

ĐẶC ĐIỂM TÂM LÝ NẠN NHÂN BỊ BẮT NẠT TRÊN MẠNG LÀ HỌC SINH, SINH VIÊN VÀ MỘT SỐ CHỈ DẪN CHO CÔNG TÁC HỖ TRỢ, BẢO VỆ

Bùi Thị Liên*, Phạm Châu Giang**
* Khoa LLCT & KHXHNV, Học viện ANND
** Học viên lớp B6D56, Học viện ANND

Tóm tắt: Bắt nạt trên mạng đã và đang trở thành một trong những thách thức nghiêm trọng nhất đối với an toàn học đường và sức khỏe tâm thần của học sinh, sinh viên trong bối cảnh chuyển đổi số toàn cầu. Các hành vi như xúc phạm bằng bài viết, bình luận trực tuyến, cô lập xã hội trên không gian mạng, lan truyền tin đồn ác ý hoặc đe dọa phát tán thông tin đời tư không chỉ xâm phạm đến quyền riêng tư mà còn gây ra những tổn thương tâm lý sâu sắc, dẫn đến các hệ quả tiêu cực về hành vi và cảm xúc kéo dài. Bài viết tập trung phân tích đặc điểm tâm lý của nạn nhân là học sinh, sinh viên bị bắt nạt trên không gian mạng, làm rõ diễn biến tâm lý phức tạp qua các giai đoạn từ khi tiếp nhận hành vi bắt nạt đến khi đối mặt với hệ quả sang chấn. Thông qua việc nghiên cứu học thuật về tâm lý học hành vi, bài viết đề xuất các định hướng hỗ trợ và giải pháp phòng ngừa toàn diện nhằm hoàn thiện công tác tham vấn, can thiệp và bảo vệ nạn nhân, đảm bảo tính nhân văn và hiệu quả trong môi trường giáo dục hiện nay.

Từ khóa: bắt nạt trên mạng; tâm lý nạn nhân; học sinh sinh viên; an toàn số.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF STUDENT VICTIMS OF CYBERBULLYING: GUIDELINES FOR SUPPORT AND PROTECTION

Abstract: Cyberbullying has emerged as one of the most serious challenges to school safety and the mental health of students in the context of global digital transformation. Behaviors such as online harassment through posts and comments, social exclusion in cyberspace, the dissemination of malicious rumors, or threats to expose private information not only violate individuals' privacy rights but also cause profound psychological harm, leading to long-term negative behavioral and emotional consequences. This paper analyzes the psychological characteristics of student victims of cyberbullying, elucidating the complex psychological processes across different stages—from initial exposure to bullying behaviors to coping with trauma-related outcomes. Drawing on academic research in behavioral psychology, the paper proposes supportive orientations and comprehensive prevention strategies aimed at strengthening counseling, intervention, and victim protection efforts, thereby ensuring a humane and effective approach within contemporary educational environments.

Keywords: cyberbullying; victim psychology; students; cybersecurity; digital-safety.

Nhận bài: 14/01/2026

Phản biện: 06/02/2026

Duyệt đăng: 10/02/2026

I. ĐẶT VẤN ĐỀ

Sự bùng nổ của các nền tảng số đã thay đổi hoàn toàn phương thức giao tiếp và học tập của học sinh, sinh viên. Tuy nhiên, môi trường này cũng nảy sinh vấn nạn bắt nạt trên mạng với những hệ quả nghiêm trọng. Theo báo cáo Digital Civility Index của Microsoft (2020), Việt Nam thuộc nhóm các quốc gia có mức độ rủi ro cao trên không gian mạng, với chỉ số văn minh kỹ thuật số ở mức thấp so với nhiều quốc gia được khảo sát. Trong đó, các hành vi như quấy rối, xúc phạm danh dự và bắt nạt trên mạng được xác định là những nguy cơ phổ biến hàng đầu. Báo cáo cũng chỉ ra rằng thanh thiếu niên và người trẻ là nhóm đối tượng dễ bị tổn thương nhất do đang trong giai đoạn hoàn thiện nhân cách, trong khi còn hạn chế về kỹ năng tự bảo vệ và khả năng đánh giá rủi ro trực tuyến. Những hành vi này không chỉ xâm phạm quyền riêng tư mà còn gây tổn thương tâm lý sâu sắc, ảnh hưởng trực tiếp đến sự phát triển nhân cách. Do đó, việc nghiên cứu đặc điểm tâm

lý nạn nhân có ý nghĩa then chốt trong việc phát hiện, can thiệp và hỗ trợ tâm lý kịp thời trong môi trường giáo dục.

