

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2025, Том 13, № 1 / 2025, Vol. 13, Iss. 1 <https://mir-nauki.com/issue-1-2025.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/98PSMN125.pdf>

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Ионова, М. С. Кибербуллинг: причины возникновения и возможности профилактики в условиях вуза / М. С. Ионова, А. А. Морозова, А. Д. Старостина, Я. Е. Боряева // Мир науки. Педагогика и психология. — 2025. — Т. 13. — № 1. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/98PSMN125.pdf>.

**For citation:**

Ionova M.S., Morozova A.A., Starostina A.D., Boryaeva Ya.E. Cyberbullying: causes and possibilities of prevention in a university setting. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2025;13(1): 98PSMN125. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/98PSMN125.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.).

УДК 159.922:004.738.5-057.875

**Ионова Мария Сергеевна**

ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Мордовский государственный университет имени Н.П. Огарёва»,  
Саранск, Россия  
Доцент кафедры «Психологии»  
Кандидат психологических наук, доцент  
E-mail: [ionovams@mail.ru](mailto:ionovams@mail.ru)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4982-9691>  
РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=702977](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=702977)

**Морозова Анастасия Андреевна<sup>1</sup>**

ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Мордовский государственный университет имени Н.П. Огарёва»,  
Саранск, Россия  
E-mail: [an.papsueva@yandex.ru](mailto:an.papsueva@yandex.ru)

**Старостина Алина Дмитриевна<sup>2</sup>**

ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Мордовский государственный университет имени Н.П. Огарёва»,  
Саранск, Россия  
E-mail: [2001sad@mail.ru](mailto:2001sad@mail.ru)

**Боряева Яна Евгеньевна<sup>3</sup>**

ФГБОУ ВО «Национальный исследовательский Мордовский государственный университет имени Н.П. Огарёва»,  
Саранск, Россия  
Помощник директора Департамента по управлению делами ректора  
E-mail: [boryaeva3746@gmail.com](mailto:boryaeva3746@gmail.com)

## **Кибербуллинг: причины возникновения и возможности профилактики в условиях вуза**

**Аннотация.** Статья посвящена проблеме кибербуллинга. Авторами рассматриваются причины его возникновения и возможности профилактики в условиях высшего учебного заведения. Изучение данного явления остаётся актуальным в наше время по причине широкого распространения Интернета и социальных сетей, ставших основной средой общения многих людей, в том числе студентов.

<sup>1</sup> <https://vk.com/kovalevans>

<sup>2</sup> <https://vk.com/id146396716>

<sup>3</sup> <https://vk.com/boryaeva567>

Все большему распространению данного явления способствуют: «психология злоумышленника», социальные факторы, специфика технологий, обеспечивающих анонимность и возможность вирусных рассылок, иллюзия безнаказанности и др. В ходе исследования использовались следующие методы: теоретический анализ научной литературы, метод опроса (анкета «Ты жертва?» и «Занимаешься ли ты кибербуллингом?» (Дж. Пэтчин, С. Хиндуя)). Полученные эмпирические данные свидетельствуют о том, что большинству студентов знакомо такое опасное явление, как кибербуллинг, а часть из них становилась его непосредственным участником. Соответственно, необходимо проводить специальную работу, направленную на профилактику кибербуллинга в студенческой среде. Профилактическая работа в данном направлении требует достаточной информированности и внимательного отношения со стороны педагогов-кураторов, преподавателей, сотрудников психологической службы вуза, общественных организаций. Подготовленная нами профилактическая тренинговая программа «Защитим себя» ориентирована на создание безопасного и дружелюбного онлайн-пространства, предотвращение распространения кибербуллинга в студенческой среде. С помощью упражнений, направленных на выработку навыков управления эмоциями и повышение самооценки, участники тренинга научатся «безболезненно» выходить из ситуаций онлайн-травли, сохраняя при этом самообладание. Данная программа может быть реализована в деятельности психологических служб вузов, а отдельные рекомендации применены в работе педагогов-кураторов, воспитателей (осуществляющих свою профессиональную деятельность в студенческих общежитиях) и других специалистов, работающих со студенческой молодежью.

