

ІНТЕРНЕТ-КОНСУЛЬТУВАННЯ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ПРИ КІБЕРБУЛІНГУ СЕРЕД ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Гордієнко К.О.

завідувач лабораторії, викладач, аспірант (Ph.D.)

кафедра авіаційної психології

Національний авіаційний університет

Анотація. У роботі розглянуто Інтернет-консультування як форму психологічної допомоги при проявах кібербулінгу серед студентської молоді. Уточнено етапи роботи та перспективи дослідження.

Ключові слова: кібербулінг, агресор, жертва, Інтернет-консультування, профілактика, юнацький вік, студенти

Hordiienko Kateryna. Internet consulting as psychological assistance in cyberbullying among higher education students

Abstract. The paper considers Internet counseling as a form of psychological assistance in the manifestations of cyberbullying among student youth. The stages of work and prospects of the research are specified.

Key words: cyberbullying, aggressor, victim, Internet counseling, prevention, adolescence, students

Соціально-економічні реформи, розшарування суспільства, індивідуалізація, епідеміологічна ситуація та діджиталізація призводить до соціально дезадаптивних форм поведінки. Відповідно, зростає число людей, які звертаються до психологів-консультантів за допомогою в зв'язку із труднощами у соціальній, навчально-трудова, сімейній або особистісній сферах (невпевненість в собі та майбутньому, нездатність приймати рішення, встановлювати і підтримувати відносини з іншими людьми, тощо). Однак, існують категорії осіб, які не готові звернутися заочною формою консультування не лише через відстань, зручність та пандемічну ситуацію, а й через їх характерологічні особливості, або страх порушення конфіденційності (різні види насилля, включаючи кібербулінг) [4].

Кібербулінг визначається нами як вид булінгу серед учасників освітнього процесу; як деструктивна взаємодія; як систематична жорстока поведінка насильника по відношенню до жертви з метою її знецінення із використанням можливостей інформаційно-комунікативних технологій та кіберпростору (анонімність, безкарність, широта, швидкість, асинхронність, тощо) [2]. Виявлення проявів кібербулінгу серед студентських груп на етапі психодіагностики та підготовка до формуючого етапу дослідження звернули нашу увагу на складність подальшої роботи у груповій очній формі через побажання респондентів щодо збереження їх анонімності та конфіденційності. Це стало поштовхом розглянути та обґрунтувати альтернативні форми психологічної допомоги.

У межах кіберпсихологічної науки стрімко розвивається дистанційна психологічна допомога (онлайн-консультування, е-терапія, кібер-терапія, психотерапія онлайн та telehealth). Інтернет-консультування розглядається як різноманітне, гетерогенне поняття, та може практикуватися через різні альтернативні комунікаційні канали (текстова, голосова, візуальна комунікація), параметри синхронності (синхронна, асинхронна), способи (індивідуальна, групова), тривалість (одинична, короткострокова, довгострокова), залученість (пряма взаємодія, самопомога при використанні наданої інформації, онлайн-інтерактивне програмне забезпечення). Крім того, Інтернет-консультування застосовується як додатковий спосіб попередньої комунікації з клієнтами перед початком і по закінченню офлайн роботи, як експрес-діагностика та самодіагностика клієнта при текстовій комунікації [1]. Однак, широта можливостей здійснення психологічних консультацій у мережі Інтернет є необмеженою, тому робота із зазначеними категоріями осіб потребує уточнення.

Коректнішим є використання Інтернет-консультування із індивідуальними зустрічами онлайн (онлайн-консультування), під час яких здійснюється профілактика аутодеструктивної

поведінки жертви, та агресивної поведінки кібербулера [5]. Психологічний супровід може здійснюватися завдяки різноманітним засобам онлайн-зв'язку (Meet, Skype, Zoom, тощо), які допомагають знизити психологічний і соціальний ризик в процесі спілкування. Тобто, у цьому форматі жертва та агресор можуть проявити свободу висловлювань, адже ризик їх ідентифікації та особистої негативної оцінки навколишніми мінімальні [4]. Натомість, психолог має можливість прискорити процес консультування (порівняно з текстовим каналом зв'язку) та обмежити взаємодію за часом (пряма, синхронна взаємодія).

