

## **Маринка Георгиева**

### **СУ „Христо Ботев“ Ивайловград**

#### **Кибертормозът – как онлайн насилието влияе върху участващите**

##### **Основен въпрос**

Учениците се сблъскват с този социален феноменна 21 веккибертормоза в най- крехка възраст ,чрез масовото използване на интернет пространството. Една от най – важните стъпки е разпознаване и противодействие срещу онлайн тормоза.

##### **Обзор на урока**

Да бъдат компетентни за справяне с този проблем, да се помогне на момчетата и момичетата, които използват интернет по безопасен начин, да избегнат евентуални неприятности, присъщи на мрежата на виртуалния свят.Интернет отваря врата към един жив, вълнуващ свят на безкрайни възможности за изследване, общуване и самоизграждане .Но мрежата крие и някои капани за непредпазливите. Затова е необходимо насърчаването на по-осъзнато и отговорно поведение в Интернет.

##### **Цели на урока:**

Учениците да могат :

- 1.Да реагират и, което е дори по-важно, кога да пренебрегват проявите на онлайн тормоз.
2. Да знаят колко е важно да се говори, да се оказва помощ на жертвите и да се съобщава за евентуални притеснения; да проявяват емпатия към жертвите на кибертормоз .
3. Да могат самостоятелно да се предпазват и да реагират на проблеми, свързани с онлайн тормоза и безопасността в интернет.

##### **Речник**

**Емпатия** - Представям си чувствата, които някой друг изпитва.

**Кибертормоз** -използването на електронни средства за комуникацията оклеветяване, заплашване, сплашване, или разстройване на някого

**Ход на урока :**

**Начало на урока : 10 мин**

С началото на училищните години децата започват да развиват все повече социалните си умения за общуване с другите, за следване на правила и за самостоятелност . Често тормозът възниква именно в тази възраст. Децата вече са много умели в интернет и повечето използват социални мрежи, за да комуникират помежду си. Много често, обидите и коментарите, както и кражбите на профили, се правят на шега.

### **Какво е кибертормоз ?**

Кибер тормозът е използването на електронни средства за комуникация, като интернет, електронна поща, мобилни телефони или други за оклеветяване, заплашване, сплашване, или разстройване на някого .

### **Какви са примерите за кибертормоз?**

#### **Очаквани отговори**

- Изпращане на SMS съобщение за сплашване
- Изпращане на грубо съобщение
- Изпращане неприятна картина
- Промяна на съобщения, да се причини вреда
- Публикуване жестоки съобщения и отмъстителни съобщения
- Съобщения със сексуален подтекст

### **Кои са жертвите на кибертормоз?**

#### **Очаквани отговори**

- Кибер тормозът се среща сред тийнейджърите ,но се разпространява и при по-малките деца. Много деца смятат кибертормоза за безобидно забавление.
- Труден е за откриване, защото насилникът не е очевиден, защото болката не се вижда.
- Възрастните също са жертви, особено учители.

### **Как онлайн насилието влияе върху участващите ? Какво трябва да направят за да прекратят кибертормоза ?**

#### **Очаквани отговори:**

- Изпитват страх да споделят проблема си
- Липса на самочувствие и недоверие в хората
- Затварят се в себе си
- Проблеми с храненето

- Депресия

### **Какво трябва да направят потърпевшите за да прекратят кибертормоза ?**

- Много е трудно да спрете това явление сами.
- Бъдете смели. Запазете спокойствие. Яростта или тъгата са допълнителни мотиватори за хората, които ви тормозят. Ако не реагирате по начина, по който те искат, може да се отегчат и да спрат
- Прекратяване на комуникацията. Препоръчва се да се прекрати както разговорите с човека, който ви тормози, така и да спрете да следите неговите публикации и коментари. Най-добрият вариант е потърпевшият да блокира профила на въпросния човек или хора и да докладва както профила, така и неприятните за него снимки, коментари или публикации. По този начин конфликтът няма да се задълбочи.

### **Как трябва да се помогне на приятел или съученик ,жертва на кибертормоз. Какво трябва да бъде поведението на другите , които не са засегнати.**

Обяснява се значението на думата **емпатия – разбиране на мислите и вярванията и чувствата на другите и да се погледне света през очите на другите.**

- Другите които не са свързани с кибертормоза трябва да покажат своята емпатия към засегнатия. Да направят „ приятелски кръг „ ,който да реагира адекватно и да помогне.
- Трябва да могат да умеят да слушат или да наблюдават за да се забележи и разбере това, което е казано и начинът, по който е казано и да се разбере невербалното поведение на засегнатия.
- Ако проблемът е сериозен може да се потърси помощ от възрастен -учител , класен ръководител или родител. Полезно е да се получи съвет от някой друг. Това не означава ,че е предадено доверието на засегнатия.
- Създаване на среда на доверие, в която спокойно може да бъде проведен разговор при проблем, е от голяма важност.

