



Поради для батьків щодо кіберцькування

Автор – Волт Мюллер

Вступ

Ви пам'ятаєте цькування чи не так? Колись давно (що *насправді* було не так уже й давно!) задираки традиційно насміхалися на дитячому майданчику або на районі. Якщо Вам випало стати жертвою їхнього глузування, то Ви знаходили полегшення і притулок в комфорті та безпеці свого дому. Тепер, коли наші діти проводять все менше часу на вулиці та все більше часу, «живучи» у віртуальному світі онлайн, цькування набуло нових форм і його інтенсивність зросла, адже задираки отримали доступ до своїх жертв 24 години на добу. Образлива записка, яку передавали у класі, залишалася у тому ж класі і її могли «побачити» тільки руки, які до неї торкалися. Тепер така ж записка може бути розміщена в Інтернеті і швидко поширитися у школі, громаді та навіть по цілому світі!

Ніхто не хоче, щоб над ним насміхалися, особливо діти та підлітки. У певний період свого розвитку діти є особливо вразливими до насмішок, болю і впливу задирак. Як батьки-християни, ми повинні активно реагувати на цю нову «культуру кіберцькування», виховуючи наших дітей у стилі життя підбадьорення і любові до інших, як це робив Христос. Ми повинні робити все можливе, щоб допомогти нашим дітям розуміти, переживати і реагувати на задирак у їхньому житті.

У “Центрі взаєморозуміння батьків і молоді” (cpyu.org) Вашим ресурсом є наша ініціатива Digital Kids (Діти в час цифрових технологій), завдяки якій Ви зможете допомогти своїм дітям управляти цифровими технологіями так, щоб це відбувалося з пошаною до Бога. Ми віримо, що батьківське усвідомлення і розуміння кіберцькування є першим кроком на шляху до вироблення здорової і попереджувальної батьківської поведінки. Нижче подаємо загальну інформацію про кіберцькування, яка, сподіваємось, допоможе у Ваших прагненнях навчити дітей здобувати в Інтернеті здоровий досвід.

Професор Волт Мюллер, керівник “Центру порозуміння між батьками та молоддю”



Кіберцькування відбувається тоді, коли дитина або підліток навмисно залякує або надсилає неприємні або ворожі повідомлення чи погрози за допомогою цифрових засобів масової інформації іншій дитині або підлітку чи про іншу дитину або підлітка для того, щоб поглузувати, завдати болю, переслідувати, налякати, щось вимагати, принизити або завдати шкоди цій людині.

Поради для батьків щодо кіберцькування

Що таке кіберцькування?

Кіберцькування відбувається тоді, коли дитина або підліток навмисно залякує або надсилає неприємні або ворожі повідомлення чи погрози за допомогою цифрових засобів масової інформації іншій дитині або підлітку чи про іншу дитину або підлітка для того, щоб поглузувати, завдати болю, переслідувати, налякати, вимагати щось, принизити або завдати шкоди цій людині. У кіберцькуванні завжди беруть участь неповнолітні. Якщо ж до цього залучений дорослий, тоді така поведінка кваліфікується як **кіберпереслідування** або **кібердомагання**.

Наскільки поширеним є кіберцькування?

Хоча статистичні дані про кіберцькування не є точними, стає дедалі зрозумілішим, наскільки широко воно розповсюджене. Кіберцькування є набагато поширенішим, ніж ми думали. За даними Дослідницького центру кіберцькування (cyberbullying.us), над одним із п'яти підлітків регулярно насміхаються онлайн. Майже половина всіх підлітків переживали одну з форм онлайн-глузувань. Більше третини (37%) підлітків визнають, що використовували сайти соціальних мереж, щоб переслідувати і насміхатися зі своїх однолітків. На тлі постійного зростання кількості підлітків і дітей, які занурені у цифровий світ, кіберцькування з'являється і наростає у щоразу молодшому віці, у зв'язку з чим батькам важливо контролювати активність своїх дітей передпідліткового віку в Інтернеті. Підраховано, що більше, ніж про половину всіх випадків кіберцькування не повідомляють ані батькам, ані вчителям, ані правоохоронним органам.

Більше третини підлітків визнають, що використовували сайти соціальних мереж, щоб переслідувати і насміхатися зі своїх однолітків.

