



Европейски съюз



Европейски социален фонд

Кибертормозът – същност, причини, следствия, справяне

Кога се появява кибертормозът?

Кибертормозът е съвсем скорошна „придобивка“ на съвременното общество

Появата му се свързва с навлизането на електронните средства за комуникация – мобилни телефони и Интернет

Недобре разбран

Подценяван

Недостатъчно управляван

Висок риск от дългосрочни негативни последици



Какво представлява кибертормозът?

Описанието на кибертормоза е сложна задача с невинаги ясни граници и параметри. Основната причина е, че той не е базово явление, а се надгражда над други, които сами по себе си са доста сложни.

Преди да опишем кибертормоза трябва да опишем тормоза, тъй като кибертормозът е вид тормоз.

Преди да опишем тормоза, трябва да опишем агресията, тъй като тормозът е вид агресия.

И така...

Агресия ⇒ Тормоз ⇒ Кибертормоз

Какво е агресия?

Определение: Агресивното поведение е всяко поведение, което има за цел да нарани друг човек, друго живо същество или себе си, или което е насочено към повреждане на лични принадлежности или неодушевени предмети.

Ключови особености:

- поведение
- намерение
- нараняване
- друго живо същество (човек, животно, растение)
- друг човек или себе си
- повреждане на предмети

Допълнително:

Пасивността също може да е форма на агресия!

Не е необходимо нараняването да е физическо, за да говорим за агресия!

Какво е тормоз?

Тормозът е:

- форма на агресивно поведение
- съзнателно и нарочно прилаган
- злонамерен (цели да нарани или унижи)
- от позицията на силата (силен агресор и слаба жертва)
- продължителен във времето (седмици, месеци, години)
- често повтарящ се във времето (веднъж седмично или по-често)
- насочен към един и същи човек (дете)

Допълнително:

Тормозът е социално явление и има нужда от публика.

Тормозът има краткосрочни и дългосрочни негативни последствия.

Агресорът също е потърпевш от тормоза. Дългосрочните негативни последствия са изключително сходни за агресорите и жертвите.

Съществуват форми на „лекомислен“ тормоз, които са не по-малко травмиращи от другите форми.

Форми на тормоз

Три основни форми на тормоз



Какво е кибертормоз?

Определение: Кибертормозът е форма на тормоз, която използва като средства възможностите, предлагани от съвременните комуникационни технологии – Интернет и мобилни телефони. Приема се, че кибертормозът е продължение на социалния (индиректен) тормоз.

Ключови особености:

- труднопроследим
- повсеместен
- неразбиран / подценяван
- влияе на отношенията на живо
- техническа грамотност
- (почти) невидим за непосветените

Допълнително:

Обикновена форма на комуникация в Интернет може да прерасне в кибертормоз!



Форми на кибертормоза

Формите и проявленията на кибертормоза са в пряка връзка с комуникационния канал, който използват.

Мобилен телефон

заплахи, обиди, псувни
говорене на неприятни неща
представяне за друг човек
неприятни смс-и
смс-и измама
нежелана музика, записи
снимки
видео
крадене на самоличност



Интернет

писане на неприятни неща
злепоставяне
настройване на другите
социални мрежи
чат-програми
разбиване на профили / имейли
снимки (манипулирани)
клипове
представяне за друг човек
крадене на самоличност
компютърни вируси

Ефекти от кибертормоза

Тази работа с кибертормоза? Не е ли пресилена?

Толкова ли е неприятен и страшен всъщност?

