УДК 159.9

DOI: 10.26795/2307-1281-2021-9-4-10

ТРАДИЦИОННЫЕ И ЦИФРОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ПРОФИЛАКТИКИ КИБЕРБУЛЛИНГА

А. А. Вихман¹, Е. Н. Волкова², Л. В. Скитневская²

*¹Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет,
Пермь, Российская Федерация*

*²Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина
(Мининский университет), Нижний Новгород, Российская Федерация*

АННОТАЦИЯ

Введение. Распространенность информационных технологий и доступность Интернета привели к появлению новой формы травли – кибербуллинг. Кибербуллинг представляет собой травлю, которая происходит с помощью использования технологий (компьютера, мобильных телефонов) и Интернета (электронной почты, социальных сетей, мессенджеров). В отличие от непосредственных, контактных форм буллинга он обладает рядом специфических свойств, таких как: анонимность; дистантность; большое количество свидетелей и бесконтрольное распространение информации, которое предоставляет Интернет.

Материалы и методы. В статье представлен теоретический обзор направлений профилактики кибербуллинга. В процессе научного поиска были использованы теоретические методы исследования: сравнительный анализ, обобщение, интерпретация.

Результаты исследования. Учитывая дискуссию о сходствах и различиях традиционного буллинга и кибербуллинга, выделяются как традиционные формы совместной профилактики агрессии офлайн и онлайн, так и специфические цифровые возможности помощи и поддержки жертв киберагрессии.

Антибуллинговые программы с учетом ролевой структуры и комплексности влияния доказали свою эффективность и в ситуации кибербуллинга. Особое внимание уделяется индивидуальным личностным ресурсам, развитие или коррекция которых позволяет снижать риск кибервиктимизации и киберагрессии, облегчает совладание с киберагрессией и смягчает ее негативные последствия. К таким личностным ресурсам относят эмоциональный интеллект и устойчивость, способность к эмпатии, ответственность, нравственные и моральные чувства, чувство благодарности, эмоции прощения, взвешенную самооценку, чувство собственного достоинства, ценности дружбы и сплочения, управляемую гневливость и вспыльчивость, открытость новому опыту и адаптивные стратегии совладания с трудностями.

Специфические характеристики (использование компьютерных технологий, анонимность, расторможенность) кибербуллинга позволяют использовать цифровые возможности его профилактики: снижение компьютерной зависимости участников кибербуллинга и перенаправление непродуктивной активности в Интернете на опыт и навыки цифровой социализации, здоровьесберегающие цифровые технологии, совладание с онлайн-рисками, родительский контроль над использованием интернета и формирование Интернет-этикета.

Обсуждение и заключения. Эффективным ресурсом профилактики кибербуллинга и смягчения его последствий, в отличие от традиционных форм травли, может являться сама цифровая среда. Жертвы киберагрессии предпочитают получать анонимную помощь через Интернет, и это делает киберпространство идеальным местом профилактики и помощи в онлайн-форме.

В целом ресурсным направлением профилактики является системное тактическое развитие социальных, эмоциональных, коммуникативных и цифровых навыков, а также стратегический поиск и развитие индивидуальных личностных ресурсов.

Ключевые слова: кибербуллинг, буллинг, профилактика, антибуллинговые программы, личностные ресурсы, цифровые возможности.

Для цитирования: Вихман А.А., Волкова Е.Н., Скитневская Л.В. Традиционные и цифровые возможности профилактики кибербуллинга // Вестник Мининского университета. 2021. Т. 9, №4. С.10.

TRADITIONAL AND DIGITAL CYBERBULLING PREVENTION

A. A. Vikhman¹, E. N. Volkova², L. V. Skitnevskaya²

¹Perm State Humanitarian Pedagogical University, Perm, Russia

*²Minin Nizhny Novgorod State Pedagogical University (Minin University),
Nizhny Novgorod, Russian Federation*

ABSTRACT

Introduction. The prevalence of information technology and the availability of the Internet have led to the emergence of a new form of bullying – cyberbullying. Cyberbullying is harassment that occurs through the use of technology (computer, mobile phones) and the Internet (e-mail, social networks, messengers). Unlike direct, contact forms of bullying, it has a number of specific properties such as: anonymity; distance; a large number of witnesses and uncontrolled dissemination of information provided by the Internet.

Materials and Methods. The article presents a theoretical overview of the directions of prevention of cyberbullying. In the process of scientific search, theoretical research methods were used: comparative analysis, generalization, interpretation.

Results. Taking into account the discussion about the similarities and differences between traditional bullying and cyberbullying, both traditional forms of joint prevention of aggression offline and online, as well as specific digital opportunities for assistance and support to victims of cyber aggression are highlighted.

Anti-bullying programs, taking into account the role structure and complexity of influence, have proven their effectiveness in the situation of cyberbullying. Particular attention is paid to individual personal resources, the development or correction of which reduces the risk of cyber-victimization and cyber-aggression, facilitates coping with cyber-aggression and mitigates its negative consequences. Such personal resources include emotional intelligence and resilience, the ability to empathy, responsibility, moral and moral feelings, a sense of gratitude, emotions of forgiveness,

balanced self-esteem, self-esteem, values of friendship and cohesion, controlled anger and temper, openness to new experiences and adaptive coping strategies with difficulties.

The specific characteristics (the use of computer technology, anonymity, disinhibition) of cyberbullying allow the use of digital opportunities for its prevention: reducing the computer dependence of cyberbullying participants and redirecting unproductive activity on the Internet to the experience and skills of digital socialization, health-saving digital technologies, coping with online risks, parental control over the use of the Internet and the formation of Internet etiquette.

Discussion and Conclusions. Unlike traditional forms of bullying, the digital environment itself can be an effective resource for preventing cyberbullying and mitigating its consequences. Victims of cyber aggression prefer to receive anonymous help via the Internet, and this makes cyberspace an ideal place for prevention and assistance in an online form.

In general, the resource direction of prevention is the systematic tactical development of social, emotional, communicative and digital skills, as well as the strategic search and development of individual personal resources.

Keywords: cyberbullying, bullying, prevention, anti-bullying programs, personal resources, digital opportunities

For citation: Vikhman A.A., Volkova E.N., Skitnevskaya L.V. Traditional and digital cyberbullying prevention // Vestnik of Minin University. 2021. Vol. 9, no. 4. P.10.

