

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ПСИХОЛОГИИ

УДК 159.923

Бенгина Е.А.

Гришаева С.А.

КИБЕРБУЛЛИНГ КАК НОВАЯ ФОРМА УГРОЗЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ ЗДОРОВЬЮ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА

Аннотация. В статье поднимается проблема психологического насилия в интернет-среде. Описаны причины, виды и участники кибербуллинга. Уделено внимание психологическим последствиям кибербуллинга для всех участников взаимодействия. На основе материалов отечественных и зарубежных исследований представлены результаты влияния кибербуллинга на социальную жизнь и эмоциональное состояние подростков. Рассмотрены практические рекомендации. Показано, что существует необходимость принятия новых превентивных мер, в связи с быстрым развитием и расширением форм применения кибербуллинга.

Ключевые слова: кибербуллинг, кибер-травля, интернет, психологическое насилие, психологическое здоровье.

Bengina Ekaterina

Grishaeva Svetlana

CYBERBULLYING AS A NEW FORM OF DANGER OF THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF A TEENAGER'S PERSONALITY

Abstract. The problem of psychological violence in the Internet environment is raised. The reasons, types and participants of cyberbullying are described. Much attention to the mental implications of cyberbullying for all participants of interaction is given. The results of cyberbullying influence on social life and emotional condition of teenagers are presented on the basis of materials of domestic and foreign researches. Practical recommendations are examined. It is shown that there is a need for adoption of new preventive measures in connection with the rapid development and expansion of cyberbullying's forms.

Keywords: cyberbullying, cyber-baiting, internet, psychological abuse, psychological health.

Кибербуллинг – новое явление, которое с невероятной скоростью проникает в интернет-пространство. Проблемы психологического и физического насилия, которые ранее были только в социальной среде, перешли в виртуальную. На первый взгляд кажется, что форма такой травли безобидна. Но различия кибербуллинга и традиционного реального буллинга обусловлены особенностями интернета: анонимностью, наличием широкой аудитории, возможностью производить нападки 24 часа в сутки, возможностью фальсификации. В настоящее время проблема насилия в интернете приобретает свою актуальность в связи с тем, что под угрозой находится психологическое здоровье подростков. Под психологическим здоровьем понимается «гармония человека как с самим собой, так и с окружающей средой: другими людьми, природой, космосом» [2, с. 4]. Жертвы кибербуллинга боятся поделиться своими проблемами со взрослыми, т. к. думают, что их могут лишиться доступа в интернет. А ведь в век информационных технологий современный подросток почти все свое свободное время проводит в интернете. Так, по данным опроса фонда «Общественное мнение», проведенного в декабре 2015 г. (опубликовано 01.03.2016), только 10 % детей старше 6 лет не пользуются социальными сетями [10]. Для более подробного изучения влияния кибербуллинга на психологическое здоровье подростков введем определение данного феномена, а так же выделим его причины, типы и роли.

Впервые определение понятию кибербуллинга дал Билл Бэлси (Bill Belsey). По его мнению, кибербуллинг – это использование информационных и коммуникационных технологий, например, электронной почты, мобильного

телефона, личных интернет-сайтов, для намеренного, неоднократного и враждебного поведения лица или группы, направленного на оскорбление других людей [11].

Рассмотрим существующие причины кибербуллинга. Авторы выделяют следующие 8 причин:

- «стремление к превосходству» – это основная потребность каждого человека, возможно, за счет травли в интернете подростки пытаются самоутвердиться и быть «выше» кого-то;
- «субъективное чувство неполноценности» – переживания связанные с чувством слабости, ущербности;
- «зависть» – чувство раздражения от благополучия других людей;
- «месть» – плата за обиду, зло;
- «развлечение» – получение удовольствий с помощью осуществляемых действий;
- «конформизм» – изменение мнения человека под влиянием группы;
- «проблема в семейных отношениях»;
- «низкий уровень развития эмпатии» – сосредоточение на себе и своих заботах [4].

