

**ПАМЯТКА
ДЛЯ ПЕДАГОГОВ
ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ПРИЗНАКОВ УВЛЕЧЕНИЯ
УБУЧАЮЩИМИСЯ ДЕСТРУКТИВНЫМИ
ТЕЧЕНИЯМИ (СУИЦИДАЛЬНОЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ, ТРАВЛИ СВЕРСТНИКОВ
(БУЛЛИНГ), КОНФЛИКТОВ, КОТОРЫЕ МОГУТ
ПРИВЕСТИ К НАСИЛЬСТВЕННЫМ
ПРЕСТУПЛЕНИЯМ С ПРИМЕНЕНИЕМ ОРУЖИЯ
(СКУЛШУТИНГ И КОЛУМБАЙН))**

БУЛЛИНГ – ЧТО ЭТО?

КРАТКО О БУЛЛИНГЕ

Травля детей сверстниками («буллинг») – одна из наиболее распространенных проблем в школах и детских коллективах, которая существенно увеличивает риск суицида среди подростков, приводит к эскалации агрессии и насилия в группе и в школе, снижению успеваемости, эмоциональным и невротическим проблемам.

Буллинг - травля, повторяющаяся агрессия по отношению к определенному субъекту, включающая в себя принуждение и запугивание. Может проявляться в физическом насилии, угрозах, вербальной агрессии, унижении.

Норвежский исследователь буллинга Дэн Олвеус определяет буллинг как стереотип взаимодействия в группе, при котором человек на протяжении времени неоднократно сталкивается с намеренным причинением вреда или дискомфорта со стороны другого человека или группы людей в контексте «диспропорциональных «властных» отношений».

Буллинг - систематическое злоупотребление властью (силой) со стороны человека или группы людей для подавления, унижения, оскорбления (Ригби, Росс, Смит).

По определению И.С. Кона, буллинг - это запугивание, унижение, травля, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе.

Можно выделить некоторые особенности буллинга:

- 1) буллинг асимметричен – с одной стороны находится обидчик, обладающий властью в виде физической и/или психологической силы, с другой - пострадавший, такой силой не обладающий и остро нуждающийся в поддержке и помощи третьих лиц;
- 2) буллинг осуществляется преднамеренно, направлен на нанесение физических и душевных страданий человеку, который выбран целью;
- 3) буллинг подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает здоровье, самоуважение и человеческое достоинство;

4) буллинг – это групповой процесс, затрагивающий не только обидчика и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь класс (группу), где оно происходит;

5) буллинг никогда не прекращается сам по себе: всегда требуется защита и помощь пострадавшим, инициаторам буллинга (обидчикам) и свидетелям.

При буллинге всегда есть жертва, которая не может себя защитить. Он всегда носит систематический характер.

Обращает на себя внимание тот факт, что в России субъектов буллинга (обидчиков) в два раза больше, чем в среднем по европейским странам.

Российские школьники чаще, чем европейские сообщают, что проявляли агрессию лицом к лицу (соответственно 21% в России и 10% в Европе). И те, и другие гораздо реже признают, что вели себя агрессивно в Интернете (8% в России и 3% в Европе).

ПРИЗНАКИ БУЛЛИНГА

- Обучающийся на всех переменах один.
- Он всегда один выполняет задания в малых группах.
- Обучающийся приходит на занятия в потрепанном виде: разорванная, испачканная одежда, синяки, ссадины – следы драки.
- Послушный обучающийся вдруг начал опаздывать на занятия или сидеть в аудитории после занятий, чего-то выжидая.
- Стал хуже учиться.
- Стал хуже себя чувствовать (психосоматика).
- С кем-то из обучающихся никто не хочет сидеть.
- Группа обучающихся стоят плотным кольцом, озираются, возбужденно что-то обсуждают, чувствуется агрессия.
- Группа обучающихся после занятий ждет кого-то во дворе учебной организации.
- Те, кто сильнее физически или старше, постоянно «просят взаймы» у

младших обучающихся или требуют дать позвонить по их телефону.



ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА

Известно, что буллинг не имеет шансов зародиться в тех группах, где куратор в курсе происходящих событий. При этом неважно, обладает педагог положительным авторитетом или «тиранит» обучающихся. В первом случае он может эффективно пресекать проявления насилия, опираясь на уважение и любовь. Во втором обучающиеся вынуждены сплотиться, чтобы противостоять давлению, на междоусобицы не хватает энергии.

- Помогают совместно созданные правила группы. Их можно выписать на отдельном плакате и повесить в аудитории. Но они не должны быть формальными. Группа и преподаватель постоянно мониторят их исполнение и обсуждают, что еще нужно сделать, чтобы группа стала более дружным и сплоченным.

- Если что-то испортило репутацию обучающегося, педагогу нужно приложить силы, чтобы поднять авторитет, показать его в выгодном свете.

- Нельзя затягивать с мерами пресечения любых насмешек над слабостями одноклассников, презрительных замечаний в их адрес.

- Дать проявиться обучающимся (особенно непопулярным) в их дарах, помочь увидеть коллективу их полезность и ценность для всей группы.

- Не допускать при всей группе оценивать и обсуждать неблагополучные и личные качества подростка.
- Объединять группу совместными мероприятиями: поездки, участие в публичных мероприятиях, часы общения, экскурсии, прогулки, игры.
- Максимально включать всю группу в процесс работы, чтобы не почувствовали не востребованными.
- Нельзя сравнивать способности между обучающимися.
- Проводить упражнения на совместную деятельность; учить давать отпор обидчикам, постоять за себя.
- Организовать внеурочную деятельность обучающихся (занятия в кружках, секциях).
- Организовать дискуссии, игры-размышления, просмотр видеоматериалов и фильмов, демонстрирующих специфические проблемы молодежи (секс, наркотики, насилие), санитарно-просветительская работа.

По мнению обучающихся, пресечь буллинг в образовательной организации способны администрация, педагогический коллектив, родители, ученики.



Таким образом, на образовательные организации ложится ответственность за проработку и устранение проблемы буллинга, что позволит

сохранить психологическое здоровье обучающихся и создание комфортной развивающей образовательной среды, обеспечивающей высокое качество образования, духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, а также гарантирующей охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся.

ФОРМИРОВАНИЕ У ОБУЧАЮЩИХСЯ КОНСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА СЛУЧАЙ БУЛЛИНГА В ИХ АДРЕС

Обучающиеся должны уметь и быть готовы:

- рассказать о случае буллинга своим родителям, либо взрослым, которым они доверяют, например, классному руководителю, воспитателю, психологу и т.п.;
- вести себя уверенно, быть настойчивым и задиристым (хотя бы внешне);
- искать друзей среди сверстников и одноклассников;
- избегать ситуаций, в которых возможен буллинг;
- если требуется, методично и последовательно заниматься восстановлением самооценки с помощью специалиста;
- не надеяться (мечтать) отомстить с помощью еще большей жестокости и не применять оружие;
- учиться использовать юмор - самое мощное оружие против вербальной агрессии.

Неэффективные методы преодоления буллинга (что не надо делать):

- Перекладывать всю ответственность на психолога.
- Переадресовать проблему родителям.
- Проводить единовременные и краткосрочные мероприятия, акции.
- Отправлять участников (жертву и буллера) к директору, требовать от буллера извинений.
- Рекомендовать жертве не обращать внимания.

Эффективные методы включают:

- Влияние на агрессора извне. После 12 лет у ребенка уже сформированы моральные убеждения, поэтому изменить их будет не так просто. Личность и авторитет взрослого отходят на второй план, а на первый выходит референтная группа ровесников. Поэтому действовать придется тонко, исподволь формируя общественное мнение.

