

DOI: 10.17805/trudy.2024.4.4

СОЦИОЛОГИЯ

ШКОЛЬНЫЙ БУЛЛИНГ И ЕГО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ

Е. Д. Калугина

СОШ № 2

Тюменская обл., с. Усть-Ламенка

Аннотация: В статье рассмотрена проблема школьного буллинга среди подростков, причины его появления и особенности проявления. Выявлены факторы, при которых подростки становятся буллерами или жертвами. Анализируя кинофильм «Чучело» автор рассматривает последствия травли для жертвы, наблюдателей и буллера. Исходя из наблюдения за младшими подростками Усть-Ламенской школы, разработаны рекомендации, упражнения и игровые приёмы, помогающие предупредить проявление буллинга среди шестиклассников.

Ключевые слова: буллинг; агрессия; насилие; буллер; жертва; саморегуляция; суицид; кибербуллинг; детская психология; детское кино

SCHOOL BULLYING AND ITS PREVENTION IN THE TEENAGE ENVIRONMENT

E. D. Kalugina

Secondary school № 2

Tyumen region, Ust-Lamenka village

Abstract: The article considers the problem of school bullying among adolescents, the causes of its occurrence and the features of its manifestation. The factors under which teenagers become bullers or victims have been identified. Analyzing the movie «Scarecrow», the author examines the consequences of harassment for the victim, observers and buller. Based on the observation of younger teenagers of the Ust-Lamensk school, recommendations, exercises and game techniques have been developed to help prevent bullying among sixth graders.

Keywords: bullying; aggression; violence; buller; victim; self-regulation; suicide; cyberbullying; child psychology; children's cinema

В подростковой среде всё чаще можно слышать о буллинге. Это агрессия (проще — травля) одних детей по отношению к другим, когда имеют место неравенство сил, и жертва показывает, как сильно её это задевает. Так и не созданы способы борьбы с данной проблемой в школах, многие преподаватели не замечают или не хотят замечать травли среди подростков, из-за этого вовремя не оказывается необходимая поддержка и помощь как «жертвам», так и «обидчикам». Из противоречия вытекает проблема: почему одни дети травят других, как защитить своего ребёнка от насилия или его проявления? Однако, умелое использования педагогических средств и игровых приёмов позволит улучшить культуру общения подростков и минимизировать проявление буллинга в школьной среде.

В отечественной науке комплексное изучение буллинга только начинается, ранее рассматривались отдельные части ситуации буллинга — агрессия и на-

силе. На интернет-портале Google слово «bullying» упоминается более чем 11 миллионов раз, этой проблеме полностью посвящён ряд международных серверов: www.bullying.org, www.bullyonline.org, www.bullying.co.uk, www.nobully.org.nz и другие.

В России изучением буллинга занимаются И. С. Кон (Кон, 2006), О. Л. Глазман (Глазман, 2009), И. Бердышев (Бердышев, 2005). Ученые понимают «буллинг» как травлю, террор, насилие, модель поведения, агрессию, стереотип взаимодействия, ситуацию. Несмотря на то, что еще нет единого четкого определения данного понятия, все сходятся в том, что буллинг является травлей, происходящей продолжительное время. Исследователи также отметили, что буллинг имеет физические и психологические проявления. Отечественные ученые А. А. Бочавер и К. Д. Хломов выделяют три основных подхода к изучению буллинга. Диспозиционный — в этом подходе внимание концентрируется больше на субъектах буллинга, на индивидуальных особенностях участников ситуаций травли, внутриличностных предпосылках, которые приводят к тому, что человек оказывается в них жертвой или агрессором. Темпоральный — подход изучает несбалансированную реализацию рисков на протяжении жизненного пути человека, а также подчеркивает существование периодов повышенной чувствительности в связи с событиями жизни, при переживании которых повышается уязвимость человека и возрастает риск освоения им роли агрессора или жертвы в ситуациях буллинга. Контекстуальный — в этом подходе отмечается важность среды, микроклимата группы и процессов системны в сообществе в том, что доминирующим способом взаимодействия между людьми становится способ, который основан на неравенстве власти: контекст актуализирует внутриличностные предпосылки и переводит буллинг из разряда рисков в разряд действительности (Бочавер, Хломов, 2013).