Так же в кибербуллинге участвуют люди с определенными психологическими чертами. Принято выделять 3 роли, которые участвуют в кибербуллинге: преследователь, жертва, наблюдатели. В ряде статей указаны характеристики каждого: обычно, преследователь – это человек импульсивный, который хочет самоутвердиться, имеет задатки лидера, может проявлять агрессивное поведение, не испытывает сострадания к людям [1; 8]. Жертвы же наоборот, обычно пугливы, тревожны, склонны к слезам, малообщительны. Что касается наблюдателей, то зачастую они испытывают страх, чувство беспомощности и в тоже время поддерживают преследователя.

На сегодняшний день существует подробная классификация видов кибербуллинга:

- флейминг – «спор ради спора», процесс обмена сообщениями в местах многопользовательского сетевого общения (чаты, интернет-форумы, социальные сети и др.);
- троллинг – размещение провокационных сообщений, комментариев с целью подведения человека к реакции и развития конфликта;
- клевета – распространение заведомо ложной информации, сведений о человеке, порочащих его репутацию;
- киберсталкинг – преследование или домогательство с помощью интернета;
- секстинг – пересылка или распространение фотографий, или видео интимного характера;
- гриферство – нанесение морального или материального ущерба в видеоиграх;
- раскрытие секретов – обнародование личной информации о человеке в интернете;
- выдавание себя за другого человека – создание поддельных профилей, с которых можно производить травлю, не раскрывая информации о себе;
- кетфишинг – воссоздание профиля жертвы, при помощи воровства его фотографий и личных данных, размещения с его страницы неблагоприятного контента;
- диссинг – передача или публикация порочащей информации о жертве в режиме онлайн;
- фрейпинг – получение обидчиком контроля над чужой учетной записью и рассылка с профиля нежелательного контента от имени жертвы [3; 6].

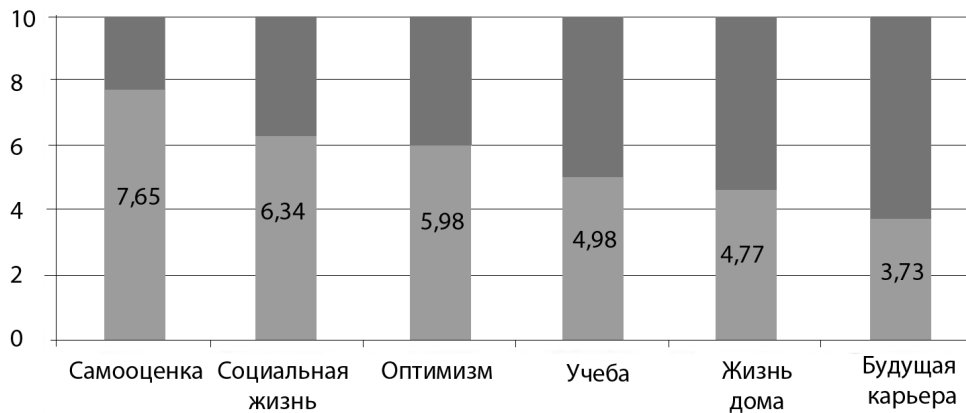
Травля в интернете может проводиться 24 часа в сутки, 7 дней в неделю, не оставляя никакого шанса почувствовать себя защищенным, сообщения и комментарии могут приходиться неожиданно, в любое время – это оказывает сильное психологическое влияние на подростка. Так же в интернете существует анонимность, благодаря которой подросток может даже не подозревать, что за человек производит над ним травлю, что может вызвать у него еще больший страх. В отличие от физического насилия, последствия эмоционального насилия в долгосрочной перспективе влияют на психологическое здоровье. Распознать жертву эмоционального насилия не так легко. Знание симптомов и эмоциональных признаков психологического здоровья могут вовремя его остановить.