- Привлечение авторитетного союзника. Сначала надо попробовать переубедить, объяснить недопустимость и неэффективность буллинга. Разговаривать с группой должен авторитетный для обучающихся преподаватель, потому что здесь все зависит от силы убеждения и внутренней веры в то, что говорится. Иначе все пролетит мимо ушей. Обучающиеся должны уважать этого человека, прислушиваться к нему.

Действия преподавателей:

- Не игнорировать, не преуменьшать значение. Если в образовательной организации пришли к общему пониманию и соглашению о том, что буллинг является проявлением насилия, то тогда даже у тех, кто не является прямыми участниками, повышается восприимчивость к ситуациям буллинга и появляется способность адекватно реагировать.

- Если преподавателю стало известно о случае буллинга, или он стал свидетелем такого случая, он должен занять ясную и недвусмысленную позицию и попытаться добиться того, чтобы по меньшей мере «наблюдатели», а по возможности и сам буллер также изменили свою позицию в отношении происходящего, а также объяснить им, каковы психологические последствия для жертвы в этой ситуации.

- Пригласить родителей для беседы. Особенно важно, как можно раньше привлечь родителей, обсудить с ними тревожные сигналы, свидетельствующие о буллинге, и какими могут и должны быть стратегии реагирования.

План беседы с обучающимися должен содержать такие ключевые моменты:

1. Прямота. Называем проблему своим именем - это травля, гнобление.

Не стоит ходить вокруг да около, подростки этого не любят. Объясните, что травля - это проблема группы, а не конкретного человека. Насилие похоже на инфекционную болезнь, которой заболел коллектив, и нужно всем заботиться о здоровье внутри их группы. Отношения стоит содержать в чистоте так же, как лицо и одежду.



2. Смена ролей. Приведите пример таким образом, чтобы каждый почувствовал себя на месте жертвы. Этот метод можно применить наедине с агрессором, если он не понимает серьезности происходящего: «Представь себе, что ты заходишь в класс, здороваешься, а от тебя все отворачиваются, что ты почувствуешь?» Объясните, что люди разные, и у каждого человека имеются особенности, которые могут раздражать других.

3. Введение новых правил поведения и ответственность. Предложите альфам, инициирующим насилие, взять на себя ответственность за новшества. Это поможет им сохранить лицо и выйти из деструктивной позиции. Что касается изменений, то они могут коснуться досуга в свободное время.

4. Помощь специалиста. Пригласите психолога, чтобы провел специальные психологические игры, дающие возможность почувствовать себя на месте жертвы и осознать недопустимость буллинга.

Виды нападок:

- нападки на социальный статус (Ты гастарбайтер! Одни черные!);

- нападки на коммуникацию (Шепелявая!);
- применение насилия или угрозы его применения;
- нападки на социальные связи (отношения);
- нападки на внешность (Во, какие буфера!).



Наиболее распространенные акты буллинга:

- негативные разговоры о ком-то за его спиной;
- распространение слухов и лживых сведений;
- обзывание и придумывание обидных прозвищ;
- выставление в смешном виде;
- унижающие и обесценивающие взгляды и жесты;
- передразнивание;
- объявление глупым («дураком»);
- непозволение сказать свое слово, ответить;
- изоляция от остального сообщества группы (бойкот);
- отбирание, прятание, повреждение учебных принадлежностей и/или других вещей, одежды;
- необоснованные обвинения;
- пинки, удары;
- шантаж, вымогательство;
- сексуальные домогательства.

Прямой, активный буллинг:

- дразнить;

- угрожать;
- обесценивать;
- оскорблять;
- унижать;
- компрометировать;
- преследовать, причинять неприятности, мучить.

Непрямой, пассивный буллинг:

- изолировать;
- вредить репутации;
- распространять слухи;
- отбирать личные вещи и портить их.



Особо жестокий буллинг:

- Физическое насилие, заставляющее жертву страдать.
- Деяния, граничащие с уголовно наказуемыми.

