|  |
| --- |
| **МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  **«АЛЕКСЕЕВО-ТУЗЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**  **РОДИОНОВО-НЕСВЕТАЙСКОГО РАЙОНА**  **(МБОУ «АЛЕКСЕЕВО-ТУЗЛОВСКАЯ СОШ»)**  УТВЕРЖДЕНО  Директор МБОУ  «Алексеево-Тузловская СОШ»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Лысенко Г.П.  **Программа мероприятий воспитательной работы в образовательном учреждении по профилактике суицидального поведения, кибербуллинга и безопасности интернета.**  **«Алексеево-Тузловская СОШ»**  **НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**  **Составил педагог-психолог: Букурова С.А.**  2024-2025 |

**Программа мероприятий воспитательной работы по профилактике суицидального поведения, кибербуллинга и безопасности интернета.**

Для гармоничного развития личности ребенку необходимо освоение новых технологий, а соответственно и знакомство с Интернетом, как с глобальным источником информации. Но реальность такова, что дети реже используют Интернет как библиотеку знаний, а делают упор на игры и общение в сети. Интернет стал неотъемлемой частью нашей жизни. С помощью всемирной паутины мы находим нужную информацию, общаемся с друзьями, узнаем последние новости, совершаем покупки и еще очень много всего. Но, как известно, в Интернете есть не только полезное. Интернет для детей таит в себе множество опасностей.

**Данные статистики:**

* Среди детей в возрасте от 12 – 16 лет, Интернет используют 85%
* 95% подростков выходят в Интернет с домашних компьютеров
* 50% выходят в Интернет, в то время, когда находятся дома одни
* Каждый 6-ой ребенок проводит в сети больше суток в неделю.
* Только треть родителей реально обеспокоена тем, какие страницы их ребенок просматривает в Сети.

Можно смело утверждать, то выросло целое поколение детей, которым живое общение со сверстниками заменило виртуальное детство.

У детей, выросших в  социальных сетях,

* утрачиваются навыки межличностного общения,
* развивается синдром гиперактивности,
* отмечается подъем психотических проявлений, таких как  бред, беспокойство, спутанность сознания, тревога, повышенная уязвимость,
* формируется ощущение безнаказанности,
* отсутствуют знания о добре и зле, о моральных законах социума, о границах поведения и т.д.
* Часть информации, которую дети публикуют на своих страницах, может сделать их уязвимыми для фишинговых сообщений, киберугроз и интернет-похитителей.

Существует множество сайтов пропагандирующих порнографию, проституцию, насилие, войны, межнациональную и религиозную рознь, употребление наркотиков и алкоголя. Такого рода информация может травмировать психику ребенка, вызвать страх, панику и внушить им ужас. Большинство взрослых, которые знакомы с Интернетом, понимают и осознают эту проблему. Но лишь немногие из них знают, как правильно защитить детей от такого рода информации.

**Опасности для детей:**

* Мошенничество
* Буллинг (Кибербуллинг)
* Пропаганда анорексии
* Разглашение персональной информации
* Педофилия
* Пропаганда наркотических и психотропных веществ
* Пропаганда суицида

Итак, помимо ранее выделенных опасностей – компьютерной и игровой зависимости, общего негативного влияния на здоровье учащихся выделяются такие проблемы как кибербуллинг и как возможное следствие – суицидальное поведение.

Проблема, которая с каждым годом становится все популярнее и популярнее среди родителей и их детей-подростков —кибербуллинг, как следствие нахождения учащихся в сети Интернет.

**Что такое кибербуллинг?**

**Кибербуллингом**называют вид психологического насилия над человеком, унижение и травля жертвы в социальных сетях и других Интернет-ресурсах. Если раньше, до появления и распространения Глобальной сети, мальчишки задирали друг друга во дворах, то теперь это все происходит в сети Интернет. Так, например, недоброжелатели вашего ребенка (чаще всего ими становятся знакомые или одноклассники) могут заснять на свои мобильные устройства его нелепое падение или провальное выступление в школьном спектакле, выложить все это на видеохостинг YouTube, разослать ссылку другим людям и начать потешаться над своей жертвой. Всего один клик — и уничижительные фотографии, домашние видеозаписи, не предназначенные для посторонних людей, достигают огромного количества адресатов.

