Мацегорова Н.Л.

**Проблема буллинга среди подростков в современной школе**

**Аннотация:**

В статье рассматриваются причины буллинга среди подростков, его последствия, пути решения. Описываются направления профилактики данного процесса, даются рекомендации коррекции буллинга для родителей и педагогов.

**Ключевые слова**:

Буллинг, детская жестокость, агрессия, кибербуллинг, жертва, обидчики, самоутверждение, профилактика, психологическая компенсация.

  Буллинг относительно новый термин, обозначающий старое, можно сказать, вековое явление – детскую жестокость.

Проблема буллинга долгое время умалчивалась, о ней было не принято говорить, не было даже специального научного термина, так как слово «травля» едва ли можно отнести к терминам. Несмотря на крайнюю значимость проблемы буллинга, в отечественной литературе она практически не освещена, на данный момент существует не более 5 статей или пособий, в которых речь идет конкретно о буллинге.

 В средствах массовой информации все чаще и чаще стали появляться сообщения о негативной ситуации в школах. Постоянно нам говорят о том, как дети издеваются над одноклассниками и учителями. То, что нам показывают по телевизору или пишут в газетах только вершина айсберга. Основная его часть остается не доступной массам или появляется только в интернете.

 Стоит ввести в поисковой строке, например «драки в школе» как нашему вниманию предстает результат в шесть миллионов страниц. При этом выскакивает довольно много роликов, где показано, как дети избивают друг друга или учителей. Эта проблема хоть и довольно широко освещается, но реальных действий к ее предотвращению пока не достаточно.

Буллинг (хулиган, задира, грубиян) - это запугивание, психологический или физиологический террор, агрессия направленная на подчинение себе другого человека или вызывание у него чувства страха. Раньше проблема буллинга не была так распространена, но в последние 20-25 лет она захватила многие страны.

Итак, буллингом называется агрессия одних детей против других, когда имеют место неравенство сил агрессора и жертвы, агрессия имеет тенденцию повторяться, при этом ответ жертвы показывает, как сильно она задета происходящим. *Неравенство сил, повторяемость и неадекватно высокая чувствительность жертвы, -* три существенных признака буллинга.

 Опасность этого явления в масштабах всего общества традиционно недооценивают. Повсюду бытует снисходительное, равнодушное отношение к травле в детской среде со стороны родителей, учителей, властей, общества: дескать, дети ещё маленькие, они ничего не понимают, это всё несерьёзно!

Нередко родители жертвы поддерживают и даже поощряют издевательства, высказываясь в духе: «Дети должны пройти «жизненную закалку», столкнуться с реальными трудностями». Социализация состоит в том, чтобы ребёнок воспитывался не в тепличных условиях, а в обычном детском коллективе, где на отношения между детьми никто не обращает внимания!

 Однако, буллинг — это очень серьёзно. Известно множество случаев, когда преследования приводили к попыткам суицида. Также всё чаще жертва буллинга с помощью ножа или ружья пытается отомстить обидчикам.

Однако вместо того, чтобы найти подлинную причину таких происшествий — попустительство насилию в среде детей, — вместо устранения причин и системной профилактики у нас лишь усиливают контроль и охрану, что, на самом деле, приводит к прямо противоположному эффекту.

Буллинг в образовательных организациях, как правило, замалчивается. Достоянием прессы и общественности становятся лишь наиболее громкие ситуации, которые не удаётся скрыть.

Школьный буллинг можно разделить на две основные формы:

1. 1*. Физический школьный буллинг* - умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных повреждений и др.;

сексуальный буллинг является подвидом физического (действия сексуального характера).

* 2*. 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 и т.д.);
* обидные жесты или действия(например, плевки 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);

 Новая разновидность школьного буллинга- кибербуллинг , когда жертва получает оскорбления на свой электронный адрес, унижения с помощью мобильных телефонов или через другие электронные устройства (пересылка неоднозначных изображений и фотографий, обзывание, распространение слухов и др.).