ВЫЯВЛЕНИЕ И ДИАГНОСТИКА БУЛЛИНГА

В колледже

Первичные признаки:

- Обучающийся регулярно подвергается насмешкам со стороны сверстников в оскорбительной манере: его часто обзывают, дразнят, унижают, либо угрожают ему, требуют выполнения пожеланий других сверстников,

командуют им.

- Обучающегося часто высмеивают в недоброжелательной и обидной манере.
- Обучающегося часто задирают, толкают, пинают, бьют, а он не может себя адекватно защитить.
- Обучающийся часто оказывается участником ссор, драк, в которых он скорее беззащитен и которых пытается избежать (часто при этом плачет).
- У обучающегося есть следы - синяки, порезы, царапины или рваная одежда, которые не объясняются естественным образом (то есть не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т.п.).

Вторичные признаки:

- Обучающийся часто проводит время в одиночестве и исключен из компании сверстников во время перемен, обеда. У него, по наблюдениям, нет ни одного друга в группе.
- В командных играх одноклассники выбирают его в числе последних или не хотят быть с ним в одной команде.
- Обучающийся старается держаться рядом с преподавателем или другим взрослым во время перемен.
- Избегает говорить вслух (отвечать) во время учебных занятий и производит впечатление тревожного и неуверенного в себе. Выглядит расстроенным, депрессивным, часто плачет.
- У обучающегося резко или постепенно ухудшается успеваемость.
- Не дают списать, не подсказывают.

Дома

Первичные признаки:

- Возвращается домой с порванной одеждой, с порванными учебниками или тетрадями.
- Есть следы - синяки, порезы, царапины, или рваная одежда, которые не объясняются естественным образом (то есть не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т.п.).

Вторичные признаки:

- Никогда не приводит домой одноклассников или других сверстников или очень редко проводит время в гостях у них или в местах, где они собираются/проводят время.
- Нет ни одного друга, с которым можно провести время (сходить в кино или на концерт, погулять или заняться спортом, поговорить по телефону и т.п.).
- Никогда не приглашают на праздники/вечеринки, или он сам не хочет никого приглашать и устраивать праздник (потому что считает, что никто не захочет прийти).
- Боится или не хочет идти на занятия, по утрам плохой аппетит, частые головные боли, боли в желудке, расстройство.
- Выбирает длинный и неудобный путь в колледж и обратно.
- Беспокойно спит, жалуется на плохие сны, часто во сне плачет.
- Потерял интерес к предметам/занятиям, ухудшилась успеваемость.
- Выглядит несчастным, расстроенным, депрессивным, или наблюдаются частые перемены настроения, раздражительность, вспышки.
- Требуется или крадет деньги у родителей (чтобы выполнить требования «агрессоров»).

Переживание буллинга в детском и подростковом возрасте чрезвычайно травматично и, кроме актуальных последствий, оказывает значительное влияние на дальнейшую жизнь человека. Прежде всего, влияет на формирование самооценки, его коммуникативные возможности, мотивацию к развитию и достижениям.

Актуальные последствия:

- Аффективные нарушения: снижение настроения, депрессивность, высокий уровень тревоги, многочисленные страхи, злость (большое количество негативных эмоций).
- Соматические нарушения: нарушения сна, аппетита, головные боли,

боли в животе, нарушения работы желудочно-кишечного тракта, неожиданные повышения температуры и т.д.

- Когнитивные нарушения – неустойчивость внимания, трудности сосредоточения, нарушения концентрации памяти и т.п.
- Нарушение адаптации: мотивации к учебе, пропуски занятий, снижение успеваемости.
- Поведенческие нарушения: агрессивность, уходы из дома, протестное поведение и т.п.
- Суицидные мысли и попытки.



К другим, наиболее общим последствиям буллинга, часто относятся снижение самооценки, нарушение доверия к окружающему миру, склонность к виктимности.

