



**Буллинг: его причины, проявления,  
профилактика.  
Специфика кибербуллинга.**

Медицинский психолог ОГАУЗ ИГКБ №9

Семенова Екатерина Леонидовна



**Буллинг** - это длительный процесс сознательного жестокого отношения, физического и (или) психического, со стороны одного ребенка или группы детей к другому ребенку (другим детям).

*(Дэвид Лейн и Эндрю Миллер).*



**Цель буллинга** - за агрессивным поведением скрыть свою неполноценность.

Буллинг не имеет ничего общего с руководством коллективом, если он применяется взрослыми, так как хороший администратор (учитель) управляет и руководит коллективом, плохой - травит. Поэтому, любой, кто выбирает травлю как метод, будь то взрослый или ребенок, показывает свою неполноценность, и та сила, с которой человек травит другого, определяет степень неполноценности тирана.



## Мотивами буллинга являются:

Зависть;

Мсть (когда жертвы переходят в разряд буллеров: наказать за боль и причиненные страдания);

Чувство неприязни;

Борьба за власть;

Нейтрализация соперника через показ преимущества над ним;

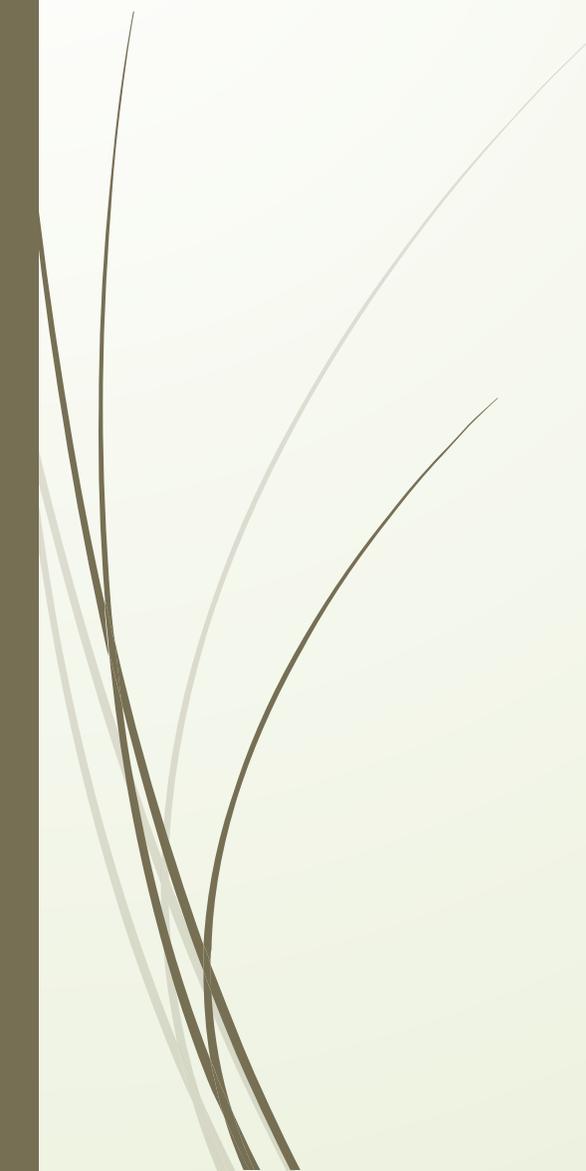
Самоутверждение вплоть до удовлетворения садистских потребностей отдельных личностей;

Стремление быть в центре внимания, выглядеть круто;

Стремление удивить, поразить;

Стремление разрядиться, «приколоться»;

Желание унижить, запугать непонравившегося человека.



## Типы буллинга:

Физическая агрессия

Словесный буллинг

Запугивание

Изоляция

Вымогательство

Повреждение имущества



**Социальная структура буллинга включает в себя следующие элементы:**

Жертва (учащийся, над которым издеваются)

Издевающиеся учащиеся (булли).

Последователи или приспешники.

Активные сторонники.

Пассивные сторонники или вероятные участники буллинга.

Безразличные наблюдатели.

Вероятные защитники.

Защитники.



## Кто становится жертвой буллинга?

Жертвой буллинга может стать любой и это не делает человека плохим.

Это иллюзия, что для роли жертвы надо быть каким-то ненормальным, особенным.

В общем и целом, причина травли – не в особенностях жертвы, а в особенностях группы. Один и тот же ребенок может быть изгоем в одной группе и своим в другой группе или перестать быть изгоем в той же самой группе за короткий срок, скажем после смены классного руководителя/куратора.



# Последствия буллинга

Буллинг оставляет глубокий след в жизни жертв и отражается на эмоциональном и социальном развитии, на школьной адаптации, может иметь тяжелые психологические последствия.

