

## Буллинг в школе

Все мы помним прекрасный советский фильм «Чучело» о девочке Лене Бессольцевой, которая стала жертвой агрессии и психологического давления со стороны одноклассников. Поклонники американского кино могут вспомнить на эту тему фильм «Кэрри» по роману Стивена Кинга, где главная героиня из-за своей неординарной внешности и психологических особенностей становится объектом издевательств и злых шуток сверстников.

Всё это – о буллинге в школе – травле, запугивании, третировании. Слово – новое, явление – старое. Насилию в школе подвергается каждый 5 школьник в мире, и этот показатель ежегодно растёт. В средствах массовой информации мы всё чаще встречаем пугающие заголовки: «подростки выложили в сеть видео с избиением одноклассника», «девочка покончила жизнь самоубийством из-за травли в школе».

Проблема буллинга – современная, остросоциальная. На нее нельзя закрывать глаза, ведь детская жестокость порой переходит все допустимые границы

### Что такое буллинг?

Понятие «буллинг» (от англ. bullying – запугивание, травля) появилось ещё в XX веке. Но современное значение оно приобрело относительно недавно, благодаря автору книги «Буллинг в школе» норвежскому профессору психологии Дану Ольвеусу.

Буллинг – это один из видов насилия, предполагающий агрессивное преследование одного из членов коллектива со стороны другого или группой лиц.

То же самое психологическое насилие в виде травли, бойкота, доносительства, но уже во взрослом коллективе, носит название **моббинг**. Исследования в этой области показывают, что 135 из 180 работников российских компаний подвергались моббингу неоднократно в течение своей рабочей деятельности.

### Разновидности травли

Какие существуют **виды буллинга**?

- **физический** – непосредственные физические действия в отношении жертвы (толчки, пинки, побои, сексуальные домогательства);
- **вербальный** – угрозы, оскорбления, насмешки, унижение;

- **социально-психологический** – буллинг, направленный на социальное исключение или изоляцию (сплетни, слухи, игнорирование, бойкот, манипуляции);
- **экономический** – вымогательство или прямой отбор денег, вещей, порча одежды;
- **кибербуллинг** (от англ. – cyberbullying) или интернет буллинг – травля в интернете через социальные сети, электронную почту. Предполагает распространение слухов и ложной информации, взлом личных страниц, отправку негативных сообщений и комментариев. Является самым молодым и самым опасным видом буллинга, поскольку от него очень сложно защититься и найти источники, откуда исходит угроза. Появилось даже такое понятие как **буллицид** – суицид, совершённый из-за травли в интернете. Самый известный случай произошёл в США в 2006 году. Мать вместе с тринадцатилетней дочерью осуществляла травлю несовершеннолетней знакомой в социальной сети MySpace под фальшивым профилем. Девушка не выдержала издевательств и покончила жизнь самоубийством.

### **Школьный буллинг сегодня**

В чём особенности современного буллинга? В первую очередь в том, что **травля происходит в основном в интернете**. Сейчас популярны и социальные сети, и различные мессенджеры, где под фальшивым профилем или ником можно написать любому человеку всё, что угодно. Этим пользуются многие подростки, уверенные в собственной безнаказанности – что они не понесут ответственность за свои деяния. Школьники отправляют агрессивные или неприличные видео и фото, пишут оскорбительные комментарии.

Еще один факт, который обращает на себя внимание. Это **участие девочек в буллинге**. Если раньше агрессорами в подавляющем большинстве становились мальчики, то теперь соотношение составляет примерно 80 на 20. Девочки стали все чаще принимать участие в физическом буллинге. Как пример – случай 2018 года. В Санкт-Петербурге школьницы жестоко избили свою одноклассницу, засняли это на видео и отправили всем своим друзьям. Поводом для расправы якобы послужил тот факт, что девочка видела, как ее одноклассницы употребляли алкогольные напитки и рассказала об этом взрослым. Жертва избиения получила перелом носа и сильный ушиб головы. Всем участникам этой ситуации – 13 лет...

И ещё более страшный факт, что **буллингу и издевательствам в современной школе может подвергнуться и учитель**. Если раньше ученики могли просто намазать стул педагога клеем или подложить кнопки, то сегодня подростки могут оскорблять, унижать учителя прямо во время урока, плюнуть в лицо и даже ударить.

