**Социальные сети как пространство кибербуллинга**

*Петухова Валерия Владимировна, преподаватель информатики*

*ГБПОУ «Миасский медицинский колледж»*

**Аннотация:** в данной статье рассматриваются социальные сети как пространство для кибербуллинга.

**Ключевые слова:** кибербуллинг, социальные сети.

В современном мире Интернет-пространство развивается с высокой скоростью. С каждым днем Всемирная паутина пополняется бесконечным множеством новых информационных ресурсов, торговых площадок и социальных сетей. Поэтому информационное пространство оказывает огромное влияние на построение коммуникативных отношений между пользователями.

Несмотря на все положительные аспекты использования Интернет пространства в качестве общения, в сети присутствует своя специфика, отличающаяся от правил общения в реальном мире. Это способствует возникновению буллинга в Интернете, связанное с тем, что Интернет пространство является неконтролируемыми, анонимными и посредственными.

Такой вид травли ученые называют «кибербуллинг». Это травля в цифровом пространстве. Это могут быть оскорбления и злые шутки в сообщениях или в комментариях, посты с угрозами, публикация личной информации (например, адреса, номера телефона, фотографий).

Согласно [исследованию](https://kiberbulling.net/) сервиса VK, с агрессией в социальных сетях сталкивались хотя бы раз около 60% россиян. По данным ВЦИОМ пользователями социальных сетей является примерно 84% населения РФ. Именно на этих площадках чаще всего отмечаются случаи кибербуллинга. ВК, Одноклассники, Телеграмм, TikTok, YouTube, Дзен и другие платформы для общения одновременно являются удобным пространством для агрессивно настроенных пользователей.

Форм онлайн-травли достаточно много, например [2]:

**Бойкот** – игнорирование жертвы в соцсетях или обрывание связи с ней.

**Домогательство** – когда агрессор регулярно угрожает жертве в интернете, задаёт неприятные, личные вопросы или шантажирует.

**Троллинг** – высмеивание при помощи оскорблений.

**Аутинг** – публикация личной информации без разрешения её владельца.

**Диссинг** – также публикация личной информации, но той, которая может навредить репутации жертвы или разрушить её.

Причины кибербуллинга хорошо изучены психологами. Жертвой может стать кто угодно, а агрессором – это человек, который инициирует или поддерживает травлю. Как правило, к агрессии в Сети склонны люди, которые не решились бы на открытое проявление своих чувств в реальной жизни. Им свойственна низкая самооценка, многочисленные комплексы, отсутствие собственных достижений. Скрытое недовольство собой он переносят на других, которые представляются им уязвимыми только потому, что принадлежат к другой социальной группе – по национальному или гендерному признаку [3].

Социальные сети играют важную роль в распространении кибербуллинга. Они предоставляют платформу для обмена информацией и общения, но также могут стать местом, где люди могут стать жертвами онлайн-насилия.

Одна из причин, почему социальные сети могут способствовать кибербуллингу, заключается в том, что они предоставляют анонимность. Люди могут чувствовать себя более уверенно и менее ответственными за свои действия, когда они скрыты за экраном компьютера или мобильного устройства. Это может привести к тому, что они будут более склонны к оскорблениям, угрозам или распространению ложной информации [4].

Кроме того, социальные сети могут быть использованы для образования и информирования о проблеме кибербуллинга. Они могут предоставлять информацию о том, как распознать и предотвратить кибербуллинг, а также о том, как помочь жертвам и бороться с этой проблемой.

Таким образом, социальные сети играют двойственную роль в распространении кибербуллинга. Они могут быть использованы как инструмент для поддержки жертв и борьбы с этой проблемой, но также могут способствовать ее распространению. Важно, чтобы платформы социальных сетей продолжали работать над улучшением своих механизмов и ресурсов для борьбы с кибербуллингом и обеспечения безопасности своих пользователей.

Как же не стать жертвой кибербуллинга?

**Методы борьбы с кибербуллингом**

1. Игнорировать нападки. Необходимо сдерживать эмоции, не вступать в диалог с человеком, который явно хочет спровоцировать на ответную грубость.

2. Не стоит винить себя. Многие склонны искать причину агрессивного поведения оппонента в себе.

3. Исключить вероятность общения. Создать условия, при которых инициатор кибербуллинга не сможет продолжать свои действия. Например, внести его в черные списки, поставьте запрет на поступление звонков и сообщений с его номера, а также писем с его электронных адресов.

4. Поделиться проблемой. Кибербуллинг для подростков часто становится невыносимым испытанием, потому что им не с кем разделить свои переживания. Например, рассказать родителям или же позвонить в анонимную службу психологической поддержки.