Дети, которые подверглись травле, получают тяжелую психологическую травму. Не имеет значения, какой буллинг имел место - физический или психологический.

Буллинг оказывает влияние не только на жертву, но и на агрессора и на зрителей.

Жертвы буллинга испытывают сложности со здоровьем (психосоматические заболевания) и успеваемостью, чувствуют снижение самооценки, совершают попытки суицида, могут решиться на месть (скулшутинг). Также к последствиям буллинга у жертвы относится формирование ПТСР.

У школьных «агрессоров» буллинга во взрослом возрасте может возникать чувство вины, развивается высокий риск попасть в криминальные группировки.



## Конструктивное поведение на случай буллинга в ваш адрес:

- рассказать о случае буллинга своим родителям, либо взрослым, которым вы доверяете, например, учителю, воспитателю, классному руководителю и т.п.;
  - вести себя уверенно;
  - искать друзей среди сверстников и одноклассников;
- заниматься методично и последовательно восстановлением своей самооценки с помощью специалиста, если нужно;
  - избегать ситуаций, в которых возможен буллинг;
  - быть настойчивым и задиристым (хотя бы внешне);
- не надеяться (мечтать) отомстить с помощью еще большей жестокости и не применять оружие;
- учиться использовать юмор - самое мощное оружие против вербальной агрессии.



В действующем законодательстве понятие «буллинга» не закреплено, равно как и ответственность за него. Однако в законе предусмотрена ответственность за те действия, которые в своей совокупности образуют это явление: оскорбление, нанесение побоев, угрозы.

**Уголовная ответственность наступает с 16 лет, а при совершении тяжких преступлений - с 14 лет.** К примеру, подростков, решивших, что издевательство на другими - это весело, могут привлечь к уголовной ответственности за умышленное причинение тяжкого (ст. 111 УК РФ) или средней тяжести вреда здоровью (ст. 112 УК РФ).

За оскорбление, то есть унижение чести и достоинства другого лица, выраженное в неприличной или иной противоречащей общепринятым нормам морали и нравственности форме, предусмотрена административная ответственность. В соответствии с ч. 1 ст. 5.61 КоАП РФ к правонарушителю может быть применено наказание в виде административного штрафа в размере от трех тысяч до пяти тысяч рублей.

Предусмотрена и ответственность для родителей за ненадлежащее воспитание своих несовершеннолетних детей. В силу ч. 1 ст. 5.35 КоАП РФ им может быть назначено наказание в виде штрафа в размере от ста до пятисот рублей.



«Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях» от 30.12.2001 N 195-ФЗ (ред. от 12.12.2023)

**КоАП РФ Статья 5.61. Оскорбление**

1. Оскорбление, то есть унижение чести и достоинства другого лица, выраженное в неприличной или иной противоречащей общепринятым нормам морали и нравственности форме, - влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от трех тысяч до пяти тысяч рублей; на должностных лиц - от тридцати тысяч до пятидесяти тысяч рублей; на юридических лиц - от ста тысяч до двухсот тысяч рублей.



2. Оскорбление, содержащееся в публичном выступлении, публично демонстрирующемся произведении или средствах массовой информации либо совершенное публично с использованием информационно-телекоммуникационных сетей, включая сеть «Интернет», или в отношении нескольких лиц, в том числе индивидуально не определенных, -влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от пяти тысяч до десяти тысяч рублей; на должностных лиц - от пятидесяти тысяч до ста тысяч рублей; на юридических лиц - от двухсот тысяч до семисот тысяч рублей.



# Особенности кибербуллинга

Медицинский психолог ОГАУЗ ИГКБ №9

Семенова Екатерина Леонидовна



**Кибербуллинг** (интернет-травля, троллинг) - осознанные и длительные оскорбления и угрозы через мессенджеры, игровые порталы, социальные сети, видеохостинги, форумы, звонки или смс-сообщения, при этом агрессоров может быть несколько, они выступают как от своего лица, так и анонимно.

Отличие кибербуллинга от реального обусловлены особенностями интернет-среды: анонимностью, возможностью фальсификации, наличием огромной аудитории, возможностью достать жертву в любом месте и в любое время.



## Причины кибербуллинга

Люди часто травят других, когда хотят завоевать признание в виртуальном сообществе, показывают власть и силу, потому что не могут показать её в реальной жизни или просто спасаются от скуки. Буллинг помогает им привлекать внимание. Кибербуллинг в адрес конкретного человека может быть из-за конфликта на почве национальных, политических и культурных различий или болезненного разрыва отношений. Люди травят друг друга из мести, злобы или зависти, не имея смелости высказать претензии в лицо. Жертвы интернет-оскорблений (в том числе и потенциальные) становятся агрессорами из-за желания отомстить обидчикам или защититься от чужих нападок – «Теперь жертва – не я, а он!». Когда случается массовая травля, инстинкт подсказывает примкнуть к большинству и вести себя так же, чтобы не оказаться на стороне слабого.