**Ключевые слова:** буллинг; кибербуллинг; жертва; буллер; студенты вуза; социальные сети; профилактика кибербуллинга

## Введение

Современный человек все больше времени проводит на просторах социальных сетей и Интернета в целом. Это позволяет получать быстрый доступ к информации, расширять возможности обучения, устраиваться на работу, находить новых друзей. Однако стоит отметить, что какой бы комфортной и эффективной не была электронная среда, она стала вносить в нашу жизнь новые угрозы, создавая ситуации травли и агрессии.

По данным опроса, половина участников стали чаще встречаться в Интернете с оскорблениями, унижениями и угрожающими комментариями. Стремительное развитие интернет-сообществ, к сожалению, привело к тому, что возрос риск оказаться жертвой агрессии и унижений.<sup>4</sup>

Несмотря на довольно широкую распространенность в Сети, особенно среди подростков и людей юношеского возраста, проблема кибербуллинга все еще является недостаточно изученной.

Первоначально в психологических исследованиях появился термин «буллинг», в переводе с английского обозначающий «запугивание» [1]. Буллинг — это повторяющиеся акты различных видов насилия и издевательств, со стороны одного лица или группы лиц в отношении индивида, который не может себя защитить.

Д. Олвеус, изучая данный феномен, отметил, что буллинг отличается от обычных конфликтов тем, что нападения происходят периодически, и что агрессор и жертва обычно из одной социальной группы [2].

<sup>4</sup> Костарнова Н.А. Травлей поросло / Н.А. Костарнова. — Москва, 2023. — 5 с. — URL: <https://www.kommersant.ru/doc/6336839> (дата обращения: 25.01.2025).

Отечественный автор С.Г. Куприянова рассматривает буллинг как способ скрыть свою некомпетентность через целенаправленную агрессию к другому человеку [3].

В эпоху развития информационных технологий возник новый вид агрессии — кибербуллинг. Этот термин описывает форму психологического давления через Интернет, включая угрозы, оскорбления, распространение лжи и др. Кибербуллинг со временем приобрел различные формы проявления:

- флейминг (бесцельный обмен агрессивными репликами);
- использование нескольких каналов связи (буллинг в сообщениях, комментариях, письмах и звонках);
- клевета;
- имитация личности;
- выманивание и разглашение личной информации;
- киберпреследование;
- хеппислепинг (жертва подвергается избиению на камеру, после чего видео выкладывается в Интернет) и др. [4].

В отечественной психологии изучение кибербуллинга началось относительно недавно [5; 6].

В.Л. Назаров выделяет три главных фактора, которые влияют на причины кибербуллинга:

- психология злоумышленника;
- социальные факторы;
- роль технологий [7].

Психология злоумышленника включает в себя: потребность в контроле и власти, недостаток эмпатии и личные конфликты, неприятие. К социальным факторам относят: нормы общества, стремление к популярности, групповое давление. Главную роль играют технологии, обеспечивающие анонимность, постоянную доступность и вирусное распространение [7; 8].

Также к причинам, по которым человек становится кибербуллером (инициатором кибербуллинга), отечественные психологи относят:

- стремление к превосходству;
- навязчивые мысли о своей неполноценности;
- зависть;
- месть и развлечение [5; 9].

Проблема профилактики интернет-зависимости в молодежной среде (как показывают результаты анализа научной литературы) активно разрабатывается современными исследователями [10]. Возможности борьбы с кибербуллингом и его профилактики обсуждается современными исследователями.

Так, В.Л. Андрееenkova<sup>5</sup>, В.А. Мельничук, О.А. Калашник рекомендуют использовать следующие способы борьбы:

- жалоба администрации сайта;

---

<sup>5</sup> Андрееenkova В.Л. Противодействие буллингу в учебном заведении: системный подход: метод. пособие / В.Л. Андрееenkova, В.А. Мельничук, О.А. Калашник. — Киев: «Агентство Украина», 2019. — 132 с.

- жалоба третьим лицам;
- ограничение контактов;
- минимум личной информации в Интернете.

Как правило, жертва сама подпитывает интерес к себе тем, что активно эмоционально реагирует на нападения со стороны агрессора. Важно вовремя понять, что начинается травля или появляются угрозы, чтобы быстро среагировать и заблокировать пользователя.

Таким образом, существует множество способов защитить себя от кибербуллинга. В случае, если ситуация выходит из-под контроля, необходимо обратиться за помощью в правоохранительные органы и к психологу.

Подводя итоги теоретического анализа научной литературы, можно сделать вывод о том, что проблема кибербуллинга является актуальной, но недостаточно изученной в педагогике и психологии.