Чому кіберцькування є настільки поширеним?

- Технології забезпечують задиракам легкий 24-годинний доступ до своїх жертв.
- Його можна здійснювати швидко і миттєво.
- Після проведення нападу кіберцькування, інформація залишається в Інтернеті у вигляді фотографій, коментарів і брехні на довгий час після її поширення.
- Спектр охоплення є дуже широким і аудиторією для випадків кіберцькування стає цілий світ.
- Кібер-задирака може залякувати інших, перебуваючи наодинці, що дозволяє йому уникнути практично будь-якої відповідальності.
- Будь-хто може вдаватися до кіберцькування. На відміну від традиційного насміхання і залякування, Вам не потрібно бути фізично сильнішим за свою жертву, щоб цькувати її.
- Воно є «безтілесним». Ви не бачите свою жертву і, як задирака, можете діяти анонімно, що робить задирак ще сміливішими.
- Через анонімність форми, кіберцькування важко зафіксувати, покарати або притягти через нього до відповідальності.

Чому діти вдаються до кіберцькування?

- Щоб принизити інших, намагаючись показати себе і бути прийнятими однолітками
- Щоб отримати увагу однолітків
- Щоб відчувати та здобувати владу над іншими
- Через заздрість до жертви
- У відповідь на відкинення
- Щоб помститися комусь, іноді у відповідь на залякування від інших
- Просто для задоволення
- Через ненависть до жертви

Поради для батьків щодо кіберцькування



Діти вдаються до кіберцькування, щоб принизити інших, намагаючись показати себе і бути прийнятими однолітками.

Чи є опис дитини, яка вдається до кіберцькування?

У той час як будь-яка дитина або підліток може брати участь у кіберцькуванні, дослідження і спостереження намагаються описати тип особистості, схильної до залякування інших. Ось деякі загальні характеристики задираки, які зазвичай поєднуються в різних комбінаціях:

- Дівчата, зазвичай, залякують більше, ніж хлопці.
- Учні середніх класів більше схильні до кіберцькування, ніж діти будь-якого іншого віку.
- Діти, залежні від комп'ютера / Інтернету, які багато часу проводять в Інтернеті.
- Діти, які приховують свою діяльність в Інтернеті, маючи схильність закривати свої монітори або згортати вікна на екрані, коли батьки заходять у кімнату.
- Діти, які схильні переймати на себе контроль ситуацією.
- Діти, які виявляють ознаки навмисної та

постійно агресивної поведінки щодо своїх однолітків.

- Діти, яких легко роздратувати.
- Ті, хто нешанобливо ставиться до інших.
- Діти, які не виявляють соціальної / реляційної зрілості і часто вдаються до звинувачень, образ і погроз замість того, щоб використовувати відповідні навички міжособистісних взаємодій.
- Діти, які отримали мало або не отримали жодної підтримки вдома з боку батьків, а також ті, над якими, можливо, знущалися вдома.
- Наявність батьків-«заохочувальників», які або ігнорують поведінку кіберцькування, заохочують до неї або ж самі залякують інших.
- Діти, які переживають високий рівень соціальної тривожності та глибоку стурбованість з приводу входження в колектив, а також щодо враження, яке вони справляють на інших.
- Постійні шукачі уваги, які мають бажання отримати владу, домінувати і контролювати.

Поради для батьків щодо кіберцькування

Чи є опис жертви кіберцькування?

Будь-яка дитина або підліток може стати жертвою кіберцькування. Ось деякі з найпоширеніших особливостей дітей і підлітків, яких залякують найчастіше:

- Соціальні маргінали, які не вписуються в загальну масу або популярну групу однолітків
- Люди, які мають фізичні чи розумові відхилення
- Діти та підлітки, які мають проблеми з сексуальною ідентичністю
- Які повільно розвиваються і ще не досягли фізичної / статевої зрілості
- Ті, хто дотримується правил
- Найращі учні, які вважаються розумнішими за своїх однолітків
- Ті, хто виглядає, одягається або поводить по-іншому
- Діти та підлітки, яким бракує впевненості в собі
- «Беззахисні», які не можуть постояти за себе



Як діти кіберцькують інших?

