

## ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

**И. В. Емцова**

Управление образованием, г. Нижнеудинск

Прежде всего, хочется отметить, что автор данной статьи (практикующий педагог-психолог и учитель-дефектолог) считает, что нельзя рассматривать проблемы буллинга (травли) исключительно как явление в среде детей и подростков. Целесообразно рассматривать подобные проявления как поведение в обществе в целом, в частности среди родителей детей и (или) значимых для них взрослых. Такой подход раскрывает перед нами более полную картину причинно-следственных связей, приводящих к трагическим действиям и, в свою очередь, определяет более точно стратегию профилактической работы.

Если рассматривать буллинг как неконструктивный способ решения сложившихся проблем, то возникает вопрос, а где дети так долго учились специфически реагировать на очередные жизненные испытания – уходить от них (в прямом и переносном смысле этого слова)?

Естественно, как родители в присутствии детей решают любые вопросы (бытовые, конфликтные, трагические, социально значимые, текущие...), так и дети учатся:

- воспринимать проблему;
- ориентироваться в ней (определять причинно-следственные связи, рефлексировать);
- определять способы реагирования;
- разрешать очередные жизненные испытания или избегать, уходить от них.

Современный мир – это мир новых идей и открытий. Все неизвестное и новое вызывает страх, а страх побуждает ребенка, подростка, взрослого человека на агрессию.

Агрессия может принимать различные формы, от словесных оскорблений до физических травм. В современном мире буллинг является новым понятием, которое берет свои истоки с 1905 г., когда появились первые публикации об этой проблеме.

Что мы делаем? Мы рассматриваем буллинг как явление среди детей и подростков; мы составляем профилактические программы, ориентированные на работу с детьми и подростками; мы ищем маркеры поведения среди детей и подростков; мы даже вносим в группу риска тех детей, у которых семья материально или эмоционально неблагополучная... но мы не сосредоточены изначально на работе с определением, чему значимый для ребенка взрослый его учит, какой пример для подражания он ему подаст. Составленный психологический портрет значимого взрослого может наиболее полно продемонстрировать потенциальные возможности ребенка. В свою очередь, конструктивные изменения в поведении взрослого – залог приемлемого поведения среди детей.

Если родители социально пассивны, постоянно всем уступают вопреки семейным интересам и ценностям, неспособны постоять за свое благополучие – то чему подобное поведение может научить ребенка?

Поэтому полнота профилактической работы будет зависеть, в том числе, от работы со значимыми для ребенка взрослыми: мониторинга их образа жизни (эмоционального состояния, активности, самочувствия, настроения), соответствующего просвещения, консультаций, занятий, тренинга. С давних времен известна истина: кто контролирует язык человека, тот контролирует его сознание.

За период с 2007 г. мною было проведено несколько исследований в среде учителей и детей (активистов, обучающихся по программам Школы «Лидер»), которые наглядно продемонстрировали присутствующим, как можно управлять поведением человека, контролируя его речь (и, как следствие, направленность мышления, поступков, притязаний, стремлений).

Исходя из исследований, можно сделать вывод, что какими словами на данный момент пользуется человек или какие слова находятся в орбите его мышления, то такое соответствующее поведение у него и будет.

Если ввести в речевой обиход детей слова: актив, преодоление, целеполагание, устремление, уважение, почитание, значимость, достижение, открытие, способность, возможность, радость, гордость, поддержка... то у них будут прослеживаться

социально приемлемые формы поведения (как утверждал главный герой отечественного мультфильма «Путешествие капитана Врунгеля»: «Как вы яхту назовете, так она и поплывет»).

Вопрос предупреждения насилия, агрессии и буллинга в образовательной среде актуален во всем мире. Это связано с тем, что многие подростки не в полной мере усваивают идеи уважительного и толерантного отношения к окружающим.

Выделяют несколько форм буллинга:

- психологическая (насмешки, обзывания, клички, угрозы);
- информационная (сплетни, клевета, бойкот);
- материальная (порча личных вещей, кража, вымогательство);
- интерактивная (кибербуллинг) [1, с. 759–761].

Факторы, способствующие процветанию буллинга в школьных коллективах: низкий уровень воспитания, заниженная самооценка многих подростков, импульсивность, злоупотребление ПАВ, стремление к лидерству, низкая успеваемость, низкий социально-экономический статус семьи и т. д.

Буллинг в школе – это проблема не только «жертвы», это проблема всего школьного коллектива. В условиях образовательной среды есть свои особенности проявления различных видов и форм насилия.