5. Повысить [устойчивость к стрессу](https://gb.ru/blog/chto-takoe-stressoustojchivost/?from=blog_stati_ankor).Жертвами травли часто становятся люди, плохо переносящие неблагоприятные жизненные ситуации. Любая мелочь может стать для них причиной серьезных переживаний. Стать более устойчивыми к стрессу помогут медитация, хобби, дыхательная гимнастика.

6. Соблюдать цифровую диету. Радикальный способ избавиться от виртуального преследования – полностью отказаться на время от социальных сетей. Можно удалить приложения из телефона, переключитесь на приятные дела в реальной жизни. Спустя некоторое время инициаторы буллинга забудут о вас, и можно вернуться в любимые сообщества.

7. Изменить поведение в сети. Например, ограничить количество пользователей, которым доступен размещаемый контент, удалить фотографии, которые могут спровоцировать травлю, и др.

8. Соблюдать правила цифровой грамотности. Например, регулярно менять пароли, не переходить по сомнительным ссылкам, не устанавливать непроверенные приложения.

**Как государство защищает общество от кибербуллинга?**

Пока в российском законодательстве не предусмотрено меры ответственности за травлю в Интернете. Но это не значит, что инициатора кибербуллинга нельзя привлечь к ответственности. Такие действия подпадают под статью 5.61 КоАП РФ, предусматривающую наказание в виде штрафа за совершение оскорбления с использованием информационно-телекоммуникационных сетей, включая сеть Интернет [1].

Наказание может быть назначено и по другим основаниям: клевета (статья 129 УК РФ); нарушение неприкосновенности частной жизни (статья 137 УК РФ); угроза убийством или причинением тяжкого вреда здоровью (статья 119 УК РФ); оскорбление (ст. 5.61 КоАП РФ); вымогательство (статья 163 УК РФ).

Доказательствами для суда могут стать аудио- и видеозаписи, распечатки переписок в Сети, которые содержат оскорбления и заверенных нотариусом. Пострадавший от кибербуллинга может написать заявление в полицию или обратиться с иском в суд.

**Признаки ребенка, ставшего жертвой кибербуллинга:**

– Изменилось настроение, поведение (стал грустнее, избегает общественных мероприятий; изменил поведение в онлайне и/или стал реже выходить в интернет, пользоваться мессенджерами и пр.);

– Появилась напуганность (боится идти в школу и/или на занятия в кружки или секции; опасается выходить в интернет; нервно реагирует на сигнал смартфона о новом сообщении;

– Появились оскорбительные или унизительные изображения и сообщения в сети;

– Ребенок удалил страницы в социальных сетях, не объясняя причин.

Если ребенок все-таки подвергся кибербуллингу, вот несколько советов, которые могут помочь:

1. Нужно поговорить с ребенком. Важно выслушать ребенка и дать ему возможность выразить свои чувства. Постарайтесь не осуждать и не критиковать его, а просто выслушать и поддержать.
2. Нужно сохранить доказательства. Если есть возможность, сохраните скриншоты сообщений или других доказательств кибербуллинга. Это может быть полезно при обращении к администрации сайта или к правоохранительным органам.
3. Необходимо обратиться к администрации сайта. Если кибербуллинг происходит на определенной платформе, обратитесь к администрации сайта с просьбой удалить оскорбительный контент и заблокировать аккаунт обидчика.
4. Нужно обратиться к правоохранительным органам. Если кибербуллинг принимает серьезные формы, такие как угрозы или распространение личной информации, обратитесь в полицию.
5. Следует обратиться к психологу. Если ребенок испытывает сильный стресс или депрессию из-за кибербуллинга, обратитесь к психологу или психотерапевту.
6. Необходимо учить ребенка безопасности в интернете. Объясните ребенку, как важно быть осторожным в интернете, не делиться личной информацией и не отвечать на оскорбления.
7. Нужно поддерживать ребенка. Важно поддерживать ребенка и помочь ему справиться с ситуацией. Показывайте ему, что вы всегда будете рядом и готовы помочь.

Важно помнить, что кибербуллинг - это серьезная проблема, и если не можете справиться с ней самостоятельно, лучше обратитесь за помощью к специалистам.

Список использованных источников

1. <https://gb.ru/blog/kiberbulling/>

2. https://skillbox.ru/media/growth/chto-takoe-kiberbulling-i-kak-ot-nego-zashchititsya/

3. <https://gb.ru/blog/kiberbulling/>

4.<https://developers.sber.ru/gigachat/97d1baf4-ae52-4bf1-bd56-13ef1cbf6acd/sessions/696807d7-a71e-41db-99fb-41ab0205a8c1>

5. https://netka.by/files/пособие%20по%20кибербуллингу.pdf