Введение

Информационные и коммуникационные технологии несут много преимуществ подросткам и юношам, позволяя им иметь неограниченный доступ ко всем типам информации и способствуя их активному межличностному взаимодействию в любом месте и в любое время. Вместе с тем эти инструменты позволили появиться и развиваться новым формам насилия, таким как кибербуллинг и его виды: флейминг, харассмент, интернет-изоляция, троллинг, секстинг, самозванство, хеппислепинг, онлайн-груминг, клевета, распространение слухов в Интернете [11, 14]. В настоящее время действительность такова, что большую часть своей жизни молодёжь проводит в интернет-пространстве. Рост доступности и популярности интернета и социальных сетей приводит к увеличению насилия в интернет-пространстве (кибербуллинга), которое позволяет анонимно, круглосуточно, дистанционно и практически безнаказанно совершать агрессивные действия, унижая человека на глазах у миллионной публики, потому что, как правило, в социальных сетях, присутствует множество молчаливых свидетелей, невмешательство которых служит поддержкой агрессору и увеличивает и без того унижительные и болезненные переживания жертвы, что проявляется в появлении и увеличении кибербуллинга. Основной площадкой киберагрессии в России являются социальные сети (по данным сайта «Дети России Онлайн»). Травля фиксируется на всех крупных онлайн-площадках «ВКонтакте», Instagram, TikTok, YouTube. По данным исследования, на 2012 год каждый 10 ребенок-пользователь интернета подвергается кибербуллингу чаще одного раза в месяц (Г.В. Солдатова), на 2017 год уже каждый 5 ребенок в России регулярно сталкивается с издевательствами и запугиванием в интернете (Фонд Развития Интернет). Исследование онлайн-школы «Фоксфорд», проведенное в 2021 году, показало, что уже каждый 4 ребенок подвергается

кибербуллинг. На наш взгляд, пандемии и изоляция сыграли немаловажную роль в росте количества случаев агрессии в сети. По данным исследования Г.У. Солдатовой и др., подростки и молодежь часто сталкиваются с агрессивной коммуникацией в сети; наиболее распространенными видами агрессии являются флейминг, троллинг и хейтинг; старшие подростки чаще остальных возрастных групп сталкиваются с различными видами агрессии, в том числе кибербуллингом; внешность и личностные характеристики чаще всего становятся поводами для киберагрессии; в качестве основных мотивов киберагрессоров выступают развлечение и власть; безнаказанность, простота и скорость. Анонимность онлайн-пространства делает его более привлекательным для выражения своего мнения и агрессии по сравнению с офлайн; подростки реже видят в родителях ресурс для поддержки в ситуации онлайн-травли, пытаясь справиться с переживаниями в одиночестве или с помощью друзей; ответственность за снижение агрессии в сети всеми возрастными группами возлагается на модераторов онлайн-сообществ.

Обзор литературы

Кибербуллинг – настолько новое и разнообразное явление, что мнения исследователей часто расходятся по различным аспектам этого феномена, начиная от определения и заканчивая его классификацией. По итогам метаанализа, исследовательская группа Р. Ковальски выделяет четыре основных компонента кибербуллинга: умышленное агрессивное поведение, повторение, неравенство властных полномочий преступника и жертвы и использование компьютерных технологий [24]. Определение феномена постоянно дополняется из-за расширения технических возможностей для коммуникации и появления новых социальных сетей, а значит, новых механизмов агрессии и издевательств в Интернете. Отмечается также, что феноменология кибербуллинга в социальных сетях, мессенджерах и онлайн-играх имеет свои специфические черты [23]. Разумно теоретически разделить феномены кибербуллинга и похожего социального феномена «троллинга». У троллинга и кибербуллинга схожи тактические методы, но цели различаются: первоначальной целью и задачей троллинга является своеобразная реклама и привлечение внимания, а целями кибербуллинга являются агрессивные действия в интернете, часто нарушающие закон [4], и нанесение ущерба жертве. Это обстоятельство определяет направления профилактической работы по предотвращению кибербуллинга и снижению разрушительности его последствий.

Другим близким и созависимым феноменом кибербуллинга выступает буллинг в его прямых и косвенных формах.

В научной литературе идут дискуссии о том, как соотносить традиционный буллинг и кибербуллинг [2, 24, 33, 38]. С одной стороны, можно считать кибербуллинг субформой буллинга, когда проблема издевательств просто переносится на новую территорию – территорию компьютерных технологий. Одна из первых статей признанных авторитетов по теме кибербуллинга Самира Хиндуджа и Джастина Патчина так и называлась – «Хулиганы выходят за пределы школьного двора» [32]. Согласно авторам, кибербуллинг – это умышленное и повторяющееся причинение вреда другим лицам с использованием компьютеров, смартфонов и других электронных устройств. Сравнивая это определение и определение традиционного буллинга не трудно заметить, что разница между ними представлена только в инструментах, используемых для реализации издевательств, а сущностные элементы феномена остаются неизменными (преднамеренность, нанесение вреда, повторяемость агрессивного поведения, дисбаланс сил между жертвой и агрессором).

Кроме того, эмпирические исследования показывают сильную преемственность между издевательствами в школе и кибербуллингом за её пределами [18, 19]. Агрессоры, появляющиеся в классе, имеют возможность продолжать подобное поведение где-либо ещё через смартфон и Интернет. Метаанализ предикторов показывает, что важнейшим предиктором кибербуллинга является участие подростков и молодых людей в традиционном буллинге [24, 38]. Это свойственно как буллерам (обидчикам), так и жертвам. Таким образом, психологи, планирующие профилактические меры киберагрессии, должны учитывать опыт предотвращения травли лицом к лицу.

С другой стороны, у кибербуллинга, в отличие от традиционного буллинга, есть специфические, свойственные только ему условия реализации: возможность полной анонимности, феномен расторможения, дистантность, непрекращаемое постоянство, большое количество свидетелей [3, 8]. Кибербуллинг, в отличие от буллинга, имеет размытые границы отношений между жертвой и агрессором, жертва не может контролировать отношения и влиять на ситуацию развития агрессии, что часто вызывает ощущения бессилия [5, 28]. Эти обстоятельства заставляют практических психологов учитывать специфику феноменологии кибербуллинга при составлении программ его профилактики.

Целью данной статьи является анализ содержания программ профилактики кибербуллинга, представленных в научных публикациях, и определение на этой основе принципов и направлений профилактики кибербуллинга среди подростков и молодежи.

Материалы и методы

В статье представлен теоретический обзор направлений профилактики кибербуллинга. В процессе научного поиска были использованы теоретические методы исследования: сравнительный анализ, обобщение, интерпретация.

Результаты исследования

Профилактика кибербуллинга, сопряженная с профилактикой школьного буллинга

Свою эффективность доказали комплексные антибуллинговые программы, охватывающие учебную, семейную, досуговую сферы жизнедеятельности субъектов образовательного процесса, нацеленные как на традиционный буллинг, так и на кибербуллинг как его часть [39, 41]. В качестве примера такой универсальной программы превенции агрессии в школе можно выделить финскую программу *KiVa*. *KiVa* (аббревиатура от *Klusaamista Vastaan* – «против издевательства») – это четырёхмесячная профилактическая программа (школьная политика), состоящая из учебных занятий, тренингов, просмотров фильмов, геймификации, обучения родителей и наставничества. Несмотря на то, что изначально *KiVa* разрабатывалась для превенции традиционного буллинга, эмпирические данные свидетельствуют о её эффективности для преодоления проблемы кибербуллинга [26, 36]. Программа *KiVa* носит комплексный характер, требует усилий всей школы, всех субъектов образования и включает в себя отдельные учебные планы для учащихся начальных, средних и старших классов.