Проблема школьного насилия возникла уже в начале XX в. В 1905 г. К. Дьюкс впервые опубликовал свою работу на данную тему. Первые систематические исследования проблемы буллинга провели скандинавские исследователи: Д. Олвеус, П. П. Хайнеманн, А. Пикас, Е. Роланд. Они разработали концепцию буллинга определив его как притеснение дискриминацию и травлю. В дальнейшем проблема заинтересовала британских ученых, таких как В. Т. Ортон, Д. А. Лэйн, Д. П. Таттум.

В своих исследованиях Д. Лэйн опирался на работы Е. Роланда и давал следующее определение буллинга: «травля, представляющая собой насилие, которое может носить как кратковременный, так и длительный характер, может быть физической или психической, и проявляется в отношении индивида или группы людей, не способных защитить себя в сложившейся ситуации» (Лэйн, 2001).

Буллерами часто становятся дети из социально-неблагополучных семей, где злоупотребляют алкоголем или наркотиками, имеющие с раннего возраста сексуальные контакты. С другой стороны, в качестве агрессоров выступают дети из абсолютно обеспеченных семей, так называемые «мажоры». Объединя-

ет агрессоров отсутствие любви и внимания со стороны взрослых, в том числе, и по причине постоянного зарабатывания денег. Ребенок, оставаясь без понимания со стороны самых близких людей (мамы и папы), становится озлобленным и пытается добиться признания путем эмоциональной и физической травли других ребят.

Таким образом, подростки становятся буллерами при наличии следующих факторов: уровень воспитательной работы в семье отсутствует или очень низкий; у подростка очень низкая самооценка, которую он пытается поднять за счет унижения других; школьник стремится быть в центре внимания, стать неформальным лидером; имеется опыт подобных отношений в предыдущих социальных группах; эмоциональная подвижность: импульсивность, агрессивность; низкий уровень эмпатии, сопереживания (Алексеева, Новосельский, 2006).

Традиционно объектами буллинга являются: двоечники, либо, наоборот, отличники; любимчики учителей или отвергаемые ими; дети с физическими особенностями или недостатками; ребята с особенным, творческим мышлением, нестандартным поведением; ученики из малообеспеченных семей; подростки, имеющие собственный взгляд на мир; самые красивые или, наоборот, несимпатичные девочки; представители национальных меньшинств; ученики с низкой или заниженной самооценкой; скромные, излишне впечатлительные, пугливые.

Школьный буллинг следует разделить на две основные формы — физический и психологический. Физический школьный буллинг: умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных повреждений и др.; сексуальный буллинг (действия сексуального характера). Психологический школьный буллинг — насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональная неуверенность. К этой форме можно отнести: вербальный буллинг, где орудием служит голос (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, дразнение, распространение обидных слухов); обидные жесты или действия (например, плевок в жертву либо в её направлении); запугивание (использование агрессивного языка тела и интонаций голоса для того, чтобы заставить жертву совершать или не совершать что-либо); изоляция (жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью учеников или всем классом); вымогательство (денег, еды, иных вещей, принуждение что-либо украсть); повреждение и иные действия с имуществом (воровство, грабёж, прятанье личных вещей жертвы); школьный кибербуллинг — унижение с помощью мобильных телефонов, Интернета, иных электронных устройств (пересылка неоднозначных изображений и фотографий, обзывание, распространение слухов и др.) (Ожиёва, 2008).