II. NỘI DUNG NGHIÊN CỨU

2.1. Khái niệm bắt nạt trên mạng và các quy định pháp lý liên quan

Bắt nạt trên mạng là hành vi sử dụng Internet, mạng xã hội và các nền tảng truyền thông số để quấy rối, xúc phạm, đe dọa, bôi nhọ, lan truyền thông tin sai lệch hoặc công kích cá nhân nhằm gây tổn hại về danh dự, nhân phẩm và đời sống tinh thần của nạn nhân. Không giống như bắt nạt truyền thống vốn diễn ra trong không gian vật lý, bắt nạt trên mạng có thể xảy ra mọi lúc, mọi nơi, với phạm vi lan truyền rộng và tốc độ nhanh, khiến mức độ tác động tâm lý trở nên sâu sắc và kéo dài hơn. Theo UNICEF, bắt nạt trên mạng có thể gây ra những hậu quả nghiêm trọng đối với sức khỏe tinh thần và sự phát triển tâm lý của nạn nhân. Người bị bắt nạt trực tuyến thường trải qua

các trạng thái lo âu, buồn bã, xấu hổ, suy giảm lòng tự trọng và cảm giác bị cô lập, đồng thời có nguy cơ cao gặp phải rối loạn giấc ngủ, căng thẳng kéo dài và suy giảm động lực học tập, làm việc. UNICEF cũng nhấn mạnh rằng những tổn thương tâm lý do bắt nạt trên mạng có thể kéo dài và để lại ảnh hưởng lâu dài, làm gia tăng nguy cơ trầm cảm, tự hại và ý định tự tử, đặc biệt ở trẻ em và thanh thiếu niên.

Mặc dù pháp luật Việt Nam hiện nay chưa ban hành một hệ thống văn bản quy phạm pháp luật chuyên biệt điều chỉnh hành vi bắt nạt trên mạng, nhưng đã xây dựng hệ thống quy định pháp lý tương đối đầy đủ nhằm xử lý các hành vi liên quan đến bắt nạt trên mạng thông qua chế tài hình sự, hành chính và dân sự. Theo Bộ luật Hình sự năm 2015 (sửa đổi, bổ sung năm 2017, 2025), các hành vi bắt nạt trên mạng nếu gây hậu quả nghiêm trọng hoặc có tính chất nguy hiểm có thể bị truy cứu trách nhiệm hình sự. Cụ thể bao gồm: *Tội làm nhục người khác* (Điều 155), *Tội vu khống* (Điều 156), *Tội đe dọa giết người* (Điều 133). Ngoài ra, hành vi sử dụng công nghệ để xâm phạm đời tư có thể bị xử lý theo *Tội xâm phạm bí mật hoặc an toàn thư tín, điện thoại, điện tín hoặc hình thức trao đổi thông tin riêng tư khác của người khác* (Điều 159) hoặc *Tội đưa hoặc sử dụng trái phép thông tin mạng máy tính, mạng viễn thông* (Điều 288). Đối với các hành vi chưa đến mức truy cứu trách nhiệm hình sự, Nghị định số 15/2020/NĐ-CP quy định mức phạt tiền từ 10 triệu đến 20 triệu đồng đối với các hành vi lợi dụng mạng xã hội để cung cấp, chia sẻ thông tin giả mạo, sai sự thật, xuyên tạc, vu khống, xúc phạm uy tín của cơ quan, tổ chức, danh dự, nhân phẩm của cá nhân; từ 20 triệu đến 30 triệu đồng đối với hành vi tiết lộ thông tin thuộc danh mục bí mật nhà nước, bí mật đời tư của cá nhân và bí mật khác mà chưa đến mức truy cứu trách nhiệm hình sự. Đồng thời, biện pháp khắc phục hậu quả là buộc gỡ bỏ thông tin sai sự thật hoặc gây nhầm lẫn.

