

ПРОБЛЕМА КИБЕРБУЛЛИНГА И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ УЧАСТНИКОВ

Гаффорова М.И.

Международный университет Нордик

m.gafforova@nordicuniversity.org

АННОТАЦИЯ

Статья посвящена проблеме кибербуллинга, который представляет собой агрессивное и систематическое поведение в сети Интернет, направленное на унижение и травлю других пользователей. Рассматриваются различные виды и формы онлайн-травли, включая психологический и физический буллинг, а также роль анонимности в социальных сетях, которая способствует безнаказанности обидчиков. Описаны психоэмоциональные особенности участников кибербуллинга — жертв, агрессоров (буллеров) и свидетелей. В статье также рассматриваются типы агрессивного поведения буллеров, а также последствия для жертв, включая психическое здоровье и снижение самооценки. Приводится необходимость профилактики кибербуллинга, особенно среди молодежи и подростков.

Ключевые слова: кибербуллинг, психологическая травля, агрессивное поведение, жертвы, наблюдатели

ВВЕДЕНИЕ

Современный мир сложно представить без сети Интернет, с каждой минутой растет количество пользователей социальных сетей. Пользователи разных социальных сетей: обмениваются информацией, общаются или находят друзей. Возможности сети Интернет велики, но несмотря на множество плюсов использования сетью, также существуют весомое количество негативных факторов, которые влияют, на психическое здоровье человека. Одним из этих является кибербуллинг.

Буллинг - это преднамеренное систематическое агрессивное действие группой лиц, на одного субъекта. Буллинг принято делить на психический (обидные жесты или действия, запугивание, изоляция, вымогательство, повреждение) и физический (намеренные толчки, удары и нанесение иных телесных повреждений). Одним из видов психологической травли, является кибербуллинг, то есть это буллинг происходящий в сети Интернет.

Кибербуллингом занимаются не только подростки или дети, которые как правило не осознают разрушительных последствий травли, но и взрослые люди. Современная молодежь, называет «хейтерами» людей, которым нравится писать комментарии, оскорбляющие другого. В качестве примера можно взять самые популярные социальные сети в Узбекистане, такие как “Instagram” и “Tik Tok”. Любой пост, будь это простой пользователь или популярный блогер, сопровождается огромным количеством негативных комментариев. Распространение видео обидного характера стало нормой поведения среди пользователей, каждый считает правильным высказаться как нужно поступать. Статистика показывает, что каждый третий пользователь социальных сетей хоть раз подвергся онлайн-травле.

Обидчики жертв, притесняют, унижают, рассылают обидные письма, распространяют сплетни, распространяют неуместные фото и видео жертв без их согласия. Одним из способов воздействия является унижение через анонимные приложения. Menesini E., Camodeca M., относят к отличительным особенностям кибербуллинга вневременность, мультимедийность, анонимность, опосредованность [1]. Такой способ травли, способствует тому, что буллеры ощущают свою безнаказанность и не останавливаются, зная, что их сложно идентифицировать и трудно на их действия наложить запрет.

В процессе кибербуллинга, каждый участник имеет свою определенную роль, как и оффлайн травле, каждый человек занимает следящие позиции: жертва, обидчик (буллер) и свидетели. Далее мы рассмотрим психологические особенности, каждого участника.

Стратегии поведения в процессе кибербуллинга, у буллеров ведут к снижению эмпатии, избеганию ответственности, предпочтению деструктивных тактик поведения. Буллерам, такой способ травли повышает самооценку и является способом самоутверждения.

Д.В. Кирюхина с своем исследовании выделяет, существенную связь между буллерами и аддиктивным поведением и связи между киберагрессии и интернет аддикции[5].

