**Тренінг для педагогів.**

**Тема: «Кібербулінг: способи розпізнання і захист дитини»**

**Мета:** опрацювання поняття «кібербулінг», «кіберреалії»;

* Допомога педагогам створювати позитивну психологічну атмосферу в класі;
* Дати змогу класним керівникам ознайомити з «кібербулінгом» батьків та учнів

План.
**І . Вступна частина**

1. **Вправа «Щоб говорити правду».**

2. Прийняття правил роботи в групі «Правила педагогічного кола»

3. Руханка «Ураган»

4.Очікування"Незакінчені речення".

**ІІ. Основна частина.**

1. 1. **Розповідь притчі «Про двох вовків»**

2. **Вправа «Шкода кібербулінгу»**

1. 3**.** **Вправа "Минуле - сьогодення - майбутнє".**

**ІІІ. Заключна частина.**

1. Вправа « Зворотній зв'язок»**.**«Метод руки»

2. Вправа «Побажання»

3. Вправа «Прощання»

**І . Вступна частина**

**1.Вправа «Щоб говорити правду».**

Мета - дати можливість учасникам, які вже знайомі і були разом упродовж певного часу, дізнатися один про одного щось нове.

Час - 5 хвилин.

Кількість учасників - без обме­жень.

Матеріали - не потрібні.

Особливі вимоги до приміщення -відсутні.

Процедура: учасники розташовані на стільцях по колу, по черзі повідомляють про себе чотири твердження. Три з них - правильні, одне - неправильне. Інші учасники, які слухають повідомлення, зано­товують те, що вони вважають неправильним твердженням. Після того, як усі повідомлення зроблено, учасники порівнюють свої здогади. Під час цієї вправи інколи трапляються справжні сюрпризи.

 Привітайте один одного оплесками.

**2.Прийняття правил роботи в групі «Правила педагогічного кола».**
Мета: обґрунтувати необхідність вироблення та дотримання певних правил роботи в групі, що сприятимуть продуктивній тренінговій роботі.
Ресурси: плакат «Правила роботи групи».

Хід проведення.

Формулюємо правила спільної взаємодії, що сприятимуть продуктивній праці протягом тренінгу. Учасники вносять свої пропозиції методом мозкового штурму. Кожне запропоноване правило обговорюється й, якщо всі згодні, записується у центрі «сімейного кола», утвореного з фігурок учасників.
Правила:
• говорити по черзі (правило руки);

• бути позитивними до себе та інших;

• дотримуватись регламенту;

• бути активними;

• працювати у групі від початку до кінця.

**Очікування "Незакінчені речення".**

 Мета - дати можливість учасникам виз­начити свої очікування.

Час - до 10 хвилин.

Кількість учасників - без обмежень.

Матеріали - аркуші паперу, відповідно до числа учасників, з чотирма незакінченими реченнями, ручки. Особливі вимоги до приміщення - відсутні. Процедура: тренер роздає кожному учаснику ар­куш паперу, на якому написані такі незакінчені речення:

1. Від трене­ра я очікую...;
2. Від інших учасників я очікую...;
3. Від себе я очі­кую...;
4. Мета, яку я маю намір досягти - ....

Тренер пропонує кож­ному відповісти на запитання одразу, або після короткого обговорен­ня в парах, малих групах, всією групою, потім збирає заповнені ар­куші. Коли тренінг завершиться, ці аркуші будуть роздані учасни­кам знову, щоб вони могли вирішити, якою мірою тренінг задоволь­нив їхні очікування. Це допоможе учасникам у виробленні підсумко­вої оцінки тренінгу.

Привітайте один одного оплесками.

 **3. Руханка « Ураган»**

Хід проведення

Тренер пропонує підводитися тих людей які вважають, що це стосується їх:

- встаньте ті, у кого чорне волосся;

- встаньте ті, хто має гарну посмішку;

- встаньте ті, хто має доньку;

- встаньте ті, хто має сина;

- встаньте ті, хто вважає себе гарною матір’ю;

- встаньте ті, хто прийшов сьогодні на нашу зустріч з гарним настроєм, і хоче отримати безліч позитивних вражень і корисних порад.

Привітайте один одного оплесками.

