*Агрессивное поведение детей в киберпространстве сегодня встречается не реже, чем на улице или в школе. Чем опасна травля в интернете и как родители могут помочь своему подростку?*

Агрессивность подростков предопределена физиологией взросления, особенностями их психоэмоциональной сферы. Основная задача подросткового возраста — становление личности и активная социализация. В общении со сверстниками у подростка формируются навыки социального взаимодействия. Возможности коммуникации и общения в современном обществе исключительно широки благодаря развитию информационных технологий и интернета. Именно в интернете, точнее в социальных сетях, происходит основное общение современных школьников.

**Опасности интернет-взаимодействия**

Пространство социальных сетей для подростка — это свобода от опеки взрослых, возможность собственной активности, желание выбирать содержание и форму общения и одновременно опасная территория. Подростки сталкиваются с проявлениями агрессии и учатся на нее реагировать.

Угрозы, оскорбления, домогательства в сети называются кибербуллингом. Причем гораздо чаще встречаются не целенаправленные длительные действия, а спонтанные ситуативные агрессивные высказывания.

**Сетевые формы агрессивного поведения**

Подобная спонтанная агрессия встречается в сетях повсеместно. Формы агрессивного поведения в интернете разнообразны: например, троллинг (социальная провокация, издевательство, эпатаж) или хейтерство (ненавистничество, склочничество). Все это создает особый агрессивный фон сетевого общения.

Согласно [опросу](http://psyjournals.ru/files/98683/pse_2019_n2_Sobkin_Fedotova.pdf), проведенному Институтом управления образованием РАО, агрессию со стороны других пользователей приходилось переживать практически каждому третьему подростку (31,1%). Пятая часть (21,1%) указывает, что они были свидетелями агрессии в отношении других пользователей. Признали, что сами выступали в роли агрессора в отношении других пользователей, 6% опрошенных. Более трети подростков (36,1%) отметили, что они никогда не сталкивались с агрессией в социальных сетях.

**Главные угрозы глазами подростков**

Наибольшая угроза в Сети, по мнению подростков, — мошенничество. На втором месте — навязчивая реклама, что также можно рассматривать как угрозу, связанную с использованием техник манипуляции поведением. Другие варианты агрессии — непосредственное воздействие на личность: оскорбления, шантаж, сексуальные домогательства, оглашение личной информации, зависимость, преследования в реальной жизни со стороны виртуальных знакомых.

Все это говорит о том, что подростки воспринимают пространство социального взаимодействия в сети как весьма опасное. В целом возникает парадоксальная ситуация: с одной стороны, у подростков существует явная потребность в сетевом общении (более [90% современных подростков](http://psyjournals.ru/psyedu/2019/n2/Sobkin_Fedotova.shtml) с разной степенью интенсивности общаются в социальных сетях), а с другой, они воспринимают сеть как среду, где с высокой степенью вероятности можно столкнуться с угрозами, касающимися их экономической, социальной и личностной безопасности.

**Риск сексуальных домогательств**

На отношение подростков к возможности подвергнуться различным видам агрессии в социальных сетях влияют и другие факторы. Подростки, которые стремятся привлечь внимание посторонних к своей странице, чаще ожидают домогательств в Сети. У них амбивалентное поведение: с одной стороны, ими движет желание подчеркнуть свою привлекательность, вызвать к себе интерес, с другой, страх перед чрезмерным интересом к себе, что может привести к сексуальной агрессии. Чем активнее подросток проявляет свои лидерские качества в реальной жизни и в виртуальном пространстве, тем выше риск стать жертвой сексуальных домогательств.

**Преследователь, наблюдатель и жертва**

Какие особенности личности или жизненные обстоятельства приводят к тому, что ребенок или подросток становятся преследователем или жертвой кибербуллинга? «Есть одна особенность, которая сильно отличает буллинг от кибербуллинга, особенно подросткового, — [комментирует](http://detionline.com/assets/files/journal/16/16.pdf) ситуацию руководитель отдела медицинской психологии НЦ психического здоровья РАМН Сергей Ениколопов. — В реальной жизни очень редки случаи превращения жертвы в буллера. В интернете это происходит легко.

Так, если в реальной жизни преследователь — это, скорее всего, лидер, главный местный хулиган, то в кибербуллинге в ряды преследователей прибавляются дети одинокие, ущемленные, с низкой самооценкой. Анонимность дает возможность «слабакам» реализовать то, что они не могут сделать в реальной жизни.

Исследование кибербуллинга — это также исследование таких общечеловеческих проблем, как зависть, обида, манипулирование, управляемый гнев. С этими же проявлениями мы сталкиваемся и в офлайн-буллинге».