Анализ литературы показал, описание четырех типов агрессивного поведения, которые поясняют фактор участия человека в онлайн-травле в роли буллера. Выделяются следующие типы:

- ✓ *импульсивно-реактивный тип.* Агрессия в данном случаи появляется как ответ на фрустрацию и проявляется в форме импульсивного ответа на угрозу.
- ✓ *контролируемо-реактивный тип.* Данному типу характерно, высокий уровень самоконтроля, с помощью которого можно избежать агрессивного ответа.
- ✓ *контролируемо-возбуждающий тип.* Намеренная травля выступает как инструмент достижения своих целей [4].
- ✓ *Импульсивно-возбуждающий тип.* Побуждением здесь служит непосредственное переживание возбуждения, радости, удовольствия, азарта, преодоления скуки [1].

Наблюдателям кибербуллинга характерно появление чувства беспомощности, неуверенность в себе и в своих действиях изменить что-либо, нервозность и т.д ч [5].

Жертвам онлайн-травли характеры повышенная чувствительность, подверженность стрессу, депрессии, сниженная самооценка, грусть, злость, фрустрация, стыд, смущение, страх, нарушение в психическом и физическом здоровье. Кирюхина. Иногда онлайн-травля может довести человека до самоубийства. Считается, что буллеры могут также сами оказаться жертвой.

При описании тех подростков, которые становятся жертвами интернет-травли, многие авторы делают акцент на том, что им свойственны сниженная самооценка, повышенная чувствительность, низкие показатели психического и физического здоровья, подверженность стрессу [3].

Подростки, получая сообщения оскорбительного характера от множества незнакомых людей, начинают накручивать себя, сгущая краски вокруг, своих жизненных трудностей и неудач, тем самым ощущают себя беспомощными.

Хломов К.Д., Давыдов Д.Г., Бочавер А.А в своей статье, говорят о том, что жертвам характерно самоповреждающие действия, низкая успеваемость и трудности в школе проблемами в семье, насилием в школе, случаями небезопасного секса и употреблением психотропных веществ[6].

Последние данные показали привыкание к таким формам травли у людей старшего возраста, для них онлайн-травля начала восприниматься как своеобразная норма поведения. Именно поэтому ощущается острая необходимость профилактических работ с детьми школьного возраста.

ВЫВОД

Кибербуллинг представляет собой серьёзную угрозу для психоэмоционального здоровья пользователей, особенно подростков, приводя к снижению самооценки, депрессии и стрессу у жертв. Анонимность в интернете делает кибербуллинг более опасным, поскольку буллеры чувствуют себя безнаказанными и продолжают агрессивное поведение. Различные типы агрессоров, такие как импульсивно-реактивный и контролируемо-возбудимый, демонстрируют разнообразие подходов к травле, что требует индивидуального подхода к профилактике. Наблюдатели за онлайн-травлей часто испытывают чувство беспомощности и беспокойства, что также влияет на их психоэмоциональное состояние. Для эффективной профилактики кибербуллинга необходимы комплексные меры, включающие образование, психологическую помощь и работу с родителями и учителями, чтобы предотвратить нормализацию онлайн-травли среди различных возрастных групп.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Menesini, E., Camodeca, M., & Nocentini, A. (2010). Bullying among siblings: The role of personality and relational variables. *British Journal of Developmental Psychology*, 28(4), 921-939.
2. Баранов, А. А., & Рожина, С. В. (2015). Кибербуллинг-новая форма угрозы безопасности личности подростка. *Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология*, (11), 62-66.
3. Гаффорова, М. (2024). ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОФИЛАКТИКИ БУЛЛИНГА В ШКОЛЬНОЙ СРЕДЕ. *TAMADDUN NURI JURNALI*, 6(57), 147-150.
4. Дейнека, О. С., Духанина, Л. Н., & Максименко, А. А. (2020). Кибербуллинг и виктимизация: обзор зарубежных публикаций. *Перспективы науки и образования*, (5 (47)), 273-292.
5. Кирюхина, Д. В. (2020, November). Кибербуллинг и индивидуально-психологические характеристики его участников [Электронный ресурс]. In *Цифровая гуманитаристика и технологии в образовании (DHTE 2020)* (pp. 306-310).
6. Хломов, К. Д., Давыдов, Д. Г., & Бочавер, А. А. (2019). Кибербуллинг в опыте российских подростков. *Психология и право*, 9(2), 276-295.