Различия кибербуллинга от традиционного буллинга обусловлены особенностями интернет - среды: анонимностью, возможностью фальсификации, наличием огромной аудитории, возможностью достать жертву в любом месте и в любое время.

 В современной школе складываются определенные ролевые отношения среди детей и подростков в диапазоне «лидер-изгой». Дополнительным фактором, способствующим живучести буллинга в пространстве детского коллектива, является неспособность, а в некоторых случаях и нежелание педагогов совладать с этой проблемой. Буллинг процветает в атмосфере неуверенности, скрытности и страха и по своей сущности подрывает и ослабляет качество образования, а также приводит к психологическим травмам.

Поэтому эту проблему, несомненно, должны решать непосредственно как педагоги школы, так и местные общественные организации.

Буллинг - скрытый процесс. Всем известно о его существовании, а при столкновении с его проявлениями каждый пытается что-то предпринять. Однако никто не знает, сколько связанных с травлей страданий ежедневно испытывают школьники. Жертвами издевательств становятся ученики с умственными и физическими недостатками, нередки случаи самоубийств и даже убийств. По данным нескольких исследований дети, подвергающиеся издевательствам, начинают прогуливать занятия в школе.

**Рассмотрим  особенности проявления буллинга в подростковом возрасте.**

В подростковом возрасте ведущей деятельностью является общение со сверстниками.  В случае, если у подростка данное общение состоит из ситуаций буллинга, то опыт переживания подобных ситуации является травмирующим для его жертвы и негативно сказывается на развитии личности подростка.

В частности, негативное влияние сказывается формировании его Я -концепции, самооценке подростка, а так же на системе ценностей и стиле взаимодействия подростка со сверстниками. В результате длительного преследования, постоянных унижений, морального подавления жертва школьного буллинга не чувствует себя в безопасности в рамках образовательной среды.

Буллинг в подростковом возрасте принимает разные формы. Все участники буллинга испытывают на себе воздействие этого социального явления. Усвоение особенностей повторяющейся формы поведения (поведение или «жертвы», или «булли», или «наблюдателя»), подросток может принимать и следовать такой форме поведения всю оставшуюся жизнь.

В каждой школе и практически в каждом классе есть дети, которые являются объектами насмешек, а иногда и открытых издевательств со стороны отдельных детей или даже всего класса. По статистике, до 10 % детей регулярно (раз в неделю и чаще) и 55 % эпизодически (время от времени) подвергаются тем или иным формам жестокого обращения со стороны одноклассников.
**Рассмотрим, какие существуют жертвы буллинга.**

• дети с физическими недостатками – носящие очки, имеющие слабый слух, двигательные нарушения, и, как правило, они не могут защитить себя;
• дети с отклонениями в поведении – например, импульсивные или замкнутые;
• дети с различными особенностями внешности – рыжие волосы или веснушки, оттопыренные уши, кривые ноги, чрезмерная полнота или худоба, особая форма головы, слишком большой или маленький рост;
• дети с неразвитыми социальными навыками, которые не умеют общаться, они стеснительны или, наоборот, агрессивны, а в худшем случае могут даже воровать вещи у товарищей и совершать другие антисоциальные поступки, травля усугубляет их и без того трудную ситуацию;
• дети с отсутствием опыта жизни в коллективе – этим отличаются так называемые «домашние дети», у них слабо развиты навыки взаимодействия в коллективе, кроме того, они бывают очень эгоистичны, поэтому нередко становятся объектом нападок со стороны остальных;
• дети с различными болезнями – например, энурез, нервный тик, эпилепсия, заикание и другие физические и психические нарушения;
• дети с низким интеллектом и трудностями в обучении; неуспеваемостью, затруднениями в освоении даже несложного материала – также распространенный повод для насмешек.