Иными словами, в ролях преследователя и жертвы может оказаться один и тот же человек. В одной структуре подросток может быть жертвой, а по отношению к более слабым выступить в роли буллера.

Но есть еще одна группа участников буллинга — наблюдатели. Эту группу практически никто не изучает, а ведь наблюдатели тоже подвергаются агрессивному воздействию, как свидетели критических ситуаций, так что у них может возникнуть посттравматический синдром. Одни наблюдатели так и останутся наблюдателями, а другие сами могут в дальнейшем стать агрессорами.

**Последствия травмы**

Раньше о том, что над кем-то издеваются, знал ограниченный круг людей — класс, школа, двор. Сегодня об этом может узнать весь мир.

Жертва кибербуллинга находится в более уязвимом положении, чем жертва обычного буллинга. И если в ситуации реальной травли, например, в школе, можно привести кого-то на помощь, то в интернете это сделать практически невозможно.

«У жертвы кибербуллинга будут проявляться посттравматические симптомы, социофобические черты, гелотофобия — страх быть осмеянным», — предупреждает Сергей Ениколопов.

Еще одна особенность: в случае травли в интернете, в отличие от ситуации буллинга в школе, чаще всего присутствует сексуальный подтекст. В среде подростков обычным явлением стал секстинг — преследователь может выложить деликатное фото подростка на всеобщее обозрение. Подобные действия могут очень серьезно повлиять на психику ребенка вплоть до попыток суицида. Необдуманные и, казалось бы, невинные шалости могут привести к ситуации, в которой ребенок просто не видит выхода, не знает, как пережить публичное осмеяние и позор.

**Пять стратегий для родителей**

Внимание родителей и их участие в жизни ребенка помогают справиться со многими проблемами, если, конечно, родители готовы взять на себя часть ответственности за виртуальные связи своего сына или дочери. Таких родителей пока меньшинство. В ходе [исследования](https://publications.hse.ru/books/102895194) «Цифровая компетентность российских подростков и родителей» более половины родителей ответили, что безопасностью в интернете должны заниматься школа, государство или интернет-индустрия.

То, что дети все знают и умеют в цифровом мире, — это миф. Дети и подростки не должны быть полностью предоставлены сами себе, потому что они часто нуждаются в помощи взрослых. В чем их могут поддержать родители?

Исследование [EU Kids Online](https://lsedesignunit.com/EUKidsOnline/html5/index.html?page=1&noflash) выявило [пять основных стратегий](http://detionline.com/assets/files/journal/16/16.pdf), которые могут использовать родители, чтобы помочь ребенку избегать интернет-рисков, особенно в начале своего знакомства с интернетом.

1. Активная медиация — ребенок пользуется интернетом в присутствии родителя, который ему помогает.

2. Активная медиация безопасности ребенка в интернете — родитель знакомит ребенка с правилами безопасности и поведения в Сети.

3. Ограничивающая медиация — родитель создает правила и ограничения использования интернета.

4. Мониторинг сайтов, контактов, профилей ребенка.

5. Техническое ограничение — использование специальных программ, которые позволяют блокировать и фильтровать ресурсы, отслеживать посещенные сайты или устанавливать ограничения на время пользования.

Родительская медиация, то есть посредничество, и регуляция онлайн-активности детей — это один из важных факторов, определяющий отношение и поведение подростков в Сети, сферу их интересов и деятельности, предупреждающий или смягчающий столкновение с онлайн-рисками.

Современные родители за последние годы продвинулись в освоении и использовании интернета, однако дети продолжают оставаться уязвимыми в онлайн-пространстве. Это говорит о недостаточном развитии цифровой компетентности как родителей, так и детей. Цифровой разрыв между поколениями сохраняется, но родители все более адекватно воспринимают изменение баланса между традиционной и цифровой информацией в современном мире.

Многие родители начинают приобщаться к регуляции онлайн-деятельности своих детей и активно применять стратегии родительского участия.

В первую очередь это различные формы контроля и совместное использование интернета. Такие меры прекрасно подходят для профилактики столкновений с онлайн-рисками и умения справляться с ними.

Родителям рекомендуется уделять внимание повышению уровня собственной цифровой компетентности для сокращения цифрового разрыва между поколениями и мотивировать своих детей к ответственному использованию киберпространства. При этом родителям не следует скрывать от детей технические средства контроля и регуляции детской онлайн-активности; более грамотный путь — обсуждать с детьми эффективность различных способов защиты персональных данных в интернете и обмениваться опытом использования различных настроек конфиденциальности.