

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

«Кібербулінг в інформаційному просторі: способи захисту та протидії (серія журналістських матеріалів)»
«Cyberbullying in the information space: methods of protection and countermeasures (a series of journalistic materials)»

Виконала: здобувачка заочної форми навчання

спеціальності 061 журналістика

Освітня програма «Журналістика»

Наумова Дар'я Владиславівна

Керівник PhD з журн., доц. Червінчук А. О. _____

(підпис)

Рецензент ст. викл. Азєєв С.В.

Рекомендовано до захисту:
Протокол засідання кафедри

№ ____ від ____ . ____ . 20__ р.

Завідувачка кафедри

(підпис)

(прізвище, ім'я)

Захищено на засіданні ЕК № ____
протокол № __ від ____ . ____ . 20__ р.

Оцінка ____ / ____ / ____
(за національною шкалою/шкалою ECTS/ бали)

Голова ЕК

(підпис)

(прізвище, ім'я)

ЗМІСТ

| | |
|---------------------------------------|----|
| ВСТУП..... | 3 |
| ОБҐРУНТУВАННЯ ПІДГОТОВКИ ПРОЄКТУ..... | 6 |
| ОПИС ПІДГОТОВКИ ПРОЄКТУ..... | 11 |
| ВИСНОВКИ..... | 13 |
| БІБЛІОГРАФІЯ..... | 15 |
| ДОДАТКИ (проект) | |

ВСТУП

Соціальне призначення журналістики – стояти на сторожі інтересів суспільства, постійно відстежуючи стан справ у соціальній дійсності та не залишатися осторонь ніяких важливих проблем. Особливо цінною є увага журналістики до тих проблем, що турбують незахищені верстви населення, які часто не можуть самотужки впоратися з життєвими труднощами, та проблем, що стають ознакою часу, перетворюються на негативний тренд. Це не що інше, як соціальна відповідальність масмедіа. Саме голос журналістів може стати тим чинником, що приверне увагу і громадськості, і влади, і відповідальних осіб, і благодійників до соціальних проблем. Також журналістика може стати дороговказом для самих потерпілих, адже поради журналістів, висвітлення вдали практик боротьби із соціальними негараздами, можуть бути дуже цінними і корисними.

Натомість, аби робота журналіста із соціальною проблематикою була якісно та дієвою, він повинен ретельно попрацювати над збиранням інформації та самостійно переконатися, що отримані ним дані є достовірними та необхідними для суспільства. Тоді журналістські твори вміщуватимуть бачення дійсності, яке, за В. Здоровогою, «не окреме абстрактне визначення, а конкретна сукупність, або точніше цілісність, яка охоплює об'єкт у всій повноті його властивостей і зв'язків, тобто у всій його об'єктивності» [2]. Журналісти не можуть претендувати на універсальність і всеохопність висновків та рекомендацій, але їхній погляд на життя суспільства має бути узагальненням фактів, коментуванням, оцінюванням і прогнозуванням, тобто складатися в цілісну картину життя соціуму, як його бачить цей журналіст.

Нерідко сучасна журналістика розвивається в тісному зв'язку з розвитком суспільних наук, а засоби масової інформації все частіше на сучасному етапі розвитку для вирішення своїх питань звертаються до наукової методики [5, 11]. Журналістам доводиться досить глибоко занурюватися в проблематику різних за

своєю будовою і процесами сфер життєдіяльності суспільства. Щоб адекватно осмислити життєві явища, журналіст постійно вдається до наукового аналізу, користується встановленими суспільними науками законами, положеннями, гіпотезами. Журналіст повинен швидко орієнтуватися в явищах дійсності, аби відчувати закономірності тих процесів, що мають місце.

Однією з проблем сьогодення є кібербулінг, – переслідування, цькування, зневажання, насильство по відношенню до незахищених і вразливих осіб чи соціальних груп, що розгортається в інформаційному просторі [6, 7, 8]. Цієї проблеми не знали попередні покоління, адже лише в умовах інформаційного суспільства з'явилися технічні можливості швидкого поширення інформації та вираження власних позицій і вражень. А ще саме в глобальному відкритому інформаційному світі XXI століття, коли досить різні особи і соціальні групи нарешті «зустрілися» в єдиному просторі всесвітньої мережі інтернету та побачили, наскільки ми відрізняємося один від одного, виникли умови для демонстрації свого неприйняття Іншого, що й породило в решті решт явище кібербулінгу. На наше переконання, проблема кібербулінгу є надзвичайно *актуальною* для сучасного світу, адже кожен з нас знаходиться в його зоні ризику: ми всі підключені до мережі інтернет, і ми всі потенційно можемо стати вразливим суб'єктом для кібератак. Саме для того, аби розібратися, що таке кібербулінг та як від нього захищатися, ми й вирішили присвятити цій темі свій кваліфікаційний проєкт.

Об'єкт нашого дослідження – соціокультурне явище кібербулінгу в сучасному інформаційному просторі, а *предмет* дослідження – способи захисту та протидії кібербулінгу, що застосовуються як продуктивні практики для боротьби з цим соціально-інформаційним злом.

Мета роботи – систематизувати уявлення кібербулінг як негативне явище сучасності та визначити ефективні практики протидії кібербулінгу, підготувавши до друку серію власних журналістських матеріалів.

