарушениях.

Установка правил пользования интернетом: вместе с ребенком разработайте правила пользования интернетом. Определите время, которое он может проводить онлайн, сайты, которые ему разрешено посещать, и темы, которые ему не следует обсуждать с незнакомцами. Важно, чтобы эти правила были понятны и выполнимы для ребенка.

Совместное исследование интернета: проводите время в интернете вместе с ребенком. Смотрите видео, играйте в игры, изучайте новые сайты. Это поможет вам лучше понять, чем он интересуется, и вовремя заметить возможные проблемы. Это также прекрасный способ установить доверительные отношения с ребенком.

Деловая игра «Семейный совет»: разделитесь на группы и представьте, что вы члены одной семьи. Ваша задача – разработать правила пользования интернетом для вашего ребенка. Учитывайте его интересы, потребности и возрастные особенности. Представьте результаты вашей работы. (После игры – обсуждение разных подходов и оптимальных решений).

Педагог-психолог: самый эффективный метод родительского контроля – это доверительный разговор с ребенком. Важно не читать ему нотации и не запугивать его, а просто объяснить, почему так важно быть осторожным в интернете.

Список вопросов для обсуждения с детьми: (раздать родителям памятки со списком вопросов).

1. Какие сайты ты посещаешь чаще всего?
2. С кем ты общаешься в интернете?
3. Что тебя больше всего интересует в интернете?
4. Что тебя беспокоит или пугает в интернете?
5. Если кто-то тебя обижает или угрожает тебе в интернете, что ты будешь делать?

Педагог-психолог: если вы заметили, что ваш ребенок стал замкнутым, раздражительным, плохо спит, отказывается идти в школу, это может быть

признаком кибербуллинга. Очень важно вовремя заметить эти признаки и оказать ребенку поддержку.

Признаки кибербуллинга у ребенка: (раздать памятки с признаками).

1. Ребенок скрывает свою онлайн-активность.
2. Он становится раздражительным или расстроенным после работы в интернете.
3. Он перестает общаться с друзьями.
4. У него ухудшается успеваемость в школе.
5. Он жалуется на головные боли или боли в животе.

Педагог-психолог: что делать, если вы узнали, что ваш ребенок стал жертвой кибербуллинга?

1. Выслушайте его и поддержите.
2. Не обвиняйте его и не говорите, что он сам виноват.
3. Сохраните все доказательства кибербуллинга (скриншоты, сообщения).
4. Сообщите о случившемся в администрацию школы или в службу поддержки социальной сети.
5. Обратитесь к психологу за помощью.

Ролевая игра «Разговор с ребенком»: один из вас играет роль родителя, а другой – роль ребенка, который стал жертвой кибербуллинга. Попробуйте поговорить с ним так, чтобы он почувствовал вашу поддержку и доверие. (После игры – обсуждение успешных стратегий общения).

Рефлексия

Педагог-психолог: наша встреча подошла к концу. Надеюсь, что вы узнали сегодня много нового и полезного для себя. Давайте вспомним, какие вопросы мы сегодня обсудили, чему научились.

Возвращение к «Ожиданиям»: в начале нашей встречи вы записывали свои ожидания. Давайте посмотрим, оправдались ли они. Какие ваши вопросы остались без ответа? (Отвечает на оставшиеся вопросы).

Вопросы для рефлексии для родителей:

1. Что было самым полезным для вас на этом занятии?
2. Что вы будете делать по-другому после этой встречи?
3. Как вы планируете строить общение со своим ребенком на тему онлайн-безопасности?

Педагог-психолог: помните, что вы не одиноки. Если у вас возникнут какие-либо вопросы или проблемы, вы всегда можете обратиться ко мне за помощью. Желаю вам удачи в воспитании ваших детей в современном цифровом мире! Всего доброго!

Занятие №3. Семинары-практикумы для родителей и обучающихся начальной школы «Социальные сети: друг или враг?»

