

ШКОЛЬНАЯ ТРАВЛЯ

Кто виноват? Что делать?

Практически в каждом школьном классе, в каждой нашей группе есть дети, которые являются объектами насмешек, а иногда и открытых издевательств со стороны некоторых, а иногда и всех учеников, воспитанников.. Однако именно в последние 30 лет психологи и педагоги бьют тревогу - настолько частым, жестоко проявляемым и приводящим к тяжелым последствиям становится это явление. Школьная травля стала еще более травматичной, циничной, жестокой из-за того, что ее сцены теперь легко записываются на видео и распространяются по школе или в Интернете. По данным зарубежных и отечественных психологов, буллинг - явление достаточно распространенное в школе. До 10% детей регулярно (раз в неделю и чаще) и 55% - эпизодически (время от времени) подвергаются издевательствам со стороны одноклассников, 26% матерей считают своих детей жертвами издевательств.

Понятие школьной травли.

Школьная травля, или буллинг (от англ. *bullying* -запугивание, физический и/или психологический террор в отношении ребенка со стороны группы одноклассников), - это форма жестокого обращения, когда физически или психически сильный индивид или группа получает удовольствие, причиняя физическую или психологическую боль более слабому в данной ситуации человеку.

Выделяют различные виды травли:

- 1) вербальная (словесная) - насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания и необъективные оценки, высмеивание, унижение в присутствии других детей и пр.;
- 2) социальное исключение - бойкот, отторжение, изоляция, отказ от общения с жертвой (с ребенком отказываются играть, заниматься, не хотят с ним сидеть за одной партой, не приглашают на дни рождения и т.д.);
- 3) физическое насилие - избиение, нанесение удара, шлепки, подзатыльники, порча и отнимание вещей и др.

Обычно все виды травли сопутствуют друг другу. Насмешки и издевательства могут продолжаться длительное время, вызывая у жертвы длительные травмирующие переживания.

Как и у любого явления, у школьной травли есть причины, и они связаны как с внешними факторами (ситуацией взаимодействия, особенностями одноклассников, поведением взрослых), так и с личными особенностями самих детей, включенных в ситуацию школьной травли.

Причины школьной травли.

Мы не можем обойти стороной **биологические факторы**, которые оказывают опосредованное влияние на действие человека.

Инстинкты человека, в частности влечение к агрессии, по мнению психоаналитика З.Фрейда и его последователей, во многом определяют поведение человека. По представлениям исследователей врожденного поведения - этологов, первобытная иерархия явно или неявно пронизывает все наше общество. В относительно чистом виде мы можем наблюдать ее во многих детских коллективах, когда еще недостаточно развита сознательная поведенческая саморегуляция. Возвыситься в иерархии проще всего, унизив окружающих. Вызывающее антиобщественное поведение некоторых подростков - проявление их иерархической борьбы. Однако, как бы ни были сильны эти инстинкты, их действие все равно преломляется через усвоенные ребенком нормы и правила общества.

Нейрофизиологические особенности, отклонения в развитии и функционировании нервной и эндокринной систем могут приводить к высокой степени раздражительности, эмоциональной неустойчивости, неконтролируемой вспыльчивости.

Однако для педагогов и родителей важнее всего понять **психологические причины** возникновения школьной травли.

На отношение ребенка к школьной травле, на его самоощущение и поступки влияет значимый взрослый. Под влиянием родителей, близкого окружения, а потом и учителей у ребенка формируется представление о себе. Родители и дети находятся в достаточно сложных, эмоционально насыщенных отношениях: есть место похвале и порицанию, удовольствию и неудовольствию, гордости и стыду.

Очень важно, как сам ребенок начинает интерпретировать события, связанные с эмоциональными переживаниями. На основе этих интерпретаций развиваются основные жизненные позиции, описанные американским психологом и психиатром Э.Берном. В этих позициях отражено отношение ребенка к себе, к другим людям, а следовательно, его поведение.

Первая позиция: ребенок начинает считать себя неудачником (я плохой), а других - знающими, умеющими, лидерами (ты хороший).

Вторая: ребенок может во всех неудачах обвинять других, а себя воспринимать героем, страдальцем (я хороший, ты плохой).

Третья: при наиболее тяжелой семейной ситуации взаимодействия с родителями ребенок может прийти к позиции полного отрицания (я плохой, ты плохой), не доверять ни себе ни другим и никого не жалеть.