У структурі і змісті індивідуального консультування в режимі онлайн, після первинної діагностики, можна буде виділити такі одиниці аналізу, як: етап знайомства (рапорт); бесіда з клієнтом; етап формування і перевірки консультативних гіпотез (когніції, мотиви, стани); прийоми надання психологічного впливу; завершення консультування [3].

Таким чином, індивідуальне Інтернет-консультування у режимі онлайн може бути розглянуто як психологічну допомогу при проявах кібербулінгу серед здобувачів закладів вищої освіти. Результати дослідження та практичних напрацювань щодо профілактики кібербулінгу серед студентської молоді будуть висвітлені нами у подальших публікаціях.

Список використаних джерел

1. Барак А. Інтернет-консультування: унікальна практика. *Психологічне консультування і психотерапія на дистанції (Опыт и проблемы интернет-консультирования и телефонной психологической помощи)* : збірник статей. / под ред. В.Ю. Меновщикова. М, 2011. С. 34-42.

2. Гордієнко К.О. Обґрунтування поширеності проявів кібербулінгу серед студентської молоді. *Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2021. Вип.15 (60). С. 25-34. URL:<https://sj.npu.edu.ua/index.php/pn/article/view/1117>

3. Карась І.С., Лукина А.А., Пушкарева В.И. Особенности психологической помощи в социальной сети Instagram. *Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия «Филология, педагогика, психология»*. 2020. № 4. С. 103-114.

4. Меновщиков В.Ю. Психологическая помощь в сети интернет. М. : МГППУ, 2007. 178 с.

5. Frost M, Casey L, Rando N. Self-Injury, Help-Seeking, and the Internet: Informing Online Service Provision for Young People *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention*. 2016. 37(1), P. 68-76. DOI: [10.1027/0227-5910/a000346](https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000346)

References

1. Barak, A. (2011). Internet-konsultirovaniye: unikalnaya praktika [Internet consulting: a unique practice]. In V.Yu. Menovshchikov (Eds.), *Psikhologicheskoye konsultirovaniye i psikhoterapiya na distantsii (Opyt i problemy internet-konsultirovaniya i telefonnoy psikhologicheskoy pomoshchi) – Psychological counseling and psychotherapy at a distance (Experience and problems of Internet counseling and telephone psychological help)* (pp.34-42) [in Russian].

2. Hordiienko, K.O. (2021). Obgruntuvannia poshyrenosti proiaviv kiberbulinhu sered studentskoi molodi [Substantiation of the prevalence of cyberbullying among student youth]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova. Seriiia 12. Psykholohichni nauky – Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov University. Series 12. Psychological Sciences*, 15 (60), 25-34. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2021.15\(60\).03](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2021.15(60).03) [in Ukrainian].

3. Karas, I.S., Lukina, A.A., & Pushkareva, V.I. (2020). Osobennosti psikhologicheskoy pomoshchi v sotsialnoy seti Instagram [Features of psychological assistance in the social network Instagram]. *Vestnik Baltiyskogo federalnogo universiteta im. I. Kanta – Vestnik Immanuel Kant Baltic Federal University*, №4, 103-114 [in Russian].

4. Menovshchikov, V.Yu. (2007). *Psikhologicheskaya pomoshch v seti internet [Psychological help on the Internet]*. Moscow: MGPPU [in Russian].

5. Frost, M., Casey, L., & Rando, N. (2016). Self-Injury, Help-Seeking, and the Internet: Informing Online Service Provision for Young People. *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention*, 37(1), 68-76. <https://doi.org/10.1027/0227-5910/a000346>