

## ПСИХОТЕХНІЧНІ ЗАСОБИ У РОБОТІ З БУЛІНГОМ У СУЧАСНИХ ЕКОНОМІЧНИХ УМОВАХ

Мишко Н. М.

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка*

*mushko\_nadin@ukr.net*

Сучасні світові тенденції диктують нам необхідність все більшого долучення до електронних засобів комунікації. Через Інтернет ми спілкуємося, замовляємо товари, отримуємо найрізноманітніші освітні послуги. Нестабільна ситуація в країні, яка обумовлюється епідеміологічними, військовими, глобально-світовими чинниками посилює емоційно-нервову нестабільність пересічного українця, що також має свій прояв і в електронній комунікації. Особливо гостро це питання стосується ланки середньої освіти та дітей, що потерпають від кібербулінгу.

Основна мета статті полягає у вивченні сутності сучасних проявів булінгу засобами електронних технологій і можливостей протидії йому.

2020 рік ознаменувався світовим карантинном і переходом на онлайн навчання і роботу. У сучасному світі Інтернет став невід'ємною частиною життя суспільства. З одного боку, це засіб розвитку ерудиції та навичок спілкування, а з іншого – ситуація підвищеного ризику зіткнення з певними загрозами. Зокрема, віртуальне Інтернет-середовище і новітні технічні засоби створили можливості для поширення нового виду насильства – кібербулінгу, від якого найчастіше потерпають підлітки, оскільки вони є найактивнішими користувачами. Особливо сприяють цьому неконтрольоване використання контенту і відсутність або слабка сформованість критичного мислення [1].

Кібербулінг – це новітня форма агресії, що передбачає жорстокі дії з метою дошкулити, нашкодити, принизити людину з використанням сучасних електронних технологій: Інтернету (електронної пошти, форумів, чатів, ICQ) та інших засобів електронної техніки – мобільних телефонів чи інших гаджетів [2].

Небезпека такого виду насильства полягає у тому, що воно відбувається як у віртуальному світі, так і може включати в себе деякі види фізичних знущань, наприклад, бійки і цькування з метою подальшого поширення відео і фото в мережі Інтернет. Таке поєднання фізичного і психологічного насильства шкодить здоров'ю і, навіть, несе загрозу для життя дитини.

За даними міжнародного дослідницького проєкту ESPAD, у 2019 році лише 6,7% опитаних підлітків в Україні не користувались соціальними мережам. Близько 45% підлітків проводять у соціальних мережах до 3 годин на день, а ще майже 50% – 4 та більше годин. Представниця ЮНІСЕФ в Україні Лотта Сильвандер зазначає, що в Україні близько 50% підлітків були жертвами кібербулінгу. «Кожна третя дитина прогулювала школу через кібербулінг. 75% підлітків у анонімному опитуванні підтвердили те, що Instagram, TikTok та Snapchat є основними соціальними платформами для цькування», – додає вона.

За результатами дослідження Всеукраїнської кампанії проти кібербулінгу Docudays UA, партнером якого виступив освітній омбудсмен Сергій Горбачов, станом на 1 квітня 2020 року судами було прийнято 482 Постанови щодо булінгу проти дітей. У 13% випадків справи стосувались кібербулінгу, зокрема погроз та принизливих коментарів та поширення фото і відео без згоди [3].

Щоб не стати жертвою кібербулінгу потрібно дотримуватись певних правил. При реєстрації на різних сайтах слід не вказувати особисту інформацію (номер телефону, фото та ін.), створювати надійні паролі. Використовувати веб-камеру тільки при спілкуванні з друзями або близькими. Одиначні випадки агресії в інтернеті варто ігнорувати, тоді найчастіше кібербулінг завершується на початковій стадії. Ще одним способом уникнути булінгу є блокування агресорів, більшість сайтів це дозволяють [1].

Широкого резонансу в суспільстві набули випадки жорстокого побиття підлітків у Житомирській, Одеській і Черкаській областях, які супроводжувались зйомкою на відео з подальшим поширенням в Інтернеті, а тому це можна вважати поєднанням булінгу з кібербулінгом. Крім того, спостерігаємо прояви кібербулінгу (обмін образливими повідомленнями) у батьківських групах Facebook. Наразі говорять про випадки доведення дітей до самогубства засобами Інтернет-спілкування («спільноти смерті»). Ми розуміємо, що старше покоління не встигає за поширенням Інтернет-трендів і не завжди здатне попередити і адекватно відреагувати на загрози такого типу.

Відмінності кібербулінгу від булінгу зумовлюються особливостями Інтернет-середовища: анонімністю, можливістю підмінити ідентичність, охоплювати велику аудиторію одночасно, (особливо дієво для поширення пліток), здатність тероризувати та тримати у напрузі жертву будь-де і будь-коли. У ситуації кібербулінгу переслідувач не бачить виразу обличчя жертви, не чує її інтонацій і не знає про її емоційні реакції: e-mail або миттєві повідомлення дозволяють йому дистанціюватися від них. Емоційний зворотний зв'язок регулює людську взаємодію. Кіберпереслідувач забуває про те, що його повідомлення на екрані свого електронного пристрою читає реальна

людина. Дозволена в Інтернеті анонімність деформує поведінку людей. Можливість не бути ідентифікованими призводить до феномену розторможування: без загрози покарання і соціального несхвалення люди говорять і роблять речі, які б не стали говорити і робити під своїм власним ім'ям, дозволяють собі набагато більше, ніж звикли в звичайному житті, де вони несуть відповідальність за свої вчинки і слова [4].

