

Що потрібно знати про кібербулінг

Всі ми знаємо, що у дітей теж є свої таємниці від дорослих – це і свої таємні світи, свої ігри та свої секрети. Таємничість сучасного покоління — віртуальна і здебільшого неочевидна для дорослих. Дорослих, які не знаються на дитячих «забавках» в інтернеті, лякає віртуальний світ. Вони не можуть зіставити власний дитячий досвід із досвідом своїх дітей, навчити їх чомусь, бути авторитетом для них у цій сфері.

Тут є великий ризик, адже, зіткнувшись із проблемою в інтернет-просторі, дитина не може розповісти про неї батьками через страх, що її не зрозуміють або взагалі заборонять користуватися комп'ютером. Залишитися ж без інтернету для сучасних підлітків означає не тільки позбутися задоволення грати та переглядати цікавий контент. В інтернеті підлітки самовиражаються та реалізують свою головну компетенцію — спілкування.

Що таке кібербулінг ?

Віртуальний світ, як і реальний, несе низку ризиків для дітей. Чи не найнебезпечнішим є кібербулінг. Слово *«булінг»* без префікса *«кібер-»* **відоме здавна й означає утиск, дискримінацію, цькування та інші види жорстокого ставлення однієї дитини або групи дітей до іншої.**

Булінг буває

- *фізичний* (побиття, підніжки, блокування, штовхання тощо) вербальний (словесні знущання, залякування, плітки та образливі вислови, наприклад, про зовнішній вигляд дитини, її вагу, релігію, етнічну приналежність, здоров'я, особливості стилю одягу)
- *соціальний* (ізоляція дитини, бойкот, її навмисне відсторонення від групи на перервах, в їдальні, під час позашкільної діяльності тощо)

Про «кібербулінг» заговорили з популярністю соцмереж, а саме у 21 сторіччі. Дослівно з англійської це слово перекладають як *«віртуальне бичування»*. Кібербулінгом можна назвати *рукотворну агресію*, розповсюджену *через новітні інформаційно-комунікаційні засоби* з метою нашкодити або принизити людину.[6]

Кібербулери

- замість підніжок пишуть агресивні смски
- замість стусанів — надсилають повідомлення з погрозами у соцмережі
- замість насмішок — розповсюджують конфіденційні дані про однолітків та створюють фальшиві профілі

Проблема віртуальної агресії

Віртуального хулігана майже неможливо покарати, неможливо поскаржитися на нього класному керівникові чи директору. Світ, у якому діють кібербулери, начебто не є реальним, але шкода, яку вони можуть завдати, — цілком реальна. Якщо реальний булінг — хоч яку жахливу форму він має — закінчується, коли дитина повертається додому, то від кібербулінгу важко

сховатися будь-де. Також такі особливості кібербулінгу, як анонімність і безкарність, зумовлюють труднощі його дослідження.

Оскільки кібербум у Європі та Америці розпочався раніше, ніж в Україні, ці країни мають більший досвід вивчення й запобігання кібертероризму. У західних дослідженнях більше половини опитаних визнали, що до них застосовували кібербулінг у вигляді нецензурної лайки. Кожному четвертому користувачеві пропонували відвідати порнографічний сайт чи переглянути відео, що містить сцени насильства.

В Україні масштабних досліджень проблем кібербулінгу та його потенційної небезпеки не проводили. Проте з теле- та інтернет-джерел, а іноді й з власного досвіду читачів, відомо, що віртуальна агресія в нашій країні набирає обертів.

Причини віртуальної агресії

Дослідження причин кібербулінгу також поки що є орієнтовним.

На запитання «Чому діти-булери проявляють агресію щодо підлітків в інтернеті?» — дослідники відповідають:

- **зادля реваншу** діти, зазнавши нападок у реальному житті, можуть спробувати бути булерами у віртуальному середовищі
- **аби розважитися** діти банально (і безвідповідально) не усвідомлюють імовірні негативні наслідки своїх вчинків
- **для посилення** кібербулінг є додатковим засобом посилення жорстокого ставлення до дитини у реальному житті .

Найпоширеніші типи кібербулінгу.

