

LATVIJAS UNIVERSITĀTE
PEDAGOĢIJAS, PSIHOLÓĢIJAS UN MĀKSLAS FAKULTĀTE
PSIHOLÓĢIJAS NODAĻA

**ĶERMEŅA PAŠCIENĀS UN KIBERTIRANIZĒŠANAS RĀDĪTĀJU
SAKARĪBAS UN ATŠĶIRĪBAS ZĒNU UN MEITĒNU GRUPĀS**

BAKALĀURA DARBS

Autors: **Lauma Bevza**

Studenta apliecības Nr.: 1114050

Darba vadītājs: Dr. psych., doc. Guna Svence

RĪGA 2019

ANOTĀCIJA

Pētījuma mērķis bija noskaidrot, kādas ir sakarības un atšķirības starp ķermeņa pašcieņas un kibertirānizēšanas rādītājiem zēnu un meiteņu grupās un noskaidrot, vai pastāv sakarība starp šiem rādītājiem kopējā izlasē.

Pētījuma grupa sastāv no 114 respondentiem ($M=15,73$, $SD=1,12$) vecumā no 14 līdz 17 gadiem, 56 zēni un 58 meitenes.

Pētījuma datu ieguvei tika izmantota Eiropas kibermobinga intervences projekta aptauja (The European Cyberbullying Intervention Project Questionnaire, Del rey et al., 2015) un Ķermeņa pašcieņas aptauja (The Body-Esteem Scale, Franzoni & Shields, 1984).

Pētījuma rezultāti parāda, ka pastāv statistiski nozīmīga negatīva saistība starp kiberviktimizāciju un ķermeņa pašcieņu kopējā izlasē. Netiek novērotas statistiski nozīmīgas sakarības un atšķirības starp abiem mainīgajiem ne zēnu, ne meiteņu izlasēs. Rezultāti norāda uz statistiski nozīmīgu pozitīvu saistību starp kiberviktimizāciju un kiberagresiju abu dzimumu grupās.

Atslēgas vārdi: kibertirānizēšana, ķermeņa pašcieņa, dzimums, pusaudži

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the relationships and differences in body-esteem and cyberbullying indicators in groups of boys and girls and determine if there are any relation between these indicators in general sample.

The research sample consists of 114 respondents in age from 14 to 17, 56 boys and 58 girls ($M=15,73$, $SD=1,12$).

To obtain data for the research The European Cyberbullying Intervention Project Questionnaire and The Body-Esteem scale were used.

The study results showed a statistically significant negative correlation between cybervictimization and body-esteem in general sample. There were no significant correlations or differences between these two indicators in both gender groups. The study results also showed a statistically significant positive correlation between cybervictimization and cyberaggression in both gender groups.

Key words: cyberbullying, body-esteem, gender, teenagers

SATURS

IEVADS.....	5
KIBERTIRANIZĒŠANAS RAKSTUROJUMS.....	7
Kibertiranzēšanas jēdziena skaidrojums.....	7
Tiranzēšanas jēdziens.....	8
Kibertiranzēšanas atšķirības no tradicionālās tiranzēšanas.....	8
Kibertiranzēšanas veicēju un upuru raksturojums.....	12
MŪSDIENU PSIHOLOĢIJAS PĒTĪJUMI PAR KIBERTIRANIZĒŠANU.....	14
Pētījumi par kibertiranzēšanas faktoriem.....	14
Pētījumi par kibertiranzēšanu jauniešu vidū.....	15
ĶERMEŅA PAŠCIENĀ.....	19
Ķermeņa pašcieņa un kibertiranzēšana.....	20
METODE.....	23
Pētījuma dalībnieki.....	23
Instrumentārijs.....	23
Procedūra.....	24
REZULTĀTI.....	25
DISKUSIJA.....	29
SECINĀJUMI.....	32
IZMANTOTĀS LITERATŪRAS SARAKSTS.....	34

IEVADS

Ņemot vērā aizvien plašāku savstarpējo elektronisko komunikāciju attīstību, relatīvi jauna huligānisma forma *kibertirānizēšana* ir strauji izplatījusies visā pasaulē. Attīstoties tehnoloģijām un palielinoties dažādu virtuālās tērzēšanas un dažādu citu saziņas iespēju veidiem internetā, kibertirānizēšana ir kļuvusi par globāli izplatītu problēmu. Ikviens, kurš sazinās izmantojot sociālos tīklus, visticamāk, ir saskāries ar kibertirānizēšanu - to pieredzējis, pamanījis vai veicis (Stauffer, 2012).

Īpaši izplatīts un bīstams šis vardarbības veids ir jauniešu vidū. Pāris gadus atpakaļ jauniešu skaits, kuri norādīja, ka cietuši no kibertirānizēšanas, bija apmēram 10%, taču šie rādītāji strauji pieaug. Profesora Filiza Akara (Akar, 2017) veiktajā pētījumā kibertirānizēšanas cietušo jauniešu rādītāji variēja no 21% līdz pat 69%, atkarībā no valsts. Bet Dorita Olenika-Šemeša (Olenik-Shemesh, 2014) veiktajā pētījumā, kurā piedalījās 398 bērni vecumā no 10 līdz 12 gadiem, tika noskaidrots, ka arvien jaunāki bērni cieš no kibertirānizēšanas.

Zinātniskajā literatūrā par ķermeņa pašcieņu lielākoties tiek runāts kā par vienu no ķermeņa tēla komponentiem. Ķermeņa tēls var tikt aplūkots kā daudzdimensionāls konstrukts, kas atspoguļo to, kā indivīds jūtas, domā un kādas darbības veic attiecībā pret savu ķermeni. Šis konstrukts ir ne tikai vairāku īpašību savienojums, bet arī sava ķermeņa apzināšanās (Shemesh, 2017). Ķermeņa pašcieņu var definēt kā indivīda apmierinātību vai neapmierinātību ar savu ķermeni. Ķermeņa paštēla attīstība notiek visas dzīves garumā, tāpēc liela ietekme ir ģimenei un citiem apkārtējiem – draugiem, paziņām, skolas biedriem. Citu sniegtie viedokļi un atsauksmes par indivīdu ietekmē to, kā indivīds uztvers un vērtēs savu ārējo izskatu. (Levine & Smolak, 2002).

Samērā nesen tiek pievērsta uzmanība kibertirānizēšanas un ķermeņa pašcieņas saistības izpētei (Shemesh, 2017). Vairākos veiktos pētījumos (Frisen et al., 2014; Shemesh, 2017; Kenny et al., 2018) ir noskaidrots, ka zema ķermeņa pašcieņa un zems sociālais atbalsts ir iespējamie prognozētāji tam, ka indivīds kļūs par tirānizēšanas upuri. Noskaidrots, ka indivīda ārējais izskats ir viens no biežākajiem iemesliem, kāpēc jaunieši Kanādā piedzīvo kibertirānizēšanu, savukārt piedzīvota kibertirānizēšana ārējā izskata dēļ tiek asociēta ar zemu pašcieņu un depresijas simptomiem Zviedrijas jauniešu vidū un tiek asociēta ar domām par pašnāvību korpulentu Beļģijas jauniešu vidū. Pētījumos noskaidrots arī tas, ka pusaudži, kuri cietuši no kibertirānizēšanas, uzrāda zemākus ķermeņa pašcieņas rādītājus, zemākus sava ārējā izskata un

svara vērtējumus nekā tie pusaudži, kuri nav kļuvuši par šīs vardarbības upuriem. Šajos pētījumos parādās arī dzimumu atšķirības - no kibertirānizēšanas cietušie zēni uzrāda augstākus ķermeņa pašcieņas rādītājus nekā cietušās meitenes, kā arī meitenes no kibertirānizēšanas ārējā izskata dēļ cieš biežāk nekā zēni.

Pētījuma mērķis: noskaidrot, kādas ir saistības un atšķirības starp ķermeņa pašcieņu un kibertirānizēšanas rādītājiem zēnu meiteņu grupās un vai pastāv sakarība starp kibertirānizēšanu un ķermeņa pašcieņu kopējā izlasē?

Pētījuma jautājumi:

1. Vai pastāv sakarība starp kibertirānizēšanu un ķermeņa pašcieņu kopējā izlasē?
2. Kādas ir atšķirības starp ķermeņa pašcieņu un kibertirānizēšanas pieredzi zēnu un meiteņu grupās?
3. Kādas ir sakarības starp ķermeņa pašcieņu un kibertirānizēšanas pieredzi zēnu un meiteņu grupās?

Pētījuma mainīgie lielumi: kibertirānizēšana, ķermeņa pašcieņa, dzimums

Pētījuma izlase: zēni un meitenes vecumā no 14 līdz 17 gadiem

Instrumentārijs: Ķermeņa pašcieņas noteikšanai tika izmantota „Ķermeņa pašcieņas aptauja” (The Body – Esteem Scale, Franzoi & Shields, 1984), kura sasatāv no varianta sievietēm un varianta vīriešiem. Latviešu valodā pirmo reizi aptauju izmantojusi Aija Kalniņa (2009), savukārt atkārtoti šo aptauju adaptējusi Elīna Grīnberga (2012). Kibertirānizēšanas peredzes noteikšanai tika izmantota „Eiropas kibermobinga intervences projekta aptauja” (The European Cyberbullying Intervention Project Questionnaire, Del Rey et al., 2015), kura Latvijā adaptēta 2016. gadā (Virse, 2016).

Darbs sastāv no 7 nodaļām (3 teorētiskās nodaļas, metode, rezultāti, iekļaujot 5 tabulas, diskusija un secinājumi), izmantojot 37 literatūras avotus. Darba kopējais apjoms ir 37 lpp.

KIBERTIRANIZĒŠANAS RAKSTUROJUMS

Pēdējo divdesmit gadu laikā informācijas un komunikāciju tehnoloģijas neapšaubāmi ir mainījušas veidu kā cilvēki mijiedarbojas un komunicē savā starpā. Sociālo tīklu izmantošana, tūlītēja ziņu nosūtīšana un mobilo interneta ierīču izmantošana ir neatņemama jauniešu ikdienas sastāvdaļa (Wachs et al., 2016). Attiecīgi, ļaunprātīgi izmantojot internetu un digitālos medijus, ir parādījušās jaunas psihosociālas problēmas, piemēram, vienaudžu un uz dzimumu balstīta vardarbība (Kowalski et al., 2012).

Kibertehnoloģiju parādīšanās ir pavērusi plašākas iespējas jauniešiem terorizēt vienu otru ne tikai jaunos veidos, bet arī jaunā vidē, ko dēvē par *kibertelpu*, kā rezultātā ir radies jauns vardarbības veids - *kibertirānizēšana* (Kowalski et al., 2012).

Kibertirānizēšanas jēdziena skaidrojums

Angļu valodā pieejamajā zinātniskajā literatūrā šī elektroniskās saskarsmes parādība tiek apzīmēta kā *cyberbullying*. Šis savstarpējais vardarbības veids ir samērā jauns, taču tam ir strauja izplatība, īpaši jauniešu vidū (Olweus, 2012). Ārzemju literatūrā šim jēdzienam ir vairāki sinonīmi – elektroniskā tirānizēšana (*electronic bullying*), kiberuzmākšanās (*cyber harassment*), e-tirānizēšana (*e-bullying*), sms tirānizēšana (*sms bullying*), teksta tirānizēšana (*text bullying*), mobilā tirānizēšana (*mobile bullying*), digitālā tirānizēšana (*digital bullying*), interneta tirānizēšana (*Internet bullying*) (Hinduja & Patchin, 2015).