Цель: сформировать у родителей и детей осознанное, критическое отношение к социальным сетям, опираясь на знания о позитивных и негативных аспектах их влияния на психическое здоровье и социальное развитие, и предоставить инструменты для безопасного использования этих платформ.

Задачи:

1. Предоставить родителям и ученикам информацию о влиянии социальных сетей на детей, акцентируя внимание на психологических и социальных последствиях.
2. Сформировать у детей навыки критического анализа информации, получаемой из социальных сетей, с упором на распознавание фейков и манипуляций.
3. Обучить родителей техникам мониторинга активности детей в социальных сетях (с акцентом на этичность и доверие) и способам эффективного реагирования на потенциальные угрозы: кибербуллинг, деструктивный контент, онлайн-груминг.

Оборудование: для родителей: компьютер, проектор, экран, колонки, доступ в интернет, раздаточные материалы, карточки с ситуациями, бланки для рефлексии, маркеры. Для детей: листы бумаги, цветные карандаши,

фломастеры, карточки с правилами безопасности в интернете (подготовленные заранее), наклейки, призы (для поощрения активности).

Ход занятия

Занятие для родителей

Организационный момент

Приветствие

Педагог-психолог: добрый вечер, уважаемые родители! Спасибо, что вы нашли время и пришли сегодня, чтобы поговорить о теме, которая, я уверена, волнует многих из вас – о влиянии социальных сетей на наших детей. Давайте сделаем так, чтобы наша беседа получилась откровенной, полезной и, главное, чтобы вы почувствовали, что мы – на одной стороне и стремимся к одному – благополучию наших детей.

Упражнение-знакомство «Два слова о соцсетях»: каждый родитель коротко называет два слова, которые у него ассоциируются с социальными сетями. Это поможет сразу выявить спектр мнений и опасений.

Основная часть

Педагог-психолог: социальные сети – это реальность, с которой наши дети сталкиваются каждый день. И важно понимать, что в них есть как положительные, так и отрицательные стороны.

Мини-лекция с элементами дискуссии.

Положительные сторон.

Общение и социализация: социальные сети помогают детям поддерживать связь с друзьями, находить единомышленников, участвовать в группах по интересам. Это особенно важно для тех, кто чувствует себя одиноким или испытывает трудности в общении в реальной жизни.

Образование и развитие: социальные сети могут быть источником полезной информации, образовательных ресурсов, онлайн-курсов. Дети могут учиться новому, обмениваться знаниями, развивать свои творческие способности.

Самовыражение и творчество: социальные сети предоставляют платформу для самовыражения, демонстрации своих талантов, обмена идеями. Это может помочь ребенку повысить самооценку и уверенность в себе.

Отрицательные стороны.

Зависимость: чрезмерное увлечение социальными сетями может привести к зависимости, которая негативно влияет на сон, питание, успеваемость, физическое здоровье.

Кибербуллинг: травля в интернете – это серьезная проблема, которая может привести к депрессии, тревожности, суицидальным мыслям. Обсудим, как её распознать и что делать.

Негативное сравнение: постоянное сравнение себя с другими в социальных сетях может привести к низкой самооценке, неудовлетворенности собой, зависти. Важно научить детей критически относиться к тому, что они видят в интернете.

Дезинформация и фейки: социальные сети часто распространяют ложную информацию, которая может ввести в заблуждение, вызвать панику, спровоцировать агрессию. Научите детей проверять информацию и не доверять всему, что они видят в интернете.

Неподходящий контент: риск столкнуться с контентом, содержащим насилие, порнографию, пропаганду экстремизма. Важно объяснить детям, какой контент является неприемлемым и как на него реагировать.

Педагог-психолог: давайте рассмотрим несколько реальных ситуаций, с которыми могут столкнуться наши дети в социальных сетях, и попробуем найти решения.

Кейс №1: «Ребенку пишут незнакомые люди и просят прислать личные фотографии».

Кейс №2: «Ребенок стал жертвой кибербуллинга в школьном чате».

Кейс №3: «Ребенок тратит слишком много времени в социальных сетях и забросил учебу и хобби».

