

## ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ


УДК 004.73:364.62

DOI: <https://doi.org/10.32631/v.2023.4.35>

### **Ольга Леонідівна Мацюк,**

*магістр психології,*

*Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»,  
відділ виховної роботи (начальник);*


 <https://orcid.org/0000-0003-0883-9073>,

*e-mail: Olga23071999@ukr.net;*

### **Ірина Вікторівна Маслянікова,**

*кандидат психологічних наук,*

*Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»,  
кафедри психології (доцент);*

 <https://orcid.org/0009-0003-2215-6006>,

*e-mail: imasljanikova@ukr.net*

## **ПСИХОЛОГО-ПРАВОВІ АСПЕКТИ КІБЕРБУЛІНГУ**

У статті розглянуто психолого-правові аспекти кібербулінгу. Актуальність теми полягає в тому, що онлайн-навчання має свої позитивні сторони (легкість демонстрації відео, презентацій тощо), але негативною стороною є те, що відсутність візуального, емоційного й тактильного контакту спричиняє брак спілкування, а іноді особа починає почувати себе самотньою. Відповідно, діти починають шукати друзів у інтернет-просторі й багато проводять часу за гаджетами, що призводить до збільшення випадків кібербулінгу. Мета роботи – висвітлити проблеми кібербулінгу та з'ясувати, яку психологічну допомогу може надати фахівець. Для цього було використано теоретичні та емпіричні методи досліджень. Ми дійшли висновку, що кібербулінг відбувається в інтернеті, але може перерости в так званий відкритий булінг, що є для особи таким, що травмує найбільше. З точки зору психології кібербулінг – це агресивна поведінка особи, частіше підлітка, спрямована проти конкретної дитини засобами електронної комунікації. Важливою є робота з кожною особою, яка має певну роль у цьому явищі.

**Ключові слова:** жорстокість, насильство, агресивна поведінка, кібербулінг, психічна шкода здоров'ю, психологічна підтримка.

*Оглядова стаття*

### **Постановка проблеми**

У сучасному світі люди багато часу проводять у соціальних мережах. Четвертий рік учасники освітнього процесу періодично займаються онлайн. Таке навчання стало альтернативою під час пандемії

COVID-19 та війни в Україні, але така форма навчання підвищує випадки цькування онлайн. Агресія в соціальних мережах має не менш негативні наслідки, ніж булінг.

Специфіка онлайн-навчання полягає в тому, що воно відбувається за допомогою технічних засобів. Таке навчання має свої такі позитивні сторони, як-от: легкість демонстрації відео, презентацій, доступність і гнучкість, онлайн-тестування тощо. Проте існують і негативні сторони: відсутність візуального, емоційного й тактильного контакту призводить до браку спілкування, а іноді особа починає почувати себе самотньою. Відповідно, діти починають шукати друзів у мережі Інтернет, більше проводять часу з гаджетами, що призводить до збільшення випадків кібербулінгу.

Сьогодні законодавство не дає чіткого визначення кібербулінгу, але відповідно до ст. 173-4 Кодексу України про адміністративні правопорушення булінг (цькування) – це «діяння учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи або такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого...»<sup>1</sup>.

У контексті цього визначення ми бачимо згадку щодо застосування «засобів електронних комунікацій», які й стосуються проблематики кібербулінгу.

### **Стан дослідження проблеми**

Питанню кібербулінгу приділяли увагу такі науковці, як-от: С. Хемфіл, А. Котевські, М. Толліт, Л. Найдьонова, Х. Лейман, Н. Лебедева, А. Кравчук, І. Шкріль, О. Міхеєва, М. Корнієнко та ін. Наукові здобутки цих дослідників є актуальними та вагомими, але потребуються доопрацювання.

### **Мета і завдання дослідження**

*Мета* роботи – висвітлити проблеми кібербулінгу та визначити, яку психологічну допомогу може надати фахівець. Для її досягнення необхідно вирішити такі *завдання*: проаналізувати законодавчі положення, окреслити «болючі» проблеми в ситуаціях кібербулінгу, опрацювати методичні рекомендації щодо профілактики та подолання наслідків кібербулінгу на особистісному та груповому рівнях.

---

<sup>1</sup> Кодекс України про адміністративні правопорушення : Закон України від 07.12.1984 № 8073-X // База даних «Законодавство України» // Верховна Рада України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/80731-10> (дата звернення: 17.11.2023).

