

## ПСИХАЛАГІЧНЫЯ НАСТУПСТВЫ КІБЕРБУЛІНГУ

*М. Н. Сулімава* (Магілёўскі інстытут МУС РБ)  
Навук. кір. *С. В. Венідзіктаў*,  
канд. філал. навук, дацэнт

Кібербулінг – наўмысныя, агрэсіўныя дзеянні ў выглядзе абраз, пагроз, паклёпу, раскрыцця персанальнай інфармацыі, якія паўтараюцца на працягу доўгага часу і ажыццяўляюцца з выкарыстаннем інфармацыйных тэхналогій (абразы ў асабістых электронных паведамленнях, сацыяльных сетках і інш.). Адметныя рысы кібербулінгу – працягласць і сістэматычнасць, аднаразовыя выпадкі абразы і канфліктаў да гэтай катэгорыі не адносяцца. Інтэрнэт-агрэсія можа зыходзіць ад незнаёмых людзей, што выпадкова знайшлі профіль ахвяры, а таксама ад бліжэйшага акружэння. Для такога ўздзеяння характэрны ўмяшальніцтва ў асабістае жыццё ахвяры, рэгулярнасць і настойлівасць, наяўнасць пагроз.

Ахвяра кібербулінгу сутыкаецца з наступствамі педагагічнага, псіхалагічнага, сацыяльнага, фізіялагічнага (медыцынскага) характару, што прыводзіць да ўстойлівых асобасных змен, перашкаджае нармальнаму развіццю і самарэалізацыі. На раннім этапе выяўляюцца сацыяльныя наступствы: замкнёнасць, нежаданне зносін з сябрамі і роднымі, пропускі заняткаў, формы дэвіянтных паводзін.

Да псіхалагічных наступстваў кібербулінгу варта аднесці парушэнне псіхічнага развіцця, зніжэнне самаацэнкі, страху ўпэўненасці ў сабе, псіхаэмацыйную нестабільнасць, пачуццё страху, трывогі, суіцыдальныя думкі. Да медыцынскіх наступстваў кібербулінгу адносяцца дэпрэсія, стрэсавыя станы, зніжэнне імунітэту, скаргі на галаўныя болі і болі ў вобласці сэрца, дрэнны сон, стамляемасць, пагаршэнне памяці і ўвагі, дэфекты мовы, нервовыя цікі.

Кібербулінг аказвае негатыўны ўплыў не толькі на ахвяру ганення, але і на агрэсара. Мэтанакіраваная траўля можа з'яўляцца прыкметай наяўнасці псіхалагічных праблем, з якімі неабходна змагацца. Ігнараванне гэтага падчас кібератак прыводзіць да пагаршэння псіхалагічнага стану агрэсара, што цягне за сабой сур'ёзныя асобасныя дэфармацыі і непазбежна выклікае праблемы ў адносінах з навакольнымі.

Мерамі асабістай прафілактыкі кібербулінгу з'яўляюцца развіццё ўмення грамадзян рэагаваць на крытыку, ігнараваць інтэрнэт-рэсурсы, у якіх адбываецца траўля, засваенне норм сеткавага этыкету і правілаў інтэрнэт-бяспекі. Важны таксама дастатковы ўзровень правасвядомасці (разуменне супрацьзаконнага характару дзеянняў агрэсара), гатоўнасць абараняць свае правы, у тым ліку праз зварот у органы ўнутраных спраў у выпадках праўвы сеткавай агрэсіі.