Термин «кибербуллинг» — англицизм, который можно разбить на две части «cyber» и «bullying». Если его первая часть не нуждается в объяснениях, то вторая часть — bullying — происходит от слова «bull», что в переводе означает «бык». Бык — агрессивное, яростное и опасное животное, действия которого ассоциируются с действиями людей-провокаторов. Однако, в отличие от данного животного, киберагрессору не обязательно быть здоровым и физически развитым, чтобы чувствовать свое превосходство, ведь в Интернете главное — анонимность. Даже милая девочка Маша из соседнего подъезда может оказаться тем самым «монстром», который насмешками изводит вашего ребенка.

Последствия кибербуллинга могут быть по-настоящему ужасными. Один «слитый» в Сеть видеоролик может стоить жизни вашему ребенку, так как в подростковом возрасте дети еще не умеют справляться со сложными ситуациями, некоторые из них не могут представить, как им жить дальше. Жертвы кибербуллинга нередко кончают жизнь суицидом.

Частота суицидальных действий среди молодежи, в течение последних двух десятилетий удвоилась. У 30% лиц в возрасте 14 – 24 лет бывают суицидальные мысли, 6% юношей и 10% девушек совершают суицидальные действия. Некоторые специалисты пишут о том, что в 10% суицидальное поведение имеет цель покончить собой, и в 90% суицидальное поведение подростка – это привлечение к себе внимания.

В связи с этим в школе разработаны и реализуются:

1. Первичная профилактики компьютерной и игровой зависимости как необходимое условие социально-психологической безопасности несовершеннолетних. Опрос, беседы, анкетирование, классными руководителями.
2. Программа педагога – психолога: Рабочая программа профилактики буллинга

**Цели программ**: изменение ценностного отношения детей и подростков к данной проблеме и формирование личной ответственности несовершеннолетних за своё поведение. В процессе профилактической работы, осуществляемой специалистами ОУ, при активном содействии родителей и специалистов других ведомств, предполагается сдерживание развития компьютерной и игровой зависимости несовершеннолетних за счёт пропаганды здорового образа жизни, формирования «антизависимых» установок, формирование навыков самоконтроля, обучении бесконфликтному общению, конструктивным способам разрешения конфликтов, повышении показателей групповой сплоченности.

Профилактическая работа в учреждении образования непременно должна вестись со всеми аудиториями слушателей: педагогами, учащимися и их родителями.

**Нормативно-правое обеспечение**

***Федеральный уровень***

1.     Закон «Об образовании» № 273 ФЗ от 29.12.2012.

2.     Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».

3. Постановление Правительства РФ от 10 июля 2013 г. «Об утверждении правил размещения на официальных сайтах ОУ и информационно-коммуникативной сети «Интернет» и обновления информации об ОУ»

4.     «Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» СанПин 2.4.2.2821-10.

***Школьный уровень***

1.     Локальный акт «Правила использования сети Интернет»

2.     Регламент по работе учителей и школьников в сети Интернет

3.     Инструкция  для сотрудников о порядке действий при осуществлении контроля за  использованием учащимися общеобразовательного учреждения сети Интернет.

4. Приказ МБОУ «Алексеево-Тузловская СОШ» «О запрете пользования мобильными телефонами во время образовательного процесса»

 5.    Методические рекомендации «Безопасность детей в Интернете»

**Технический контроль**

Чтобы ограничить доступ учащихся к информации, которая может оказать на них негативное воздействие, установлена специальная система фильтрации, исключающая доступ к такой информации. Блокируется доступ к сайтам, содержащим материалы, которые определены как опасные. С помощью технологии фильтров и блокировки можно ограничить список собеседников, с которыми дети общаются через Интернет. Тем не менее, нет компьютерных программ, способных полностью защитить ребенка от доступа к нежелательной информации.

