

**EFECTELE CYBERBULLYING-ULUI ASUPRA STĂRII DE BINE  
A ADOLESCENȚILOR  
EFFECTS OF CYBERBULLYING ON ADOLESCENT WELL-BEING**

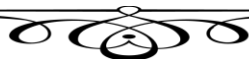
***Aurelia BEȚIVU, conferențiară universitară, doctor,  
Universitatea de Stat „Alec Russo” din Bălți, Republica Moldova***

**Rezumat:** În acest articol, analizăm fenomenul cyberbullying-ului, cauzele, caracteristicile, manifestările, formele și impactul cyberbullying-ului asupra bunăstării adolescenților. Subliniem posibilele efecte negative asupra bunăstării care pot fi legate de hărțuirea cibernetică prin intermediul rețelelor sociale, inclusiv suferința psihologică, scăderea satisfacției cu viața și ideea suicidară. Încheiem cu sugestii de prevenire și intervenție, inclusiv utilizarea unor instrumente specializate de hărțuire cibernetică pentru a încuraja utilizatorii să caute ajutor.

**Cuvinte-cheie:** cyberbullying, bunăstare, social media, predictorii și rezultate, prevenire și intervenție

**Abstract:** In this article, we analyze the phenomenon of cyberbullying, causes, characteristics, manifestations, forms and the impact of cyberbullying on the well-being of adolescents. We highlight the possible negative effects on well-being that may be related to cyberbullying through social media, including psychological distress, decreased life satisfaction, and suicidal ideation. We conclude with suggestions for prevention and intervention, including the use of specialized cyberbullying tools to encourage users to seek help.

**Keywords:** cyberbullying, well-being, social media, predictors and outcomes, prevention and intervention



Odată cu creșterea semnificativă a comunicării digitale, noi provocări însoțesc noile facilități. În timp ce informațiile sunt mai accesibile și mai rapid primite, rata la care putem transfera date și ne putem conecta cu alții, mai înaltă, anonimul aparent din spatele tuturor, nu este întotdeauna benefic. Nu toată lumea are cele mai bune intenții atunci când folosește resursele digitale care se extind rapid și, adesea, cei mai tineri dintre noi sunt cei care nu numai că abuzează de aceste instrumente, dar și suferă abuzuri. Pe de o parte, în contextul siguranței online vorbim despre riscurile la care este supus adolescentul, considerându-l în acest sens vulnerabil, cel puțin din două perspective: pentru că trece prin metamorfoza spre viața de adult dar și fiind cel care este addictable (dependent) de social-media, ca sursă generatoare de riscuri. Pe de altă parte siguranța este una dintre fațetele stării de bine derivată din satisfacerea nevoilor umane din treapta a II-a a piramidei lui Maslow. Astfel ajungem să conectăm cyberbullying-ul, ca risc al comunicării digitale, cu starea de bine.

Odată cu tehnologizarea, bullying-ul a căpătat noi valențe, evoluând la fenomenul de „cyberbullying”, care definește hărțuirea online. Hărțuirea cibernetică este descrisă ca „prejudiciul deliberat și repetat provocat prin utilizarea telefoanelor mobile/smartphone-urilor, computerelor/tabletelor și a altor dispozitive electronice (inclusiv dispozitive de jocuri Wi-Fi) [12].

Hărțuirea în mediul online sau așa numitul cyberbullying (din engleză) are loc prin intermediul rețelelor sociale, a diferitelor aplicații online, camere chat, unde postările pot fi făcute publice prin intermediul computerelor, tabletelor sau telefoanelor mobile, când o persoană sau un grup de persoane este în repetate rânduri înjosită, criticată și luată în derâdere de către o altă persoană sau grup de persoane, utilizatori ai Internetului [7].

Așa cum am specificat anterior social media este sursa cea mai extinsă prin care se aplică cyberbullying-ul. Imaginea dată ilustrează procentual platformele *social media* prin care persoanele experimentează acest tip de hărțuire.