Lai labāk saprastu, kas ir kibertirānizēšana, ir svarīgi vispirms iepazīties ar tradicionālās tirānizēšanas (*traditional bullying*) jēdzienu, kas apzīmē vienaudžu savstarpējo vardarbību (Kowalski et al., 2012). Apskatot iepriekš veiktos pētījumus par kibertirānizēšanu (Bartkeviča, 2018; Virse, 2016), var secināt, ka latviešu valodā tirānizēšanas jēdzienam ir dažādi apzīmējumi, piemēram, *vienaudžu savstarpējā vardarbība*, *mobings*, *iebidēšana*. 2016. gadā angļu-latviešu psiholoģijas terminu vārdnīcā šis termins apzīmēts kā „tirānizēšana” (Putniņš & Raščevska, 2016). Iepriekš Linda Dimitrijeva (Dimitrijeva, 2016) un Dāvids Puriņš (Puriņš, 2017) savos darbos kibertirānizēšanas jēdzienu apzīmējuši kā *kiberbulings*, taču šajā darbā, pamatojoties uz vārda „*bullying*” pieejamo tulkojumu terminu vārdnīcā, tiks izmantots apzīmējums *kibertirānizēšana*.

Tiranizēšanas jēdziens

Erlings Rolands vienaudžu savstarpējo vardarbību definējis kā *ilgstoša fiziska vai psiholoģiska vardarbība, ko veic indivīds vai grupa pret citu indivīdu, kurš nespēj sevi aizstāvēt aktuālajā situācijā*. Skandināvu pētnieks Dens Olveus, kurš ir viens no vadošajiem tiranizēšanas pētniekiem, tiranizēšanu definējis kā *apzināta agresīva uzvedību, kas sevī ietver spēku nelīdzsvarotību un kas lielākoties atkārtojas laika gaitā*. Savukārt Tonja Nansela definē tiranizēšanu kā *agresīva uzvedība vai apzināta pāri darīšanu, ko lielākoties atkārtoti laika gaitā veic viens cilvēks vai grupa, iesaistot spēku nevienlīdzību* (Kowalski et al., 2012).

Neskatoties uz definīciju daudzo skaitu, tās visas sevī ietver trīs galvenos tiranizēšanas parādības komponentus – agresīvu uzvedību, uzvedības paterna atkārtošanos un spēku nelīdzsvarotību. Šī agresīvā attieksme var tikt pausta verbāli (apsaukšanās, ķircināšana), fiziski (sišana) vai iespaidojot upuri psiholoģiski, manipulējot vai atstumjot (Olweus, 2012). Dažreiz spēka vai stipruma nelīdzsvarotība ietver atšķirības fiziskajā spēkā jauniešu vidū, bet bieži šī nelīdzsvarotība tiek raksturota pēc atšķirībām sociālajā spēkā vai statusā (Kowalski et al., 2012).

Frenks Vuds Juniors un Rodriks Grehems savā darbā (Wood & Graham, 2018) norāda, ka kibertiranizēšanas definīcijas ievērojami atšķiras līdz šim pieejamajos literatūras avotos.

Kibertiranizēšanas definēšanai par pamatu bieži tiek izmantota iepriekš minētā Dena Olveusa tiranizēšanas definīcija. Balstoties uz definīciju, pētnieki Samīrs Hinduja un Džastins Patčins (Hinduja & Patchin, 2010) kibertiranizēšanu definēja kā *apzināta un atkārtota kaitējuma nodarīšana, izmantojot datorus, mobilos telefonus vai citas elektroniskās ierīces*. Savukārt pētnieks Filizs Akars šo jēdzienu definē kā *jebkāda rīcība, ko veic indivīds vai grupa, izmantojot elektroniskos vai digitālos plašsaziņas līdzekļus, lai atkārtoti izteiktu naidīgus vai agresīvus ziņojumus ar mērķi kaitēt vai radīt diskomfortu citiem* (Akar, 2017).

Balstoties uz šīm kibertiranizēšanas definīcijām, var secināt, ka kibertiranizēšanu papildus iepriekš minētajiem tradicionālās tiranizēšanas komponentiem – agresīva uzvedība, uzvedības paterna atkārtošanās un spēku nelīdzsvarotība - specifiski raksturo un atšķir elektronisko ierīču, viedtālrunu, datoru un visbiežāk arī interneta pielietošana tiranizēšanas procesā (Olweus, 2012).

Kibertiranizēšanas atšķirības no tradicionālās tiranizēšanas

Veicot dažādu vardarbības formu izpēti, pētnieki ir novērojuši sakarību, ka upurim saskaroties ar viena veida vardarbību, viņš tiks pakļauts arī cita veida vardarbības formām.

Kibertirānizēšanas izpētē vēl aizvien aktuāla ir diskusija, kas saistīta ar tādiem jautājumiem kā vai kibertirānizēšana un tradicionālā tirānizēšana pārstāv viena veida agresīvu uzvedību un kibertirānizēšana ir tikai moderna elektroniskas formas izpausme tradicionālajai tirānizēšanai. Vai arī šie vardarbības veidi ir dažādas agresīvas uzvedības formas un ir pētāmi kā atsevišķi fenomeni (Kubiszewski et al. 2015; Mehari, Farrell & Le, 2014, kā minēts Akar, 2017).

Vairāki pētnieki (Gradinger, Strohmeier, & Spiel, 2012, kā minēts Akar, 2017) norāda, ka kibertirānizēšana un tradicionālā tirānizēšana gandrīz identiski pārklājas savā starpā, jo abiem vardarbības veidiem ir viena iezīme – apzināta un atkārtota pāri darīšana upurim. Kā vienīgā būtiskā atšķirība tiek minēta vide, kurā notiek tirānizēšana un fiziskās saskarsmes ignorēšana starp agresoru un upuri. Tomēr vairāki pētnieki (Stauffer, 2012; Smith, 2015; Hinduja & Patchin, 2015) ir atklājuši vairākas būtiskas atšķirības starp abiem tirānizēšanas veidiem.

Pīters Smits (Smith, 2015) ir izdalījis vairākus veidus kā kibertirānizēšana atšķiras no tradicionālās “aci pret aci” (*face to face*) tirānizēšanas, piemēram, kibertirānizēšana var notikt jebkurā diennakts laikā; uzbrukumi lielākoties ir anonīmi, tāpēc ir grūti atrast uzbrukuma sākuma avotu; pēc ziņu nosūtīšanas vai publicēšanas ir grūti tās pilnībā izdzēst; vainīgais lielākoties neredz upura sākotnējo reakciju; uzbrukumi ir netieši, lielākoties tiek veikti upurim neesot klāt; aculiecinieku lomu dažādība kibertirānizēšanā ir daudz sarežģītāka nekā tradicionālajā tirānizēšanā; ir nepieciešama kāda tehnoloģiskā kompetence, lai veiktu kibertirānizēšanu; ir grūti izvairīties no kibertirānizēšanas; potenciālo kibertirānizēšanas vērotāju skaits ir lielāks nekā tradicionālajam huligānismam. Samīrs Hinduja un Džastins Patčins kā vienu no būtiskākajām atšķirībām starp abiem tirānizēšanas veidiem min datorus, mobilos telefonus un citas elektroniskās ierīces (Hinduja & Patchin, 2015).

Šīs atšķirības ir būtiski nozīmīgas, ņemot vērā to, kā kibertirānizēšana tiek definēta, kāds varētu būt kibertirānizēšanas veicēja motīvs, kāda varētu būt iedarbība uz upuri un kā vislabāk iejaukties, lai novērstu kibertirānizēšanu (Smith, 2015).

Kibertirānizēšana atšķiras no tradicionālās tirānizēšanas arī ar to, ka tā ir bīstamāka nekā tradicionālais huligānisms. Šis vardarbības veids ir bīstamāks nekā tradicionālā tirānizēšana vairāku iemeslu dēļ – *noturība* (apvainojumi, bildes vai video var tikt saglabāti un atkārtoti sūtīti upurim, tādā veidā nodarītais kaitējums neizzūd); *auditorijas lielums* (jo lielāks liecinieku skaits, jo lielāks pazemojums kibertirānizēšanas upurim); *pazīšanās* (lielākā daļa kibertirānizēšanas upuru zina, kas ir viņu pāridarītājs, paaugstinot pazemošanas iespēju); *sociālie tīkli* (vairākums

sociālo tīklu nodrošina iespēju izveidot grupas, kampaņas, kurās iespējams nodarboties ar kibertiranzēšanu, iesaistoties daudziem citiem); *ātrums* (ātrumam, kādā izplatās ziņas un sasniedz plašu auditoriju, ir nozīme kibertiranzēšanas ietekmei uz upuri) (Stauffer, 2012).

Kibertiranzēšana tiek uzskatīta par kaitīgāku nekā tradicionālā tiranzēšana, jo no tās nav iespējams izbēgt vai izvairīties pat tādā salīdzinoši drošā vietā kā upura mājas. Kā arī tiek uzskatīts, ka kibertiranzēšana vairāk ietekmē jauniešus nekā pieaugušos, jo jaunieši vēl ir fiziskās un mentālās attīstības procesā (Smith, 2015).

Kibertiranzēšanas klasifikācija un izraisītās sekas

Pieejamajā zinātniskajā literatūrā kibertiranzēšana tiek apskatīts kā vienots konstrukts, tomēr tādi aspekti kā dzimums un izraisītais efekts liek domāt, ka pastāv specifisks sadalījums (Law et al., 2011). Sākotnēji pētnieki kibertiranzēšanu iedalījuši divos veidos – interneta un telefona vardarbība (Ortega, Elipe, Mora-Merchan, Calmaestra, & Vega, 2009, kā minēts Frisen et al., 2014). Bet līdz ar tehnoloģiju straujo attīstību, šis iedalījums ir novecojis. Citi pētnieki kibertiranzēšanu klasificē pēc izmantotā medija (Smith et al., 2008; Frisen et al., 2014): mobilā tālruņa zvani, īsziņas, bilžu/video nosūtīšana, epasti, čats, interneta vietnes.

Vēl kibertiranzēšanas uzbrukumus iespējams klasificēt pēc uzvedības veida un satura (Holla, 2014):

apsaukāšanās - aizvainojošu komentāru izteikšana;

uzmāksšanās - bieža un atkārtota aizvainojošu ziņu sūtīšana;

nomelnošana - baumu un citu izdomātu aizvainojumu izplatīšana;

imitēšana - izlikšanās par citu personu;

krāpšana - slepenas informācijas izvilināšana;

nevēlamas informācijas atklāšana - personīgas vai nevēlamas informācijas izplatīšana;

izslēgšana - atteikšanās no komunicēšanas;

vajāšana - elektroniskās komunikācijas izmantošana, lai izsekotu un iebiedētu;

vardarbības dokumentēšana - vardarbīgas situācijas filmēšana vai fotogrāfēšana;

seksstings - seksuāla rakstura fotogrāfiju izplatīšana;

trollings - neatlaidīgi, aizskaroši komentāri konkrētā vietnē;

grīfings - uzmašanās, vajāšana interneta spēļu ietvaros.