Về các biện pháp bảo vệ và dân sự: Sự ra đời của Luật An ninh mạng năm 2025 (có hiệu lực từ ngày 01/07/2026) đánh dấu một cột mốc quan trọng trong việc hoàn thiện hành lang pháp lý nhằm bảo vệ không gian mạng quốc gia và quyền lợi của công dân trong kỷ nguyên số. Luật này không chỉ kế thừa các giá trị cốt lõi mà còn nâng tầm hiệu lực quản lý so với Luật năm 2018 bằng

cách siết chặt các quy định về trách nhiệm của các nền tảng số. Cụ thể, Luật mới tiếp tục nghiêm cấm các hành vi thông tin sai sự thật gây hoang mang dư luận, xâm phạm trực tiếp đến quyền và lợi ích hợp pháp của cá nhân, tổ chức; đồng thời chuẩn hoá quy trình cho phép cơ quan chức năng yêu cầu các nền tảng gỡ bỏ nội dung xấu độc. Bên cạnh đó, Bộ luật Dân sự 2015 cho phép nạn nhân khởi kiện đòi bồi thường thiệt hại do danh dự, nhân phẩm, uy tín bị xâm phạm. Đặc biệt, nếu nạn nhân là trẻ em, Luật Trẻ em 2016 quy định rõ trẻ em có quyền được bảo vệ khỏi bạo lực tinh thần, xúc phạm nhân phẩm và có cơ chế can thiệp, hỗ trợ khi bị xâm hại trên môi trường mạng.

2.2. Khung phân tích đặc điểm tâm lý nạn nhân

Để làm rõ cơ chế tác động và đặc điểm tâm lý của nạn nhân bị bắt nạt trên mạng, bài viết thiết lập một khung phân tích đa chiều dựa trên sự tích hợp các tiếp cận của tâm lý học phát triển, tâm lý học sang chấn và nạn nhân học. Khung phân tích này xem xét các biến số tâm lý ở ba cấp độ tương tác: *cấp độ cá nhân – cấp độ tương tác xã hội – cấp độ hệ quả tâm lý*.

Thứ nhất, ở cấp độ cá nhân: Khung phân tích tập trung vào sự xung đột giữa nhu cầu khẳng định bản thân và năng lực kiểm soát cảm xúc của lứa tuổi học sinh, sinh viên. Đây là giai đoạn cá nhân có nhu cầu cao về sự kết nối và công nhận xã hội trên không gian số, nhưng các kỹ năng đánh giá rủi ro và khả năng “miễn dịch” trước các công kích trực tuyến thường chưa hoàn thiện. Sự chênh lệch này khiến nạn nhân dễ bị tổn thương sâu sắc trước các bình luận tiêu cực hoặc hành vi bôi nhọ, đồng thời dễ nảy sinh cơ chế tự quy chụp trách nhiệm cho bản thân (self-blame).

Thứ hai, ở cấp độ tương tác xã hội: Khung phân tích nhấn mạnh vào tính chất “không biên giới” và “ẩn danh” của môi trường mạng. Khác với bắt nạt truyền thống, sự tương tác giữa nạn nhân và kẻ bắt nạt trên mạng bị chi phối bởi hiệu ứng đám đông và khả năng lan truyền thông tin tức thì. Trong bối cảnh này, nạn nhân thường rơi vào trạng thái cô lập xã hội do lo sợ sự phán xét không chỉ từ kẻ bắt nạt mà còn từ cộng đồng mạng rộng lớn. Sự mất cân bằng quyền lực này dẫn đến xu hướng thu mình và né tránh các tương tác xã hội thực tế.

