

## ПРОБЛЕМА БУЛЛИНГА В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ: ПРИЧИНЫ, ПОСЛЕДСТВИЯ, ОРГАНИЗАЦИЯ ПОМОЩИ

*Е.А. Колесниченко  
Республика Беларусь*

В статье анализируется проблема буллинга в современной образовательной среде, раскрываются история вопроса, причины и последствия школьного буллинга, организация профилактической работы с учащимися, подвергшимися агрессии и травле.

**Ключевые слова:** буллинг, моббинг, жертва, буллер, наблюдатель, травля, детская жестокость, профилактика школьного буллинга.

### THE PROBLEM OF BULLING IN MODERN SCHOOL: CAUSES, CONSEQUENCES, ORGANIZATION OF ASSISTANCE

*The article analyzes the problem of bullying in the modern educational environment, reveals the history of the issue, the causes and consequences of school bullying, the organization of preventive work with students who have been subjected to aggression and persecution.*

**Keywords:** *bullying, mobbing, victim, bull, observer, harassment, child cruelty, school bullying prevention.*

Школьный буллинг рассматривается современными психологами и педагогами как серьезная социально-педагогическая проблема. Это относительно новый термин в психолого-педагогической литературе, обозначающий старое, можно сказать, вековое явление – детскую жестокость. В последние годы специалисты в области образования отмечают резкий рост детской агрессии и жестокости. И если еще несколько десятилетий тому назад данное явление было распространено преимущественно среди учащихся подросткового возраста, в силу сложности и противоречивости физических и социально-психологических особенностей растущих детей, их внутренних и внешних условий развития, то, в настоящий момент, школьный буллинг все чаще встречается в коллективах детей дошкольного и младшего школьного возрастов. Именно в детстве, усвоив определенные паттерны поведения, например поведение «жертвы», ребенок может следовать им всю последующую жизнь. При этом ситуация школьного буллинга негативно влияет не только на «жертв», но и на «агрессоров», так как если проявление агрессии оказывается эффективным, то это может закрепиться в качестве стиля поведения в будущем.

Травля или буллинг (в переводе с [англ.](#) *bullying* – издевательство, производное от *bully* – хулиган) – это агрессивное поведение относительно человека, проявляющееся в насилии, травле, преследовании, терроре. Можно сказать, что это своеобразное психологическое жестокое избиение человека или агрессивное преследование. Менее радикальные действия, такие как сплетни, обзывания, жестокие шутки не относятся к данному виду насилия и называются

моббингом. К буллингу относятся эпизоды регулярного физического избиения или мероприятия, способные довести до суицида или вызвать его попытку. При травле жертва оказывается не в состоянии защитить себя от нападков, таким образом, травля отличается от конфликта, где силы сторон примерно равны. Травля может быть физической и (или) психологической, проявляться во всех возрастных и социальных группах. В сложных случаях может проявиться некоторые черты групповой преступности. Примерами проявления школьного буллинга являются оскорбления, угрозы, физическая агрессия, постоянная негативная оценка жертвы и её деятельности, отказ в доверии и делегировании полномочий и т. д. Таким образом, неравенство сил, повторяемость, умышленность и неадекватно высокая чувствительность жертвы – основные существенные признаки буллинга [1, с. 68].

Серьезный вклад в решение проблемы школьного буллинга внесли скандинавские исследователи – шведский школьный врач Петер-Пауль Хайнеманн, норвежский психолог Дан Ольвеус, педагог и социолог Эрлинг Георг Руланн, эстонско-шведский когнитивный психолог Анатолий Пикас, финский психолог Кристина Салмивалли и др. Так, в 1993 году норвежский психолог Дан Ольвеус разработал и внедрил в городе Берген первую антибуллинговую программу. Данная программа показала хорошие результаты, и это послужило основанием для того, чтобы с 2001 года она была внедрена во всех норвежских школах. Впоследствии антибуллинговой программе Дана Ольвеуса в Норвегии был придан статус приоритетной и общенациональной. Указанная антибуллинговая программа основана на 4-х базовых принципах, предполагающих создание школьной (а в идеале – и домашней) среды, характеризующейся теплом, положительным интересом и вовлеченностью взрослых; твердыми рамками и ограничениями неприемлемого поведения; последовательным применением некарательных, нефизических санкций за неприемлемое поведение и нарушение правил; наличием взрослых, выступающих в качестве авторитетов и ролевых моделей. Программа действует как на школьном и классном, так и на индивидуальном уровнях, ее главная цель – изменить «структуру возможностей и наград» буллингового поведения, результатом чего является уменьшение возможностей и наград за буллинг. Программа представляет собой тщательно разработанную систему психодиагностики, методы социально-педагогического вмешательства и подготовку педагогических кадров [2].