Balstoties uz literatūrā minētajām kibertiranzēšanas formām, A. Noncentini un kolēģi (Noncentini et al., 2010) piedāvā formu iedalījumu pēc uzvedības tipoloģijas:

rakstiskās-verbālās darbības - telefona zvani, epasti, īsziņas, čats, interneta lapas, sociālie mediji;

vizuālas darbības - fotogrāfiju vai video pārsūtīšana un publicēšana, izmantojot internetu vai mobilo telefonu;

izslēgšana - mērķtiecīga kāda indivīda izslēgšana no interneta grupām;

izlikšanās - personīgās informācijas zagšana vai atklāšana, izmantojot cita indivīda vārdu vai kontu.

Kibertiranzēšanas veidus var iedalīt arī pēc to izraisītās ietekmes uz upuri (Hinduja & Patchin, 2015):

maz ietekmējošs - ķircināšana, ignorēšana, apsūkšanās, izsmiešana;

vidēji ietekmējošs - imitēšana, baumu izplatīšana, fotogrāfiju publicēšana bez atļaujas, video filmēšana;

ļoti ietekmējošs - fiziski draudi, vajāšana, nāves draudi, šantažēšana.

Lai gan ietekmes veidi var būt gan mazsvarīgi, gan nopietni, kibertiranzēšanas faktoriem ir nozīmīga ietekme gan uz kibertiranzēšanas upuriem, gan tās veicējiem, lielākoties izraisot negatīvas sekas. Negatīvo seku nopietnība un daudzveidība ir atkarīga no piedzīvotā kibertiranzēšanas biežuma jeb jo tiranzēšanas periods ir ilgāks un biežāks, jo izraisītās sekas ir nopietnākas (Låftman et al., 2013). Katrs indivīds, saskaroties ar kibertiranzēšanu, reaģē citādāk. Pazemotie upuri biežāk jūtas nelaimīgi, skumji, sāpināti, atstumti, vientuļi un izjūt nepatiku pret sevi. Ilgstošas vardarbības rezultātā var rasties stress, pazemināta vispārējā labklājība un neapmierinātība ar dzīvi. Pusaudži visbiežāk izjūt bailes, bezspēcību, trauksmi, kā arī saskaras ar grūtībām koncentrēties, sekmju pasliktināšanos, skolas kavēšanu. Kibertiranzēšana atstāj sekas arī uz savstarpējām attiecībām, kas izpaužas kā izvairīšanās no socializēšanās ar citiem vai bailēm uzticēties. Gan vardarbības veicējiem, gan upuriem ir zemāki pašcieņas rādītāji un paaugstināti pašnāvnieciska rakstura darbību rādītāji. Elektroniskās vardarbības veids atstāj arī tādas sekas kā izmaiņas ēšanas un miega paradumos, intereses zudums, depresija, alkohola un narkotisko vielu lietošana. Piedzīvotie uzbrukumi spēj atstāt sekas arī uz indivīda nākotni, piemēram, nedrošība, kompetences izjūtas trūkums, savukārt agresijas veicējiem ir lielāks risks

nākotnē iesaistīties kriminālās darbībās un izrādīt antisociālu uzvedību (Smith 2015; Hinduja & Patchin 2015).

Kibertirānizēšanas veicēju un upuru raksturojums

Kibertirānizēšana lielākoties izpaužas vienaudžu starpā, bieži arī klasesbiedru vidū, taču kibertirānizēšanas veicēju un upuru loks ir daudzveidīgs. Tie var būt tuvi draugi, ģimenes locekļi, paziņas, svešinieki, bijušie romantiskie partneri, skolotāji, kolēģi, kādas grupas vai sporta komandas fani, bezpajumtnieki u.c. (Smith, 2015).

Laika gaitā, ievācot un apkopojot informāciju par kibertirānizēšanu, ir izdevies izdalīt piecus dažādus kibertirānizēšanas veicēju tipus un noskaidrot, kādas pazīmes piemīt tipiskam kibertirānizēšanas upurim (Kyriacou, 2015).

Pieci kibertirānizēšanas veicēju tipi ir:

sabiedriskais kibertirāns – agresora galvenais motīvs ir izklaidēt draugus. Lielākoties upura apsmiešana notiek tikai draugu lokā, pašam upurim nesaņemot ziņu vai foto, par kuru tiek apsmiets;

vientuļlais kibertirāns – tirānizēšanas veicējs ir salīdzinoši izolēts. Viņam ir daži draugi, lielāko daļu sava laika viņš pavada internetā, aizskarot citus – skolēnus, skolotājus, slavenības, paziņas;

narcistiskais kibertirāns - agresora galvenais motīvs ir vēlme izrādīt varu pār upuri.

Veicējs ir iedomīgs un apzinās savu vērtību. Viņš izbauda spēku, ko tam sniedz internets, lai aizskartu savus upurus;

sadistiskais kibertirāns – veicējs saņem baudu no distresa, ko rada upurim. Ne vienmēr veicējam ir jāredz pierādījumi par nodarīto kaitējumu, bieži pietiek ar domu vien par nodarīto kaitējumu;

morāles vadītais kibertirāns- veicējs savu darbību attaisno ar uzskatiem, ka, veicot kibertirānizēšanu, upuris saņem taisnīgu atmaksu par kādiem veiktajiem pārkāpumiem.

Lielākoties ikviens no kibertirānizēšanas veicējiem atbilst kādam no pieciem tiptipiem, taču ir arī tādi agresori, kuri atbilst diviem vai pat trim no izdalītajiem tiptipiem (Kyriacou, 2015).

S. Hinduja un Dž. Patčins (Hinduja & Patchin, 2015) norāda, ka par kibertirānizēšanas upuri, visticamāk, tiks izvēlēts indivīds, kurš ir nedrošs kā personība, ir atstumts kolektīvā vai savā veidā atšķiras no citiem, piemēram, ar ārējo izskatu, seksuālo orientāciju vai ādas krāsu.

Paaugstināts risks kļūt par kibertirānizēšanas upuri ir arī indivīdiem, kuri piedzīvojuši psiholoģiska rakstura traumas. Ir vairākas pazīmes, kā iespējams noteikt, ka indivīds ir kļuvis par kibertirānizēšanas upuri, piemēram, indivīds izrāda nervozitāti, izlasot kādu ziņu mobilajā telefonā; indivīds ir aizsargājošs un noslēpumains saistībā ar savu digitālo dzīvi; indivīds kļūst atturīgs un izvairās no socializēšanās; izrāda vēlmi neapmeklēt skolu; izrāda intereses zudumu par iepriekš sev svarīgām lietām; vairāk laika pavada ar vecākiem ne saviem vienaudžiem; novērojamas izmaiņas uzvedībā, garastāvoklī un miega režīmā.

Apkopojot informāciju par kibertirānizēšanu, var secināt, ka tā ir tīša, agresīva darbība, ko veic viens indivīds vai grupa pret kādu konkrētu indivīdu, izmantojot elektroniskās ierīces. Kibertirānizēšanas pastrādāšanas veidi ir dažādi, piemēram, tas var izpausties kā nejauku īsziņu sūtīšana vai apkaunojošu foto publicēšana. Neskatoties uz to, ka kibertirānizēšana ir līdzīga tradicionālajam huligānismam, tā atšķiras ar izraisīto seku nopietnību, anonimitāti un apkaunojuma noturību. Var izdalīt piecus kibertirānizēšanas veicēju tipus – sabiedriskais, vientuļais, sadistiskais, narcistiskais un morāles vadītais. Un ir vairākas pazīmes, kā atpazīt kibertirānizēšanas upuri, piemēram, indivīds ir kļuvis izvairīgs un ir novērojamas izmaiņas viņa uzvedībā un garastāvoklī. Kibertirānizēšana var izraisīt tādas sekas kā skolas kavēšanu, suicidālu tieksmju rašanos, izmaiņas pašcienā, trauksmi, ietekmēt psiholoģisko labklājību un daudzas citas.

MŪSDIENU PSIHOLĒGIJAS PĒTĪJUMI PAR KIBERTIRANIZĒŠANU

Attīstoties tehnoloģijām un pieaugot dažādu virtuālās tērzēšanas un vairāku citu saziņas iespēju veidu skaitam internetā, kibertirānizēšana ir kļuvusi par globāli izplatītu problēmu. Ikviens, kurš sazinās izmantojot sociālos tīklus, visticamāk, ir saskāries ar kibertirānizēšanu – cietis no tās, veicis uzbrukumu kādam vai novērojis kādu citu veicam uzbrukumu. Aktualizējoties kibertirānizēšanas problēmas izplatībai, strauji pieaug arī veikto pētījumu skaits (Stauffer, 2012).

Pētījumi par kibertirānizēšanas faktoriem

Vairāki psiholoģiskie faktori spēlē lielu lomu gan kā kibertirānizēšanas veikšanas iemesli, gan kā rezultāts, piemēram, impulsivitāte, pazemināta empātija, dusmas, narcisms, psihopātija, pazeminātas pašefektivitātes spējas un agresija. Sociālie faktori, kā piemēram, indivīda vērtību sistēma un morāles attīstība ir ietekmējoši faktori. Tādas interneta raksturojošās pazīmes kā anonimitāte, ātrums, pieejamība, patoloģiska vai pārmērīga interneta lietošana arī tiek saistītas ar kibertirānizēšanu (Akar, 2017).

Apskatot pētījumus (Zsila et al., 2018; Gomez et al., 2018), var secināt, ka pastāv saistība starp problemātisku interneta lietošanu un kibertirānizēšanu jauniešiem vecumā no 10 līdz 18 gadiem. Jaunieši, kuri vairāk laika pavada lietojot internetu un sociālos tīklus, biežāk ir saistīti ar kibertirānizēšanu nekā jaunieši, kuri pavada mazāk laika izmantojot internetu. Sakarība novērota gan kibertirānizēšanas upuriem, gan tās veicējiem. Kompulsīvas interneta lietošanas dimensijas un garastāvokļa regulēšanas spējas tiek uzskatīti par nozīmīgākajiem kibertirānizēšanas prognozētājiem. Psihoaktīvu vielu lietošana un problemātiska interneta lietošana ir prognozētāji ne tikai tradicionālās tirānizēšanas viktimizācijai, bet arī kibertirānizēšanas viktimizācijai. Savukārt saņemtais sociālais atbalsts ir nozīmīgs aizsargājošais faktors cīņā pret abiem tirānizēšanas veidiem.