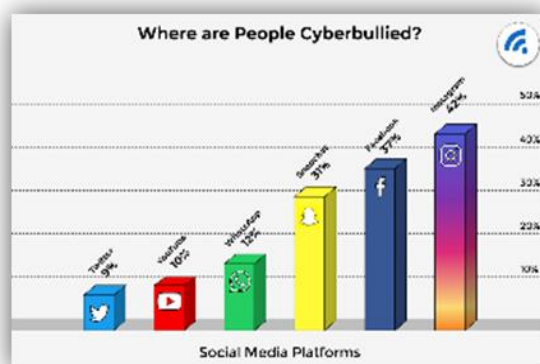


Fig. 1. Platformele *social media* prin care persoanele experimentează cyberbullying-ul [1]

Așa cum nu orice agresiune este considerată bullying, la fel și nu orice agresiune în mediul online este considerată cyberbullying. Principalele caracteristici ce se conturează în cazul hărțuirii online sunt: online, repetat, intenționat. Însă:

- este o modalitate mai ușoară de a agresa pentru că, spre deosebire de agresiunea tradițională;
- nu implică interacțiune față în față;



- nu prezintă prea mult pericol pentru agresor;
- are spațiul oriunde, oricând;
- neîntreruptă, poate continua în afara orelor de școală, inclusiv nopțile și weekendurile;
- este mai frecventă (are loc cu o rată de peste două ori mai mare decât hărțuirea tradițională);
- mulți agresori cibernetici cred că comportamentul lor este mai puțin dăunător sau prezintă un risc mai mic de consecințe, deoarece sunt „doar cuvinte”;
- desensibilizarea agresorului;
- incapacitatea de a identifica impactul acțiunilor lor sau de a recunoaște atunci când o situație a avansat la un nivel toxic sau dăunător;
- dificil de recunoscut din cauza insultelor acoperite și chiar a limbajului codificat;
- poate rămâne ascunsă de părinți și profesori în diferite aplicații populare pentru adolescenți ș.a.

Aceste caracteristici ne permit a distinge hărțuirea online de alte tipuri de hărțuire. Specificitatea cyberbullying-ului este determinată și de anume manifestări ale acesteia: mesaje care țintesc să denigreze imaginea unei persoane; comentarii răutăcioase la fotografii sau la alte postări; distribuire de fotografii sau informații personale distorsionate, ajunse întâmplător sau intenționat la persoanele care se implică în hărțuire; limbaj agresiv în timpul jocurilor online în perechi sau grup pe care le preferă atât copiii din ciclul primar, cât și adolescenții [7]; răspândirea minciunilor sau postarea de fotografii jenante ale cuiva pe rețelele de socializare; transmiterea de mesaje supărătoare sau de amenințări prin platformele de schimb de mesaje; copierea identității unei persoane și transmiterea în numele acesteia de mesaje răuvoitoare cuiva – aceasta din urmă fiind pasibilă de răspundere penală [4].

La fel de multiple sunt și formele acestui fenomen:

- *Intimidarea și amenințarea* – hărțuitorii folosesc Internetul pentru a ajunge mai repede la victima țintită cu scopul de a o intimida prin mesaje sau comentarii negative, fie scrise în mesaje private, fie postate acolo unde mai mulți utilizatori le pot citi și se pot alătura. Amenințările pot fi de diferită natură, începând cu divulgarea anumitor informații personale, până la amenințări de aplicare a violenței asupra persoanei vizate sau apropiaților săi.
- *Excluderea* – hărțuitorii doresc să oblige astfel o persoană să părăsească un anumit grup (cerc de prieteni, clasa în care învață copilul, alte grupuri de interese etc.), adresându-i mesaje și comentarii cu caracter denigrator, care l-ar diferenția de grupul cu care se identifică.
- *Denigrarea/defăimarea* – în unele situații hărțuirea începe de la anumite caracteristici particulare pe care le posedă un copil. De exemplu, trăsături fizice (culoarea pielii, înălțimea, masa corporală etc.), dizabilități fizice sau psihice, orientare religioasă, apartenența etnică, limba vorbită, statutul social, anumite preferințe sau hobby-uri etc. Toate acestea sunt utilizate de hărțuitori ca puncte de pornire a agresiunii în mediul online.

- **Șantajul** – hărțuitorii pot ajunge și la situații când încearcă să șantajeze victima, cerându-i anumite servicii sau bunuri în schimbul nedivulgării anumitor informații [7].

**Trolling:** Folosirea insultelor sau a unui limbaj rău pentru a provoca pe cineva este trolling. Se poate întâmpla în fiecare forum și este, de asemenea, foarte răspândit în jocurile online. Indiferent dacă se întâmplă pe Instagram, Snapchat, Facebook sau alte rețele sociale sau serviciu online, trollingul are loc în mod regulat și poate dăuna bunăstării unui copil.

**Hărțuire:** Aceasta este o formă susținută și intenționată de agresiune care poate implica mesaje trimise copilului sau unui grup de copii. Poate avea implicații grave asupra bunăstării unui copil datorită naturii sale constante și rău intenționate.