Thứ ba, ở cấp độ hệ quả tâm lý: Khung phân tích xem xét các tác động dài hạn của hành vi bắt nạt dưới góc độ sang chấn tâm lý. Tính chất “vĩnh

viễn” của dữ liệu số khiến nạn nhân luôn sống trong nỗi sợ hãi rằng các hình ảnh hoặc thông tin bôi nhọ có thể bị đào xới lại bất cứ lúc nào, tạo ra nguy cơ tái sang chấn liên tục. Điều này giải thích cho sự hình thành các rối loạn tâm lý nghiêm trọng như trầm cảm, lo âu và ý định tự sát ở nạn nhân.

Bên cạnh đó, việc nghiên cứu đặc điểm tâm lý nạn nhân có thể căn cứ vào diễn biến theo các giai đoạn trước và sau khi bị bắt nạt. Trong mỗi giai đoạn, các biểu hiện tâm lý của nạn nhân có sự thay đổi nhất định, cho thấy nguyên nhân khiến họ dễ trở thành nạn nhân và hậu quả, thay đổi tâm lý trong các giai đoạn sau đó.

Việc vận dụng khung phân tích này là cơ sở khoa học để nhận diện rằng: những phản ứng như im lặng, né tránh hay hoảng loạn của học sinh, sinh viên không phải là biểu hiện của sự yếu đuối, mà là những phản ứng phòng vệ tự nhiên trước một môi trường tấn công phi vật lý nhưng gây sát thương trong bối cảnh thực tế.

2.3. Đặc điểm tâm lý nạn nhân là học sinh, sinh viên bị bắt nạt trên mạng

2.3.1. Tâm lý trước khi bị bắt nạt trên mạng: chủ quan, thiếu cảnh giác, dễ bị tác động cảm xúc

Khảo sát trên 253 khách thể nghiên cứu là học sinh, sinh viên cho thấy, trước khi trở thành nạn nhân của hành vi bắt nạt trên mạng, học sinh và sinh viên thường tham gia môi trường trực tuyến với tâm lý cởi mở, nhu cầu kết nối xã hội và mong muốn thể hiện bản thân. Hơn một nửa số người được hỏi đánh giá mạng xã hội là không gian tương đối an toàn, với 155/301 phiếu lựa chọn mức độ từ trung bình đến rất rõ nét (51,5%). Đồng thời, phần lớn người tham gia khảo sát cho biết trước đó họ chưa từng nghĩ bản thân có thể trở thành nạn nhân của bắt nạt trực tuyến, thể hiện qua 199/253 phiếu ở mức từ trung bình đến rõ nét (78,7%). Những số liệu này phản ánh xu hướng tin tưởng quá mức vào môi trường mạng, dẫn đến tâm lý chủ quan, thiếu cảnh giác và chưa được trang bị đầy đủ các kỹ năng ứng phó khi đối mặt với hành vi quấy rối hoặc bắt nạt trực tuyến.

Bên cạnh đó, do đặc điểm phát triển tâm lý – xã hội và nhu cầu được công nhận, mức độ nhạy cảm trước phản hồi xã hội của nhóm học sinh, sinh viên tương đối cao. Cụ thể, 73,5% lượng người khảo sát thừa nhận rằng họ dễ bị ảnh hưởng bởi các bình luận, đánh giá và phản hồi từ người khác, đặc biệt trong những không gian có tính so sánh

và phôi bày cao như mạng xã hội. Sự phụ thuộc vào sự công nhận trực tuyến làm gia tăng mức độ tổn thương cảm xúc, khiến học sinh, sinh viên dễ chịu tác động tiêu cực trước những lời chỉ trích, mỉa mai hoặc tấn công mang tính cá nhân.