Iepriekš veiktie pētījumi norāda, ka zemi empātijas rādītāji tiek saistīti ar vairāk agresīvu uzvedību, savukārt augstāki empātijas rādītāji saistīti ar retāku iesaistīšanos kibertirānizēšanā (Pfetsch, 2017). Empātija sastāv no kognitīvajiem (citu emociju saprašanas) un afektīvajiem (spēju piedzīvot citu emocijas) komponentiem. Lai gan abi komponenti ietekmē sociālo mijiedarbošanos, afektīvā empātija ir īpaši nozīmīga vardarbīgas uzvedības attīstībā (Brewer & Kerslake, 2015). Vairāki pētījumi norāda, ka afektīvā empātija uzrāda negatīvu saistību ar kibertirānizēšanu, no kā var secināt, ka afektīvā empātija kalpo kā aizsargājošais faktors.

Jaunieši, kuru afektīvās empātijas rādītāji ir augstāki, visticamāk, izvairīsies no vardarbības veikšanas, ziņos par novērotu kiberuzbrukumu un sniegs atbalstu upurim (Pfetsch, 2017). Lielbritānijā veiktais pētījums (Brewer & Kerslake, 2015) norāda, ka, neskatoties uz būtiskajām atšķirībām starp tradicionālās tiranizēšanas un kibertiranizēšanas vidi, indivīdi, kuri iesaistās virtuālajā tiranizēšanā, uzrāda līdzīgus empātijas trūkuma rādītājus kā tradicionālās vardarbības veicēji.

Jauniešu vērtības un kibertiranizēšana ir saistīti koncepti. Apkopojot Būlenta Dilmaka (Dilmac, 2017) pētījumu, var secināt, ka kibertiranizēšanas uzvedības ir iespējams skaidrot ar indivīda vērtību un uzskatu sistēmām – jo skaidrāki uzskati un vērtības, jo zemāka uztvertā kibertiranizēšana un pretēji. Jaunieši, kuru vērtību sistēmas rādītāji ir zemāki, visticamāk, biežāk ieņems agresora lomu nekā tie jaunieši, kuru vērtību sistēmas rādītāji ir augstāki. Visas Cilvēka Vērtību Skalas apakšskalas – tolerance, atbildība, godīgums, draudzība, cieņa, pacifisms – tiek uzskatītas par kibertiranizēšanas prognozētājiem. Kā arī kibertiranizēšana un kiberviktimizācija uzrāda pozitīvu korelāciju ar individuālisma vērtībām un negatīvu korelāciju ar kolektīvisma vērtībām. Arī bezcerīgums tiek saistīts ar kibertiranizēšanu – jo augstāki bezcerības rādītāji un zemāki vērtību rādītāji, jo augstāki kibertiranizēšanas rādītāji.

Vairāki pētnieki (Kowalski & Limber, 2012; Hinduja & Patchin, 2015; Smith, 2015) kā vienu no nozīmīgākajiem faktoriem saistībā ar kibertiranizēšanu min anonimitāti. Iespēja pāri darītājam palikt neatklātam ievērojami mazina vilcināšanos, veicina drosmes un pārākuma izjūtu, kā arī palielina agresijas izpausmes iespējamību. Indivīdi, kuri reālajā dzīvē, visticamāk, baidītos kļūt par agresoriem, virtuālajā vidē ir drošāki un vairāk gatavi iesaistīties. Agresors nereti anonimitāti izmanto kā ieroci. Kādā pētījumā (Santana, 2014), pētot komentārus dažādos forumos, tika noskaidrots, ka vairāk nekā puse no anonīmajiem komentāriem saturēja daudz vairāk aizvainojošu un rupju komentāru nekā tie komentāri, kuri nebija anonīmi, norādot, ka anonīmie komentāri uzrāda nozīmīgu sakarību ar kibertiranizēšanas uzvedību.

Pētījumi par kibertiranizēšanu jauniešu vidū

Īpaši izplatīta un bīstama kibertiranizēšana ir jauniešu vidū, jo šādā vecumā jaunieši var rīkoties līdz galam neapzinoties savas uzvedības sekas, tādējādi viegli iesaistoties riskantās darbībās (Bhat, 2008, kā minēts Hinduja & Patchin, 2010). Pirms dažiem gadiem jauniešu skaits, kuri norādīja, ka ir cietuši no kibertiranizēšanas, bija apmēram 10%, taču šie rādītāji laika gaitā

strauji pieaug, Profesora Filiza Akara (Akar, 2017) veiktajā pētījumā kibertirānizēšanas cietušo jauniešu rādītāji variēja no 21% līdz pat 69%, atkarībā no valsts, kurā veikts pētījumā. Bet Dorita Olenika-Šemeša (Olenik-Shemesh, 2014) veiktajā pētījumā, kurā piedalījās 398 bērni vecumā no 10 līdz 12 gadiem, tika noskaidrots, ka arvien jaunāki bērni iesaistās cieš no kibertirānizēšanas.

Pīters Smits savā pētījumā (Smith, 2015) norāda, ka galvenie iemesli, kāpēc jaunieši izvēlas nodarboties ar kibertirānizēšanu, ir dusmas, greizsirdība, vienaudžu spiediens, atriebība, izklaidēšanās un varas iegūšana.

Visā pasaulē tiek pieņemts, ka zēni dominē tradicionālās tirānizēšanas piekopšanā, bet meitenes vairāk nodarbojas ar kibertirānizēšanu, taču vairāki pētījumi norāda uz savā starpā konfliktējošu informāciju – daži pētījumi (Kowalski & Limber, 2012) norāda, ka kibertirānizēšanā gan kā agresori, gan kā upuri vairāk tiek iesaistītas meitenes, taču citi pētījumi (Li, 2006; Smith, 2006, kā minēts Smith, 2008) norāda, ka vairāk tiek iesaistīti zēni. Izvēloties kādu pazemot internetā, zēni vairāk pielieto tādus tiešos tirānizēšanas veidus kā vārdiskus aizvainojumus un rupjības, taču meitenes vairāk pielieto baumas un dažādu vizuālo materiālu izplatīšanu. Atšķirības novērojamas arī tajā, kādā vecumā indivīds iesaistās kibertirānizēšanā - meitenēm iesaistīšanās novērojama jaunākā vecumā, bet zēniem šī iesaistīšanās novērojama vēlākā pusaudžu vecumā (Festl et al., 2017).

Piedzīvota kibertirānizēšana var ietekmēt tādas labklājības iezīmes kā apmierinātības izjūtu, laimi, optimismu, uztverto sociālo atbalstu, spēju tikt galā ar ikdienas stresoriem. Piemēram, jaunieši, kuri piedzīvojuši kibertirānizēšanu, jūtas mazāk optimistiski un laimīgi nekā tie, kuri nav cietuši no kibertirānizēšanas. Kibertirānizēšana izraisa zemāku pašcieņas izjūtu gan upuriem, gan tās veicējiem, no kā var secināt, ka gan upuriem, gan veicējiem ir pazemināta labklājības izjūta (Hinduja & Patchin, 2010). Ir noskaidrots, ka kibertirānizēšana var ietekmēt upuru psiholoģisko labklājību, izraisot tiem konfliktus sociālajās attiecībās, radot zemu pašcieņu, sociālo trauksmi, vientulības izjūtu, somatizāciju, bailes, dusmas, psihotismu, naidu, kā arī paaugstina tieksmi iesaistīties kriminālās darbībās, lietot narkotikas un domāt par pašnāvību (La Placa, 2013).

Saistība starp kibertirānizēšanu un pašcieņu ir pētīta jau agrāk (Kowalski & Limber, 2012; Patchin & Hinduja, 2010), taču lielākoties pētīta saistība starp pašcieņu un tās izmaiņām tikai tirānizēšanas upuriem. Pētot kibertirānizēšanas saistību ar pašcieņu jauniešiem, ir noskaidrots, ka kibertirānizēšanas agresori un upuri uzrāda ievērojami zemākus pašcieņas vērtējumus nekā tie

studenti, kuri nekad nav saskārušies ar kibertirānizēšanu (Hinduja & Patchin, 2010).

Kibertirānizēšana ir veicinātājs jauniešu zemākai pašcieņai un lielākam piedzīvotajam stresam (Koppejan, 2011). Jauniešiem, kuri nav cietuši no kiberuzbrukumiem, ir augstāka pašcieņa un zemāka sociālās mijiedarbības trauksme nekā tiem jauniešiem, kuri ir cietuši no kibertirānizēšanas, kā arī zēni, kuri cietuši no kibertirānizēšanas, uzrāda augstākus pašcieņas rādītājus nekā no vardarbības cietušās meitenes (Fernandes, Sanyal & Chadha, 2015).

Pavisam nesēn veiktā pētījumā (Graham & Wood, 2018) tika pētīts *vai esot kibertirānizēšanas upurim, palielinās iespējamība iesaistīties veselību apdraudošā darbībā?* Kā veselību apdraudošas uzvedības darbības tika izvēlēta smēķēšana, alkohola un marihuānas lietošana, riskanta seksuāla uzvedība. Rezultātā tika noskaidrots, ka no kibertirānizēšanas cietušajiem jauniešiem ir lielāka iespējamība iesaistīties veselību apdraudošās darbībā nekā tiem jauniešiem, kuri nav cietuši no kibertirānizēšanas. Kā arī lielāka iespējamība deviantai uzvedībai ir cietušajiem jauniešiem ar zemākām paškontroles spējām, biseksuāliem jauniešiem, vecāko klašu skolēniem un aziātu rases jauniešiem.

Apskatot veiktos pētījumus (Varghese & Pistole, 2014, Washington, 2015) par koledžas studentiem un kibertirānizēšanu, var secināt, ka kibertirānizēšana ir izplatīta ne tikai skolās, bet arī augstākās izglītības iestādēs. Kibertirānizēšanas upuru skaits variē no 8% līdz pat 22%, savukārt agresoru skaits variē no 3% līdz 9%. Apmēram puse no agresoriem norādīja, ka paši ir bijuši kibertirānizēšanas upuri. Kibertirānizēšanas upuri uzrāda augstākus depresijas un vientulības rādītājus, bet agresori uzrāda zemākus pašcieņas rādītājus. Upuri norādīja, ka piedzīvotās kibertirānizēšanas rezultātā ir pametuši studijas, ilgstoši izjutuši stresu vai pat domājuši par pašnāvību.

2010. gadā 18 gadus vecais Tailers Klementis (*Tyler Clementi*) izdarīja pašnāvību, nolēcot no tilta, pēc tam, kad viņa istabas biedrs publicēja slepus filmētu video, kā jauniešs skūpstās ar citu vīrieti. Šis gadījums sāka pievērst vairāk uzmanības kibertirānizēšanas ietekmei uz LGBT (*lesbietes, geji, biseksuāli, transpersonas*) jauniešiem (Wiederhold, 2014). Iepazīstoties ar Brendas Vīderholdas pētījumu (Wiederhold, 2014) apkopojumu, var secināt, ka LGBT jaunieši vecumā no 13 līdz 25 saskaras ar kibertirānizēšanu uz pusi biežāk nekā heteroseksuāli jaunieši. Citas orientācijas jauniešiem ir zemāki pašcieņas rādītāji, augstāks depresijas simptomu, suicidālu domu un sevis savainošanas risks. Noskaidrots, ka LGBT jaunieši ikdienā pavada par

45 minūtēm vairāk laika internetā nekā heteroseksuāli jaunieši, kā arī citas orientācijas jaunieši biežāk meklē medicīniska tipa palīdzību.