Американки Робін Ковальскі, С'юзан Лімбер і Патріція Агатстон [1], на дослідження яких ми переважно спираємося в цій сфері, виділили вісім типів поведінки, характерних для кібер-булінгу:

1) **Перепалки, або флеймінг** (від англ. flaming – пекучий, гарячий, полум'яний) – обмін короткими гнівними і запальними репліками між двома чи більше учасниками, використовуючи комунікаційні технології. Частіше за все розгортається в «публічних» місцях Інтернету, на чатах, форумах, дискусійних групах, інколи перетворюється в затяжну війну (холіво – від англ. –свята війна). На перший погляд, флеймінг – це боротьба між рівними, але в певних умовах вона теж може перетворитися на нерівноправний психологічний терор. Так, неочікуваний випад може привести жертву до сильних емоційних переживань, особливо на тому відтинку часу, коли вона не знає, хто серед учасників яку займе позицію, наскільки її позиція буде підтримана значущими учасниками.

2) **Нападки, постійні виснажливі атаки** (англ. harassment) – найчастіше це залучення повторюваних образливих повідомлень, спрямованих на жертву (наприклад, сотні СМС-повідомлень на мобільний телефон, постійні дзвінки) з перевантаженням персональних каналів комунікації. На відміну від перепалки, атаки більш тривалі і односторонні. В чатах чи на форумах (місця розмов у інтернеті) нападки теж трапляються, в онлайн-іграх нападки

найчастіше використовують грифери (grieffers) – група гравців, які за мету ставлять не перемогу в певній грі, а руйнацію ігрового досвіду інших учасників.

3) **Обмовлення, зведення наклепів (denigration)** – розповсюдження принизливої неправдивої інформації з використанням комп'ютерних технологій. Це можуть бути і текстові повідомлення і фото, і пісні, які змальовують жертву в шкідливій інколи сексуальній манері. Жертвами можуть ставати не тільки окремі підлітки, трапляється розсилка списків (наприклад, «хто є хто», або «хто з ким спить» в класі, школі), створюються спеціальні «книги для критики» (slambooks), в яких розміщуються жарти про однокласників, де також можуть розміщуватись наклепи, перетворюючи гумор на техніку «списку групи ненависті», з якого вибираються мішені для тренування власної злоби, зливання роздратування, переносу агресії тощо.

4) **Самозванство, втілення в певну особу (impersonation)** – переслідуючи позиціонує себе як жертву, використовуючи її пароль доступу до її аккаунту в соціальних мережах, блогу, пошти, системи миттєвих повідомлень тощо, а потім здійснює негативну комунікацію. Організація «хвилі зворотних зв'язків» відбувається, коли з адреси жертви без її відому відправляються ганебні провокаційні листи її друзям і близьким за адресною книгою, а потім розгублена жертва не очікувано отримує гнівні відповіді. Особливо небезпечним є використання імперсоналізації проти людей, включених до «списку груп ненависті», адже наражає на реальну небезпеку їхнє життя.

5) **Ошуканство, видурювання конфіденційної інформації та її розповсюдження (outing & trickery)**- отримання персональної інформації в міжособовій комунікації і передача її (текстів, фото, відео) в публічну зону Інтернету або поштою тим, кому вона не призначалась.

6) **Відчуження (остракізм), ізоляція.** Будь-якій людині, особливо в дитинстві, притаманно сприймати себе або в якійсь групі, або поза нею. Бажання бути включеним у групу виступає мотивом багатьох вчинків підлітка. Виключення із групи сприймається як соціальна смерть. Чим в більшій мірі людина виключається із взаємодії, наприклад, в грі, тим гірше вона себе почуває і тим більше падає її самооцінка. У віртуальному середовищі виключення також наражає на серйозні емоційні негаразди, аж до повного емоційного руйнування дитини. Онлайн відчуження можливе в будь-яких типах середовищ, де використовується захист пароллями, формується список небажаної пошти або список друзів. Кібер-остракізм проявляється також через відсутність швидкої відповіді на миттєві повідомлення чи електронні листи.

7) **Кіберпереслідування** – це дії з прихованого вистежування переслідуваних і тих, хто тиняється без діла поруч, зазвичай зроблені нишком, анонімно, з метою організації злочинних дій на кшталт спроб зґвалтування, фізичного насильства, побиття. Відстежуючи через Інтернет необережних користувачів, злочинець отримує інформацію про час, місце і всі необхідні умови здійснення майбутнього нападу.

8) **Хепіслеппінг (від англ. happyslapping – щасливе ляскання)** – відносно новий вид кібербулінгу, який починався в англійському метро, де підлітки прогулюючись пероном раптом ляскали один одного, в той час як інший учасник знімав цю дію на мобільну камеру. В подальшому за будь-якими

відеороликами, в яких записано реальні напади, закріпилась назва хепіслепінг. Відеороліки нападів з метою гвалтування чи його імітації інколи ще називають хоппінг – наскок (особливо поширений в США). Ці відеоролики розміщують в Інтернеті, де його можуть продивлятися тисячі людей, зазвичай без жодної згоди жертви. Інша форма хепіслепінгу – це передавання сюжетів мобільними телефонами.