Традиционно различают два вида буллинга: прямой и косвенный. В случае прямой травли преследователи дерутся, обзываются, дразнят, принуждают, отбирают личные вещи или деньги, портят личные вещи или результаты труда. В слу-

чае косвенной травли речь идет о распускании слухов и сплетен, сочинении анекдотов, бойкотировании, манипуляции. Мальчиков чаще преследуют физически, а девочек — эмоционально (сплетни, слухи).

Анализ просмотра кинофильма «Чучело» Роланда Быкова (снятого в 1983 г. по одноимённой повести Владимира Железникова, когда иноязычный термин «буллинг» был еще совершенно неизвестен, и интернета не было) и беседы после него с учащимися 6 класса помог определить, что буллинг не всегда выражается в физическом нападении. Чаще происходит психологическое насилие в форме: словесной травли (оскорбления, злые и непристойные шутки, насмешки и прочее); распространения слухов и сплетен; бойкота (одна из самых опасных форм буллинга, т.к. чаще остальных приводит к суициду). В буллинге три основные роли: буллеры (придумывают и возглавляют издевательства — в фильме это девочка по кличке Железная кнопка), наблюдатели (вроде, в стороне от конфликта, но всё равно одобряют либо осуждают агрессоров) и жертва — Лена Бессольцева.

Важно знать — если ребёнок стал жертвой, но не рассказывает об этом напрямую, о травле можно догадаться по другим физическим и психологическим признакам: беспричинные боли в животе и груди; нежелание идти в школу и плохая успеваемость; нервный тик; печальный вид, тревожность; нарушенный сон, кошмары; склонность к уединению; проблемы с аппетитом; излишняя уступчивость и осторожность.

Для подтверждения причин появления буллинга и выявления его последствий используются методы: наблюдение, социометрия Дж. Морено, «Определение психологического климата группы» Л. Н. Лутошкина, «дерево с человечками», «Опросник риска буллинга» А. А. Бочавера и психологические тестирования в шестом классе Усть-Ламенской школы.

Благодаря этим методам нами была составлена характеристика 6-го класса. Возрастной состав 12–13 лет. Второгодники в классе отсутствуют. Коллектив имеет стабильный состав с начальной школы. В декабре 2021 г. прибыл новый ученик. Мальчик легко влился в коллектив, нашел друзей. Дети развиваются в соответствии со своим возрастом. Один ребенок с задержками в развитии. В классе действует самоуправление, которое находится на стадии становления. В коллективе есть формальный лидер. Девочка старается поддерживать дисциплину в классе, ведет контроль над посещаемостью и успеваемостью. Неформальным лидером является мальчик. Он любит находиться в центре внимания. Учащиеся не всегда умеют терпеливо выслушать друг друга. По сравнению с прошлым годом конфликты между обучающимися значительно снизились, но всё же происходят. Класс по своему составу сложный, неоднородный и требует особого индивидуального подхода к каждому ученику, постоянного контроля со стороны классного руководителя, тесной связи между учителями-предметниками и родителями. Классный коллектив находится на стадии формирования, поэтому следует продолжить мероприятия по сплочению детей и улучшению отношений между

ними. Необходимо дальнейшее проведение мероприятий по духовно-нравственному воспитанию учащихся с целью формирования системы ценностей, с позиции которых они будут оценивать свои действия и поступки.

Для определения наличия сплочённости в коллективе шестиклассников и выявления межличностных связей была проведена социометрия. Анализ результатов социометрии по официальным отношениям показал, что лидерами в классе могут быть только два человека — это девочки. В ходе социометрии по симпатиям было выяснено, что класс разбит на микро-группы по два человека. Так же один вытеснен за пределы всего класса. Этот школьник подвергается насмешкам со стороны одноклассников. Причиной может стать его плохое произношение, неаккуратность в одежде и принадлежность к неблагополучной семье.