У процесі дослідження ми поставили перед собою наступні *завдання*:

- дати загальну характеристику різновидам насильства та вказати місце серед них кібербулінгу;
- визначити специфіку кібербулінгу як форми насильства;
- описати вразливі з точки зору кібербулінгу верстви населення;
- визначити, як журналістика має працювати з тематикою насильства таворожнечі;
- провести спостереження щодо представленості теми кібербулінгу в інформаційному просторі, зокрема на професійних інформаційних платформах;
- написати серію журналістських матеріалів за темою дослідження.

Також вважаємо доречним констатувати, що сучасна журналістика, яка має усі можливості формувати громадську думку, впливаючи на суспільну практику і суспільну свідомість, повинна показувати, чим є та які наслідки може мати кібербулінг. Для цього варто уважніше придивитися до цього явища та не спрощувати проблему. В. Здоровега наголошує на тому, що людині притаманне сприйняття інформації через емоцію, а не рацію. Натомість журналіст повинен виокремлювати найважливіше з отриманого ним, аби забезпечити аудиторію не лише емоційною іжею, але й фактичною інформацією, яка дає можливість формувати чіткі уявлення про соціальні процеси. Для справжнього журналістського відображення дійсності характерні: «універсальність охоплення соціальних явищ, мозаїчність, різноплановість, різнозначність, тобто багатомірність, достовірність, документальність, періодичність оновлення в поєднанні з безперервністю відображення, динамізм, обумовлений прискоренням соціального часу та факторами НТР, включеність в систему історичного знання, опора на науковезнання» [2, 12-13].

Сформувавши уявлення про те, що саме ми маємо робити своєму кваліфікаційному дослідженні, можемо приступати до роботи над творчим проєктом.

ОБҐРУНТУВАННЯ ПІДГОТОВКИ ПРОЄКТУ

Почнемо роботу над нашим проєктом зі з'ясування того, що таке насильство в сучасному світі та як саме воно проявляється, на кого може бути спрямоване та у яких формах втілюється, адже для ефективної протидії злу варто його вміти бачити та ідентифікувати.

Основні різновиди насильства включають:

1. *Фізичне насильство*: нанесення тілесних ушкоджень або загрози такого роду. Сюди входять побої, побиття, штовхання, застосування зброї або інших предметів, здатних завдати шкоди.

2. *Психологічне насильство*: дії або слова, що спричиняють емоційний біль та стрес. Це може бути приниження, маніпуляції, залякування, погрози, контроль або ізоляція жертви.

3. *Сексуальне насильство*: будь-які небажані сексуальні дії або спроби таких дій, сексуальне домагання, зґвалтування, сексуальну експлуатацію та інцест.

4. *Економічне насильство*: контроль над фінансовими ресурсами жертви, заборона працювати або вчитися, викрадення грошей чи майна, примушення до виконання певної роботи без оплати.

5. *Цифрове (кібер) насильство*: використання технологій для залякування, приниження, переслідування або шантажування жертви. Це може бути кібербулінг, хакерські атаки, розповсюдження інтимних фотографій або відео без згоди.

6. *Домашнє насильство*: будь-який вид насильства, здійснюваного членами родини або партнерами. Це може бути фізичне, психологічне, сексуальне або економічне насильство, що відбувається в межах сім'ї або інтимних стосунків [13].

Важливо також визначитися з тим, як журналістика має працювати з тематикою насильства та ворожнечі.

Взаємодія ЗМІ і громадської думки в реальній практиці ЗМІ «виглядає як єдиний процес соціального управління. Розглядаючи усю систему ЗМІ, як важливий засіб впливу на свідомість масової аудиторії, треба враховувати, що реалізація основної внутрішньої суперечливості у діяльності преси, як компоненту інформаційно-комунікативних зв'язків, призводить до висновку, що саме ЗМІ є одночасно продуктом громадської думки й силою, яка їх формує» [10, 159]. Отже, ЗМІ і відображають суспільну свідомість, і творять її. Це означає, що журналістика може впливати та суспільні процеси, привертаючи увагу громадськості до тих негативних тенденцій, які їй вдалося помітити, на накреслюючи шляхи подолання таких проявів.

Коли предметом стає неупереджена, різнобічна, об'ємна сукупність подій, явищ, фактів, думок, суджень, а функцією журналістики – формування на цій основі об'єктивного бачення життя суспільства, визначення тенденцій розвитку, соціального прогнозування, то ми маємо справу з якісною, соціально-відповідальною журналістикою, що стала «четвертою владою» та має вплив як на масову аудиторію, так і на соціальні інститути суспільства [2, 3, 5, 10, 11].

Журналістика є дієвим засобом отримання інформації про життя соціуму та фактором формування суспільної свідомості. Журналістика відіграє ключову роль у висвітленні проблем тих, кого ображають, та у сприянні їхньому захисту. При цьому журналісти мають дотримуватися певних правил поведінки, аби опікуватися висвітленням проблем насильства та його протидії, адже тут не можна допускати етичних порушень, бо високий ризик нанести ще більші травми постраждалим. Варто наголосити на принципах журналістської діяльності у висвітленні проблем постраждалих, без яких не обходиться якісна журналістика [3].

