

UTF:37.

KİBERTƏCAVÜZ VƏ ONUN GƏNCLƏRİN PSIXOLOGİYASINA TƏSİRİ

İsmayılova Aygün Etibar qızı
Bakı Dövlət Universiteti Qazax filialı
ismailova-aygun@inbox.ru

Xülasə: *Bu məqalədə müasir dövrün ciddi psixoloji və sosial problemlərindən biri olan kibertəcavüz və onun gənclərin psixikasına təsiri araşdırılmışdır. İnternetin və sosial medianın geniş yayılması ilə birlikdə rəqəmsal zorakılıq halları artmış, xüsusilə psixoloji cəhətdən daha həssas olan gənclər bu hallardan mənfi təsirlənmişlər. Məqalədə kibertəcavüzün müxtəlif növləri – təhqir, hədə, şəxsi məlumatların yayılması və onlayn təqib kimi formalar təsvir olunmuşdur. Həmçinin bu hallar nəticəsində gənclərdə özünəinamın azalması, depressiya, sosial təcrid və intihar riskinin artması kimi psixoloji fəsadlar qeyd olunmuşdur. Nəticə hissəsində isə kibertəcavüzə qarşı mübarizə yolları – ailə və məktəbin rolu, psixoloji dəstək, hüquqi mexanizmlər və rəqəmsal savadlılıq məsələləri vurğulanmışdır. Məqalənin əsas məqsədi bu aktual problemin psixoloji tərəflərini araşdırmaq və maarifləndirici tövsiyələr təqdim etməkdir.*

Açar sözlər: kibertəcavüz, depressiya, gənc, sosial media, bullinq, sosial təcrid, intihar,

Ключевые слова: кибербуллинг, депрессия, молодой, социальные сети, насилие, социальная изоляция, самоубийство

Keys word: cyberbullying, depression, young, social media, bullying, social isolation, suicide

Müasir texnologiyanın sürətli inkişafı və internetin həyatımızın ayrılmaz hissəsinə çevrilməsi yeni sosial davranış formalarının yaranmasına səbəb olmuşdur. Bu yeniliklərdən biri də kibertəcavüz – yəni internet və rəqəmsal platformalar üzərindən baş verən zorakılıq, təhqir, böhtan və təhdid formalarıdır. Kibertəcavüz xüsusilə gənclər arasında geniş yayılmış və onların psixoloji rifahına ciddi təsirlər göstərməkdədir. Gənclər yaş dövrü etibarilə psixoloji və emosional olaraq daha həssas olduqları üçün belə halların mənfi nəticələrini daha dərindən yaşayırlar.[1]

Kiber zorakılıq — informasiya-kommunikasiya texnologiyalarından istifadə etməklə bir şəxsə və ya qrupa qarşı texniki və ya psixoloji zərər yetirilməsi məqsədilə həyata keçirilən davranışlar toplusudur (Kowalski, Limber, & Agatston, 2012). Bu anlayış eyni zamanda “elektron mesajlar vasitəsilə qəsdən və təkrarən zərər vermək” kimi də tərif olunur (Patchin & Hinduja, 2015).[3]

Kibertəcavüzün növləri

Kibertəcavüz müxtəlif formalarda təzahür edə bilər və bu formalar bəzən bir-biri ilə əlaqəli olur:

❖ **Sözlü təhqirlər və hədələr:** Sosial şəbəkələrdə və mesajlaşma tətbiqlərində gənclərə qarşı edilən kobud ifadələr, alçaldıcı sözlər və fiziki zərər hədələri bu kateqoriyaya daxildir.

❖ **Şəxsi məlumatların yayılması:** Gənclərin şəxsi fotolarının və ya məxfi məlumatlarının icazəsiz yayılması onların həm sosial, həm də psixoloji həyatına zərbə vurur.

❖ **Yalan və böhtan kampaniyaları:** Sosial mediada qəsdən yalan məlumatların paylaşılması, ictimai fikri manipulyasiya edərək fərdi hədəfə çevirmək çox vaxt ağır psixoloji travmalara səbəb olur.

