

**Мамедова Аида Гайтарановна**, педагог-психолог ОГКУ «Костромской областной центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» отдела профилактики девиантного поведения несовершеннолетних,  
156025, г. Кострома, ул. Лесная, д.25а; тел:(4942) 47-33-61,  
[aida.mamedova.1994@gmail.com](mailto:aida.mamedova.1994@gmail.com)

## **Профилактика жестокого обращения среди подростков.**

### **Буллинг.**

**Аннотация.** В работе рассматривается структура и основные черты буллинга в подростковом возрасте. Рассматриваются мотивы и психологические особенности участников буллинга.

**Ключевые слова:** *буллинг, подростничество, насилие, профилактика.*

На сегодняшний день жестокое обращение и насилие в отношении детей до сих пор остаются насущными проблемами для современного Российского общества. Стоит отметить, что насилие в отношении детей или пренебрежение их основными потребностями оказывают негативное влияние на психическое развитие ребенка, нарушают его социализацию, порождают безнадзорность и правонарушения несовершеннолетних[5].

Условия современного общества способствуют формированию и развитию насилия и жестокости в отношениях между людьми. В среде подростков распространены различные формы травли (буллинга) – продолжительного, повторяющегося насилия одного человека (или группы лиц) в отношении другого. Данные отечественных исследований (И.С. Бердышев, М.Г. Нечаева, И.С. Кон, О.А. Селиванова, Т.С. Шевцова и др.) также указывают на высокую степень распространения явления в среде школьников и студентов. Более 50 % подростков и юношей сталкивались с различными видами агрессии и травли, насилие проходило во взаимодействиях учеников и учеников, учеников и учителей, учителей и учеников [7].

Буллинг может возникать в любом возрасте, но, естественно, есть периоды, когда появление буллинга наиболее вероятно. Таким возрастным периодом является подростничество.

«Подросток в первую очередь соотносит себя с группой сверстников, учитывая то, насколько ее члены одобряют или не одобряют какие-либо его свойства, проявляющиеся в делах, поступках» [6]. Характер социальных отношений, в сравнении с младшим школьным возрастом, меняется, в ходе взаимодействий подросток стремится понять и сформировать себя. В рамках этих сложных процессов может возникнуть спектр негативных отклонений, одним из которых является буллинг.

В современной науке существуют различные взгляды на буллинг, каждый из которых отражает особенности видения автором структуры и основных характеристик буллинга. Прежде всего, стоит отметить, что вне зависимости от авторской трактовки буллинг определяется как форма агрессивных взаимодействий.

Взгляды на структуру буллинга расходятся. Среди основных точек зрения на структуру данного явления можно выделить следующие:

1. В буллинге участвуют только буллы и жертва.
2. В буллинге участвуют все члены группы.

Некоторые авторы уделяют особое внимание взаимоотношениям буллы и жертвы, не распространяя свои исследования на других членов группы. Буллинг, таким образом, в трактовке данных авторов – это насильственные действия буллы относительно жертвы.

В случае возникновения буллинга в группе учащихся, в буллинге прямо или косвенно принимают участие все обучающиеся – учащиеся наблюдают за происходящими событиями, при этом одни обучающиеся могут принять сторону буллы, другие – сторону жертвы и попытаться изменить ситуацию, другие постараются не вмешиваться, но это повлияет на их восприятие группы. Таким образом, наличие буллинга в группе обучающихся оказывает влияние на всех ее участников.

В рамках данной точки зрения, в структуре буллинга выделяют следующих участников:

1. Буллы, помощники буллы.
2. Жертва.
3. Защитники жертвы.
4. Наблюдатели [8].

Отличительной характеристикой типичных буллы является их агрессия по отношению к сверстникам. Буллы могут проявлять агрессию по отношению к взрослым. Большинство буллы имеют более положительное отношение к насилию, чем дети их возраста. Буллы характеризуются импульсивностью и выраженным стремлением доминировать над другими. Большинство буллы не испытывают эмпатию по отношению к жертве.

Часто буллерами становятся:

- Дети, воспитываемые родителями-одиночкам;
- Дети из семей, в которых у матери отмечается негативное отношение к жизни;
- Дети из властных и авторитарных семей;
- Дети из конфликтных семей;
- Дети с низкой устойчивостью к стрессу;
- Дети с низкой успеваемостью.

Буллеры – это:

- Активные, общительные дети, претендующие на роль лидера в классе; Агрессивные дети, использующие для самоутверждения безответную жертву;
- Дети, стремящиеся быть в центре внимания;
- Дети высокомерные, делящие всех на "своих" и "чужих" (что является результатом соответствующего семейного воспитания);
- Максималисты, не желающие идти на компромиссы;
- Дети со слабым самоконтролем, которые не научились брать на себя ответственность за свое поведение;

- Дети, не обученные другим, лучшим способам поведения, т.е. не воспитанные.

Для буллеров характерны:

- Импульсивность;
- Раздражительность;
- Эмоциональная неустойчивость;
- Завышенная самооценка;
- Враждебность (агрессивность);
- Отсутствие коммуникативных навыков при внешнем соблюдением общепринятых норм и правил;
- Склонность ко лжи или жульничеству.

Довольно часто к буллингу присоединяется группа преследователей, с которыми буллер осуществляет свою агрессию.