Учитывая вышесказанное, мы поставили перед собой цель изучить частоту встречаемости кибербуллинга среди студентов и возможности его профилактики в условиях вуза.

Задачи исследования:

- определить количество студентов, сталкивавшихся с явлением кибербуллинга;
- выявить позиции, занимаемые студентами в процессе кибербуллинга (жертва или агрессор);
- разработать рекомендации по профилактике кибербуллинга в условиях вуза.

### Материалы и методы

Исследование проводилось на базе Историко-социологического института Мордовского государственного университета имени Н.П. Огарёва. Объем выборки составил 40 человек. Участники исследования — студенты различных направлений подготовки («Психология», «Политология», «Педагогическое образование», «Социология», «История», «Социальная работа») в возрасте 18–22 лет. Из них 12 юношей и 28 девушек. По национальному составу — 62 % русские, 31 % — мордва, 5 % — татары, 2 % — туркмены.

Для изучения частоты встречаемости кибербуллинга в студенческой среде использовалась анкета «Ты — жертва?» и «Занимаешься ли ты кибербуллингом?» (авторы: Дж. Пэтчин, С. Хиндуя). Анкета включает 24 вопроса и позволяет выявить жертв и инициаторов кибербуллинга [11].

### Результаты исследования и их обсуждение

Распределение студентов по категориям в зависимости от возраста и курса обучения представлено в таблице 1 и на рисунках 1 и 2.

Таблица 1

#### Распределение респондентов по категориям

Значение	Категории студентов										
	Пол		Возраст					Курс обучения			
	Мужской	Женский	18	19	20	21	22	1	2	3	4
Абс.	12	28	11	9	12	6	2	7	10	19	4
%	30	70	28	22	30	15	5	17	25	48	10

Составлено авторами

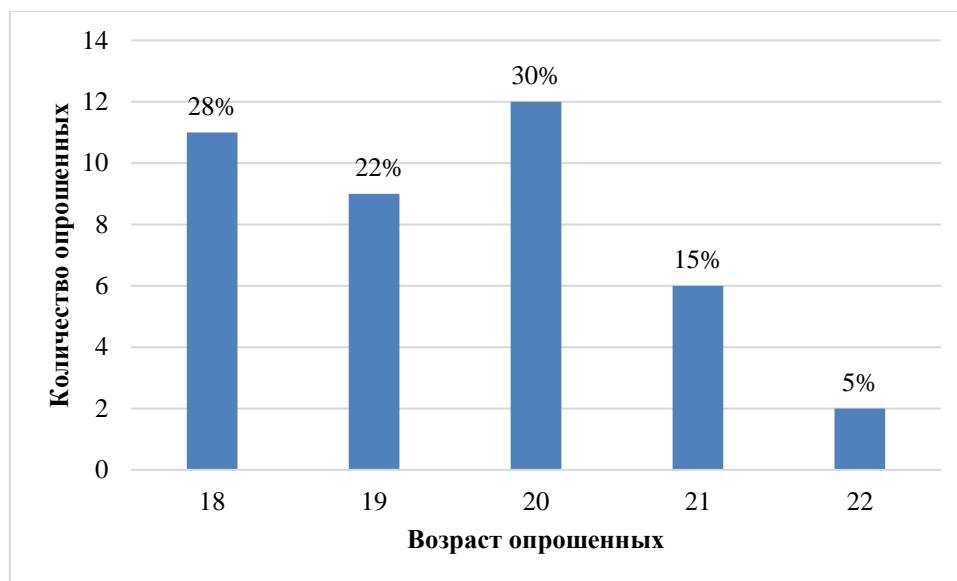


Рисунок 1. Возраст студентов, принявших участие в исследовании (составлено авторами)

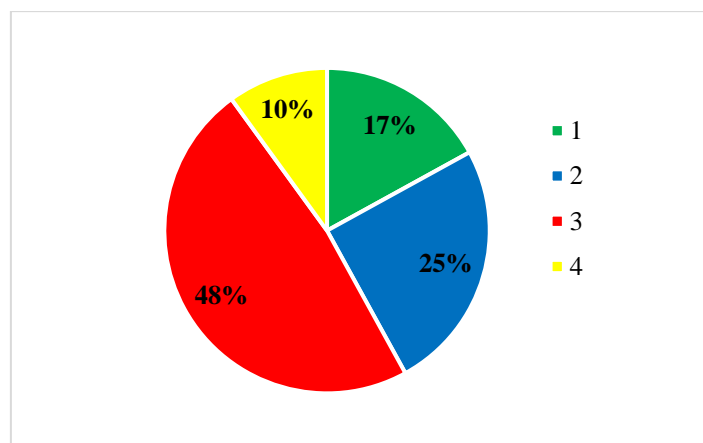


Рисунок 2. Распределение респондентов по категориям в зависимости от курса обучения (составлено авторами)

Результаты применения анкеты «Ты — жертва?» представлены в таблице 2 и на рисунке 3.