Учет ролевой структуры традиционного буллинга может не только углубить понимание сущности кибербуллинга, но и способствовать разработке эффективных, более

фокусных превентивных программ. Программы помощи подросткам-жертвам буллинга направлены на проработку последствий психологической травмы, развитие навыков решения жизненных проблем, повышение ресурса сопротивляемости (коррекцию эмоциональных состояний, развитие навыков уверенного поведения, развитие навыков общения). Обязательными являются программы оценки рисков насилия, жестокого обращения и пренебрежения нуждами подростка в семье, межведомственный мониторинг семьи подростка-жертвы, программы оптимизации детско-родительских отношений.

Работа с подростками-обидчиками направлена на развитие навыков неконфликтного взаимодействия, развитие эмпатии, развитие ответственности и заботы. Очень важны для работы с подростками-обидчиками программы организации досуга и контроля занятости. Как показали результаты исследований, высоким коррективным и развивающим потенциалом для работы с подростками-обидчиками обладают программы с животными, в которых решаются задачи развития ответственности подростка и формирования новых жизненных установок и системы ценностных ориентаций, коррекции эмоциональной сферы личности и обучения новым способам взаимодействия [7].

Подростки, занимающие амбивалентную позицию жертвы-обидчика, нуждаются в помощи по тем же направлениям, что и жертвы буллинга, а именно: в программах работы с последствиями психологической травмы, развития навыков решения жизненных проблем, повышения ресурса сопротивляемости. Специфическими программами для этой группы подростков являются программы развития самостоятельности (принятия решений, выбора, ответственности), программы профилактики зависимостей и программы регуляции поведения в эмоционально-напряженных ситуациях.

Наблюдатели – самая большая ролевая группа как в буллинге, так и в кибербуллинге. Работа с подростками-свидетелями буллинга зависит от мотивации их участия в ситуации буллинга, от того, насколько активную позицию они занимают и на чьей стороне – обидчика или жертвы – находятся. Для помощников обидчика важное место занимают программы развития личностных ресурсов, изменения системы убеждений и ценностно-смысловых установок. Для подростков, составляющих группу нейтральных наблюдателей, необходимы программы развития личной ответственности, программы проектирования и принятия решений, программы развития навыков социального сравнения, программы развития эмпатии. Для подростков, сочувствующих жертве, но не вмешивающихся в опасную ситуацию, необходимы программы проработки их собственной психологической травмы, программы развития самооффективности и уверенного поведения. Подростки-защитники жертвы нуждаются в программах поддержки и укрепления имеющихся убеждений, навыков и статуса.

Ролевая структура и мотивы участников кибербуллинга

В исследованиях, посвященных изучению кибербуллинга, прослеживается единая ролевая структура, которая включает в себя 4 роли: хулиган, жертва, свидетель и жертва-хулиган. Последняя роль подразумевает, что бывшая жертва буллинга становится хулиганом в Интернет-пространстве. Ниже рассмотрим основные мотивы участников кибербуллинга.

Основными причинами участия в кибербуллинге, являются забава и развлечение; месть; сверстники занимаются этим, так как считают свою жертву хроническим неудачником или неудачницей; гнев или эмоциональная нестабильность киберхулигана; чувство власти; киберхулиганы не опасаются возмездия [12; 17; 29; 37; 40].

У свидетелей кибербуллинга выделяют следующие мотивы невмешательства и вмешательства в ситуацию кибербуллинга [38]:

1. *Не вмешиваются*: из-за боязни стать мишенью для хулиганов; чувствуют свою беспомощность; считают, что данная ситуация лишена смысла, не стоит потраченного времени; не согласны с темой обсуждения.

2. *Участвуют в ситуации*: хотят помочь жертве, т.к. считают, что издевательства неприемлемы; выступают посредниками и попытаются вызвать у хулиганов сочувствие к жертве; убеждают жертву покинуть беседу и не воспринимать ее всерьез; присоединяются к хулиганам, т.к. считают, что поддразнивания – это весело.

3. *Неопределившиеся с тем, как им следует поступить*: не знают всей ситуации, из-за которой происходит конфликт; в зависимости от отношений с жертвой и хулиганом будет выбрана стратегия поведения; считают, что кибербуллинг – это плохо, и они лучше бы связались с жертвой или хулиганом напрямую или офлайн, а не в диалоге, онлайн.

Анализ ролевой структуры и мотивов участников кибербуллинга может использоваться для диагностики групп риска, разработки профилактических программ, рекомендаций для педагогов, психологов, родителей. Профилактические программы должны быть направлены на обучение подростков, родителей и педагогов распознавать и предотвращать случаи агрессивного поведения в киберпространстве, а также научить подростков эффективным навыкам защиты от нападок.

Психологические особенности участников кибербуллинга

Изучение особенностей участников кибербуллинга показало, что у подростков независимо от роли выявлен низкий уровень общей эмпатии. Также была обнаружена отрицательная корреляционная взаимосвязь между уровнем эмпатии и склонностью к участию в кибербуллинге [29].

Особенностями личности, которые помогают наблюдателям вмешаться в ситуацию кибербуллинга и помочь жертве, являются высокий уровень эмпатии, преобладание экстравертивного типа личности, высокий уровень самооэффективности (убежденность и вера в эффективность собственных действий).

Для жертв кибербуллинга более характерны повышенный уровень тревоги, низкая самооценка, повышенное чувство одиночества из-за неспособности к участию в близких отношениях [29].

Кибержертвы подвергаются более высоким рискам, которые связаны со здоровьем: увеличение использования лекарственных препаратов (от бессонницы); депрессия; самоповреждение и суицидальные идеи; долгосрочные последствия, переходящие во взрослую жизнь, такие как негативный взгляд на мир, проблемы со здоровьем и социализацией.

Киберхулиганы подвержены следующим рискам: депрессия, расстройства питания и злоупотребление психоактивными веществами, проблемное поведение, включающее гиперактивность и низкий уровень просоциального поведения.

Профилактические программы должны быть направлены на помощь несовершеннолетним в формировании навыков уверенного поведения по предупреждению возникновения причин и условий, способствующих формированию агрессивного и жертвенного поведения, сформировать эффективные навыки защиты от киберагрессии. Также необходимо методическое сопровождение специалистов – субъектов профилактики

по формированию профессиональной компетентности в вопросах организации и содержания работы с подростками и их родителями по профилактике насилия в Интернет-пространстве.

Влияние окружения и правовые аспекты

Положительное и нейтральное отношение сверстников, педагогов и родителей к поведению участников кибербуллинга положительно коррелирует с увеличением распространённости данного явления. Похожие данные были получены и по влиянию отношения самих подростков к кибербуллингу.

Кибербуллинг представляет собой угрозу для психического и физического здоровья, а также нарушает права человека, что можно считать уголовным преступлением. Несмотря на это, нет ни одного закона о том, что кибербуллинг – это преступление. Юристы и адвокаты, в чьи компетенции входит данная проблематика, считают, что в настоящий момент нет необходимости вводить какие-либо отдельные законы, касающиеся кибербуллинга, так как существует много положений. Также, по мнению специалистов, для того, чтобы над хулиганом было осуществлено правосудие, жертвы кибербуллинга должны сообщать об угрозах, которым подверглись, чего зачастую не происходит [37].

