

Кибербуллинг неге көрінбейтін, бірақ ең қауіпті майдан?

Шыны керек, «буллинг» немесе «әлімжеттік» дегенді естігенде көбіміздің көз алдымызға мектеп ауласындағы төбелес, біреуді балағаттау немесе физикалық тұрғыдан күш көрсету келеді. Бұрын үйіңе қашып келіп, есікті іштен іліп алсаң, қауіпсіз жерде жүргендей сезінетінсің. Ал қазір ше? Қазір есікті бекітіп, төсегіңде жатсаң да, сол әлімжеттіктің құрбаны болуың әбден мүмкін. Себебі буллинг жаңа сипат алып, виртуалды әлемге — біздің телефондарымыз бен әлеуметтік желілерімізге көшті. Бұл құбылысты бүгінде **кибербуллинг** деп атайды.

Көбінесе үлкендер тарапынан «Бұл жай ғана интернет қой, желіні өшіріп таста да, мән берме» деген кеңестер жиі айтылады. Бірақ бұл — мәселенің салмағын түсінбеу. Желідегі соққы шынайы өмірдегі соққыдан да тереңірек із қалдыруы мүмкін.

Кибербуллинг деген не және ол қалай көрініс табады?

Кибербуллинг — бұл цифрлық технологиялар (әлеуметтік желілер, мессенджерлер, ойын платформалары) арқылы біреуді әдейі қорқыту, қудалау, кемсіту немесе оның атына кір келтіру. Оның түрлері өте көп және өкінішке орай, олар күн санап «айлакер» болып барады:

Пікірлердегі агрессия (Хейт): Адамның салған суретінің астына оның түріне, киіміне немесе пікіріне қатысты балағат сөздер жазу.

Құпия ақпаратты жариялау: Біреудің жеке хаттарын, фотоларын немесе бейнебаянды оның рұқсатынсыз көпшілікке тарату, масқаралау.

Фейк аккаунттар: Бір адамның атынан жалған парақша ашып, оның атынан былапыт сөздер жазу немесе өтірік ақпарат тарату.

Бойкот (Желіден шеттету): Сыныптың немесе ортақ достардың чатынан бір адамды әдейі шығарып тастау, онымен виртуалды түрде сөйлеспей қою.

Неге бұл шынайы өмірдегі әлімжеттіктен де қауіпті?

Интернеттегі қудалаудың психологиялық зардабы орасан зор. Оның бірнеше себебі бар:

1. **Анонимдік (Жасырындылық):** Экранның арғы жағында отырған адам өз атын, түрін жасырып, жалған аккаунт арқылы кез келген сөзді айта алады. Бетпе-бет келгенде батылы бармайтын дүниелерді желіде еш қорықпастан жазады. Бұл қорлық көрсетушіге шексіз билік сезімін береді.
2. **Шексіз аудитория:** Мектептегі сөзді 4-5 адам естісе, желіге шыққан масқаралауды бір сәтте мыңдаған адам көріп, бөлісіп үлгереді. Интернетке түскен дүние ешқашан өшпейді, демек, құрбан болған адам бұл қорлықты қайта-қайта бастан өткереді.
3. **Қашатын жердің жоқтығы:** Телефон біздің қалтамызда жүргендіктен, кибербуллинг адамды 24/7 бойы, тіпті өз үйінде де өкшелеп тұрады. Адам өзін еш жерде қауіпсіз сезіне алмайды.

Желіде жазылған суық сөз — тән жарасы емес, жан жарасы. Көзге көрінбейтін бұл жарақат адамды іштен мүжіп, депрессияға, өзіне деген сенімділікті жоғалтуға, тіпті қайғылы жағдайларға әкелуі мүмкін.

Тұйықтан шығар жол: Құрбан болмаудың амалы қандай?

Егер сіз немесе сіздің жақыныңыз желіде осындай қысымға тап болса, ең бастысы — **үнсіз қалмау керек**. Төмендегі қарапайым ережелерді есте сақтаған жөн:

Жауап бермеңіз және ақталмаңыз: Булли (шабуыл жасаушы) сіздің эмоцияңызды, уайымыңызды күтеді. Оған жауап қайтару отқа май құйғанмен тең.

Дәлел жинаңыз: Сізге жазылған балағат сөздерді, қорқытуларды скриншот (screen-shot) жасап, сақтап қойыңыз. Бұл кейін заң алдында жауапқа тартуға керек болады.

Бұғаттаңыз (Бан): Агрессорды бірден «қара тізімге» жіберіңіз. Барлық әлеуметтік желілерде шағым түсіру (Report) батырмасы бар.

Көмек сұраңыз: Бұл туралы ата-анаға, мұғалімге, психологқа немесе сенімді досқа айту — әлсіздік емес, өзіңді қорғау.

Түйін

Әлеуметтік желінің дамығаны жақсы, бірақ біз технологияны дамыта отырып, ішкі мәдениетімізді, адамгершілігімізді ұмытып бара жатқандаймыз. Экранның арғы жағында да сезімі, жүрегі бар шынайы адам отырғанын әр сәтте есте ұстау керек.

«Сөз сүйектен өтеді» дейді қазақ. Желіде пікір жазбас бұрын, біреудің суретін таратпас бұрын ойланайық: осы сөзіммен мен біреудің өмірін тас-талқан етіп жатқан жоқпын ба? Цифрлық әлемдегі ең басты қаруымыз — бұл бұғаттау батырмасы ғана емес, біздің бір-бірімізге деген жанашырлығымыз бен эмпатиямыз болуы тиіс. Өзімізді де, өзгелерді де қорғай білейік.