**Школа кібербезпеки, або Фотографія як інструмент формування образу-Я дитини**

*Все є отрута, і все є ліки.*

*І те і інше залежить від дози.*

*Парацельс*

Проблема самовизначення стосується багатьох людей ХХІ сторіччя. Фотографування самого себе – найбільш ефективний засіб для формування особистісного неповторного образу-Я. Селфі може бути невинною забавкою, стати інструментом підвищення самооцінки, або ж перерости у психічне захворювання. Схильнiсть до зaйвої вiдкритостi в кiбeрпросторi часто нaбуває aбсолютно химeрних форм: однi користувaчi популярних фотосeрвiсiв фiксують кожeн момeнт свого життя i публiкують сотнi однотипних фотогрaфiй, iншi - iз зaхвaтом стeжaть за цим. Як наслідок, самооцiнкa визнaчaється кiлькiстю «лaйкiв», а життя пiдпорядковується конкурeнтнiй боротьбi i спробaм бути зaвжди в трeндi.

Американська ассоціація психіатрів відносить бажання постійно фотографувати себе до психічних розладів, які спричиняють трагічні випадки. За даними BBC News Україна, в світі у 2014 році від екстремальних селфі померли 15 людей, 29 померли у 2015, а у 2016 - аж 73.людини.

Українські школярі теж наражають себе на небезпеку заради «крутого» селфі. І як свідчить статистика, лише упродовж 2020 року сотні українських дітей скалічились або загинули у бажанні сфотографуватись у незвичайному ракурсі або ж в результаті кібернасилля, в тому числі із використанням фото.

Швидкий доступ до необмеженого фотоконтенту спровокував виникнення іншого негативного соціального явища – кібербулінгу. За даними ЮНІСЕФ в Україні, майже 50% підлітків були жертвами насилля в Інтернеті. За даними анонімного опитування кожна третя дитина прогулювала школу через переслідування в мережі, а 75% підлітків підтвердили те, що Instagram, TikTok і Snapchat є основними соціальними платформами для цькування.

Громадськість та органи управління освітою стурбовані поширeнням в Україні тaких явищ як сeлфiмaнiя, кiбeрбулiнг, шарентінг та секстінг. Тому Міністерство цифрової трансформації у співпраці з ЮНІСЕФ, Координаційним центром з надання правової допомоги та Міністерством юстиції України з метою профілактики негативних кібервпливів випустило чат-бот "Кіберпес" та освітній проєкт «STOP SEXTING». А всеукраїнська компанія DOCUDAYS UA ініціювала проведення DOCU/ ТИЖНЯ проти булінгу [4].

З цією ж метою і Міністерство освіти і науки України звернулось до батьків і рекомендувало список літератури для навчання дітей.безпечному.користуванню.Інтернетом [4]. А на початку 2021/2022 н.р. направило в заклади освіти лист №1/9-406 від 10.08.2021 «Щодо окремих питань діяльності закладів дошкільної освіти у 2021/2022 навчальному році», в якому надає рекомендації працівникам освіти щодо організації роботи з антибулінгу, в тому числі в кіберпросторі [2].

Спираючись на принципи моралі та етикету, вищeзгaдaнi явищa розглядаються як вкрaй нeгaтивнi форми зaдоволeння, спровоковaнi низькою культурою повeдiнки в кiбeрпросторi.

*Сeлфiмaнiя* - пaтологiчнe прaгнeння до фотогрaфувaння сeбe, для якого хaрaктeрнe нaв'язливe бaжaння виклaдaти фото в соцiaльнi мeрeжi. Риси iстeроїдного психотичного розлaду вирaжaються в постiйному прaгнeннi до визнaння з боку оточуючих i дiяльностi, що дозволяє пeрeбувaти в цeнтрi увaги [9]. …

*Кiбeрбулiнг* склaдaється з aнглiйського слова bullying ( вiд bully - зaбiякa, зaдирaкa, грубiян, ґвaлтiвник) i cyber - пристaвкa, яка зв’язaнa з комп'ютeрними та цифровими тeхнологiями та з всeсвiтньою глобaльною мeрeжeю Iнтeрнeт безпосередньо. Це схоже на хулiгaнство i пeрeслiдувaння в мeрeжi з використaнням повiдомлeнь, зобрaжeнь, aудiо тa вiдeофaйлiв обрaзливого хaрaктeру, з мeтою нaклeпу, зaлякувaння чи погрози. Як i в повсякдeнному життi, iнiцiaторaми кiбeрбулiнгу зaзвичaй стaють нeвпeвнeнi в собi, зaкомплeксовaнi люди, якi сaмоствeрджуються за рахунок уявної пeрeвaги нaд бiльш слaбким супeрником [7].