### **Виклад основного матеріалу**

Кібербулінг – це знущання з використанням цифрових технологій, яке може відбуватися в соціальних мережах, на платформах обміну повідомленнями, ігрових платформах і через мобільні телефони. Це повторювана поведінка, спрямована на те, щоб налякати, розлютати або присоромити тих, хто є мішенню<sup>1</sup>.

Приклади включають:

- поширення брехні про когось у соціальних мережах або розміщення фото та відео інтимного характеру;
- надсилання образливих, загрозливих повідомлень, зображень чи відео через платформи обміну повідомленнями;
- видавання себе за когось і надсилання від їхнього імені або через підроблені облікові записи «гидких» повідомлень іншим та ін.

Кібербулінг має такі підвиди як:

- аутинг;
- сталкінг;
- тролінг;
- кіберпереслідування;
- хепіслепінг (happyslapping);
- хейтинг;
- флеймінг;
- секстинг;
- фрейпінг;
- кетфішинг;
- ґріфінг (цей різновид кібербулінгу передбачає спрямоване приписування одного з учасників комп'ютерної гри; агресори в цьому випадку називаються ґріферами) [1].

Отже, як ми бачимо, існує багато підвидів кібербулінгу і кожен з них негативно впливає на особу. Найчастіше діти страждають від хейтингу, який може перерости в так званий відкритий булінг із завданням шкоди здоров'ю.

Деякі дослідження показують, що поширеність кібербулінгу становить від 6,5 до 35,4 % у Європі та Сполучених Штатах, хоча поширеність кібербулінгу серед підлітків змінюється залежно від оцінюваних факторів. До опитування Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ)<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Дослідження ЮНІСЕФ про кібербулінг // Профспілка працівників освіти і науки України : офіц. сайт. 20.09.2019. URL: <https://pon.org.ua/povnyu/7317-doslzhennya-yunsef-pro-kberbulng.html> (дата звернення: 17.11.2023).

<sup>2</sup> Cyberbullying: What is it and how to stop it. What teens want to know about cyberbullying // UNICEF : сайт. URL: <https://www.unicef.org/end-violence/how-to-stop-cyberbullying> (дата звернення: 17.11.2023).

додулися 6 791 респондентів з України через SMS-повідомлення та сервіси миттєвих повідомлень. Результати опитування були такі: 29 % підлітків були жертвами кібербулінгу, а 16 % – були змушені пропускати через це шкільні заняття.

Під час булінгу та кібербулінгу людині завдається фізична та психічна шкода. Заподіяння шкоди здоров'ю людини – суспільно небезпечне діяння, яке має прямий умисел. Шкода фізичному здоров'ю у Кримінальному кодексі України визнається як нанесення тілесних ушкоджень різного ступеня – легкі, середні, тяжкі (статті 121–125), завдання фізичного болю без тілесних ушкоджень (ст. 126).

У межах зазначеної проблеми важливо відштовхуватися від норми функціонування психічної діяльності. Так, психічне здоров'я – це рівень психологічного благополуччя, який визначається не лише відсутністю психічних захворювань, а й іншими соціально-економічними, біологічними і тими, що належить до навколишнього середовища, факторами.

Психологічно здорова людина – це насамперед людина спонтанна й творча, життєрадісна та весела, відкрита і така, що пізнає себе та навколишній світ не лише розумом, а й відчуттями, інтуїцією. Вона повністю приймає саму себе і при цьому визнає цінність і унікальність людей, що оточують її. Така людина покладає відповідальність за своє життя передусім на саму себе і отримує власний досвід з несприятливих ситуацій. Її життя наповнене сенсом, хоча вона не завжди формулює його для себе<sup>1</sup>.

Так, під час кібербулінгу психічному здоров'ю малолітніх/неповнолітніх осіб завдається шкода. Деструктивні наслідки кібербулінгу можуть проявлятися в такому: страх, тривога, беззахисність, неадекватне сприйняття себе й оточення, складнощі у взаєминах, занижена самооцінка, нервово-психічні розлади, прояви самотності, фізичного нездужання психосоматичного походження, депресія тощо. Все це може стати причиною самопошкодження або самогубства – найтяжчого наслідку. Оскільки ризики, пов'язані з кіберзалякуванням, неабияк впливають на психічне здоров'я дітей, важливо, щоб батьки вжили заходів, спрямованих на запобігання ним.