**ІІ. Основна частина.**

1. **Розповідь притчі «Про двох вовків»**

Притча про двох вовків Колись давно старий індіанець відкрив своєму онукові одну життєву істину. У кожній людині йде боротьба, дуже схожа на боротьбу двох вовків. Один вовк уособлює зло - заздрість, ревнощі, грубість, агресію. Інший вовк уособлює добро - мир, любов, вірність, чуйність. Маленький індіанець, зворушений до глибини душі словами діда, на мить замислився, а потім запитав:

- А який вовк в кінці кінців перемагає?

Старий індіанець посміхнувся і відповів:

- Завжди перемагає той вовк, якого ти годуєш.

 **-**Що значить слово «кібербулінг» і навіщо воно потрібне?

**Повідомлення психолога**

Інтернет для наших дітей є невід»ємною частиною найближчого оточення. Те, що для нас, старшого покоління, є інновацією, для сучасних дітей-звичайна буденність. Вони швидко орієнтуються у віртуальному просторі, відкривають власні способи долучатися до новітніх можливостей інформаційно- комунікаційних технологій, визначають свої уподобання, розвивають нові потреби. Часто усе це залишається поза увагою дорослих, які не мають стільки часу, щоб прийти тими ж шляхами кіберпростору, якими блукають їхні діти.

Проблема полягає в тому, що діти у своєму природному прагненні освоїти навколишнє середовище стикаються з небезпекою й у віртуальному світі.

(Інтернет на сучасному етапі його розвитку часто порівнюють із Диким Заходом у той час, коли спить шериф.)

-У чому ж головні небезпеки Інтернету? Чим віртуальне Інтернет- середовище відрізняється від реального? Як впливає на дітей, як змінює їх спілкування? Від яких небезпек дорослі мають застерегти дитину, як допомогти й навчити захищати себе?

Ці запитання хвилюють батьків. Отже, учителі мають бути компетентними, адже саме в педагога шукають поради схвильовані дорослі при зіткненні з невідомими їм **кіберреаліями.**

*Однією із найгостріших проблем взаємодії дитини з Інтернетом є небезпека зіткнення з агресивними нападами, які називають***кібербулінгом.**

У нашу мову прийшло багато слів іншомовного походження, які зручно використовувати для позначення новітніх явищ. Одне з них «кірбулінг»

Походить з англійської мови, створене від двох слів: кібер (позначає віртуальне опосередковане комп»ютером середовище) і булінг ( походить від англ. Bull-бик, бугай, а в переносному значенні-дуже велика, сильна чи агресивна персона; і позначає процес лютого, завзятого нападу. Близькі за змістом українські дієслова-роз»ятрю вати, задирати, знущатися, прискіпуватися, провокувати, дошкуляти, тероризувати, цькувати тощо).

**Кібербулінг**- це знущання над співрозмовником у віртуальному просторі, жорстокі дії з метою дошкулити, нашкодити, принизити іншу людину. При цьому використовуються інформаційно-комунікаційні засоби: мобільні телефони, електронна пошта, соціальні мережі тощо.

-Діти зазвичай не розповідають батькам про ці образи, оскільки бояться, що батьки заборонять використовувати необхідні їм засоби зв»язку, тому й залишаються без необхідної підтримки й допомоги.

Явища цькування і кібербулінгу мають системну природу.

Адже причина цього явища не в індивідуальних особливостях учасників. Виникає вона як сума внесків багатьох людей, інколи непомітних. Явище має свою логіку розвитку: починаючись із малого, за відсутності адекватної реакції дорослих, воно може стати страхітливим і призвести до трагедії.

На жаль, кібербулінг зазвичай не помічають, а заподіяну ним шкоду не розпізнають.

**Кібербулінг-**це напади з метою нанесення психологічної шкоди.

Здійснюються вони через електронну пошту(е-мейл), повідомлення, розгортаються в чатах, на веб-сайтах, у соціальних мережах; діють через текстові повідомлення (СМС) або через зображення (фото, відео). До кібербулінгу відносять і терор, здійснюваний за допомогою мобільного телефонного зв»язку.

Булінг-це «напади», а мобінги –«цькування».

**Вправа «Шкода кібербулінгу»**

Мета: дати уявлення учасникам про наслідки кібербулінгу.

Ресурси: на аркушах набрані найвідоміші приклади кібербулінгу та його наслідки
**Хід проведення.**

Учасників об»єднуємо в групи за кольорами, місяцями і т.д. і роздаю набрані приклади найпоширенішого кібербулінгу.