### **Вашите идеи и стъпки за справяне с проблем : Казус 20 мин**

Класът се разделя на групи на случаен принцип , като целта е да определят позицията си ,да се мотивират и да посочат начини за справяне с проблема .

**Инструкция:** Прочетете внимателно текста и отговорете на въпросите след него, като внимавате от каква гледна точка разглеждате случая (на жертвата, на приятелите и останалите ученици и т.н.). Всяка група разрешава случая от различна гледна точка. Подгответе се да представите своите идеи пред останалите групи. Разполагате с 5 минути за работа и с 3 минути за представяне на решението си.

**Казус:** “В VIII клас Зоя започва да учи усилено и изкарва отлични оценки по английски език. Освен това е много активна в училищния живот и скоро получава уважението

научителите. Останалите момичета моментално започват да ѝ завиждат и съответно да я тормозят. Шест момичета от класа създават Фейсбук група, за да обиждат Зоя публично. Обидите се изразяват най-вече в думи или фрази, които се присмиват на поведението и вида на жертвата, както и в заплахи да не казва на никого за уебстраницата, защото ще пострада. Съдържанието на тази страница е толкова агресивно и вулгарно, че на по-късен етап администраторите я премахват. Но през цялото това време Зоя си мълчи и не казва на никого. Тревожна и депресирана е, разсеяна е и успехът ѝ в училище започва да спада. За сметка на това шестте момичета показват шокираща липса на чувствителност, като се забавляват на чужд гръб, без да си задават каквито и да било въпроси или да се замислят за действията си. Приятелите на Зоя и останалите от класа знаят за групата във Фейсбук, но и те мълчат и не предприемат мерки. ”

#### **Въпроси:**

##### **На мястото на жертвата**

- А.** Какво бихте направили за да разрешите случая, ако сте на мястото на жертвата? Посочете варианти за разрешаване на проблема в ситуацията
- Б.** Защо бихте постъпили по този начин? Посочете аргументи .
- В.** Какви са според вас последиците от преките действия, които бихте предприели?

##### **На мястото на приятелите на Зоя и останалите ученици**

- А.** Какво бихте направили за да разрешите случая, ако сте на мястото на приятелите на Зоя или на останалите ученици? Посочете варианти за разрешаване на проблема в ситуацията.
- Б.** Защо бихте постъпили по този начин? Посочете аргументи .
- В.** Какви са според вас последиците от преките действия, които бихте предприели?

##### **На мястото на учителите**

- А.** Какво бихте направили за да разрешите случая, ако сте на мястото на учителите на Зоя?
- Каква е ролята на учителя в подобна ситуация?
- Б.** Защо бихте постъпили по този начин?
- В.** Как учителя да се справи със шестте момичета – насилници? Какви мерки да предприеме спрямо тях? Как да помогне на жертвата? Какви са според вас последиците от преките действия, които бихте предприели?
- Търсенето на решения от различни гледни точки мотивира учениците да работят сериозно и да предложат адекватни решения.

#### **Заклучителна дейност- 5 мин**

##### **Да запомним ,че проблемите могат да бъдат избегнати :**

- Когато публикувате нещо в мрежата, помнете, че всеки би могъл да го види и да го препрати на други, така че става невъзможно да заличите следите си. Помислете добре преди всяко кликуване!
- Преди да споделите с някого информация, снимки или видео-материали на свои приятели, поискайте разрешението им: може би сте на път да нарушите закона!
- Много е лесно да дразните някого: ако искате да сте популярни сред приятелите си, по-добре се захванете с нещо положително, което няма да има лошо въздействие върху другите.

- Обърнете внимание на мобилния си телефон – той съдържа данни и ценна информация за вас.
- Научете се как да го използвате правилно: това, че го ползвате непрекъснато, съвсем не означава, че сте усвоили правилата за употребата му.
- Не оставяйте без надзор личния си профил, информация или електронно устройство. Помислете за това предварително.
- Помнете, че онова, което за вас това може да изглежда безобидно, на другите може да причини болка и притеснения.
- Разговаряйте с възрастен, на когото имате доверие, ако ви се случи нещо, което ви притеснява или тревожи .

**В мрежата с уважение към другите – да се избягва кибертормоза , да се уважават другите онлайн граждани , да се знаят последствията от лошото поведение онлайн**