

«Бекітемін»
Мектеп директоры:
С.Б.Рахымшаева



**Тренинг тақырыбы: «Буллинг, кибербуллинг
туралы сөйлесейік»**

Педагог-психолог: К.М.Айгараева

Сәлеметсіңдер ме, бүгінгі вебинарға келушілер.

Бүгінгі вебинардың тақырыбы – «Сөйлесейік».

Сонымен бүгін біз кибербуллинг жайлы сөйлесеміз.

КИБЕРБУЛЛИНГ ДЕГЕН НЕ?

Кибербуллинг немесе киберқорқыту – бұл компьютерлерді, ұялы телефондарды, смартфондарды немесе кез-келген басқа технологияларды өзге адамның жанын ауырту немесе оны ұялту мақсатында әлденеше рет қолдану.

Жиырма жыл бұрын Миссисипи штатының Әділет министрлігінің киберқылмыстар (яғни ақпараттық технологияларды қолданумен жасалатын қылмыстар) бөлімінің криминолог-зерттеушісі Р.Махаффидің айтуынша Интернет «Жабайы Батыс» сияқты болған, яғни онда ешбір заң қолданылмаған және әркім қалағанын істей алған. Желілер мен сайттар арқылы тілдесуді жүзеге асырудың алғашқы түрлері қауымдарға көбірек ұқсас болған. Оларға қатысушылар тек онлайн ғана тілдесіп қоймай, көзбе-көз де кездесіп тұрған, әрі осы үдеріске соншалық көп адам қатыспаған. Содан кейін Интернетті пайдаланушылар саны күрт көбейіп кеткен. Сонымен бір мезетте Интернеттегі агрессия деңгейі де артқан. Агрессиямен бірге Интернетте кибербуллинг деген ұғым пайда болған. Сонда кибербуллинг деген не?

- Кибербуллинг (электрондық кеңістікте қудалау, онлайн қатыгездік) – бұл өзін-өзі қорғай алмайтын құрбанға қарсы бағытталған, электрондық жолмен әрекеттесу жолдарын қолданумен жалғыз немесе бір топ адам жүзеге асыратын ұзақ уақыт бойы жүйелі қуадалаудың, қасақана агрессияға толы әрекеттердің бір түрі. Бұл смс-хабарламалар, әлеуметті желілер, абыройды төгетін веб-парақшалар ашу немесе қорлайтын, тіл тигізетін бейнеконтент жариялау арқылы, т.б. жолдармен жасалады.

Кибербуллинг ұғымын Крэйг пен Пеплер (Craig W. & Pepler D.J.) 1997 жылы алғашқылардың бірі болып сөз еткен. Онда Интернет-ағандарда қудалау – оқушылар арасына көзбе-көз емес, технологияландырылған қудалау тәсілін жөн көретін агрессияға толы қудалау- жайттары сипатталған.

Мен бүгін сендермен осы тақырыпта ашық сөйлескім келеді, әрі сендердің белсенді қатысқандарыңызды күтемін. Естеріңде болсын, мұнда дұрыс емес сұрақтар немесе жауаптар жоқ.

Буллинг Интернетте орын алғанда, сендерге барлық жерде, тіпті өз үйлеріңде шабуыл жасалып жатқандай сезім тууы мүмкін. Ешкім құтқара алмайтындай болып көрінуі мүмкін. Оның салдары ұзақ уақытқа созылып, адамға түрлі жолдармен әсер етуі ықтимал:

Ойша – адам өзін көңілі қалғандай, қысылғандай, ақымақ болғандай, тіпті ашуланғандай сезінуі мүмкін.

Эмоциялық жағынан – адам ұялуы немесе сүйікті істеріне қызығушылығын жоғалтқанын сезінуі мүмкін.

Физикалық жағынан – шаршау (ұйқыдан айырылуы) немесе іш және бс ауыруы сияқты симптомдар болуы мүмкін.

Біреу өзінді күлкіге айналдырып жатқанын немесе басқа адамдар өзінді қуадалап жатқанын сезіну адамдарды осы мәселе жайлы жақ ашпауына немесе оны өз бетінше шешуге тырысуына апаруы

ықтимал. Аса күрделі жағдайларда кибербуллинг тіпті адамдарды өз-өзіне қол салуына алып келуі мүмкін.

Кибербуллинг бізге түрлі жолдармен әсер ете алады. Бірақ оны жеңуге болады, өз-өзімізгее деген сенімділікті және денсаулығымызды орнына келтіруге болады.

Балалар, диалогқа белсенді араласып жатқандарыңа рақмет. Ұмытпандар, кез-келген адам кибербуллинг құрбаны болуы мүмкін. Егер өздерің танитын бір адам кибербуллингке тап болғанын көрсендер, қолдау көрсетуге тырысып көріңдер.

Достарыңды тыңдау өте маңызды. Неге олар кибербуллинг туралы хабарлағысы келмейді? Өздерің қалай сезінеді? Оларға ресми түрде ештеңе хабарлау керек жоқ екенін, бірақ, көмектесе алатын адаммен сөйлесу қажет екенін түсіндіріңдер.