1.Так, у 2002 р. американський підліток Гіслан Раза, розважаючись, зняв відео про себе на основі сцени із фільму «Зоряні війни», де замість меча використовував бейсбольну біту. На жаль, однокласники без дозволу й відома хлопця розмістили цю стрічку в Інтернеті, де її побачили мільйони людей.

Це викликало нечуваний сплеск захоплення новими технологіями і підлітки швидко підхопили небезпечне починання. Так, у 2004 р. було створено спеціальний сайт із подібними відеороликами, спец ефектами і музикою з фільму. Сайт зібрав більше ніж 76 мільйонів користувачів, а відео із зображенням «зоряного хлопчика» виявилося того року найпопулярнішим.

На Гіслана наклеїли ярлик «дитина зоряних війн». Це настільки змінило його стосунки з однокласниками, що батьки хлопця змушені були звернутись до психіатрів. Вони подали позов до суду на батьків тих учнів, які розмістили відео в Інтернеті. Конфлікт було врегульовано в позасудовому порядку.

1. Однокласники використали цифрову відеокамеру, щоб розмістити відео 15-річної Джуді Румб в Інтернеті, де було створено сайт, присвячений її вазі й даті майбутньої смерті. Завдяки вчасній допомозі фахівців цей випадок не призвів до трагічних наслідків.

3.Через аналогічний сайт під назвою «Корпорація «Убий Кайлі», постійні листи й телефонні дзвінки, які дівчина отримувала про те, що вона лесбіянка (при чому відправлені із її адреси зі зламаними паролями), Кайлі Кенні мусила кілька разів змінювати школу. Вона казала: «Я плакала, страждала, була спантеличена. Я не розуміла, чому це трапилося зі мною, і ні з ким не могла поговорити про це, окрім мами». Урешті- решт довелося перейти на домашнє навчання, бо і в іншій школі кібербулінг поновлювався.

4. 16-річний Джед Прест став заручником у власному домі внаслідок кібербулінгу, який розпочався через його розбіжності в поглядах із групою хлопців у школі. Це спровокувало суїцидальну спробу. Віртуальний боулінг виявився в нічних дзвінках, цькуванні в чатах, образливих текстових повідомленнях; до цього додався мовчазний бойкот у школі.

4.Найвідомішим прикладом прояву такої агресії є трагічний випадок із 13-річним Райяном Патріком Галіганом, який помер від суїциду внаслідок тривалого боулінгу в школі та кібербулінгу, спрямованого на поширення чуток про те, що він гей (хоча починалось усе із жартівливої приятельської перепалки). Уже після смерті сина батько знайшов у комп»ютері листи від дівчинки, яка зустрічалась із Райяном.Прочитавши в Інтернеті, що він гей, вона перестала спілкуватися з ним ще й виставила для загального доступу їхнє листування.

Напередодні суїциду Райян писав друзям: «Завтра я це зроблю, прочитаєте в газеті», а «друзі» відповідали: «Це буде веселе розвага». Докладно цей випадок вже після смерті сина описав батько, який провів ціле дослідження в Інтернеті, щоб зрозуміти причини загибелі й розказати всім про ті кроки, які могли запобігти трагедії .

5.Молодий хлопець, ображений на дівчину за те, що вона його залишила, змонтував і розіслав електронною поштою фото, в якому обличчя дівчини долучив до порнографічного зображення.

6.Восьмикласник створив «фото жабу» (від назви програми повідомлення фотографії «фото шоп») учителя математики, зобразивши його схожим на Гітлера, і розмістив в Інтернеті.

7. Фотографію й номер телефону 14-річної дівчини однокласники розмістили на сайті сексуальних послуг.

8.Кілька років тому українськими школами прокотилася хвиля розповсюдження відео кліпів, що передавалися дітьми з одного мобільного телефону на інший. На цих коротеньких саморобних стрічках містилися жахливі сюжети: про знущання і вбивство дівчини (розтрощення голови бетонною плитою) за те, що вона нібито заразила однокласника СНІДом; про напади дівчат одна на одну через одного хлопця; про «розваги» у метро, коли хлопця штовхають під поїзд. Майже всі ці сюжети були не відображенням реальних подій, а спеціально виготовленими для поширення інсценуваннями.

**Обговорення:**

-Отже, які наслідки кібербулінгу?

**Висновок:** використання подібних сюжетів знущання перетворює їх на форму кібербулінгу.

1. **Вправа "Минуле - сьогодення - майбутнє".**

Мета - дати можливість учас­никам відпочити.

Час - 5 хвилин.

Кількість учасників - без обме­жень.