Два основні принципи протистояння кібербулінгу

Уважність до дитини

Бути уважним до дитини та її віртуальних практик. Наші дослідження медіакультури молоді [7] показують, що підлітки мають відокремлені від дорослих віртуальні практики. Навіть щодо телевізійного перегляду підлітки переважно не обговорюють з батьками свій досвід спілкування з медіа. Он-лайн практики підлітків іще більш відокремлені, батьки фактично відсутні у тому віртуальному світі, де проводить час їхня дитина: в Інтернеті вони ходять до різних місць різними маршрутами. Як звертають увагу Ковальські з колегами, чомусь нікого не дивує, що батьки добре інструктують дитину щодо маршрутів руху і правил користування, наприклад, велосипедом, натомість, привносячи в родину нові елементи технологій (мобільний телефон, відеоплеєр, комп'ютер, Інтернет тощо) залишають дитину наодинці із новою реальністю.

Канали до віртуального світу потребують регулювання, введення чітких правил користування, що запобігає небезпекам і роз'яснює, в яких випадках і яка поведінка вважається нормальною і буде безпечною. Важливим елементом батьківського контролю є розташування комп'ютера в зоні спільного користування (гостина, кухня), де, займаючись паралельно власними справами, дорослі можуть ненав'язливо спостерігати час від часу за реакціями дитини, коли вона перебуває в Інтернеті, а також легше контролювати час роботи з комп'ютером (особливо критичним це є для молодших підлітків, у яких власна довільна поведінка і вольові процеси знаходяться на етапі формування).

Батьки мають уважно вислуховувати дитину щодо її вражень і дій у віртуальному середовищі, знайомитись із сайтами і тими кібер-технологіями, які використовуються дітьми. Важливо звертати увагу на тривожні ознаки, які можуть вказувати на можливість виктимізації вашої дитини внаслідок кібербулінгу: дитина виглядає засмученою після он-лайн режиму, перегляду повідомлень, віддаляється від спілкування з однолітками, можливе погіршення академічної успішності (хоча останнє може свідчити й про інші негаразди). Важливо відслідковувати *онлайн-репутацію* власної дитини (для цього час від часу здійснюйте пошук, наприклад, в Гуглі за ім'ям вашого сина чи доньки). Періодичність спілкування, певні ритуали і сімейні традиції обговорення підсумків дня чи тижня дають змогу здійснювати моніторинг проблем, в тому числі й тих, які виникають у віртуальній частині соціального світу Вашої дитини.

Реагування на проблему

Важливі кроки, які потрібно зробити у відповідь на випадок виявленого кібербулінгу вашої дитини.

По-перше, необхідно *зберегти* свідчення події. Хоча негативні повідомлення можуть не розгорнутись в серйозний кібербулінг, корисно зробити копію з цих повідомлень (допомогти дитині зробити це, якщо вона ще не знає як).

По-друге, як би Вас особисто не вразило те, що показала Вам дитина, – *зберігайте спокій*, не лякайте дитину додатково своєю бурною реакцією. Ваша задача-мінімум – емоційна підтримка. Не потрібно принижувати значення виявленого кібербулінгу, алеї не треба лякати: дайте дитині впевненість, що цю проблему можна подолати. В жодному разі не допускайте покарання дитини (вияв незадоволення, заборона користування) за те, що вона Вам довірилась: дитина не винна в нападах інших на неї, вона вже постраждала, врешті, якщо Ви її не підтримуєте, в наступний раз вона до Вас просто не звернеться, залишившись, можливо, в складнішій ситуації без Вашої допомоги.

По-третє, *проговоріть з дитиною* ситуацію, що трапилась (Додаток Б), уважно вислухайте. Використайте цей випадок для формування медіакультури Вашої дитини, повторіть найпростіші правила безпеки користування Інтернетом (не спілкуватись з незнайомцями, не повідомляти їм своє ім'я, адресу, телефон, берегти в секреті паролі тощо), розкажіть, як запобігати кібербулінгу надалі. Якщо Ви один раз вже провели таку бесіду, не вважайте, що справа завершена.

Медіа-імунітет, як і біологічний імунітет до інфекції, не формується раз і назавжди, а потребує періодичного оновлення. Пам'ятайте, що найкращим жанром бесіди з підлітком є парнерська дискусія, а не нав'язування хоч якнайкращих правил: проблематизуйте міркування, створюйте правила разом, домовляйтесь, укладайте конвенції.

