

СЕКЦИЯ
«ПСИХОЛОГИЯ»

**РОЛЬ СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЕЙ И МОБИЛЬНЫХ ПРИЛОЖЕНИЙ
В ПРОФИЛАКТИКЕ И БОРЬБЕ С КИБЕРБУЛЛИНГОМ**

Гайнуллина Зулейха Камилевна

*магистрант,
кафедра педагогики,
Казанский федеральный университет,
РФ, г. Казань
E-mail: zuleykha.00@mail.ru*

Костюнина Надежда Юрьевна

*канд. пед. наук, доц.,
Казанский федеральный университет,
РФ, г. Казань*

**THE ROLE OF SOCIAL MEDIA AND MOBILE APPS IN PREVENTING
AND COMBATING CYBERBULLYING**

Gainullina Zuleikha Kamilevna

*Student,
Department of Pedagogy,
Kazan Federal University,
Russia, Kazan*

Kostyunina Nadezhda Yurievna

*candidate of Pedagogical Sciences,
associate professor,
Kazan Federal University,
Russia, Kazan*

АННОТАЦИЯ

В статье рассматривается роль социальных сетей и мобильных приложений в профилактике и борьбе с кибербуллинг. Раскрываются причины и формы онлайн-травли, а также влияние цифровой среды на подростков. Особое внимание уделено мерам по развитию цифровой грамотности, повышению культуры общения и созданию безопасного интернет-пространства.

ABSTRACT

The article examines the role of social networks and mobile applications in preventing and combating cyberbullying. It highlights the causes and forms of online harassment and the influence of the digital environment on adolescents. Special attention is given to measures for improving digital literacy and ensuring online safety.

Ключевые слова: кибербуллинг; социальные сети; мобильные приложения; цифровая грамотность; профилактика; психологическая безопасность.

Keywords: cyberbullying; social networks; mobile applications; digital literacy; prevention; psychological safety.

Развитие цифровых технологий коренным образом изменило характер человеческого общения. Сегодня существенная часть коммуникаций осуществляется онлайн, через социальные сети, мессенджеры и мобильные приложения. Данные инструменты позволяют человеку быть на связи с другими, получать информацию, делиться мнениями и формировать собственный медиаконтент. Однако наряду с очевидными преимуществами, виртуальное пространство породило и новые формы насилия – одной из наиболее опасных стала травля в сети, или кибербуллинг. По данным исследований, около 60 % пользователей социальных сетей хотя бы раз сталкивались с проявлениями агрессии в интернете [3, с.306]. Наиболее уязвимой категорией являются подростки, поскольку именно они проводят в сети большую часть свободного времени и находятся в процессе становления личности. Подобные атаки способны нанести глубокую психологическую травму, вызвать тревожность, депрессию, чувство изоляции, а в крайних случаях привести к суицидальным мыслям. Поэтому профилактика и борьба с кибербуллингом становятся важнейшей задачей как для государства, так и для образовательных учреждений, социальных служб и технологических компаний.

Современные социальные сети – это виртуальные сообщества, в которых формируются взгляды, убеждения и модели поведения пользователей. Они создают пространство социализации, но вместе с тем – и зону повышенных рисков.

Анонимность и кажущаяся безнаказанность в цифровой среде способствуют проявлению агрессии и унижению других пользователей.

Проблема кибербуллинга особенно актуальна для предотвращения его в подростковой среде. Потребность быть замеченным и принятым побуждает подростков активно взаимодействовать в сети Интернет. Количество «лайков», подписчиков или комментариев становится своеобразным показателем значимости, а их отсутствие нередко воспринимается как личная неудача или отвержение. Такая зависимость от внешней оценки создаёт благоприятную почву для манипуляций и психологической травли. Нередко агрессор стремится самоутвердиться за счёт унижения других. Саркастические комментарии, высмеивание внешности, публикация личных данных, аутинг (*раскрытие частной информации без согласия*) или бойкот – лишь часть типичных форм онлайн-травли. Мобильные приложения и социальные платформы с возможностью мгновенной публикации контента ускоряют распространение негативных сообщений, делая травлю публичной и трудно контролируемой. [1, с. 177].