Kibertirānizēšanas izpēte Latvijā aktuāla kļuvusi samērā nesen. Viens no pirmajiem liela apjoma pētījumiem veikts 2014. gadā (Grobiņa, 2015). Pētījumā par Latvijas skolēnu veselības paradumiem tika iekļauti jautājumi par piedzīvotu kibertirānizēšanu. Rezultātā 6.5% skolēnu vecumā no 13 līdz 15 gadiem norādīja, ka regulāri cieš no kibertirānizēšanas un 37% skolēnu ir iespējams kvalificēt kādā no grupām: upuris, agresors, upuris/agresors. Netika novērotas būtiskas atšķirības dzimuma vai vecuma grupās.

Lai gan kibertirānizēšana ir samērā jauns konstrukts, tās pētniecība ir plaši izplatīta visā pasaulē. Līdz šim ir veikti neskaitāmi pētījumi, lai labāk izprastu un definētu, kas ir kibertirānizēšana, kādas sekas tā atstāj un tās saistību ar dažādiem faktoriem un aspektiem. Lielākoties pētījumi fokusējas uz jauniešu auditoriju, jo šī vecuma grupa kibertirānizēšanai ir pakļauta visvairāk, kā arī kibertirānizēšana ir visvairāk izplatīta tieši jauniešu vidū.

ĶERMEŅA PAŠCIENĀ

Pašcieņa raksturo to, kādu vērtību sev piešķir indivīds un to, cik lielā mērā indivīds šo vērtību uztver kā pozitīvu vai negatīvu. Pašcieņas jēdzienu visbiežāk lieto, lai runātu par vispārēju savas vērtības izpratni, taču ķermeņa pašcieņa (*body esteem*) ir šaurāks jēdziens, kas raksturo indivīda izjūtas par savu ķermeņa tēlu (Ferrand, Champely, & Filaire, 2009).

Zinātniskajā literatūrā par ķermeņa pašcieņu lielākoties tiek runāts kā par vienu no ķermeņa tēla (*body image*) komponentiem (Cash & Pruzinsky, 2002). Ķermeņa pašcieņa raksturo indivīda apmierinātību vai neapmierinātību ar savu izskatu un ķermeni, savukārt ķermeņa tēls ir iekšēja reprezentācija par sevis paša ārējo fizisko izskatu – katra indivīda unikālā sava ķermeņa uztvere. Ķermeņa tēls indivīda prātā ir elastīgs; tas mainās ķermeņa augšanas vai traumu rezultātā, kā arī to ietekmē nepārtrauktā mijiedarbība ar sociālo vidi. Ķermeņa pašcieņa un ķermeņa tēls ir saistīts ar indivīda uztveri, domām, jūtām un uzvedību par savu ķermeni vai ārējo izskatu, kā arī šiem komponentiem ir ietekme uz indivīda publiskajām un intīmajām attiecībām (Mendelson, Mendelson, & White, 2001, kā minēts Shemesh, 2017).

Ķermeņa pašcieņa ir nozīmīga indivīda kopējās pašcieņas dimensija. Tas, kā katrs indivīds vērtē savu ķermeni, ietekmē viņa kopējo pašcieņu. Indivīda attieksme pret savu ķermeni, īpaši izskatu, veido viņa vispārējā sevis tēla centrālo daļu, kas ir saistīta ar fizisko un psiholoģisko labklājību (Shemesh, 2017). Negatīvs ķermeņa paštēls, kas izpaužas kā pārlieku lielas nozīmes piešķiršana izskatam, negatīvas izjūtas par savu ķermeni, napareiza sava ķermeņa uztvere saistībā ar saviem skaistuma ideāliem, norāda par neapmierinātību ar savu ķermeni (Cash, & Pruzinsky, 2002), kas savukārt var novest pie dažādām kaitīgām uzvedībām, lai samazinātu ķermeņa aprises, piemēram, mazkaloriju diētu ievērošana, pārlieku lielas fiziskās slodzes ievērošana, vemšanas izraisīšana. Neapmierinātība ar ķermeni var novest arī pie dažādiem ēšanas traucējumiem, izraisīt emocionālas problēmas, depresiju, zemu pašvērtējumu un naidu pret sevi (Bakhshi, 2011).

Ne tikai sievietēm, bet arī vīriešiem apmierinātība ar ķermeni ir nozīmīgs faktors, kas ietekmē kopējo pašcieņu, tomēr sievietēm neapmierinātība ar ķermeni izpaužas biežāk nekā vīriešiem. Apmēram 25% pusaudžu vecuma meitenes ir neapmierinātas ar savu ķermeni un vairāk nekā 50% meiteņu norāda, ka vēlas kļūt tievākas (Bakhshi, 2011). Industrializētās kultūrās ir diezgan skaidri definēts, kādam jābūt sievietes ideālam: slaida, gara, labā fiziskā formā. Taču vīrieša ideāls sabiedrībā ir definēts neskaidrāk. Var secināt, ka ķermeņa izskats un apkārtmēri ir mazāk svarīgi sevis definēšanas faktori vīriešiem nekā sievietēm, kā rezultātā vīrieši izjūt mazāk

spiediena. Vīrieši vairāk savu ķermeni uztver kā ko praktisku, lai veiktu darbības, bet sievietes ķermeni vairāk uztver kā objektu, lai pievērstu sev uzmanību un iepatiktos citiem. Sievietes vairāk ir apmierinātas ar sejas daļām – lūpas, deguns, acis -, bet vīrieši vairāk ir apmierināti ar tādām ķermeņa daļām kā rokas, kājas, pleci. Sievietes vairāk ir neapmierinātas ar gurniem, dibenu un krūtīm, bet vīrieši ar savu garumu, fizisko sagatavotību (Frisen, 2014).

Ķermeņa pašcieņu ietekmē vairāki individuālie un sociālie faktori (Cash & Pruzinsky, 2002). Bioloģiskajiem faktoriem jeb fiziskajām īpašībām ir liela nozīme ķermeņa paštēla attīstībā. Tas, kā indivīda ārējais izskats atbilst sabiedrībā pieņemtajām normām, ietekmē veidu, kā pret viņu attiecas un uztver apkārtējie. Arī nemitīgās ķermeņa pārmaiņas, īpaši pusaudžu gados, būtiski ietekmē ķermeņa tēla attīstību un apmierinātību ar to. Tādas personības īpašības kā zems pašvērtējums un perfekcionisms tiek saistītas ar negatīva ķermeņa tēla veidošanos, savukārt pozitīvi uzskati pašam par sevi kalpo kā aizsargmehānisms pret negatīva tēla veidošanos (Cash & Pruzinsky, 2002).

Ķermeņa paštēla attīstība notiek visas dzīves garumā, tāpēc liela ietekme ir ģimenei un citiem apkārtējiem – draugiem, paziņām skolas biedriem, romantiskajiem partneriem. Apkārtējo sniegtie viedokļi un atsauksmes par indivīdu ietekmē to, kā indivīds uztver un vērtē savu ārējo izskatu. Nozīmīgs ietekmējošais faktors ir arī ģimenē valdošā attieksme pret svaru un ķermeņa formām, kas veido indivīda uzskatus un vērtības jau no agras bērnības. Piemēram, ja vecāki ievēro diētas vai uzskata, ka tievs augums ir svarīgs, arī bērni rīkosies un domās līdzīgi. Savukārt pusaudžu vecumā liela nozīme ķermeņa tēla attīstībā ir vienaudžu ietekmei un masu medijiem, bet pieaugušā vecumā liela nozīme ir romantisko partneru ietekmei (Levine & Smolak, 2002).

Ķermeņa pašcieņa un kibertirānizēšana

Iepriekšējos gados lielākoties veikti pētījumi par tradicionālās tirānizēšanas saistību ar ķermeņa pašcieņu un ķermeņa tēlu. Samērā nesen tiek pievērstā uzmanība kibertirānizēšanas un ķermeņa pašcieņas saistības izpētei (Shemesh, 2017).

Iepriekš veiktajos pētījumos (Lunde, 2007; Frisen, 2011, kā minēts Frisen, 2014) novērots, ka kļūstot par tirānizēšanas upuri 10 gadu vecumā, 13 gadu vecumā tie paši indivīdi uzrāda zemākus ķermeņa pašcieņas rādītājus. Meitenēm salīdzinājumā ar zēniem ķermeņa pašcieņas rādītāji ir zemāki. Pētnieki uzskata, ka jaunieši, kuri cietuši no tradicionālās tirānizēšanas svara vai izskata dēļ, visticamāk, cietīs arī no kibertirānizēšanas šo pašu iemeslu dēļ.

Kibertirānizēšanai ir saistība ar pazeminātas ķermeņa pašcieņas, zema sociālā atbalsta un zemiem pašefektivitātes rādītājiem. Zema ķermeņa pašcieņa un zems sociālais atbalsts ir iespējamie prognozētāji tam, ka indivīds kļūs par kibertirānizēšanas upuri (Shemesh, 2017). Vairums pusaudžu tic, ka kibertirānizēšana ir saistīta ar ārējo izskatu, īpaši, kad no vardarbības uzbrukumiem cieš meitenes. Pusaudži, kuri cietuši no kibertirānizēšanas, uzrāda zemākus ķermeņa pašcieņas rādītājus, zemākus sava ārējā izskata un svara vērtējumus nekā pusaudži, kuri nav kļuvuši par upuriem. Citi pētījumi (Cassidy et al., 2009; Mishna et al., 2010; DeSmet et al., 2014, kā minēts Kenny et al., 2018) norāda, ka ārējais izskats ir viens no biežākajiem iemesliem, kāpēc jaunieši Kanādā piedzīvo kibertirānizēšanu, savukārt piedzīvota kibertirānizēšana ārējā izskata dēļ tiek asociēta ar zemu pašcieņu un depresijas simptomiem Zviedrijas jauniešu vidū un tiek asociēta ar domām par pašnāvību korpulentu Beļģijas jauniešu vidū. Nesen veiktā pētījumā (Kenny et al., 2018) noskaidrots, ka tie jaunieši, kuri cietuši no kibertirānizēšanas, vairāk uzskata, ka cieš no liekā svara nekā tie jaunieši, kuri nav kļuvuši par šīs vardarbības upuriem. Arī noskaidrots, ka jauniešu uztverei par pārāk mazu sava ķermeņa svaru nav saistības ar piedzīvotu kibertirānizēšanu.

Pētot dzimumatšķirības, no kibertirānizēšanas cietušie zēni uzrāda augstākus ķermeņa pašcieņas rādītājus nekā meitenes, bet sociālā atbalsta un pašefektivitātes rādītājos nav novērotas būtiskas dzimumatšķirības. Kā iemesls tam, ka meitenes vairāk izjūt kaunu par savu ķermeni un uzrāda zemākus ķermeņa pašcieņas rādītājus, tiek minēts uztvertais spiediens būt līdzīgām kultūrā noteiktajam ideālajam ķermeņa izmēram un izskatam. Šie atklājumi vēl vairāk izceļ tradicionālo dzimumu lomu piešķiršanu, kur meitenēm jau no agra vecuma tiek mācīts, ka ārējais izskats ir svarīgs un ka tas ir viens no galvenajiem viņu vērtēšanas kritērijiem (Shemesh, 2017, Frisen et al., 2014).