Таблица 2

Результаты анкеты «Ты жертва?» (Дж. Пэтчин, С. Хиндуя)

Показатели	Результаты	
	Абс.	%
Кибербуллинг отсутствует (0 баллов)	4	10
Знаком с кибербуллингом, но не становился жертвой (1–10 баллов)	29	73
Жертва кибербуллинга (11–20 баллов)	7	17
Итого	40	100

Составлено авторами

В ходе исследования было выявлено, что 73 % студентов (29 человек) набрали от 1 до 10 баллов в анкете «Ты — жертва?» по шкале «Жертва кибербуллинга». Соответственно, студенты знакомы с кибербуллингом, но не становились его жертвой. 17 % (7 человек) набрали от 11 до 20 баллов. Следовательно, они были подвержены кибербуллингу, становились его жертвой. И 0 баллов набрали 10 % респондентов (4 человека). В их жизни кибербуллинг отсутствует.



**Рисунок 3.** Подверженность студентов кибербуллингу (по данным анкеты «Ты — жертва?») (Дж. Пэтчин, С. Хиндуя) (составлено авторами)

Результаты опроса с использованием анкеты «Занимаешься ли ты кибербуллингом?» представлены в таблице 3 и на рисунке 4.

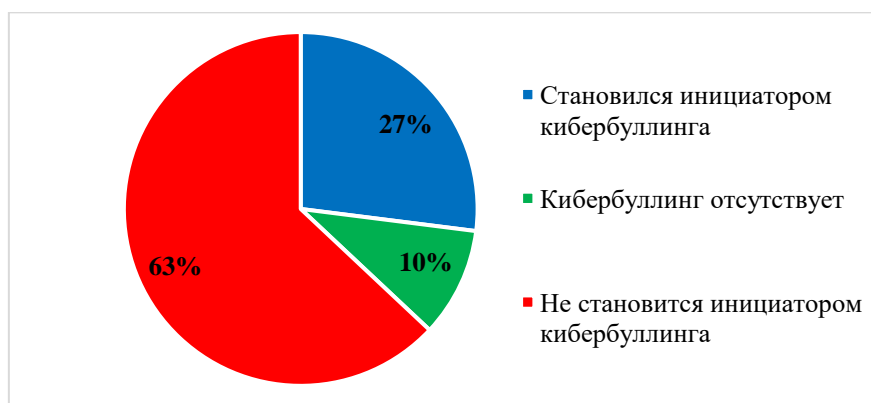
**Таблица 3**

**Результаты анкеты «Занимаешься ли ты кибербуллингом?» (Дж. Пэтчин, С. Хиндуя)**

Показатели	Результаты	
	Абс.	%
Кибербуллинг отсутствует (0 баллов)	4	10
Знаком с кибербуллингом, но не становился инициатором (1–10 баллов)	25	63
Инициатор кибербуллинга (11–20 баллов)	11	27
Итого	40	100

Составлено авторами

В анкете «Занимаешься ли ты кибербуллингом?» по шкале «Инициатор кибербуллинга» у 63 % студентов (25 человек) выявлены средние значения (1–10 баллов) — респонденты знакомы с кибербуллингом, но не становились его инициаторами. У 27 % (11 человек) высокие значения (11–20 баллов) — они являлись инициаторами кибербуллинга. У 10 % студентов (4 человека) — 0 баллов, что говорит об отсутствии в их жизни кибербуллинга.