Личностные ресурсы профилактики кибербуллинга

Одна из важных стратегий профилактики кибербуллинга – стратегия с опорой на сильные индивидуальные стороны и ресурсы личности [6]. Важен поиск индивидуальных личностных факторов, которые могут облегчать совладание с киберагрессией, смягчать ее негативные последствия и в целом выступать как важные условия, опосредующие связь кибервиктимизации и психологического здоровья [3, 14, 24, 35].

Превенция киберагрессии может реализовываться через постепенное, систематическое развитие нравственных чувств и ценностей у агрессоров и жертв, повышения тем самым гуманистического потенциала образовательной среды и внедрения в процесс обучения принципов гуманной педагогики. Нравственные чувства относятся к мировоззрению и являются высшими эмоциональными проявлениями человека, связанными с социальной жизнью человека с другими людьми, в основе которых обнаруживаются общечеловеческие нормы и принципы [1]. Нравственные чувства формируются на протяжении всей жизни. Примерами нравственных чувств выступают чувство долга, дружбы и товарищества, справедливости, чувство патриотизма, гуманность, сострадание, любовь.

Одно из важных нравственных чувств для профилактики агрессии – чувство благодарности, в частности, к поддерживающим свидетелям. Исследователи отмечают, что у кибербуллеров и их жертв обычно это чувство развито в меньшей степени, а развитие способности к благодарности представляет собой актуальное направление профилактической работы [34]. Благодарность в свою очередь определяется как личностная склонность испытывать благодарные эмоции. Развитие этой моральной характеристики способствует снижению мстительности, озлобленности и агрессивности [46]. Стоит учитывать, что необходимо формировать баланс между благодарностью и собственным психологическим благополучием, так как благодарные люди склонны приписывать положительные результаты действиям других и демонстрировать просоциальное поведение даже в тех случаях, если это дорого обходится им самим [3].

Психологи отмечают, что киберагрессия начинается с личных споров и невозможности их разрешить, что приводит к актам гнева и мести [18, 39, 47]. В отличие

от традиционного буллинга, киберобидчики, будучи не в состоянии отомстить лицом к лицу, могут мстить жертвам в безопасной киберсреде в качестве компенсации за невозможность победить в очном споре. Анонимность кибербуллинга способствует феномену «расторможенности», когда жертва может говорить то, что обычно не сказала бы сверстнику лицом к лицу. В связи с этим обозначается роль способности прощать как фактора уменьшения негативного воздействия буллинга и кибербуллинга на психическое здоровье подростков и как безопасного выхода из ситуации необходимости отомстить [3, 34]. Прощение является одной из важных тем в ситуации индивидуального консультирования виктимности и агрессивности, при построении индивидуальных программ по работе с негативными эмоциями, возникающими на фоне проблем межличностного взаимодействия [21]. Исследования показывают, что кибервиктимные респонденты характеризуются невысокой склонностью к доброжелательности, сами менее склонны к прощению [20, 42]. Полезной практикой развития прощения является использование письменных психологических техник, например, техники неотправленного письма обиды или письма прощения. Письмо имеет чёткую структуру, отражающую последовательность чувств, которые нет возможности выразить в непосредственном взаимодействии с обидчиком. Практика кризисного консультирования показывает широкие возможности применения этой технологии и в процессе оказания помощи, и в качестве средства превенции.

Известно, что людям с низким уровнем эмоционального интеллекта трудно понять ситуации с точки зрения других собеседников, и поэтому они, как правило, менее чутки к их переживаниям и эмоциональным реакциям [27]. Неразвитость эмоционального компонента эмпатии, а некоторых случаях – неразвитая способность кибербуллера контролировать свои мысли, чувства и поведение делают задачу развития эмоционального интеллекта в целом и способности к эмпатии в частности важным направлением в превенции киберзапугивания [3, 13, 35, 38, 46]. Высокий уровень развития эмоционального интеллекта способствует использованию адаптивных стратегий совладания, поэтому его формирование является важной целью для превентивной психологической работы со школьниками, направленной на профилактику киберагрессии и/или ослабление тяжести её последствий [15]. Исследования показывают, что учащиеся, обладающие навыками эмоционального контроля, также реже становятся и жертвами насилия.

Эмоциональный интеллект в значительной степени опосредует связь между стимулом и агрессивным поведением, он может снижать взаимозависимость между мстительным поведением и кибербуллингом, так как благодаря эмоциональной компетентности учащийся может отводить (замещать) негативные чувства и поведение вместо того, чтобы позволять им властвовать над его состоянием [22, 31]. Стоит отметить, что в ситуации киберсреды шансы на сочувствие со стороны участников и свидетелей киберагрессии снижаются, так как отсутствует непосредственный контакт и нет возможности для полноценной эмпатии. Отсутствие непосредственного контакта и адекватной обратной эмоциональной реакции создают ситуацию безнаказанности и способствуют подавлению сочувствия и личной ответственности.

Необходимо учитывать гендерную специфику превентивной функции эмоционального интеллекта в ситуации кибербуллинга. Женщины обычно сообщают о большей склонности к эмоциональной регуляции по сравнению с мужчинами. По другим данным, сниженная способность к эмоциональной саморегуляции предсказывала большую кибервиктимизацию у девочек, чем у мальчиков того же возраста. Таким образом, при выстраивании профилактики кибербуллинга на основе тренировки эмоционального

интеллекта необходимо специализировать превентивные меры с учетом гендерно-ориентированного подхода [35].

В качестве превенции кибербуллинга могут быть полезны тренинги и медиапсихологические занятия (просмотр, обсуждение, рефлексия тематических фильмов и разбор конкретных кейс-ситуаций) по развитию эмпатии и созданию дружеской атмосферы в классе и школе, работа социальных и волонтерских клубов, тренинги социальных навыков и группового сплочения, тренировки навыков дружбы и взаимопомощи [9]. Важно сформировать у учащихся понимание значения дружбы в жизни человека, поддерживать осознание качеств, необходимых для дружбы [10, 21].

Цифровые ресурсы профилактики кибербуллинга

Существует определенный процент жертв кибертравли, никогда не участвовавших в традиционном буллинге, поэтому профилактика традиционных форм буллинга может быть недостаточной или несвоевременной для предотвращения кибербуллинга. Исследователи, учитывая это обстоятельство, а также специфику кибербуллинга, обусловленную особыми характеристиками Интернет-среды, предлагают несколько важных направлений профилактической работы.

Интернет-зависимость как важный модератор. Результаты собственных исследований и опыт работы показывают, что кибервиктимность тесно связана с компьютерной зависимостью и выступает важным, специфичным модератором, усиливающим негативные последствия кибербуллинга. Важной стратегией профилактики кибербуллинга являются усилия перенаправления избыточной активности в Интернете и компьютерной зависимости на опыт и навыки цифровой социализации, обучения защиты в Интернете от продвинутых сверстников, продуктивной работе в социальных сетях. Обучение доступной компетенции применения информационно-коммуникативных технологий позволяет уравновесить дисбаланс сил между агрессором и жертвой, что снижает негативную динамику и последствия кибертравли [43].