От установления этих позиций по отношению к себе и близким взрослым будет зависеть поведение ребенка со сверстниками. Ребенок с позицией «я плохой» все время неосознанно хочет облегчить чувство неблагополучия, а это может привести к неадекватной реакции на других детей: он может обидеть, посмеяться, толкнуть, т.е. играть роль обидчика. Эта же позиция в других ситуациях может привести к роли жертвы, когда ребенок, проявляя свое бессилие и «нехорошость», провоцирует одноклассников на насмешки.

Четвертая позиция: принятие окружающего мира (я хороший, ты хороший) не развивается спонтанно, она основана на размышлении ребенка над ситуациями общения с другими людьми, на анализе своих поступков. Очень повезло детям, которым взрослые помогли проявить свою «хорошость», создавая ситуации, где дети позитивно проявляли себя и убеждались в своей значимости, а также в значимости других.

Приходя в школу со своим восприятием себя и других, ребенок начинает включаться в очень значимые для него отношения - отношения с учителем, которые могут внести существенные изменения в его самовосприятие и взаимодействие со сверстниками. Замечательно, если происходит встреча с учителем, обладающим позитивным взглядом на себя и на других людей (если у педагога позиция «я хороший – ты хороший»).

Такой учитель относится с пониманием к различным особенностям детей, одним своим поведением с учащимися задает в детском коллективе уважительный и миролюбивый стиль общения. В классе у такого учителя если и случаются эпизоды школьной травли, то они остаются только эпизодами.

Однако такие замечательные встречи происходят редко, так как и многие взрослые остаются на позициях «я плохой, ты хороший»; «я хороший, ты плохой»; «я плохой, ты плохой».

Учитель с негативным восприятием себя испытывает чувство незащищенности, негативно воспринимает окружающих через призму своих стрессов и тревог, обращается к авторитарному стилю общения с детьми как к средству психологической самозащиты. Учитель с негативным восприятием других рассматривает учеников исключительно как объекты воздействия и чаще отмечает у них такие качества, как лень, недисциплинированность, неспособность и т.д., чем мечтательность, творческие способности, своеобразие познавательной сферы.

В книге Р.Бернса «Развитие Я-концепции и воспитание» выделены особенности стиля взаимодействия таких учителей с детьми. Эти педагоги будут:

- *Отрицательно реагировать на тех учащихся, которые тебя не любят.*
- *Использовать любую возможность, создавая для учащихся трудности, так как это не дает расслабляться.*
- *Стимулировать учащихся к учебе, вызывая у них чувство вины за свои промахи.*
- *По возможности строить учебную деятельность на основе конкурентной борьбы.*
- *Исходить из вероятности нечестного поведения учащихся на экзаменах.*
- *Сталкивать учащихся лицом к лицу с суровой реальностью взрослой жизни.*
- *Стремиться к установлению жесткой дисциплины.*
- *Увеличивать степень наказания учащегося пропорционально его вине.*

Нередко такие учителя ведут себя чрезмерно жестко, авторитарно, пытаясь защититься от учащихся агрессивностью. Подобный стиль поведения как раз и может спровоцировать в детском коллективе такое явление, как школьная травля.

Взрослым важно помнить, что неприятные события в жизни ребенка скорее способствуют развитию враждебности и агрессивности, чем доброты и внимательности. При недостатке любви и заинтересованности к ребенку со стороны взрослых его поведение деформируется.

Следующая психологическая причина школьной травли: **индивидуальные особенности самого ребенка**, его желание самоутвердиться и невозможность сделать это в социально желательном направлении могут привести к неблагоприятному поведению. В любом человеке находит отражение его двойственная природа: противоборство между добром и злом, низменными и возвышенными чувствами. Для возникновения ситуации травли достаточно, чтобы в классе был хотя бы один человек, склонный самоутверждаться за счет унижения других. А травля - явление заразительное.

Цель многих школьных «преследователей» - установление контроля и превосходства над другими. Можно говорить, что их агрессия связана с возможностью получения некоторой выгоды от своего положения, а не вспышкой эмоций. Сам преследователь-обидчик сильных чувств в процессе травли не испытывает, ему часто даже безразлично, кто станет очередной жертвой.

Причины травли могут быть связаны с **особенностями межличностных отношений между детьми**,

и возникает травля как сведение счетов. Ребенок, играющий роль обидчика, испытывает чувство враждебности, ведет себя агрессивно, часто находится в состоянии фрустрации. Это состояние возникает, когда на пути к желаемой цели встает препятствие. В детском коллективе это могут быть ситуации, когда один ученик не дает другому списать домашнее задание, не подсказывает на контрольной работе и т.д. В подростковой среде это может быть связано с отказом в дружеских отношениях, с отвержением девочкой знаков внимания со стороны мальчика. В этом случае можно говорить не столько о целенаправленной травле, сколько об эмоциональных отношениях, выливающихся в травлю, так как сам обидчик испытывает сильные негативные чувства к жертве: злость, обиду, зависть и т.д.