Кейс №4: «Ребенок подписан на группы с деструктивным контентом (например, пропаганда суицида)».

Разбор каждого кейса: родители делятся на группы, обсуждают кейс и предлагают варианты решения. Педагог-психолог направляет дискуссию и дополняет ответы, опираясь на знания психологии развития и специфики работы с детьми начальной школы.

Педагог-психолог: как нам, родителям, быть в курсе того, что происходит в онлайн-жизни наших детей, не нарушая их личное пространство и не подрывая доверие?

Рекомендации по мониторингу (с акцентом на этичность)

Дружба в социальных сетях: подружитесь со своим ребенком в социальных сетях. Это позволит вам видеть, что он публикует и с кем общается. Но помните, что это не должно превращаться в тотальный контроль.

Открытый диалог: создайте атмосферу доверия, чтобы ребенок чувствовал себя комфортно, рассказывая вам о своих проблемах в интернете. Задавайте вопросы, интересуйтесь его онлайн-жизнью, но не будьте навязчивы.

Родительский контроль (осторожно): используйте программы родительского контроля только в том случае, если ребенок еще слишком мал, чтобы самостоятельно принимать решения. Объясните ему, почему вы это делаете, и позвольте ему участвовать в выборе настроек.

Общие аккаунты: в некоторых случаях можно создать общий аккаунт в социальной сети, чтобы вместе с ребенком исследовать интернет и учиться безопасному поведению.

Стратегии реагирования на угрозы

Кибербуллинг: выслушать ребенка, поддержать, сохранить доказательства, сообщить в школу, обратиться к психологу.

Неподходящий контент: объяснить, почему этот контент вреден, заблокировать сайт/группу, поговорить о ценностях.

Онлайн-груминг: собрать информацию, обратиться в полицию, обеспечить ребенку психологическую помощь."

Рефлексия

Педагог-психолог: наша встреча подходит к концу. Давайте подведем итоги и подумаем, что вы уносите с собой.

Вопросы для рефлексии:

1. Что было самым важным для вас на этом занятии?
2. Какие действия вы планируете предпринять, чтобы обеспечить безопасность своего ребенка в социальных сетях?
3. Что вы расскажете своему ребенку после этой встречи?

Педагог-психолог: большое спасибо за ваше участие и откровенность. Помните, что вы не одни в этом вопросе. Если у вас возникнут какие-либо вопросы или проблемы, не стесняйтесь обращаться ко мне. Удачи вам в воспитании ваших детей!

Занятие для детей

Организационный момент

Приветствие

Педагог-психолог: здравствуйте, ребята! Я очень рада вас видеть! Сегодня мы с вами будем говорить о том, чем вы все очень любите заниматься – о социальных сетях и интернете. Но мы поговорим не просто так, а чтобы узнать кое-что очень важное и полезное, чтобы вы всегда могли быть в безопасности, когда вы онлайн.

Игра «Приветствие по интересам»: дети встают в круг. Первый говорит: «Я люблю играть в Minecraft, и кто тоже любит играть в Minecraft, помащите мне!» Другие, кто тоже любит эту игру, машут ему. И так далее.

Основная часть

Педагог-психолог: кто из вас пользуется социальными сетями? Какие ваши любимые? Для чего вы их используете? (Обсуждение с детьми).

Социальные сети – это как большая площадка, где можно общаться с друзьями, делиться своими фотографиями и видео, узнавать что-то новое

и интересное. Но на любой площадке есть свои правила, чтобы всем было хорошо и безопасно.

Педагог-психолог: как вы думаете, что хорошего в социальных сетях? А что может быть плохого? (Записывает ответы детей на доске).

Обсуждение и дополнение:

Хорошее: общение с друзьями, новые знакомства, интересные игры и видео, учеба, возможность делиться своими талантами.

Плохое: вредные сайты и видео, обман и мошенники, злые люди, которые могут обидеть или напугать, зависимость от телефона.

Примеры.

Представьте, что в игре вам предлагают скачать очень крутую программу, но просят заплатить деньги. Что бы вы сделали?