**Рисунок 4.** Инициирование кибербуллинга студентами (по данным анкеты «Занимаешься ли ты кибербуллингом?») (Дж. Пэтчин, С. Хиндуя) (составлено авторами)

Исходя из полученных результатов, можно сделать вывод, что у большинства респондентов (58 %) наблюдается средний уровень по шкалам, выявляющим жертву и

инициатора кибербуллинга. Соответственно, ни к первой, ни ко второй категории (жертва/инициатор кибербуллинга) они не относятся. У трети студентов (33 %) отмечаются высокие показатели по шкалам «Жертва кибербуллинга» и «Инициатор кибербуллинга». У значительно меньшего количества студентов (9 %) выявлены низкие показатели по результатам опроса (кибербуллинг в их жизни отсутствует). Соответственно, данную проблему можно рассматривать как достаточно актуальную для студентов.

Поскольку, кибербуллинг может привести к серьезным негативным последствиям (подавленное эмоциональное состояние, снижение самооценки и повышение неуверенности в себе и т. п.), для психологов и педагогов одной из приоритетных задач становится разработка системы профилактики и способов борьбы с кибербуллингом. Анализируя научную литературу, стоит отметить, что данная проблема активно разрабатывается зарубежными учеными [2; 11].

Шведско-норвежский психолог Д. Олвеус разработал методiku под названием «ОВРР», направленную на снижение всех форм буллинга, включая кибербуллинг. Она включает опрос обучающихся с целью оценки уровня буллинга, тренинги для учителей и родителей, а также регулярный мониторинг и оценку эффективности реализации программы. Она направлена на создание безопасной школьной среды и активное конструктивное взаимодействие всех участников образовательного процесса [2].

Е.В. Бочкарева и Д.А. Стренин анализируя зарубежный опыт решения рассматриваемой проблемы, также отмечают значимость профилактической работы. В частности, обеспечения понимания учащимися природы кибербуллинга, обучение их безопасному поведению в Интернете и создание комфортной школьной среды. Внимание акцентируется на именно на профилактике данного явления и раннем вмешательстве [12].

В.Н. Бородинa обращается к проблеме профилактики кибербуллинга среди подростков в образовательной среде [13]. Дж. Пэтчин и С. Хиндуйа в центре по изучению кибербуллинга разработали комплексные образовательные программы, также ориентированные на учащихся, учителей и родителей. Они включают образовательные модули и тренинги. Кроме того, проведение эмпирических исследований для разработки наиболее эффективных стратегий вмешательства и профилактики. Основная задача авторов — создание информированных и подготовленных сообществ, которые будут эффективно справляться с проблемами кибербуллинга [11].

По мнению исследователей, для профилактики кибербуллинга у студентов вуза следует проводить информационно-просветительскую работу, мероприятия профилактического характера, направленные на повышение уровня психологической культуры, а также:

- тренинги развития коммуникативных умений;
- занятия, ориентированные на коррекцию отклонений в эмоциональной сфере и развитие навыков стрессоустойчивости [10; 14].

Опираясь на представленные данные, можно сделать вывод о том, что на базе Психологической службы вуза могут быть организованы и проведены тренинговые занятия, направленные на профилактику кибербуллинга.

Изучив опыт предшественников, мы составили программу профилактики кибербуллинга «Защитим себя». Работа над ней осуществлялась в несколько этапов.

- 1 Целевой — определение цели и задач тренинга.
- 2 Методический — разработка тематики занятий, определение форм работы, подбор техник и приемов, применяемых во время тренинга.

В начале нами была определена форма занятий — групповая. Данная форма наиболее продуктивна для решения поставленных задач. Далее были отобраны и объединены в блоки темы занятий. Разработаны подробные планы каждого занятия.

Представим краткое описание профилактической тренинговой программы «Защитим себя».

Цель программы — профилактика кибербуллинга в условиях образовательной организации.

Задачи программы.

- 1 Ознакомить участников с явлением кибербуллинга и способами борьбы с ним.
- 2 Сформировать у студентов навыки оказания помощи пострадавшим и агрессорам.
- 3 Развить умения эффективного межличностного взаимодействия [15; 16].
- 4 Способствовать развитию социальной ответственности студентов с целью создания безопасной и поддерживающей среды в образовательной организации, где каждый может чувствовать себя защищенным и уважаемым.

В рамках тренинга рекомендуется проводить занятия, направленные на повышение уровня теоретических знаний в области кибербуллинга (о видах, формах проявления и ситуациях, способствующих его возникновению). Не менее важно включать упражнения, направленные на развитие навыков управления эмоциями при столкновении с онлайн-буллингом, обсуждать с участниками конкретные шаги борьбы (как жертвы, так и свидетеля).