Ngoài ra, thiếu kỹ năng nhận diện rủi ro số và kỹ năng ứng phó với hành vi tiêu cực trên mạng là yếu tố làm gia tăng nguy cơ bị nhắm đến. Nhiều trường hợp có xu hướng chia sẻ quan điểm cá nhân, hình ảnh hoặc thông tin riêng tư mà chưa lường trước khả năng bị khai thác, xuyên tạc hoặc sử dụng làm công cụ công kích. Những đặc điểm này tạo ra điều kiện thuận lợi để các hành vi bắt nạt trên mạng hình thành và leo thang, đặc biệt trong bối cảnh môi trường trực tuyến thiếu kiểm soát và dễ lan truyền nội dung tiêu cực.

2.3.2. Tâm lý sau khi bị bắt nạt trên mạng: tự trách bản thân, thu mình, tổn thương sâu sắc

Sau khi trải qua hành vi bắt nạt trên mạng, học sinh và sinh viên thường xuất hiện các phản ứng tâm lý tiêu cực rõ rệt và có xu hướng kéo dài, phản ánh tác động sâu sắc của việc bị công kích, bôi nhọ hoặc cô lập trong môi trường trực tuyến. Kết quả khảo sát cho thấy, 189/253 người tham gia, chiếm 74,7% có xu hướng tự trách bản thân là nguyên nhân dẫn đến việc bị bắt nạt. Đây là biểu hiện điển hình của cơ chế nội hóa, trong đó cá nhân tiếp nhận các tác động tiêu cực từ bên ngoài và chuyển hóa thành sự tự phán xét, qua đó làm suy giảm lòng tự trọng, gia tăng cảm giác tội lỗi và duy trì trạng thái căng thẳng tâm lý kéo dài.

Về phương diện hành vi và cảm xúc, nhiều nạn nhân sau khi bị bắt nạt trên mạng có xu hướng chuyển từ tự trách sang im lặng và thu mình. Có tới 73,9% người tham gia khảo sát cho biết họ không chủ động tìm kiếm sự hỗ trợ từ gia đình hoặc bạn bè. Xu hướng này phản ánh tâm lý né tránh, cảm giác xấu hổ và lo ngại bị đánh giá tiêu cực, đồng thời góp phần làm gia tăng nguy cơ tổn thương tâm lý kéo dài nếu không có sự can thiệp và hỗ trợ kịp thời.

Đồng thời, nạn nhân trở nên nhạy cảm hơn trước các tác nhân xã hội, duy trì trạng thái lo âu thường trực và nỗi sợ bị công kích tái diễn. Ghi nhận các biểu hiện từ mức trung bình đến rõ rệt về rối loạn sinh hoạt, bao gồm mất ăn và mất ngủ lên tới 70% (177/253 phiếu), cho thấy tác động đáng kể của bắt nạt trên mạng đối với sức khỏe tinh thần và thể chất. Những biểu hiện này nhất quán

với bằng chứng thực nghiệm về mối liên hệ giữa cyberbullying và gia tăng lo âu, trầm cảm cũng như rối loạn điều chỉnh cảm xúc.

Đáng lưu ý, số người có hành vi tự gây tổn thương, chẳng hạn như rạch tay, cào cấu, bỏ ăn hoặc các hình thức đối phó tiêu cực khác chiếm tới 58,5%. Các nghiên cứu tổng quan gần đây cũng chỉ ra rằng bắt nạt trực tuyến là yếu tố nguy cơ đáng kể đối với hành vi tự hại và ý tưởng tự sát, đặc biệt trong nhóm học sinh và sinh viên. Ở mức độ nghiêm trọng, những phản ứng này có thể tiến triển thành sang chấn tâm lý, rối loạn lo âu mạn tính và trầm cảm nặng, từ đó ảnh hưởng tiêu cực đến chất lượng sống, hiệu quả học tập và khả năng thích ứng xã hội của nạn nhân.