В образовательной организации может существовать широкий спектр моделей поведения, которые рассматриваются как физическое насилие: удары, наносимые рукой, ногой, при помощи каких-либо предметов, избивание, толчки, пинки, подзатыльники, укусы, «надираание» ушей, принуждение оставаться в какой-либо неудобной и/или унижительной позе, удушение, дерганье за волосы, тряска и нападение с каким-либо предметом или оружием и др.

Несмотря на законодательные запреты, сами педагоги и другие работники образовательных организаций иногда прибегают к мерам физического воздействия для поддержания дисциплины или наказания учеников. Чаще всего они используют шлепки, подзатыльники, удары рукой или каким-либо предметом, но могут также толкать, ставить детей в угол, принуждать их оставаться в неудобной позе и т. д.

Маркерами, т. е. признакам неконструктивного поведения среди детей, подростков и взрослых в отечественной и зарубеж-

ной литературе уделено огромное внимание. На сегодняшний день не составляет особого труда, используя сеть Интернет, самым подробнейшим образом изучить труды выдающихся психологов, социальных педагогов, психиатров по этому вопросу. В частности, могут заинтересовать труды: Р. Е. Токарчука, Н. Ю. Синягина, Г. Е. Пазекова, Е. Ю. Пискунова.

Правовую базу работы по профилактике жестокого обращения с детьми также составляют: Федеральные законы от 24 апреля 2008 г. № 48 ФЗ «Об опеке и попечительстве» и от 24 июня 1999 г. № 120 ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних», в которых закреплена необходимость работы по разрешению конфликтов, связанных с воспитанием детей, с отношениями между членами семьи, а также обозначены направления работы по предупреждению насилия над детьми органов опеки и попечительства. С целью оказания методической помощи органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации Министерством образования и науки РФ разработаны рекомендации об организации в субъектах Российской Федерации работы по профилактике жестокого обращения с детьми.

Вместе с тем не существует диагностического инструментария по выявлению буллинга. Не существует определенного психологического портрета жертвы буллинга, который смог бы помочь в диагностике этой травматической ситуации у пострадавших детей. Тем не менее при наблюдении за такими детьми можно выявить следующие, характерные и для иных форм переживания буллинга, эмоциональные и поведенческие особенности.

***Поведенческие особенности:***

- < отстраненность от взрослых и других детей;
- < негативизм при обсуждении темы буллинга;
- < агрессивность к взрослым и детям.

***Эмоциональные особенности:***

- < напряженность и страх при появлении ровесников;
- < обидчивость и раздражительность;
- < грусть, печаль и неустойчивое настроение.

Важно отметить, что только сочетание нескольких признаков, а также эмоционального состояния жертвы и отношения

группы к ребенку позволяет диагностировать ситуацию травли в отношении ребенка. Специалистам следует быть внимательными при работе с данными признаками, они являются поводом для обращения внимания на ребенка и на группу детей. Необходимо периодически собираться командой специалистов, работающих с конкретной группой, чтобы обсудить ситуацию, с целью выявить, к примеру, как часто ребенок жалуется на головные боли и как это связано с посещением/пропусками школы.

#### **Физическое состояние и поведение ребенка:**

- У ребенка есть следы (синяки, порезы, царапины) или рваная одежда, которые не объясняются естественным образом (т. е. не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т. п.).

- Часто бывает в порванной одежде, с порванными учебниками или тетрадями.

- Избегает говорить вслух (отвечать) и производит впечатление тревожного и неуверенного в себе.

- Выглядит расстроенным, депрессивным, часто плачет.

- По утрам плохой аппетит, частые головные боли, боли в желудке, расстройство ЖКТ, резкое повышение температуры.

- Беспокойно спит, жалуется на плохие сны, часто во сне плачет.

- Выглядит несчастным, расстроенным, депрессивным, или наблюдаются частые перемены настроения, раздражительность, вспышки.

- Требует или крадет деньги, чтобы выполнить требования «агрессоров».

#### **Отношения со сверстниками:**

- Ребенок регулярно подвергается насмешкам со стороны сверстников в оскорбительной манере, его часто обзывают, дразнят, унижают либо угрожают ему, требуют выполнения желаний других сверстников, командуют им.

- Ребенка часто высмеивают в недоброжелательной и обидной манере.

- Ребенка часто задирают, толкают, пинают, бьют, а он не может себя адекватно защитить.

- Ребенок часто оказывается участником ссор, драк, в которых он скорее беззащитен и которых пытается избежать (часто при этом плачет).

- Ребенок часто проводит время в одиночестве и исключен из компании сверстников. У него, по наблюдениям, нет ни одного друга в группе.

- В командных играх дети выбирают его в числе последних или не хотят быть с ним в одной команде.