Программа тренинга «Защитим себя» рассчитана на 5 занятий. Рекомендуется проводить их в свободное от занятий время, 1–2 раза в неделю. Продолжительность — 60 минут.

Каждое занятие включает:

- вводную часть (приветствие участников, настрой на групповую работу, подготовка к теме тренинга);
- основную часть (повышение уровня знаний и умений студентов в области профилактики и борьбы с кибербуллингом);
- заключительную часть (подведение итогов, повышение общего эмоционального фона участников, получение обратной связи).

Предполагаем, что реализация данной тренинговой программы будет способствовать:

- повышению осведомлённости студентов в вопросах кибербуллинга (особенностях проявления и возможных последствиях);
- развитию умения идентифицировать формы кибербуллинга;
- укреплению навыков самозащиты;
- развитию умения адекватно реагировать на кибербуллинг;
- повышению уверенности в себе;
- созданию культуры безопасности в студенческом сообществе.

Данную профилактическую программу мы планируем внедрить в работу Психологической службы Мордовского государственного университета.

## Заключение

Результаты проведенного исследования позволяют сделать следующие выводы.

- Кибербуллинг определяют как травлю человека или группы людей с использованием технических средств (по электронной почте, в мессенджерах, социальных сетях и текстовых сообщениях, а также на платформах для аудио- и видеосвязи).
- Формами проявления кибербуллинга являются: флейминг, грифинг, троллинг, клевета, выдача себя за другого, раскрытие секретов, исключение из онлайн-сообществ и др.
- К основным причинам кибербуллинга относят психологию злоумышленника и социальные факторы. Большую роль играют технологии, обеспечивающие анонимность, постоянство и вирусное распространение.
- Кибербуллинг представляет собой серьезную проблему для современного общества.
- Результаты эмпирического исследования, проведенного на базе МГУ имени Н.П. Огарёва, свидетельствуют о том, что большинство респондентов не относятся ни к одной категории (жертва/кибербуллер). Наименьшее количество студентов не сталкивалось с проявлениями кибербуллинга. У трети респондентов выявлены высокие показатели. Соответственно, они либо являлись жертвами кибербуллинга, либо его инициаторами.

Представленные данные свидетельствуют о необходимости профилактики кибербуллинга в условиях образовательной среды. Одним из эффективных средств является разработка и внедрение тренинговых программ соответствующей направленности в практику работы Психологических служб вузов.

## ЛИТЕРАТУРА

- 1 Ярмина А.Н. Периодизация изучения феномена буллинга / А.Н. Ярмина // Исследователь. — 2018. — С. 82–87. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/periodizatsiya-izucheniya-fenomena-bullinga> (дата обращения: 25.01.2025).
- 2 Olweus D. Bullying: What We Know and What We Can Do / D. Olweus. — Oxford: Basil Blackwell, 1993. — 140 с.
- 3 Куприянова С.Г. Агрессивное поведение школьников: причины, последствия, профилактика / С.Г. Куприянова // Продуктивное обучение: опыт и перспективы. — 2018. — С. 265–271.
- 4 Алексеенко П.А. Кибербуллинг как проявление агрессии среди молодежи / П.А. Алексеенко // Вестник науки и образования. — 2021. — С. 42–47. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kiberbulling-kak-proyavlenie-agressii-sredi-molodezhi> (дата обращения: 25.01.2025).
- 5 Путинцева А.В. Развитие феномена «Кибербуллинг»: анализ подходов к определению / А.В. Путинцева // Вестник Уфимского юридического института МВД России. — 2020. — С. 51–57. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-fenomena-kiberbulling-analiz-podhodov-k-opredeleniyu> (дата обращения: 26.01.2025).

