**Школьный буллинг: проблема и психологические ресурсы**

**ее решения**

 **School bullying: a problem and psychological resources to solve it**

***Аннотация.*** *Статья посвящена проблеме школьного буллинга, его содержанию и специфике. Рассмотрены причины, иерархическая структура и последствия. Акцентируется вопрос социального характера буллинга, проанализированы средства помощи ребенку, подвергшемуся насилию. Описаны психологические риски, обусловленные влиянием буллинга на общественную жизнь и безопасность ребенка. Даны рекомендации, касающиеся ответственности педагога, психолога и родителей в ситуации буллинга.*

***Ключевые слова:*** *буллинг, жертва, лидер, агрессор, поведенческие проявления, причины, признаки, психологическая помощь.*

***Abstract***. *The article is devoted to the problem of school bullying, its content and specifics. The causes, hierarchical structure and consequences are considered. The issue of the social nature of bullying is emphasized, and the means of helping a child who has been subjected to violence are analyzed. The psychological risks caused by the influence of bullying on the social life and safety of the child are described. Recommendations are given regarding the responsibility of a teacher, psychologist and parents in a bullying situation.*

***Keywords:*** *bullying, victim, leader, aggressor, behavioral manifestations, causes, signs, psychological help.*

Жизнь современной школы не лишена проблем, которые появляются на фоне разнообразных социокультурных и психологических трудностей, переживаемых обществом. Одной из таких проблем является школьный буллинг. В современном понимании буллинг - это травля, агрессивное моральное и даже физическое насилие агрессора над жертвой. Возникло это понятие от английского слова bully- хулиган. Этот термин был введен в 1978 году благодаря научным трудам европейских ученых Д. Олвеуса, Е. Роланда, которые обосновали буллинг как своего рода социальную травлю. Из этого понятия «травля» исходят различные её виды: буллинг, кибербуллинг, моббинг, кибермоббинг, троллинг, хейзинг и др.

Буллинг является процессом трудно решаемым, но в то же время доступным для решения и важным в социальном ракурсе. Рассмотрим подробнее школьный буллинг: его социальное содержание, причины, последствия, а также возможные способы решения.

По исследованиям психологов, буллинг чаще всего возникает в начальной школе. Он остро проявляется в младшем школьном и подростковом возрасте и может продолжаться вплоть до старшего школьного возраста. Во взрослой среде буллинг переходит в другие стадии осознанной травли, в то время как в школьном возрасте это часто происходит спонтанно. Причиной проявления буллинга является недостаточное время, которое родители проводят со своими детьми, слабое воспитательное воздействие на ребенка, привитие ему социальных навыков. Даже имея поддержку взрослого, то есть учителя в классе, где происходит буллинг, иногда можно наблюдать элементы буллинга даже со стороны самого учителя, который выступает агрессором по отношению к ученику (жертве буллинга).

Когда дети пребывают в группе без надзора взрослого, предназначенные сами себе, такая группа называется дисфункциональной. В такой группе можно наблюдать нарушение коммуникативных процессов, хаотическую конкуренцию, как моральную, так и физическую. В группе или в классе такого типа формируется следующая иерархическая структура:

1. Лидер или лидеры, которых может быть несколько (агрессоры);
2. Среднее звено – учащиеся, зависимые от лидера (подхалимы);
3. Жертва, которую травят.
4. Пассивные свидетели, которые стараются не участвовать в процессе буллинга.

Свидетели могут также выступать в роли среднего звена, подталкивая лидеров к различным действиям или унижению жертвы. Как показала практика, роли в группе могут меняться между участниками, кроме ролей лидера и жертвы. Особенно это касается роли жертвы. Ее травля может быть и со стороны одного лидера, и со стороны других участников группы [4].

Причинами в школьном буллинге могут выступать разные аспекты жизни и поведения человка:

- экономическое и семейное положение в обществе;

-социальное положение одного из членов семьи (например,если один из родителей был в местах лишения свободы и др.) или семье в целом;

- интеллектуальные особенности; одаренность или отсталость;

- гендерное неравенство;

- нетрадиционные действия (не соответствующие менталитету того или иного населения);

- расовая дискриминация;

- национальное или региональное деление;

- слабые поведенческие проявления;

-необычный внешний вид (стиль одежды, прически или нестандартные физические проявления) и др.

Изучая данную сферу, исследователи обнаружили что, школьная травля оставляет в памяти ребенка неизгладимый след - тяжелое последствие буллинга Особенно часто это проявляется у сенситивных детей, которые становились жертвами буллинга, и это оставалось у них в памяти на долгие годы, лишяи детей возможности развивать социальные навыки и метанавыки. Последствия школьной травли могут быть гораздо серьезнее, чем насилие в семье. Если в семье происходит насилие над ребенком, то оно компенсируется теплотой, поддержкой, заботой членов семьи. В отличие от семейного насилия, школьное насилие и травля отличаются отвержением жертвы, для которой нет никакого компенсаторного ресурса.