## Основные типы кибербуллинга:

**Перепалки или флейминг** – обмен короткими эмоциональными репликами между двумя и более людьми, который происходит в публичных местах Сети.

**Нападки, постоянные изнурительные нападки (harassment)** – повторяющиеся оскорбительные сообщения, направленные на жертву (например, сотни sms на мобильный телефон, постоянные звонки), с перегрузкой персональных каналов коммуникации.



## Основные типы кибербуллинга:

**Клевета (denigration)** – распространение оскорбительной и неправдивой информации. Текстовые сообщения, фото, песни.

**Самозванство, перевоплощение в определенное лицо (impersonation)** – преследователь позиционирует себя как жертву, используя ее пароль доступа к аккаунту в социальных сетях, в блоге, почте, системе мгновенных сообщений, либо создает свой аккаунт с аналогичным никнеймом и осуществляет от имени жертвы негативную коммуникацию.



## Основные типы кибербуллинга:

**Надувательство**, выманивание конфиденциальной информации и ее распространение (outing & trickery) – получение персональной информации и публикация ее в интернете или передача тем, кому она не предназначалась.

**Отчуждение** (остракизм, изоляция). Любому человеку присуще желание быть включенным в группу. Исключение же из группы воспринимается как социальная смерть.



## Основные типы кибербуллинга:

**Киберпреследование** – скрытое отслеживание жертвы с целью организации нападения, избиения и т.д.

**Хеппислепинг** (happy slapping – счастливое хлопанье, радостное избиение) – название происходит от случаев в английском метро, где подростки избивали прохожих, тогда как другие записывали это на камеру мобильного телефона.

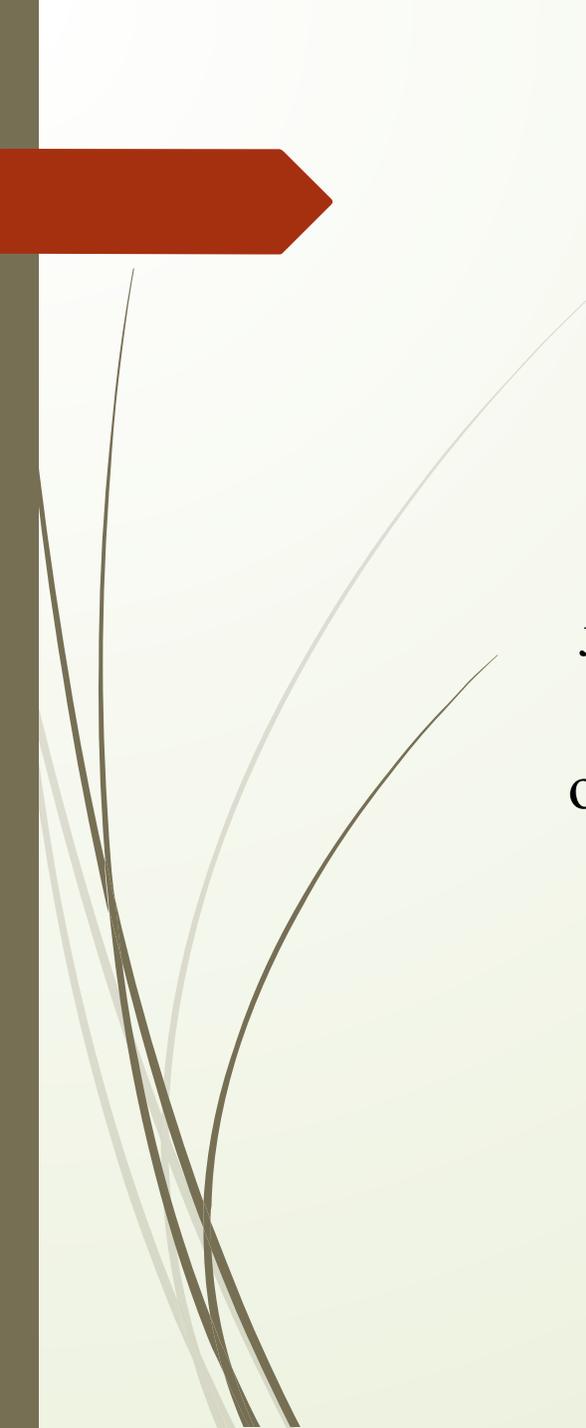


## Профилактика кибербуллинга:

Научитесь ответственному поведению в интернете.

Помните, поведение в интернете влияет  
на реальную жизнь.

Общение в интернете ничем не отличается от общения в реальной жизни. Комментарии и сообщения могут обидеть человека. Поэтому перед отправкой стоит подумать, как оно будет воспринято.