Існує два види кіберцькування. Прямі напади кіберцькування відбуваються тоді, коли задирака напругу надсилає повідомлення жертві. Непрямі напади кіберцькування відбуваються тоді, коли задирака залучає і використовує допомогу інших, щоб залякати жертву, знаючи або не знаючи співучасників кіберцькування.

Існує два види кіберцькування.

Прямі напади кіберцькування

відбуваються тоді, коли задирака безпосередньо надсилає повідомлення жертві.

Непрямі напади кіберцькування

відбуваються тоді, коли задирака залучає і використовує допомогу інших, щоб залякати жертву, знаючи або не знаючи співучасників кіберцькування.

Поради для батьків щодо кіберцькування

Пряме кіберцькування

Нижче наведені деякі з найпоширеніших способів, які використовують кіберзадираки у процесі прямого кіберцькування:

- Насмішки та погрози через текстові повідомлення або обмін миттєвими повідомленнями.
- Груповий напад на жертву через «атаку повідомленнями». Діти надсилають тисячі повідомлень на мобільний пристрій жертви.
- Крадіжка паролів для того, щоб змінити профіль іншої людини, розміщувати фотографії, ображати інших, здійснювати шахрайські покупки і / або не допускати жертву до її власної сторінки.
- Ведення блогу в Інтернеті й розміщення образливої, особистої або неправдивої інформації про жертву.
- Створення веб-сайту, розробленого спеціально з метою ображати, принижувати або погрожувати іншій людині або групі людей.
- Поширення за допомогою текстових повідомлень або електронною поштою відвертих сексуальних або принизливих фотографій чи відео, які можна пересилати безлічі інших людей або завантажувати на сайти соціальних медіа.
- Використання онлайн-інструментів Інтернет-опитувань, щоб отримати відповіді на запитання про жертв, намагаючись залякати їх. («Як ви думаєте, вона «гаряча штучка» чи ні?» тощо)
- Залякування на ігрових онлайн-платформах через вербальні образи інших гравців та поширення неправдивих чуток або не допускаючи їх до ігор.
- Використання соціальних мереж для того, щоб публікувати фотографії, відео, чутки, коментарі, які компрометують, або здійснювати інші типи нападів.

Непряме кіберцькування

Нижче наведені найпоширеніші способи, які використовують кіберзадираки для непрямого кіберцькування:

- Початок «попереджувальних воєн» або «воєн через повідомлення про образу», зловживаючи вбудованими інструментами безпеки на сайтах соціальних мереж, щоб «доповісти» або повідомити, що користувач, який насправді не винен, зробив щось неправильно. Це може призвести до того, що користувач втрачає доступ до сайту через те, чого він ніколи не робив. У такому випадку соціальні мережі стають стороннім співучасником.
- Зробити так, щоб виглядало, наче жертва зробила щось неправильно, а потім повідомити батькам про «переступ», тим самим залучаючи батьків як співучасників, які карають жертву.
- Створення профілю, схожого або ідентичного до профілю жертви і використання його для розміщення образливої інформації про інших користувачів від імені жертви.
- Уособлення жертви кіберцькування, видаючи себе за жертву в онлайн-розмовах за допомогою текстових повідомлень, надсилаючи образливі, погрозливі, неправдиві або ненависні повідомлення іншим. Ці жертви потім несвідомо реагують на того, від імені кого приходили повідомлення замість самого порушника.
- Підписання жертв на отримання спам-повідомлень, найчастіше з порнографічних сайтів.

Поради для батьків щодо кіберцькування

Ознаки того, що Ваша дитина піддається кіберцькуванню:

Нижче наведені деякі з найпоширеніших показників того, що дитина або підліток може бути жертвою кіберцькування:

- Емоційні розлади під час або після використання Інтернету або мобільного пристрою
- Несподіваний і незрозумілий гнів
- Збільшення випадків усамітнення від сім'ї, друзів, соціальних кіл і діяльності
- Підвищене відчуття сорому, страху, тривоги, депресії та низька самооцінка
- Проголювання й невідвідування школи
- Зниження оцінок і невиконання шкільних завдань
- Зміна настрою, поведінки, сну і харчування
- Зловживання наркотиками та алкоголем
- Ухиляння і замкнутість при розмові про їхню онлайн-діяльність

Обмежте доступ
Вашої дитини до
Інтернет-
технологій
способами, які
відповідатимуть її
віку. Не давайте
їй занадто багато
доступу в надто
ранньому віці.

