

Društvene mreže kao sredstvo širenja agresije među adolescentima

U džepovima, ruksacima i torbicama većine današnje mladeži se može pronaći uređaj koji ruši geografske i vremenske barijere u društvenoj interakciji. Pametni telefon omogućuje neprekidnu dostupnost, a aktivnosti na društvenim mrežama te nasumično, redovito ometanje notifikacija mogu imati značajan utjecaj na kognitivni te socioemocionalni rast i razvoj adolescenata.

Tijekom adolescencije (13. do 19. g.) se događa najveći rast u izvršnim funkcijama mozga koje uključuju kontrolu pažnje i radnog pamćenja, inhibicije, planiranje, kognitivnu fleksibilnost, regulaciju emocija i ponašanja. Razvoj ovih sposobnosti zaostaje za socioemocionalnim razvojem, stoga se adolescenti češće nepromišljeno i impulzivno ponašaju vođeni hormonalnim promjenama u pubertetu. Zbog povećane potrebe za samostalnosti i izgradnjom vlastitog identiteta adolescenti se okreću upoznavanju vršnjaka i potrazi za novim iskustvima izvan svoje obitelji. Osim zaokupljenosti oko dojma koji ostavljaju na druge u stvarnosti, tinejdžeri se uče konstruirati svoj virtualni identitet na društvenim mrežama koji često reflektira njihove stvarne osobine te grade reputaciju koja ima realne posljedice na njihov društveni život.

Velika opasnost za mentalno zdravlje mladih je iskustvo *cyberbullyinga*, odnosno elektroničkog vršnjačkog i seksualnog nasilja. Neki od indikatora koje žrtve ove vrste agresivnosti mogu doživjeti su depresivnost, tjeskoba, usamljenost, nisko samopoštovanje i društveno povlačenje, problemi sa spavanjem i apetitom, tjelesni simptomi stresa (čak i akutni PTSP), suicidalne misli, slabi školski uspjeh i uporaba sredstava ovisnosti te delinkvencija. Vršitelji nasilja pokazuju također indikatore depresivnosti i tjeskobe te niskog samopoštovanja, a češće se pojavljuju i manjak empatije, moralno odobravanje nasilja te povišena narcisoidnost, kao i uporaba sredstava ovisnosti te slabiji školski uspjeh. Veća je vjerojatnost da će netko u odluci da drugome čini zlo, odabrati prije elektronički nego li tradicionalni oblik vršnjačkog nasilja. Iako putem interneta nije moguće fizičko nasilje, specifične karakteristike društvenih mreža potenciraju štetan učinak psihičkog oblika na dobrobit mladih. Anonimnost na internetu potiče mlade da čine ono što nikada ne bi u interakcijama „licem u lice“, stvara osjećaj veće moći nad žrtvom te onemogućuje promatranje reakcija žrtve na nasilan čin, a time i pojavu empatije i negativnih društvenih emocija – krivnje i srama koje bi potaknule korekciju ponašanja. Žrtve su često dugo vremena nesvjesne da ih je netko napao, a napadu je već svjedočila šira publika. Nasilje se ponovno proživljava zbog težeg uklanjanja agresivnog sadržaja i mogućnosti prosljeđivanja i spremanja tog sadržaja. Žrtve nerado prijavljuju nasilje, a kao primarni razlog navode strah od toga da im roditelji ne oduzmu mobitel.

Medijska pismenost i podučavanje djece i mladih o sigurnosti i zaštiti na internetu i društvenim mrežama je ključalno za prevenciju štetnih utjecaja. Pronalazak ravnoteže između nadzora nad djetetovim aktivnostima i očekivanja o odgovornosti i autonomiji postiže se kroz otvoreni razgovor s djetetom obilježen međusobnim poštovanjem i povjerenjem te topline i razumijevanjem.

Ratko Čuček,
mag. psych.