**Ieșire (outing):** ieșirea este actul de a face de rușine sau de a rușina în mod deliberat un copil sau un grup cu informații care sunt considerate private sau sensibile. Mai ales distructiv este orice de natură sexuală, inclusiv imagini, videoclipuri sau divulgarea unei preferințe sexuale sau de gen.

**Fraping:** Fraping este actul unei alte persoane care accesează contul de socializare al unui copil și postează conținut care ar fi considerat nepotrivit.

**Dissing:** Acesta este actul de a trimite sau de a posta online informații crude sau defăimătoare cu intenția de a distruge reputația sau prietenii altui copil. Această formă de hărțuire cibernetică poate include imagini, videoclipuri (potențial manipulate) sau minciuni.

**Profiluri false:** hărțuirea cibernetică oferă agresorul multe modalități de a-și ascunde identitatea, iar profilurile false sunt deosebit de eficiente în acest sens. Folosind un profil fabricat sau furând personajul altcuiva, agresorul poate fi oricine.

Cu referire la cauzalitatea acestui fenomen putem identifica o serie de cauze ce determină cyberbullying-ul. Cele mai răspândite cauze care generează cyberbullying-ul și raportarea procentuală a acestora sunt ilustrate în Figura 2.

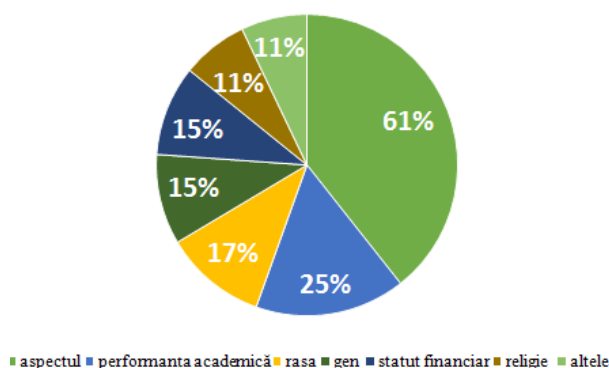


Fig. 2. Cauzalitatea fenomenului de cyberbullying

Datele prezentate în diagramă ilustrează ponderea cea mai mare a *aspectului persoanei* ca cauză generatoare de cyberbullying-ul (61%), urmată de *performanța academică* (25%), *rasă* (17%), *gen* (15%), *statut financiar* (15%), *religie* (11%), *altele* (11%).



Statisticile la nivel internațional ne arată că problema cyberbullying-ului a luat amploare, mai cu seamă în perioada pandemică și conform celor mai recente statistici mondiale privind cyberbullying-ul (2022) constatăm: 36, 5% din populație a experimentat acest tip de agresiune ca victimă; 60% de adolescenți au trăit una din formele cyberbullying-ului; 70% de adolescenți au raportat că s-au răspândit zvonuri false despre ei; 87% de adolescenți au fost martorii unei asemenea agresiuni; 95% de adolescenți sunt conectați la internet, iar 85% dintre ei folosesc social media [1].

La nivel național fenomenul de *bullying și variantei sale online* în rândul copiilor și tinerilor a ajuns la cote alarmante în ultimii ani. Situația în cauză preocupă din ce în ce mai mult atât părinții și profesorii, precum și psihologii. Toți aceștia caută împreună soluții pentru a opri și a ridica nivelul de conștientizare asupra acestui fenomen care poate să lase cicatrici emoționale adânci încă de la nivelul copilăriei și care poate să modeleze ulterior comportamentul copilului ajuns la maturitate [3]. Fiecare al patrulea elev din Republica Moldova (85%) este victimă a bullying-ului sau a asistat la situații de acest fel asupra altor copii. Cazurile sunt mai frecvente în rândul fetelor și al elevilor din clasele gimnaziale. Cel puțin așa arată un studiu al organizației UNICEF, desfășurat în 36 de instituții de învățământ din țară [11]. Cifrele menționate vorbesc despre faptul că cyberbullying-ul nu este o problemă secvențială ce vizează un segment îngust al populației, dimpotrivă, denotă existența unei probleme complexe care afectează în special adolescenții și are repercursiuni grave asupra stării de bine a acestora.

