

**Сулейманиян Андраник Грантович,**  
к.п.н., доцент, МПСУ  
Suleimanyan Andranik Grantovich  
Moscow Psychological and Social University

**Гизатуллина Елена Александровна,**  
Студент, МПСУ  
Gizatullina Elena Alexandrovna  
Moscow Psychological and Social University

## **ФЕНОМЕНОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ АГРЕССИИ В ИНТЕРНЕТ-ПРОСТРАНСТВЕ: ОБЗОР СОВРЕМЕННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ PHENOMENOLOGY AND PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF AGGRESSION IN THE INTERNET SPACE: A REVIEW OF CONTEMPORARY LITERATURE**

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются современные подходы к изучению агрессивного поведения в цифровой среде. Отдельное внимание уделяется вопросам формы интернет-агрессии, а также психологическим факторам, способствующим деструктивному поведению. Основной целью данного исследования является анализ связи цифровой среды с трансформацией эмоциональной сферы личности, приводящей к агрессии.

**Abstract.** This article discusses modern approaches to the study of aggressive behavior in the digital environment. Special attention is paid to the forms of online aggression, as well as the psychological factors that contribute to destructive behavior. The main goal of this research is to analyze the relationship between the digital environment and the transformation of an individual's emotional sphere, which can lead to aggression.

**Ключевые слова:** Кибербуллинг, троллинг, флейминг, хейтинг, кибер-агрессия, агрессия.

**Keywords:** Cyberbullying, trolling, flame wars, hate speech, cyber aggression, aggression.

Цифровая эпоха преобразует все сферы жизни, технологический и информационный прогресс оказывает огромное влияние на развитие и формирование личности. Интернет из инструмента для хранения и передачи информации, трансформировав человеческую деятельность в целом, превратился в насущный элемент нашего существования, в мощное орудие воздействия на формирование мировоззрения. Появилось киберпространство, создавшее особый вид культуры – киберкультуру, включающий, как и любой другой вид культуры, собственные принципы, ценности, образ мыслей и язык. Однако, наряду с многочисленными возможностями использование цифровых технологий породило также и массу проблем [6].

Развитие социальных медиа и интерактивных платформ вывело агрессию на новую форму выражения – **кибер-агрессию**. В отличие от традиционной агрессии, цифровая среда предлагает специфические условия (анонимность, отсутствие физического контакта), которые радикально меняют механизмы социального взаимодействия. С точки зрения ученых (Анцыферова Л.И., Бандуры А., Лоренца К., Мадди С.Р., Платонова Н.М., Реан А.А., и др.) агрессия является одним из защитных механизмов личности от воздействий на неё внешнего мира, а так же защитной реакцией на стрессовую ситуацию. Виртуальное общение стирает допустимые границы этических стандартов взаимодействия, и тогда для некоторых людей становится нормой включать в свое общение в сети оскорбления, унижения, хамство и жестокость. Разные виды деструктивного поведения в сетевых сообществах получило название – киберагрессия. Термин «киберагрессия» (введен в употребление в 2007 г. доктором философии Д. Шабро) означает форму отклоняющегося поведения в интернет-среде [6].

Анализ исследований данной проблемы (Антоненко А.А., Бакелса Э., Валькова Л.С., Войскутинского А.Е., Ениколопова С.Н., Зимлева З.А., Львова Е.Н., Малыгина В.Л.,



Мартынова Н.В., Меркурьева Ю.А., Патчин В., Попова В.А., Ольшанской Е.В., Реан А.А., Солдатова Г.У., Сулера Дж., Ушанова А.А., Хиндуджа С., Хомерики Н.С., Чигарькова С.В. и др.) показал, что на сегодняшний момент в поведении людей наблюдается тенденция к росту агрессии в цифровой среде.

В своих исследованиях В.Л. Малыгин и его соавторы (Н.С. Хомерики, А.А. Антоненко, Ю.А. Меркурьева) последовательно доказывают, что интернет-зависимость не существует изолированно, а напрямую связана с деформацией эмоционально-волевой сферы и ростом агрессивности.