Представьте, что кто-то обзывает вас в комментариях под вашей фотографией. Как бы вы себя почувствовали?

Педагог-психолог: чтобы всегда быть в безопасности в интернете, нужно знать несколько простых правил.

Правило №1: «Не разговаривай с незнакомцами»: никогда не сообщайте свои личные данные (имя, фамилию, адрес, номер телефона) незнакомым людям в интернете. Если кто-то просит вас об этом, сразу расскажите взрослым.

Правило №2: «Не верь всему, что видишь»: проверяйте информацию, которую вы видите в интернете. Не доверяйте всему, что вам говорят или показывают. Спрашивайте у взрослых, если сомневаетесь.

Правило №3: «Расскажи взрослым, если тебя что-то беспокоит»: если кто-то обижает вас в интернете, угрожает вам или заставляет вас делать что-то, что вам не нравится, сразу расскажите родителям, учителю или другому взрослому, которому вы доверяете.

Правило №4: «Не проводи слишком много времени в интернете»: помните, что в мире есть много других интересных занятий – игры на свежем воздухе, книги, рисование, общение с друзьями в реальной жизни.

Творческое задание: нарисуйте плакат с правилами безопасности в интернете. Лучший плакат будет висеть в классе! Или сочините четверостишие о безопасности в сети.

Рефлексия

Педагог-психолог: ребята, что нового вы сегодня узнали? Что вам больше всего запомнилось? Что вы расскажете своим родителям после этого занятия?

Игра «Комплименты интернету»: каждый ребенок говорит один комплимент интернету (например, «Интернет помогает мне узнавать новое», «Интернет помогает мне общаться с друзьями»).

Педагог-психолог: вы все большие молодцы! Помните, что интернет – это полезный инструмент, но нужно использовать его с умом и осторожностью. До свидания!

Совместная часть

Цель: обсудить с родителями и детьми общие правила пользования социальными сетями в семье, основываясь на знаниях, полученных на отдельных занятиях.

Педагог-психолог: краткое повторение основных правил безопасности.

Представление родителями правил пользования социальными сетями, разработанных ими на своем занятии. Дети могут задавать вопросы и высказывать свое мнение.

Совместная разработка «Семейного кодекса пользования социальными сетями»: родители и дети вместе формулируют 3-5 простых и понятных правил, которые будут действовать в их семье.

Занятие №4. Классный час для младших школьников «Интернет – территория ответственности»

Цель: сформировать у младших школьников понимание личной ответственности за свои действия в интернете, закладывая основы культуры безопасного и осознанного использования онлайн-ресурсов.

Задачи:

1. Закрепить и систематизировать знания детей о правилах безопасного поведения в интернете, полученные ранее.
2. Сформировать у детей понимание того, что их действия в интернете имеют последствия, как позитивные, так и негативные, и что они несут ответственность за эти действия.
3. Развить навыки критического мышления при работе с информацией в интернете, умение отличать правду от лжи, безопасный контент от опасного.
4. Воспитать уважительное отношение к другим пользователям интернета, осознание недопустимости кибербуллинга и других форм онлайн-агрессии.

Оборудование: компьютер, проектор, экран, колонки, презентация, раздаточные материалы, плакаты с ключевыми понятиями.

Ход занятия

Организационный момент

Приветствие

Педагог-психолог: здравствуйте, ребята! Я очень рада вас видеть! Сегодня у нас необычный классный час – мы поговорим о том, что, возможно, очень важно и интересно для каждого из вас – об интернете! Но не просто поговорим, а разберемся, что значит быть ответственным пользователем интернета.

Игра-активатор «Интернет-ассоциации»: педагог-психолог называет слово «Интернет», а дети по очереди называют слова, которые у них ассоциируются с этим словом. Это помогает понять, что дети знают об интернете.

Основная часть

Педагог-психолог: ребята, а что такое ответственность вообще? (Дети отвечают). Правильно, ответственность – это когда ты понимаешь, что твои

поступки имеют последствия, и ты готов за них отвечать. Как вы думаете, есть ли ответственность в интернете? Почему?

