

Галушко Ирина Геннадьевна

старший преподаватель

Лищеновская Виктория Александровна

студентка

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

г. Краснодар, Краснодарский край

КИБЕРБУЛЛИНГ В ШКОЛАХ: РАСПОЗНАВАНИЕ ТРЕВОЖНЫХ СИГНАЛОВ И ФОРМИРОВАНИЕ ЦИФРОВЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ ДЛЯ БЕЗОПАСНОСТИ УЧЕНИКОВ

***Аннотация:** современная образовательная среда сталкивается с новыми вызовами, такими как кибербуллинг, угрожающий психоэмоциональному благополучию учащихся. Школы обязаны обеспечить безопасность учеников, вовремя замечая признаки агрессии и обеспечивая поддержку пострадавших. Статья посвящена изучению признаков кибербуллинга среди школьников и разработке подходов к обучению цифровым компетенциям, направленным на профилактику насилия и повышение осведомленности учащихся и педагогов.*

***Ключевые слова:** кибербуллинг, безопасность ученика, цифровые компетенции, педагогическая профилактика, психологическая поддержка.*

Проблема кибербуллинга стала важной составляющей современной школьной жизни. Рост числа случаев объясняется широким распространением технологий и увеличением времени, проводимого детьми в интернете [2]. Современные устройства позволяют быстро обмениваться информацией, но одновременно создают пространство для негативных проявлений агрессии. Около трети российских школьников хотя бы однажды становились объектом нападок в сети, что свидетельствует о масштабности проблемы [3].

Ученики, подвергшиеся кибербуллингу, страдают от тревоги, депрессии, ухудшения успеваемости и социального отчуждения [6]. Следовательно, борьба

с данным видом агрессии должна стать приоритетом в политике любого образовательного учреждения. Своевременное выявление признаков кибербуллинга помогает уменьшить ущерб, наносимый ученику. Основные индикаторы, указывающие на возможное наличие проблемы.

1. Резкое изменение настроения после использования интернета или телефона. Ребенок испытывает дискомфорт, гнев или грусть после нахождения в сети, причем раньше такого поведения не наблюдалось. Могут возникать сложности в описании произошедшего или излишняя осторожность при изложении деталей инцидента [1].

2. Изоляция и закрытость в повседневной жизни. Родители замечают, что ребенок отказывается делиться впечатлениями о проведенном времени в интернете, ограничивает круг общения, предпочитает оставаться в одиночестве и избегает разговоров о собственной жизни в социальных сетях [3].

3. Потеря интереса к привычным делам. Ученик утрачивает энтузиазм к любимым занятиям, таким как спорт, музыка, творчество или учеба. Возможно появление скуки, апатии и разочарованности [6].

4. Физические симптомы дискомфорта. Жертвы кибербуллинга часто жалуются на мигрени, расстройства желудка, мышечные спазмы, утомляемость и ослабленное общее самочувствие [8].

5. Выход из реального общения. Активное сокращение контактов с друзьями, коллегами и семьей, невозможность поддерживать обычные дружеские отношения и отсутствие желания видаться с кем-то лично [4].

6. Нервозность и постоянная тревожность. Возможны частые смены настроения, приступы страха, волнения и паники, вызванные пребыванием в интернете или необходимостью зайти туда снова [7].

7. Неприятие критики или самокритичность. Становится болезненно воспринимаемой любая форма критики или негативная реакция со стороны окружающих, растет чувство вины и неполноценности [8].

Факторы риска включают низкий уровень цифровой грамотности у родителей и педагогов, слабую вовлечённость взрослого окружения в процессы детской

жизни в сети [2], чрезмерную увлечённость гаджетами, нездоровые взаимоотношения в классе и низкое самосознание [6]. Ещё одним фактором риска является игнорирование первых признаков тревожного поведения ученика, связанного с кибербуллингом. Дополнительным источником проблем может выступать недостаточный контроль за контентом, который потребляют учащиеся в интернете, что повышает вероятность столкновения с деструктивной информацией и сообщениями [9].

Развитие цифровых компетенций у учащихся существенно уменьшает риск попадания в неприятные ситуации в интернете. Компетенции охватывают различные аспекты, включая техническую грамотность, умение управлять персональными данными, способность оценивать качество полученной информации и соблюдение этических норм [5]. Основными компонентами цифровых компетенций являются.