1. *Етичність і повага.* Повага до гідності та приватності постраждалих осіб. Журналісти повинні уникати сенсаційних матеріалів та ретельно ставитися до деталей, що можуть ідентифікувати жертву без її згоди.

2. *Конфіденційність*. Забезпечення конфіденційності постраждалих, особливо у випадках сексуального насильства або домашнього насильства. Відсутність розголошення імен, адрес та інших особистих даних без згоди жертви.

3. *Чутливість до мови*. Використання коректної і чутливої мови, що не звинувачує жертву і не знецінює її досвід. Слід уникати термінів та виразів, що можуть бути образливими або стигматизуючими.

4. *Баланс і об'єктивність*. Подача інформації з усіх сторін, але з урахуванням захисту прав та інтересів постраждалих. Балансування між необхідністю інформувати громадськість і захистом постраждалих.

5. *Фактчекінг і достовірність*. Перевірка фактів і достовірності інформації перед публікацією. Журналісти мають уникати поширення неперевіреної інформації, чуток або необгрунтованих тверджень [3].

Загалом, журналістика має не лише висвітлювати факти насильства, але й активно сприяти вирішенню проблем постраждалих, забезпечуючи їм підтримку, поширюючи важливу інформацію і допомагаючи створити суспільство, яке не толерує насильство в будь-яких його проявах.

Журналістика, що присвячується темам насильства та протидії таким практикам, повинна співпрацювати з експертною спільнотою. Консультації з фахівцями з соціальних служб, психологами, юристами та іншими професіоналами для розуміння проблеми і надання коректної інформації. При проведенні інтерв'ю з постраждалими а це також входить в професійні завдання журналістів, слід забезпечити безпечне і комфортне середовище. Журналісти повинні бути уважними, слухати і не примушувати до відповідей на складні питання. Журналістика, що вирішила займатися профілактикою насильства в суспільстві, має створювати матеріали, що інформують громадськість про різні види насильства, їхні наслідки та способи отримання допомоги, сприяти підвищенню обізнаності та профілактики насильства.

Важливе значення для змін в ставленні громадськості до проблеми насильства відіграють позитивні історії. Розповіді про успішні історії подолання насильства, відновлення та реабілітації можуть надихнути і підтримати інших постраждалих, показуючи, що допомога і вихід з насильницьких ситуацій можливі. Не менш важливу роль відіграє довідкова інформація про те, як і де можна отримати поради чи захист. Журналісти мають публікувати інформацію про ресурси, гарячі лінії, притулки і організації, що надають допомогу постраждалим. Це може допомогти людям, які перебувають у складних ситуаціях, знайти необхідну підтримку.

Оскільки протидія насильству має бути загальною суспільною справою, то важливою задачею журналістики може бути залучення широкої громадськості до обговорення цієї тематики. Журналісти можуть сприяти організації громадських обговорень і заходів, спрямованих на боротьбу з насильством та підтримку постраждалих, як і інформаційному розголосу щодо освітніх програм, спрямованих на підвищення обізнаності про насильство та його наслідки, а також на розвиток навичок захисту прав людини.

Варто зупинитися також на особливостях кібербулінгу як форми насильства.

Кібербулінг – це форма цифрового насильства, яка включає в себе використання електронних комунікаційних технологій, таких як соціальні мережі, текстові повідомлення, електронна пошта і форуми, для здійснення загроз, образ, переслідувань або інших форм агресії або травми віртуальними способами [6, 7, 8].

Кібербулінг може стати проблемою для будь-кого, хто користується інтернетом та цифровими комунікаційними технологіями. Однак деякі групи осіб знаходяться в більшій зоні ризику через різні фактори.

До потенційних груп ризику кібербулінгу належать кілька соціальних груп населення.

Діти та підлітки. Молоді люди, особливо ті, які активно користуються соціальними мережами та месенджерами, часто стають жертвами кібербулінгу. Вони можуть бути більш уразливими через недостатню здатність до самоконтролю, бажання входити в соціальні групи та боязнь втратити соціальний статус.

Особи з відхиленнями. Люди з особливими потребами, фізичними або психічними відхиленнями, часто можуть стати об'єктом кібербулінгу через їхню відмінність від загальної норми.

Меншини. Люди з різних меншин, таких як етнічні меншини, сексуальні меншини або особи з різними гендерними ідентичностями, можуть бути жертвами кібербулінгу через дискримінаційні або образливі коментарі.

Особи зі слабкими соціальними навичками. Ті, хто має обмежений досвід взаємодії в онлайнсередовищі, можуть стати жертвами кібербулінгу через неправильне сприйняття ситуацій або неефективні методи вирішення конфліктів [6, 7, 8].

Загалом, кожна людина, яка використовує інтернет, може опинитися в зоні ризику кібербулінгу, і важливо підтримувати усвідомлення про цю проблему та навчати навичкам цифрової безпеки. Кібербулінг може приймати різні форми, включаючи погрози, вибухи гніву, образи, чутки, розповсюдження особистої інформації без дозволу, фальшиві повідомлення або знущання через соціальні мережі. Він може бути спрямованим проти будь-кого, від дітей та підлітків до дорослих. Кібербулінг може мати серйозні наслідки для жертв, такі як стрес, тривога, депресія, втрата самооцінки, самогубство або навіть фізичні травми. Це також може вплинути на навчання, професійний розвиток та загальний соціальний статус особи.