Затем интерес к проблеме школьного буллинга возник в Великобритании (В. Ортоа, Д. Лэйа, Д. Таттуа, Е. Мунте). В США особое внимание проблеме буллинга стали проявлять в начале 90-х годов XX века. Западными исследователями представлены статистические данные, описаны варианты проявления буллинга, психологические особенности жертв и зачинщиков, оказание помощи, разработаны многочисленные антибуллинговые компании. Но, несмотря на все, проблема насилия, жестокости в образовательных учреждениях сохраняет свою актуальность. 27 января обозначено в календаре как Международный день борьбы с буллингом (школьной травлей).

В России и Беларуси проблема школьного буллинга сравнительно недавно приобрела статус предмета обсуждения и научных исследований. Тем не менее,

теме школьной травли и буллинга посвящены исследования И.С. Кона, Е.С. Ениколопова, В.С. Собкина, С.В. Кривцовой, А.А. Бочавера, К.Д. Хломова и др. В отечественной психологии до недавнего времени травля вообще не рассматривалась как специфическая ситуация социального взаимодействия. Отдельные ее элементы описывались как «проявления агрессивности», «виктимизация», «низкий социальный статус в группе». Проблема насилия в школе в отечественной науке долгое время относилась к категории проблем, которые принято было замалчивать, делать вид, что ничего не происходит. Повышенный интерес отечественных исследователей в связи с проблемой буллинга вызывает феномен жизнестойкости (И.А. Александрова, Т.О. Арчакова, И.А. Баева, С.А. Богомаз, Е.В. Бородкина, И.В. Дробинина, И.А. Кузьмин, О.А. Кузнецова, Д.А. Леонтьев, С.Р. Мадди, Т.В. Наливайко, Е.И. Рассказова, И.А. Регуш, Р.И. Стецишин и др.).

Жертвами постоянной или эпизодической школьной травли (буллинга) становятся порядка 20–25 % школьников, а по результатам некоторых исследований – до 50 %. В общественном сознании и СМИ проблемы насилия представлены в достаточно усеченной и трансформированной форме. Представления о том, что насилие имеет место только в социально-неблагополучной среде (неполной семье, «непрестижной школе») современные исследователи считают несостоятельным мифом общественного сознания. Насилие имеет место в любых слоях и категориях населения, независимо от классовых, расовых, культурных, религиозных, социально-экономических аспектов [3, с. 3].

Изначально буллинг предполагает неравенство сил – физических, психологических или численных, что обеспечивает острую эмоциональную реакцию со стороны жертвы и невозможность противостоять. Обычно агрессор сильнее именно в том месте, где у жертвы слабое место – одиночек травят группами, физически слабых обижают сильные и выносливые, неустойчивых психически задирают психологические лидеры и серые кардиналы. Повторяемость насилия вызывает чувство безысходности и постепенно формирует позицию жертвы, когда человек уже не способен сопротивляться.

Школьный буллинг проявляется с начальных классов, когда старшеклассниками устраивается дедовщина и у малышей отбирают карманные деньги, обеды, игрушки, телефоны и прочее. С возрастом к средней школе практически исчезают физические проявления, полностью уступая место психологическому террору – в ход идут унижительное обращение и оскорбительные шутки, особенно тяжело переносятся жертвами тотальный бойкот и игнорирование.

Характерным является механизм возникновения подобного поведения. Всегда буллинг начинается с одного человека, который таким способом пытается укрепить свой авторитет, повысить самооценку или просто привлечь внимание группы. На первых этапах общество может разделиться на тех, кто поддерживает подобную линию поведения, равнодушен и тех, кто порицает и осуждает агрессора. Со временем ситуация меняется, если жертвы буллинга никак не сопротивляются происходящему и допускают продолжение насмешек. В лучшем

варианте защитники теряют всякий интерес и ведут себя равнодушно, но чаще у них накапливается раздражение относительно покорной позиции жертвы.