Современные исследователи (А.Е. Войскунский, Г.У. Солдатова, Дж. Сулер и др.) подчеркивают, что интернет-агрессия не является просто копией реальной агрессии, а представляет собой самостоятельный психологический феномен.

Исследование данной проблемы имеет как фундаментальное научное, так и важное практическое значение для обеспечения психологического здоровья личности, в том числе подрастающего поколения.

В современном научном знании были выявлены и изучены такие ключевые формы проявления агрессивного поведения в цифровом пространстве [4], как кибербуллинг, троллинг, флейминг, хейтинг.

В современной литературе выделяется несколько ключевых форм деструктивного поведения в сети:

**Кибербуллинг (Cyberbullying)**, электронная травля (electronic bullying), социальная жестокость онлайн (online social cruelty) [2] – это систематическое, преднамеренное преследование или травля человека с использованием цифровых технологий. Исследователи В.Патчин и С.Хиндуджа определяют его как ключевую угрозу для подростковой и студенческой среды. В качестве основных причин выделяются: стремление к превосходству, субъективное чувство неполноценности, зависть, месть, развлечение, конформизм, проблемы в семейных взаимоотношениях, низкий уровень развития эмпатии, отсутствие умения разрешать конфликты и индивидуально-личностные характеристики человека. Авторами описаны также психологические механизмы генерации кибер-атак в интернет-среде. Отмечается наличие особых социально-информационных условий, способствующих распространению кибербуллинга, таких как стремительный рост информационных технологий, доступность информации во всех ее проявлениях, иллюзия анонимности, провокационные действия самих жертв, вызывающие недоумение, опубликование личной информации в социальных сетях: личные фото, адрес, телефон и др.

**Троллинг (Trolling)**: Размещение провокационных сообщений для вызова эмоциональной реакции, конфликтов и нарушения коммуникации. Агрессор (тролль) не просто выражает гнев, он преследует цель – дезорганизовать общение и дискредитировать собеседника, вызывая чувство ярости, обиды, бессилия. Э. Бакелс выявил устойчивую связь троллинга с «Темной тетрадой» черт личности, таких как: садизм (бытовой садизм) – тролли получают искреннее удовольствие от наблюдения за страданиями и метаниями жертвы; психопатия – низкий уровень эмпатии у троллей сопровождается отсутствием чувства вины за причиненную боль; макиавеллизм – тролли склонны к манипуляциям, воспринимая других людей как инструменты для своей игры; нарциссизм, выражающийся в потребности тролля в признании своего превосходства и остроумия за счет унижения других.

**Флейминг (Flaming)**: Внезапная вспышка оскорблений и эмоциональный обмен репликами в публичном пространстве (комментарии, форумы). Флейминг имеет специфические отличия от других видов агрессии в сети: стихийность и спонтанность – он редко планируется заранее, вспыхивает как реакция на чье-то мнение, пост или комментарий; публичность – флейминг происходит в открытых пространствах (чаты, комментарии под постами, форумы, игровые лобби), где за перепалкой могут наблюдать другие; эмоциональный накал – участники быстро переходят «на личности», используют капслок (крик), обилие восклицательных знаков и ненормативную лексику; симметричностью – в отличие от кибербуллинга (где есть «хищник» и «жертва»), во флейминге обе стороны часто



выступают в роли агрессоров, обмениваясь ударами на равных; кратковременность – «пожар» вспыхивает быстро и обычно затихает, как только участники эмоционально истощаются или модератор блокирует ветку.

**Хейтинг (Hating):** Публичное выражение ненависти или резкой критики без конструктивной аргументации.

Каковы психологические механизмы агрессии в интернет пространстве.