Kibertirānizēšana ir samērā jauns, taču strauji progresējošs vardarbības veids, kas tiek realizēts ar dažādu elektronisko ierīču vai interneta palīdzību. Īpaši aktuāls šis vardarbības veids ir pusaudžu vidū, jo šajā vecumā pusaudži brīvi piekļūst un izmanto visas tehnoloģiju sniegtās priekšrocības. Ņemot vērā kibertirānizēšanas straujo izplatību, palielinās arī veikto pētījumu skaits saistībā ar šo vardarbības veidu, pētot tā saistību ar dažādiem jauniem konstruktiem. Viens no jaunākajiem konstruktiem, kura saistība tiek pētīta, ir ķermeņa pašcieņa jeb apmierinātība ar savu ķermeni. Līdz šim vairākos pētījumos ir atklāts, ka pusaudži, kuri cietuši no kibertirānizēšanas, uzrāda zemākus ķermeņa pašcieņas rādītājus, zemākus sava ārējā izskata un

svara vērtējumus nekā tie pusaudži, kuri nav kļuvuši par šīs vardarbības upuriem. Šajos pētījumos parādās arī dzimumu atšķirības - no kibertiranzēšanas cietušie zēni uzrāda augstākus ķermeņa pašcieņas rādītājus nekā cietušās meitenes, kā arī meitenes no kibertiranzēšanas ārējā izskata dēļ cieš biežāk nekā zēni. Apkopojot šo informāciju, iespējams secināt, ka varētu pastāvēt saistība starp kibertiranzēšanu un ķermeņa pašcieņu, tāpēc tiek izvirzīti *pētījuma jautājumi* – vai pastāv saistība starp kibertiranzēšanu un ķermeņa pašcieņu kopējā izlasē, kādas ir saistības starp kibertiranzēšanu un ķermeņa pašcieņu zēnu un meiteņu grupās un kādas ir atšķirības starp kibertiranzēšanu un ķermeņa pašcieņu zēnu un meiteņu grupās?

METODE

Pētījuma dalībnieki

Pētījumā piedalījās 114 respondenti. Izlasi veido 56 zēni un 58 meitenes vecumā no 14 līdz 17 gadiem ($M=15,73$, $SD=1,12$). Respondenti tika atlasīti nejauši.

Instrumentārijs

Ķermeņa pašvērtējuma noteikšanai tika izmantota „Ķermeņa pašvērtējuma skala” (The Body Esteem Scale – BES; Franzoi & Shields, 1984; adaptācija latviešu valodā, Grīnberga, 2012). Aptaujai pieejams variants vīriešiem, kas sastāv no 31 apgalvojuma, kas tiek sadalīts 3 apakšskalās – fiziskā pievilcība, ķermeņa augšdaļas spēcīgums un fiziskā sagatavotība. Tāpat aptaujai ir pieejams variants sievietēm, kas sastāv no 32 apgalvojumiem, kas tiek sadalīti 3 apakšskalās – seksuālā pievilcība, uztraukumss par svaru un fiziskā sagatavotība. Respondents novērtē katru apgalvojumu 5 punktu intervāla skalā: man ir ļoti negatīvas izjūtas (1), man ir mēreni negatīvas izjūtas (2), man nav ne pozitīvas, ne negatīvas izjūtas (3), man ir mēreni pozitīvas izjūtas (4), man ir ļoti pozitīvas izjūtas (5), novērtējums tiek iegūts, saskaitot iegūto punktu skaitu katrā apakšskalā un aptaujai kopumā. Iegūto punktu iespējamā amplitūda no 32 līdz 160 visai aptaujai. Augstāks iegūtais punktu skaits norāda par lielāku apmierinātību ar savu ķermeni.

Kibertirānizēšanas pieredzes noteikšanai tika izmantota „Eiropas kibermobinga intervences projekta aptauja” (The European Cyberbullying Intervention Project Questionnaire, Del Rey et al., 2015). Latvijā tā adaptēta 2016. gadā (Virse, 2016). Aptauja sastāv no 22 apgalvojumiem, kuri iedalās sekojošās apakšskalās: kibermobinga viktimizācijas skala un kibermobinga agresijas skala. Katrā skalā ir 11 jautājumi. Respondenti atbild uz jautājumiem, novērtējot piedzīvoto/veikto kibertirānizēšanu sākot no 0 „*nekad*” līdz 4 „*vairākas reizes nedēļā*”. Augstāki iegūtie rādītāji apakšskalās liecina par izteiktāku viktimizācijas vai izteiktāku kibertirānizēšanas veicēja pieredzi.

Aptaujas beigās tika ievākti demogrāfiskie dati, lai noskaidrotu respondentu vecumu un dzimumu.

Procedūra

Datu ievākšana tika veikta izmantojot interneta vidi, kur aptaujas tika ievietotas divos vecākiem paredzētos forumos un sociālajos tīklos (facebook, draugiem.lv). Iepriekš informējot par aptauju saturu, konfidencialitāti un pētījuma mērķi, tika uzrunāti ne tikai jaunieši vecumā no 14 līdz 17 gadiem, bet arī vecāki, kuriem ir bērni šādā vecumā. Vecāki tika uzrunāti ar lūgumu dalīties ar aptaujas saiti ar savām atvasēm, lai tie sev brīvā laikā varētu aptaujas aizpildīt. Dati pēc ievākšanas interneta vidē tika ievadīti SPSS programmā, kur tika veikta tālākā datu apstrāde. Dati tika ievākti laika posmā no 25.marta līdz 12. aprīlim un respondentu trūkuma dēļ laikā no 7.maija līdz 13.maijam. Aptaujas anketas aizpildīšanai bija nepieciešamas apmēram 15 minūtes.

REZULTĀTI

Lai noteiktu pusaudžu kibermobinga pieredzes un ķermeņa pašcieņas aptauju skalu ticamību visā izlasē un zēnu un meiteņu izlasēs atsevišķi, tika aprēķināts Kronbaha alfas koeficients (α) (skat.1.un 2. tabulu).

1.tabula

Aprakstošās statistikas rādītāji ķermeņa pašcieņas un kibermobinga intervences projekta aptaujām visā izlasē (N=114)

	Kronbaha alfa	M	SD	K – S
Kibertiranzēšana				
Viktimizācijas skala	0,84	4,77	4,32	0,00
Agresijas skala	0,89	3,79	4,71	0,00
Ķermeņa pašcieņa	0,88	103,28	19,24	0,20

* p < 0,05

1.tabulā redzams, ka ticamība visās skalās ir pietiekami augsta, lai būtu iespējams analizēt datus. Redzams, ka rezultātu noturīgums abās kibertiranzēšanas skalās un ķermeņa pašcieņas aptaujai ir labs.

Aptaujai tika aprēķināti aprakstošās statistikas rādītāji, standartnovirze un vidējais aritmētiskais, kā arī noteikta atbilstība normālam sadalījumam, izmantojot Kolmogorova – Smirnova koeficientu (skat. 1. tab.). Aprēķinu rezultāti norāda to, ka nevienā no skalām nav novērojams normāls sadalījums.

Aprakstošās statistikas rādītāji ķermeņa pašcieņas un kibertirāzēšanas aptaujām meiteņu (N=58) un zēnu (N=56) izlasēs

	Kronbaha alfa		M		SD		K – S	
	Zēni N=56	Meitenes N=58	Zēni N=56	Meitenes N=58	Zēni N=56	Meitenes N=58	Zēni N=56	Meitenes N=58
Kibertirāzēšana								
Viktimizācijas skala	0,88	0,76	4,11	5,41	4,93	3,55	0,00	0,00
Agresijas skala	0,94	0,69	4,13	3,47	6,30	2,33	0,00	0,00
Ķermeņa pašcieņa								
Seksuālā pievilcība	-	0,74	42,88	38,59	-	6,43	-	0,20
Uztraukums par svaru	-	0,82	-	25,72	-	6,82	-	0,05
Fiziskā pievilcība	0,79	-	41,40	-	-	5,33	-	0,00
Ķermeņa augšdaļas spēcīgums	0,79	-	33,52	-	-	4,72	-	0,00
Fiziskais stāvoklis	0,80	0,64	49,58	26,17	6,04	4,47	0,00	0,20

* $p < 0,05$

2.tabulā redzams, ka ticamība visās skalās gan zēnu, gan meiteņu izlasēs ir pietiekami laba, lai būtu iespējams analizēt datus. Redzams, ka rezultātu noturīgums abās kibertirāzēšanas skalās un visās ķermeņa pašcieņas aptaujas skalās ir labs un pieņemams.

Aptaujai tika aprēķināti aprakstošās statistikas rādītāji, standartnovirze un vidējais aritmētiskais, kā arī noteikta atbilstība normālam sadalījumam, izmantojot Kolmogorova – Smirnova koeficientu (skat. 2. tab.). Aprēķinu rezultāti norāda to, ka nevienā no skalām abās grupās nav novērojams normāls sadalījums.

Lai atbildētu uz pētījuma pirmo jautājumu, vai pastāv sakarība starp kibertirāzēšanas un ķermeņa pašcieņas rādītājiem kopējā izlasē, tika izmantots Spīrmena korelācijas koeficients (skat 3.tabulu).

Spīrmena korelācijas koeficienti starp ķermeņa pašcieņu un kibermobinga pieredzi visā izlasē (N=114)

	1	2	3
1. Kibermobinga viktimizācija	-	-	-
2. Kibermobinga agresija	0,46**	-	-
3. Ķermeņa pašcieņa	-0,27**	-0,92	-

** $p < 0,01$

Rezultāti norāda, ka pastāv statistiski nozīmīga negatīva saistība starp kibermobinga viktimizāciju un ķermeņa pašcieņu ($r_s = -0,27, p < 0,01$), kas nozīmē, ka jo augstāki viktimizācijas rādītāji, jo zemāki ķermeņa pašcieņas rādītāji, tāpat arī pretēji – jo zemāki ķermeņa pašcieņas rādītāji, jo augstāki viktimizācijas rādītāji. Pastāv statistiski nozīmīga pozitīva saistība starp kibermobinga viktimizācijas un kibermobinga agresijas skalām ($r_s = 0,46, p < 0,01$), kas nozīmē, ka jo augstāki viktimizācijas rādītāji, jo augstāki agresijas rādītāji, tāpat arī pretēji.

Lai atbildētu uz pētījuma otro jautājumu, kādas ir atšķirības starp ķermeņa pašcieņu un kibertiranzēšanas pieredzi zēnu un meiteņu grupās, tika izmantots Manna - Vitneja U kritērijs (skat.4.tabulu).