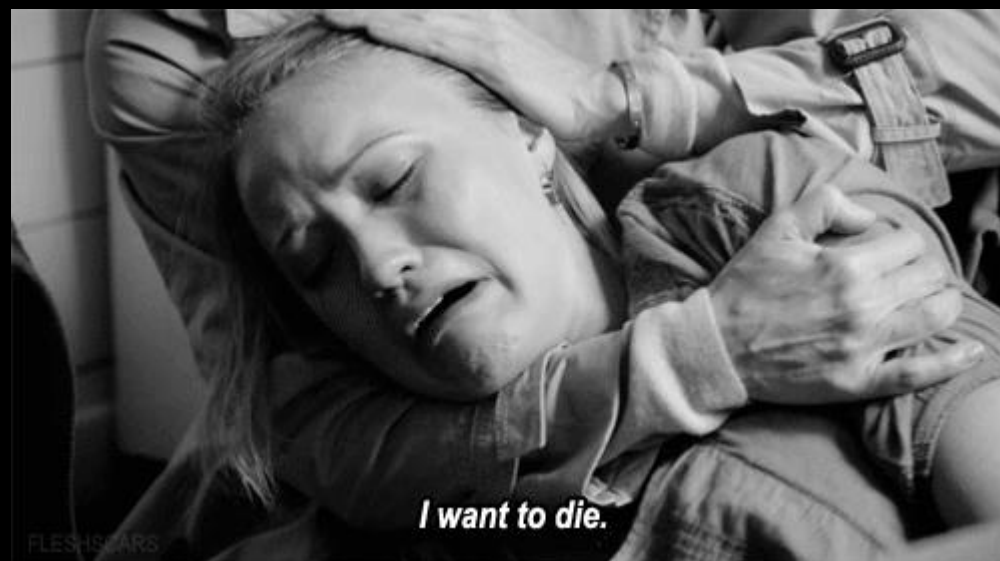
Защо просто не си изключите компютъра?

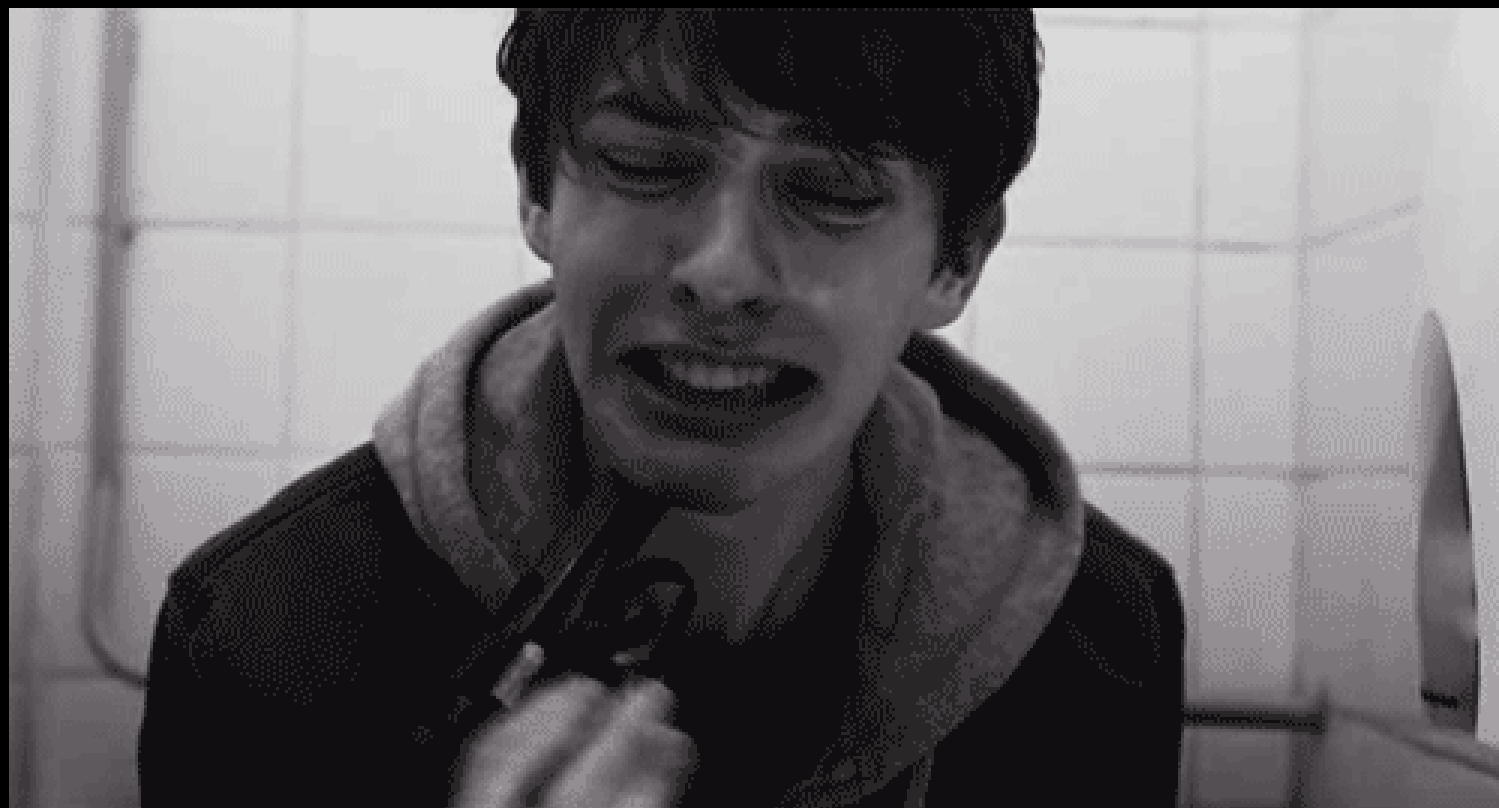
**В крайна сметка никой нищо не може да ви направи
през Интернет и телефона!**