Протидія кібербулінгу включає усвідомлення ризиків цього явища, навчання цифрової грамотності, створення безпечних онлайн-середовищ і підтримку жертв. Також важливо вживати заходи до заборони кібербулінгу та покладати відповідальність на тих, хто вчиняє ці дії [1, 15].

ОПИС ПІДГОТОВКИ ПРОЄКТУ

Небезпек навколо нас завжди вистачало. Саме тому людина з давніх давен так уважно ставиться до негативних новин, – про це можуть свідчити про потенційні небезпеки та потребують пильної уваги. Серед усього розмаїття тривожних сигналів сучасності є також кібербулінг, небезпека інформаційного насильства, що стала можливою завдяки стрімкому розвитку інформаційно-комунікаційних технологій. Ми вважаємо, що це справжня, а не удавана соціально-психологічна проблема, з якою потенційно може зіткнутися кожен з нас, через що і виникає потреба обговорення цієї тематики у форматі журналістських творів. Саме тому ми й вирішили цьому питанню присвятити свій кваліфікаційний проєкт.

Про суттєвість кібербулінгу як проблеми свідчить її широке обговорення в інформаційному просторі, зокрема на медичних, юридичних та освітніх ресурсах: «Освіторія», «Освіторія. Дія» [1, 12], «Профспілка працівників освіти і науки України» [8], «Краса і здоров'я» [13], Unicef. Україна [6], Autism.ua [7], Юридична газета online [15] тощо. Тут кібербулінг описується задля ідентифікації та профілактики. Натомість, на наше переконання, в ЗМІ уваги цьому явищу не вистачає.

Ми не ставили перед собою мету нав'язати потенційній аудиторії якусь конкретну точку зору, однак і говорити про все і ні про що одночасно ми теж не хотіли. Наша мета полягала в тому, аби поширити інформацію про позитивні практики щодо протидії кібербулінгу, а також надати дієві поради щодо поведінки потерпілим від цього лиха та їхнім близьким.

Ми підготували до друку чотири власні публікації, аби досягти мети кваліфікаційного проєкту: ми написали два портретних нариси, один проблемний нарис та один огляд.

Перша публікація під навою «Кібербулінг зробив мене сильнішим і впевненішим у собі» – це портретний нарис (чи життєва історія) про підлітка, який потрапив під жорсткий, як йому здавалося, кібербулінг своїх

однокласників та завдяки фаховій допомозі шкільного психолога зміг впоратися зі стресом та депресивними настроями. Ми прагнули показати, що кібербулінг може сильно тиснути на людину, і тоді вона потребує допомоги фахівця, однак із цим насильством можна впоратись досить простими засобами та отримати щеплення від чужого ставлення до себе.

Друга публікація «Професійна активність як причина кібербулінгу» – це теж портретний нарис (чи життєва історія) про жінку, яка весело ставиться до своїх булерів та може пояснити, як їй вдається утримувати емоційну рівновагу. Цим матеріалом ми прагнули показати, що кібербулінг не такий страшний, як може здаватися, та з ним можна впоратись і обернути на свою користь, хоч у зоні ризику – усі успішні та працьовиті.

Третя публікація «Кібербулінг як проблема сучасної інтернет-реальності» – це проблемний нарис про загрози, що несе кібербулінг сучасній людині, яка все більше життя проводить в інтернеті. Тут звертається увага на причини поширення кібербулінгу та наслідки, які він може мати для потенційної жертви інформаційного насильства і самого кривдника. Ми хотіли, щоб несвідомих кібербулінгових атак стало менше, а булери знали, що вони потрапляють під юридичну відповідальність за свої дії.

Четверта публікація «Стратегії захисту, або Як допомогти дітям уникнути кібербулінгу» – це огляд кроків, які можуть вжити батьки, аби допомогти своїм дітям не стати жертвою кібербулінгу. Ми намагалися бути максимально зрозумілими у своїх порадах та пропонувати прості і конкретні способи поведінки, які можуть застосувати батьки у повсякденному житті.

Ми вважаємо, що журналісти не повинні стояти осторонь проблеми кібербулінгу, адже інформаційне суспільство робить усіх і кожного потенційною жертвою інформаційного нападу. А якщо це так, що й протистояти цьому злу ми мусимо всі разом.

ВИСНОВКИ

Проблема кібербулінгу є актуальною для сучасного світу, адже кожен з нас знаходиться в його зоні ризику: ми всі підключені до мережі інтернет, і ми всі потенційно можемо стати вразливим суб'єктом для кібератак. Саме для того, аби розібратися, що таке кібербулінг та як від нього захищатися, ми й вирішили присвятити цій темі свій кваліфікаційний проєкт.

Об'єктом нашого дослідження стало соціокультурне явище кібербулінгу в сучасному інформаційному просторі, а предметом – способи захисту та протидії кібербулінгу, що застосовуються як продуктивні практики для боротьби з цим соціально-інформаційним злом.

Мета роботи була сформульована так: систематизувати уявлення кібербулінг як негативне явище сучасності та визначити ефективні практики протидії кібербулінгу, підготувавши до друку серію власних журналістських матеріалів.