Антивирусная программа установлена на все компьютеры, также позволяет ограничить доступ юных пользователей Интернета к нежелательному контенту и обеспечить безопасность школьной компьютерной сети.

**Профилактическая работа с детьми**

Работа с учащимися с учетом их возрастных особенностей.

В начальной школе – в виде сказок, игр. «Компьютер- наш друг и враг», «Правила поведения в Интернете» и др.

В средней школе – в виде бесед, ролевых игр, диспутов, тренингов.

«Компьютерная и игровая зависимость», «О друзьях настоящих и мнимых», «Что такое кибербуллинг», «Каждый выбирает для себя»,

В старшей школе – в виде проектов, выпуска стенгазет, участия в акциях, конкурсах, мероприятий, направленных на обучение учителей, родителей и детей правилам безопасного пользования Интернетом. Это классные часы по теме «Безопасность в сети Интернет»; листовки, буклеты,  памятки для учащихся «Безопасность в Интернете» и т.д. «Смысл жизни»

Предотвращение суицидального поведения для учителей и других работников школы является важной задачей, для решения которой необходимо:

* своевременное выявление учащихся с личностными нарушениями и обеспечение их психологической поддержкой;
* формирование с детьми и подростками более близких отношений путем доверительных бесед с искренним стремлением понять их и оказать помощь;
* профилактика здорового образа жизни;
* проявление наблюдательности и умения своевременного распознавания признаков суицидальных намерений, словесных высказываний или изменений в поведении;
* оказание помощи в учебе ученикам с низкой успеваемостью;
* контроль посещаемости занятий и прогулов;
* осуществление мероприятий по ограничению доступа к возможным средствам самоубийства - токсическим веществам и опасным медикаментам, пестицидам, огнестрельному или иному оружию и т.п.,

**Профилактическая работа с родителями**

Формы работы с родителями различны – родительские собрания («Безопасный Интернет - детям», «Опасности социальных сетей»), индивидуальные беседы, лекции. Родители должны понимать, что никто так сильно не отвечает за безопасность детей в Интернете, как сами родители. Только они могут полностью контролировать своих детей.

**В диагностике использую тесты, методики, анкеты:**

* ТЕСТ ТАКЕРА НА ВЫЯВЛЕНИЕ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ (модифицированный и адаптированный для несовершеннолетних психологом Коныгиной И.А.)
* Тест на интернет-зависимость (С.А. Кулаков, 2004)
* Тест на детскую Интернет-зависимость (Родителям)
* Анкета-опросник (Кибербуллинг)

Для всех участников образовательного процесса разработаны памятки, советы

* по антисуицидальному поведению учащихся,
* безопасной работе в сети интернет,
* профилактике негативных последствий кибербуллинга.
* Правила работы в сети Интернет  и мобильных сетях связи для детей и родителей
* и др. актуальным вопросам

**Приложение 1**

**Правила работы**

**в сети Интернет  и мобильных сетях связи**

**для детей и родителей**

Компьютер в наше время стал для ребенка и другом и помощником и даже воспитателем, учителем. Между тем, существует ряд аспектов при работе с компьютером, а в частности, с сетью Интернет, негативно влияющих на физическое, моральное, духовное здоровье подрастающего поколения, нарушение психики неустойчивых школьников, представляющих для детей угрозу.

 Преодолеть нежелательное воздействие информационной среды можно только совместными усилиями учителей, родителей и самих школьников. Наша задача сегодня – обеспечение безопасности детей, не способных иногда правильно оценить степень угрозы информации, которую они воспринимают или передают.

Следует понимать, что подключаясь к сети Интернет, Ваш ребенок встречается и целым рядом угроз, о которых он может даже и не подозревать. Объяснить ему это обязаны, прежде всего, родители перед тем, как разрешить ему выход в сеть Интернет.

**Наиболее частые угрозы в сети:**

1.        Угроза заражения вредоносным Программным обеспечением (ПО). Для распространения вредоносного ПО и проникновения в компьютеры используется целый спектр методов. Среди таких методов можно отметить почту, компакт-диски и прочие сменные носители информации или скачанные из сети Интернет файлы. Например, программное обеспечение для мгновенного обмена сообщениями сегодня стало простым способом распространения вирусов, так как очень часто используются для прямой передачи файлов.