Сучасні малолітні/неповнолітні особи доволі обізнані в питаннях, пов'язаних з кіберзнущанням, і вчать адекватно на нього реагувати. Щодо способів активного реагування на кібербулінг описано такі варіанти та їх частота: кожен другий підліток намагається заблокувати переслідувача, третина – вдається до спроб з ним поговорити, ще третина – зберігає докази знущань, а 17 % – скаржаться в службу підтримки сервісу. Лише близько 30 % звертаються по

---

<sup>1</sup> Там само.

допомогу до близьких людей [2, с. 467]. Така обізнаність характеризується тим, що онлайн-спілкування стало ваговою частиною життя кожної сучасної дитини. Саме через інтернет більшість дітей навчаються, хтось знаходить друзів, грає в різні ігри. Багато дітей обирають кіберпростір, щоб втекти від самотності, шукаючи альтернативу живому спілкуванню, і не замислюються над тим, що такий простір має багато недоліків, але якщо говорити з дітьми та проводити профілактичні заходи, то вони знатимуть, як реагувати та протидіяти такому виду насильства.

Не існує точного розмежування основних факторів ризику та захисту, які визначають кібербулінг, проте можна виокремити деякі індивідуальні, сімейні та соціальні аспекти. Менша емпатія та чоловіча стать згадуються як предикторні змінні величини, а фізичні здібності – як можливий захисний фактор. У сім'ях ліберальний та авторитарний стилі виховання впливають на агресивну поведінку підлітків, тоді як стилі виховання, що включають теплоту і прихильність батьків до своїх дітей, показують найкращі результати. Попри те, що в підлітковому віці існує тісний зв'язок із соціальними впливами, стилі виховання більше домінують у розвитку агресивності. Однак соціальний вплив також може мати наслідки для намірів і поведінки в кібербулінгу [3].

Щодо протидії кібербулінгу, то тут потрібно вживати не лише загальні профілактичні заходи, а й мати спеціальні програми покрокової інструкції для батьків (саме дорослі повинні вміти реагувати та виявляти кібербулінг, а не просто обмежувати час користування електронними пристроями). На жаль, немає єдиного надійного способу, який захистить дитину від цькування онлайн, але існують елементарні заходи, які допоможуть зменшити ризик того, що малолітня/неповнолітня особа зазнає кібербулінгу. Насамперед, батьки повинні обговорювати з дитиною проблему кібербулінгу, розповідати, як безпечно поводитися в соціальних мережах (захист облікових записів і пристроїв, важливість використання паролів). Паролі є одним із найефективніших способів захисту облікових записів і пристроїв. Важливо розказати дітям, що паролі ніколи й нікому не можна повідомляти, враховуючи найкращих друзів, навіть якщо вони беззастережно їм довіряють. Необхідно навчити дитину використовувати інструменти для налаштування конфіденційності та керування геоданими, а також надати інструкцію, як себе поводити в разі, якщо вона зазнала онлайн-цькувань.

Кібербулери шукають емоційної відповіді, але якщо дитина відмовляється вступати в діалог, то вони залишаються з одностороннім спілкуванням. Тим часом дитина повинна зробити скріншоти такого спілкування і зберегти їх як доказ. Саме вони можуть знадобитися

під час повідомлення про кіберзалякування. Дорослі обов'язково повинні говорити дитині про те, що вона завжди має розповідати про кібербулінг. Це включає в себе не лише повідомлення про те, що відбувається, а й надання відповідної інформації платформі соціальних мереж, інтернет-провайдеру та будь-яким іншим зацікавленим сторонам, які повинні знати, що відбувається. Можливо, навіть доведеться звернутися до школи чи поліції, щоб покласти край переслідуванням. Після того, як усі звіти будуть подані, треба вжити відповідних заходів, щоб заблокувати особу або обліковий запис, відповідальний за кіберзалякування. Це не завадить їм використовувати інший обліковий запис або публічний простір, щоб продовжувати залякувати, але, як свідчить практика, сповільнить їх [4].

Трапляються випадки, коли дитина стала свідком кіберзалякування. У такому разі їй слід утриматися від участі в цьому і натомість шукати способи підтримати особу, яка стала мішенню. Дитина також має повідомити про те, що вона стала свідком кібербулінгу дорослим (батькам, учителям, директору школи тощо), особливо якщо вона знає, хто кібербулер. Дослідження свідчать, що найчастіше діти піддаються кібербулінгу з боку людей, яких вони знають зі школи чи кола спілкування. Таким чином, підтримка особи, яка стала мішенню, може допомогти запобігти майбутнім інцидентам кіберзалякування, особливо якщо воно не отримує бажаної реакції.