Агресію дуже важко зупинити без фахівців-психологів і соціальних педагогів, без суспільного обговорення причин, окремих випадків, без загального осуду, без упровадження у свідомість молоді та дорослих неприпустимості виявлення приниження особистості, заподіяння фізичного і морального (душевного) болю людині. Важливою при розв'язанні проблеми кібербулінгу є співпраця батьків, педагогів і психологів, яка буде найефективнішою, якщо зусилля зосередити на профілактиці [5].

Таким чином, основною загрозою гармонійного розвитку особистості в підлітковому середовищі є булінг та кібербулінг у різних його видах і проявах. Воно стосується і впливає на всіх його учасників, негативно позначається на психічному розвитку дітей, створює загрозу здоров'ю та життю підлітка, викликає тривалі наслідки для особистості, інколи віддалені в часі. Тому постає гостра потреба усвідомлення сутності цієї проблеми та, головне, підготовки фахівців із певними теоретичними знаннями, спеціальними вміннями, навичками для виявлення, попередження та подолання такого негативного соціального, психолого-педагогічного явища як кібербулінг.

На даному етапі важливою є увага, спрямована на об'єкт кібербулінгу – самих дітей. *П'ять корисних правил протидії кібербулінгу, з якими потрібно познайомити дітей:*

1) *Не поспішай, не виплескуй свій негатив у кіберпростір.* Важливо домовитись із дитиною, щоб вона не відповідала на вразливі повідомлення до того, як порадиться з дорослими. Старшим дітям запропонуйте правило: перед тим, як писати і відправляти повідомлення, потрібно заспокоїтись, притишити роздратування, злість, образу, гнів. Емоції – погані порадики, вони минають, а написане і відправлене в Інтернет продовжує нести і помножувати негатив уже без Вашої волі і контролю. Тому конфлікти з найменшими витратами вирішуються особисто, «в реалі», без залучення кібертехнологій.

2) *Будуй власну онлайн-репутацію, не провокуйся ілюзією анонімності.* Хоча кіберпростір і надає додаткові можливості відчувати свободу і розкутість завдяки анонімності, дитині потрібно роз'яснити, що існують способи довідатись, хто саме відправив повідомлення, хто стоїть за певним ніком (анонімним псевдонімом). І якщо некоректні дії у віртуальному просторі призводять до реальної шкоди – від анонімності залишається лише ілюзія: все тайне стає явним. У віртуальному просторі,

як і в реальному, діє золоте правило: стався і дій стосовно інших так, як хотів би, щоб ставились до тебе.

3) *Зберігати підтвердження факту нападів.* Потрібно роз'яснити дитині: якщо їй неприємно вразило якесь повідомлення чи картинка на сайті (фото, відео, будь що), правильна реакція – вимкнути екран (щоб зупинити негативний вплив, але не комп'ютер!) і негайно звернутись до батьків за порадою. Старші діти можуть зберегти чи роздрукувати сторінку самостійно, щоб порадитись з батьками в зручний час.

4) Часто можна почути думки накшталт «найефективніша боротьба з тролінгом – ігнор», «не годуйте тролів, вони харчуються вашими емоціями». Найкраще зберігати продуманий баланс, розуміючи діапазон ефективності і доречні межі кожного із способів реагування на проблему.

*Що ігнорувати?* Доречно ігнорувати *поодинокий негатив*. Одноразові образливі повідомлення найкраще ігнорувати, часто в результаті цього кібербулінг на початковій стадії і зупиняється. Якщо ж реагувати на негативні коментарі, комунікація продовжується.

*Коли ігнорувати не варто?* Не дивлячись на те, що відправник Вам не відомий, якщо листи систематично містять загрози життю і здоров'ю, або порнографічні сюжети, то варто поставити до відома телефонного або Інтернет-провайдера, інспектора місцевого відділку міліції із роботи з неповнолітніми (для цього й важливо копіювати повідомлення із загрозами). Якщо образлива інформація розміщена на сайті, варто зробити запит адміністратору щодо видалення цієї інформації. У цьому можуть допомогти дорослі.

5) *Можливе тимчасове блокування.* Програми, що забезпечують миттєвий обмін повідомленнями, мають можливість тимчасового відключення, можна заблокувати отримання повідомлень з певних адрес, навіть змінити телефонний номер. Пауза в спілкуванні руйнує взаємопідсилювані автоматизми кібербулінгу, особливо якщо він мотивований втечею булерів від нудьги і не супроводжується булінгом у реальному житті.

### Література:

1. Гой В. Що таке кібербулінг та як з ним боротись? Міжнародна студентська науково – технічна конференція // Природничі та гуманітарні науки. Актуальні питання. – С. 170-171.
2. Найдьонова Л.А. Кібер-булінг або агресія в інтернеті: способи розпізнання і захист дитини / Л.А.Найдьонова // Методичні рекомендації / Серія: На допомогу вчителю. Вип. 4. – К., 2011. – С.7.
3. Половина підлітків в Україні були жертвами кібербулінгу. Режим доступу: <https://osvita.ua/school/74263/>
4. Міхеєва О.Ю. Кібербулінг як соціально-педагогічна проблема / Міхеєва О.Ю., Корнієнко М.М. // Молодий вчений – № 11 (63) – листопад, 2018 р. – С. 247-251.
5. Langan P. Bullying in Schools: What You Need to Know [Electronic resource] / P. Langan. – Available at : <http://kazkarka.com/books/posibnyk-pro-bulinh.htm>.