### **Скулшутинг как итог буллинга**

Ещё одно явление жестокого современного мира носит название **скулшутинг** (от англ. – schoolshooting). Этот термин подразумевает под собой массовое убийство учащихся, произведённое либо учеником, либо кем-то из посторонних, проникших в школу. Скулшутинг приобрёл широкую огласку после инцидента, который произошёл в средней общеобразовательной школе «Колумбайн» в США, где 20 апреля 1999 года двое учеников расстреляли в школе тринадцать человек, после чего покончили с собой.

Первый в России громкий случай вооруженного нападения подростка на учителя произошел в 2014 году, когда ученик Московской школы застрелил учителя географии и полицейского, прибывшего на место происшествия, а также взял в заложники одноклассников. Совсем недавно, в сентябре 2019 года, сотрудникам полиции города Кирова удалось предотвратить массовое убийство в школе. Был вычислен подросток, который планировал нападение с применением холодного оружия и самодельной взрывчатки. Подросток интересовался темой насилия в социальных сетях и сообщал о своих намерениях в переписке.

Случаи страшные, случаи вопиющие. Но ещё страшнее тот факт, что почти все те, кто совершал эти убийства, являлись когда то, жертвами травли, буллинга со стороны одноклассников. Доведённые до отчаяния подростки брались за оружие и расстреливали своих обидчиков.

### **Причины и мотивы буллинга**

Теперь давайте попробуем разобраться в причинах и мотивах буллинга. Что заставляет детей быть такими жестокими и агрессивными по отношению к своим сверстникам?

**Причин** на самом деле много. Разделим их на группы:

- **педагогические** (микроклимат класса, школы). Не последнюю роль здесь играет позиция учителя. Ребёнок с большей вероятностью подвергнется травле в той обстановке, где и сами педагоги позволяют себе насмешки и унижения в адрес учеников. Кроме того, учитель может занимать в ситуации буллинга стороннюю позицию, зная о проблеме, но не вмешиваясь в неё;
- **психологические** (личность агрессора, так называемого буллера, и жертвы);

- *социальные* (пропаганда и поощрение доминирующего агрессивного поведения) в обществе: на телевидении, в интернете, компьютерных играх);
- *семейные* (недостаток родительской любви и внимания, физическая и вербальная агрессия со стороны родителей, чрезмерный контроль).

К **мотивам** буллинга можно отнести:

- зависть;
- месть (когда жертва травли сама становится буллером, стремясь наказать обидчиков за причинённые страдания);
- самоутверждение в коллективе;
- стремление быть в центре внимания, выглядеть «круто»;
- желание нейтрализовать соперника посредством его унижения.

### **Как определить, что ребенок стал жертвой травли?**

Дети не всегда могут рассказать взрослым о своих проблемах в школе. Поэтому родителям важно вовремя распознать, что ребёнок стал жертвой травли. Об этом могут свидетельствовать следующие признаки:

- ребёнок негативно относится к школе, использует любую возможность, чтобы туда не ходить;
- возвращается из школы подавленный;
- часто плачет без очевидной причины;
- ничего не рассказывает об одноклассниках и школьной жизни;
- нарушение сна и аппетита;
- синяки и ссадины на лице или теле, порванная одежда

### **Кто участвует в травле?**

В ситуации буллинга обычно принимают участие жертва, агрессор и наблюдатели, т.е. участники буллинга. Поговорим о каждой из этих ролей.

#### ***Жертва***

Повод для травли может быть совершенно любой. Чаще всего **жертвами** становятся дети:

- с физическими недостатками или особенностями развития (сниженный слух или зрение, ДЦП и др.);
- неуверенные в себе, замкнутые, с повышенной тревожностью и низкой самооценкой;
- с особенностями внешности (веснушки, полнота/худоба и др.);
- с низким интеллектом и проблемами в учебе;
- «любимчики» учителей или, наоборот, изгои.

Что объединяет всех жертв, так это невозможность противостоять обидчику, защитить себя, дать отпор.

## *Агрессор*

Потенциальный **буллер** – это человек:

- с низкой самооценкой, которую он стремится поднять за счёт унижения других;
- стремящийся быть в центре внимания любой ценой;
- агрессивный, жестокий, склонный к доминированию и манипулированию;
- чаще с проблемами в семейных и детско-родительских отношениях.

Агрессорами могут быть дети как из неблагополучных семей, так и из семей с высоким материальным положением.