### **Висновки**

Отже, у вітчизняному правовому полі існує поняття «булінг», за прояви якого встановлено адміністративну відповідальність, проте немає визначення поняття «кібербулінг». Хоча у ст. 173-4 Кодексу України про адміністративні правопорушення йдеться про булінг «... у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій...». Причини та наслідки кібербулінгу можуть бути різними: погіршення академічної успішності, деструктивні стосунки з оточенням, погіршення здоров'я, агресивність, підозрілість, замкнутість, самопошкодження, суїцидальні спроби або суїцид.

Кібербулінг відбувається в інтернеті, але може перерости в так званий відкритий булінг, який є таким, що найбільш травмує особу, тобто, коли знущання продовжуються та мають пролонгований характер (тривають у часі) у закладі освіти шляхом поширення в соціальних мережах фото та іншої приватної інформації про жертву як правдивої, так і неправдивої. З точки зору психології кібербулінг – це агресивна поведінка особи, частіше підлітка, яка спрямована проти конкретної дитини засобами електронної комунікації.

Важливою є робота з жовтою особою, яка має певну роль у кібербулінгу, адже, наприклад, жертва в майбутньому сама може стати агресором. У цьому разі критичне мислення відіграє значну роль,

адже саме за рахунок нього можна навчитися оцінювати й аналізувати інформацію. Таким чином, особа стає більш обізнаною та має змогу протидіяти. Необхідно навчитися адекватно оцінювати ситуацію та вміти вчасно звернутися за допомогою, що дозволить вийти з цього кола.

**Список бібліографічних посилань:** 1. Головіна О. Булінг і безпека дітей в інтернеті. Що робити вчителям і батькам // НУШ. Нова українська школа : сайт. 03.08.2021. URL: <https://nus.org.ua/articles/buling-i-bezpeka-ditej-v-interneti-shho-robyty-vchytelyam-i-batkam/> (дата звернення: 17.11.2023). 2. Bottino S. M. B., Bottino C. M. C., Regina C. G., Correia A. V. L., Ribeiro W. S. Cyberbullying and adolescent mental health: Systematic review. *Cad. Saúde Pública*. 2015. No. 31 (3). Pp. 463–475. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311x00036114>. 3. Barragán Martín A. B., Molero Jurado M. d. M., Pérez-Fuentes M. d. C., Simón Márquez M. d. M., Martínez M. Á., Sisto M., Gázquez Linares J. J. Study of Cyberbullying among Adolescents in Recent Years: A Bibliometric Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021. No. 18. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph18063016>. 4. Gordon S. How to Prevent Cyberbullying // Verywell Family : сайт. 22.07.2022. URL: <https://www.verywellfamily.com/how-to-prevent-cyberbullying-5113808> (дата звернення: 17.11.2023).

Надійшла до редколегії 19.11.2023

Прийнята до опублікування 10.12.2023



## **Matsiuk O. L., Maslianikova I. V. Psychological and legal aspects of cyberbullying**

*Article is devoted to the psychological and legal aspects of cyberbullying. To achieve this goal, research methods were used. The following methods were used to study the problem of cyberbullying: theoretical method (analysis and systematization of scientific literature, scientific papers, professional publications), empirical method (content analysis, observation, survey), statistical method (using methods of mathematical statistics), content analysis (used in the normative analysis of the legal framework and analysis of social networks).*

*The research has shown that cyberbullying is an urgent problem not only in Ukraine but also in other countries. In our opinion, public policy should be aimed at combating various types of violence against children, and a protection system should be developed and implemented at different levels.*

*The article proposes measures aimed at counteracting and preventing cyberbullying (creating a healthy psychological environment, trainings and lectures on cyberbullying, fostering mutual respect, support, kindness and empathy; systematic sessions with a psychologist, etc.)*

*Increasing the use of the Internet has led to a growing number of cases of online harassment. One of the ways to solve the problem is to develop measures to prevent and combat cyberbullying. The authors conclude that cyberbullying is becoming increasingly common*

*and has a negative impact on a person's future. Cyberbullying is mostly about causing emotional harm, but it can escalate into open harassment, which usually includes physical intimidation and beatings.*

*The article states that parents, teachers/educators should be an example of tolerant behavior, organize various activities to bring them closer to students, be sure to work with a psychologist, involve children in various clubs/sections, creative work, where respect and goodwill will be promoted. The parents and others should also respond to all forms of violence and harassment against children.*

**Key words:** cruelty, violence, aggressive behaviour, cyberbullying, mental health damage, psychological support.