Kibermobinga pieredzes un ķermeņa pašcieņas atšķirības zēnu un meiteņu izlasēs

	Zēni (N=56)		Meitenes (N=58)		U kritērijs
	M	SD	M	SD	
Kiberviktimizācija	4,11	4,94	5,41	3,55	978,50
Kiberagresija	4,13	6,30	3,47	2,33	1519,00
Ķermeņa pašcieņa	116,54	14,12	90,48	14,21	289,50

Rezultāti norāda, ka nepastāv dzimumatšķirības starp kibertirāzēšanas un ķermeņa pašcieņas rādītājiem starp zēnu un meiteņu grupām. Atbilde uz pētījumā izvirzīto otro jautājumu ir noliedzoša.

Lai atbildētu uz pētījumā izvirzīto trešo jautājumu, kādas ir sakarības starp kibertirāzēšanas un ķermeņa pašcieņas rādītājiem zēnu un meiteņu grupās, tika izmantots Spīrmena korelācijas koeficients (skat. 5.tabulu). Sakarību noteikšanai tika izmantotas ķermeņa pašcieņas skalas, kuras katram dzimumam ir atšķirīgas – Fiziskā pievilcība, Ķermeņa augšdaļas spēcīgums un Fiziskais stāvoklis vīriešiem un Seksuālā pievilcība, Uztraukums par svaru un Fiziskais stāvoklis sievietēm.

5.tabula

Spīrmena korelācijas koeficienti starp kibermobinga pieredzi un ķermeņa pašcieņu zēnu un meiteņu izlasēs

	Kibermobinga viktimizācija		Kibermobinga agresija	
	Zēni (N=56)	Meitenes (N=58)	Zēni (N=56)	Meitenes (N=58)
Kibermobinga agresija	0,51 ^{**}	0,43 ^{**}	-	-
Fiziskā pievilcība	-0,09	-	-0,03	-
Ķermeņa augšdaļas spēcīgums	0,04	-	-0,13	-
Seksuālā pievilcība	-	-0,01	-	-0,02
Uztraukums par svaru	-	-0,03	-	-0,04
Fiziskais stāvoklis	-0,03	-0,09	-0,18	-0,02

^{**} $p < 0,01$

Rezultāti norāda, ka nepastāv statistiski nozīmīga saistība starp kibermobinga pieredzi un ķermeņa pašcieņu ne zēnu, ne meiteņu grupās. Rezultāti uzrāda, ka pastāv statistiski nozīmīga pozitīva saistība starp kibermobinga viktimizācijas un kibermobinga agresijas skalām gan zēnu ($r_s = 0,51, p < 0,01$), gan meiteņu ($r_s = 0,43, p < 0,01$) grupās, kas nozīmē, ka jo augstāki viktimizācijas rādītāji, jo augstāki agresijas rādītāji un pretēji – jo augstāki agresijas rādītāji, jo augstāki viktimizācijas rādītāji.

DISKUSIJA

Bakalaura darba pētījuma mērķis bija noskaidrot, vai pastāv sakarība starp kibertirānizēšanu un ķermeņa pašcieņu kopējā izlasē un kādas saistības un atšķirības pastāv starp kibertirānizēšanas pieredzi un ķermeņa pašcieņu zēnu un meiteņu grupās. No iegūtajiem rezultātiem var secināt, ka nepastāv statistiski nozīmīga sakarība starp kibertirānizēšanas pieredzi un ķermeņa pašcieņu ne zēnu, ne meiteņu grupās, kā arī, nav novērojamas statistiski nozīmīgas atšķirības starp šiem mainīgajiem zēnu un meiteņu grupās. Taču ir novērojama statistiski nozīmīga negatīva sakarība starp kiberviktimizāciju un ķermeņa pašcieņu kopējā izlasē. Kā arī ir novērojams, ka kopējā izlasē un abās grupās kiberviktimizācija uzrāda statistiski nozīmīgu saistību ar kiberagresiju. Rezultāti sniedz apstiprinošu atbildi uz vienu no trim pētījumā izvirzītajiem jautājumiem.

Tika noskaidrots, ka pastāv statistiski nozīmīga negatīva saistība starp kiberviktimizāciju un ķermeņa pašcieņu kopējā izlasē, kas nozīmē, ka jo augstāki kiberviktimizācijas rādītāji, jo zemāka ķermeņa pašcieņa un pretēji – jo zemāki kiberviktimizācijas rādītāji, jo augstāki ķermeņa pašcieņas rādītāji. Iegūtie rezultāti ir saskaņā ar iepriekš veikto pētījumu rezultātiem (Shemesh, 2017; Kenny et al., 2018), ka pusaudžiem, kuri ir cietuši no kibertirānizēšanas, ķermeņa pašcieņas rādītāji ir zemāki nekā tiem pusaudžiem, kuri nav cietuši no šī vardarbības veida. Pazemināti ķermeņa pašcieņas rādītāji, kas izpaužas kā neapmierinātība ar savu ķermeni un ārējo izskatu, var būt iemesls tam, ka pusaudzis kļūst par vardarbības upuri.

Pētījumā iegūtie rezultāti ir pretrunā ar iepriekš veiktajiem pētījumiem (Shemesh, 2017; Frisen et al., 2014), kuros novērotas dzimumatšķirības starp kibertirānizēšanu un ķermeņa pašcieņu. Iespējams, ka šajā pētījumā neuzrādās dzimumatšķirības, jo izlase ir pārāk maza.

Iegūtie rezultāti norāda, ka kibertirānizēšanas agresija ir statistiski nozīmīgi pozitīvi saistīta ar kibertirānizēšanas viktimizāciju gan zēnu, gan meiteņu grupās, kas nozīmē, ka tie jaunieši, kuri cieš no pazemojumiem elektroniskajā vidē, bieži vien paši sāk realizēt vardarbību pret citiem, bet liela daļa kibertirānizēšanas agresoru nereti ir citu upuri. Iegūtie rezultāti apstiprina vairākos iepriekš veiktos pētījumos atklāto, ka bieži jaunieši ieņem vairāk kā vienu lomu kibertirānizēšanas norisē (Kowalski, 2012; Hinduja & Patchin, 2015), jo liela daļa elektroniskās vardarbības upuru kļūst arī par agresoriem, kā arī, kibertirānizēšanas veicēji regulāri paši piedzīvo uzbrukumus. Pastāv iespēja, ka esošā saistība starp kibertirānizēšanas agresiju un viktimizāciju varētu būt saistīta ar elektroniskajā vidē visiem pieejamo anonimitāti, jo tā sniedz

iespēju jauniešiem atriebties vai pazemot citus, izvairoties no atpazīšanas (Kowalski & Limber, 2012; Hinduja & Patchin 2010).

Iegūtie rezultāti noraida iepriekš veiktajos pētījumos atklāto - daži pētījumi (Kowalski & Limber, 2012) norāda, ka kibertirānizēšanā gan kā agresori, gan kā upuri vairāk tiek iesaistītas meitenes, taču citi pētījumi (Li, 2006; Slonje & Smith, 2008) norāda, ka vairāk tiek iesaistīti zēni. Šajā pētījumā tiek novērots, ka kibertirānizēšanā gan kā upuri, gan kā agresori vienlīdz daudz iesaistās abu dzimumu pārstāvji.

Par pētījuma būtiskāko trūkumu var uzskatīt nelielo izlasi, jo respondentu skaits katrā grupā ir pārāk mazs, lai iegūtos rezultātus varētu attiecināt uz plašāku sabiedrības daļu. Kā ierobežojums varētu kalpot arī fakts, ka respondenti, iespējams, snieguši sociāli vēlamas atbildes, neskatoties uz to, ka tikuši informēti par anonimitāti un konfidencialitāti. Vēl kā trūkumu var atzīmēt vienu no datu ievākšanas metodēm – aptauju ievietošana vecākiem paredzētos forumos. Šādos forumos lielākoties, iespējams, atrodas vecāki, kuriem rūp savi bērni un kuri seko līdzī sava bērna aktivitātēm. Iespējams, ka vecāki uzraudzījuši, kā bērni veic aptauju izpildi, ietekmējot sniegtās atbildes. Forumos esošo vecāku bērni, iespējams, aug labvēlīgos apstākļos, un šis iemesls arī var kalpot kā viens no rezultātus ietekmējošiem faktoriem. Kā vienu no ietekmējošajiem faktoriem var minēt Ķermeņa pašcieņas skalas izmantošanu datu iegūšanai. Šī ir pašnovērtējuma aptauja, kur atbilžu rezultātus var ietekmēt respondenta tā brīža emocionālais noskaņojums.

Kā pētījuma stiprās puses var minēt augstos ticamības rādītājus kibermobinga un ķermeņa pašcieņas skalām kopējā izlasē un temata aktualizāciju akadēmiskajā vidē. Neskatoties uz to, ka pētījumi par kibertirānizēšanu un ķermeņa pašcieņu ir daudz, pavisam nedaudz ir pētījumu, kuri aplūko šo rādītāju sakarības. Kibertirānizēšana Latvijā līdz šim ir samērā maz pētīta, tāpēc pētījums sniedz papildus informāciju par šo vardarbības veidu, tā izpausmēm un izraisītajām sekām, kā arī pētījumā lielākoties izmantota informācija no pavisam nesen publicētiem pētījumiem. Šis ir viens no retajiem pētījumiem, kurā kibertirānizēšana pētīta nejauši veidotā pusaudžu izlasē, kur pusaudži nāk no dažādām skolām, dzīves vietām. Iepriekš veiktajos pētījumos izlases lielākoties veidotas no vienas skolas vai klases skolēniem. No pētījuma rezultātiem var secināt, ka kibertirānizēšana ir aktuāla un izplatīta jauniešu vidū plašākā mērogā, ne tikai tā ir aktuāla vienas klases vai skolas mērogā.

Nākotnē veiktajos pētījumos būtu nepieciešams būtiski palielināt izlases apjomu, kā arī izlasē iekļaut respondentus vecumā līdz 14 gadiem, lai uzzinātu problēmas aktualitāti jaunāku pusaudžu vidū. Ķermeņa pašcieņu jeb apmierinātību ar ķermeni ietekmē citi ar ķermeņa izskatu saistīti faktori, piemēram, ēšanas traucējumi, ēšanas uzvedība svārs, diētu ievērošana, ķermeņa tēla uztvere (Bakhshi, 2011), tāpēc nākotnē iespējams pētīt kibertirānizēšanas saistību ar kādu no šiem faktoriem.

Kopumā pētījums apstiprinājis jau esošās teorijas, kurās analizēta kibertirānizēšanas saistība ar ķermeņa pašcieņu un kiberviktimizācijas saistība ar kiberāgresiju, savukārt noraidījis esošās teorijas par dzimumatšķirībām starp abiem mainīgajiem.

SECINĀJUMI

Bakalaura darbā tika apskatītas un apkopotas teorētiskās atziņas un pētījumi, kas apskata kibertirānizēšanu un ķermeņa pašcieņu kā atsevišķus konstruktus un apskatīti pētījumi, kas norāda uz abu šo mainīgo saistībām. Pētījuma mērķis bija noskaidrot, vai pastāv saistība starp kibertirānizēšanu un ķermeņa pašcieņu kopējā izlasē un kādas ir saistības un atšķirības starp kibertirānizēšanu un ķermeņa pašcieņu zēnu un meiteņu grupās.