## *Наблюдатели*

Это самая большая категория участников школьного буллинга. **Наблюдатели** – это те люди, которые оказываются вовлечены в ситуацию травли. Здесь, как правило, три варианта развития событий:

1. Либо наблюдатель встаёт на защиту жертвы, сам оказываясь под ударом и рискуя стать новой жертвой.
2. Либо наблюдатель занимает пассивную позицию, никак вмешиваясь в конфликт.
3. И третий вариант, когда наблюдатель активно поощряет агрессора и спустя какое-то время присоединяется к нему.

## **Влияние буллинга на его участников и последствия**

Теперь давайте проследим **влияние школьного буллинга на каждого из его участников.**

1. Что получает **агрессор** в ситуации травли? Опять же, ощущение собственной «крутости», безнаказанности, «всемогущества». В дальнейшем это приводит к ещё большему развитию деструктивных, т.е. разрушающих личность качеств, девиантному поведению и как следствие – постановке на учёт в Комиссию по делам несовершеннолетних и проблемам с полицией.
2. Что получают **наблюдатели** буллинга? Стыд и чувство вины за то, что не помогли жертве, проявили слабость.

3. И, конечно, самая тяжелая психологическая травма наносится *жертве* буллинга. Даже через много лет, будучи уже взрослыми, жертвы помнят все свои болезненные переживания, связанные с травлей.

Психологи отмечают, что школьный буллинг сравним по тяжести последствий для психики с семейным насилием.

1. У жертвы травли начинают проявляться психосоматические расстройства: частые головные боли, проблемы со сном и аппетитом, могут обостриться хронические заболевания.
2. Плюс к этому – депрессивные расстройства, повышенная тревожность, невротические проявления.
3. И самые серьезные реакции на буллинг – это попытки суицида или скулшутинг, когда ребёнок больше не может терпеть насмешки и издевательства и решает отомстить обидчикам с применением взрывчатки или холодного оружия.

### **5 основных мифов о травле в школе:**

1. Буллинг возможен только в классе у слабого учителя;
2. Буллингом считается только физическое насилие;
3. Буллерами становятся дети с низкой самооценкой;
4. В нашей школе нет буллинга;
5. Жертвой буллинга становится только слабый ребенок.

Самый распространенный миф о том, что *«буллинг возможен в классе только у слабого учителя»*. На самом деле это неправда. Конечно, если логично рассуждать, то каждый учитель может про себя подумать, что он плохой, слабый учитель, если в классе происходит травля ученика. Да что скрывать, и не только он сам может так подумать, но и администрация школы, и другие учителя и конечно родители. Соц. педагогу не раз приходится оказывать содействие и помощь классным руководителям в решении проблем с буллингом, причем сильным и опытным учителям профессионалам. И это не потому что у них не хватает психолого-педагогических знаний, а потому что в основном самых сложных, асоциальных детей определяют в классы именно к лучшим учителям, имеющим опыт с такими детьми. К сожалению, обычно, таких детей у сильного учителя в классе оказывается не один, а несколько, которые начинают устанавливать свои порядки в коллективе, вступать в противоборство с одноклассниками. А это порождает целый ряд конфликтных ситуаций.

И здесь мы можем встретиться еще с двумя мифами о буллинге:

***1. Буллерами становятся дети с низкой самооценкой;***

***2. Жертвой буллинга становится только слабый ребенок.***

В сильных классах у опытных учителей обычно не бывает слабых и с низкой самооценкой детей, это в основном дети, которые хорошо учатся, уверены в себе и своих действиях, у них много друзей, они имеют лидерские качества и стараются быть во всем первыми. Проблемные и сложные в поведении и в учебе дети тоже могут стремиться к лидерству, только неформального, негативного характера, и остальным одноклассникам это не нравится. Начинают возникать провокации физического или эмоционального давления как с одной стороны, так и с другой. В дальнейшем и те, и другие могут стать как буллерами, так и жертвами.