У процесі дослідження ми вирішили низку завдань: дали загальну характеристику різновидам насильства та вказати місце серед них кібербулінгу; визначили специфіку кібербулінгу як форми насильства; описали вразливі з точки зору кібербулінгу верстви населення; визначили, як журналістика має працювати з тематикою насильства та ворожнечі; провели спостереження щодо представленості теми кібербулінгу в інформаційному просторі, зокрема на професійних інформаційних платформах; написали серію журналістських матеріалів за темою дослідження.

Сформувавши уявлення про те, що саме ми маємо робити своєму кваліфікаційному дослідженні, ми приступили до роботи над творчим проєктом, в роботі над яким скористалися обговоренням проблеми кібербулінгу в інформаційному просторі, зокрема на медичних, юридичних та освітніх ресурсах, де він описується задля ідентифікації та профілактики.

Наша мета полягала в тому, аби поширити інформацію про позитивні практики щодо протидії кібербулінгу, а також надати дієві поради щодо поведінки потерпілим від цього лиха та їхнім близьким. Ми підготували до друку чотири власні публікації, аби досягти мети кваліфікаційного проєкту: ми написали два портретних нариси, один проблемний нарис та один огляд.

Ми прагнули показати, що кібербулінг може сильно тиснути на людину, і тоді вона потребує допомоги фахівця, однак із цим насильством можна впоратись досить простими засобами та отримати щеплення від чужого ставлення до себе. Ми хотіли довести, що кібербулінг не такий страшний, як може здаватися, та з ним можна впоратись і обернути на свою користь, хоч у зоні ризику – усі успішні та працьовиті. Ми хотіли, щоб несвідомих кібербулінгових атак стало менше, а булери знали, що вони потрапляють під юридичну відповідальність за свої дії. Ми намагалися бути максимально зрозумілими у своїх порадах та пропонувати прості і конкретні способи поведінки, які можуть застосувати батьки у повсякденному житті.

Ми вважаємо, що обрали вдалі жанрові форми для обговорення теми нашого дослідження та досягли поставленої в роботі мети.

БІБЛІОГРАФІЯ

1. Бути поруч: Основи психологічної підтримки тим, хто працює з дітьми. *Освіта. Дія*: вебсайт. URL: <https://osvita.diiia.gov.ua/courses/buty-poruch-kurs-z-osnov-psykholohichnoi-pidtrymky> (дата звернення: 15.04.2024).
2. Здоровега В. Теорія і методика журналістської творчості : навчальний посібник. Львів : ПАІС, 2000. 180 с.
3. Іванов В., Сердюк В. Журналістська етика : Підручник. Київ: Вища школа, 2006. 231 с.
4. Кастельс М. Інтернет-галактика. Міркування щодо Інтернету, бізнесу і суспільства. Київ : Ваклер, 2007. 304 с.
5. Квіт С. Масові комунікації. Київ : Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2008. 206 с.
6. Кібербулінг – що це та як це зупинити? *Unicef. Україна*: вебсайт. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/cyberbullying> (дата звернення: 15.04.2024).
7. Кібербулінг. Поради для дітей, батьків та вчителів. *Autism.ua*: вебсайт. URL: <https://autism.ua/publikatsii/46-korysna-informatsiia/698-kiberbulinh-porady-dlia-ditei-batkiv-ta-vchyteliv> (дата звернення: 15.04.2024).
8. Кібербулінг. *Профспілка працівників освіти і науки України*. 9 лютого. 2021. URL: <https://pon.org.ua/novyny/8512-kberbulng-scho-ce-ta-yak-se-zupiniti.html> (дата звернення: 15.05.2024).
9. Мак-Комбс М. Встановлення пріоритетів: масмедіа та громадська думка. Київ : К.І.С., 2007. 256 с.
10. Михайлин І. Журналістика як всесвіт: вибрані медіа дослідження. Харків : ХИФО, 2008. 512 с.
11. Партико З. Теорія масової інформації та комунікації : навч. посібник. Львів, 2008. 292 с.
12. Про кібербулінг для підлітків. Як протистояти булінгу в інтернеті. *Освіторія. Дія*: вебсайт. URL: <https://osvita.diiia.gov.ua/courses/cyberbullying> (дата звернення: 15.05.2024).

13. Психологічна травма – це... Поняття, причини, лікування та наслідки. *Publish Україна Здоров'я і краса*. 20 травня. 2021. URL: <https://publish.com.ua/zdorovia-i-krasa/psikhologichna-travma-tse-ponyattya-prichini-likuvannya-ta-naslidki.html> (дата звернення: 15.05.2024).

14. Штромайер Г. Політика і мас-медіа. Київ : Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2008. 258 с.

15. Що треба знати про кібербулінг: юридична консультація. *Юридична газета online*. 6 лютого. 2024. URL: <http://surl.li/uelwb> (дата звернення: 15.05.2024).

ДОДАТКИ

Додаток 1

«Кібербулінг зробив мене сильнішим і впевненішим у собі»

Наша історія про те, як образи та цькування не зламали, а зробили сильнішим того, проти кого були спрямовані. Ні, ми ні в якому разі не спонукаємо до цькування як способу загартовування характеру. Наша історія буде корисною перш за все для тих, хто саме зараз потерпає від образ і не знає, як з цим жити далі..