- Ребенок не спрашивает тему урока, домашнее задание у сверстников, если он не успел записать.

- Ребенка никогда не приглашают на праздники/вечеринки, или он сам не хочет

никого приглашать и устраивать праздник (потому что считает, что никто не захочет прийти).

**Поведение в школе или любом другом детском учреждении:**

- Дети берут учебники, деньги, другие личные вещи ребенка, разбрасывают их, рвут, портят.

- Ребенок старается держаться рядом со взрослым.

- У ребенка резко или постепенно ухудшается успеваемость.

- Боится или не хочет идти в школу.

- Убегает из учреждения.

- Выбирает длинный и неудобный путь в школу и из школы.

- Никогда не приводит одноклассников или других сверстников к себе домой, очень редко проводит время в гостях у одноклассников.

- Нет ни одного друга в учреждении, с которым можно провести время (играть, сходить в кино или на концерт, погулять или заняться спортом, поговорить по телефону и т. п.).

**Технология реагирования на выявление либо установление факта буллинга**

1. При установлении факта либо подозрении на существование ситуации травли специалист (педагог, воспитатель, врач, психолог и др.) сообщает о сложившейся ситуации представителю администрации (директору, завучу по воспитательной работе) в письменном виде по форме.

2. Администрация совместно с психологической службой учреждения принимает решение о неотложности реагирования на выявленный факт агрессии. Для определения ситуации буллинга и его последствий необходим сбор соответствующей информации и проведение клинико-психологического обследования.

**Сбор информации проводится по следующим направлениям:**

- 1) от самого пострадавшего;
- 2) от возможных участников издевательств над жертвой;
- 3) от свидетелей.

Следует самым тщательным образом провести анализ всей полученной информации. В результате проведенного анализа необходимо прояснить следующие аспекты:

– факты, подтверждающие наличие буллинга среди сверстников (обратить внимание на признаки травли среди сверстников, описанные выше);

– его длительность;

– его характер (физический, психологический, смешанный);

– основные проявления буллинга – что конкретно произошло, в каких формах выражалось, кто в этом принимал участие;

– участники (инициаторы и исполнители буллинга);

– мотивация участников к буллингу;

– свидетели и их отношение к происходящему;

– поведение жертвы (пострадавшего);

– динамика всего происходящего;

– прочие важные для диагностики обстоятельства.

Полученную информацию специалист должен сопоставить с анамнезом жизни пострадавших детей. В анамнезе жизни особенно важными для нас станут любые данные о предшествующем негативном жизненном опыте таких детей в семье, в различных детских коллективах и среди ровесников в неформальных ситуациях, количество случаев и характер пережитого ими в прошлом насилия, в частности буллинга. При этом учитывается вероятность оговора или ложной, ошибочной интерпретации межличностных отношений самим ребенком, равно как и отказ от обсуждения своей ситуации жертвой или диссимуляция (сокрытие) как самого факта буллинга, так и его последствий.

### **7 шагов к прекращению травли в детском коллективе**

Ситуации очень разнообразны, это общие принципы и шаги.

#### **1. Назвать явление**

Никаких «У Пети Смирнова не ладится с одноклассниками». Когда ребенка намеренно доводят до слез, согласованно и систематически дразнят, когда отбирают, прячут, портят его

вещи, когда его толкают, щипают, бьют, обзывают, подчеркнута игнорируют – это называется травля. Насилие. Пока не назовете своим именем, все будут делать вид, что ничего особенного не происходит.

## **2. Дать однозначную оценку**

Нужно сказать, что люди могут быть очень разными, они могут нравиться друг другу больше или меньше, но это не повод травить и грызть друг друга, как пауки в банке. Люди способны научиться жить и работать вместе. Можно привести примеры, что нам может казаться неправильным в других людях: внешность, национальность, реакции, увлечения и т. д. Привести примеры, как одно и то же качество в разные времена и в разных группах оценивалось по-разному. Конечно, все это получится, только если сам взрослый так искренне считает. Это должна быть проповедь, а не нотация.

## **3. Обозначить травлю как проблему группы**

Когда на людей «наезжают», предъявляя им моральное обвинение, они начинают защищаться. В этот момент их не интересует, правы они или нет, главное – оправдаться. Дети не исключение. Особенно дети, зачинщики травли, потому что очень часто это дети с нарциссической травмой, абсолютно неспособные переносить стыд и вину. И они будут драться, как гладиаторы, за свою роль «супер-пупер альфа». То есть в ответ на название травли насилием, вы услышите: «А чего он? А мы ничего... а это не я» и все в таком духе. Понятно, что толку от обсуждения в таком ключе не будет. Поэтому не надо его вести. Не надо спорить о фактах, выяснять, что именно «он», кто именно что и т. д. Нужно обозначить травлю как болезнь группы. Так и сказать: «есть болезни, которые поражают не людей, а группы, классы, компании. Вот если человек не моет руки, он может подхватить инфекцию и заболеть. А если группа не следит за чистотой отношений, она тоже может заболеть – насилием. Это очень грустно, это всем вредно и плохо. И давайте-ка вместе срочно лечиться, чтобы у нас был здоровый, дружный класс».