Буллинг наносит существенный вред всем, кто в него вовлечен. Пострадавшие дети не только страдают от физической агрессии, но и получают психологическую травму, которая влияет на самооценку и может оказывать длительное воздействие на социальную адаптацию подростка.

Снижение успеваемости, отказ посещать занятия, самоповреждающее поведение - наиболее частые последствия буллинга.

Дети-агрессоры чаще других попадают в криминальные истории, формируют искажённое представление о разрешении конфликтов и социальном взаимодействии. Ребята, непосредственно не участвующие в травле, переживают много негативных эмоций: страха быть на месте жертвы,

бессилия, негативного отношения к образовательной организации.

Для преподавателей самыми частыми последствиями буллинга являются большее количество негативных эмоций в общении с обучающимися, проблемы с дисциплиной в группе, снижение статуса среди учеников, чувство собственной несостоятельности и бессилия, риск административных взысканий, когда ситуация выходит из-под контроля и травля приводит к физическим повреждениям, суицидальному поведению, конфликтам с родителями.

Недоброжелательная обстановка, разобщенность между обучающимися, снижение мотивации к учебе, недоверие к взрослым – это основные последствия травли для коллектива обучающихся.

КРАТКО О СКУЛШУТИНГЕ

Скулшутинг – это вооруженное нападение учащегося или стороннего человека на школьников внутри учебного заведения.

За рубежом случаи стрельбы в школе известны с начала XX века. Еще в 1927 году в США в результате массового расстрела в школе города Бат погибли 44 человека, 58 получили тяжелые травмы. С тех пор подобные случаи получают свое распространение на территории всего мира, в том числе и в России.

Школа «Колумбайн» в США, в которой в 1999 году произошло самое громкое вооруженное нападение учеников на своих одноклассников. Этот случай получил широкий общественный резонанс. Тогда в результате стрельбы погибли 13 человек. К сожалению, у подростков, устроивших тогда стрельбу в школе, появились последователи, которые стали повторять такие страшные поступки.

Подростки наиболее подвержены влиянию, поэтому часто совершают поступки, аналогичные тем, о которых прочитали в книге или журнале, узнали из Интернета.

Причины совершения детьми скулшутинга

Существуют внешние и внутренние факторы, подталкивающие подростков к скулшутингу.

Среди внешних факторов можно выделить:

- отсутствие внимания родителей к ребенку;
- ссоры с членами семьи;
- трудности ребенка в общении со сверстниками, конфликты с ними и педагогами;
- буллинг (травля) - агрессивное преследование одного из членов коллектива (особенно коллектива школьников и студентов) со стороны других членов коллектива или его части;
- смерть родственников и друзей;
- доступ ребенка к огнестрельному и холодному оружию в доме;

- интерес ребенка к компьютерным играм, в которых присутствуют сцены насилия, а также его доступ к сайтам и группам в сети Интернет, пропагандирующим идеологию «скулшутинга».

К внутренним факторам следует отнести:

- депрессивное состояние ребенка;
- внушаемость и ведомость ребенка;
- психические отклонения у ребенка.

Предотвращение деструктивных проявлений в форме скулшутинга в образовательной организации

В этой связи с целью предотвращения возможных противоправных проявлений, в том числе фактов «скулшутинга», со стороны подростков, преподавателям и родителям необходимо обратить особое внимание на следующее:

- на внутрисемейные отношения, в которых воспитываются подростки: наличие конфликтов в семье, недоверие, фактов насилия;

- на проявления подростковой агрессии, которая часто является типичной поведенческой особенностью в данном возрасте. Вместе с тем имеет место так называемая пассивная (тихая) агрессия, которая, кстати, является характерной чертой большинства «стрелков»;

- на специфику отношений со сверстниками: факты «травли» со стороны сверстников, ведение учеником «отшельнического» образа жизни;

- на наличие психологических травм, расстройств психического здоровья, ведь часто родители, опасаясь предвзятого отношения, осуждения окружающих, игнорируют рекомендации детских психологов и не обращаются за психиатрической помощью.