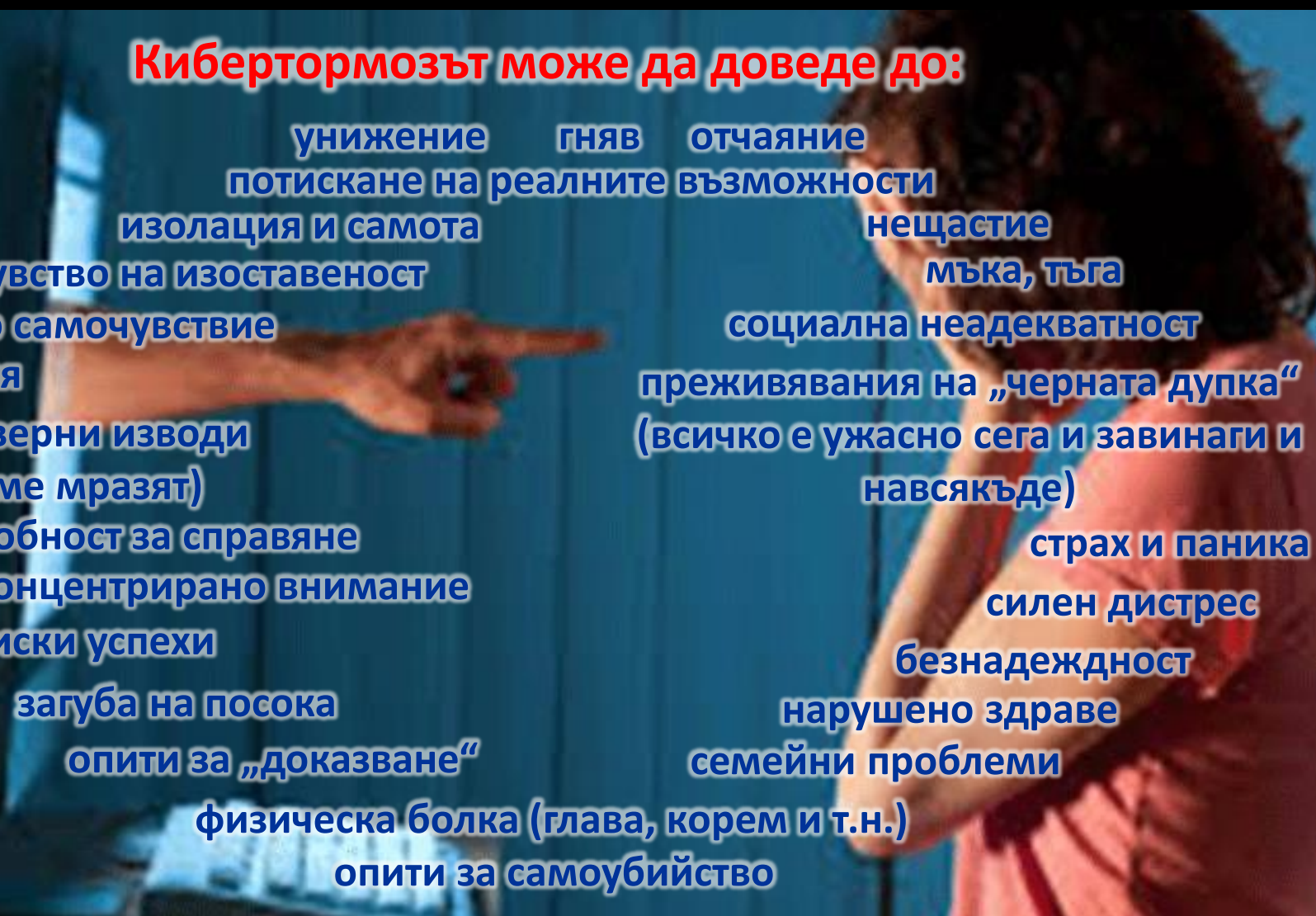






Ефекти от кибертормоза

Кибертормозът може да доведе до:



унижение гняв отчаяние
потискане на реалните възможности
изолация и самота нещастие
чувство на изоставеност мъка, тъга
ниско самочувствие социална неадекватност
депресия преживявания на „черната дупка“
крайни неверни изводи (всичко е ужасно сега и завинаги и
(всички ме мразят) навсякъде)
неспособност за справяне страх и паника
разконцентрирано внимание силен дистрес
ниски успехи безнадеждност
загуба на посока нарушено здраве
опити за „доказване“ семейни проблеми
физическа болка (глава, корем и т.н.)
опити за самоубийство

Ефекти от кибертормоза

слабост

Кибертормозът може да доведе до:

безсилие

съмнения

тревожност

срам и неудобство

изчерпване

загуба на апетит

емоционална лабилност

блокиране / блокаж

загуба на телло

самосъжаление

неефективност

тикове

себепрепятстване

неадекватно / странно поведение

вина и самообвинения

съдебни процеси

загуба на вяра в себе си

обърканост и нерешителност

загуба на смисъл на живота

личностни разстройства

изкривена идентичност

емоционална и физическа агония

желание да си мъртъв

самоубийство

чувство за липса на

кошмари

убийство

важност / стойност

Ефекти от кибертормоза

Кибертормозът може да доведе до:

омраза към другите

омраза към себе си

омраза към тези, които е трябвало да те защитят, а не са го направили

чувство, че не те разбират

чувство, че си никой

самонараняване

садизъм

мазохизъм

Стокхолмски синдром

рискови и вредни поведения

безсъние

капсулиране

преживяване на ужас

притеснение

раздразнение

чувство за несправедливост

загуба на контрол

отвращение от себе си

отвращение от живота

отвращение от другите

разрушаване на реалния живот

чувство на изоставеност

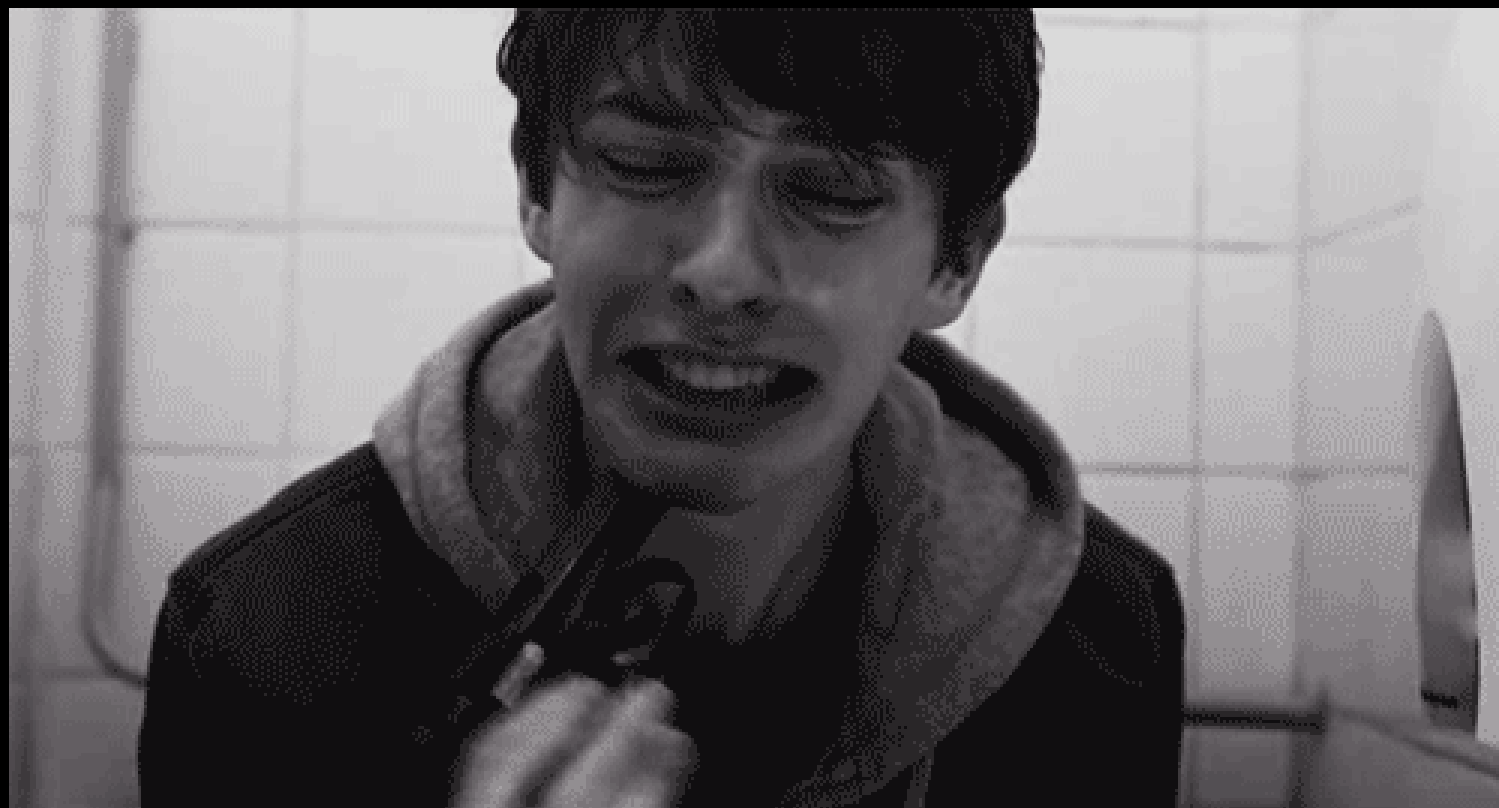
чувство на постоянна заплаха

убеденост / вяра, че си лош

убеденост / вяра, че не ставаш за

нищо

дисоциативни разстройства



Справяне с тормоза и кибертормоза

Справянето с тормоза и кибертормоза не е „самотна битка“, в която жертвата трябва да се научи сама да се защитава.