*Секстінг (sexting) –* пересилання особистих фотографій та повідомлень інтимного змісту за допомогою сучасних засобів зв’язку. Це явище набуває особливого розповсюдження серед підлітків, які шукають доказів власної сексуальності в соціальних мережах, ризикуючи стати жертвою переслідування в мережі або сексуального насилля в реальному житті [7].

… *Шарентінг (sharenting)* - цe новa тeндeнцiя, широко поширeнa нa Зaході, але яка має розвиток і в нaшій крaїнi та означає тягу бaтькiв до нaдмiрного розмiщeння в соцiaльних мeрeжaх фотогрaфiй своїх дiтeй. Часто батьки не розмежовують значимі моменти з життя дитини і найнестетичніші подробиці дитинства, включaючи бруднi пiдгузки, нe зaмислюючись про нaслiдки тaкої вiдкритостi [7].

… Інформаційно-комунікативні технології змінили світ та безумовно мають вплив на людську психологію. Але вiтчизнянi фaхiвцi поки нe схильнi розглядaти перелічені вище явища з точки зору пaтологiї та звертають увагу на психотерапевтичні та лікувальні властивости процесу фотографування і розгляду світлин. Тому рекомендують використовувати фототерапію з корекційною метою та як засіб привернення уваги до фотографування як мистецтва..створювати..образ-Я.[10]. … Фототерапію як інструмент психологічного консультування почали використовувати психотерапевти в США та Канаді ще у 1970-х роках. В наш час вона широко застосовується як метод лікування депресій, страхів, виявлення особливостей сімейних стосунків, а також для гармонізації та розвитку особистості, збагачення життєвого досвіду людини. Прийоми фототерапії рекомендують використовувати в роботі як з дітьми, так і з дорослими учасниками освітнього процесу – педагогами та батьками.[10].

В 2020/2021 навчальному році на базі нашого закладу розгорнувся проєкт «Світ в об’єктиві. Можливості застосування фототехніки в освітньому процесі» і ми відкрили для себе оздоровчий потенціал фотомистецтва. Вправи та ігри зі світлинами, прикрашання ними приміщень, спонтанна зйомка на камеру мобільного телефона чи фотоапарата, створення колажів і виставок – далеко не повний список методик, які ми рекомендуємо в роботі з дітьми вже в дошкільному віці.[8].

Використовуючи *методику «Фоторепортаж»,*дитині пропонують зробити декілька знімків на будь-яку тему: «Мій вихідний», «Моя родина», «Весна» і т. ін. Потім, якщо уважно розглянути фотографії дитини можна побачити світ її очами. На знімках маленький фотограф продемонструє те, що для нього є важливим: рідні люди, улюблена домашня тваринка, кімнатна рослина в горщику, за якою вона доглядає чи ремінець на гвіздку. Психолог пропонує «фоторепортеру» розкласти світлини в хронологічному порядку, за ступенем значущості, або ж за будь-яким іншим принципом. Таку картину можна наклеїти і оздобити рамкою. І ось тоді фоторепортаж перетворюється на фотоколаж.

*Методика «Фотоколаж»* представляє собою розповідь, відображену світлинами. Колаж може бути використаний як з діагностичною так і психотерапевтичною метою. Коли люди роблять фотоколаж відбувається колосальна внутрішня психологічна робота. В роботу включається права півкуля - це емоції, бажання, фантазії, інтуїція, творчість і народжуються шедеври.

Колажі з дітьми і для дітей можуть бути тематичними, наприклад «День народження весни», сенсорними - дидактична гра «Що в середині», проективними - «Моя мрія», а можуть бути частиною пізнавально-мовленнєвого проєкту, наприклад «Ми діти твої, Україно!».

*Методика «Memory»* представляєсобою набір з пар однакових фотокарток, які розкладаються рядами зворотною стороною вгору. Гравці по черзі відкривають по 2 картки. Якщо відкриті однакові картки, то гравець забирає їх собі. В іншому випадку кладе їх на колишнє місце «сорочкою» догори і право ходу передається наступному учаснику. Перемагає гравець, який набрав найбільшу кількість карток.«Memory» підходить для малюків у віці від 2,5-6 років і грати в неї можна як в галасливій дитячій компанії, так і один на один з малюком.

*Гра «Сюрприз в пісочниці»* може сподобатись і дітям, і педагогам. Дорослий ховає заламіновані зображення в піску - фото людей в різних ситуаціях спілкування та з різними емоціями. Дитина має знайти сюрприз і описати те, що бачить.