В этой связи самое важное – доверительный контакт с обучающимся как со стороны родителей, так и преподавателей. Кроме того, целесообразным является проведение регулярных профилактических бесед и занятий с учениками по указанной проблематике, в ходе которых, в том числе, возможно получение информации об известных подросткам Интернет-ресурсах,

пропагандирующих насилие и самоубийства, с целью их последующей блокировки компетентными структурами.



Факторы, способствующие проявлению скулшутинга

1. Дети, которые воспитываются в семьях, где царит насилие и жестокость, несут подобную схему общения в общество.
2. Родители, которые не интересуются жизнью, увлечениями и проблемами ребенка, могут спровоцировать развитие у него пассивной агрессивности.
3. Отсутствие общения со сверстниками может стать причиной появления у ребенка серьезных психологических проблем.
4. Сверстники обзывают, дразнят и бьют ребенка, портят вещи или отбирают деньги, распространяют слухи и сплетни про него.
5. Нападение на учащихся в России часто совершаются с использованием холодного оружия, поскольку нож ребенку достать проще, чем огнестрельное оружие.
6. Под влиянием компьютерных игр ребенок может утратить чувство реальности и не видеть разницы между убийством человека в игре и его смертью в реальной жизни.
7. Ребенок, планирующий нападение на своих сверстников, как правило, в сети Интернет поддерживает общение с другими последователями

идеологии «скулшутинга».

Пути решения проблемы скулшутинга

Станьте другом для ребенка, с которым можно поделиться своими переживаниями и не бояться быть отвергнутым, уделяйте больше внимания его проблемам и взаимоотношениям со сверстниками; учите ребенка общению с людьми вне Интернета; организуйте досуг ребенка во внеучебное время (посещение кружков и секций); тесно взаимодействуйте с участниками образовательного процесса, чтобы знать о его проблемах; не храните огнестрельное и холодное оружие в местах, доступных для ребенка; контролируйте действия ребенка в социальных сетях, установите и оцените его круг общения; обратитесь за помощью к специалисту в случае замкнутости ребенка, резкого изменения его поведения и проявлений агрессивности.



РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ

1. Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. - М.: Генезис, 2006. - 256 с.
2. Глазман О.Л. Психологические особенности участников буллинга //Известия Российского гос. пед. ун-та имени А.И. Герцена. - 2009. - № 105. - С. 159-165.
3. Кон И.С. Что такое буллинг, как с ним бороться? [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.sexology.narod.ru/info18.html>
4. Кривцова С.В. Буллинг в школе vs сплоченность равнодушных. Организационная культура ОУ для решения проблем дисциплины и противостояния насилию. - М.: Федеральный институт развития образования, 2011. - 120 с.
5. Лэйн Д.А. Школьная травля (буллинг) //Детская и подростковая психотерапия / под ред. Д. Лэйна и Э. Миллера. - СПб.: Питер, 2001. С. 240-276.
6. Методические рекомендации по предотвращению буллинга (травли среди сверстников) в детских коллективах / Сост. А.Е. Довиденко и др. – Екатеринбург: «Семья детям», 2014. - 29 с.
7. Ожиёва Е.Н. Буллинг как разновидность насилия. Школьный буллинг [Электронный ресурс] //Психологи и социология. 2008. №5. Режим доступа: http://www.rusnauka.com/33_NIEK_2008/Psihologia/37294.doc.htm
8. Практическая психология образования / Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: «Академия», 2000. - 528 с.
9. Предотвращение насилия в образовательных учреждениях. Методическое пособие для педагогических работников /Л.А. Глазырина, М.А. Костенко; под ред. Т.А. Епояна. - М.: БЭСТ-принт, 2015. - 144 с.
10. Материалы к проекту «Скажем буллингу «Нет!» (программа профилактики буллинга в образовательной организации) <http://psy.su/psyche/projects/1813/>