

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ДЕТЯМ ПОДВЕРГШЕМСЯ КИБЕРУГРОЗАМ В ИНТЕРНЕТЕ

Рамазонов Нуришод Нормурод угли

Уральский федеральный университет имени первого президента России Б. Н. Ельцина — Уральский гуманитарный институт магистратура 1 курс
психологии

Аннотация: Согласно анонимным интернет-опросам, на сегодняшний день около половины детей и подростков скрывают от родителей что-то из своей онлайн-жизни, а третья из них знакомы или лично сталкивались с кибербуллингом. И если раньше травля происходила в школе открыто и жертва всегда знала обидчика, то сейчас любой может подвергнуться атаке в Сети. Зачастую родители узнают об этом довольно поздно, когда ребенку уже нанесен большой психологический ущерб. С какими видами кибербуллинга школьники могут столкнуться в интернете, кто становится жертвой и как обезопасить своих детей. Понятие "кибербуллинг" (от англ. *cyber* – кибер и *bullying* – задирать, запугивать) пришло с Запада в конце 90-ых и стало активно использоваться с распространением интернета и соцсетей. Сегодня кибербуллинг формулируется как вид травли, подразумевающий агрессивное поведение по отношению к жертве и распространяющийся при помощи средств интернета (соцсетей, фото- и видеоконтента, электронных сообщений и др.).

Ключевые слова: кибербуллинг, общение, СМИ, информация, список друзей, социальные сети, родительский контроль, помощь, психика, врач, совет, осмотр, лечение.

PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO CHILDREN EXPOSED TO CYBERTHREATS ON THE INTERNET

Ramazonov Nurshod Normurod ugli

*Ural Federal University named after the first President of Russia B. N. Yeltsin
—Ural Institute for the Humanities Master's degree 1st year in psychology*

Annotation: According to anonymous Internet surveys today about half of children and teenagers conceal something from their parents about their online life and one third of them know or have personally experienced cyberbullying. And while bullying used to happen openly at school and the victim always knew the offender, now anyone can be attacked online. Often parents learn about it quite late, when the child has already suffered great psychological damage. What kinds of cyberbullying can schoolchildren encounter on the Internet, who becomes a victim and how to protect your children. The concept of "cyberbullying" (from cyber and bullying) came from the West in the late 90's and began to be actively used with the spread of the Internet and social networks. Today cyberbullying is formulated as a type of bullying that involves aggressive behavior towards the victim and spreads through the Internet (social networks, photo and video content, emails, etc.).

Keywords: *cyberbullying, communication, media, information, friends list, social networks, parental control, help, psyche, doctor, advice, examination, treatment.*

Сегодня социальные сети занимают достаточно много времени в жизни человека. Это касается не только взрослых, но и детей. Хотим мы того или нет, но средства общения наших детей впечатляюще изменились за последнее десятилетие. Дети стали реже встречаться друг с другом, реже созваниваться, зато постоянно на связи в социальных сетях. Аккаунты в

социальных сетях позволяют ребенку всегда быть в курсе всех событий. Многие учителя заводят свои личные страницы, на которых размещают учебные материалы, вопросы к контрольным, домашнее задание и прочее. Не стоит забывать и о различных учебных группах, где ребенок может почерпнуть для себя много нового и полезного. Существуют также специальные детские социальные сети, в которых сконцентрирована всевозможная интересная информация. С помощью социальных сетей можно найти новых друзей и единомышленников по увлечениям и интересам. Друзей можно отыскать даже на другом конце света. Это же так интересно и познавательно! Социальная сеть и дети – понятия уже неразделимые. В наше время это естественно, но всего должно быть в меру.

Несмотря на всю свою полезность и привлекательность для детей, интернет может грозить реальными опасностями. Безмерное общение в социальных сетях подменяет собой реальное общение, у детей «выросших в социальных сетях» утрачиваются навыки межличностных отношений. Это приводит к неумению общаться и взаимодействовать с реальными людьми. Дети под влиянием общения в социальных сетях зачастую в реальности становятся замкнутыми, стремятся изменить в себе все, для того чтобы соответствовать придуманному образу. Помимо «отречения» от реального мира социальные сети могут нести и другую опасность. Дети чаще всего становятся участниками различных группировок ведущих противозаконный и аморальный образ жизни.

Дети нередко добавляют в друзья незнакомцев. Это могут быть как безобидные странички одноклассников, так и людей с недобрыми намерениями. На сайтах ребенок может пострадать и от кибербуллинга – сетевой травли. По данным опроса, с этим столкнулись 3% несовершеннолетних. Но, скорее всего, их количество больше – не все дети признаются родителям в таких проблемах. Чаще всего обидчиками являются одноклассники и другие знакомые ребенку сверстники, которые оставляют оскорбительные сообщения и комментарии в соцсетях и мессенджерах.

Находясь в социальных сетях дети могут получить ссылки на опасные программы, которые заражают мобильные устройства или компьютеры вредоносным программным обеспечением. Чаще всего это происходит, если ребенок вступает в переписку с мошенниками.

Социальные сети отнимают много времени, уменьшают двигательную активность детей, утомляют нервную систему, у ребят, которые проводят более 4 часов в день сидя за компьютером, отмечается подъем психотических проявлений, таких как бред, беспокойство, спутанность сознания, тревога.

Чтобы максимально обезопасить своего ребёнка от подобных угроз, нужно научиться правилам сетевой безопасности, которые столь же важны, как правила дорожного движения.

Для начала нужно завести ему личную электронную почту, при этом важно сказать, что пароли должны быть разными для каждого аккаунта, запоминающимися и надёжными (состоять как минимум из восьми символов, содержать буквы в разном регистре, специальные символы и цифры). После этого, следует настроить безопасность и приватность его аккаунтов так, чтобы доступ к информации на его странице и возможность отправлять сообщения была только у его друзей.

Объясните ребенку, что в социальных сетях не стоит публиковать личную информацию. Полное имя, номер телефона, домашний адрес и другие данные лучше оставить в тайне и придумать вместе интересный псевдоним. Следите за тем, чтобы ребёнок не публиковал свои фотографии или фотографии своих друзей, на которых имеются четко идентифицируемые данные, такие как названия улиц, государственные номера автомобилей или название школы на одежде, которые могут раскрывать много личной информации. В противном случае, ваши дети могут подвергаться киберугрозам, атакам со стороны интернет-преступников, интернет-мошенников или краже личных данных.

Расскажите детям об существующих интернет - угрозах. Если у них возникнет ощущение, что им угрожают через интернет, то они должны немедленно сообщить об этом вам.

Коммуникативно-информационный ресурс социальных сетей имеет большое будущее. Он привлекателен и невероятно интересен. Но он никогда не сможет заменить реальную жизнь, переполненную эмоциями, чувствами и тактильными проявлениями.

Важно выстроить доверительные отношения с ребёнком, дать понять, чтобы он сообщал о возникновении всех проблем, с которыми может столкнуться при пользовании социальными сетями: взлом аккаунта, угрозы, настойчивые предложения любого характера от совершенно незнакомых людей. Тогда использование социальных сетей станет максимально безопасным для ребёнка.

Источники:

1. <https://www.m24.ru/articles/deti/27062019/155723>
2. <http://sch92.minsk.edu.by/ru/main.aspx?guid=1821>
3. <https://vd-spb.ru/projects/pomoshh-zhenshhinam-i-detyam-postradavshim-ot-interneta/profilaktika-nasiliya-v-otnoshenii-zhenshhin-i-detey>
4. <https://cyberleninka.ru/article/n/vnimanie-internet>