В интернете, как и в жизни, за все свои действия нужно отвечать. Если ты что-то пишешь, говоришь, выкладываешь в сеть, то это могут увидеть другие люди, и это может повлиять на их настроение, на их жизнь. Поэтому важно думать, прежде чем что-то делать в интернете.

Презентация слайда с определением слова «Ответственность» (простыми словами).

Педагог-психолог: давайте вспомним, какие правила нужно соблюдать, чтобы быть в безопасности в интернете.

Интерактивная игра «Правильно – неправильно»: педагог-психолог зачитывает утверждения, а дети должны сказать, правильное это утверждение или нет.

Можно рассказывать незнакомцам в интернете свой адрес и номер телефона. (Неправильно)

Если кто-то тебя обидел в интернете, нужно рассказать об этом взрослым. (Правильно)

Можно скачивать любые файлы из интернета. (Неправильно)

Нужно проверять информацию, которую ты видишь в интернете. (Правильно)

Нельзя проводить слишком много времени в интернете. (Правильно)

Можно встречаться с людьми, с которыми познакомился в интернете, без разрешения взрослых. (Неправильно)

Презентация слайдов с правилами безопасности (каждое правило – на отдельном слайде, с картинкой).

Вопросы к детям: почему важно соблюдать эти правила? Что может случиться, если их нарушить?

Педагог-психолог: ребята, как вы думаете, можно ли обижать людей в интернете? Почему?

В реальной жизни мы стараемся быть вежливыми и уважительными к другим людям. То же самое нужно делать и в интернете. Нельзя писать грубые слова, оскорблять, угрожать, распространять слухи. Это называется кибербуллинг, и это очень плохо.

Разбор ситуаций (работа в группах): детям предлагаются карточки с описанием разных ситуаций, связанных с общением в интернете. Задача каждой группы – обсудить ситуацию и предложить решение, как поступить правильно и ответственно.

Ситуация 1: твой друг прислал тебе смешной ролик, в котором высмеивают другого ученика из вашего класса. Что ты будешь делать?

Ситуация 2: в комментариях под твоей фотографией кто-то написал гадость. Как ты отреагируешь?

Ситуация 3: ты увидел, что кто-то обманывает людей в онлайн-игре. Что ты будешь делать?

Педагог-психолог: ребята, а как вы думаете, вся ли информация в интернете – правда?

К сожалению, в интернете часто встречается ложная информация, фейки. Важно научиться проверять информацию и не верить всему, что вы видите.

Простая игра «Правда или ложь»: педагог-психолог зачитывает несколько утверждений, а дети должны сказать, правда это или ложь. Например, все кошки умеют летать, солнце вращается вокруг Земли, в интернете можно найти ответы на любые вопросы.

Советы: спрашивайте у взрослых, если сомневаетесь в информации. Ищите информацию на разных сайтах. Не доверяйте сайтам, которые выглядят странно или несерьезно.

Рефлексия

Педагог-психолог: вот и подошел к концу наш классный час. Давайте вспомним, о чем мы сегодня говорили.

Вопросы для рефлексии:

1. Что нового вы сегодня узнали?
2. Что для вас значит быть ответственным пользователем интернета?
3. Какие правила вы будете соблюдать в интернете?
4. Что вы расскажете своим родителям после этого классного часа?

Творческое задание «Мой ответственный шаг»: каждый ребенок пишет на листочке одно действие, которое он обязуется совершить, чтобы быть более ответственным в интернете (например, «Я буду проверять информацию перед тем, как делиться ею с друзьями», «Я буду рассказывать взрослым, если меня что-то беспокоит в интернете», «Я буду вежливо общаться с другими пользователями в интернете»). Листочки собираются и помещаются в «Коробку ответственных шагов».

Педагог-психолог: спасибо вам большое за вашу активность и участие! Помните, что интернет может быть полезным и интересным, если использовать его с умом и ответственностью. До свидания!