



СРЕДНО УЧИЛИЩЕ "СВЕТИ СВЕТИ КИРИЛ И МЕТОДИЙ" АСЕНОВГРАД

ул. "Княгиня Евдокия" №41

Тел/факс: 0331/6 47 87

Утвърдил:

Директор:
/М.Краева/



ПЛАН ЗА ПРЕВЕНЦИЯ И ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ ПРИ КИБЕРТОРМОЗ В УЧИЛИЩЕ

I. Цел на плана

Да се осигури безопасна дигитална среда за всички ученици чрез:

- предотвратяване на кибертормоз,
- бърза реакция при инциденти,
- подкрепа на засегнатите,
- възпитаване на отговорно онлайн поведение.

II. Определение

Кибертормоз е всяко умишлено и повтарящо се онлайн действие, което цели да унижи, заплаши, изолира или навреди на друг човек чрез:

- социални мрежи,
- чат приложения,
- имейл,
- онлайн игри,
- публикуване на снимки/клипове без съгласие.

III. Обхват

Планът се прилага за:

- всички ученици,
- учители и служители,
- училищната онлайн комуникация,
- ситуации извън училище, когато засягат училищната общност.

IV. Превенция и обучение

- **За ученици:** Ежегодни часове на класа, посветени на „Дигиталната етика“. Учениците трябва да знаят, че екранът не е щит срещу последствията.
- **За учители:** Обучение за разпознаване на признаци на тормоз (изолация, рязък спад в успеха, тревожност при използване на телефон).
- **За родители:** Информационни срещи за опасностите в социалните мрежи и как да контролират дигиталното присъствие на децата си.

V. Училищни правила за дигитална етика

А/Правила за учениците

- е публикувам обидни, заплашителни или унижаващи съобщения.
- е споделям снимки или видеа на други хора без тяхно съгласие.
- е създавам фалшиви профили с цел подигравка или измама.
- е разпространявам слухове или лична информация онлайн.

локирам и докладвам съдържание, което ме притеснява.

ко стана свидетел на кибертормоз – уведомявам учител, класен ръководител или училищния психолог.

азя паролите си и не влизам в чужди профили.

зползвам училищните платформи само за образователни цели.

пазвам уважителен тон във всяка онлайн комуникация.

ная, че нарушаването на правилата води до дисциплинарни мерки.

Б/ Правила за служителите

• Общи правила за предпазване от кибертормоз

1. Бъди уважителен онлайн, както и в реалния живот.
2. Не публикувай обидни или унижителни коментари.
3. Не споделяй лична информация (адрес, телефон, пароли).
4. Не изпращай снимки или видеа на други без разрешение.
5. Ако получиш обидно съобщение – не отговаряй със същото.
6. Запази доказателства (снимка на екрана).
7. Блокирай и докладвай профили, които тормозят.
8. Кажете на възрастен, ако ти или друг ученик сте жертва на кибертормоз.
9. Подкрепяй съученици, които са засегнати.
10. Помни: онлайн думите също нараняват.

• Задължения на учителите:

- Учителят насърчава уважително и отговорно онлайн поведение във всички форми на дигитална комуникация с учениците.
- Включва теми, свързани с дигитална етика, безопасност в интернет и последствията от кибертормоза в часовете на класа и учебното съдържание, когато е уместно.
- Създава среда на доверие, в която учениците се чувстват спокойни да споделят проблеми, включително онлайн.
- Следи за признаци на кибертормоз: изолация, тревожност, рязка промяна в поведението, отказ от участие, спад в успеха.
- Работи в партньорство с родители, педагогически съветник и училищен психолог за превенция на рисковото онлайн поведение.

Превантивна роля на учителя:

- Учителят насърчава уважително и отговорно онлайн поведение във всички форми на дигитална комуникация с учениците.
- Включва теми, свързани с дигитална етика, безопасност в интернет и последствията от кибертормоза в часовете на класа и учебното съдържание, когато е уместно.
- Създава среда на доверие, в която учениците се чувстват спокойни да споделят проблеми, включително онлайн.
- Следи за признаци на кибертормоз: изолация, тревожност, рязка промяна в поведението, отказ от участие, спад в успеха.
- Работи в партньорство с родители, педагогически съветник и училищен психолог за превенция на рисковото онлайн поведение.

