

Никола Стоянов Петров

Средно училище „Христо Ботев” град Карнобат

Кибертормоз. Дефиниране, форми и особености. Насоки за справяне

Основен въпрос: Какво наричаме кибертормоз и как да се предпазим от него?

Обзор на урока: Кибертормоз се дефинира като използване на информация и комуникационни технологии с цел продължително и враждебно поведение от страна на човек или група хора, които имат за цел да наранят жертвата. Тормозът може да се осъществи по интернет, през игра или мобилен телефон. Този тип тормоз може да причини сериозни вреди на самочувствието и увереността човек.

Необходимо време: 40 минути

Цели на урока:

Учениците ще могат да:

- Откриват и различават формите на кибертормоз;
- Ще се научат да проявяват емпатия към жертвите на кибертормоз;
- Ще се научат да предприемат мерки за предотвратяване на кибертормоза.

Речник

Кибертормоз - тормоз, извършван чрез средствата на технологиите за електронна комуникация - Интернет и мобилни телефони.

Жертва на кибертормоз – човекът, който е обект на преднамерено действие

Упражняващ кибертормоз / агресор – този, който има лошо намерение, целящо да нарани или навреди на някого

Безучастен наблюдател – човекът, който не прави нищо, когато вижда нещо да се случва

Застъпник – този, който подкрепя мишената на кибертормоз в дадената ситуация

Начало на урока – Встъпителна част – 5 минути

Как можем да дефинираме понятието кибертормоз?

Кибертормозът е тормоз, извършван чрез средствата на технологиите за електронна комуникация - Интернет и мобилни телефони.

Може да бъде открит под различни наименования: e-bullying (е-тормоз), electronic bullying (електронен тормоз), cyberviolence (кибернасилие), digital bullying (дигитален тормоз), online bullying (онлайн тормоз) и т.н., като терминът кибертормоз (cyber bullying) е за момента най-широко наложил се.

Примери за онлайн тормоз:

- Изпращане на заплахи, провокативни, расови или етнически обиди;
- Агресивно поведение спрямо даден човек на база неговата сексуална ориентация; конкретни обиди към даден пол или други форми на сексуална дискриминация;

- Опит да бъде заразен компютъра на жертвата с вирус;
- Заливане на имейла на жертвата със злонамерени съобщения;
- Публикуване и разпространение на невярна информация за дадена личност с цел да се навреди на него или неговата репутация;
- Изолирайки някого в онлайн пространството и приканвайки други да го атакуват или да му се подиграват;
- Представянето за друго лица онлайн като по този начин се казват неща, на които никой не вярва, или които не са истина;
- Споделяне на снимки на човек от конфузна ситуация без разрешение;
- Споделяне на имейли без разрешението на автора;
- Упражняване на натиск над други да изключат някой от дадена „общност“ (онлайн и офлайн);
- Многократното изпращане на неприятни, злонамерени и обидни съобщения на някой.

Дискусия – 25 минути

Вие самите някога били ли сте жертва на кибертормоз?

Учениците споделят личния си опит и гледна точка. Дискусията завършва с изводи за огромните възможности, за комуникация, които ни предоставя интернет, но и за опасностите, които крие.

форми на кибертормоз

В днешно време по – голямата част от хората в развитото общество използват активно интернет с цел работа, забавление, информация и комуникация. През последните години нарастват случаите, в които се среща т.нар. кибертормоз. Той се разглежда като продължение на индиректния (социалния) тормоз Логиката на това приемане е съвсем ясна. Електронните средства за комуникация към момента не дават възможност за физическо посегателство върху друг човек, т.е. физически тормоз, под каквато и да е форма, не е възможен. Кибертормозът би могъл (в отделни случаи) да бъде вербален тормоз, когато например агресор и жертва си комуникират директно по GSM или в чат. Истински обаче кибертормозът се разгръща и „развихря“ като начин за zlepоставяне на един човек пред много широка аудитория, а жертвата няма никакъв контрол върху казаното, показаното и ефектите от него, както се случва при разпространяването на клюки и слухове или целенасоченото разрушаване на социални връзки, което е част от класическата форма на индиректния (социален) тормоз.

Извън уточнението, че кибертормозът е продължение на индиректния (социалния) тормоз с електронни средства, той може да бъде разделен на различни форми по две линии. Едната линия е използваната електронна технология. От тази гледна точка кибертормозът се дели на кибертормоз чрез мобилни устройства (GSM, смартфони, таблети...) и кибертормоз чрез Интернет (социални мрежи, сайтове за споделяне на електронно съдържание, форуми и т.н.). Другата линия е конкретният подход, използван при тормоза - директен контакт с жертвата (разговор по GSM или Skype, sms, mms, чат, пращане на zlepоставящи снимки/ клипове и изнудване, пращане на „забавни“ съобщения или поздравителни картички и т.н.), публикуване на истории, клюки, мнения, обвинения и т.н. по неин адрес, кражба на самоличност (да се представиш, че си друг човек и да вършиш нежелани и/ или нередни неща от негово име, например да пуснеш обява за запознанство в сайт за запознанства), публикуване

на снимки, публикуване на видеоматериали. По- систематизирано формите на кибертормоз са представени по-долу:

Насоки за справяне с кибертормоза

Справянето с кибертормоза не е никак лесна задача. Обикновено то е свързано с ефективно координиране на различни участници и институции. Засягат се хора като:

- жертвата, от която често зависи да сподели какво се случва, но невинаги е задължително (заради тоталността на виртуалния тормоз, редно е понякога възрастните да се самосезират);
- родителите или други близки на жертвата, които трябва да й осигурят подкрепа, възможност да сподели преживяванията си, утеха, чувство за сигурност и защита;
- учителите, които имат поглед върху жертвата в училищна среда, често са наясно за взаимоотношенията между нея и другите деца, могат да окажат подкрепа, могат да работят с целия клас и съседни класове по темата за кибертормоза, насилието и нуждата от толерантност, приемане и разбиране;
- директорът, който трябва да организира предприемането на определени мерки или най-малкото да одобри план за действие, който да показва ясна позиция на училището като институция, нетърпяща и неприемаща тормоза и кибертормоза;
- компютърни специалисти - от училището, от МВР или от организация, работеща за намаляване на кибертормоза, като например Центъра за безопасен Интернет (намира се на интернет адрес [http://www.safenet. bg/](http://www.safenet.bg/)), на който може да бъде подаден и сигнал за нередности в интернет пространството;
- администратори на сайтове, които могат да свалят от управлението от тях сайт информация, която злепоставя детето;
- агресорът и особено ако е ученик в училището;
- свидетелите, които се явяват всички, запознати със случая, съучениците на детето, а понякога и всички ученици в училището, ако случаят е станал популярен, и с които трябва да се работи по посока на неприемане на тормоза и кибертормоза.

Според данни от редица изследвания, проведени в последните години, засегнатите от кибертормоз се обръщат за помощ, както следва: 57% от запитаните търсят помощ от родителите, 37% се обръщат към учителите и 23 % се обръщат към връстниците си.

Данните определено ни насочват към осъзнаването на необходимостта от съвместни усилия на училището и родителите, както и участието на младите хора в разработването на политики и програми за справяне с кибертормоза.

Препоръките са ориентирани към: Създаване на проактивни политики, планове и практики. Да се създаде усещането в младите хора за принадлежност към политиките на училището им срещу кибертормоза чрез отчитане на тяхната гледна точка към проблемите. Тъй като не е възможно непрестанно да бъдат наблюдавани и предпазвани, необходимо е у младите хора да се формира отношение на отговорност към собствената им безопасност, вместо да разчитат на ограниченията, налагани от възрастните.

Бихте могли да се справите с кибератака, като:

- ▶ не отговаряте на провокацията;
- ▶ запазвате доказателства;
- ▶ сте сигурни, че има кой да ви помогне и потърсете помощта му;
- ▶ блокирате изпращащия агресивното послание;
- ▶ съобщавате за атаката на оторизирани възрастни.

Важен елемент от справянето с кибертормоза е да се създадат условия за подобряване на вашите социални умения, моралните разсъждения, уменията ви за справяне с конфликтни ситуации, ефективно да управлявате гнева си и т.н.

Ето няколко превантивни мерки, за справяне с проблема:

1. Никога не изпращай лична информация (името си, адреса, на който живееш, телефонния си номер, училището си, пароли и т.н.). Това правило включва също - да не изпращаш лична информация за твои близки и познати на трети лица.
2. Винаги проверявай дали адресът, на който изпращаш съобщения, е личен (някои семейства имат общ мейл).
3. Не вярвай на всичко, което се пише в мрежата (ако някой пише, че е на 12 години, това не означава непременно, че действително е).
4. Не отговаряй на гневните съобщения с гняв (дай си време да обмислиш съобщението си).
5. Не отваряй послания от непознати. Родители казват: „Никога не разговаряй с непознати на улицата“. Това се отнася с пълна сила и за електронната комуникация.
6. Избягвай съкращенията, тъй като те може да не бъдат разбрани еднозначно.
7. Когато препращаш съобщения, не изпращай и имейл адресите на другите участници.
8. Уважавай другите хора и различията между тях, пиши с уважение, когато коментираш противоречиви теми.
9. Не пиши за прекалено лични неща, които обикновено споделяш само с най-близките лице в лице.

Заключителна част – 10 минути

Казус

Разказ на Иван на 15години:

Във Фейсбук всичко, което моите „приятели“ публикуват е видимо за много хора.

Често се подигравам и обиждам хора, които не харесвам, чрез Фейсбук.

Един ден моя съученичка качи своя снимка – чрез Снапчат тя си беше сложила на лицето кучешки уши и муцуна. Беше много смешна, даже абсурдна. Започнах да ѝ

пиша подигравателни коментари и да я обиждам.. Само след минути мои съученици се присъединиха към мен – и те започнаха да я нагрубяват. Това продължи само ден, два. Накрая тя изтри снимката. Какво пък толкова съм направил, само малко се позаяждах с нея!

Въпрос: Извършил ли е Иван кибертормоз?

Отговор: Да, защото открито критикува, подиграва и обижда друг онлайн.

Въпрос: Какво има предвид Иван като казва ” Само след минути мои съученици се присъединиха към мен – и те започнаха да я нагрубяват.”?

Отговор: Информацията в мрежата е достъпна 24 часа в денонощието, 7 дни в седмицата. За много кратко време тя достига до десетки, а понякога и до стотици хора. Това води до много бързи и много по-тежки последици, ако агресора е само един.

Въпрос: Как според вас се е почувствала тормозената жертва?

Отговор: Разочаровала се е, натъжила се е, разстроила се е, обезкуражила се е, ядосала се е.

Кибертормозът е АНОНИМЕН, ПОВСЕМЕСТЕН, ТОТАЛЕН, РАЗКРЕПОСТЕН И МАЛКО ПОЗНАТ. Никога не го подценявайте и не оставайте безучастни, независимо дали засяга вас или някой близък!