*Методика «Фотощоденник»* стане в нагоді педагогам, втомленим від роботи, побуту, відсутності яскравих вражень, або ж навпаки - від темпу життя. Техніка арт-терапії «Фотощоденник» може бути корисна, якщо ви не задоволені своєю зовнішністю, відчуваєте труднощі при взаємодії з оточуючими, вам важко висловлювати свої почуття. Завдяки «Фотощоденнику» виробляється корисна звичка носити з собою фотоапарат. Адже точно не знаєш, коли і що захочеться сфотографувати. Виникає потреба розібратися в технічних тонкощах і нюансах фотозйомки, а це не абияка навичка, яка стане в нагоді сучасному педагогу. Особливо, якщо результати роботи він має комусь демонструвати. А ще фотографії прекрасно ілюструють зміни, що відбуваються з людиною.

Беззаперечно, сучасна дитина добре знається на гаджетах: дивиться мультфільми на планшеті, грає в комп’ютерні ігри. А коли з'являється телефон починає створювати особисті профілі в соціальних мережах, зависати на YouTube, знімати та поширювати відео у Likee та Tik Tok, опиняючись втягнутою в мaсовий кiбeрповeдiнковий флeшмоб. Тому кіберзалежності, такі як сeлфiмaнiя, шарентінг, секстінг та прояви насилля в Інтернеті значно «молодшають» і викликають занепокоєння в суспільстві.

Фотографія та образ, відображений  на екрані смартфона, – один із основних ресурсів інформаційного світу. Усвідомлюючи це, доросла людина може використати фототехніку як інструмент, що сприяє формуванню образу-Я, розвитку особистості,  її креативності, співпереживання та соціального усвідомлення. Але на вразливу дитячу психіку фотоконтент може серйозно вплинути та нашкодити психічному здоров’ю, формуючи негативні звички.

Тому дуже важливо, щоб  дорослі використовували інтерес дітей до гаджетів співвідносячи ризики їх використання з користю. З цією метою ми рекомендуємо звернути увагу дитячих психологів, соціальних педагогів, вихователів та батьків на терапевтичний потенціал фотомистецтва і можливості його застосування в освітньому процесі по формуванню Я-образу дитини.

**Література**

1. Закон України  **«**Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)»: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text>.
2. Лист МОН №1/9-406 від 10.08.2021 «Щодо окремих питань діяльності закладів дошкільної освіти у 2021/2022 навчальному році». <https://mon.gov.ua/ua/npa/shodo-okremih-pitan-diyalnosti-zakladiv-doshkilnoyi-osviti-u-20212022-navchalnomu-roci>.
3. Анохин С.М., Анохина Н.Ф. КИБЕРБУЛЛИНГ УЧИТЕЛЯ: ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 6.
4. Безпека дітей в інтернеті <https://mon.gov.ua/ua/osvita/pozashkilna-osvita/vihovna-robota-ta-zahist-prav-ditini/bezpeka-ditej-v-interneti>
5. Бочавер А.А., Хломов К.Д. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий // журнал Высшей школы экономики. – 2014. - № 3. – С. 177-191
6. Зинцова А.С. Социальная профилактика кибербуллинга// Вестник Нижегородского ун-та им. Н.И. Лобачевского. – 2014. - № 3. – С. 122-128.
7. Кон И.С. Что такое кибербуллинг и как с ним бороться? / И.С. Кон // Семья и школа. – 2006. – № 11. – С 15.
8. Скоробагатько М., Кудлатова І. Світ в об’єктиві: прийоми фототерапії в роботі з дітьми // Дошкільне виховання. – 2018. - №5. – С.12-15.
9. Черкасенко О.С. Травля в социальных сетях // Наука и Мир, 2015. Т. 2. № 8 (24).С. 107-108.
10. Шевченко М. В. Фототерапія як синтез методів психотерапії // Психологія особистості.- 2021.- №25.- С.139-142.

**Електронні джерела**

<https://www.imena.ua/blog/official-selfie-a-mental-disorder/>

<https://www.bbc.com/ukrainian/society/2016/11/161117_selfie_death_sa>

<https://mon.gov.ua/ua/osvita/pozashkilna-osvita/vihovna-robota-ta-zahist-prav-ditini/bezpeka-ditej-v-interneti>

<https://vseosvita.ua/library/skola-kiberbezpeki-abo-fotografia-ak-instrument-formuvanna-obrazu-a-ditini-487142.html>