❖ **İntihar oyunları və manipulyativ tətbiqlər** – Yeniyyətləri təhlükəli davranışlara sövq edən onlayn “oyunlar” və psixoloji manipulyasiya metodları.

❖ **Onlayn təqib və izləmə:** Davamlı olaraq bir şəxsin paylaşımalarının izlənməsi, şərhlerle təzyiq göstərilməsi və şəxsin hərəkətlərinin nəzarət altında saxlanması da kibertəcavüz formalarından biridir.[2]

Gənclərin Psixikasına Təsirləri

Kibertəcavüzün gənclərin psixoloji vəziyyətinə təsiri olduqca dərindir. Bəzi əsas təsirlər aşağıdakılardır:

Özünəinamın azalması: Daimi tənqid və alçaldıcı rəylər nəticəsində gənclər özünə qarşı etibarını və dəyər hissini itirirlər.

Depressiya və anksiyete: Kibertəcavüzə məruz qalan gənclər tez-tez depressiv əlamətlər göstərir, narahatlıq və qorxu halları yaşayırlar.

Sosial təcrid: Özlərini qorumaq məqsədilə kibertəcavüzə məruz qalanlar sosial fəaliyyətlərdən uzaqlaşır, dost ətrafından çəkilib və tək qalmağa meylli olurlar.

İntihar düşüncələri: Təəssüf ki, kibertəcavüz uzun müddət davam etdikdə və müdaxilə olunmadıqda bəzi gənclərdə intihar düşüncələrinə və davranışlarına yol açmağa bilər.

Mübarizə və Qorunma Yolları

Ölkəmizdə zorakılıq davranışlarının qarşısının alınması və zərərçəkmiş gənclərə yardım göstərilməsi istiqamətində hələ ki, sistemli layihələrin mövcud olmaması ciddi narahatlıq doğurur. Sosial medianın yaratdığı təhlükələrin artmaqda olduğunu nəzərə alaraq, böyüklərin, müəllimlərin və valideynlərin üzərinə böyük məsuliyyət düşür.

Bu sahədə beynəlxalq təcrübənin öyrənilməsi və tətbiqi, orta məktəblərdə maarifləndirmə işlərinin aparılması, valideynlərin və gənclərin məlumatlandırılması olduqca vacibdir.

Kibertəcavüzlə mübarizədə fərdi, ailəvi və cəmiyyət səviyyəsində tədbirlər vacibdir:

- Ailə və məktəbin rolu: Valideynlər və müəllimlər gənclərlə açıq və dəstəkləyici ünsiyyət qurmali, onlara internet təhlükələri barədə məlumat verməlidirlər.

- Psixoloji dəstək: Məruz qalan gənclərə psixoloq və ya məktəb psixoloji xidməti tərəfindən yardım göstərilməlidir. Erken müdaxilə, travmanın dərinləşməsinin qarşısını alır.

- Hüquqi mexanizmlər: Ölkəmizdə kibertəcavüzlə bağlı hüquqi mexanizmlərin təkmilləşdirilməsi, kibercinayətlərin qarşısının alınması üçün vacibdir.

- Maarifləndirmə və rəqəmsal savadlılıq: Gənclərə onlayn mühitdə necə davranmalı olduqları, şəxsi məlumatlarını necə qorunmalı olduqları barədə sistemli təlimlər keçirilməlidir.

- Televiziyada sosial şəbəkələrin nümayişi,

- İnternet mühitində real təhlükələr, kiber cinayətlər və kiber zorakılıq mövzusunda maarifləndirici verilişlərin hazırlanması,

- Məktəblərdə və ictimai məkanlarda təlim və seminarların təşkili,

- Gənclər üçün psixoloji dəstək və hüquqi məsləhət xidmətlərinin yaradılması.

Bu istiqamətdə atılacaq addımlar gəncləri qorumaqla yanaşı, cəmiyyətin bütövlükdə rəqəmsal təhlükəsizlik mədəniyyətini formalaşdırmağa kömək edəcəkdir.