Буллинг как социальное явление, возникает в тех ученических коллективах, где личность обесценивается, а потребности в признании, принятии и понимании подвергаются существенной депривации. В подобных невыносимых для личности условиях сначала развивается апатия, со временем сменяющаяся агрессией, как неосознаваемая попытка сопротивления. Если человек воспитывается и находится в условиях, где ценность человеческого достоинства всегда выше соблюдения формальных правил и не существует директивных необоснованных запретов, вероятность стать буллером или жертвой стремится к нулю.

Помимо обстановки существует и ряд личностных черт, способствующих тому, чтобы стать жертвой. Так, нападкам чаще подвергаются учащиеся, не вписывающиеся в понятие нормы, выделяющиеся среди остальных, причем не важно, в какую сторону тип странности (одежда, поведение, таланты, вкусы, тембр голоса и прочее). Жертвами часто становятся новые члены коллектива, которые не стремятся подстраиваться под общепринятое поведение – инициативность, дружелюбие, помощь всем окружающим могут стать причинами для агрессии, если не являются нормами в школьном сообществе.

Повышенная чувствительность привлекает тиранов и моральных садистов, поскольку обидеть такого ученика просто и можно получить очень яркую эмоциональную реакцию. Также жертву могут создать искусственно, благодаря влиянию авторитетов. Так происходит, когда старший (учитель, руководитель, родитель) намеренно унижает и оскорбляет ребенка в присутствии коллектива. Мотивация вышестоящего может быть сугубо личной, но психология групп такова, что со временем остальные члены подхватывают разрешенную модель поведения, не имея претензий к жертве.

Вероятнее, что нападкам даже в новом месте, подвергнется тот, кто подвергался им ранее. Большинство жертв подвергаются травле не только в школе, но и дома, обычно для них насилие является привычным, и они могут провоцировать окружающих, поскольку бережное отношение вызывает массу тревоги. Неспособность отвечать обидчикам, стремление занять пассивную позицию, отсутствие собственного мнения или наоборот резкая конфронтация с группой (отсутствие участия в общих играх или занятиях) могут спровоцировать агрессоров.

Жертвы буллинга невозможны без буллеров – насильников, обидчиков, агрессоров. Для того, чтобы данные качества начали проявляться, также существуют определенные предпосылки. Первоочередная и самая важная причина находится в наиболее раннем детстве и особенностях семьи. При дефиците родительского внимания и любви, граничащего с равнодушием, неизвестны понятия запретов и авторитетов, уважительного отношения и построения органичных отношений. Подобная ситуация вызывает много внутреннего протеста, боли, а потом и агрессии как движущей силы изменений. Направить этот поток претензий на родителей нельзя, поэтому дети ищут кого-то более слабого. Такие учащиеся ищут власти хоть в каком-то сегменте своей жизни, а буллинг дает им власть еще и над жизнью и настроением других.

Это своеобразный способ получения доказательств своего превосходства и значимости, движимый психологическими травмами и нарциссическими чертами личности.

Буллерам характерно полярное мышление и разделение мира на черное и белое, точно так же и люди в нем либо с ними, либо против них. В рассуждениях учащихся-буллеров часто присутствуют негативные отзывы об окружающих и тщательность в выборе контактов, причем критерием будет служить то, насколько человек достоин внимания агрессора, как высшего и значимого. Но, несмотря на безапелляционность, все агрессоры боятся поражения, поскольку в случае фиаско для них очень многое стоит на кону – для этого они выбирают в жертву не того, кто объективно слабее, а того, кто не сможет ответить.