За справяне с тормоза и кибертормоза е необходимо да се създаде защитна мрежа, общност, която дава отпор на действията на агресорите и изважда от пасивната им позиция на подкрепящи тормоза онези, които са странични наблюдатели.

Истински ефективното справяне трябва да включи учители, ученици, родители, широката общественост.

Справяне с кибертормоза



Справяне с кибертормоза

През 2014 г. проведохме 538 обучения

Общо 11 317 учители завършиха успешно обученията и получиха сертификат

Учителите разработиха 2 270 казуса

2217 училища разполагат с екипи за превенция на агресия, насилие и различни негативни прояви в училище

Това вече е едно много добро начало. Но за да има продължителен успех е важно да се полагат и продължителни усилия. Необходимо е да се актуализира информацията, да се дава възможност на хората да мислят по проблема, да се намират екипни решения, да се повишава мотивацията.

Проблемът с кибертормоза няма да се разреши от само себе си. Нека подготвим отговорните хора в училище да се изправят пред този проблем и да дадат реална помощ и подкрепа на децата, които са застрашени и да ограничим разпространението на кибертормоза.



Европейски съюз



Европейски социален фонд

Обучение на педагогически специалисти за превенция на училищното насилие, агресията и други негативни прояви

септември 2013 г. – август 2014 г.

Методи на обучение

Лекционен метод

Използват се презентации по 16-те теми, унифицирани за всички обучители

Задължително взаимодействие с обучаемите по време на преподаването чрез похвати за стимулиране на активното слушане и задълбочаването на интереса, задаване на въпроси.

Интерактивни методи: групови и индивидуални

- **Групови**
- **Дискусионни методи** Дискусия/ Брейнсторминг/ Дебати/ Беседа
- **Ситуационно-емпирични методи**
 - а) Казус
 - б) Кейс-стъди метод (*Case study*)
 - в) Симулация
 - г) Игра
 - д) Ролева игра

Целева група:

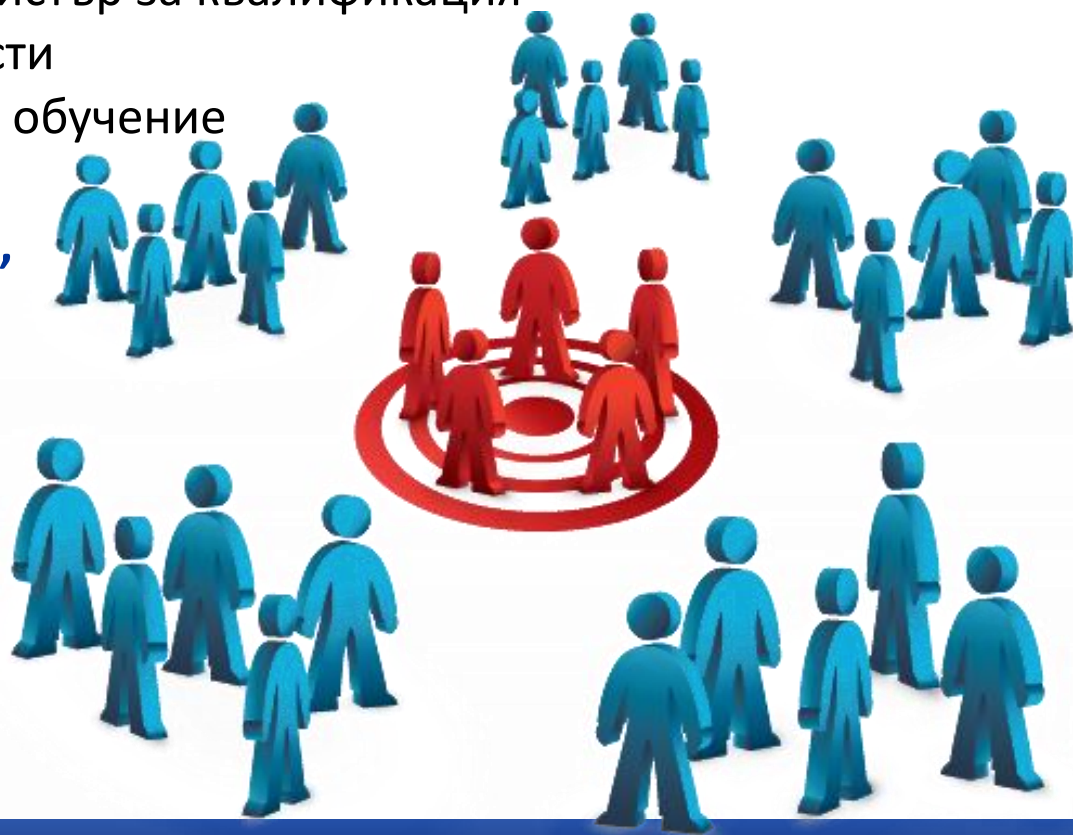
Учители – 42 230

Помощник-директори по учебна дейност – 1500

Директори на училища и детски градини – 2 200

Дейности:

- Проучване на интересите и възможностите за включване в обучения
- Създаване на национален регистър за квалификация на педагогическите специалисти
- Програми за специализиращо обучение
- **Механизми за квалификация, повишаване на квалификацията и мотивация на педагогически специалисти.**



Проект „Квалификация на педагогическите специалисти“

Схема за директно предоставяне на финасова помощ: BG051PO001-3.1.03

Приоритетна ос 3: Подобряване качеството на образованието и обучението в съответствие с потребностите на пазара на труда за изграждане икономика, основана на знанието.

Област на интервенция 3.1: Подобряване качеството на услугите в образованието и обучението

Бенефициент: Министерство на образованието и науката чрез дирекция „Квалификация и кариерно развитие“

(на основание на Заповед № РД 09-120 от 27 януари 2012 година на Министъра на образованието и науката)

Партньор: Националният институт за обучение и квалификация в системата на образованието (НИОКСО)

Продължителност на проекта:

Февруари 2012 година – октомври 2014 година

Цел на проекта:

Повишаване на равнището на професионална компетентност на педагогическите специалисти по отношение на научната, педагогическата, методическата и управленска подготовка и създаване на мотивация за саморазвитие и самоусъвършенстване

Осъществяване на обучението

- Съдържание на учебните модули – **16 теми**
- Отпечатване на персонални екземпляри на хартиен носител на **Наръчник, Работна тетрадка и CD за обучители и учители**
- Разработване на списък с ресурси (**30 на хартиен носител за всяка тема**) и онлайн достъпни (**30 за всяка тема**)
- Превдоставени минимум **3** примерни курсови работи по тема с два компонента
- **20 теми за курсова работа**
- Обучение на учителите
- Дистанционно консултиране на всеки обучаем по **2 часа**
- Отпечатване на сертификати