- 6 Бочавер А.А. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий / А.А. Бочавер. — Москва: Изд-во Высшей школы экономики, 2014. — 191 с. — Текст: непосредственный.
- 7 Назаров В.Л. Буллинг и кибербуллинг в современной школе / В.Л. Назаров, Н.В. Авербух, А.В. Буйначева // Образование и наука. — 2022. — Т. 24. — № 2. — С. 169–205. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/bulling-i-kiberbulling-v-sovremennoy-shkole> (дата обращения: 26.01.2025).
- 8 Ануфриева Е.В. Буллинг и кибербуллинг: проблема современного подростка / Е.В. Ануфриева. — Москва, 2021. — 430 с. — Текст: непосредственный.
- 9 Путинцева А.В. Анализ причин и условий кибербуллинга / А.В. Путинцева // Право и государство: теория и практика. — 2019. — С. 171–173. — URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-prichin-i-usloviy-kiberbullinga> (дата обращения: 26.01.2025).
- 10 Ионова М.С. Кинотренинг как средство развития коммуникативной сферы студентов, склонных к интернет-зависимому поведению / М.С. Ионова, Н.В. Резепова, А.А. Курдюкова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2023. — Т. 11. — № 1. — С. 3–13.
- 11 Пэтчин Дж. Написанное остается. Как сделать интернет-общение безопасным и комфортным / Дж. Пэтчин, С. Хиндуйя [пер. с англ. В. Башкировой]. — Москва: Манн, 2020. — 179 с.
- 12 Бочкарева Е.В. Теоретико-правовые аспекты кибербуллинга / Е.В. Бочкарева, Д.А. Стренин // Всероссийский криминологический журнал. — 2021. — Т. 15, № 1. — С. 91–97. — Москва, 2021. — 97 с.
- 13 Бородина В.Н. Кибербуллинг среди подростков в образовательной среде как предмет исследования / В.Н. Бородина // Мир науки, культуры, образования. — 2021. — № 6. — С. 150–155.
- 14 Зинцова А.С. Социальная профилактика кибербуллинга / А.С. Зинцова. — Нижний Новгород: Вестник Нижегородского университета имени Н.И. Лобачевского, 2014. — 128 с.
- 15 Тарасова Т.В. Характеристика межличностных отношений студентов с интернет-зависимым поведением / Т.В. Тарасова, М.С. Ионова // Актуальные проблемы психологии личности и социального взаимодействия. — 2018. — С. 251–258.
- 16 Ионова М.С. Особенности социального интеллекта подростков, склонных к интернетзависимому поведению / М.С. Ионова, С.И. Баляев // Пензенский психологический вестник. — 2018. — № 1. — С. 55–70.

**Ionova Mariia Sergeevna**

National Research Ogarev Mordovia State University, Saransk, Russia  
E-mail: ionovams@mail.ru  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4982-9691>  
RSCI: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=702977](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=702977)

**Morozova Anastasia Andreevna**

National Research Ogarev Mordovia State University, Saransk, Russia  
E-mail: an.papsueva@yandex.ru

**Starostina Alina Dmitrievna**

National Research Ogarev Mordovia State University, Saransk, Russia  
E-mail: 2001sad@mail.ru

**Boryaeva Yana Evgenievna**

National Research Ogarev Mordovia State University, Saransk, Russia  
E-mail: boryaeva3746@gmail.com

## **Cyberbullying: causes and possibilities of prevention in a university setting**

**Abstract.** The article is devoted to the problem of cyberbullying. The causes of its occurrence and the possibilities of prevention in a higher educational institution are considered. The study of this phenomenon remains relevant in our time due to the widespread use of the Internet and social networks, which have become the main communication medium for many people, including students. «Psychology of an attacker», social factors. the specifics of technologies that ensure anonymity and the possibilities of viral mailings, the illusion of impunity, etc. they contribute to the increasing spread of this phenomenon. The following methods were used in the course of the study: theoretical analysis of scientific literature, the survey method (the questionnaire «Are you a victim?» and «Are you engaged in cyberbullying?» (J. Patchin, S. Hinduya)). students are familiar with such a dangerous phenomenon as cyberbullying, and some of them became its direct participant. Accordingly, it is necessary to carry out special work aimed at preventing cyberbullying among students. Preventive work in this area requires sufficient awareness and attentive attitude on the part of teachers, supervisors, teachers, staff of the psychological service of the university, and public organizations. The preventive training program «Protect ourselves» prepared by us is focused on creating a safe and friendly online space, preventing the spread of cyberbullying among students. With the help of exercises aimed at developing emotion management skills and increasing self-esteem, training participants will learn how to «painlessly» get out of online bullying situations while maintaining self-control. This program can be implemented in the activities of psychological services of universities, and individual recommendations are applied in the work of teachers-supervisors, educators (who carry out their professional activities in student dormitories) and other specialists working with student youth.

**Keywords:** bullying; cyberbullying; victim; buller; university students; social networks; prevention of cyberbullying