Особую опасность представляет то, что кибербуллинг имеет постоянный характер: сообщение или фотография остаются в сети надолго, и жертва не может просто «уйти» из ситуации, как это возможно при обычных межличностных конфликтах. Несмотря на риски, именно цифровые технологии сегодня становятся одним из самых эффективных средств профилактики кибербуллинга. На базе популярных платформ разрабатываются просветительские и психологические программы, которые помогают формировать культуру ответственного поведения в сети.

Так, мобильные приложения типа «CyberHelp», «StopBullying», «YouSafe» и другие позволяют пользователям сообщать о случаях онлайн-травли, получать консультации специалистов, сохранять доказательства переписки и при необходимости направлять обращения в администрацию платформы или правоохранительные органы. Некоторые из них интегрируют функции анонимной поддержки: подросток может поделиться переживаниями, не опасаясь осуждения.

Многие соцсети – в частности, ВКонтакте, TikTok, Telegram – внедряют встроенные инструменты защиты пользователей: автоматическое выявление оскорблений с помощью нейросетей, возможность ограничить комментарии, жалобы на травлю и угрозы, а также временную блокировку агрессивных аккаунтов. Такая политика цифровой безопасности становится частью общей стратегии компаний по созданию благоприятной коммуникационной среды.

Одним из приоритетных направлений превенции кибербуллинга является формирование у подростков навыков безопасного и этичного поведения в цифровом пространстве [2]. Эффективными оказываются интерактивные формы обучения: тренинги, игровые задания, дискуссии, моделирующие реальные ситуации. Такие занятия позволяют осознать, каково быть в роли жертвы или наблюдателя травли, а также развивают эмпатию и осознанность сложных ситуаций и методы выхода из них.

Важным элементом профилактики является работа с родителями. Часто взрослые недооценивают влияние интернета на детей или не знают, как реагировать на тревожные сигналы. Поэтому родителям необходимо разъяснять признаки кибербуллинга: внезапное изменение настроения ребёнка, отказ от общения, нежелание пользоваться телефоном или выходить в сеть, удаление страниц в соцсетях. Совместное обсуждение происходящего и поддержка со стороны семьи позволяют снизить риск развития тяжёлых психологических последствий. Отдельного внимания заслуживает участие в решении проблемы психологов и педагогов в образовательных учреждениях. Они проводят профилактические беседы по профилактике виктимного поведения, разрабатывают рекомендации для учащихся и родителей, используют возможности школьных мобильных приложений и сайтов для информирования о безопасном поведении в онлайн-пространстве. Наряду с функцией информирования, социальные сети всё чаще становятся пространством поддержки и взаимопомощи. В них создаются сообщества, где пользователи делятся опытом преодоления травли, рассказывают свои истории, дают советы, куда подростки обращаться за профессиональной помощью. Психологи

и волонтеры ведут тематические блоги и онлайн-консультации, помогая людям справляться с тревогой и стрессом.

Кибербуллинг – самое острое проявление деструктивного поведения личности в цифровую эпоху. Его распространение напрямую связано с развитием социальных сетей и мобильных приложений, которые одновременно служат и площадкой для агрессии, и мощным инструментом её преодоления.

Решение проблемы требует комплексного подхода, включающего просвещение, развитие цифровой грамотности, психологическую поддержку и совершенствование правовых механизмов защиты. Социальные сети и мобильные сервисы могут стать ключевыми партнерами государства и образовательных учреждений в борьбе с онлайн-травлей, если их потенциал будет направлен на формирование культуры уважительного общения и взаимопомощи в цифровом пространстве.

Список литературы:

1. Бочавер, А.А. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий / А. А. Бочавер, К. Д. Хломов // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2023. – Т. 11, № 3. – С. 177–191.
2. Вихман, А.А. Традиционные и цифровые возможности профилактики кибербуллинга // Вестник Мининского университета. – 2021. – Т. 9, № 4. [электронный ресурс] – Режим доступа. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/traditsionnye-i-tsifrovye-vozmozhnosti-profilaktiki-kiberbullinga> (дата обращения: 18.10.2025).
3. Хрусталева, А.А. Кибербуллинг: профилактика и меры борьбы в цифровую эпоху / А.А. Хрусталева, Б.А. Горбатова. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2024. – № 23 (522). – С. 306-307.