Особая роль родительского контроля за использованием Интернета. Родительский контроль над технологиями – один из важнейших предикторов снижения последствий киберагрессии, приобретающий особое значение именно в ситуации киберсреды [24]. Высокую степень эффективности показывают стратегии, которые основаны на активном посредничестве родителей и контактов с ними по совместному (и родителя, и ребенка) обучению Интернет-этикету, здоровьесберегающим цифровым технологиям, безопасному использованию Интернета (плановый мониторинг использования, установка инфа-фильтров, освоение настроек конфиденциальности), совладанию с онлайн-рисками [30].

Помощь в Интернете. Замечено, что жертвы киберагрессии часто не хотят разговаривать о проблеме кибербуллинга со своим непосредственным окружением, с родителями, учителями, школьными психологами. Они проводят много времени в Интернете и потому предпочитают получать анонимную помощь, сообщают о потребности в информации и помощи через Интернет [8, 44]. Потенциально эффективным ресурсом профилактики кибербуллинга и смягчения его последствий, в отличие от традиционных форм травли, может являться цифровая среда Интернета. Киберпространство – идеальное место, чтобы предложить конкретные технологии помощи и поддержки для школьников, преодолевающих последствия инцидента кибербуллинга.

Примером полезного онлайн-сервиса помощи жертвам киберагрессии является сайт Online Pestkoppenstoppen (Stop Bullies Online / Stop Online), цель которого – научить жертв

эффективным способам борьбы с тревогой и депрессией, связанной с кибервиктимизацией. Это онлайн-программа, которая направлена на улучшение психологического благополучия среди кибержертв. Полностью интерактивное приложение учит кибержертв тому, как распознавать, оспаривать и заменять иррациональные мысли в ситуации эмоционального кибернападения. Пользователи узнают, по каким причинам возникает кибербуллинг, как их поведение может провоцировать травлю и как они могут использовать эффективные стратегии совладания, чтобы остановить кибербуллинг [16, 45].

Создание таких интерактивных приложений – перспективная стратегия помощи и самопомощи при кибербуллинге. Преимущество такой формы профилактики и помощи заключается в том, что онлайн-сервисы могут использоваться в любое время и в любом месте, по желанию человека, могут помогать большому количеству людей относительно экономным, алгоритмичным способом, имеют возможность использовать индивидуальный подход. Вместе с тем в отечественном образовании специализированные онлайн-сервисы помощи жертв кибербуллинга не распространены, практически не используются возможности информационно-компьютерных технологий для целей профилактики кибербуллинга.

Важно отметить, что в научной литературе (как отечественной, так и зарубежной) существует определенный дефицит исследований проверки эффективности той или иной профилактической технологии кибербуллинга. Большинство разработок остаются экспериментальными и требуют изучения и научно-методического сопровождения.

Обсуждение и заключения

Серьезным недостатком любой программы профилактики кибербуллинга является ее парциальность, отсутствие системности, ограниченность исполнителей и субъектов профилактики. Например, если программа реализуется только усилиями школьных психологов или программа направлена только на работу с учащимися (жертвами или агрессорами), даже хорошо продуманная последовательность действий может быть безуспешной и неэффективной. Для предотвращения кибербуллинга необходимо принимать во внимание способы профилактики на индивидуальном, общественном и школьном (институциональном) уровнях и выстраивать деятельность сразу с четырьмя субъектами образования: учащимися, которые находятся в разных ролевых позициях в кибербуллинге, родителями (или законными представителями), педагогами, администрацией учебного заведения. Важно иметь максимально широкий круг искренне заинтересованных специалистов с самого начала, в том числе специалистов по компьютерной технике и Интернет-технологиям.

Стоит отметить, что сами ученики могут являться активными участниками профилактических мероприятий (как кибермедиаторы, волонтеры, помощники школьного психолога). Кроме того, ученики могут консультировать и педагогов, и родителей на тему использования новых технических средств и приложений, что весьма важно в ситуации киберагрессии. Разнообразие команды также будет полезно в ситуации психологического просвещения, информирования об опасности ситуации или новой тактики в отношении борьбы с кибербуллингом. Например, заинтересованные родители могут помочь объяснить смысл программы профилактики кибербуллинга и необходимости участия в ней другим родителям и учителям.

Основные задачи и соответствующие направления деятельности в профилактической программе кибербуллинга могут быть следующими: улучшение школьного климата, системное укрепление безопасности психологической среды, партнерские отношения с родителями; обучение и информирование, развенчание мифов о кибербуллинге, психологическое просвещение; развитие социальных, эмоциональных, коммуникативных и цифровых навыков; развитие личности, нравственных чувств, волонтерство и наставничество; онлайн психологическая поддержка, программы самопомощи в Интернете.

Необходимо добиваться системности, непрерывности и целостности профилактической деятельности, развивать её не только в формате реагирования в ответ на чрезвычайные ситуации, но и формате профилактики, начиная с первичной, включающей целенаправленную воспитательную деятельность, психолого-педагогическую диагностику, раскрытие личностных ресурсов и потенциалов, условий для формирования гуманистической ценностно-смысловой сферы личности, развитие эмоционального и социального интеллекта с одновременным развитием знаний о нормах этики, просоциального поведения и эмпатии. Программа профилактики должна быть гармонично интегрирована в школьную культуру и политику.

Список использованных источников

1. Бражникова А.Н. Нравственные чувства как высшие чувства человека // Вестник УРАО. 2019. №2.
2. Волкова Е.Н., Волкова И.В. Кибербуллинг как способ социального реагирования подростков на ситуацию буллинга // Вестник Минского университета. 2017. №3(20).
3. Карауш И.С., Куприянова И.Е., Кузнецова А.А. Кибербуллинг и суицидальное поведение подростков // Суицидология. 2020. №11(1). С. 117-129.
4. Михайлова О.Р. Когда оскорбление воспринимается как шутка? Персональные и ситуативные факторы отключения моральной ответственности свидетеля кибербуллинга // Журнал социологии и социальной антропологии. 2019. №22(2). С. 55-92.
5. Погорелова Е.И., Арькова И.В., Голубовская А.С. Психологические особенности подростков, включенных в ситуацию кибербуллинга // Северо-Кавказский психологический вестник. 2016. №14/2. С. 47-53.
6. Постылякова Ю.В. Экологический и ресурсный подходы в изучении сетевой агрессии среди молодежи // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2018. Т. 3, №4. С. 193-211.
7. Федунина Н.Ю. Представления о триаде «Преследователь – жертва – наблюдатель» в кибербуллинге в англоязычной литературе // Психологические исследования. 2015. №8(41). С. 11.
8. Хломов К.Д., Давыдов Д.Г., Бочавер А.А. Кибербуллинг в опыте российских подростков // Психология и право. 2019. №2. С. 276-295. DOI: 10.17759/psylaw.2019090219.
9. Akar F. School Psychological Counselors' Opinions about Causes & Consequences of Cyber bullying & Preventive Policies at Schools // Multidisciplinary Academic Conference. Yozgat, Turkey: Bozok University, Faculty of Education, 2017. Pp. 445-459.
10. Ang R.P., Goh D.H. Cyberbullying among adolescents: The role of affective and cognitive empathy, and gender // Child Psychiatry and Human Development. 2010. Vol. 41. Pp. 387-397.
11. Bashir F., Rehman M., Amin A. Cyberbullying: A Systematic Literature Review to Identify the Factors Impelling University Students Towards Cyberbullying // IEEE Access. 2020. Pp. 1-1. DOI: 10.1109/ACCESS.2020.3015669.