В ходе наблюдения за поведением ученика, от которого идёт агрессия в классе, было выявлено, что для каждой из сторон участия в буллинге наступают последствия. Дети-агрессоры испытывают проблемы с успеваемостью, приобретают криминальные наклонности и вынуждают педагогический коллектив заниматься поддержанием дисциплины вместо ведения уроков. Таким образом, у буллера развиваются деструктивные черты личности, отсутствует возможность построения в будущем близких, доверительных отношений. В ситуации буллинга нельзя занимать отстранённую позицию. Даже если нападкам подвергается только один одноклассник, а других детей «это не касается», наблюдатели получают большую травматизацию. В психологии даже есть термин «травма наблюдателя». Часто подросток не может самостоятельно справиться с опытом наблюдения за продолжающимся насилием. Буллинг причиняет ущерб психическому здоровью не только жертвы, но и детей, которые находятся в позиции безмолвных свидетелей. Свидетели приобретают искажённое представление о роли личности в социуме, зачастую они на протяжении всей жизни испытывают чувство вины и стыда за то, что проявили слабость, не встали на защиту жертвы (Вишневская, Бутовская, 2015).

Самая тяжёлая по степени психологическая травма наносится жертве. Многие люди, будучи зрелыми, со слезами и страхом вспоминают обиды и унижения, перенесённые в детстве. Школьный буллинг по тяжести последствий для психики сравним с семейным насилием. Таким образом, последствия травли носят пролонгированное действие. Крайняя степень реакции на буллинг — это попытки суицида, характерные для наиболее восприимчивых детей. Подросток не видит другого выхода из травмирующей его ситуации, полагая, что смерть — это единственный путь избавления от страданий. Для всех жертв буллеров характерны низкая самооценка в течение всей жизни, предрасположенность к депрессиям. Ребенок вырастает тревожной, невротической личностью. В минимизации последствий школьной травли может помочь только квалифицированный психолог. Таким образом, школьные издевательства подрывают всю систему образования, провоцируя общее напряжение, отчуждение и жестокость (Глазман, 2009).

Любое явление лучше предотвратить, чем ликвидировать его последствия,

и буллинг — не исключение. Подростковый буллинг — проблема, для решения которой требуется комплексный подход. С травлей в школе должен разбираться не ребёнок в одиночку, а все стороны — родители, учитель и сам школьник (Холодова, 2016).

Родители ребёнка-жертвы испытывают чувство вины, стыда, гнева, боли и бессилия. Из-за этого иногда вместо поддержки и сочувствия обрушиваются на него с советами и обвинениями. Важно понять, что это может случиться с любой семьёй. Здесь никто не виноват, особенно сам ребёнок. Поэтому родителю, прежде всего, нужно самому получить поддержку близких или психолога. Вот фразы, которые помогут родителю начать диалог с подростком: «Я тебе верю» (это даст ребёнку понять, что вместе вы справитесь с проблемой); «Мне жаль, что с тобой это случилось» (это сигнал, что вы разделяете его чувства); «Это не твоя вина» (покажите ребёнку, что в этой ситуации он не одинок, многие его сверстники сталкиваются с разными вариантами запугивания и агрессии); «Хорошо, что ты мне об этом сказал» (докажите, что ребёнок правильно сделал, обратившись к вам); «Я люблю тебя и постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность» (эта фраза позволит ощутить защиту и с надеждой посмотреть в будущее). Родителям надо стараться всегда поддерживать с детьми доверительные отношения, чтобы вовремя услышать просьбу о помощи (Трушина, Электр. ресурс).

Большую роль в предупреждении проявления школьного буллинга играет учительский коллектив. Основными методами профилактики случаев травли в школе являются:

1. Создание в учебном заведении микроклимата, исключающего возможность и желание агрессивного поведения.
2. Осуждение и пресечение любого асоциального поведения детей. Стоит чутко реагировать на проявления вражды между отдельными детьми, случаи проявления неуважения или оскорблений.
3. Нацеленность на семью, как источник воспитания ребенка. Изучение поведения родителей, социальной и психологической обстановки в семье.
4. Формирование стрессоустойчивости личности ребенка личным примером, через внеклассные занятия с приведением примеров героизма, жизнестойкости.
5. Обучение навыкам конструктивного общения, уважения к личности другого человека (Предотвращение насилия..., 2015).

