(cc) BY

Подгайная Ольга Алексеевна

студентка

Научный руководитель

Олешко Татьяна Ивановна

канд. психол. наук, доцент, преподаватель

ФГБОУ ВО «Армавирский государственный

педагогический университет»

г. Армавир, Краснодарский край

КИБЕРБУЛЛИНГ КАК СОВРЕМЕННЫЙ СПОСОБ ТРАВЛИ ПОДРОСТКА: ПРОБЛЕМЫ, ФОРМЫ, СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ

Аннотация*: в статье кибербуллинг рассматривается как серьезная проблема среди подростков и молодежи в наши дни. Анализируются его характеристики и отличие от традиционного буллинга, влияние на здоровье подростка и основные причины киберзапугивания.*

Ключевые слова*: кибербуллинг, киберзапугивание, подросток, Интернет, травля, психологическое здоровье.*

Интернет предоставил нам бесконечные дополнительные возможности, чем когда-либо прежде. Образование, игры и социальные взаимодействия легко доступны в любое время и в любом месте, просто подключившись к сети.

Эти перспективы обычно рассматриваются как выгодные и позволяющие нам получать доступ к данным намного быстрее, чем предыдущим поколениям. Однако, несмотря на широкий круг возможностей, предоставляемых нам Интернетом, опасения по поводу возможного злоупотребления все-таки остаются. В последнее время появился новый способ беспокоить других. Точно так же, как и традиционная травля, считается, что киберзапугивание имеет негативные последствия для психологического, социального и физического здоровья обеих сторон Интернет-конфликта.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Десять лет назад слова «кибербуллинг» не существовало, и только недавно начались исследования, посвященные анализу его воздействия и определению его как значимой социальной проблемы. Кибербуллинг – это намеренная травля человека в виртуальном пространстве. Термин происходит от английского слова cyberbullying, которое переводится как «быкование в Интернете».

Подростки во всем мире используют Интернет не только как дополнительный инструмент в повседневной жизни, а как «основной и необходимый» способ общения. Этот сдвиг парадигмы от взаимодействия один на один к онлайн-общению создал совершенно иную и потенциально вредную среду для социальных отношений, эта среда, которая в последнее время в литературе рассматривается как киберзапугивание и домогательства в Интернете [2]

Жертвы кибербуллинга имеют больше социальных и эмоциональных проблем, чем жертвы, над которыми издеваются традиционным способом. Исследования также пролили свет на то, что киберзапугивание имеет негативные последствия физического здоровья (проблемы со сном, недержание мочи). Подростки, ставшие жертвами киберзапугивания, сталкиваются с риском депрессии, тревоги и жестокого обращения. Многие молодые жертвы проявляют признаки агрессии к самим себе – селфхарм. Они также значительно более склонны к употреблению алкоголя или наркотических веществ для облегчения их психологической боли. Некоторые из других симптомов могут включать:

– повышенное чувство депрессии и перепады настроения;

– повышенное чувство тревоги;

– бессонница;

– суицидальные мысли или попытки самоубийства;

– низкая самооценка;

– социальное одиночество, уменьшение количества друзей или проведение большого количества времени в одиночестве;

– избегание занятий, которые раньше приносили удовольствие;

– плохая успеваемость;

– проблемы в отношениях с членами семьи и друзьями;

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

– симптомы посттравматического стресса;

– самоповреждения (например, порезы, удары, удары головой);

– повышенные перепады настроения, такие как гнев, раздражительность или вспышки гнева.

Почему становятся киберхулиганами? Киберзапугивание проще, чем обычные акты травли, потому что преступнику не нужно встречаться с пострадавшим лицом к лицу. Это также может быть совершено анонимно, поэтому жертвы часто не знают личность преступника. Кибербуллинг может привести к успеху в крупных аудиториях и нанести больший ущерб своим жертвам, особенно если он станет вирусным. Приступить к работе может любой, у кого есть доступ к Интернету. Многочисленные психологические последствия часто разрушительны для жертв независимо от возраста. Однако, поскольку подростки все еще учатся регулировать свои эмоции и реакции на социальные взаимодействия, они особенно уязвимы и сильно подвержены риску. Исследования показывают, что распространенной причиной кибербуллинга является разрыв близких отношений или нерешенных конфликтов дома [1]

Интернет заполнен тысячами людей, которые стали свидетелями грубой формы киберзапугивания. Есть разные способы справиться с этим, но подростки о них не знают. Если кто-то стал жертвой кибербуллинга, следует принять меры, поговорить с жертвой, даже если это будет неловко. Подход должен быть мягким, убедите человека, что его ценность как личности не имеет ничего общего с тем, что его дразнят или притесняют. Позвольте понять, что возмездие или реакция на агрессию может усугубить ситуацию. Побуждайте их вести учет всех инцидентов, сохраняя и делая снимки экрана недобрых текстов, сохраняя электронные письма, фотографии и другие нежелательные образы. Сохранить веб-адрес негативных сообщений или ссылку, откуда они пришли. Немедленно сообщите о случае киберзапугивания учителям и школьным психологам. В худшем случае лучше воспользоваться помощью сотрудников правоохранительных органов и вести учет любых разговоров. Когда детей и подростков спрашивают, что они будут делать, если они станут жертвами киберзапугивания, у большинства из них

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

предлагаемые способы справиться с этим заключались в использовании различных методов технической защиты от домогательств в Интернете. Методы заключаются в том, чтобы запретить определенным людям связываться с вами в Интернете, пользователь может изменить свое имя или адрес электронной почты и просто отметить спам анонимного текста сообщения, не читая их [3]

Таким образом, кибербулинг за последнее десятилетие зарекомендовало себя как новомодная форма издевательств. Это стало теперь международной проблемой общественного здравоохранения среди подростков, и поэтому она нуждается в постоянных исследовательских работах. Киберзапугивание может вызвать страх, низкую самооценку, социальную изоляцию и плохую успеваемость. Это также может вызвать трудности в создании здоровых отношений, и, что наиболее важно, у жертвы могут развиваются тяжелые симптомы посттравматического стресса, тревоги и депрессии.

Список литературы

1. Авдулова Т.П. Подростки в информационном пространстве / Т.П. Авдулова // Психология обучения. – 2019. – №4. – С. 28–38.

2. Бочавер А.А. Буллинг (травля) как объект исследований и культурный феномен / А.А. Бочавер, К.Д. Хломов // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2008. – №10 (3). – С. 149–159.

3. Ивашура В. Интернет-троллинг и кибербуллинг / В. Ивашура [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://fb.ru/article/167695/chto-takoe-kiberbulling-internet-trolling-i-kiberbulling (дата обращения: 25.12.2022).

4. Молодёжь. Интеллект. Инициатива: сб. науч. ст. и тез. бакалавров, магистрантов, преподавателей и педагогов. / науч. ред. А.М. Дохоян; отв. ред. А.В. Сушков, М.Н. Егизарьянц, Е.В., Ромашина. – Вып. 5. – Армавир: Молозин А.Д. – 2022. – 193 с [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.agpu.net/fakult/PPF/Kaf_SSPiP/NAUCHNIE_DOSTIGENIA/2022–2023/MII_-5_1_2022.pdf (дата обращения: 25.12.2022).

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)