12. Beckman L., Hagquist C., Hellström L. does the association with psychosomatic health problems differ between cyberbullying and traditional bullying // *Journal: Emotional & Behavioural Difficulties*. 2012. Vol. 17. Pp. 421-434. DOI: 10.1080/13632752.2012.704228.
13. Cappadocia M., Craig W. & Pepler D. Cyberbullying prevalence, stability, and risk factors during adolescence // *Canadian Journal of School Psychology*. 2013. Vol. 28(2). Pp. 171-192.
14. Chen L., Ho S.S., Lwin M.O. A meta-analysis of factors predicting cyberbullying perpetration and victimization: from the social cognitive and media effects approach // *New Media & Society*. 2017. Vol. 19. Pp. 1194-1213. DOI: 10.1177/1461444816634037.
15. Extremera N., Quintana-Orts C., Mérida-López S., Rey L. Cyberbullying victimization, self-esteem and suicidal ideation in adolescence: Does emotional intelligence play a buffering role? // *Frontiers in Psychology*. 2018. Vol. 9. P. 367.
16. Foody M., Samara M., Carlbring P. A review of cyber bullying and suggestions for online psychological therapy // *Internet Interventions*. 2015. Vol. 2(3). Pp. 235-242.
17. Goldstein S.E. Parental regulation of online behavior and cyber aggression: Adolescents' experiences and perspectives // *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. 2015. Vol. 9(4). Article 2. DOI: <http://dx.doi.org/10.5817/CP2015-4-2>.
18. Hinduja S., Patchin J.W. *Bullying beyond the schoolyard: preventing and responding to cyberbullying*. California: Corwin Press, 2009.
19. Hemphill S.A., Kotevski A., Tollit M., Smith R., Herrenkohl T.I., Toumbourou J.W., Catalano R.F. Longitudinal predictors of cyber and traditional bullying perpetration in Australian secondary school students // *Journal of Adolescent Health*. 2012. Vol. 51. Pp. 59-65.
20. Khosa N. How personality effects [sic] victim's response to cyberbullying (Unpublished master's thesis). Iowa State University, Ames, IA, 2016.
21. King A.A.A. A case study of the perceptions of secondary school counselors regarding cyber bullying. Doctoral dissertation, Northcentral University. 2014. Order No. 3579830. Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. Available at: <https://eric.ed.gov/?id=ED556884> (accessed: 27.04.2021).
22. Kircaburun K., Demetrovics Z., Király O., Griffiths M.D. Childhood emotional trauma and cyberbullying perpetration among emerging adults: A multiple mediation model of the role of problematic social media use and psychopathology // *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2018. Vol. 18. Pp. 548-566.
23. Kokkinos C.M., Baltzidis E., Xynogala D. Prevalence and personality correlates of Facebook bullying among university undergraduates // *Computers in Human Behaviour*. 2016. Vol. 55. Pp. 840-850.
24. Kowalski R.M., Giumetti G.W., Schroeder A.N., et al. Bullying in the digital age: a critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth // *Psychological Bulletin*. 2014. Vol. 140(4). Pp. 1073-1139.
25. Li Q. Cyberbullying in high school: A study of students' behaviors and beliefs about this new phenomenon // *Journal of Aggression, Maltreatment, and Trauma*. 2010. Vol. 19. Pp. 372-392. DOI: <http://dx.doi.org/10.1080/10926771003788979>
26. Marzano G., Lizut J. Intervening Practices for Cyberbullying Prevention // *LOJ Nur Heal Car*. 2018. Vol. 1(2).
27. Méndez I., Jorquera A.B., Ruiz-Esteban C., Martínez-Ramón J.P., Fernández-Sogorb A. Emotional Intelligence, Bullying, and Cyberbullying in Adolescents // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2019. Vol. 16(23). P. 4837.

28. Myers C.-A., Cowie H. Bullying at university: the social and legal contexts of cyberbullying among university students // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2017. Vol. 48. Pp. 1172–1182. DOI: 10.1177/0022022116684208.
29. Noorden T., Haselager G., Cillessen A., Bukowski W. Empathy and Involvement in Bullying in Children and Adolescents: A Systematic Review // *Journal of Youth and Adolescence*. 2015. Vol. 44(3). Pp. 637-657.
30. Notar C., Padgett S., Roden J. Cyberbullying: Resources for Intervention and Prevention // *Universal Journal of Educational Research*. 2013. Vol. 1(3). Pp. 133-145. DOI: 10.13189/ujer.2013.010301
31. Ojedokun O., Idemudia E.S. The Moderating Role of Emotional Intelligence between PEN Personality Factors and Cyberbullying in a Student Population // *Life Science Journal*. 2013. Vol. 10(3). Pp. 1924-1930.
32. Patchin J.W, Hinduja S. Bullies move beyond the schoolyard: a preliminary look at cyberbullying // *Youth Violence & Juvenile Justice*. 2006. Vol. 4(2). Pp. 148-169. DOI: 10.1177/1541204006286288.
33. Patchin J.W., Hinduja S. Traditional and nontraditional bullying among youth: A test of general strain theory // *Youth & Society*. 2011. Vol. 43. Pp. 727-751.
34. Quintana-Orts C., Rey L. Traditional Bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: forgiveness as a protective factor of peer victimization // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2018. Vol. 15(11). Pii: E2389. DOI: 10.3390/ijerph15112389.
35. Rey L., Quintana-Orts C., Mérida-López S., Extremera N. Emotional intelligence and peer cybervictimisation in adolescents: Gender as moderator // *Comunicar*. 2018. Vol. 26(56). Pp. 9-18.
36. Salmivalli C., Kärna A., Poskiparta E. Counteracting bullying in Finland: The KiVA Program and its effects on different forms of being bullied // *International Journal of Behavioural Development*. 2011. Vol. 35. Pp. 405-411.
37. Samara M., Burbidge V., Asam A.E., Asam M., Smith P.K., Morsi H. Bullying and Cyberbullying: Their Legal Status and Use in Psychological Assessment // *Environ Res Public Health*. 2017. Vol. 14(12). P. 1449. DOI: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5750868/>
38. Schultze-Krumbholz A., Schultze M., Zagorscak P., Wölfer R., Scheithauer H. Feeling cybervictims' pain – the effect of empathy training on cyberbullying // *Aggressive Behavior*. 2016. Vol. 42. Pp. 147-156. DOI: 10.1002/ab.21613.
39. Slonje R., Smith P.K., Frisén A. The nature of cyberbullying, and strategies for prevention // *Computers in Human Behavior*. 2013. Vol. 29(1). Pp. 2320-2327.
40. Strom P.S., Strom R.D. When teens turn cyberbullies // *The Educational Digest*. 2005. Vol. 71(4). Pp. 35-41.
41. Tanrikulu I. Cyberbullying prevention and intervention programs in schools: A systematic review // *School Psychology International*. 2018. Vol. 39(1). Pp. 74-91. DOI: 10.1177/0143034317745721
42. Van Geel M., Vedder P., Tanilon J. Relationship between peer victimization, cyberbullying, and suicide in children and adolescents: a meta-analysis // *JAMA Pediatrics*. 2014. Vol. 168. Pp. 435-442.
43. Vandebosch H., Van Cleemput K. Defining cyberbullying: A qualitative research into the perceptions of youngsters // *CyberPsychology & Behavior*. 2008. Vol. 11. Pp. 499-503.

