Малыхина Юлия Александровна
студентка
Научный руководитель
Куликова Татьяна Ивановна
канд. психол. наук, доцент, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого»
г. Тула, Тульская область

ЦИФРОВАЯ АГРЕССИЯ И САМООЦЕНКА ПОДРОСТКОВ: РИСКИ КИБЕРБУЛЛИНГА В КОНТЕКСТЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Аннотация: *в статье рассматривается кибербуллинг как системный риск для психологической безопасности подростков. Выделены его ключевые особенности (анонимность, непрерывность, публичность) и двунаправленная связь с самооценкой, формирующая порочный круг уязвимости. Учтены риски для всех участников ситуации; предложены комплексные меры профилактики в образовательной среде.*

Ключевые слова: *кибербуллинг, цифровая агрессия, самооценка, подростковый возраст, психологическая безопасность, виктимизация, профилактика.*

Понятие кибербуллинга обозначает агрессивное, умышленное действие, совершаемое одним лицом или группой лиц с использованием электронных форм контакта, повторяющееся неоднократно и продолжительное во времени в отношении жертвы, которой трудно защитить себя [1]. В отличие от традиционной травли, он обладает тремя ключевыми особенностями.

1. Анонимность. Чувство безнаказанности снижает внутренние моральные барьеры: подросток позволяет себе в сети то, чего никогда не позволил бы в прямом взаимодействии [1]. Для жертвы анонимность оборачивается тотальной

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

неопределённостью: источник угрозы не опознан, а потому воспринимается как вездесущий и непредсказуемый [3].

2. Непрерывность. Цифровая агрессия она действует по принципу «24/7», и дом, который традиционно считался безопасным убежищем, перестаёт им быть. Травмирующие сообщения могут прийти в любой момент, а публично размещённый контент сохраняется в сети и продолжает работать на унижение жертвы без дополнительных усилий со стороны агрессора [3].

3. Публичность. Публичность многократно усиливает переживание стыда, а пассивное наблюдение сверстников, не вмешивающихся в ситуацию, фактически транслирует подростку сигнал о допустимости происходящего [3].

Перечисленные особенности позволяют рассматривать кибербуллинг не как частный эпизод межличностного конфликта, а как системный фактор риска, воздействующий на психологическую безопасность образовательной среды в целом.

Самооценка представляет собой центральное образование самосознания, выражающее отношение человека к самому себе и определяющее регуляцию его поведения и деятельности. В подростковом возрасте самооценка претерпевает существенную перестройку: она становится более дифференцированной, приобретает устойчивость и вместе с тем остаётся крайне чувствительной к оценкам значимых других, прежде всего сверстников.

Связь самооценки с вовлечённостью в цифровую травлю носит сложный, двунаправленный характер, и это обстоятельство принципиально для построения профилактической работы [1].

С одной стороны, самооценка выполняет функцию внутреннего ресурса, обеспечивающего устойчивость подростка к агрессивному воздействию.

С другой стороны, опыт цифровой виктимизации сам по себе подрывает позитивное самоотношение [2].

Из проведённого анализа вытекают следующие направления профилактической работы.

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

Во-первых, профилактика не может ограничиваться информированием о правилах цифровой гигиены. Техническая защищённость необходима, но недостаточна: она не устраняет внутренних условий уязвимости, поэтому профилактические программы должны носить комплексный характер и охватывать все звенья образовательной среды [3].

Во-вторых, необходима целенаправленная работа по укреплению позитивного самоотношения подростков. Именно самооценка выступает тем внутренним ресурсом, который позволяет подростку противостоять агрессивному воздействию и не интернализировать транслируемые ему негативные оценки [4].

В-третьих, важным направлением является развитие эмпатии и навыков конструктивного разрешения конфликтов, ориентированное не только на потенциальных жертв, но и на всех участников ситуации, включая агрессоров и наблюдателей [1; 2].

В-четвёртых, требуется обучение педагогов и родителей распознаванию признаков цифровой виктимизации – замкнутости, избегания сети, резких перепадов настроения после онлайн-взаимодействия – и готовности оказать своевременную поддержку [3].

Список литературы

1. Бочавер, А. А. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий / А. А. Бочавер, К. Д. Хломов // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2014. – Т. 11, № 3. – С. 178–191.

2. Хломов, К. Д. Кибербуллинг в опыте российских подростков / К. Д. Хломов, Д. Г. Давыдов, А. А. Бочавер // Психология и право. – 2019. – Т. 9, № 2. – С. 276–295.

3. Солдатова, Г. У. Кибербуллинг в школьной среде: трудная онлайн-ситуация и способы совладания / Г. У. Солдатова, Е. Ю. Зотова // Образовательная политика. – 2011. – № 5 (55). – С. 11–22.

4. Гусейнова, Е. А. Влияние позиции подростка в буллинге на его агрессивное поведение и самооценку / Е. А. Гусейнова, С. Н. Ениколопов // Психолого-педагогические исследования. – 2014. – Т. 6, № 2. – С. 246–256.

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