Івану – 16 років. Він старшокласник звичайної одеської загальноосвітньої школи. Його веселе, комфортне, наповнене підліткове життя змінило одне відео, викладене ним самим на YouTube. Справа в тому, що одного звичайногдня Іван спробував заявити про себе як про творчу особистість та створив відео, де демонструє рівень свого музичного виконавського мистецтва. Це був сміливий крок навіть на думку самого хлопця, аде він не має музичної освіти. Проте, Іван вирішив піти на цей ризик, аби підбадьорити себе та спонукати до активніших занять музикою. У глибині душі, як стверджує підліток, він сподівався, що знайомі, і перш за все однокласники, будуть здивовані його захопленням та це додасть йому ваг в очах однолітків, адже ніхто з них не знав про музичні спроби Івана. Та все пішло геть за іншим сценарієм.

Однокласники та знайомі підлітка вирішили, що відео було недолугим і недостойним оприлюднення та почали відверто глузувати над ним в соцмережах. Спочатку це були образливі коментарі під відео, де хлопця висміювали і принижували, давали жорсткі оцінки його музичним здібностям, висловлювали різкі судження про нього як особистість, що вирішила поставити себе вище за інших. Далі з'явилися меми з Іваном-музикантом, які стали поширюватися в соцмережах, вони були жорстокими і цинічними. Поступово кібербулінг спровокував поширення чуток, фальшивих історій про Івана, які гуляли у школі та обговорювалися в інтернеті.

Дуже швидко Іван пожалкував про свою сміливість, адже відчув приниження і сором, а його самооцінка з високої зійшла нанівець через негативні коментарі. Скоро він почав помічати розмови за своєю спиною, глузливі посмішки та постійну жартівливу увагу шкільної спільноти. Іван вирішив, що має піти на самоізоляцію та почав уникати спілкування у соціальних мережах та звів до ділового формату стосунки з однокласниками. Постійне емоційне пригнічення призвело до того, що хлопцеві стало важко зосереджуватися на навчанні, а успішність почала погіршуватися. Фактично Іван впав у депресію і втратив інтерес до музики...

На ситуацію з Іваном звернула увагу шкільний психолог, бо помітила підвищений інтерес до цього підлітка. Вона переглянула коментарі в соціальних мережах та проаналізувала психологічні чинники цієї кібербулінгової акції. Далі фахівець з душевного здоров'я і емоційної рівноваги провела кілька ненав'язливих розмов і зрозуміла, що відбулося. Розуміння ситуації сформувало уявлення про те, як діяти далі, аби нейтралізувати негатив.

Психолог запросила на бесіду батьків Івана та попросила підтримати його в цей непростий період, а ще дала пораду не зварити підлітка за низькі успіхи в навчанні, адже спочатку треба зосередитись на стабілізації його психологічного стану. Далі вона провела кілька розлогіх розмов з Іваном та пояснила йому причини зухвалої поведінки молоді. Зокрема психолог переконала хлопця у тому, що деякі однокласники з числа лідерів спільноти заздять Івану через його сміливість та музичний талант, тому й ініціювала ці жорстокі жарти. Інші підлітки з числа пасивних членів спільноти приєдналися до кібербулінгу, щоб відчувати себе частиною більшості та мати підтримку лідерів, продемонструвавши конформізм та відсутність емпатії. Вона також пояснила, що відчуття анонімності надало сміливості булерам, які не боялися наслідків своїх дій. Паралельно вона показала відео з музичним виконанням Івана своєму братові, професійному музиканту, який погодився

проконсультувати підлітка щодо розвитку його творчих здібностей та підвищити його самооцінку.

Усі ці заходи не одразу, але дали свої результати. Іван почав брати уроки професійної гри на гітарі, поступово вирівнюючи свою самооцінку. Батьки з розумінням ставилися до сина та хвалили його за будь-які навіть мінімальні досягнення в навчанні. Хлопець також скористався порадою психолога та не вступав у відкриту конфронтацію з однокласниками, тож поступово вони втратили до нього свій негативний інтерес. Ситуація поступово почала налагоджуватись, радість знову повернулася до хлопця, а він зрозумів, що не має права псувати собі життя через чийсь негативні уявлення про себе. Через рік Іван закінчує школу і дуже хоче виступити з музичною композицією перед своєю шкільною спільнотою під час випускних заходів та впевнений, що йому це вдасться зробити. Він вже не боїться реакцій однолітків, але працює над своєю виконавською майстерністю. Ми впевнені, що у нього все вийде!..

Кібербулінг може мати серйозні наслідки для психічного здоров'я і соціального життя молодих людей. Однак за допомогою підтримки родини, друзів, професіоналів і спокійних виважених дій того, хто піддається атакам, кібербулінг можна успішно подолати.

Цькування – це дуже неприємно, образливо і жорстоко, але часто воно триває в інформаційному просторі не так довго та не має такого принципового значення для булера. Масштаби кібербулінгу зростають перш за все в уявленнях жертви цього насилля, але не варто відчувати себе жертвою, варто долати цю проблему.

Дар'я Наумова

Додаток 2

Професійна активність як причина кібербулінгу

До вашої уваги історія кібербулінгу, який надає сил та веселить «жертву» насилля в інформаційному просторі.