44. Webb M., Burns J., Collin P. Providing online support for young people with mental health difficulties: challenges and opportunities explored // *Early Intervention in Psychiatry*. 2008. Vol. 2(2). Pp. 108-113.
45. Jacobs N.C., Völlink T., Dehue F. et al. Online Pestkoppenstoppen: systematic and theory-based development of a web-based tailored intervention for adolescent cyberbully victims to combat and prevent cyberbullying // *BMC Public Health*. 2014. Vol. 14. P. 396.
46. Yudes C., Rey L., Extremera N. Predictive Factors of Cyberbullying Perpetration amongst Spanish Adolescents // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. Vol. 17. P. 3967. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph17113967>.
47. Ybarra M.L., Mitchell K.J. Online aggressor/targets, aggressors, and targets: A comparison of associated youth characteristics // *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2004. Vol. 45. Pp. 1308-1316.

References

1. Brazhnikova A.N. Moral feelings as the highest human feelings. *Vestnik URAO*, 2019, no. 2. (In Russ.)
2. Volkova E.N., Volkova I.V. Cyberbullying as a way of adolescents' social reaction to the bullying situation. *Vestnik Minskogo universiteta*, 2017, no. 3(20). (In Russ.)
3. Karaush I.S., Kupriyanova I.E., Kuznecova A.A. Cyberbullying and suicidal behavior of adolescents. *Suicidologiya*, 2020, no. 11(1), pp. 117-129. (In Russ.)
4. Mihajlova O.R. When is an insult perceived as a joke? Personal and situational factors of disabling the moral responsibility of a cyberbullying witness. *ZHurnal sociologii i social'noj antropologii*, 2019, no. 22(2), pp. 55-92. (In Russ.)
5. Pogorelova E.I., Ar'kova I.V., Golubovskaya A.C. Psychological characteristics of adolescents involved in a cyberbullying situation. *Severo-Kavkazskij psihologicheskij vestnik*, 2016, no. 14/2, pp. 47-53. (In Russ.)
6. Postlyakova YU.V. Ecological and resource approaches in the study of network aggression among young people. *Institut psihologii Rossijskoj akademii nauk. Organizacionnaya psihologiya i psihologiya truda*, 2018, vol. 3, no. 4, pp. 193-211. (In Russ.)
7. Fedunina N.YU. Ideas of the Persecutor - Victim - Observer Triad in Cyberbullying in the English Language Literature, 2015, no. 8(41), p. 11. (In Russ.)
8. Hlomov K.D., Davydov D.G., Bochaver A.A. Cyberbullying in the experience of Russian adolescents. *Psihologiya i pravo*, 2019, no. 2, pp. 276-295, doi: 10.17759/psylaw.2019090219. (In Russ.)
9. Akar F. School Psychological Counselors' Opinions about Causes & Consequences of Cyber bullying & Preventive Policies at Schools. *Multidisciplinary Academic Conference*. Yozgat, Turkey, Bozok University, Faculty of Education, 2017. Pp. 445-459.
10. Ang R.P., Goh D.H. Cyberbullying among adolescents: The role of affective and cognitive empathy, and gender. *Child Psychiatry and Human Development*, 2010, vol. 41, pp. 387-397.
11. Bashir F., Rehman M., Amin A. Cyberbullying: A Systematic Literature Review to Identify the Factors Impelling University Students Towards Cyberbullying. *IEEE Access*, 2020, pp. 1-1, doi: 10.1109/ACCESS.2020.3015669.
12. Beckman L., Hagquist C., Hellström L. does the association with psychosomatic health problems differ between cyberbullying and traditional bullying. *Journal: Emotional & Behavioural Difficulties*, 2012, vol. 17, pp. 421-434, doi: 10.1080/13632752.2012.704228.

13. Cappadocia M., Craig W. & Pepler D. Cyberbullying prevalence, stability, and risk factors during adolescence. *Canadian Journal of School Psychology*, 2013, vol. 28(2), pp. 171-192.
14. Chen L., Ho S.S., Lwin M.O. A meta-analysis of factors predicting cyberbullying perpetration and victimization: from the social cognitive and media effects approach. *New Media & Society*, 2017, vol. 19, pp. 1194-1213, doi: 10.1177/1461444816634037.
15. Extremera N., Quintana-Orts C., Mérida-López S., Rey L. Cyberbullying victimization, self-esteem and suicidal ideation in adolescence: Does emotional intelligence play a buffering role? *Frontiers in Psychology*, 2018, vol. 9, p. 367.
16. Foody M., Samara M., Carlbring P. A review of cyber bullying and suggestions for online psychological therapy. *Internet Interventions*, 2015, vol. 2(3), pp. 235-242.
17. Goldstein S.E. Parental regulation of online behavior and cyber aggression: Adolescents' experiences and perspectives. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 2015, vol. 9(4), article 2, doi: <http://dx.doi.org/10.5817/CP2015-4-2>.
18. Hinduja S., Patchin J.W. *Bullying beyond the schoolyard: preventing and responding to cyberbullying*. California, Corwin Press, 2009.
19. Hemphill S.A., Kotevski A., Tollit M., Smith R., Herrenkohl T.I., Toumbourou J.W., Catalano R.F. Longitudinal predictors of cyber and traditional bullying perpetration in Australian secondary school students. *Journal of Adolescent Health*, 2012, vol. 51, pp. 59-65.
20. Khosa N. How personality effects [sic] victim's response to cyberbullying (Unpublished master's thesis). Iowa State University, Ames, IA, 2016.
21. King A.A.A. A case study of the perceptions of secondary school counselors regarding cyber bullying. Doctoral dissertation, Northcentral University. 2014. Order No. 3579830. Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. Available at: <https://eric.ed.gov/?id=ED556884> (accessed: 27.04.2021).
22. Kircaburun K., Demetrovics Z., Király O., Griffiths M.D. Childhood emotional trauma and cyberbullying perpetration among emerging adults: A multiple mediation model of the role of problematic social media use and psychopathology. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 2018, vol. 18, pp. 548-566.
23. Kokkinos C.M., Baltzidis E., Xynogala D. Prevalence and personality correlates of Facebook bullying among university undergraduates. *Computers in Human Behaviour*, 2016, vol. 55, pp. 840-850.
24. Kowalski R.M., Giumetti G.W., Schroeder A.N., et al. Bullying in the digital age: a critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, 2014, vol. 140(4), pp. 1073-1139.
25. Li Q. Cyberbullying in high school: A study of students' behaviors and beliefs about this new phenomenon. *Journal of Aggression, Maltreatment, and Trauma*, 2010, vol. 19, pp. 372-392, doi: <http://dx.doi.org/10.1080/10926771003788979>
26. Marzano G., Lizut J. Intervening Practices for Cyberbullying Prevention. *LOJ Nur Heal Car*, 2018, vol. 1(2).
27. Méndez I., Jorquera A.B., Ruiz-Esteban C., Martínez-Ramón J.P., Fernández-Sogorb A. Emotional Intelligence, Bullying, and Cyberbullying in Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2019, vol. 16(23), p. 4837.
28. Myers C.-A., Cowie H. Bullying at university: the social and legal contexts of cyberbullying among university students. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 2017, vol. 48, pp. 1172-1182, doi: 10.1177/0022022116684208.