Эффект онлайн-растормаживания (Online Disinhibition Effect). Основополагающей концепцией в изучении интернет-агрессии остается теория **Дж. Сулера (John Suler) об «эффекте сетевого растормаживания»**. Суть данного феномена заключается в том, что человек ведет себя в онлайн-пространстве иначе (говорит и делает то, чего бы он не позволил себе в реальном общении) [1]. Согласно Сулеру, выделены несколько факторов, заставляющих людей вести себя в сети агрессивнее, чем в реальности:

- диссоциативная анонимность – «Меня не знают, значит, я не несу ответственности»;
- невидимость – отсутствие зрительного контакта снижает сопереживание (эмпатию);
- асинхронность – задержка во времени между действием и реакцией позволяет избежать немедленного социального неодобрения
- солипсическая интроекция – пользователь «додумывает» голос и образ собеседника, часто наделяя его враждебными чертами

Механизм морального отчуждения (Moral Disengagement). Опирается на теорию Альберта Бандуры. В цифровой среде человеку легче «отключить» свои моральные принципы через:

- дегуманизацию жертвы – собеседник воспринимается не как живой человек, а как «ник», «аватар» или представитель враждебной группы. Лишение человеческих черт снимает барьер на причинение боли;
- эвфемистические обозначения – агрессия подается как «троллинг», «лулзы» или «обучение тупых», что маскирует вредоносный характер действий;

Деиндивидуализация и модель SIDE – Теория социальной идентичности и эффектов деиндивидуализации (Social Identity Model of Deindividuation Effects). Базирующаяся на теории социальной идентичности Г.Тайфеля и теории эффектов деиндивидуализации Л.Фестингера, А.Пепиоуна и Т.Ньюка.

- в интернете человек часто теряет осознание своей уникальной личности и начинает действовать как часть группы (фанатов, политических сторонников и т.д.);
- если групповая норма допускает агрессию (например, в сообществе хейтеров), индивид будет проявлять её даже сильнее, чем хотел бы сам, чтобы подтвердить свою принадлежность к «своим»

Дефицит эмпатии и «экранный барьер». Современные исследования, в частности Патчина, подчеркивают, что цифровая коммуникация лишена невербальных сигналов (мимики, жестов, интонации). В реальности вид страдающего человека запускает механизмы зеркальных нейронов и сочувствия. В сети же данный «социальный клей» отсутствует. Возникает эффект «холодного» восприятия: агрессор не получает обратной связи о том, какой ущерб он наносит, и поэтому не останавливается.

Общая модель агрессии (General Aggression Model, GAM). Применительно к интернету, К.А. Андерсон и Б.Дж.Бушман объясняют эту модель, как ситуативные факторы сети влияют на личность:

- прайминг – постоянное нахождение в агрессивных пабликах или играх «заряжает» мозг агрессивными схемами мышления;
- когнитивные искажения – из-за отсутствия контекста человек часто интерпретирует нейтральные сообщения как враждебные (враждебная атрибуция) и атакует «в ответ», защищаясь от мнимой угрозы.



Смещение агрессии (Displaced Aggression). Этот механизм особенно актуален для тех, кто не имея возможности выразить гнев работодателю, преподавателю, родителям или из-за проблем различного характера, академических неудач в реальности, человек «смещает» этот гнев на случайных людей в интернете. Сеть становится «безопасным» полигоном для разрядки накопившегося напряжения.

Связь агрессии и интернет-зависимости подтверждается современными эмпирическими исследованиями, в частности, работы В.Л. Малыгина, указывают на наличие корреляции между уровнем интернет-аддикции и склонностью к агрессии:

- длительное пребывание в сети ослабляет механизмы волевого контроля, **что влечет за собой снижение саморегуляции;**
- использование агрессивного контента или поведения в сети людьми с признаками зависимости, как способа компенсации реальных неудач или одиночества, приводят к эмоциональному дефициту;
- постоянное наблюдение агрессивных сцен в играх или новостных лентах притупляет эмоциональную реакцию на насилие в реальном мире и способствует десенситизации личности (**потеря чувствительности**).

Исследователи отмечают, что интернет-агрессия имеет долгосрочные последствия как для агрессора, так и для жертвы а так же для свидетелей.