Профілактика кібербулінгу

Кібербулінг, як і булінг, це не лише проблема жертви чи булера. Це показник рівня комунікативної культури та агресивності середовища, в якому зростає дитина. Якщо явище кібербулінгу в країні процвітає, то можна говорити про певні агресивні тенденції у суспільстві в цілому. Подолати явище кібербулінгу в принципі неможливо. Контролювати віртуальне середовище, в якому «живе» дитина, також украй важко. Але є певні стратегії профілактики кібербулінгу, які допомагають захистити дитину.

Поради батькам, щоби зменшити ризик кібербулінгу для своєї дитини

- Оволодівайте новими знаннями так як дитину інструктують про правила дорожнього руху та правила користування побутовою технікою, батьки мають регулювати користування дитини новими технологіями щоб не залишати дитину наодинці з віртуальною реальністю, батьки мають самі опановувати інтернет, навчатися користуватися планшетом або смартфоном тощо
- Будьте уважними до дитини уважно вислуховуйте дитину щодо її вражень від інтернет-середовища звертайте увагу на тривожні ознаки після користування інтернетом, які можуть вказувати на те, що дитина стала жертвою (засмучена чимось, відмовляється спілкуватися тощо)

- Підтримуйте довірливі взаємини з дитиною доступно розкажіть дитині про кібербулінг, поясніть свою мотивацію: ви піклуєтесь, а не намагаєтесь контролювати приватне життя наголосіть, що якщо дитині надходять образливі листи, есемески або виникають інші проблеми в інтернеті, вона може розраховувати на допомогу батьків не потрібно погрожувати покаранням за відвідування небажаних сайтів — ліпше пояснити загрозу, яку несуть ці сайти
- Здійснюйте обмежений контроль можна відстежувати події онлайн-життя дитини через соцмережі, спостерігати час від часу за реакціями дитини, коли вона в інтернеті щоб запобігти комп'ютерній залежності, регламентуйте час користування інтернетом, адже діти часто втрачають відчуття часу онлайн вагомим фактором впливу на дітей є позитивний приклад батьків: якщо вони самі просижують години за розвагами в інтернеті, забороняючи натомість дитині, вплив їхніх виховних заходів буде суттєво низький
- Застосовуйте технічні засоби безпеки для захисту від інформаційних загроз навчіть дитину користуватися спеціальними безпечними пошуковими системами можна використовувати програми-фільтри батьківського контролю, які відкривають доступ тільки до обмеженого переліку безпечних сайтів для дітей та блокують шкідливі сайти з недитячим контентом (такі фільтри можна встановити в операційній системі або в антивірусній програмі)
- Формуйте комунікативну культуру роз'ясніть дитині, яка її власна поведінка буде вважатися нормальною, а яка небезпечною чи безвідповідальною зауважте, що спілкування в інтернеті, як і в реальному житті, має бути відповідальним: воно може мати певні наслідки і для самої дитини, і для людей, з якими вона спілкується в інтернеті не варто створювати вигадані образи, негативно реагувати на кожне повідомлення провокативного характеру
- Дитині також слід знати, що анонімна свобода в інтернеті умовна. Адже коли дії в інтернеті спричиняють реальну шкоду або кримінальну відповідальність, правоохоронні органи можуть довідатись інформацію з профілів, встановити координати комп'ютерів, з яких людина відправляла повідомлення тощо.
- Навчіть дитину обмежувати доступ до персональної інформації у соцмережах Батьки разом із дітьми можуть пройти курс безпечного користування інтернет-ресурсами.

Якщо відомо про кібератаки на дитину: поради батькам

Якщо кібератаки поодинокі, доречно їх ігнорувати. Часто кібербулінг простіше зупинити на початковій стадії. Якщо ж вступати в перепалку з булером — негативні комунікації продовжуються.

Якщо надходять систематичні листи із погрозами, потрібно зберігати інформацію в комп'ютері або роздрукованому вигляді задля доказів.

Щоб самотійно врегулювати ситуацію, можна зробити запит адміністраторам сайтів, на яких здійснювалися атаки, про видалення образливої інформації. Також адміністратори можуть убезпечити користувача-жертву тимчасовим блокуванням повідомлень у чаті користувача-булера. Така пауза в

спілкуванні позитивно впливає на мотивацію підлітка, який займається булінгом заради розваги.

Проте якщо причина в іншому, наприклад, кібербулінг слугував підсиленням традиційного булінгу, насилля може продовжитися іншими засобами.