Поэтому очень важно, чтобы у подрастающего человека были сформированы другие способы поведения в состоянии фрустрации. Это прежде всего умение считаться с чувствами другого человека, а также способность переоценить ситуацию, переключиться на другую цель, найти иные способы для достижения своей цели.

Агрессивное поведение по отношению к одноклассникам может быть связано с **социальным научением**, когда дети и подростки усваивают определенные модели поведения, наблюдая их в своей среде, в телевизионных передачах. Часто агрессивное поведение становится моделью для подражания. Так, американские исследователи обнаружили, что после просмотра чемпионатов по профессиональному боксу (одобряемая обществом агрессия) увеличивается число убийств по сравнению с обычным уровнем.

Многочисленные исследования свидетельствуют, что дети и подростки, особенно с эмоциональной неуравновешенностью, часто моделируют насильственное поведение, демонстрирующееся по телевидению в телепередачах и фильмах.

Как отдельную причину можно назвать **скуку**. Бездеятельность ребенка в школе приводит к поиску острых впечатлений, которые часто связаны с эмоциональными реакциями обижаемых детей.

Важно осознавать многообразие причин школьной травли и понимать непростой характер этого явления. Но наибольшее значение для предотвращения и профилактики школьной травли, несомненно, имеют детско-родительские отношения, а также отношения между учителем и учеником.

Психологические особенности участников школьной травли

Для психологического анализа ситуации школьной травли важно рассмотреть такие психологические роли, как преследователь (или обидчик), жертва, спасатель. Эти роли в свое время были введены психологом Карпманом для прояснения драматических ситуаций в общении между людьми. Вокруг главных участников находятся дети, не включающиеся в ситуацию, - наблюдатели.

Жертва

Эта роль у ребенка может быть эпизодической, а может быть постоянной на протяжении школьного обучения. Жертвой травли может стать любой ученик. Роль жертвы может иметь определенные аспекты в своем происхождении и поведенческих особенностях: белая ворона, чужак, глупый, маменькин сынок, не такой, как все и т.п. В причинах и особенностях травли маменькиного сынка и белой вороны просматриваются существенные различия.

Отметим особенности детей, которые чаще других становятся жертвами школьной травли.

Во-первых, это школьники с неразвитыми социальными навыками. По сравнению с теми, кто умеет общаться, отстаивать свое мнение, давать отпор обидчику, дети с неразвитыми социальными навыками легче принимают роль жертвы (маменькины сынки и дочки). Обычно это ранимые, обидчивые ученики. Если такой ребенок начинает сильно реагировать (кричит, плачет, злится) на «шутки» задир, то, можно сказать, что мишень найдена. Наблюдать за ним обидчику забавно и интересно, другую жертву можно не искать.

Во-вторых, это дети, непохожие на других, с физическими недостатками, с яркими особенностями поведения, со своеобразными манерами и реакциями (не такой, как все).

Мишенью для насмешек и агрессии часто становятся учащиеся с особенностями поведения: замкнутые (интроверты и флегматики) или с импульсивным поведением. Гиперактивные дети могут быть как жертвами, так и преследователями, а нередко становятся теми и другими одновременно.

Все то, что выделяет ребенка по внешнему виду из общей массы, может стать объектом для насмешек: рыжие волосы, веснушки, оттопыренные уши, кривые ноги, вес тела (полнота или худоба) и т. д.

Однако более важной, чем внешние особенности, является способность ребенка к эффективному взаимодействию в ситуациях травли: спокойная реакция, встречный юмор, умение при необходимости дать отпор.

Третья группа риска по травле - это часто болеющие школьники. Они обычно являются изгоями класса просто потому, что мало бывают вместе с другими, остаются вечными новичками (чужаками).

В-четвертых, это дети и особенно подростки с ярко выраженным собственным мнением, своими взглядами и ценностями, нонконформисты (белые вороны).

Обидчик

Обидчики, зачинщики травли, также имеют отличительные черты.

Во-первых, это дети, страдающие от насилия в своей семье и компенсирующие свои страдания насилием над самым слабым в классе.