Естеріңде болсын, достарың өзін осал сезінуі мүмкін. Оған мейірімді болыңдар. Кімге және не айтуға болатынын ойластыруға көмектесіңдер. Егер хабарлауға бел буса, бірге баруды ұсыныңдар. Ең бастысы, есіне салыңдар, сендер оның жанындасыңдар және көмектескілерің келеді.

Егер достарың оқиға жайлы бәрібір айтқысы келмесе, өзі сенетін және сол оқиғаны реттеуге көмектесе алатын ересек адамды табуға көмектесіңдер. Естеріңде болсын, белгілі бір жағдайларда кибербуллинг салдары өмір үшін қауіпті болуы мүмкін.

Әрекетсіздік адамды бәрі оған қарсы шығып жатқандай немесе басқалар үшін оның жағдайы бәрібір сияқты сезімде қалуы мүмкін. Сендердің сөздерің маңызды болуы мүмкін.

Facebook және Instagram желілерінде кибербуллинг туралы аты-жөндеріңді атамай-ақ хабарлауға болады.

(Сенімді сөйлеңіз және жасөспірімдерді кибербуллинг туралы ата-аналарына айту керек екеніне сендіріңіз)

Балалар, жауаптарыңа рақмет! Өз тәжірибелеріңмен және ойларыңмен бүкіл топпен бөліскендерің керемет.

Барлығысыз үшін ата-анамызбен сөйлесу оңай емес. Бірақ, сөйлесуде көмек бола алатын бірқатар әрекеттер жасай аласыңдар. Сөйлесу үшін ата-аналарың бар көңілің сендерге бөле алатынына өздерің сенімді болатын уақытты таңдаңдар. Мәселе сендер үшін қаншалықты маңызды екенін түсіндіріңдер. Естен шығармандар, олар ақпараттық технологияларды соншалық жақсы білмеуі мүмкін, сондықтан, не болып жатқанын түсіну үшін сендердің көмектерің қажет болуы ықтимал.

Олар сендерге бірден жауап бере алмауы мүмкін, бірақ, көмектегісі келер, сонда бірігіп шешім таба аласыңдар.

Бір бастан екі бас әлдеқайда артық! Егер әлі не істейтіндеріңді білмесеңдер, өздерің сенетін басқа адамдармен сөйлесу жағын қарастырыңдар. Сендердің қамдарыңды ойлайтын және көмектескісі келетін адамдар өздерің ойлағаннан әлдеқайда көп!

Балалар, қызу (белсенді) пікірталастарың үшін рақмет, менің айтарым, Интернетте бір нәрсені жарияламас бұрын немесе бөліспес бұрын екі қайтара ойланыңдар, ол желіде мәңгілікке қалып, кейін сендерге зиян келтіру үшін қолданылуы мүмкін. Мекен-жайларың, телефон нөмірлерің немесе мектептеріңнің аты сияқты жеке мәліметтерді ешкімге айтпаңдар.

Әлеуметтік желілерге арналған сүйікті қосымшаларыңның құпиялық баптауларын туралы біліп алыңдар. Көпшілігің істей алатын кейбір әрекеттер мынадай:

Тіркеулік жазбаларыңның құпиялық баптауларын өзгертіп, парақшаларыңды кім көре алатынын, кім тікелей хабарлама жібере алатынын немесе хабарламаларыңа комментарий жаза алатынын өздерің шеше аласыңдар.

Сендер ренжітетін комментарийлар, хабарламалар және суреттер туралы хабарлап, оларды өшііп тастауды сұрата аласыңдар.

«Достар тізімінен» шығарып тастауға қоса, парақшаларыңды көре алмауы үшін және сендермен байланысқа шыға алмауы үшін тиісті адамдарды толығымен бұғаттап тастай аласыңдар.

Сонымен қатар, толығымен бұғаттамай-ақ, белгілі бір адамдардың комментарийлерін таңдап, сол комментарийлер тек сол адамдарда ғана шығуын таңдай аласыңдар.

Сондай-ақ, сендер парақшаларыңдағы хабарламаларды өшіріп тастай аласыңдар немесе белгілі бір адамдардан жасырып қоя аласыңдар.

Балалар, кейде сендер өздерің білместен агрессор немесе кибербуллер болуларың мүмкін. Кибербуллерлер – бұл өз құрбанын қудалау және келемеждеу үшін кез-келген девайсты (телефон планшет, компьютер, т.с.с.) қолдануы мүмкін агрессорлар

Балалар, сендер есейіп келесіндер және қазірден бастап-ақ өз мінез-құлықтарыңды қадағалап, басқарып отыруларың тиіс. Кез-келген зорлық-зомбылық түрінің, соның ішінде, буллинг пен кибербуллинг құрбаны болған адамдар әділ сот жүргізілуіне және құқық бұзушыны жауапқа тартуға құқылы. Сендер әрбір әрекеттерің үшін жауаптысыңдар. Ал сендер жасөспірім болғандықтан, сендер үшін ата-аналарың жауапты, ал аталмыш әрекеттер үшін қылмыстық жауапкершілікке тартылуға болады. Ешқашан ұмытпаңдар, әр істің салдары болады.