Чтобы не допустить развитие простого спора в кибербуллинг необходимо грамотно реагировать на критику, а также разграничивать, когда уместно доказывать свое мнение, а когда лучше покинуть ресурс, в котором происходит общение. Сюда же стоит отнести культуру поведения в сети, поскольку многие не осознавая ответственности, могут вести себя довольно агрессивно или ранить другого человека каким-то высказыванием, за что потом получают длительную атаку.



Многим случаям шантажа и издевательства способствует неосторожность жертвы. Выкладывая в сеть всю информацию о себе, личные видео, фотографии о проведенных днях и тому подобное, без правильных настроек приватности, человек выставляет наиболее уязвимые места под атаку агрессоров. Отдельно внимание необходимо уделить паролям для учетных записей и устройств с персональной информацией (ноутбуки, смартфоны, планшеты и пр.), чтобы предотвратить возможность взлома или рассылки неподобающей информации от имени жертвы.



Чтобы предотвратить дальнейшее распространение кибербуллинга, необходимо сообщать о данных ситуациях администраторам сайтов и провайдерам услуг. Даже если самостоятельно удалось заблокировать человека и отделаться от него, чтобы уберечь себя и других от дальнейших инцидентов, необходимо обсуждать ситуацию с компанией. Обычно на основании заявлений пользователей разрабатываются новые алгоритмы защиты и решения подобных вопросов.



## Советы:

1. Не спешите выбрасывать свой негатив в кибер-пространство. Прежде чем писать и отправлять сообщение, следует успокоиться.
2. Создавайте собственную онлайн-репутацию, не верьте в иллюзию анонимности. Хотя кибер-пространство и предоставляет дополнительные возможности почувствовать свободу и раскованность благодаря анонимности, вы должны знать, что существуют способы узнать, кто стоит за определенным никнеймом. И если некорректные действия в виртуальном пространстве приводят к реальному вреду, все тайное становится явным. Интернет фиксирует историю, которая состоит из публичных действий участников и определяет онлайн-репутацию каждого – накопленный образ личности в глазах других участников. Запятнать эту репутацию легко, исправить – трудно.

## Советы:

3. Храните подтверждение фактов нападения. Если вас расстроило сообщение, картинка, видео и т.д. (отправленные вам), следует сохранить или распечатать страницу самостоятельно, чтобы посоветоваться со взрослыми в удобное время.

4. Игнорируйте единичный негатив. Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать – часто кибербуллинг останавливается на начальной стадии. Опытные участники интернет-дискуссий придерживаются правила: «Лучший способ борьбы с неадекватными – игнор».

5. Если вы стали очевидцем кибербуллинга, правильным поведением будет:

- а) выступить против агрессора, дать ему понять, что его действия оцениваются негативно;
- б) поддержать жертву – лично или в публичном виртуальном пространстве предоставить ей эмоциональную поддержку;
- в) сообщить взрослым о факте некорректного поведения в кибер-пространстве.



## Советы:

6. Блокируйте агрессоров. В программах обмена мгновенными сообщениями есть возможность блокировки сообщений с определенных адресов. Пауза в общении часто отбивает у агрессора желание продолжать травлю.
7. Не стоит игнорировать агрессивные сообщения, если письма неизвестного вам отправителя систематически содержат угрозы или порнографические сюжеты. В этом случае следует скопировать эти сообщения и обратиться в правоохранительные органы. Если оскорбительная информация размещена на сайте, то следует сделать запрос к администратору для ее удаления.

## Наказание за кибербуллинг

Лица, достигшие шестнадцатилетнего возраста, могут быть привлечены к ответственности за оскорбление согласно статье 5.61 Кодекса РФ об административных правонарушениях. За данное правонарушение может быть наложен штраф в размере от одной тысячи до трех тысяч рублей, а за размещение оскорбительных неприличных выражений в средствах массовой информации (например, в сети Интернет в социальных сетях «Одноклассники» или «ВКонтакте») в размере от трех тысяч до пяти тысяч рублей. Многие подростки заблуждаются, когда считают, что, не достигнув возраста шестнадцати лет, они не могут быть привлечены к ответственности. Таких лиц, как правило, могут поставить на учет в комиссии по делам несовершеннолетних, передать под надзор родителей, ограничить в посещении определенных мест, а также поместить в центры временного содержания несовершеннолетних правонарушителей.



**В России есть горячая линия «Дети онлайн» (тел. 8-800-25-000-15)**  
для детей и взрослых – туда можно сообщать о любых  
случаях цифрового насилия.

**Телефон доверия:**

8-800-2000-122

**Кризисная линия доверия:**

8 (800) 100-49-94



Спасибо за внимание!