Во-вторых, обидчиками становятся ученики, стремящиеся к лидерству, которые не могут самоутвердиться в школе социально приемлемыми способами: за счет учебы, общественной деятельности, спорта, но претендуют на высокий статус в коллективе.

И, **в-третьих**, это дети, пришедшие из семей, где процветают идеи шовинизма, ксенофобии и снобизма. Важно отметить, что не всегда обидчики хотят своим поведением принести вред своей жертве. У них могут быть свои цели: почувствовать свою силу, повлиять на ситуацию, сформировать значимые для себя черты характера.

Примеры

Роли обидчиков и жертв не являются постоянными, они могут меняться: жертвы могут стать обидчиками и наоборот. Матти Юхан Саари, открывший стрельбу в школе финского города Каухайоки и послуживший причиной смерти 10 человек, был жертвой школьных нападков, сообщили его знакомые финской телерадиовещательной корпорации YLE.

По словам одного близкого знакомого Саари, юноша годами мечтал о том, чтобы открыть в школе стрельбу: «Над ним постоянно смеялись и по-всякому обзывали его. Многие считали его неприятным, странным и занудным человеком». Он добавил, что Саари мучили и в армии. У него были два друга, которые хотели сообщить о Саари в полицию, но так и не сделали этого. По их словам, они пытались говорить с Саари о его проблемах, но все было напрасно. По

словам знавших его людей, незадолго до происшествия Саари производил особенно тяжелое и удручающее впечатление. Он якобы говорил о том, что собирается покончить с жизнью.

Иногда кто-то из одноклассников берет на себя роль *спасателя*, защищая жертву перед обидчиком. Однако достаточно часто эта роль становится неоднородной, так как спасатель начинает испытывать на себе силу преследователя, он превращается из спасателя в жертву, а иногда и просто в жертву данной ситуации.

Классически рассмотрена ситуация школьной травли со сменой ролей ее участников в замечательном фильме Ролана Быкова «Чучело».

Очень важно отметить роль самой ситуации, когда неагрессивные и послушные дети становятся настоящими преследователями, сами не осознавая своей новой роли. Очень показательными в этом плане являются воспоминания Надежды Ульяновой.

«Давай, снега ему за шиворот побольше», - кричала раскрасневшаяся Ирка, мутузя нашего общего одноклассника. Я тоже не отставала, добивая Лешку vareжкой. Очень скоро мы всем классом повалили его в снег и «оторвались по полной»: сорвали шапку и закопали в сугроб, вырвали клочок волос, отобрали перчатки и, что скрывать, просто побили. Наконец, учительница, наблюдавшая за нами в окно, махнула рукой: «Хватит». Лешка не плакал. Он насупился и зло смотрел на нас. Откопал свою шапку, собрал учебники и пошел домой. Мы с Ирккой потопали в другую сторону ужасно гордые и довольные собой. Как же, приструнили одноклассника. У нас с Лешкой с первого класса вражда, он вечно заглядывал в мою тетрадку и списывал. За что и получал по голове учебником.

Но весь класс ополчился на него не за это. Просто Лешка не вписывался в привычные рамки. По мнению нашей учительницы, он слишком много баловался, мешал вести уроки. Меры воздействия нашей классной руководительницы не действовали. Она пришла в нашу школу недавно, еще не успела завоевать авторитет среди учителей. И Лешка в ее глазах стал террористом, всячески этот авторитет подрывающим. И в тот момент мне искренне казалось, что весь наш класс поступает правильно. А теперь я понимаю - это был настоящий буллинг. <...> Через три года мы с Лешкой участвовали в олимпиаде по математике. Я заглядывала в его листок, и он не бил меня учебником. Наоборот, пару задач решили вместе».

Последствия школьной травли

Важно отметить, что сама ситуация травли приводит к искажению формирования личности детей. Именно достойное положение в группе сверстников, дающее ребенку и подростку моральное удовлетворение, - основное условие для нормального психического развития.

По результатам исследования норвежского психолога Дана Ольвеуса, у ребенка-жертвы могут возникнуть проблемы во взаимодействии с окружающими, причем эти трудности могут проявиться и в юности, и в молодости, и даже в зрелом возрасте. Героиня фильма «Чучело» Лена Бессольцева в отчаянии говорила своему дедушке: «Неужели я никогда не буду смеяться? Неужели жизнь прошла и больше ничего не будет? Я больше никого не люблю!»

Большинство обидчиков часто не достигают высокой степени реализации своих способностей, так как привыкают самоутверждаться за счет других, а не в результате собственных усилий.