**Жертвы буллинга проявляют следующие особенности поведения:**
• притворяются больными, чтобы избежать похода в школу;
• боятся идти одни в школу и из школы, просят проводить их на уроки, опаздывают;
• становятся эмоционально неустойчивыми, изменяется их привычное поведение и вне школы;
• снижается успеваемость, теряется интерес к любимым занятиям;
• проявляют большую тревогу, порой страхи настолько сильны, что может нарушаться сон, аппетит, появляться заикание, нервные тики;
• для них характерны молчаливость, замкнутость, нежелание идти на разговор;
• если ребенок подвергся физическому насилию, то можно обнаружить рваную верхнюю одежду или поврежденные вещи; постоянные ссадины, синяки;
• часто просят дать денег, воруют с целью откупиться от насильника;
• как проявление крайней степени кризисного состояния: появляются суицидальные мысли.

**Рассмотрим, какие могут быть обидчики жертв буллинга.**
• дети, стремящиеся к лидерству, которые не могут самоутвердиться в учебном заведении социально приемлемыми способами: за счет учебы, общественной деятельности, спорта, но претендуют на высокий статус в коллективе;
• подростки из авторитарных семей, где распространено насилие, притом не только физическое, но чаще психологическое и эмоциональное, а также в чьих семьях процветают идеи шовинизма, расизма и снобизма;
• дети с генетической предрасположенностью к повышенной агрессивности.
Обидчикам характерны следующие особенности поведения:
•агрессивность, желание подчинять себе других;
•импульсивность;
• дети, которые не испытывают сочувствия к своим жертвам.

**Рекомендации родителям:**

1. Родитель может помочь ребенку не стать жертвой буллинга, осуществить профилактику.
Рекомендовано научить ребенка не бояться своих одноклассников, у которых тоже есть проблемы;
2. Родителю важно наладить контакты с учителями и одноклассниками; участвовать в классных мероприятиях, в которые вовлекаются и родители. Если у родителей есть необычное хобби, интересное детям, рассказать о нем одноклассникам ребенка, вызвав тем самым уважение;
3. Также можно предложить родителям пригласить одноклассников ребенка, а особенно тех, кому он симпатизирует, как можно чаще к себе в гости. Ребенку нужны люди, не дающие его в обиду, наряду с педагогами это может быть и симпатизирующая ему группа детей, а так как разборки происходят не на виду у педагогов, а на переменах, в школьном дворе, то такая группа детей сможет его поддержать;
4. Важно не настраивать ребенка против его школьных мероприятий, даже если они кажутся вам ненужными;
5. Также чаще объяснять в случаях завышенной самооценки ребенка, что у любого человека есть и недостатки, и достоинства; и если он преуспевает в математике, к примеру, то необязательно его преуспевание в физкультуре или в чем-то другом;
6. Непосредственно родителям рекомендовано не пытаться выделять своего ребенка среди одноклассников «элитностью» одежды и особой гламурностью;
7. В случае если родитель подозревает, что ребенок стал жертвой буллинга, необходимо как можно быстрее проверить всю информацию и убедиться в безопасности.
Важно вовремя заметить признаки травли.
Если подросток сам не может справиться со своей проблемой, то он имеет полное право обратиться к взрослому (классному руководителю или директору школы) и попросить о помощи.

**Как помочь своему ребёнку, ставшему жертвой школьного буллинга.**

Самое важное — показать ребёнку, если он оказался объектом травли, что он не один, поддержать его.

Нельзя постоянно расспрашивать и заставлять его снова и снова пересказывать, как над ним издевались, и заново переживать унижение, угрозы, давление. Ещё более неуместно поднимать ребёнка на смех, насмехаться над его реакцией на буллинг, показывать, что всё это несерьёзно.

- прежде всего, понять истинную причину происшедшего с ним;

- убедиться, что ваш ребёнок действительно стал жертвой школьного буллинга;

- соощить об этом учителю и школьному психологу;

- сообща найти пути выхода из сложившийся ситуации;

- если ребёнок был сильно напуган и потрясён случившимся, не отправлять его на следующий день в школу;

- при сильно пережитом стрессе попытаться перевести ребёнка в другой класс или даже в другую школу;

- в случае развития посттравматического стрессового синдрома немедленно обратиться к специалистам;

- ни в коем случае не игнорировать случившееся с ребёнком и не пускать всё на самотёк.