Efectele cyberbullying-ului sunt evidente pentru ceea ce reprezintă starea de bine (wellbeing) a adolescentului, aceasta din urmă fiind tratată în mod conventional ca stare de spirit pozitivă (de exemplu, mulțumire, fericire), absența emoțiilor negative (de exemplu, depresie, anxietate), satisfacție, împlinire și funcționare pozitivă și deseori fiind confundată cu bunăstarea (wellness), sau fericirea, sănătatea. Nu există un consens în jurul unei singure definiții a stării de bine /bunăstării. În scopuri de sănătate publică, bunăstarea fizică (eg. simțindu-se foarte sănătos și plin de energie) este, de asemenea, privită ca fiind esențială pentru bunăstarea generală. Cercetătorii din diferite discipline au examinat diferite aspecte ale bunăstării, care includ următoarele: sănătatea fizică; bunăstarea economică; bunăstarea socială; dezvoltarea și activitatea; stare de bine emoțională; bunăstarea psihologică; satisfacție în viață; satisfacția specifică domeniului de activitate; activități și muncă antrenate [14].



Fig. 3. Aspecte ale bunăstării [Ibidem]



În cazul cyberbullying-ului, conform UNICEF, efectele pot fi de lungă durată și pot afecta o persoană în multe feluri: psihic – te simți supărat, stânjenit, prost, chiar furios; emoțional – te simți rușinat sau îți pierzi interesul pentru lucrurile care îți plac; fizic – te simți obosit (ai insomnii) sau ai simptome precum dureri de stomac sau de cap.

Suferința copiilor hărțuiți se manifestă prin izolare, tristețe, stimă scăzută de sine, sentimentul de singurătate, eșec sau chiar abandon școlar, stări depresive și chiar tendințe suicidale. Problema hărțuirii în general și în special în școală are un caracter complex, ea începe pe coridoarele școlii și poate continua online, precum și viceversa. Acest lucru demonstrează că o astfel de problemă necesită și o abordare complex [Ibidem].

În conformitate cu Cyberbullying Reseach Center se determină efectele agresiunii de tip cyberbullying: 64% - abilitatea de a învăța scade și nu sunt în siguranță în mediul în care se află; 19% - probleme emoționale; 14% - probleme relaționale; raportează dublu probleme de comportament și de sănătate mintală; raportează dublu dureri de cap și stomac și insomnie.

*UNICEF și partenerii lor globali vin și cu o serie de recomandări de acțiuni preliminare pentru a atenua riscurile online pentru copii:*

*Pentru guverne:* să consolideze serviciile principale de protecție a copilului pentru a se asigura că acestea rămân deschise și active pe tot parcursul pandemiei; instruirea lucrătorilor din domeniul sănătății, educației și serviciilor sociale cu privire la efectele pe care COVID-19 le poate avea asupra bunăstării copiilor, inclusiv riscuri online crescute.

Executivul trebuie să intensifice inițiativele de sensibilizare și educaționale privind siguranța online a copiilor și asigurați-vă că furnizorii de servicii sociale, școlile, părinții și copiii sunt conștienți de mecanismele de raportare locale și au un număr de asistență de linii de asistență și linii de asistență locale.

Un nou Program național pentru protecția copilului pe anii 2022-2026 este elaborat de MMPS cu susținerea UNICEF Moldova. Industria tehnologiei informației, inclusiv platformele de rețele sociale: Asigurați-vă că platformele online au măsuri de siguranță și de salvagardare sporite, în special instrumente virtuale de învățare, și că acestea sunt în mod clar accesibile educatorilor, părinților și copiilor; să promoveze și să faciliteze serviciile de recomandare și linii de asistență pentru siguranța copiilor; elaborează politici standard de moderare care sunt alinate la drepturile copiilor; să utilizeze măsuri de protecție încorporate în timp ce inovează, după caz, și să ofere conectivitate la internet pentru a îmbunătăți accesul copiilor defavorizați din gospodăriile cu venituri mici.

*Pentru școli:* să actualizeze politicile actuale de protecție pentru a reflecta noile realități pentru copiii care învață de acasă; să promoveze și să monitorizeze comportamente online bune și să se asigure că copiii au acces continuu la serviciile de consiliere la școală.

*Pentru părinți:* să se asigure că dispozitivele copiilor au cele mai recente actualizări de software și programe antivirus; să aibă dialoguri deschise cu copiii despre cum și cu cine comunică online; lucreți cu copiii pentru a stabili reguli pentru cum, când și unde poate fi utilizat internetul; să fie atenți la semne de suferință la copii care pot



apărea în legătură cu activitatea lor online și să cunoască politicile din districtul școlar și mecanismele locale de raportare și aveți acces la numeroase linii de asistență și linii de asistență la îndemână [2].