Даже психика сторонних наблюдателей подвергается изменению - у них может развиваться позиция невмешательства и игнорирования чужого страдания.

Предотвращение школьной травли

Наверное, невозможно добиться того, чтобы никто из детей на протяжении школьного обучения не почувствовал себя притесненным со стороны сверстников. Однако, как показывает практика, можно существенно снизить проявление агрессивности в школе.

Эта проблема связана с решениями на разных уровнях: на уровне государства - поддержка воспитательно-образовательных программ; на уровне школы - введение правил, уставов; на уровне классов - создание условий для эффективного общения и взаимодействия детей; на уровне индивидуального поведения учителя - внимательность в отношении взаимодействия детей и собственное позитивное отношение с ними.

В Норвегии 20 лет применяется (и с 2001 имеет статус приоритетной общенациональной программы) разработанная ученым Ольвеусом программа по созданию нормальной школьной среды: уважительной, теплой, с установленными границами поведения, но без карательных последствий нарушения этих границ. Применение программы Ольвеуса на 30-50% сокращает число жертв травли и снижает уровень вандализма, воровства, пьянства и прогулов.

В настоящее время существует множество программ в разных странах мира по предотвращению школьной травли. Во все этих программах есть общие пункты, такие, как:

- регулярные анонимные опросы школьников о существовании травли;
- обсуждение данной проблемы на классных, школьных и родительских собраниях;
- разработка самими учениками кодекса поведения;
- усиление внимания учителей к поведению детей на переменах и во дворе школы;
- обучение учителей стратегиям профилактики травли.

Именно учитель должен вовремя заметить травлю, разобраться в ее причинах и прекратить ее. Очень важно обращать внимание на работу как с жертвами, так и с обидчиками. Учителя младших классов могут использовать для профилактической работы пособие Е.И. Лернера «Я не дам себя обижать» по развитию у детей навыков уверенного поведения.

Для профилактики школьной травли, а также для развития у детей сочувствия к другим людям можно использовать средства искусства: чтение литературных произведений, просмотр фильмов с их последующим обсуждением.

Есть разные способы, помогающие учителю нормализовать ситуацию между участниками травли. Поняв причины этого явления, можно включить как жертву, так и обидчика в новые для них социальные роли, которые дадут возможность этим детям проявить себя и удовлетворить свои насущные потребности в общении, признании.

Например, узнав, что один из зачинщиков постоянных потасовок в седьмом классе является к тому же и негласным лидером, директор школы сказал: «А давайте он будет самым главным дежурным по школе, проверяющим посты». Поведение подростка изменилось, ему было где себя проявить, причем с лучшей стороны.

В профилактике и предотвращении школьной травли велика роль родителей. Чтобы не сделать из своего ребенка ни жертву, ни обидчика, важно поддерживать у него адекватную самооценку, не унижать, не превозносить, стараться обсуждать школьные дела и отношения, не вынося безапелляционных оценок. Нужно рассматривать поведение ребенка и его одноклассников с разных позиций, обучая умению встать на место другого, почувствовать его переживания и в то же время помогая научиться регулировать свои действия, не поддаваться на провокацию, сказать «нет», если необходимо, обратиться за помощью к взрослым. Ведь очень часто наиболее страшные эпизоды школьной травли разворачиваются или в самой школе, или рядом с ней, а жертва терпит побои и унижения, стесняясь привлечь к себе внимание.

Особенно важно со стороны родителей искренне интересоваться делами своего ребенка в классе, его ролями в классных делах, отношениями с одноклассниками, учителями, более старшими и более младшими детьми. Они не должны отмахиваться, как от незначимого и несерьезного, от возникающих проблем во взаимодействии ребенка со сверстниками. Такое бесчувствие со стороны близких может привести к трагедии. В настоящее время увеличилась частота убийств и самоубийств школьников, а также нервно-психических заболеваний на почве школьных взаимоотношений.

Проблема школьной травли серьезна и значительна, разнообразие причин этого явления велико: от особенностей воспитания и внешней ситуации до индивидуальных особенностей детей и немотивированной агрессии.

Очень важно, чтобы школьная травля не становилась типичным явлением, а агрессия не рассматривалась как норма поведения. Ведь еще есть надежда, что пластичная психика детей, развивающееся самосознание подростков и мудрость взрослых помогут преодолеть последствия неадекватных ролей, которые сознательно или вынужденно проигрываются многими людьми в своей детской и подростковой жизни.

Литература:

Фоминнова А. Школьная травля.// Классное руководство, №5 2009 г.