2.4. Một số chỉ dẫn cho công tác hỗ trợ, bảo vệ

Để bảo vệ học sinh, sinh viên là nạn nhân của bắt nạt trên không gian mạng, cần triển khai đồng bộ nhiều giải pháp theo hướng lấy nạn nhân làm trung tâm, tăng cường khả năng tự bảo vệ và xây dựng hệ thống hỗ trợ toàn diện, chuyên nghiệp. Trước hết, việc củng cố nội lực của nạn nhân phải được xem là trọng tâm can thiệp. Mục tiêu cốt lõi không chỉ là xử lý tình huống trước mắt mà còn giúp nạn nhân tăng cường năng lực tự phục hồi thông qua giáo dục khả năng thích ứng tâm lý, kỹ năng ứng phó với khủng hoảng truyền thông cá nhân và năng lực tái cấu trúc nhận thức trước các hành vi công kích. Khi lấy lại được cảm giác kiểm soát tình huống, nạn nhân không chỉ giảm bớt tổn thương tâm lý mà còn có nền tảng để tái hòa nhập bền vững với môi trường học tập và xã hội. Quá trình này cần được hỗ trợ bằng các biện pháp tham vấn, ổn định cảm xúc, điều chỉnh nhận thức tiêu cực và tăng cường sự phối hợp giữa gia đình, nhà trường và cơ quan chuyên môn.

Bên cạnh đó, giáo dục và bảo vệ cần chuyển từ cách tiếp cận tuyên truyền thụ động sang trang bị cho người học năng lực tự cường số. Điều này bao gồm cả mặt nhận thức và kỹ năng. Về nhận thức, học sinh và sinh viên cần được hình thành tư duy phản biện để kiểm chứng thông tin, nhận diện sớm các hình thức thao túng tâm lý, giả mạo danh tính hay thu thập trái phép thông tin cá nhân. Đồng thời, cần thúc đẩy sự chuyển biến của cộng đồng từ vị thế người quan sát thụ động sang chủ thể can thiệp tích cực, biết lên tiếng và hỗ trợ bạn bè khi cần thiết, qua đó làm giảm cảm giác cô lập của nạn nhân. Về kỹ năng, người học cần được

hướng dẫn quản lý quyền riêng tư, thu thập và lưu giữ bằng chứng số, đồng thời sử dụng hiệu quả các công cụ báo cáo vi phạm trên mạng xã hội. Khi thành thạo những kỹ năng này, nạn nhân sẽ dần chuyển từ trạng thái lo sợ, bị động sang chủ động ứng phó. Cùng với đó, các nền tảng mạng xã hội cũng cần hoàn thiện cơ chế tiếp nhận và xử lý nội dung xấu độc theo hướng minh bạch, kịp thời, bảo đảm quyền riêng tư, an toàn tâm lý và quyền lợi hợp pháp của người dùng, đặc biệt là học sinh, sinh viên.

Một yêu cầu quan trọng khác là phát triển hệ thống hỗ trợ tâm lý – xã hội mang tính chuyên môn. Do bắt nạt trên mạng có thể dẫn đến sang chấn, rối loạn căng thẳng và các biểu hiện tâm lý nghiêm trọng, cần tích hợp đồng bộ dịch vụ tham vấn, can thiệp tâm lý vào hệ thống y tế học đường và mạng lưới phúc lợi xã hội. Trọng tâm là triển khai các quy trình sàng lọc sức khỏe tâm thần định kỳ để nhận diện sớm những dấu hiệu ẩn như thu mình, rối loạn giấc ngủ hay hành vi tự gây tổn thương. Việc phát hiện sớm có ý nghĩa quyết định trong ngăn chặn các hậu quả tâm lý thứ cấp. Đặc biệt, toàn bộ quá trình hỗ trợ cần dựa trên cách tiếp cận hiệu biết về sang chấn, nghĩa là người hỗ trợ phải thấu hiểu cơ chế phản ứng của nạn nhân, tạo ra không gian an toàn, tránh phán xét và giảm tối đa nguy cơ tái tổn thương.