Еще два мифа о насилии:

***1. В нашей школе нет буллинга;***

***2. Буллингом считается только физическое насилие.***

В большинстве случаев этим мифам подвержены родители учащихся. Причем это родители тех детей, которые либо никогда не были в ситуации буллинга, либо тех детей, которые сами являются активными буллерами. С такими родителями очень сложно работать, они не готовы и не хотят верить в то, что в классе, где учится их ребенок есть буллинг, и тем более, что их ребенок может сам участвовать в травле другого ребенка. Они начинают верить этому только тогда, когда появляются факты физического насилия, потому что доказать им о случаях психологического или эмоционального, словесного насилия очень сложно, они считают, что это все выдумки. Но и даже в случаях неопровержимого доказательства психологического или физического насилия, не все родители признают вину своих детей, они склонны обвинить во всем жертву их ребенка, но только не его самого. Буллеры, очень часто перед своими родителями прикидываются несчастными жертвами и обвиняют в этом всех своих одноклассников, их родителей, учителей и др. сотрудников школы. Родители им верят и объявляют школе настоящую войну.

**14 слайд.**

И в этом случае можно говорить о еще трех мифах о буллинге:

***1. Чтобы заниматься проблемами детей-агрессоров, необходимо привлекать их родителей;***

***2. С фактами насилия можно справиться разовыми мерами (лекцией, родительским собранием, вызовом на Совет по профилактике или к директору);***

***3. Учитель должен уметь самостоятельно справляться с фактами физического и эмоционального насилия в своем классе.***

Если рассматривать эти три мифа о буллинге, то можно вернуться к вышесказанному о том, что родители, чьих детей не касается насилие или они



сами в этом участвуют, т.е. являются агрессорами по отношению к другим детям, только в редких случаях верят в буллинг и идут на сотрудничество со школой в предотвращении насилия, т.к. не могут справиться со своими детьми.

В остальных же случаях родители жертвы по понятным причинам признают буллинг в классе, просят школу о помощи и идут всегда на сотрудничество с учителями и психологами, чтобы навсегда решить эту проблему в своем классе. А родители детей-агрессоров не помогают в решении проблемы буллинга в классе, потому что, либо сами являются людьми с властным агрессивным характером, и тогда их дети копируют поведение своих родителей (и многие родители, к слову, это одобряют), либо это родители, которые не могут проявить необходимой твердости в воспитании, и тогда дети-агрессоры сами тиранят своих родителей.

В том или ином случае у детей-буллеров нет конструктивного контакта с родителями, поэтому рассчитывать на их помощь не приходится. Школа должна четко отделить свою ответственность от ответственности семьи, т.е. если ученику дома родители разрешают себя так вести, то в школе этого делать нельзя, здесь другие правила.

И как в такой ситуации, когда нет поддержки родителей буллеров (а в ряде случаев они даже поощряют своего ребенка в его действиях), учитель должен уметь справляться с физическим и эмоциональным насилием в своем классе в одиночку? Это невозможно. Поэтому учителя, классные руководители, социальный педагог, педагоги-психологи и завучи объединяются против насилия, чтобы создать в школе атмосферу психологической безопасности, системно работая на всех уровнях.

Тем более, что решить проблему буллинга единичными способами (побеседовать с родителями или провести лекцию на тему насилия в классе и т.д.) невозможно. Но все же родители – очень сильные и хорошие помощники в решении проблемы с насилием, поэтому с ними **обязательно и регулярно ведется профилактическая работа по проблемам буллинга**. Такие единичные методы, как, например, передача буллера педагогу-психологу для работы с ним, так же, как и угроза исключения его из школы или коллективный разбор поведения буллера с принесением последнего извинений своей жертве, не приносят положительного результата по той причине, что буллер действует не на эмоциях, его поведение не является неконтролируемой агрессией, он действует хладнокровно и четко спланировав все заранее, т.к. хочет установить свою власть над другими любым способом.

Еще один миф о буллинге – *«Насилие в школе в больших масштабах появилось только в последние годы»*.

Это неправда. Еще З.Фрейд, А.Адлер и У.Стеклел в 1910 году провели первый конгресс на тему «О суициде, в частности о суициде среди учащихся средней школы».



З.Фрейд писал, что «Школа должна делать все, чтобы не подтолкнуть ребенка к суициду, чтобы ученики не были беспомощными перед лицом насилия, чтобы они хотели жить, давать им поддержку на этом этапе жизни, когда эмоциональные связи с семьей ослабевают, и дети выходят в самостоятельную жизнь. Школы не должны забывать, что они имеют дело с незрелыми еще личностями, но никто и не может лишать детей права на эту незрелость, которая является естественной стадией их развития, пусть и не самой простой».