## **4. Активизировать моральное чувство и сформулировать выбор**

Результат не будет прочным, если дети просто прогнутся под формальные требования учителя. Задача – вывести их из



«стайного» азарта в осознанную позицию, включить моральную оценку происходящего. Можно предложить детям оценить, каков их вклад в болезнь класса под названием «травля». Допустим 1 балл – это «я никогда в этом не участвую», 2 балла – «я иногда это делаю, но потом жалею», 3 балла – «травил, травлю и буду травить, это здорово». Пусть все одновременно покажут на пальцах – сколько баллов они поставили бы себе? Если это не подростки, «троск» не будет, даже у самых отпетых агрессоров. В этом месте ни в коем случае нельзя пытаться уличить: «нет, на самом деле ты травмишь». Наоборот, нужно сказать: «Как я рад, у меня от сердца отлегло. Никто из вас не считает, что травить – это хорошо и правильно. Даже те, кто это делал, потом жалели. Это замечательно, значит, нам будет нетрудно вылечить свой класс». Так моральная оценка травли становится не внешней, навязанной взрослым, ее дают сами дети.

#### **5. Сформулировать позитивные правила жизни в группе и заключить контракт**

До сих пор речь шла о том, как не надо. Ошибкой было бы остановиться на этом, потому что, запретив детям прежние способы реагировать и вести себя и не дав других, мы провоцируем стресс, растерянность и возвращение к старому.

Момент, когда прежняя, «плохая» групповая динамика прервана, раскрутка ее губительной спирали прекращена, самый подходящий, чтобы запустить динамику новую. И это важно делать вместе.

#### **6. Мониторинг и поддержка позитивных изменений**

Это очень важно. Очень важно, чтобы взрослый (взрослые), который взялся разруливать ситуацию, не бросал группу. Он должен регулярно спрашивать, как дела, что удастся, что трудно, чем помочь. Можно сделать «счетчик травли», какой-нибудь сосуд или доску, куда каждый, кому сегодня досталось или кто видел что-то, что было похоже на насилие, может положить камешек или воткнуть кнопку. По количеству камешков определяется, хороший ли сегодня был день, лучше ли на этой неделе, чем на прошлой и т. д. Да множество есть технологий, тренеры и игротехники их знают. Можно ставить спектакли, сочинять сказки и делать коллажи про «хронику выздоровления», сделать «график температуры» и т. д.

## 7. Гармонизировать иерархию

Вот теперь пора думать про популярность. Про то, чтобы каждый имел признание в чем-то своем, мог предъявить себя группе, быть полезным и ценным в ней. Праздники, конкурсы, смотры талантов, походы, экспедиции, игры на командообразование – арсенал богатый, гуляй не хочу. Чем дольше группе предстоит прожить в этом составе, тем этот этап важнее. Признак гармоничной групповой иерархии – отсутствие жестко закреплённых ролей «альфа», «бета» и «омега», гибкое перетекание ролей: в этой ситуации лидером становится тот, в той – другой. Один лучше всех рисует, другой хохмит, третий забивает голы, четвертый придумывает игры. Чем больше разнообразной и осмысленной деятельности, тем здоровее группа.

Каждому педагогу необходимо взять на вооружение одно правило – ребенок с незавершенным или неразрешенным конфликтом с педагогом не должен покидать стены школы. Важно постоянно анализировать состояние эмоционального фона ученика после педагогического общения.

Конфликты между детьми и педагогами в образовательном процессе – это нормальное явление, так как они являются следствием естественного внутриличностного конфликта у ребенка (противоречием между тем, что требует педагог, и что может ребенок).

Несмотря на то что конфликт порождает ученик, завершать его должен взрослый как можно раньше.

## Литература

1. Бобровникова Н. С. Профилактика буллинга в образовательной среде // Молодой ученый. 2016. № 12. С. 759–761.
2. Глазман О. Л. Психологические особенности участников буллинга // Изв. Рос. гос. пед. ун-та им. А. И. Герцена. 2009. № 105. С. 159–165.
3. Школа без насилия: метод. пособие / под ред. П. Ю. Синягиной, Т. Ю. Райфшайдер. М.: Цифро, 2015. 150 с.