Последствия буллинга невозможно игнорировать, причем они касаются всех участников процесса – жертвы, агрессора, свидетеля. Негативные последствия травли, как отмечают психологи, возникают у всех трёх групп участников травли [4, с. 327]. Самые тяжёлые последствия травли проявляются у жертвы. Чаще всего травля приводит к тому, что жертва теряет уверенность в себе. Также это явление может привести к разной тяжести психическим отклонениям, а также психосоматическим заболеваниям, может явиться причиной самоубийства. Еще одним способом ухода от ужасающей действительности является алкоголь и наркотики, которые жертва может начать употреблять для снятия психоэмоционального напряжения. Кроме этого, возможны регулярные прогулы, снижение интеллектуальных показателей, продуктивности работы. У жертвы могут появиться неврологические нарушения, проблемы со сном и аппетитом, психологические проблемы, требующие вмешательства специалиста. У детей, подвергшихся буллингу, повышается тревожность и депрессия, иногда доходящие до клинических случаев и регулирующиеся исключительно медикаментозно. У таких учеников часто присутствуют нарушения в межличностных отношениях, отмечается стремление к одиночеству, в будущем проявляется неспособность конкурировать в профессии. Это может привести к ограничению контактов и выбору сфер деятельности вне коллектива. Кроме того, буллинг способствует психосоматическим расстройствам, нарушениям в работе сердца, проблемам с питанием. В этом случае важно объяснить ребенку, что его травят, и показать, как действовать в сложившейся ситуации.

Страдают также и свидетели, получая опыт бессилия перед властью толпы и стыда за своё слабодушие, поскольку они не решились вступить и поддерживали травлю одноклассника из-за страха самим оказаться жертвой.

Опыт насилия деструктивен и для личности агрессора. Этот опыт приводит к «огрублению чувств», отсутствию доверительных и близких отношений, в конечном итоге – к деструктивным, асоциальным чертам личности. У агрессора разрушаются механизмы формирования близости с другими людьми, ему труднее создать доверительные и теплые отношения с партнёрами и родственниками, в том числе собственными детьми. В отдельных случаях доведённая до отчаяния жертва может попытаться отомстить обидчику путём нанесения тяжких травм.

Наиболее частым последствием для агрессора оказывается социальная нереализованность, поскольку выбранные пути достижения результата не работают во взрослой жизни. Трудности в общении связаны с всеобщей ненавистью – в семье это тираны, в карьере успех достигается любыми путями, что не способствует формированию теплых отношений. Тирания может привести к личностным нарушениям патологического характера.

Школьный буллинг имеет свои возрастные, половые (гендерные) и иные психологические закономерности. Жертвами травли в школе чаще всего становятся «двоечники», «круглые отличники», «любимчики учителей», физически слабые дети, гиперопекаемые родителями дети, «ябеды», дети учителей, дети, страдающие заболеваниями, выделяющими их из коллектива, не имеющие современных электронных новинок или же имеющие самые дорогие из них, недоступные другим детям, «вундеркинды», дети с нетривиальным, отличающимся от стандартного, мировоззрением («белые вороны»), дети плохо обеспеченных (бедных) родителей, представители национальных меньшинств, представители сексуальных меньшинств и др. Есть случаи, когда жертвами травли становились учителя. Объединяет всех жертв одна черта – чаще всего объектами издевательств становятся дети и подростки, обладающие повышенной чувствительностью, показывающие свою «слабость» (страх, обиду или злость). Их реакция соответствует ожиданиям агрессоров, рождая искомое ощущение превосходства. Следует отметить, что причина травли – не в особенностях жертвы, а в особенностях группы. Один и тот же ребенок может быть «изгоем» в одной группе и своим в другой. Или перестать быть «изгоем» в той же самой группе после смены классного руководителя.

Мальчики чаще являются жертвами и инициаторами школьной травли. Методы травли отличаются в зависимости от пола жертвы. Мальчиков чаще бьют, про девочек одноклассницы, как правило, распускают порочащие слухи.

Школьный буллинг имеет градацию тяжести и проявлений. Наиболее серьезным, заметным и ведущим за собой не только психологические нарушения является физический буллинг. При нем жертва регулярно подвергается физическому насилию, избиениям, членовредительству. Примерами такого могут быть привычные дерганья за косички или толкания в коридоре, а могут быть и крайне жестокие проявления, такие, как ломание пальцев, нанесение порезов, выжигание кожи и прочее.

Поведенческий буллинг может иметь пассивную форму, к которой относится игнорирование личности, бойкот, изоляцию от общественной жизни коллектива. К активной форме относятся шантажи, вымогательства (обычно денег, телефонов), распространение сплетен и намеренное создание негативных условий (порча вещей или их кража, закрывание в шкафах или темных комнатах).