**Во все времена школы собирали и собирают незрелых еще личностей – подростков и детей, поэтому в них были, есть и будут проблемы насилия. Они никак не могут гарантировать, что буллинга не будет, это противоестественно и нереалистично. Однако школа и учитель делают все, чтобы его уменьшить, научить детей как правильно, твердо и с достоинством противостоять насилию.**

### **Как бороться с буллингом в школе?**

Любое явление лучше предотвратить, чем устранять его последствия, и школьная травля – не исключение. Профилактика насилия в школе заключается в правильном отношении взрослых к этим проблемам.

### ***Как вести себя родителям?***

А теперь советы специально для родителей, чей ребёнок подвергается травле в школе. Первый и самый главный пункт – снять с ребенка чувство вины!

Объяснить, что он не виноват в том, что подвергся травле. Ребёнок ни в коем случае не хуже других, просто он попал в непростую для себя ситуацию, из которой родители и педагоги помогут ему найти выход.

1. Дайте ребёнку понять, что Вы на его стороне. Поддержите и успокойте: «Хорошо, что ты мне всё рассказал! Я тебе верю. Ты не виноват в том, что случилось. Я тебе помогу».
2. Доверительно поговорите с ним о сложившейся ситуации. Разъясните ему дальнейшие действия и линию поведения.
3. Помогите ребёнку обрести уверенность в себе и умение противостоять нападкам сверстников.
4. Поговорите с классным руководителем, педагогами, родителями обидчика Вашего ребёнка.
5. Если ситуация серьёзная и разрешить её мирным путём не получается, рассмотрите вариант с переводом в другую школу или класс. Опять же это крайний случай, поскольку то же самое может повториться и на новом месте.

6. В ситуации кибербуллинга: если буллер известен – заблокируйте сообщения с его адреса или пожалуйтесь администрации сайта. Если агрессор сохраняет анонимность – распечатайте переписку, сделайте скриншоты страниц с видео и фотографиями и поскорее отнесите в правоохранительные органы.

Задача родителей – не просто защитить и поддержать ребёнка, столкнувшегося с ситуацией травли, но и научить его правильному, здоровому общению с окружающими людьми. В повседневной жизни очень трудно избежать столкновения со злом, жестокостью и агрессией. Ребёнок должен научиться говорить «нет», не поддаваться на провокации и манипуляции товарищей, знать, что в свои проблемы иногда правильнее посвятить взрослых, чем разбираться самостоятельно, и быть уверенным, что родные не отмахнутся от него, а помогут и поддержат в трудную минуту.

### **Профилактика школьного буллинга**

Если родители подозревают, что у ребёнка в школе есть неприятности (он стал жертвой или свидетелем травли, сам принимает участие в буллинге), но не могут добиться информации от него, они могут воспользоваться приложением «Где мои дети». С помощью функции прослушки, можно узнать, что происходит с ребёнком и вовремя принять необходимые действия. Кроме того, в случае экстренной ситуации, ребёнок сможет послать родителям сигнал SOS.

### ***Что делать ребёнку – жертве травли?***

Ребята! Вы только начинаете жить, а в современной жизни можно встретить не только хорошее, но и много злого, жестокого, неправильного. **Учитесь быть сильнее зла, говорить «нет», когда вас заставляют сделать что-то нехорошее, давать отпор обидчику, не теряя при этом собственного достоинства. Найдите себе друзей по интересам, общайтесь с теми, кто будет уважать и ценить вас.**

1. Если вас травят в школе, обзывают, портят одежду и вещи, обязательно расскажите об этом взрослому: родителям, учителю, старшему товарищу. Запомните: попросить помощи – это не слабость, а решение взрослого человека, попавшего в беду.
2. Не стоит бояться, что «будет хуже», если вы кому-то расскажете о том, что происходит. Будет действительно хуже, если вы останетесь один на один со своей проблемой. Всегда найдется тот, кто сильнее ваших обидчиков и сможет вас защитить.

3. Если вас травят в интернете, обязательно сохраняйте все переписки, видео, голосовые сообщения, чтобы в дальнейшем использовать их как доказательства совершаемого кибербуллинга.
4. Если предмет травли можно исправить – исправьте. Если нельзя – не считайте себя виноватыми.

Теперь вы знаете всё или почти всё о буллинге в школе. Да, современный мир действительно жесток и опасен. И главная опасность заключается в нас самих. Поэтому нельзя закрывать глаза на происходящее. При малейших признаках буллинга – бейте тревогу, ищите пути помощи и разрешения ситуации.