2.        Доступ к нежелательному содержимому. Сегодня любой ребенок, выходящий в сеть Интернет, может просматривать любые материалы. К таким материалам относится насилие, наркотики, порнография, страницы с националистической или откровенно фашистской идеологией и многое  другое.

3. Контакты с незнакомыми людьми с помощью чатов или электронной почты. Все чаще и чаще злоумышленники используют эти каналы для того, чтобы заставить детей выдать личную информацию. В других случаях, это могут быть педофилы, которые ищут новые жертвы.

4. Интернет-магазины. Несмотря на то, что покупки через сеть Интернет пока еще являются экзотикой для большинства из нас, однако недалек тот час, когда эта угроза может стать весьма актуальной.

**Рекомендации по уменьшению опасности**

**от посещений детьми Интернет.**

1.        Посещайте сеть Интернет  вместе с  детьми. Поощряйте ваших детей делиться с вами их успехами и неудачами в деле освоения сети Интернет.

2.        Объясните детям, что если в сети  Интернет что–либо беспокоит их, то им следует не скрывать этого, а поделиться с вами своим беспокойством.

3.        Объясните ребенку, что нельзя выдавать свои личные данные, такие как домашний адрес, номер телефона, и любую другую личную информацию, например, номер школы, класс, любимое место прогулки, время возвращения домой, место работы отца или матери и т.д.

4. Научите ваших детей уважать собеседников в сети Интернет. Убедитесь, что они понимают, что правила хорошего тона действуют одинаково и в Интернет, и в реальной жизни.

5. Объясните детям, что далеко не все, что они могут прочесть или увидеть в сети Интернет  - правда. Приучите их спрашивать о том, в чем они не уверены.

6. Не забывайте контролировать детей в сети Интернет с помощью специального программного обеспечения. Это поможет вам отфильтровать вредоносное содержание, выяснить, какие сайты на самом деле посещает ваш ребенок и что он там делает.

**Домашний контроль работы сети**

  Родителям необходимо постоянно вести разъясни тельную работу, т.к. без понимания данной проблемы невозможно ее устранить силами только учителей. Очень часто родители не понимают или недооценивают те угрозы, которым подвергается школьник, находящийся в сети Интернет. Некоторые из них считают, что ненормированное «сидение» в сети лучше, чем прогулки в сомнительных компаниях. Родители, с ранних лет обучая ребенка основам безопасности дома и на улице, тому, как вести себя с незнакомыми людьми, что можно говорить о себе, а что нет, между тем, «выпуская» его в сеть Интернет, не представляют себе, что точно так же нужно обучить его  основам безопасности в сети Интернет.

Ребенок абсолютно беззащитен перед потоком информации. Дома необходимо выработать общие правила, которые бы сводились к следующему:

        Какие сайты могут посещать дети и что они могут там делать;

      Сколько времени дети могут проводить в сети Интернет;

         Как защитить личные данные;

        Как следить за безопасностью;

         Как вести себя вежливо;

        Как пользоваться чатами, группами новостей, службами мгновенных сообщений.