Варто поінформувати про проблему педагогів. Якщо ймовірні булери зі шкільного кола дитини, то педагоги зможуть уважніше слідкувати за ситуацією традиційного булінгу під час навчально-виховного процесу. Також педагоги можуть провести профілактичні заходи, спрямовані на формування безпечної поведінки в інтернеті.

Якщо кібербулінг має ознаки шахрайства, погроз, вимагання, відверто сексуальний характер, слід звернутися до правоохоронних органів.

Зауважте! Не потрібно карати дитину, коли вона довірилась і розповіла про те, що стала жертвою кібербулінгу. Дитина вже постраждала, і якщо батьки її не підтримають, наступного разу вона може не звернутися по допомогу.

Якщо випадок вдалося врегулювати, потрібно зробити з нього урок для формування медіакультури дитини, повторити найпростіші правила безпеки користування інтернетом. Здійснюючи будь-яку дію, батьки мають демонструвати спокій і впевненість, надавати дітям позитивний емоційний ресурс, захищеність та підтримку.

Якщо дитина — кібербулер, а не жертва

Буває, батьки дізнаються, що їхня дитина булер, а не жертва. Їм зазвичай важко усвідомити причетність дитини до віртуальної агресії. У такому разі потрібно заспокоїтися і перевірити інформацію, можливо, проконтролювати комунікації дитини. Натомість не варто звинувачувати школу або батьків жертв у роздмухуванні проблеми, применшувати значущість проблеми. Ніхто з батьків не хоче, аби їхні діти опинилися в ситуації кібербулінгу — ні в статусі жертви, ні в статусі булера.

Як навчити дітей онлайн-безпеки: дев'ять інтерактивних ресурсів

З 2004 року День безпечнішого інтернету відзначається другого дня (у вівторок) другого тижня другого місяця (лютого).

Нагадаємо, що з 2009 лютого в Україні діє «гаряча лінія» Skarga, де можна залишити скаргу щодо порушень в інтернеті.

Як розповісти дітям різного віку, починаючи з наймолодшого, що таке інтернет, які можливості й ризики він несе? Очевидно, що це спільне завдання — і для батьків, і для школи. В іноземному інтернет-просторі існує багато ресурсів, які в ігрових формах навчають дітей онлайн-безпеки. В Україні таких ресурсів значно менше. MediaSapiens зібрав найцікавіші з них — як україномовні, так і англomовні. Майже всі вони потребують участі дорослого — батьків чи педагогів, які б допомагали дітям, особливо найменшим.

Проект «Про інтернет» — підвищення цифрової грамотності дітей

«Про інтернет» — це найповніший та найбільш якісний навчальний проект на цю тему в україномовному сегменті. Його розробники — Google

спільно з ІнАУ. На сайті є чотири тематичні модулі: технічна безпека та базова технічна грамотність; створення, пошук, відбір, критична оцінка контенту; сфера комунікації (створення, розвиток, підтримка взаємин, самопрезентація, ідентичність, репутація), галузь споживання (замовлення, послуги, покупки онлайн). На сайті також є інтерактивна гра «Подорож на Астерікс». По завершенню навчання учням пропонують пройти онлайн-тест для перевірки знань.

Комікси про інформаційну безпеку від «Онляндії»

Історії-комікси розраховані на дві вікові групи — 7–10 років та 11–14 років. Наприклад, гра «Нові друзі Ганнусі» навчає правил спілкування в інтернеті, потім пропонується серія запитань:

Окремі розділи ігор присвячено авторським правам в інтернеті, а також розповідають про відповідальність, пов'язану з публікацією фотографій і текстів.

Інфографіка про безпеку в інтернеті

На ресурсі, розробленому компанією «Київстар», містяться статті та інфографіка про різні аспекти інтернет-безпеки: кібербулінг, мобільне шахрайство, інтернет-залежність тощо.

Дорослим необхідно пам'ятати:

Кібербулінг – це форма пізнання дітьми соціального світу інформаційної доби, експериментування зі стосунками і владою, яка за ними стоїть, спроби визначення свого місця в соціумі і власних властивостей особистості.

Завдання дорослих:

регулювати спроби і експерименти в межах загальнолюдських норм і гуманістичних цінностей, запобігати ескалації жорстокості і не допускати трагедій, що розгортаються на фоні байдужості.

Якщо ви особисто не стикались із проблемою кібербулінгу, це не свідчить про її відсутність в ситуації Вашої дитини (особливо підлітка). Варто бути готовим, адже найближчим часом вона може гостро постати при подальшому впровадженні Інтернет-технологій в життя.