Кроки, щоб запобігти кіберцькуванню:

Оскільки ми живемо у цифровому середовищі, яке швидко розвивається і є сприятливим для кіберцькування, батьки повинні вживати активних заходів, щоб запобігти кіберцькуванню. З-поміж них можна виокремити такі (це не вичерпний перелік):

- Моліться за своїх дітей та їхніх друзів.
- Вибудуйте стійкість до тиску з боку однолітків, допомагаючи їм зрозуміти, що означає знайти свою ідентичність і безпеку в Ісусі Христі.
- Щоразу більше пізнавайте своїх дітей і їхніх реальних друзів.
- Навчайте своїх дітей ставитися до інших з любов'ю, добротою і милістю Ісуса Христа.
- Навчайте своїх дітей поважати інших і захищати слабших.
- Навчайте своїх дітей про наслідки кіберцькування інших.
- Обмежте доступ Вашої дитини до Інтернет-технологій способами, які відповідатимуть її віку. Не давайте їй занадто багато доступу в надто ранньому віці.
- Знайте онлайн-світ своєї дитини, перевіряйте розміщену нею інформацію, відвідуючи її сторінки, і будьте обізнані щодо того, як вона проводить свій час в Інтернеті.
- Використовуйте засоби батьківського контролю і налаштувань конфіденційності.
- Знайте паролі своєї дитини і ніколи не дозволяйте їй ділитися своїми пароллями чи іншою особистою інформацією.
- Завантажте і використовуйте матеріал CPYU «Договір про використання Інтернету сім'ї» (доступний на digitalkidsinitiative.com тільки англійською мовою).
- Пошукайте в Інтернеті ресурси, які допоможуть Вам краще зрозуміти кіберцькування і запобігти йому.

Поради для батьків щодо кіберцькування

Поведінка при випадках кіберцькування:

Оскільки ми живемо в грішному світі, траплятимуться випадки, коли ми будемо змушені втрутитися від імені наших дітей, якщо їх залякують в Інтернеті. Нижче наведено певні кроки, які можна зробити, коли таке втручання стає необхідним:

- Почніть із прислухання до своїх дітей, фіксуючи факти і зберігаючи письмові записи. Залишайтеся спокійними. Не перебільшуйте і не применшуйте своєї реакції.
- Запевніть свою дитину, що Ви будете поруч із нею в цей важкий час, що будете підтримувати її і допоможете знайти рішення.
- Будьте відкритими у спілкуванні зі своєю дитиною, будучи ще уважнішими, ніж зазвичай у ваших стосунках. Це дасть Вам можливість уважно спостерігати за нею, щоб підтримати і сформувати її опір негативним ситуаціям.
- Якщо Ваша дитина має тісні і глибокі стосунки з іншими довіреними і прихильними дорослими (вчителями, родичами, молодіжними працівниками тощо), поінформуйте цих людей про те, що вони можуть запропонувати свою підтримку і підбадьорення.
- Якщо маєте змогу, зверніться до батьків задираки і поділіться фактами у вигляді письмових записів. Попросіть батьків розібратися з ситуацією таким чином, що призведе до 1) видалення всіх загрозливих / образливих онлайн-повідомлень і 2) припинення будь-якого подібного залякування чи насмішок у майбутньому.
- Якщо залякування сталося у той час, коли Ваша дитина була в школі, повідомте про це керівництво школи.
- Якщо безпека Вашої дитини перебуває під загрозою, повідомте правоохоронні органи і надайте їм копії всіх письмових записів і листування.
- Не бійтеся звертатися за зовнішньою допомогою та консультаціями, якщо Вашу дитину залякують або якщо вона сама залякує інших.



Для детальнішої інформації про віртуальний світ для дітей відвідайте сторінку Центру взаєморозуміння батьків і молоді - www.digitalkidsinitiative.com.

Переклад українською мовою.
Усі права збережені © 2017 Видавництво «Крайнебо»



Версія 1 - 17 травня 2017 р.