Школьник в силу возраста не может сам защититься от буллинга. Это работа взрослых. Но есть базовые вещи, которые взрослые должны объяснить ему для профилактики конфликтов: рассказывать о случаях буллинга взрослым, которым доверяешь; нужно укреплять самооценку и вести себя уверенно, быть настойчивым и сильным (хотя бы внешне); нельзя надеяться отомстить с помощью ещё большей жестокости, лучше искать друзей среди сверстников и использовать самое мощное оружие против агрессии — юмор; необходимо избегать ситуаций,

в которых возможна травля, и отклонять предложения поучаствовать в ней; если стал свидетелем насилия, нужно немедленно привести кого-то из взрослых или посоветовать жертве пойти за помощью к родителю или учителю, которому она доверяет (Школа без насилия, 2015).

Чтобы помочь шестиклассникам в решении проблемы общения и сплотить их коллектив были проведены игры в два этапа. На первом: Игра «5 важных вещей». Выполняется в парах. Пары расходятся на 5 минут и молча жестами показывают друг другу вещи, важные для себя. Игра «Счёт до десяти». По сигналу: «Начали!» дети закрывают глаза, и пытаются посчитать от одного до десяти. Но хитрость игры состоит в том, что считать вы будете вместе. Кто-то скажет «один», другой скажет «два» и так далее. В игре есть одно правило: слово должен назвать только один человек. Если несколько человек одновременно скажут слово, игра начинается сначала. В игре нужно понять друг друга без слов. Удалось ли группе это сделать? Если да, то, каким образом? Если не получилось, то, что помешало? Кто принимал активное участие? Игра «Место справа от меня свободно». Все участники садятся в круг на стулья, при этом один стул остаётся свободным. Суть данного упражнения является простое предложение: «Место справа от меня свободно, и я бы хотел, чтобы это место занял...». Это предложение вслух произносит участник, который сидит рядом со свободным стулом. Он должен объяснить, почему он хочет, чтобы именно этот человек занял это место. Необходимо дать определённые описания.

На втором: «Я — Джон Ленон». Каждый пишет имя какой-нибудь знаменитости, желательно, чтобы одноклассники знали эту личность. Имя прикрепляется наугад. Все становятся известными людьми, но не знают кто. Затем играющие задают вопросы для выяснения своей личности. Отвечать можно «Да» и «Нет». Игра до тех пор, пока не выяснится личность. Игра «Услышь меня». Один игрок выходит из комнаты. С другими подбираем пословицы. Затем разные участники произносят по одному слову из пословицы. Заходит игрок и произносится фраза одновременно со всеми словами. Задача игрока угадать. «Автопортрет». Ученики должны нарисовать свой портрет, но в необычном формате: вместо глаз то, на что любят смотреть; вместо рта то, что любят есть. Идёт анализ рисунков.

Игровые приёмы были проведены среди шестиклассников 9 марта 2022 г. Активно принимали участие девочки. Они старались понять друг друга. В упражнениях участвовало так же три мальчика. Они почувствовали себя комфортно только после третьей игры. В ходе игр выяснились следующие проблемы некоторых учащихся: нет интереса к процессу деятельности, концентрация внимания на посторонние предметы, неусидчивость, нежелание слушать и слышать друг друга. По ходу игр у учащихся рос интерес к заданиям. Когда игра заканчивалась, делали анализ проделанной работы, разбирали ситуации, вели беседу.

Через неделю были использованы игровые приёмы на сплочение коллектива: «Гусеница», «Найди пару». В конце эксперимента повторно проведена со-

циометрия, с целью выявления изменений в сплочённости коллектива. Особое внимание было обращено на положение аутсайдеров в классе.