Олені 32 роки, вона модна, активна сучасна жінка, що працює маркетологом у досить крупній торгівельній компанії (ми спеціально не називаємо конкретне місце роботи нашої героїні, аби не бути звинуваченими у просуванні компанії, та й зрештою не має принципового значення ця інформація для історії, яку ми хочемо розповісти). Олена завжди прагнула бути діловою жінкою, самостійно утримувати себе та своїх батьків, не покладаючись за чоловіків, тому здобула економічну освіту і поступово знайшла свою професійну нішу для самореалізації у сфері маркетингу. Ця робота вимагає від Олени постійного саморозвитку та опановування нових знань, а для цього наша героїня активно спілкується з колегами, відвідує професійні заходи, форуми, витрачає зусилля і час на тренінги та підвищення кваліфікації. Олена поважає себе за сумлінне ставлення до роботи, тому із задоволенням ділиться здобутками в інформаційному просторі, активно веде професійний блог і сторінки в соціальних мережах. Маючи відкриту натуру, вона охоче ділиться своїми думками про актуальні маркетингові стратегії, висловлює ставлення до подій в індустрії продажів, розповідає про особисті досягнення, через що багато підписників у соціальних мережах та є популярною особою у професійному середовищі.

Активність Олени в інформаційному просторі стала підставою для нападів на жінку. Образливі коментарі, анонімні негативні відгуки, хакерські атаки – усе це добре відоме Олені. Під її постами в соціальних мережах образливі коментарі з'являються тим частіше, чим активніше вона розповідає про свої досягнення. Олену часто-густо звинувачують у некомпетентності, нівелюють її професійні досягнення, ображають за особисті якості. На думку героїні, це

пояснюється заздрістю окремих психічно нестабільних осіб до успіхів інших людей, які дратують своїми здобутками. Вона не схвалює таку поведінку, але не ображається на неї. Не отримують негативних коментарів ті, то нічого не досягають, – впевнена Олена. Тож негатив для неї лише показник її руху вперед.

Небезпечним проявом кібербулінгу з того, що відчула на собі, Олена називає хакерські атаки. На початку активності жінки в інформаційному просторі булери зламали акаунти Олени в соціальних мережах та від імені Олени почали поширювати інформацію, яка мала нанести шкоду професійній репутації маркетологині, аби внести негатив у важливі професійні стосунки та змусити її припинити блогерську діяльність або перешкодити збільшенню аудиторії. Проте, це не була якась системна хакерська робота, тому Олена швидко впоралась із цими негараздами, про що розповідає зі сміхом, критикуючи себе за наївність.

Негативні відгуки та фальшиві акаунти не мали і не мають зараз серйозного впливу на професійну репутацію Олени, адже вона продовжує демонструвати свою обізнаність та постійне підвищення компетентності, чим і ділиться зі своїми шанувальниками. Натомість Олена розуміє, що негативні коментарі можуть наносити психологічну травму, тому радить боротися з цим радикально – рухатись вперед, не зупиняючись на шляху свого професійного зростання. Якщо ти будеш поважати і цінувати себе як професіонал, тебе не буде травмувати образливий коментар нестриманої людини, адже, зрозуміло, що справжній фахівець не висловлює критику в такий спосіб, тож і зважати на це не має сенсу, – констатує Олена. Ні в якому разі не можна вступати в «дискусію» з хейтерами і намагатися їм щось доводити, це лише розпалює конфлікт та «надихає» булерів. Для них варто використовувати лише повний ігнор, – радить Олена.

Якщо ти чітко розумієш, ким ти є як професіонал та готовий до самовдосконалення, кібербулінг у варіанті негативних коментарів та безпідставних звинувачень у некомпетентності не може бути для тебе

підставою для зміни власних планів чи звернення зі свого шляху. Це нам доводить історія Олени, яка надихається своїми булерами. Однак, кібербулінг може мати й інші форми прояву, більш небезпечні. Булери можуть залишати негативні відгуки на професійних платформах, таких як LinkedIn, Glassdoor та інших сайтах з відгуками про роботу, де може міститися неправдива інформація про професійні здібності особи. На професійних форумах і в спільнотах можуть з'являтися теми, де будуть спеціально обговорювати особу в негативному ключі, поширювати про неї чутки та наклепи. За таких обставин варто захистити свої акаунти, видалити фальшивки, обмежити доступ до своїх профілів, відкрито повідомити про інформаційні атаки професійну спільноту, а також проконсультуватися у юриста про перспективи офіційного розслідування злочинів та притягнення булерів до відповідальності. У цьому випадку варто зберігати скріншоти образливих коментарів, фальшивих відгуків, акаунтів та інших доказів кібербулінгу. Це може бути важливим доказом для офіційного розслідування.

Кібербулінг не варто терпіти. Якщо вдається ігнорувати – прекрасно, якщо ні, – його треба або зробити своєю сильною стороною або зупинити в законний спосіб.

Дар'я Наумова

Додаток 3

Кібербулінг як проблема сучасної інтернет-реальності

У сучасній цифровій ері кібербулінг став серйозною проблемою, що підстерігає нас щодня. Це шкідливе і неприємне явище відображає темний бік суспільства, де віртуальна агресія та дистанційна інформаційна наруга над іншими легко знаходить своїх жертв. Але що саме спонукає до появи кібербулінгу та які можуть бути його наслідки?

