

Шість запитань і відповідей про кібербулінг

У віртуальному світі, як і в реальному, на дітей чатує чимало небезпек. І одна з них — віртуальне цькування або кібербулінг. Що означає це та суміжні поняття? Які інструменти кібербулінгу? Що чекає на жертву, агресора та споглядачів кіберцькування в майбутньому?



ЯК І ЩО НАЗИВАТИ? або Основні терміни

Кібербулінг (з *англ.* bull — бик; агресивно нападати, чіплятися, провокувати, тероризувати) — розсилка повідомлень образливого й загрозового характеру, поширення в інтернеті неправдивої і принизливої інформації, а також фото та відео за участю об'єкта цькування.

Тролінг (з *англ.* troll — блешня — приманка для риби) — розміщення провокаційних повідомлень на форумах або в чатах. Основна мета тролінгу — викликати конфлікт і взаємні образи між учасниками.

Флеймінг (з *англ.* flame — полум'я) — обмін короткими емоційними репліками між двома або більше людьми в інтернеті чи соціальних мережах. Флеймінг нерідко переростає у затяжний конфлікт.

Хепіслепінг (з *англ.* happy slapping — радісне побиття) — розміщення в інтернеті відеороликів із записами реальних сцен насильства.



ХТО ПРИЧЕТНИЙ? або «Трикутник» булінгу

У системі булінгу загалом і кібербулінгу зокрема можна виокремити три сторони:

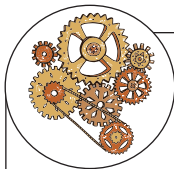
- переслідувач, або булі, булер, аб'юзер;
- жертва;
- споглядач.

Відмінність кібербулінгу в тому, що він не обмежений соціальним середовищем жертви — певним класом, школою тощо. Бути споглядачем цькування і самому долучатися до нього фактично має змогу будь-хто. Водночас що більше людей знає про булінг, то легше його виявити і зупинити.



ДЕ цькують? або Місце зустрічі переслідувача й жертви

Основний майданчик кібербулінгу — інтернет загалом і соціальні мережі зокрема. Нерідко булери зламують сторінки жертви в соціальних мережах або створюють фейкову (з *англ.* fake — підробка) сторінку з ім'ям жертви. Відтак булери розміщують на ній принизливий контент чи розсилають образливі повідомлення, аби скомпрометувати жертву.

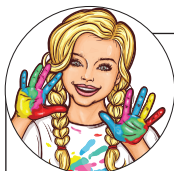


ЯК цькують? або «Механізм» кібербулінгу

Для цькування жертви зазвичай булери використовують:

- *наклеп* — образлива й неправдива інформація;
- *ізоляцію* — насильницьке вилучення з віртуальних груп;
- *напад* — образливі й дошкульні повідомлення та електронні листи жертві;
- *хепіслепінг* — фізичне або психічне насилля над жертвою, яке булери фотографують або знімають на відео, а потім розміщують в інтернеті.

ЯКА вона — жертва? або Портрет переслідуваного



Зараз

Найчастіше жертви кібербулінгу — підлітки, зокрема дівчатка.

Цькування, насамперед, пов'язане з особистою неприязню до них. Зазвичай вони:

- полохливі, тривожні;
- вразливі, сором'язливі, наївні;
- замкнуті, невпевнені в собі;
- мають низьку самооцінку;
- схильні до депресії;
- не мають друзів серед однолітків, а тому охочіше спілкуються з дорослими.

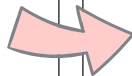
Жертвами кібербулінгу можуть стати й хлопчики, які фізично слабші за своїх ровесників



Потім

Наслідки шкільного булінгу даються взнаки й у дорослому житті. Так, жертвам притаманні:

- психічні розлади, агресивність, тривожність;
- депресії, суїцидальні нахили;
- самотність — віддають перевагу віртуальному спілкуванню;
- проблеми у взаєминах — нерідко стають жертвами мобінгу — цькування колегами на роботі;
- психічні захворювання, які переростають у психосоматичні. Стрес через булінг спричиняє у хлопчиків проблеми з серцем, а у дівчаток — анорексію чи булімію



Навіть одноразове цькування залишає глибоку психологічну травму, тож жертва кібербулінгу потребує **невідкладної допомоги фахівця — психолога чи психотерапевта.**

ЯКИЙ він — булер? або Портрет переслідувача

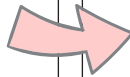


Зараз

Спільна риса усіх булерів — нарцисизм. Булери потребують поваги й підтримки, але не отримують її від батьків. Відтак домагаються її та підвищують авторитет приниженням інших. Булери невірні, імпульсивні, мають завищену самооцінку.

- *Дівчата-булери.* Булінг — інструмент боротьби з суперницями. Діють нишком, зокрема нацьковують оточення на жертву.

- *Хлопці-булери.* Мотиви цькування — надмірна злість, ворожість, бажання продемонструвати свою силу. Зневажають слабших, а тому всі питання розв'язують за допомогою конфліктів, криків, шантажу, фізичних погроз чи побоїв



Потім

Цькування має негативні наслідки й для булера:

- опиняються «на задвірках» життя — ті «механізми», якими вони звикли домагатися свого в дитинстві, у дорослому, зокрема й професійному житті не діють;

- **проблеми у взаєминах** — булери — диктатори в сім'ї, пліткарі та інтригани на роботі. Можуть досягти успіху, та рано чи пізно наживають ворогів. Люди або недолюблюють їх, або бояться.

- **терор у сім'ї** — досвід насильства заважає побудувати стосунки з партнером. Відтак колишній булер навіть власних дітей тримає на віддалі