- ❑ **11 317** сертифицирани учители
- ❑ **2217** училища разполагат с екипи за превенция на агресия, насилие и различни негативни прояви в училище

ПОДГОТВИТЕЛЕН ЕТАП

23 дни

СЪЗДАВАНЕ НА РЕСУРСИ

35 дни

ОСЪЩЕСТВЯВАНЕ НА ОБУЧЕНИЯТА присъствен и дистанционен модул

7 месеца

ЗАКЛЮЧИТЕЛЕН ЕТАП

30 дни

- Анализ на нуждите от обучение сред учителите
- Методология и методика на обучението на учители
- Учебна програма и методика за обучение на учители
- Концепция за организация и план за провеждане на обученията

- ✓ **538** проведени обучения
- ✓ **11 317** обучени учители
- ✓ **2270** разработени казуси от учители
- ✓ Висока степен на удовлетвореност

- Формирани ключови знания, умения и компетентности за справяне с агресията
- и насилието
- Повишена мотивация на педагогическите специалисти за справяне с агресията и насилието

Осъществяване на дистанционното обучение и консултации

Осигуряване на достъп до платформата на учителите и обучаемите

Въвеждане на материали за работа от учителите – презентации, статии, линкове, записи в интернет, връзки с електронни сайтове.

Въвеждане на задания от учителите – изготвяне на самостоятелен проект с параметри на проект, обем, време за изпълнение, насоки за източници на информация във и извън електронната платформа, изготвяне на курсова работа по списък от примерни теми

Връзка с всички участници в електронното обучение чрез форума в електронната платформа – коментари, отговори на общи въпроси, споделяне на мнения и позиции, обмен на идеи, обмен на разработените проекти и курсови разработки.

Изготвяне и въвеждане в електронната платформа на готовите задания – по 2 за всеки участник.

Проверка на заданието, оценка и обратна връзка от учителите

Окончателно въвеждане на заданието и оценка.



Споделено от обучители

„... съчетаването на презентация с интерактивна техника, съобразена с темата, дава възможност на участниците да преживеят темата. Така те се чувстваха **по-мотивирани** и с **по-голям интерес** се включваха в обсъжданията.“

„Този подход **открехна готовността за споделяне** на успешни педагогически практики, колективни решения и убеденост във възможностите.“

„Възможността на обучаваните да участват както с идеи, така и чрез практическата работа в разрешаването на казуси и проблеми, актуални за тях и предлагани към всяка от темите... така **осмислят и "съпреживяват"** новите знания и идеи и **се чувстват значими, с "реален" принос** както за "разрешаването на проблемите", така и като "генератори" на нови идеи.“

Споделено от обучаеми

Песента на хартиения гълъб

Аз съм гълъба Миро. Днес от бяла хартия
ме изваяха нежни ръце.
Аз съм птица хартиена – без сърце,
дете бие.
Аз съм току-що родено дете.

Ято птици хартиени – разни
породи –
се излюпиха днес... ей така...
Щура идея... и ето: проходихме
придържани от човешка ръка.

Пуяк и патица, орел и гугутка,
няколко гълъба... Даже паун...
/Навярно чак на площада дочуха
смехъ ни – на възрастни с детски
ум.../

Щом даже хартиени птици
успяват
да събудят детето във нас,
дори побелели, ние пак си оставаме
деца... Като ония, оставени в клас,

заради които тук сме сбрани,
заради които учим пак...
Ех, "Учител" е тежко призвание –
да летиш дори и с хартиени крила

там, към светлината вечна,
към неизживяна детска мечта,
към синята Луна далечна,
към звездата с името „Човещина“.

*Група учители, обучение в гр. Враца, 27-31.01.2014

Благодарим за вниманието!

Янка Николава - Управляващ партньор на ЕТК ООД
Стефан Бенгтсон - Управляващ партньор на ЕТК ООД
гл. ас. д-р Методи Коралов - Експерт Кибер агресия програми и обучения
гл. ас. д-р Полина Михова - Експерт Дистанционни обучения
Юлия Попова - Ръководител проект
Йордан Йорданов – Координатор проекти ЕТК ООД

Евро Тотал Консулт ООД

office@eurototalconsult.com
<http://www.eurototalconsult.com/>

София