**Приложение 2**

**ТЕСТ ТАКЕРА**

**НА ВЫЯВЛЕНИЕ ИГРОВОЙ ЗАВИСИМОСТИ**

**(модифицированный и адаптированный для несовершеннолетних психологом Коныгиной И.А.)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | вопрос | никогда | иногда | Чаще всего | Почти всегда |
| 1 | Играл ли ты за последний год в компьютерные игры так, что не замечал времени? |  |  |  |  |
| 2 | За последний год, играя в компьютерные игры, нужно было тебе больше времени для того, чтобы достичь нужной степени азарта (возбуждения)? |  |  |  |  |
| 3 | Когда ты играл накануне, возвращался ли на следующий день к той же игре, чтобы пройти незавершённые уровни? |  |  |  |  |
| 4 | Брал ли ты деньги в долг, чтобы иметь возможность играть? |  |  |  |  |
| 5 | Было ли у тебя когда-нибудь чувство, что у тебя могут быть проблемы с зависимостью от компьютерных игр? |  |  |  |  |
| 6 | Можно ли так сказать, что компьютерные игры являлись иногда причиной твоих проблем со здоровьем (включая стресс и беспричинное беспокойство)? |  |  |  |  |
| 7 | Критиковали тебя когда-нибудь за твоё пристрастие к компьютерным играм, даже если ты считал эти замечания несправедливыми? |  |  |  |  |
| 8 | Было ли когда-нибудь твоё пристрастие к компьютерным играм причиной твоих проблем? |  |  |  |  |
| 9 | Возникало ли у тебя когда-нибудь чувство вины за то, как ты играешь, или за то, что происходит во время игры? |  |  |  |  |

**ПОДСЧЁТ БАЛЛОВ**

«*НИКОГДА» - 0*

*«ИНОГДА» - 1*

*«ЧАЩЕ ВСЕГО» - 2*

*«ПОЧТИ ВСЕГДА» - 3.*

 Баллы за ответы на все 9 вопросов суммируются.

 0 баллов – нет никаких негативных последствий от компьютерной игры.

3 – 7 баллов – человек играет в компьютерные  игры на уровне, который может привести к негативным последствиям.

8 – 21 балл – человек играет на уровне, ведущим к негативным последствиям; возможно, контроль над пристрастием к компьютерным  играм уже потерян – чем выше результат, интенсивнее игра, тем серьёзнее могут быть проблемы; высока вероятность патологического гемблинга (формирования зависимости).

***Тест на интернет-зависимость (С.А. Кулаков, 2004)***

Ответы даются по пятибалльной шкале: 1 – очень редко, 2 – иногда, 3 – часто, 4 – очень часто, 5 – всегда

1. Как часто Вы обнаруживаете, что задержались в сети дольше, чем задумывали?   
2. Как часто Вы забрасываете свои домашние обязанности, чтобы провести больше времени в сети?  
3. Как часто Вы предпочитаете развлечения в Интернете близости со своим партнером?  
4. Как часто Вы строите новые отношения с друзьями по сети?  
5. Как часто Ваши знакомые жалуются по поводу количества времени, что Вы проводите в сети?  
6. Как часто из-за времени, проведенном в сети страдает Ваше образование и/или работа?  
7. Как часто Вы проверяете электронную почту, прежде чем заняться чем-то другим?  
8. Как часто страдает Ваша эффективность или продуктивность в работе из-за использования Интернета?  
9. Как часто Вы сопротивляетесь разговору или скрываете, если Вас спрашивают о том, что Вы делала в сети?  
10. Как часто Вы отодвигаете на второй план неприятные мысли о своей жизни, заменяя их успокаивающими мыслями об Интернете?  
11. Как часто Вы чувствуете приятое предвкушение от предстоящего выхода в сеть?  
12. Как часто Вы боитесь, что жизнь без Интернета станет скучной, пустой и безынтересной?  
13. Как часто Вы раздражаетесь, кричите, если что-то отрывает Вас, когда Вы находитесь в сети?  
14. Как часто Вы теряете сон, когда поздно находитесь  в сети?  
15. Как часто Вы чувствуете, что поглощены Интернетом, когда не находитесь в сети, или воображаете, что Вы там?  
16. Как часто вы замечаете свои слова «еще пару минут…», когда находитесь в сети?  
17. Как часто Вы пытаетесь безуспешно урезать время пребывания в сети?   
18. Как часто Вы пытаетесь скрыть количество времени пребывания в сети?  
19. Как часто Вы предпочитаете находиться в сети вместо того, чтобы встретиться с людьми?  
20. Как часто Вы чувствуете подавленность, плохое настроение, нервничаете, когда Вы не в сети, что вскоре исчезает, стоит Вам выйти в Интернет?

При сумме баллов 50-79 стоит учитывать серьезное влияние Интернета на вашу жизнь.   
При сумме баллов 80 и выше, у Вас с высокой долей вероятности Интернет-зависимость и Вам необходима помощь специалиста.