Характерными признаками жертвы буллинга являются:

- изменение поведенческих особенностей;

- нарушение концентрации внимания;

- повышенная утомляемость;

- постепенное снижение работоспособности;

- резкие смены настроения;

- беспричинная тревожность;

- отсутствие аппетита;

- неполноценный сон;

- избегание разговоров о школьных событиях и планах;

- замкнутость в общении (в том числе, со сверстниками);

- школьная неуспеваемость и многое другое.

Все эти признаки явно свидетельствуют о школьных проблемах ребенка и требуют своевременного решения. Последствия буллинга остаются как пережитый негативный опыт на протяжении всей жизни. По мере взросления у бывшей «жертвы» теряется вера в себя, доверие к людям, отсутствуют жизненные приоритеты и мотивы к действиям для удовлетворения базовых потребностей. Жертвы буллинга нередко входят в группу детей социального риска, где, в том числе, проявляется суицидальное поведение, эти дети могут стать жертвами суицида, особенно в подростковом возрасте.

Как же помочь детям решить проблему буллинга и обеспечить безопасность тому, кого травят? По словам отечественного психолога Людмилы Петрановской, «при любых обстоятельствах мы должны понимать, что травля это болезнь группы». Поэтому взрослый, который несет ответственность за группу, где появляется буллинг, должен создать функциональную группу, чтобы перейти от дисфункциональности к функциональным решениям [4].

Важно вовлекать в этот процесс всю группу, присваивая ответственность каждому из ее членов. Параллельно должны работать родители «агрессора», «жертвы» и других участников группы. Следует помнить, что в буллиге нет «не пострадавших» от него, страдают все участники группы, поскольку они получают негативный социальный опыт, который обязательно скажется в будущей жизни каждого из детей.

Основными ошибками в решении данной ситуации могут быть следующие: чрезмерное уделение внимания жертве, давление на агрессора, монотонные моральные убеждения свидетелей и других участников.

Сегодня очевидно, что педагог должен владеть множеством приемов урегулирования конфликтных ситуаций, не касаясь прямо личности агрессора (буллера), жертвы и остальных свидетелей и участников группы. Один из «значимых взрослых» в этом плане - классный руководитель, которому в первую очередь необходимо выяснить причину буллинга. Вместе с школьным психологом необходимо выявить у жертвы и у агрессора уровни: внутренних неосознаваемых проблем (конфликтов, установок), индивидуально-личностных особенностей (ценности, установки, цели, воспитание, развитие…), поведенческих проявлений (мотивы, устойчивые паттерны поведения, характер поведенческих реакций), проблемы на семейном уровне (нарушение границ, ресурсов, ролевых позиций и др.). Основываясь на этом, необходима совместная организация социальных отношений.

При обнаружении буллинга в классе и выявлении причин, нужно работать индивидуально с каждым из участником эпизода травли. Так как буллинг определяется как «болезнь группы», многими практикующими психологами, включая детско-подростковых психологов, рекомендуется проводить командные работы, которые объединяют и воссоздают толерантное отношение к окружающим (в том числе, к жертве травли). Действия, которые укрепляют сплоченность коллектива, могут быть различного характера, как-то: групповая работа, волонтерские проекты, совместные игры, участие в различных конкурсах и др. [4].

В процессе использования методов групповой работы необходимо учитывать возраст группы, так как деятельность и степень восприятия разных возрастных категорий отличаются (подбирать различные методики и разъяснять проблемные ситуации, акцентируя внимание на возраст). И конечно же, не забывать регулярную, системную и даже внеплановую поддержку всех членов группы, опираясь на психо-физиологические особенности каждого.

Подводя итог сказанному, заметим, что проблема буллинга в сегодняшней школьной жизни достаточно актуальна и требует квалифицированного психолого-педагогического решения. В связи с этим подчеркнем, что во многих интернет - ресурсах, посвященных проблеме буллинга, можно найти различные пути ее решения, но в каждой ситуации проблема решается индивидуально. Ответственность за ее решение ложится на взрослых – педагога, психолога, родителей. Они должны обеспечить эмоциональную безопасность ребенка, которая напрямую зависит от уровня общения и отношений в группе.

***Литература***:

1. Барышникова, Е.В. Психология детей младшего школьного возраста [Текст]: учебное пособие / Е.В. Барышникова. – Челябинск: ЮУГГПУ, 2018. – 174 с.
2. Башлай Э.Х. Буллинг. Последствия. Профилактика буллинга. -Электроныый ресурс: <https://youtu.be/EDrLFJYgcOc?si=-RoMS1Q_DekN4HYE>

# Людмила Петрановская: как можно и как нельзя противостоять школьной травле.-Электронный ресурс: <https://changeonelife-ru.turbopages.org/turbo/changeonelife.ru/s/articles/lyudmila-petranovskaya-kak-mozhno-i-nel-zya-protivostoyat-shkol-noj-travle/>

1. Людмила Петрановская. Лекция «Школьный буллинг». Часть 1.- Электронный ресурс: <https://youtu.be/dHSOZM1V7es?si=HGZDxTpX_O_GQOIO>