Самый легкий вариант – это вербальный буллинг, который проявляется в оскорблениях, насмешках, унижениях, возможно проклятиях. С развитием технологий появилось новое понятие кибербуллинга, когда издеательства происходят в сети, где жертве могут присылать оскорбительные или угрожающие письма, а также выкладывать фото и видео (реальные или смонтированные), призванные унижить достоинство человека.

Причин у школьного буллинга много, основными из них являются, как правило, две – это родительская семья и действия (бездействия) учителя. Модели поведения, принятые между родителями, их отзывы относительно окружающих, способы решения конфликтов впитываются детьми и в дальнейшем воспроизводятся в школе. Влияет и степень удовлетворенности личностных потребностей самого ребенка. Множественные комплексы, недостаток внимания и любви могут приводить к возникновению буллинга. Это касается, как формирования поведения жертв, так и агрессоров – родительские сценарии могут учить прятаться и страдать, или сопротивляться и манипулировать. Наличие психологических травм может заставить ребенка причинять вред другим, привлекая к себе внимание или покоряться издевательствам, считая это нормой.

Провоцирование буллинга со стороны преподавателей обусловлено их профессиональным выгоранием, низким уровнем квалификации или недостаточной личностной зрелостью. Именно учитель может запустить или остановить травлю. Так, если присутствуют оскорбления учеников при всем классе, унижающие сравнения, неадекватные проступкам наказания, применение физической агрессии, то со временем ученики перенимают такую линию поведения. Учитель может самостоятельно создавать будущих жертв не только вербальными комментариями, но и выражением лица или небрежно брошенной тетрадь. Придумывание прозвищ для учащихся, а также игнорирование агрессивных проявлений – позволяют единичному акту психологической агрессии развиваться в буллинг, благодаря учителю.

Независимо от причин, школьный буллинг (травля), как мы выяснили ранее, включают в себя несколько основных действующих лиц – агрессора, жертву и наблюдателей. К последним могут относиться и учителя, игнорирующие происходящее, и дети, нежелающие попасть на место жертвы, и родители, не верящие в подобное. На начальных этапах присутствуют сопротивляющиеся и отстаивающие права жертвы, но поскольку результаты минимальны и активности от самого пострадавшего не видно, такие равнодушные вскоре уходят в тень или присоединяются к буллерам. Только в случае, если защитники эмоционально, морально, физически или по статусу превосходят обидчика, то буллинг в школе останавливается при первом же инциденте. Так, если учитель резко и жестко отреагирует на подобные проявления, то вероятность повторения исключается. Безнаказанность в свою очередь влечет за собой распространение травли и на других учеников.

При возникновении повторяющихся эпизодов травли ребенку необходимо обратиться к старшим – родителям, учителям, старшим братьям или друзьям. Решать ситуацию часто невозможно, поскольку агрессор не слышит доводов и не реагирует на замечания. Важно просить о помощи только тех людей, с кем сложились хорошие отношения, поскольку формальное замечание от вынужденного учителя может только усугубить ситуацию.

Для преподавателей главным правилом является отсутствие равнодушия и позиции наблюдателя – не нужно давать свободу детям для поиска путей решения. Каждому буллеру необходимы зрители, и чем их больше, тем сильнее укрепляется его авторитет, если в этот процесс включены еще и учителя, то

обидчик становится непобедим. Показывать свою физическую силу нельзя, необходимо вывести агрессора на диалог и открытое, доверительное обсуждение ситуации.

Внимание необходимо обращать сразу же, по факту свершения поступка, причем ради этого можно остановить процесс урока. Важно переводить внимание обидчика на задания и изучение нового материала, а не акцентировать на запрете и тем более, не употребляя унижающих высказываний (например «не трогай его, он и так дефективный»).

Родителям необходимо создавать безопасное пространство дома, где ребенок может быть собой, не бояться порицания и насмешек, что будет способствовать своевременному информированию о проблемах в школе. От родителей требуется терпение и выдержка, чтобы дождаться откровенности и остановить свою первую эмоциональную реакцию на произошедшее событие. Оптимально делиться собственными случаями из жизни, успешными примерами преодоления подобных ситуаций. Возможно, простого признания неправоты обидчика будет достаточно для того, чтобы тот, кто оказался жертвой придумал, как противостоять дальнейшим издевательствам. Ребенок может попросить родителя вмешаться в ситуацию. В данном случае родителям необходимо обсудить с ребенком все варианты разговора с агрессором, его родителями, учителями или всеми вместе.