Выделяют следующие последствия психологического характера у жертвы: снижение самооценки, депрессия, агрессивное поведение, тревожность, недоверие, частая смена настроения, пугливость, страх, суицидальные наклонности [7]. Конечно, жертвы кибербуллинга являются наиболее уязвимыми группами, нуждающимися в психологической поддержке. Но также следует отметить, что последствия кибербуллинга могут быть не только у жертвы, но и у преследователей и наблюдателей.

Преследователи тоже страдают от психологических последствий своего девиантного поведения: повзрослев, они имеют шансы остаться одиночками, т. к. буллинг развивает у них высокую самооценку, нарциссизм, агрессию,

авторитарность, цинизм, проблемы с социальной адаптацией. Что касается свидетелей травли – так же по истечению времени, уже в более взрослом возрасте они могут страдать от эмоционального расстройства, нервозности, неуверенности в себе и т. д. [1].

Приведем статистику по данным исследования, освещенного в [1]. Респондентами являлись студенты разных лет обучения. Выяснилось, что 37 из 53 опрошенных были жертвами кибербуллинга, 37 % подвергались ему довольно часто, а 20 % – ежедневно. При анкетировании респондентов просили проранжировать влияние кибербуллинга на их жизнь. (рис. 1).



Источник: [1]

Рис. 1. Влияние кибербуллинга на жизнь респондентов по шкале от 1 до 10.

По результатам опроса было выявлено, что кибербуллинг причинил неизгладимый вред самооценке и социальной жизни 70 % молодых людей, принявших участие в анкетировании [1].

Так же по данным исследования, проведенного американским центром Cyberbullying Research Center в 2010 г., выяснилось, что 45 % опрошенных испытывали злобу после кибербуллинга, 28 % подростков почувствовали себя разбитыми и раздосадованными, 27 % ответили, что оскорбления серьезно их расстроили, и менее 30 % сказали, что столкновение с кибербуллингом никак на них не повлияло. Так же выяснилось, что жертвы кибербуллинга предпринимали попытки суицида в два раза чаще, чем их ровесники, не становившиеся жертвами травли в Интернете [12].

Нужно отметить, что сейчас набирает обороты такое явление как буллизм, под которым понимается попытки свести счеты с жизнью из-за осуществляемой травли над личностью. Через медиа-ресурсы нередко можно услышать о подростках, которые покончили с собой из-за того, что стали жертвами кибербуллинга. Статистические данные доказывают, что столкновение с кибербуллингом в большей мере оставляет негативный и долгосрочный отпечаток в сознании подростка, тем самым неблагоприятно сказываясь на его психологическом здоровье. Важно помнить, что нет ничего важнее безопасности и психологического здоровья подрастающего поколения. Поэтому, несомненно, нужно вести активную борьбу с этим явлением.

На данный момент существует ряд рекомендаций как для подростков, так и для их родителей, педагогов для предотвращения такого рода преступлений [5; 9].

1. Советы для подростков: абстрагироваться от критики и игнорировать обидчиков; делиться своими переживаниями со взрослыми; изменить настройки конфиденциальности (как можно меньше писать в соцсетях информации о себе); хранить подтверждения фактов о нападении в интернете.

2. Советы для родителей: проверять сообщения, комментарии, фотографии на мобильных, компьютерных устройствах у ребенка; пристально следить за настроением своих детей; больше проводить времени с детьми и отдавать им свою любовь; информировать детей о безопасности в интернете.

3. Советы для преподавателей: при обнаружении киберхулигана нужно связаться с его родителями; необходимо проводить в школе беседы с подростками о данной проблеме; совершенствовать знания в области медиакомпетенций.

Говоря о практических рекомендациях, хотелось бы отметить, что данная проблема требует комплексного решения. Борьба с кибербуллингом нужно как на уровне самого ребенка, так и на уровне родителей, педагогов и государства. Однако, не каждый родитель компетентен в области информационных технологий. Следовательно, «конфликт поколений» отчетливо прослеживается и влияет на решение родителями проблем с кибербуллингом. Выше приведен совет смотреть сообщения, комментарии на телефоне или компьютере своего ребенка. Отметим, что уровень доверия между родителем и ребенком может снизиться при применении такого совета на практике. Родителями и педагогам следует идти в ногу с детьми и совершенствовать свои знания в области информационных технологий, быть рядом, наблюдать, подсказывать, но никак не нарушать личное пространство подростка, иначе ребенок можно полностью закрыться в себе.