в/ Правила за родители: Как да предпазим децата от кибертормоз?

Превенция:

1. Говорете редовно с детето си за поведението му онлайн.
2. Интересувайте се кои приложения и социални мрежи използва.

3. Научете детето да не споделя лични данни в интернет.
4. Обяснете какво е кибертормоз и защо е вреден.
5. Създайте доверие, за да знае детето, че може да ви сподели проблем.
6. Определете разумни правила за ползване на интернет у дома.
7. Насърчавайте уважително онлайн поведение.
8. Бъдете личен пример за добро дигитално общуване.

Ако детето е жертва на кибертормоз

1. Запазете спокойствие и изслушайте детето.
2. Не обвинявайте детето за случилото се.
3. Запазете доказателства (снимки на екрана, съобщения).
4. Блокирайте и докладвайте профилите на насилника.
5. Свържете се с училището (класен ръководител, педагогически съветник).
6. При сериозни случаи – уведомете институциите (полиция, ДАЗД).
7. Оказвайте емоционална подкрепа на детето.

Ако детето е свидетел на кибертормоз

1. Насърчете го да не участва в обидите.
2. Да подкрепи пострадалия.
3. Да съобщи на възрастен.

VI. Процедура за действие на учениците при кибертормоз

Ако ти си жертва на кибертормоз:

1. Запази спокойствие. Не отговаряй с обиди или заплахи.
2. Запази доказателства. Направи скрийншот на съобщенията, снимките или публикациите.
3. Не изтривай съдържанието веднага. То може да е нужно за проверка.
4. Блокирай извършителя. Използвай функциите „Block“ или „Report“.
5. Сподели с възрастен.

Кажи на:

- класния ръководител
- училищния психолог или педагогическия съветник
- родител или настойник

6. Подай сигнал в училище.

7. Потърси подкрепа.

Не оставай сам/сама с проблема.

Ако си свидетел на кибертормоз:

1. Не участвай. Не харесвай, не споделяй и не препращай обидно съдържание.
2. Подкрепи пострадалия. Покажи, че не е сам.
3. Запази доказателства.
4. Съобщи на възрастен в училище.

Ако осъзнаеш, че ти си извършил кибертормоз:

1. Спри веднага. Изтрий публикациите.
2. Поеми отговорност.
3. Извини се.
4. Участвай в възстановителен разговор.
5. Спазвай последващите указания на училището.

ВАЖНО:

- Кибертормозът не е шега.

- Онлайн действията имат реални последици.
- Всеки ученик има право на безопасна дигитална среда.

VII. Процедура при подаден сигнал

Получаване на сигнал

- от ученик, родител, учител или анонимен сигнал.

2. Първоначална проверка

- класен ръководител + педагогически съветник/психолог.

3. Събиране на доказателства

- скрийншоти, линкове, свидетелски показания.

4. Разговор със засегнатите страни

- отделни срещи с жертва, извършител и родители.

5. Оценка на тежестта

- лек случай → възпитателни мерки
- тежък случай → мерки + уведомяване на родители
- при заплахи/изнудване → сигнал до компетентните органи

6. Подкрепа за пострадалия

- психологическа помощ
- план за безопасност

7. Последващо наблюдение

Нива на реакция

Ниво на нарушение	Описание	Действие
Ниско	Обиден коментар под снимка за първи път.	Разговор с класния ръководител и извинение.
Средно	Разпространение на слухове или изключване от общи групи.	Среща с родителите и педагогическия съветник.
Високо	Заплахи за насилие, споделяне на интимни кадри.	Свикване на училищния координационен съвет, санкции по ПДУ, сигнал до ДПС/ ГДБОП (сектор "Киберпрестъпност").

МАЯ КРАЕВА

Директор на СУ „Св. св. Кирил
и Методий“, гр. Асеновград