Результаты повторного тестирования и социометрии показали, что в классе всё так же остались микро-группы по интересам и общению. Чаще девочки отдельно от мальчиков. По проведению второй социометрии, выяснилось, что класс стал сплочённым, более дружным. Появился лидер, который является центром межличностных отношений шестиклассников. Данная личность отличается уравновешенным и спокойным характером. Она внимательна к проблемам одноклассников. Ребята тянутся к ней. Однако положение аутсайдеров не изменилось, хотя они проявили интерес к коллективу и присоединились к нему.

Стать жертвой буллинга может любой ребёнок, вне зависимости от физических, интеллектуальных способностей или материального положения. Психологическую травму получают не только участники травли, но и её свидетели. Если вы заметили проявления буллинга, даже самые незначительные, нельзя оставаться в стороне и пускать ситуацию на самотёк. Необходимо обсудить её с учителями и родителями и постараться найти выход. Необходимо у подростков развивать эмпатию и уважение границ других людей, в этом помогают разработанные игровые упражнения и тренинги, представленные в исследовании.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Алексеева И. А., Новосельский И. Г. (2006) Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь, М.: Генезис, 256 с.

Бердышев И. (2005) Лекарство против ненависти // Первое сентября, 15 марта (№ 18). — С. 3.

Бочавер А. А., Хломов К. Д. (2013) Буллинг как объект исследований и культурный феномен // Психология, № 3.

Вишневская В. И., Бутовская М. Л. (2015) Феномен школьной травли: агрессоры и жертвы в российской школе // Этнографическое обозрение, № 2. — С. 55–68.

Глазман О. Л. (2009) Психологические особенности участников буллинга // Известия Российского гос. пед. ун-та имени А. И. Герцена, № 105. — С. 159–165.

Кон И. С. (2006) Что такое буллинг и как с ним бороться? // Семья и школа, № 11. — С. 15–18.

Лэйн Д. А. (2001) Школьная травля (буллинг) // Детская и подростковая психотерапия. СПб.: Питер, С. 240–276.

Ожиёва Е. Н. (2008) Буллинг как разновидность насилия. Школьный буллинг // Психологи и социология, № 5.

Предотвращение насилия в образовательных учреждениях (2015) Методическое пособие для педагогических работников / Глазырина Л. А., Костенко М. А.; под ред. Т. А. Епояна. — М.: БЭСТ-принт, 144 с.

Трушина Е. Школьный буллинг: почему одни дети травят других и как защитить своего ребёнка от насилия // Фоксфорд. Онлайн-школа [Электронный ресурс]

URL: <https://externat.foxford.ru/polezno-znat/shkolnyy-bulling> (Дата обращения: 02.02.2023).

Холодова Ю. Б. (2016) Профилактика буллинга в образовательном учреждении //Иновации в образовании и физической культуре: Сб. науч. и метод. статей, СПб: Свое издательство, С. 31–38.

Школа без насилия (2015) Методическое пособие /Под ред. Н. Ю. Синягиной, Т. Ю. Райфшнайдер. М.: АНО ЦНПРО, 150 с.

Калугина Елена Дмитриевна, Тюменская область, село Усть-Ламенка, отделение МАОУ Гольшмановская СОШ № 2 Усть-Ламенская СОШ, 11 класс. Научный руководитель: Александрова Лариса Юрьевна, Тюменская область, с. Усть-Ламенка, кандидат педагогических наук, учитель истории и обществознания.

Kalugina Elena Dmitrievna, Tyumen region, Ust-Lamenka village, Golyshmanovskaya Secondary school № 2 Ust-Lamenskaya Secondary School, 11th grade. Supervisor: Alexandrova Larisa Yuryevna, Tyumen region, Ust-Lamenka village, Candidate of pedagogical sciences, teacher of history and social studies.

Для цитирования:

Калугина Е.Д. Школьный буллинг и его предупреждение в подростковой среде. № 4. С. 22–30. DOI: <https://www.doi.org/10.17805/trudy.2024.4.4>