Жертвы интернет-агрессии (кибербуллинга, троллинга, хейтинга) сталкиваются с наиболее тяжелыми психологическими травмами:

- психоэмоциональные расстройства – рост депрессивных состояний, повышенная тревожность, панические атаки. В отличие от реальной жизни, интернет-агрессия «преследует» человека 24/7, не оставляя чувства безопасности даже дома;
- снижение самооценки и самопринятия – публичные оскорбления и высмеивание формируют устойчивое чувство неполноценности и стыда;
- социальная изоляция – жертва начинает избегать не только социальных сетей, но и реальных контактов («социальная фобия»), опасаясь, что окружающие знают об инциденте или разделяют мнение агрессоров [3].

Для человека, проявляющего агрессию в сети, последствия менее очевидны, но не менее деструктивны для психики:

- закрепление деструктивных паттернов поведения – успешный опыт агрессии (безнаказанность) формирует привычку решать любые конфликты через насилие и давление
- деформация морального сознания – происходит постепенное размывание этических норм. Агрессор привыкает к дегуманизации окружающих, воспринимая людей как «объекты» для разрядки
- усиление интернет-зависимости – агрессия в сети дает мощный выброс адреналина и дофамина, что заставляет «тролля» проводить в сети всё больше времени в поиске новых конфликтов.

Свидетели интернет-конфликтов также подвергаются психологическому воздействию:

- викарная травматизация – наблюдение за жестокой травлей может вызывать страх оказаться на месте жертвы и рост общего уровня стресса;
- эффект «пассивного соучастия» – свидетели часто испытывают чувство вины за то, что не вмешались, либо, наоборот, привыкают к роли пассивного наблюдателя за насилием, что ведет к снижению уровня эмпатии в обществе.

В заключении хочется подчеркнуть, что в современной литературе смещается фокус внимания с простого описания фактов агрессии к изучению именно **предиктов** (предпосылок) этого поведения. Интернет-агрессия – это результат сочетания свойств среды (анонимность, отсутствие границ) и внутренней готовности личности к деструктивному поведению, где главным связующим звеном часто выступает низкий уровень саморегуляции.

Важнейшим направлением остается разработка программ медиаграмотности и психологической поддержки. Ключом к профилактике интернет-агрессии является приобретение эффективных поведенческих стратегий, повышение личностных ресурсов,



совершенствование навыков межличностного общения [1], а также навыков безопасного копинг-поведения (совладания со стрессом), научение эффективному целеполаганию, развитие уровня коммуникабельности, повышение самооценки, уверенности в себе и эмоционального интеллекта в цифровом пространстве

**Список литературы:**

1. Бовина И. Б., Дворянчиков Н. В. Поведение онлайн и офлайн: к вопросу о возможности прогноза // Культурно-историческая психология. – 2020. – Т. 16. – №. 4. – С. 98-108.
2. Бочавер Александра Алексеевна, Хломов Кирилл Даниилович Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий // Психология. Журнал ВШЭ. 2014. №3
3. Грибанова, Д. Я. Проблема буллинга в современных англоязычных исследованиях / Д. Я. Грибанова // Психология человека в условиях здоровья и болезни: Материалы V Международной научно-практической конференции, Тамбов, 05–06 июня 2015 года. – Тамбов: Тамбовская региональная общественная организация "Общество содействия образованию и просвещению "Бизнес – Наука – Общество", 2015. – С. 242-247.
4. Соломатина Е. Н. Сущность и формы проявления агрессивного поведения в сети Интернет: социологический аспект // Общество: социология, психология, педагогика. – 2021. – №. 12 (92). – С. 113-117
5. Топильская О. А. Оценка уровня интернет-аддикции у студенческой молодежи: диагностический инструментарий // Гаудеамус. – 2021. – Т. 20. – №. 1 (47). – С. 52-60.
6. Фетисова Т.А. Агрессивное поведение в Интернет-коммуникации. Обзор. // Вестник культурологи, 2018. №4 (87). С. 185-197