Перш за все, кібербулінг часто виникає через анонімність та віддаленість, які забезпечує інтернет-середовище. Коли люди відчують відсутність особистої відповідальності, вони значно легше вдаються до демонстрації власної агресії та негативних думок. Соціальні мережі створюють ідеальну платформу для поширення образ, бо вони забезпечують широкий доступ до уваги аудиторії та можливість анонімного коментування.

Ще однією підставою для неконтрольованого і часто спонтанного кібербулінгу є зниження рівня емпатії, до якої нас також привчає інформаційне суспільство. Ми спілкуємося за допомогою технічних засобів та часто не звертаємо увагу на психологічні реакції нашого партнера по комунікації, бо він далеко, ми його мало знаємо і взагалі він нас мало цікавить... Брак співчуття та поваги до інших сприяє поширенню кібербулінгу. Зануреність у віртуальний світ призводить до втрати зв'язку з реальністю та розгулу неконтрольованих емоцій, які кудись треба виплескувати. Декого на кібербулінг може штовхати відчуття заздрості до більш успішного колеги, молодшої жінки, красивішого життя тощо. Дехто не може стримувати себе, коли стикається з іншими поглядами на життя, іншими цінностями, більш прогресивними чи консервативними, що виливається в ненависть, бажання заперечити чи знищити опонента. Хтось вдається до насильницьких дій через емоційну нестабільність та неспроможність триматися в руках, особисту неприязнь до всього живого та активного.

Наслідки кібербулінгу можуть бути серйозними та довготривалими. Для жертв цього виду наруги психологічні наслідки можуть включати стрес, депресію, тривогу та низьку самооцінку. Крім того, кібербулінг може призвести до соціальної ізоляції та втрати довіри до інших людей. Також кібербулінг може мати серйозні наслідки для стабільного самопочуття жертв. Часті напади можуть призвести до втрати інтересу до навчання, зниження досягнень в роботі та навіть до саморуйнівних дій.

Кібербулінг – це проблема, яка потребує уваги та відповідальності кожного з нас. Ефективна боротьба з цим явищем – це просвітництво перш за все. Просвітництво когось зупинить від негативних коментарів, адже людина буде розуміти, яку травму може нанести її необережне висловлювання. Просвітництво когось змусить рахуватись із перспективами кримінальної відповідальності за систематичні знущання над тим, хто може виявитися обізнаним зі своїми правами та знайде якісного юриста і захистить себе. Просвітництво пояснить комусь, що реагувати на кібербулінг та доводити себедо психологічного зриву не має сенсу, варто звернутися за допомогою до професійного психолога, якщо власних сил на емоційний захист не вистачає. Просвітництвом ми можемо створити безпечний інформаційний світ, в якому нема місця насильству і ворожнечі.

Дар'я Наумова

Додаток 4

Стратегії захисту, або Як допомогти дітям уникнути кібербулінгу

У світі, де віртуальна реальність тісно переплітається з реальним життям, безпека дітей в інтернет-середовищі стає найважливішим завданням для батьків та вихователів. Кібербулінг – це серйозна загроза, яка може залишити негативний відбиток на психологічному здоров'ї та повноцінному розвитку дитини. Але яким чином можна допомогти дітям уникнути цієї небезпеки? Ми не будемо говорити про очевидні речі та надавати абстрактні поради, ми хочемо, щоб наш матеріал був дійсно корисним для використання в повсякденному житті, тому пропонуємо вам кілька дієвих і простих рекомендацій для захисту дітей від кібербулінгу.

1. Знання як інструмент захисту.

Перш за все, важливо забезпечити дітей знаннями про кібербулінг. Варто не приховувати від дітей те, що в інтернеті вони можуть зіткнутися з небезпекою. Варто також показати приклади кібербулінгу та навчити дітей розрізняти його прояви.

2. Емоційний розвиток як захисний механізм.

Посилення емоційної стійкості дитини допомагає запобігти кібербулінгу. Варто вчити дітей розпізнавати свої емоції, керувати ними та проявляти емпатію. На це треба витратити значну кількість часу та постійно хвалити дітей за успіхи в опануванні себе.

3. Стосунки з батьками як захисний щит.

Варто досягти впевненості у тому, що діти вам довіряють та завжди готові звернутися до вас за допомогою у разі виникнення неприємностей. Прекрасно, якщо вдається створити вдома відкрите середовище підтримки і довіри, де має місце обговорення проблем та спільне вирішення усіх складних ситуацій.

4. Критичне мислення як важлива навичка.

Варто вчити дітей критично ставитися до інформації, яку вони зустрічають в інтернеті, та підкреслювати важливість перевірки витоків інформації, розрізнення достовірних і анонімних джерел.

5. Позитивне інтернет-середовище – не вигадка.

Варто допомогти дітям побудувати позитивні, приязні взаємини в інтернет-середовищі, що базуються на відповідальній комунікації та повазі інших відвідувачів всесвітньої павутини. Зусилля кожного щодо поширення поваги та толерантності як способів поведінки у віртуальному світі зроблять кіберпростір безпечним місцем для всіх.

Дар'я Наумова