Cùng với hệ thống hỗ trợ chuyên môn, gia đình, bạn bè và mạng lưới xã hội có vai trò như một hàng rào bảo vệ quan trọng đối với nạn nhân. Việc nâng cao năng lực nhận diện sớm các dấu hiệu bị bắt nạt cho phụ huynh, giáo viên và nhóm bạn giúp tăng khả năng can thiệp kịp thời, hạn chế tổn thương kéo dài. Đồng thời, xây dựng môi trường giao tiếp dựa trên sự tin cậy, thấu cảm và tôn trọng lẫn nhau sẽ góp phần giảm cảm giác cô lập, vốn là yếu tố làm trầm trọng thêm phản ứng tâm lý tiêu cực của nạn nhân.

Cuối cùng, việc hoàn thiện khung pháp lý và nâng cao hiệu quả thực thi là điều kiện bảo đảm cho công tác bảo vệ nạn nhân được triển khai thực chất. Một hệ thống pháp luật chặt chẽ không chỉ có tác dụng trừng phạt mà còn đóng vai trò như lá chắn bảo vệ an toàn tâm lý cho nạn nhân trên không gian mạng. Mặc dù Việt Nam đã có các quy định trong Bộ luật Hình sự, Luật An ninh mạng và các nghị định xử phạt vi phạm hành chính, song thực tiễn vẫn đòi hỏi phải tiếp tục cụ thể hóa chế

tài đối với các hành vi bắt nạt phi vật lý như công khai thông tin đời tư, quấy rối đeo bám hay miệt thị ngoại hình. Việc xác định rõ trách nhiệm pháp lý từ dân sự, hành chính đến hình sự đối với các hành vi xâm phạm danh dự, nhân phẩm không chỉ nhằm khôi phục quyền lợi cho nạn nhân mà còn tạo hiệu ứng răn đe xã hội, góp phần định hình các chuẩn mực ứng xử văn minh, có trách nhiệm và thượng tôn pháp luật trong môi trường số.

III. KẾT LUẬN

Bắt nạt trên mạng không chỉ là hành vi lệch chuẩn trong môi trường số mà còn là một quá trình gây tổn thương tâm lý phức tạp và kéo dài, đặc biệt đối với học sinh, sinh viên – nhóm đang

trong giai đoạn hình thành bản sắc cá nhân và phụ thuộc lớn vào sự công nhận xã hội. Phân tích cho thấy nạn nhân thường trải qua chuỗi phản ứng tâm lý mang tính tích lũy, từ tự trách, im lặng và thu mình đến lo âu kéo dài, rối loạn sinh hoạt và các hành vi đối phó tiêu cực.

Tiếp cận đặc điểm tâm lý nạn nhân theo khung phân tích diễn biến trước và sau khi bị bắt nạt đã lý giải những biểu hiện như né tránh tìm kiếm sự hỗ trợ hay nhạy cảm quá mức trước các tác nhân xã hội như các cơ chế tự bảo vệ trước áp lực xã hội và sang chấn tâm lý. Việc nhận thức đầy đủ các đặc điểm này là nền tảng quan trọng để xây dựng các biện pháp hỗ trợ và chính sách phòng ngừa, can thiệp và hỗ trợ nạn nhân hiện nay.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Microsoft. (2020). *Digital civility index (DCI): Online safety, civility, and risk*. Microsoft Corporation. <https://www.microsoft.com/en-us/digital-skills/digital-civility>
- UNICEF. (2021). *Cyberbullying: What is it and how to stop it*. United Nations Children's Fund.
- UNICEF. (2021). *The state of the world's children 2021: On my mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health*. UNICEF.
- Quốc hội. (2015). *Bộ luật Hình sự (sửa đổi, bổ sung năm 2017)*. Nxb Chính trị Quốc gia Sự thật.
- Chính phủ. (2020). *Nghị định số 15/2020/NĐ-CP ngày 03/02/2020 quy định xử phạt vi phạm hành chính trong lĩnh vực bưu chính, viễn thông, tần số vô tuyến điện, công nghệ thông tin và giao dịch điện tử*.
- Quốc hội. (2015). *Bộ luật Dân sự số 91/2015/QH13 ngày 24 tháng 11 năm 2015*. Hà Nội: Nhà xuất bản Chính trị Quốc gia Sự thật.
- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma*. Free Press