29. Noorden T., Haselager G., Cillessen A., Bukowski W. Empathy and Involvement in Bullying in Children and Adolescents: A Systematic Review. *Journal of Youth and Adolescence*, 2015, vol. 44(3), pp. 637-657.
30. Notar C., Padgett S., Roden J. Cyberbullying: Resources for Intervention and Prevention. *Universal Journal of Educational Research*, 2013, vol. 1(3), pp. 133-145, doi: 10.13189/ujer.2013.010301
31. Ojedokun O., Idemudia E.S. The Moderating Role of Emotional Intelligence between PEN Personality Factors and Cyberbullying in a Student Population. *Life Science Journal*, 2013, vol. 10(3), pp. 1924-1930.
32. Patchin J.W., Hinduja S. Bullies move beyond the schoolyard: a preliminary look at cyberbullying. *Youth Violence & Juvenile Justice*, 2006, vol. 4(2), pp. 148-169, doi: 10.1177/1541204006286288.
33. Patchin J.W., Hinduja S. Traditional and nontraditional bullying among youth: A test of general strain theory. *Youth & Society*, 2011, vol. 43, pp. 727-751.
34. Quintana-Orts C., Rey L. Traditional Bullying, cyberbullying and mental health in early adolescents: forgiveness as a protective factor of peer victimization. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2018, vol. 15(11), pii: E2389, doi: 10.3390/ijerph15112389.
35. Rey L., Quintana-Orts C., Mérida-López S., Extremera N. Emotional intelligence and peer cybervictimisation in adolescents: Gender as moderator. *Comunicar*, 2018, vol. 26(56), pp. 9-18.
36. Salmivalli C., Kärna A., Poskiparta E. Counteracting bullying in Finland: The KiVA Program and its effects on different forms of being bullied. *International Journal of Behavioural Development*, 2011, vol. 35, pp. 405-411.
37. Samara M., Burbidge V., Asam A.E., Asam M., Smith P.K., Morsi H. Bullying and Cyberbullying: Their Legal Status and Use in Psychological Assessment. *Environ Res Public Health*, 2017, vol. 14(12), p. 1449, doi: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5750868/>
38. Schultze-Krumbholz A., Schultze M., Zagorscak P., Wölfer R., Scheithauer H. Feeling cybervictims' pain – the effect of empathy training on cyberbullying. *Aggressive Behavior*, 2016, vol. 42, pp. 147-156, doi: 10.1002/ab.21613.
39. Slonje R., Smith P.K., Frisén A. The nature of cyberbullying, and strategies for prevention. *Computers in Human Behavior*, 2013, vol. 29(1), pp. 2320-2327.
40. Strom P.S., Strom R.D. When teens turn cyberbullies. *The Educational Digest*, 2005, vol. 71(4), pp. 35-41.
41. Tanrikulu I. Cyberbullying prevention and intervention programs in schools: A systematic review. *School Psychology International*, 2018, vol. 39(1), pp. 74-91, doi: 10.1177/0143034317745721
42. Van Geel M., Vedder P., Tanilon J. Relationship between peer victimization, cyberbullying, and suicide in children and adolescents: a meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 2014, vol. 168, pp. 435-442.
43. Vandebosch H., Van Cleemput K. Defining cyberbullying: A qualitative research into the perceptions of youngsters. *CyberPsychology & Behavior*, 2008, vol. 11, pp. 499-503.
44. Webb M., Burns J., Collin P. Providing online support for young people with mental health difficulties: challenges and opportunities explored. *Early Intervention in Psychiatry*, 2008, vol. 2(2), pp. 108-113.

45. Jacobs N.C., Völlink T., Dehue F. et al. Online Pestkoppenstoppen: systematic and theory-based development of a web-based tailored intervention for adolescent cyberbully victims to combat and prevent cyberbullying. *BMC Public Health*, 2014, vol. 14, p. 396.
46. Yudes C., Rey L., Extremera N. Predictive Factors of Cyberbullying Perpetration amongst Spanish Adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2020, vol. 17, p. 3967, doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph17113967>.
47. Ybarra M.L., Mitchell K.J. Online aggressor/targets, aggressors, and targets: A comparison of associated youth characteristics. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2004, vol. 45, pp. 1308-1316.

© Вихман А.А., Волкова Е.Н., Скитневская Л.В., 2021

Информация об авторах

Вихман Александр Александрович – доцент кафедры практической психологии, кандидат психологических наук, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, Пермь, Российская Федерация, ORCID: 0000-0002-5483-1702, e-mail: vixmann@mail.ru.

Волкова Елена Николаевна – доктор психологических наук, профессор, Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, Российская Федерация, ORCID: 0000-0001-9667-4752, e-mail: envolkova@yandex.ru.

Скитневская Лариса Витальевна – кандидат психологических наук, доцент, Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина (Мининский университет), Нижний Новгород, Российская Федерация, ORCID: 0000-0002-9353-2430, e-mail: l.skitnevskaya@yandex.ru.

Information about the authors

Vikhman Alexander A. – Associate Professor of the Department of Practical Psychology, Candidate of Psychological Sciences, Perm State Humanitarian Pedagogical University, Perm, Russian Federation, ORCID: 0000-0002-5483-1702, e-mail: vixmann@mail.ru.

Volkova Elena N. – Doctor of Psychology, Professor, Minin Nizhny Novgorod State Pedagogical University (Minin University), Nizhny Novgorod, Russian Federation, ORCID: 0000-0001-9667-4752, e-mail: envolkova@yandex.ru.

Skitnevskaya Larisa V. – PhD in Psychology, Associate Professor, Minin Nizhny Novgorod State Pedagogical University (Minin University), Nizhny Novgorod, Russian Federation, ORCID: 0000-0002-9353-2430, e-mail: l.skitnevskaya@yandex.ru.

Вклад соавторов

Вихман Александр Александрович – подготовка начального варианта текста; сбор данных и доказательств; анализ данных; доработка текста.

Волкова Елена Николаевна – научное руководство; критический анализ и доработка текста; развитие методологии.

Скитневская Лариса Витальевна – анализ и обобщение данных литературы; подготовка и редактирование текста.

Contribution of authors

Vikhman Alexander A. – preparation of the initial version of the text; collection of data and evidence; data analysis; revision of the text.

Volkova Elena N. – scientific guidance; critical analysis and revision of the text; development of methodology.

Skitnevskaya Larisa V. – analysis and generalization of literature data; preparation and editing of the text.

Поступила в редакцию: 01.09.2021

Принята к публикации: 03.10.2021

Опубликована: 12.11.2021