Матеріали - приладдя для письма та малювання.

Особливі ви­моги до приміщення - столи, стільці.

Процедура: тренер пропонує кожному учаснику намалювати відрізок прямої лінії та розділити його на три частини, що відповідатимуть минулому, сьогоденню й майбут­ньому; позначити, де учасник перебуває в цей час (яка частина жит­тя вже пройдена, яка - попереду); поділитися своїми думками з гру­пою, написавши коротко (умовно) або намалювавши символічно під відрізками відповідних частин, де корені людини, що відбувалося в дитинстві, юності, що відбувається в сьогоденні, що займає, захоплює.

**Вправа «Поради учням щодо профілактики й подолання кібербулінгу»**

Хід проведення.

Вчитель об’єднує учасників у малі групи за методикою «Будинок іграшок». Він пропонує кожному учасникові з чарівного мішка витягти подарунок із будинку іграшок—заготовлені заздалегідь наклейки із зображенням автомобілю, ляльки, ведмедика, квітки.

Учасники об’єднуються у групи відповідно до зображень іграшки.
Кожній групі пропонується скласти поради учням.

Поради записуємо на аркушах А 3:

1.Не поспішай, не виплескуй свій негатив у кіберпростір.

Важливо домовитись із дитиною, щоб вона не відповідала на негативні повідомлення до того, як порадиться з дорослими.

(Емоції-погані порадники: вони минають, а написане і відправлене в Інтернет надалі несе та помножує негатив уже без вашої волі й контролю).

2.Старшим дітям запропонувати правило: перед тим як писати і відправляти повідомлення, потрібно заспокоїтися, подолати в собі роздратування, злість, образу, гнів.

3. Будувати власну онлайн-репутацію, не провокуватися ілюзією анонімності.

(Інтернет-це особливе середовище зі своїми правилами поведінки.

Від анонімності залишається лише ілюзія: все таємне стає явним)

4.У віртуальному просторі, як і в реальному, діє золоте правило: стався і дій стосовно інших так, як хотів би, щоб ставилися до тебе.

5. Зберігати підтвердження факту нападів. Потрібно пояснити дитині: якщо її неприємно вразило якесь повідомлення чи картинка на сайті (фото, відео, будь-що), правильна реакція-вимкнути екран (щоб зупинити негативний вплив, але не комп»ютер!) і негайно звернутися до батьків про пораду.

6. Доречно ігнорувати поодинокий негатив. Одноразові образливі повідомлення найкраще ігнорувати. Часто в результаті цього кібербулінг на початковій стадії зупиняється. Якщо ж реагувати на негативні коментарі, комунікація продовжується.

7.Коли ігнорувати не варто? Незважаючи на те, що відправник вам не відомий, якщо листи систематично містять загрози життю і здоров»ю або порнографічні сюжети, варто поставити до відома телефонного або Інтернет-провайдера, інспектора місцевого відділку міліції із роботи з неповнолітніми (для цього й важливо копіювати повідомлення із загрозами).

Якщо образлива інформація розміщена на сайті, варто зробити запит адміністратору щодо її видалення.

**Запитання для обговорення.**

-Які думки виникли у Вас під час виконання цієї вправи?
-Чи легко було сформулювати конкретні поради? Чому?
**ІІ. Заключна частина.**

1. **1. Вправа «Зворотній зв'язок»** «Метод руки»
Мета: підвести підсумки тренінгу.
2. Педагогам пропонується обвести на аркуші паперу власну руку і вказати:
На великому пальці – що сподобалось.
3. На вказівному – на що зверну увагу.
4. На середньому – з чим не згодний.
5. На безіменному – з чого почну.
6. На маленькому – що треба змінити  (моделі збираю).

**2.Вправа «Очікування»**

Роздаю аркуші, які були зібрані на початку тренінгу, щоб вони могли вирішити, якою мірою тренінг задоволь­нив їхні очікування. Це допоможе учасникам у виробленні підсумко­вої оцінки тренінгу.

Привітайте один одного оплесками.

**Вправа «Прощання»** – дякую всім за участь. Бажаю вам бути щасливими разом з вашими дітьми. Не забувайте, що вони мають на це право. До нової зустрічі.

**Список використаних джерел**:

**1**.Інтернет-ресурси

**2.** Л.А.Найдьонова Кібербулінг або віртуальна агресія. Способи розпізнавання і захист дитини /Психолог. Бібліотека №6 ,червень 2014