Если родители узнают, что обидчик как раз их ребенок, то нельзя применять наказания, поскольку это только укрепит его модель, где сила правит реальностью. Кроме того, наказание может еще сильнее отдалить родителей и ребенка, что нельзя допустить, если его поведение вызвано недостатком любви и принятия. Следует организовать откровенный разговор, понять причины, приведшие к данной ситуации, а потом организовать диалог со всеми участниками событий. Если родители смогут восполнить недостающие ребенку тепло и любовь, то он сможет искренне извиниться перед тем, кого обижал и в дальнейшем стать для него защитником.

Важно максимально быстро обеспечить ситуацию и внешние условия, препятствующие возникновению буллинга. В семье необходимо уделять достаточно внимания и обучать ребенка мирному взаимодействию. Также важно привить чувствительность к допустимому формату взаимодействия и укоренить внутреннюю силу при самозащите.

Школьная система нуждается в переориентации своих ценностей с усвоения материала на личность каждого ученика. Психологический климат в классе, взаимопомощь учеников играют важную роль в профилактике буллинга. Сплочение коллектива, проведение классных часов с основами психологии и тренингами по социальной коммуникации способствуют личностному развитию и укреплению позиции каждого ребенка.

Неоспоримое влияние имеют фильмы, сериалы, книги и игры, где показаны различные способы взаимодействия людей, и степень агрессии несколько завышена (особенно в боевиках и сражениях). Информация из игр, где после десятого удара о стену, человек встает невредимым, и из фильмов, основой которых является черный юмор, сильно деформирует представление



о реальности. Запретить или ограничить контакт с такими продуктами невозможно, но можно показать реальную сторону вещей, например, записав на бокс, где ребенок почувствует реальную боль и сможет оценить силу.

Во всех сферах жизни ребенка необходимо скорейшее его отделение от стрессовых факторов – насилие в семье и школе, нездоровый коллектив, депривация ведущих потребностей личности, а также первые проявления буллинга. Важно отслеживание деформаций психики после пережитого буллинга и оказание своевременной психологической помощи таким ученикам. У перенесших травлю школьников, развиваются определенные психологические особенности и отклонения, которые могут изменить не только их личную жизнь, но и провоцировать возникновение насилия в новом коллективе, куда они попадут.

Как всякое сложное явление, школьный буллинг не имеет ни однозначного объяснения, ни универсальных способов преодоления и предотвращения. Однако педагогам и родителям необходимо учитывать, что школьный буллинг имеет опасные долгосрочные психологические последствия. Школьный буллинг и виктимизация порождают такие серьезные личностные проблемы, как тревожность и депрессия, расстройства питания, низкое самоуважение и неудовлетворенность школой. Виктимизация ребенка в школьные годы часто сопровождается повышенной застенчивостью и пониженным доверием к людям в зрелом возрасте.

Проведение систематической профилактической работы по предупреждению буллинга в учреждениях образования позволит снизить масштабы данного негативного явления и сократить количество вовлеченных в него «агрессоров» и «жертв». Поэтому одним из направлений профилактики школьного буллинга является работа с педагогами, учащимися и их родителями путем информирования о сути, структуре буллинга и способах его разрешения.

#### **Список использованных источников**

1. Зиновьева, Н.О. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации / Н.О. Зиновьева, Н.Ф. Михайлова. – СПб.: Речь, 2005. – 248 с.
2. Ольвеус, Дан. Буллинг в школе: что мы знаем и что мы можем сделать / Д. Ольвеус. – М., 1993. – 246 с.
3. Шалагинова, К.С. Теоретико-методические основы деятельности педагога-психолога по предотвращению буллинга в школах Тульского региона: гендерно-возрастной аспект: монография / К.С. Шалагинова, Т.И. Куликова, С.А. Черкасова; под общ. ред. К.С. Шалагиновой. – Тула: Изд-во «ГРИФ и К», 2014. – 237 с.
4. Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях: справочник практического психолога / И.Г. Малкина-Пых. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 960 с.