- успокоить и поддержать ребенка словами: «Хорошо, что ты мне сказал. Ты правильно сделал»; «Я тебе верю»; «Ты в этом не виноват»; «Ты не один попал в такую ситуацию, это случается и с другими детьми; «Мне жаль, что с тобой это случилось».

Не отчаивайтесь, поддерживайте ребенка, если он оказался в роли жертвы школьного насилия, и вместе ищите ресурсы для преодоления ситуации. Напомните ему, что есть сферы его жизни, в которых он чувствует себя уверенно, есть люди (одноклассники, родственники, родители), которые могут быть привлечены для участия в решении проблемы, есть его «зоны успешности», на которых важно концентрировать внимание. Это поможет ребенку восстановить самооценку.

 Очень часто ребенок оправдывает своего преследователя, обвиняет себя в том, что происходит. Необходимо совместно с ребенком обсудить мотивы поведения агрессора: самоутверждение, психологическая компенсация за испытанное самим насилие, своеобразная самооборона от агрессии окружающего мира.

Другой вопрос, в чем могут быть причины регулярной, повторяющейся жестокости у подростка?

 Если вы видите, что подросток, вне зависимости от ситуации, проявляет жестокость к самым разным людям, есть основания предположить, что, во-первых, у него внутри накопилось много злости, бунта, обиды, которая выплескивается «не по адресу», во-вторых, у него по какой-то причине оказался «сломанным» механизм, отвечающий за распознавание страданий другого человека -- механизм сочувствия, сострадания.

В этом случае необходимо разбираться, кто является истинным адресатом злости и как получилось, что «агрегат» сострадания не заработал.

 Выход может оказаться простым, но ребенку в состоянии стресса не приходит в голову использовать имеющиеся у него ресурсы. Иногда достаточно малейшего вмешательства, простой демонстрации намерения защитить, чтобы прекратить преследования.

Уважаемые педагоги! Мы не имеем права не знать, что происходит с нашими подопечными, и закрывать глаза на агрессивные «выходки» подростков. Любая информация о проявлении насилия должна быть проверена и принята к вниманию. Кроме того, необходимо обращать на формирование группировок в классе и выделение «изгоев» и «белых ворон». Также давайте просматривать личные странички наших подопечных в социальных сетях, обращать внимание на посты и комментарии. Никто не призывает нас нарушать внутреннее пространство и лезть в личную жизнь наших детей. Но предупредить, предотвратить насилие и агрессию и защитить слабых мы обязаны. Давайте организовывать мероприятия по сплочению детского коллектива, совместные походы, экскурсии, выезды. Привлекать к работе по профилактике буллинга школьного психолога и социального педагога, сотрудничать с семьями — не оставайтесь равнодушными!

 Неуверенность в себе – эта распространенная особенность детской психики. Ребёнку нужна помощь взрослых, что бы её преодолеть. Ребёнок зависим от мнения других в большей степени, чем от своего собственного. Спокойные, уверенные в себе родители, не ждущие от ребёнка моментальных достижений, с пониманием относящиеся к его успехам и неудачам, - вот залог развития у ребёнка уверенности в своих силах и адекватной самооценки.

Список использованных источников.

Алексеева И.А. Травля в школе: причины, последствия, помощь. [Электрон. ресурс] – Режим доступа: <http://psy.su/feed/2510/>

Баркан Алла. Дедовщина в школе или школьный буллинг. [Электрон. ресурс] – Режим доступа: <http://abarkan.ucoz.com/publ/dedovshhina_v_shkole_ili_shkolnyj_bulling/1-1-0-18>

Буллинг в школе: причины, последствия, помощь/ сост. Н.В. Ктотова – Минск: Красико-Принт, 2015. – 96 с.

Кравцова М.М. Дети-изгои. Психологическая работа с проблемой. – (Психолог в школе). – М.: Генезис, 2005. – 111 с.