Son illərdə kiber zorakılıq halları sürətlə artmaqdadır. UNICEF-in 2020-ci ildə yaydığı hesabatda qeyd olunur ki, yeniyetmələrin 30%-ə qədəri internetdə zorakılığa məruz qalır və bu hallar onların psixoloji vəziyyətinə ciddi təsir göstərir (UNICEF, 2020). Bəzi hallarda isə kiber zorakılıq intihar halları ilə nəticələnir (Hinduja & Patchin, 2010). [4]

Kibertəcavüz müasir dövrün ciddi sosial və psixoloji problemlərindən biridir. Xüsusilə gənclər arasında bu problemin artması, psixi sağlamlıqla bağlı daha geniş tədbirlərin görülməsini zəruri edir. Gənclərin özünəinamını və psixoloji davamlılığını gücləndirmək, onları rəqəmsal təhlükələrdən qorumaq üçün ailə, məktəb və cəmiyyətin birlikdə hərəkət etməsi vacibdir. Kibertəcavüzə qarşı həm fərdi, həm də institusional səviyyədə tədbirlər həyata keçirilməli, gələcək nəsillərin sağlam psixoloji inkişafı təmin edilməlidir.

Ədəbiyyat

1. Əliyeva, S. (2021). Rəqəmsal dövrdə gənclərin psixoloji rifahı. Bakı: Təhsil Nəşriyyatı.
2. Məmmədova, T. (2022). Sosial media və psixoloji təhlükələr: Gənclərin internet davranışları. Bakı: Elm və Təhsil.
3. Olweus, D. (2013). Cyberbullying: An overrated phenomenon? *European Journal of Developmental Psychology*, 10(2), 147–162.
4. UNICEF. (2020). One in three young people in 30 countries report being a victim of online bullying – UNICEF and UN Special Representative. Retrieved from <https://www.unicef.org/press-releases>

CYBERBULLYING AND ITS IMPACT ON YOUTH PSYCHOLOGY

İsmayilova Aygun Etibar
Summary

This article examines cyberbullying, one of the serious psychological and social problems of the modern era, and its impact on the psyche of young people. With the widespread use of the Internet and social media, cases of digital violence have increased, and young people, who are especially psychologically vulnerable, have been negatively affected by these cases. The article describes various types of cyberbullying - insults, threats, disclosure of personal information, and online harassment. Also, psychological consequences such as decreased self-esteem, depression, social isolation, and increased risk of suicide in young people as a result of these cases are noted. In the conclusion, ways to combat cyberbullying - the role of family and school, psychological support, legal mechanisms, and digital literacy issues are emphasized. The main purpose of the article is to examine the psychological aspects of this urgent problem and provide educational recommendations.

КИБЕРБУЛЛИНГ И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ПСИХОЛОГИЮ МОЛОДЕЖИ

Исмаилова Айгун Етибар кызы
Резюме

В статье рассматривается кибербуллинг – одна из серьезных психологических и социальных проблем современности, а также его влияние на психику молодых людей. С широким распространением Интернета и социальных сетей участились случаи цифрового насилия, которые особенно негативно сказываются на молодых людях, которые особенно уязвимы в психологическом плане. В статье описываются различные виды кибербуллинга, включая оскорбления, угрозы, распространение личной информации и онлайн-преследования. Также в результате подобных ситуаций у молодых людей отмечаются такие психологические последствия, как снижение самооценки, депрессия, социальная изоляция и повышенный риск самоубийства. В заключении подчеркиваются способы борьбы с кибербуллингом - роль семьи и школы, психологическая поддержка, правовые механизмы, а также вопросы цифровой грамотности. Основная цель статьи - рассмотреть психологические аспекты этой актуальной проблемы и дать педагогические рекомендации.

Rəyçi: fəxri professor İbrahimov C.H.
Daxil olma tarixi 18 iyun 2025-ci il