**Тест на детскую Интернет-зависимость (Родителям)**

Ответы даются по пятибалльной шкале:

1 – очень редко,

2 – иногда,

3 – часто,

4 – очень часто,

5 – всегда

1. Как часто Ваш ребенок нарушает временные рамки, установленные вами для пользования сетью?

2. Как часто Ваш ребенок запускает свои обязанности по дому для того, чтобы провести больше времени в сети?

3. Как часто Ваш ребенок предпочитает проводить время в сети вместо того, чтобы провести его в кругу семьи?

4. Как часто Ваш ребенок формирует новые отношения с друзьями по сети?

5. Как часто Вы жалуетесь на количество времени, проводимые Вашим ребенком в сети?

6. Как часто учеба Вашего ребенка страдает из-за количества времени, проведенном Вашим ребенком в сети?

7. Как часто Ваш ребенок проверяет электронную почту, прежде чем заняться чем-то другим?

8. Как часто Ваш ребенок предпочитает общение в сети общению с окружающими?

9. Как часто Ваш ребенок сопротивляется или секретничает при вопросе о том, что он делает в Интернете?

10. Как часто Вы заставали своего ребенка пробивающимся в сеть против Вашей воли?

11. Как часто Ваш ребенок проводит время в своей комнате, играя за компьютером?

12. Как часто Ваш ребенок получает странные звонки от его  новых сетевых «друзей»?

13. Как часто Ваш ребенок огрызается, кричит или действует раздраженно, если его побеспокоили по поводу пребывания в сети?

14. Как часто Ваш ребенок выглядит более уставшим и утомленным, чем в то время, когда у Вас не было Интернета?

15. Как часто Ваш ребенок выглядит погруженным в мысли о возвращении в сеть, когда он находится вне сети?

16. Как часто Ваш ребенок ругается и гневается, когда Вы сердитесь по поводу времени, проведенного им в сети?

17. Как часто Ваш ребенок предпочитает своим прежним любимым занятиям, хобби, интересам других нахождение в сети?

18. Как часто Ваш ребенок злится и становится агрессивным, когда Вы накладываете ограничение на время, которое он проводит в сети?

19. Как часто Ваш ребенок предпочитает вместо прогулок с друзьями проводить время в сети?

20. Как часто Вы чувствуете подавленность, упадок настроения, нервничает, когда находится вне сети, а по возвращении в сеть все это исчезает?

При сумме баллов 50-79 родителям необходимо учитывать серьезное влияние Интернета на жизнь вашего ребенка и всей семьи.

При сумме баллов 80 и выше, у ребенка с высокой долей вероятности Интернет-зависимость и ему необходима помощь специалиста.

***Анкета-опросник Кибербуллинг***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | **У НАС В КЛАССЕ** | да | нет |
| 1. | Сплетничают о ком-то, распространяют ложную или непроверенную информацию в сети |  |  |
| 2. | Преследуют кого-то в сети и комментирует посты этого человека излишне много |  |  |
| 3. | Намеренно отправляют кому-то оскорбительные сообщения |  |  |
| 4. | Записывают сцены насилия над одноклассниками, драки и т.д. на камеру мобильного телефона. Видеоролики с записями реальных сцен насилия размещают в интернете, где их могут просматривать тысячи людей, без согласия жертвы. |  |  |
| 5. | Распространяют оскорбительную и неправдивую информацию о ком-то в виде фото, сообщений, песен, мемов и др. |  |  |
| 6. | Распространяют оскорбительную и неправдивую информацию о ком-то в виде фото, сообщений, песен, мемов и др. |  |  |
| 7. | Публикуют порочащую информацию о жертве онлайн. Это делается с целью испортить репутацию жертвы или навредить ее отношениям с другими людьми. Информация может публиковаться в самых разных форматах, от текста до фото, скриншотов или видео. |  |  |
| 8. | Преднамеренно публикуют личную информацию одноклассника с целью его унизить, при этом это производят без его согласия |  |  |

Согласовано: Заместитель директора по ВР

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Пугачева Л.Н.