В заключении хотелось бы сказать, что проблема кибербуллинга актуальна на данный момент и является серьезной угрозой для психологического здоровья подрастающего поколения. На сегодняшний день выработаны практические рекомендации, методики как для учителей, так и для родителей. Однако не многие в достаточной мере информированы и ознакомлены с ними. Необходимо предпринимать усилия для ознакомления с этими практическими рекомендациями и методиками. Некоторые существующие методы борьбы с этим явлением могут не работать по истечении времени ввиду быстрого развития кибербуллинга и расширения форм его применения, следовательно потребуется новая разработка форм по противодействию этому явлению.

Библиографический список

1. Макарова, Е. А. Психологические особенности кибербуллинга как формы интернет-преступления / Е. А. Макарова // Российский психологический журнал. – 2016. – Т. 13. – № 3. – С. 293-311.
2. Хухлаева, О. В. Коррекция нарушений психологического здоровья дошкольников и младших школьников: учеб. пособ. / О. В. Хухлаева. – Москва: Академия, 2003. – 110 с.
3. 10 форм кибербуллинга от kids.kaspersky.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://stop-ugroza.ru/life/10-form-kiberbullinga-ot-kids-kaspersky-ru/> (дата обращения: 24.01.2018).
4. Баранов, А. А. Психологический анализ причин подросткового кибербуллинга [Электронный ресурс] / А. А. Баранов, С. В. Рожина. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskij-analiz-prichin-podrostkovogo-kiberbullinga> (дата обращения: 27.01.2018).
5. Горбунова, А. Кибербуллинг: чем он опасен и как защищаться от интернет-травли? [Электронный ресурс] / А. Горбунова - Режим доступа: <https://informburo.kz/stati/kiberbulling-chem-on-opasen-i-kak-zashchishchatsya-ot-internet-travli.html> (дата обращения: 01.02.2018).
6. Козонина, А. Кибербуллинг: как устроена травля в интернете и почему с ней надо бороться [Электронный ресурс] / А. Козонина. – Режим доступа: <http://www.furfur.me/furfur/changes/changes/218033-bul> (дата обращения: 10.02.2018).
7. Таранова, Т. Н. Психолого-педагогическая характеристика буллинга в общеобразовательной школе [Электронный ресурс] // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: сб. ст. по мат. XXVI междунар. студ. науч.-практ. конф. № 11 (25). – Режим доступа: [http://sibac.info/archive/guman/11\(26\).pdf](http://sibac.info/archive/guman/11(26).pdf) (дата обращения: 25.01.2018).
8. Федунина, Н. Ю. Представления о триаде «Преследователь – жертва – наблюдатель» в кибербуллинге в англоязычной литературе [Электронный ресурс] / Н. Ю. Федунина. – Режим доступа: <http://psystudy.ru/index.php/num/2015v8n41/1143-fedunina41.html> (дата обращения: 28.01.18).
9. Чухно, И. Скажи «нет» кибербуллингу. Как бороться с интернет-травлей [Электронный ресурс] / И. Чухно. – Режим доступа: http://www.aif.ru/society/web/skazhi_net_kiberbullingu_kak_borotsya_s_internet-travley (дата обращения: 25.01.2018).
10. Официальный сайт Фонда общественного мнения (ФОМ). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://fom.ru/SMI-i-internet/12531> (дата обращения: 10.02.2018).
11. Belsey B. Cyberbullying: An Emerging Threat to the «Always On» Generation. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.cyberbullying.ca/pdf/Cyberbullying_Article_by_Bill_Belsey.pdf (дата обращения: 24.01.2018).
12. Cyberbullying Research Center report, 2010. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.cyberbullying.us/> (дата обращения: 25.01.2018).

