

Плюсы и минусы ONLINE – общения

Общение – это естественная человеческая потребность. Виртуальная коммуникация представляет собой особый мир, в котором можно как угодно представлять себя, выражать свои чувства.

Общение – это естественная человеческая потребность. Виртуальная коммуникация представляет собой особый мир, в котором можно как угодно представлять себя, выражать свои чувства. Общение на сайтах знакомств, на форумах и в соцсетях дает возможность находить близких по духу людей — в соседнем подъезде или на другом конце света. Но общение в сети имеет как положительные, так и отрицательные стороны, и надо быть к ним готовым.

«За» online-общение

Идеальный Я

В социальных сетях мы предъявляем миру свой идеальный образ: фото с лучших ракурсов и их ретушь с помощью приложений, демонстрация своих достижений, путешествий, встреч с друзьями: *«Сегодня были в кино», «Мой новый лук», «Я это сделала: пробежала свой первый в жизни марафон», «Хвастаюсь: подарок от любимого», «Я накачал пресс».*

Никто не показывает рутину жизни и не рассказывает про неудачи. «Идеальный Я» помогает нам быть более уверенными в себе и раскрепощенными, легко знакомиться и общаться с новыми людьми.

Тревожности нет

Общение online помогает снизить уровень беспокойства. Мы можем выглядеть как угодно и при этом беседовать с симпатичным собеседником в удобном для нас режиме. Можем взять паузу для ответа и хорошенько его

обдумать: «Извини за долгий ответ»). Так вот, что я думаю по поводу этой книги...» Общась в виртуальном мире, мы чувствуем себя спокойнее и увереннее, а значит, общение становится более комфортным и открытым.

Анонимность и искренность

Виртуальный собеседник узнает о нас только то, чем мы готовы поделиться, и иногда довольно сокровенные вещи. Можем, не стесняясь, попросить совета, выговориться: «Знаешь, у нас сейчас с парнем непростой период. Он считает, что я флиртую с его другом». Вы не будете испытывать чувство стыда или смущения, ведь завтра, если захотите, можете просто не отвечать на сообщения от вчерашнего собеседника. А может быть с этой искренности начнется крепкая дружба.

Большой мир

Online общение открывает Большой мир — нашим собеседником может стать человек, живущий в другой части света. Никаких ограничений нет — можно общаться на любом языке с помощью переводчика, узнавать из первых уст о том, что читают, смотрят, чем увлекаются в любой стране мира.

Против online — общения

Неидеальный друг

Плюсы с одной стороны могут обернуться минусами с другой. Виртуальный собеседник так же, как и большинство людей, демонстрирует в социальных сетях лишь часть своей личности и, конечно же, лучшую. Он может иметь интересное хобби, заниматься спортом, быть веселым и компанейским, а все, о чем он умалчивает, мы дорисовываем в своей голове. При личной же встрече может оказаться, что человек далек от нашего представления о нем — низкого роста, сутулый и не улыбкающий.

Потеря времени

Виртуальные отношения из-за кажущейся идеальности могут заменить настоящее общение с семьей и реальными друзьями. *«Он такой внимательный, всегда спрашивает, надела ли я шарф, присылает мне картинки с цветочками и кучу смайликов»*. Знайте, если большую часть Вашей жизни занимают online собеседники – значит, в реальном мире существует недостаток друзей и увлечений, и вы прячетесь от скучной повседневности в параллельном мире. И тогда online общение не расширяет возможности, а обкрадывает, заменяя реальные чувства и отношения иллюзией нужности и важности. Если отношения онлайн не приводят к встречам, личному общению по телефону, то это, скорее, фейк, и не стоит придавать им серьезного значения, ждать взаимности и чудес.

Интернет—травля

Анонимность и безнаказанность в интернете порой будят в людях самые темные их стороны. Так появилась интернет-травля или ***интернет-буллинг*** — систематические намеренные оскорбления, угрозы, запугивания, высмеивание выбранной жертвы. Главным поводом интернет-травли чаще становится внешность человека, его «аватар», личные фотографии, видео: *«Ты жирная», «Да кто на тебя посмотрит, ты же уродина!»*, *«Ты что в секунд-хенде одеваешься?»* Просьбы оставить в покое еще больше раззадоривают агрессию нападающих, это могут быть угрозы с шантажом и вымогательством денег вплоть до преследований и угроз в реальной жизни.

Что можно сделать в случае атаки?

- Игнорировать сообщения.
- Собрать доказательства в виде скриншотов профиля опасного пользователя и переписки с ним.
- В социальных сетях подать жалобу на аккаунты, с которых пишут неприятные сообщения с целью заблокировать их.

- Попросить помощи у взрослых: родителей, классного руководителя, школьного психолога.
- Вконтакте.ру существует группа «*Анти-КиберМоббинг*» (Anticybermobbing) — в ней можно получить консультацию в реальном времени.

Вы всегда можете позвонить на детский телефон доверия 8 800 2000 122, и вместе с психологом выстроить алгоритм действий — как защитить себя и перестать быть заложником опасной ситуации или обратиться за консультацией к педагогу- психологу СПК Финатовой Л.Н.