1. Техническая подготовка: навыки настройки защитных настроек на устройствах, установка надёжных паролей, ограничение доступа посторонних к личным страницам [5].

2. Информационная безопасность: понимание опасности фейковых новостей, умения фильтровать информацию, проверка фактов перед принятием решения [10].

3. Этическое поведение: уважение чужих границ, недопустимость грубых высказываний и унижений в адрес других пользователей [3].

4. Правовая грамотность: знание законов, регулирующих пользование интернет-ресурсами, признание уголовной ответственности за кибербуллинг [7].

Работа по формированию указанных компетенций должна проводиться постоянно и начинаться с начальных классов, постепенно усложняясь и расширяясь по мере взросления учеников [5].

Педагог играет важную роль в создании безопасной цифровой среды для учащихся. Прежде всего, учитель обязан распознавать признаки кибербуллинга, правильно трактуя изменения в поведении ученика [1]. Далее специалист организует обсуждение и разъяснения по вопросам безопасности в сети, развивает

коммуникативные навыки учащихся, прививает основы цифровой культуры. Для предотвращения развития кибербуллинга педагог должен: следить за изменениями в настроении и поведении учеников; использовать доступные информационные каналы для объяснения правил безопасного пребывания в интернете; быть готовым к оказанию моральной поддержки ученикам, попавшим в неприятную ситуацию; привлекать родителей к обсуждению вопроса, предлагать общие инициативы по созданию безопасного пространства [2; 9]. Также система профилактики кибербуллинга должна включать в себя: проведение специальных уроков и внеклассных мероприятий; совершенствование технических средств безопасности и подготовку педагогических кадров, повышение квалификации [7].

Таким образом, кибербуллинг в школах остаётся острой и сложной проблемой, требующей немедленного решения. Эффективная политика противодействия возможна только при активном участии всей образовательной системы, включая руководство учреждений, педагогов, родителей и самих учеников [10]. Основной акцент следует делать на повышении цифровой грамотности, усилении информационной подготовки и установлении чётких рамок безопасного поведения в сети. Только объединив усилия родителей, педагогов и специалистов, получится построить безопасный и здоровый информационный климат для молодого поколения.

Список литературы

1. Алмазова О.В. Психолого-педагогические аспекты профилактики кибербуллинга / О.В. Алмазова // Вестник Московского городского педагогического университета. Серия: Педагогика и психология. – 2021. – №3. – С. 102–111.
2. Бугаева Ю.М. Проблемы кибербуллинга и пути их решения в образовательной среде / Ю.М. Бугаева // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2022. – №12. – С. 31–38.
3. Васильева Е.Г. Феномен кибербуллинга в детском возрасте: причины, формы и профилактика / Е.Г. Васильева, О.А. Карабанова // Вопросы психологии. – 2020. – №4. – С. 115–126.

4. Гаврилова Е.И. Исследование кибербуллинга среди школьников старших классов / Е.И. Гаврилова // Молодой ученый. – 2021. – №31. – С. 114–118.
5. Демьянов Ю.Н. Основы безопасности жизнедеятельности в эпоху цифровых технологий: учебное пособие / Ю.Н. Демьянов. – М.: Центр дистанционного образования МГУ имени Ломоносова, 2022. – 240 с.
6. Казакова Е.Ф. Особенности цифровой зависимости и кибербуллинга у подростков / Е.Ф. Казакова // Педагогика и психология детства. – 2021. – №1. – С. 123–130.
7. Кириллов В.Ю. Кибербуллинг и методы его профилактики в образовательных организациях / В.Ю. Кириллов // Педагогика. – 2020. – №6. – С. 112–118.
8. Кудрявцев С.Л. Социально-психологический портрет жертвы кибербуллинга / С.Л. Кудрявцев // Мир науки, культуры, образования. – 2022. – №2. – С. 312–317.
9. Овчарова Р.В. Кибербуллинг в молодежной среде: причины, следствия и профилактика / Р.В. Овчарова // Психология XXI века. – 2021. – №1. – С. 43–52.
10. Филиппова Г.Б. Электронные коммуникации и кибербуллинг: сравнительный анализ зарубежного и российского опыта / Г.Б. Филиппова // Наука и школа. – 2020. – №5. – С. 103–110.