Kibertirānizēšana ir tīša, agresīva darbība, ko veic indivīds vai grupa pret kādu konkrētu indivīdu, izmantojot elektroniskās ierīces, visbiežāk mobilo telefonu vai datoru. Tās paveikšanas veidi var tik klasificēti pēc uzvedības veida vai satura, izmantotā medija, pēc uzvedības tipoloģijas, izraisītās ietekmes uz upuri. Var secināt, ka lai gan kibertirānizēšana ir līdzīga tradicionālajam huligānismam, tā atšķiras ar izraisīto seku nopietnību, anonimitāti, apkaunojuma noturību un citiem faktoriem. Kopumā tiek izdalīti pieci kibertirānizēšanas veicēju tipi: sabiedriskais, vientuļais, sadistiskais, narcistiskais un morāles vadītais. Ir vairākas pazīmes, kā atpazīt kibertirānizēšanas upuri, piemēram, indivīds ir kļuvis izvairīgs un ir novērojamas izmaiņas viņa uzvedībā un garastāvoklī. Kibertirānizēšana var izraisīt tādas sekas kā skolas kavēšanu, suicidālu tieksmju rašanos, izmaiņas pašcieņā, trauksmi, ietekmēt psiholoģisko labklājību ne tikai vardarbības upuriem, bet arī tās veicējiem.

Ņemot vērā kibertirānizēšanas straujo izplatību, palielinās arī veikto pētījumu skaits saistībā ar šo vardarbības veidu, pētot tā saistību ar dažādiem jauniem konstruktiem. Viens no jaunākajiem konstruktiem, kura saistība tiek apskatīta, ir ķermeņa pašcieņa jeb apmierinātība ar ķermeni. Līdz šim vairākos pētījumos ir atklāts, ka pusaudži, kuri cietuši no kibertirānizēšanas, uzrāda zemākus ķermeņa pašcieņas rādītājus, zemākus sava ārējā izskata un svara vērtējumus nekā tie pusaudži, kuri nav kļuvuši par šīs vardarbības upuriem. Šajos pētījumos novērojamas arī dzimumu atšķirības - no kibertirānizēšanas cietušie zēni uzrāda augstākus ķermeņa pašcieņas rādītājus nekā cietušās meitenes, kā arī meitenes no kibertirānizēšanas ārējā izskata dēļ cieš biežāk nekā zēni.

Pētījumā iegūtie rezultāti sniedz apstiprinošu atbildi uz vienu no trim izvirzītajiem jautājumiem. Noskaidrots, ka pastāv statistiski nozīmīga negatīva korelācija starp kiberviktimizāciju un ķermeņa pašcieņu kopējā izlasē, kas apstiprina arī iepriekš veiktajos pētījumos iegūtos rezultātus (Kenny et al., 2018; Shemesh, 2017). Iegūtie rezultāti neuzrādīja statistiski nozīmīgas sakarības un atšķirības starp kibertirānizēšanas pieredzi un ķermeņa

pašcieņu ne zēnu, ne meiteņu grupās. Savukārt rezultāti uzrāda statistiski nozīmīgu pozitīvu saistību starp kiberviktimizāciju un kiberagresiju kopējā izlasē un abu dzimumu grupās, norādot, ka kibertirānizēšana ir vienlīdz izplatīta gan zēnu, gan meiteņu vidū, kā arī apstiprina vairākos iepriekš veiktos pētījumos atklāto, ka nereti jaunieši neieņem tikai vienu lomu kibertirānizēšanas norisē (Kowalski, 2012; Hinduja & Patchin, 2015).

Pētījumā iegūtā informācija var tik izmantota kā informācijas avots, lai uzzinātu vairāk par kibertirānizēšanu, tās izpausmes veidiem un izraisītajām sekām. Iegūtie rezultāti un secinājumi var kalpot kā pamats turpmākai kibertirānizēšanas un ķermeņa pašcieņas izpētei.

IZMANTOTĀS LITERATŪRAS SARAKSTS

- Akar, F. (2017). School Psychological Counselors' Opinions about Causes and Consequences of Cyberbullying & Preventive Policies at Schools. *Proceedings Of The Multidisciplinary Academic Conference*, 445-459.
- Bakhshi, S. (2011). Women's body image and the role of culture: a review of the literature. *Europe's Journal of Psychology*, 7(2), 374-394.
- Brewer, B. & Kerlake, J. (2015). Cyberbullying, self-esteem, empathy and loneliness. *Computers in Human Behavior*, 48, 255-260.
- Cash, F. (2002). Cognitive – Behavioral Perspectives on Body Image. Cash T.F., Pruzinsky T. (Eds). *Body image: a handbook of theory, research, and clinical practice*. (pp. 38-46) New York: The Guilford Press.
- Dilmac, B. (2017). The Relationship between Adolescents' Levels of Hopelessness and Cyberbullying: The Role of Values. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 17(4), 1119-1133.
- Fernandes, T., Sanyal, N., & Chadha, S. (2015). Self-esteem and social interaction anxiety in cyberbullied adolescents. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 6(7), 648-655.
- Ferrand, C., Champely, S., & Filaire, E. (2009). The role of body-esteem in predicting disordered eating symptoms: A comparison of French aesthetic athletes and non-athletic females. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(1), 373-380.
- Festl, R., Vogelgesang, J., Scharkow, M., & Quandt, T. (2017). Longitudinal patterns of involvement in cyberbullying: results from a latent transition analysis. *Computers in Human Behaviour*, 66, 7-15.
- Frisen, A., Berne, S., & Lunde, C. (2014). Cybervictimization and body esteem: Experiences of Swedish children and adolescents. *European Journal of Developmental Psychology*, 11, 331-343.
- Gobiņa, I. (2015). Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījums. Rīga. Iegūts 2019. g. 13. februārī no <https://www.spkc.gov.lv/lv/statistika-un-petijumi/petijumi-un-zinojumi>.
- Hinduja, S. & Patchin, J. W. (2015). *Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyberbullying (2nd edition)*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

- Holla, K. (2014). Cyberbullying and its Forms in Pupils in the Slovak Republic. *New Educational Review*, 38(4), 29-42.
- Kenny, U., Sullivan, L., Callaghan, M., Molcho, M., & Kelly, C. (2018). The relationship between cyberbullying and friendship dynamics on adolescent body dissatisfaction: A cross-sectional study. *Journal of Health Psychology*, 23(4), 629-639.
- Koppejan, S. (2011). Cyberbullying: effects on self-esteem and perceived stress and the role of communication with mother. Master Thesis. Utrecht University, Retrieved February 16, 2019, from <https://dspace.library.uu.nl/handle/1874/207275>.
- Kowalski, M., Limber, S., & Agatston, P. W. (2012). *Cyberbullying: bullying in the digital age*. Chichester: Wiley-Blackwel.
- Kyriacou, C. (2016). A Psychological Typology of Cyberbullies in Schools. *Psychology of Education Review*, 40(2), 24-27.
- Nocentini, A., Calmaestra, J., Schultze-Krumbholz, A., Scheithauer, H., Ortega, R., & Menesini, E. (2010). Cyberbullying: Labels, Behaviours and Definition in Three European Countries. *Australian Journal of Guidance and Counselling*, 20(02), 129-142.
- Laftman, S., Modin, B., & Ostberg V. (2013). Cyberbullying and subjective health. *ChildYouth Serv Rev*, Retrieved February 17, 2019, from <https://www.semanticscholar.org>.
- La Placa, V., McNaught, A., & Knight, A. (2013). Discourse on wellbeing in research and practice. *International Journal of Wellbeing*, 3(1), 116-125.
- Law, D. M., Shapka, J. D., Hymel, S., Olson, B. F., & Waterhouse, T. (2011). The changing face of bullying: An empirical comparison between traditional and internet bullying and victimization. *Computers in Human Behavior*, 28, 226–232.
- Levine, M.P., & Smolak, L. (2002). *Body image development in adolescence. Body image: a handbook of theory, research, and clinical practice*. (pp. 74-82) New York: The Guilford Press.
- Olweus, D. (2012). Invited expert discussion paper cyberbullying: An overrated phenomenon? *European Journal of Developmental Psychology*, 9, 520-538.
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2010). Cyberbullying and self-esteem. *Journal of School Health*, 80, 614-624.

- Pfetsch, J. (2017). Empathic Skills and Cyberbullying: Relationship of Different Measures of Empathy to Cyberbullying in Comparison to Offline Bullying Among Young Adults. *The Journal of Genetic Psychology, 178*, 58-72.
- Santana, D. (2014). Virtuous or vitriolic: The effect of anonymity on civility in online Newspaper reader comment boards, Retrieved February 17, 2019, from <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/17512786.2013.813194>.
- Shemesh, D., & Heiman, T. (2017). Cyberbullying Victimization in Adolescents as Related to Body Esteem, Social Support, and Social Self-Efficacy. *The Journal of Genetic Psychology, 178*, 28-43.
- Smith, P. (2015). The nature of cyberbullying and what we can do about it. *Journal of Research in Special Educational Needs, 15*, 176–184. doi:10.1111/1471-3802.12114.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., & Tippett, N. (2006). An investigation into cyberbullying, its forms, awareness and impact, and the relationship between age and gender in cyberbullying. Research Brief No. RBX03-06. London: DfES, Retrieved February 9, 2019, from <https://www.staffsccb.org.uk>.
- Stauffer, S., Heath, M. A., Coyne, S. M., & Ferrin, S. (2012). High school teachers' perceptions of cyberbullying prevention and intervention strategies. *Psychology In The Schools, 49*(4), 352-367. doi:10.1002/pits.21603.
- Varghese, M. E. and Pistole, M. C. (2017). College Student Cyberbullying: Self-Esteem, Depression, Loneliness, and Attachment. *Journal of College Counseling, 20*, 7-21.
- Wachs, S., Jiskrova, G. K., Vazsonyi, A. T., Wolf, K. D., & Junger, M. (2016). A cross-national study of direct and indirect effects of cyberbullying on cybergrooming victimization via self-esteem. *Psicologia educativa, 22*(1), 61-70. <https://doi.org/10.1016/j.pse.2016.01.00>.
- Washington, E. T. (2015). An Overview of Cyberbullying in Higher Education. *Adult Learning, 26*(1), 21–27. <https://doi.org/10.1177/1045159514558412>.
- Wiederhold, B. (2014). Cyberbullying and LGBTQ Youth: A Deadly Combination. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 17*(9), 569–570

- Wood, F. R., & Graham, R. (2018). "Safe" and "At-Risk": Cyberbullying Victimization and Deviant Health Risk Behaviors in Youth. *Youth & Society*.
- Yudes-Gomez, C., Baridon-Chauve, D., & Gonzalez-Cabrera, J. (2018). Cyberbullying and problematic Internet use in Colombia, Uruguay and Spain: Cross-cultural study. *Comunicar*, 56, 49-58. <https://doi.org/10.3916/C56-2018-05>.
- Zsila, Á., Orosz, G., Király, O., Urbán, R., Ujhelyi, A., Jármi, É., Demetrovics, Z. (2018). Psychoactive Substance Use and Problematic Internet Use as Predictors of Bullying and Cyberbullying Victimization. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16(2), 466-479. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9809-0>.