Un șir de instituții și organisme internaționale și naționale oferă sprijin adolescenților, școlii, părinților în vederea prevenției sau soluționării cazurilor de cyberbullying: *UNICEF*, *Sigur Online* – portal interactiv de informare și promovare a utilizării în siguranță a Internetului de către copii cu sprijinul și implicarea specialiștilor, *Child helpline international* – este o organizație cu impact colectiv cu 159 de membri din 135 de țări și teritorii din întreaga lume, *Stop bullying* – proiect „Eforturi comune pentru a combate bullying-ul în Moldova”, ș.a.

Concluzie: Hărțuirea cibernetică este o problemă socială în creștere care a devenit prea comună în comunitățile online. Agresiunea de tip cyberbullying este în legătură cauzală directă cu starea de bine a adolescenților și determină o serie de efecte pe termen lung, care necesită a fi precăutate prin efort comun susținut de toate structurile și toți actorii implicați în procesul educațional al adolescenților.

#### **Referințe bibliografice:**

1. All the latest cyberbullying statistics 2022 [online] [citat 04 oct. 2022]. Disponibil: <https://www.broadbandsearch.net/blog/cyber-bullying-statistics#post-navigation-0>;
2. Analiza situației copiilor și adolescenților din Republica Moldova. Progresul precum și provocările în promovarea și respectarea drepturilor copiilor și adolescenților în perioada 2016-2022 [online] [citat 23 sept. 2022]. Disponibil: <https://www.unicef.org/moldova/rapoarte/analiza-situa%C8%9Biei-copiilor-%C8%99i-adolescen%C8%9Bilor-din-republica-moldova>;
3. Bullying-ul și cicatricele emoționale adânci pe care le poate lăsa asupra copiilor [online] [citat 07 oct. 2022]. Disponibil: <https://anticoruptie.md/ro/investigatii/social/reportaj-bullying-ul-si-cicatricele-emotionale-adanci-pe-care-le-poate-lasa-asupra-copiilor>;
4. Cyberbullying: Ce este și cum îi punem capăt? 10 lucruri pe care adolescenții vor să le știe despre cyberbullying [online] [citat 14 sept. 2022]. Disponibil: <https://www.unicef.org/moldova/articole/cyberbullying-ce-este-%C8%99i-cum-%C3%AEi-punem-cap%C4%83t>;
5. Effects of cyberbullying: what parents and teenagers need to know [online] [citat 14 sept. 2022]. Disponibil: <https://socialmediavictims.org/cyberbullying/effects/>;
6. GIUMETTI, G. W., KOWALSKI, R. M. Cyberbullying via social media and well-being. In: *Current Opinion in Psychology*. Volume 45, June 2022, <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101314>;
7. Hărțuirea în mediul online și rolul școlii [online] [citat 12 sept. 2022]. Disponibil: <https://siguronline.md/rom/educatori/informatii-si-sfaturi/hartuirea-in-mediul-online-si-rolul-scolii>;
8. <https://childhelplineinternational.org>;
9. <https://childhelplineinternational.org/moldova-telefonul-copilului-116111-moldova/>;
10. <https://stopbullying.md/>;
11. Siguranța online a copiilor: bullying și cyberbullying [online] [citat 04 oct. 2022]. Disponibil: <https://mediacritica.md/podcast/siguranta-online-a-copiilor-bullying-si-cyberbullying/>;
12. SINGHAL, M. How to Prevent Cyberbullying. 5 ways to protect your teen from cyberbullying [online] [citat 07 oct. 2022]. Disponibil: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-therapist-mommy/202111/how-prevent-cyberbullying>;
13. TURCHINĂ, T., VAȘCHEVICI, C., ASTRAHAN, L. *Stop bullying – cunosc, înțeleg, aplic*. Ghidul profesorului pentru realizarea activităților de instruire cu elevii. 11-15 ani [online] [citat 24 sept. 2022]. Disponibil: <https://www.unicef.org/moldova/media/7036/file/Stop%20bullying%20-%20cunosc,%20%C3%AE%C8%9Beleg,%20aplic.pdf>;
14. Well-Being Concepts [online] [citat 04 oct. 2022]. Disponibil: <https://www.cdc.gov/hrqol/wellbeing.htm>
15. What is wellness? [online] [citat 24 sept. 2022]. Disponibil: <https://globalwellnessinstitute.org/what-is-wellness/>.