References

1. Makarova, E. A. «Psikhologicheskie osobennosti kiberbullinga kak formy internet-prestupleniya» [*The psychological characteristics of kiberbullinga as a form of Internet crime*] / Rossiyskiy psikhologicheskiy zhurnal [*Russian psychological journal*], 2016, T. 13, I. 3, pp. 293-311.
2. Huhlaeva, O. V. Korrektsiya narusheniy psikhologicheskogo zdorov'ya doshkol'nikov i mladshikh shkol'nikov: ucheb. posob. [*Correction of psychological health of preschool and elementary school students: Stud. posob.*] / Moscow: Academy, 2003. 110 p.
3. 10 form kiberbullinga ot kids.kaspersky.ru [*10 forms of kiberbullinga from kids.kaspersky.ru*]. Available at: <http://stop-ugroza.ru/life/10-form-kiberbullinga-ot-kids-kaspersky-ru/> (accessed 24.01.2018).
4. Baranov, A. A. Psikhologicheskiy analiz prichin podrostkovogo kiberbullinga [*Psychological analysis of the causes of teenage kiberbullinga*]. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskiy-analiz-prichin-podrostkovogo-kiberbullinga> (accessed 27.01.2018).
5. Gorbunova, A. Kiberbulling: chem on opasen i kak zashchishchat'sya ot internet-travli? [*Kiberbulling: than he is dangerous and how to guard against online harassment?*] Available at: <https://informburo.kz/stati/kiberbulling-chem-on-opasen-i-kak-zashchishchatsya-ot-internet-travli.html> (accessed 01.02.2018).
6. Kozonina, A. Kiberbulling: kak ustroena travlya v internete i pochemu s ney nado borot'sya [*Kiberbulling: how the bullying on the Internet and why we must fight with it*]. Available at: <http://www.furfur.me/furfur/changes/changes/218033-bul> (accessed 10.02.2018).
7. Taranova, T. N. Psikhologo-pedagogicheskaya kharakteristika bullinga v obshcheobrazovatel'noy shkole [*The so-called psycho-pedagogical characteristic bullinga at secondary school*] // Nauchnoe soobshchestvo studentov XXI stoletiya. Gumanitarnye nauki: sb. st. po mat. XXVI mezhdunar. stud. nauch.-prakt. konf. № 11(25) [*Scientific community, students of the 21st century. Humanities: sat. Church. on the mat. XXVI international. Stud. researcher-Scient. CONF. № 11 (25)*]. Available at: [http://sibac.info/archive/guman/11 \(26\) .PDF](http://sibac.info/archive/guman/11 (26) .PDF) (accessed 25.01.2018).
8. Fedunina N. Yu. Predstavleniya o triade «Presledovatel' – zhertva – nablyudatel'» v kiberbullinge v angloyazychnoy literature [*Perceptions of the triad «Stalker-victim-observer» in kiberbullinge in English literature*]. Available at: <http://psystudy.ru/index.php/num/2015v8n41/1143-fedunina41.html> (accessed 28.01.18).
9. Chukhno, I. Skazhi «net» kiberbullingu. Kak borot'sya s internet-travley [*Say “no” to kiberbullingu. How to deal with Internet-baiting*]. Available at: http://www.aif.ru/society/web/skazhi_net_kiberbullingu_kak_borotsya_s_internet-travley (accessed 25.01.2018).
10. Ofitsial'nyy sayt Fonda obshchestvennogo mneniya (FOM) [*Official website of the public opinion Foundation (POF)*]. Available at: <http://fom.ru/SMI-i-internet/12531> (accessed 24.01.2018).
11. Belsey B. Cyberbullying: An Emerging Threat to the «Always On» Generation. Available at: http://www.cyberbullying.ca/pdf/Cyberbullying_Article_by_Bill_Belsey.pdf (accessed 24.01.2018).
12. Cyberbullying Research Center report. 2010. Available at: <http://www.cyberbullying.us/> (accessed: 25.01.2018).