Кто чаще всего становится преследователями, помощниками буллеров:

- Несамостоятельные, легко поддающиеся влиянию окружающих, безынициативные дети;
- Дети, которые всегда стремятся следовать правилам, неким стандартам(очень прилежные и законопослушные);
- Дети, не склонные признавать свою ответственность за происходящее (чаще всего считают виноватыми других);
- Часто подверженные жесткому контролю со стороны старших дети (их родители очень требовательны и склонны применять физические наказания).
- Эгоцентричные, не умеющие ставить себя на место другого (в беседах часто говорят: «Я и не подумал об этом»);
- Не уверенные в себе, очень дорожащие «дружбой», оказанным доверием со стороны лидеров класса;
- Трусливые и озлобленные дети [1].

Цель буллинга - за агрессивным поведением скрыть свою неполноценность.

Буллинг не имеет ничего общего с руководством коллективом, если он применяется взрослыми, так как хороший администратор (учитель) управляет и руководит коллективом, плохой - травит. Поэтому, любой, кто выбирает травлю как метод, будь то взрослый или ребенок, показывает свою неполноценность, и та сила, с которой человек травит другого, определяет степень неполноценности тирана.

Мотивами буллинга являются:

- Зависть;
- Месть (когда жертвы переходят в разряд буллеров: наказать за боль и причиненные страдания);
- Чувство неприязни;
- Борьба за власть;

- Нейтрализация соперника через показ преимущества над ним;
- Самоутверждение вплоть до удовлетворения садистских потребностей отдельных личностей;
- Стремление быть в центре внимания, выглядеть круто;
- Стремление удивить, поразить;
- Стремление разрядиться, «приколоться»;
- Желание унизить, запугать непонравившегося человека [1].

Существует целый ряд факторов, способствующих процветанию буллинга в детских коллективах. Во многом развитию этого явления способствуют воспитание в семье и микроклимат того образовательного учреждения, куда попадают дети для получения образования.

Взрослые в школе могут непреднамеренно или иным образом участвовать в буллинге, провоцировать или способствовать ему путём:

- унижения ученика, который не успевает/преуспевает в учёбе или уязвим в других отношениях.
- негативных или саркастических высказываний по поводу внешности или происхождения ученика.
- устрашающих и угрожающих жестов или выражений. привилегированного отношения к заискивающим учащимся.
- оскорбления учеников унижительными, а иногда даже нецензурными словами.

Способствовать буллингу могут также:

- Наличие в классе признанного «лидера»;
- Возникновение острого конфликта между двумя учениками под влиянием внешних поводов, которые являются провоцирующими факторами для агрессора (буллера);
- Нежелание преподавателей в силу своего незнания брать на себя ответственность за противостояние властолюбивому поведению учеников.
- Отсутствие контроля со стороны преподавателей за поведением учащихся на переменах.

Типичных жертв школьного террора нет. Любой ребёнок может быть изгоем. Риск оказаться жертвой травли увеличивается для тех детей, которые не уверены в себе, тревожны, и тех, у кого нет друзей в коллективе.

Жертвы испытывают сложности со здоровьем и успеваемостью, в три раза чаще сверстников имеют симптомы тревожно-депрессивных расстройств, апатию, головные боли и энурез, совершают попытки суицида. Они склонны видеть мир полным опасностей, а себя - неспособными повлиять на ситуацию [1, 2, 4].

Оскорбление чести и достоинства человека бывают самые разные – это и физическое, и эмоциональное, сексуальное и другие виды насилия. В последнее время в подростковой среде стал широко использоваться кибербуллинг.

#### **Физическое насилие.**

Включает избиение, нанесение ударов, шлепки, подзатыльники, пинки.

#### **Эмоциональное насилие.**

К эмоциональному насилию относятся угрозы, насмешки, присвоение обидных кличек, бесконечные замечания, критика, необъективные оценки со стороны учителей, высмеивание, оскорбление, унижение ученика в присутствии других детей, принуждение делать что-то, чего ребенок делать не хочет, распространение слухов и сплетен, социальное исключение и изоляция (когда с ребенком никто не общается, не приглашает в игру, не выбирает в команду); избегание; манипуляция дружбой («Если ты дружишь с ней – мы с тобой не друзья»).

В эмоциональное насилие входят дискриминация по национальным и социальным признакам. Подчеркивание физических недостатков. Нецензурная брань. Умышленное доведение человека до стресса, срыва, распространение записок, нашептывание оскорблений, которые могут быть услышаны жертвой, унижительные надписи на доске или в общественных местах. С ребенком отказываются играть, заниматься, не хотят с ним сидеть за одной партой, не приглашают на дни рождения и т. д. Игнорирование (просто не обращают внимания, не общаются, не замечают, забывают, ничего против не имеют, но и не интересуются).

#### **Сексуальное насилие.**

Или соvrащение – использование ребенка (мальчика или девочки) взрослым (учителем), или другим ребенком для удовлетворения сексуальных потребностей, или для получения выгоды. К сексуальному соvrащению относятся также вовлечение ребенка в проституцию, порнобизнес, обнажение перед ребенком половых органов и ягодиц, подглядывание за ним, когда он этого не подозревает (во время раздевания, справления естественных нужд и т. д.).

#### **Экономическое насилие.**

К экономическому насилию относятся:

- Порча и отнятие личных вещей.
- Вымогательство.
- Отбирание денег.
- Повреждение имущества.
- Использование денег для контролирования другого лица. {В этом случае от жертвы требуют деньги и угрожают, если он или она не отдает их немедленно}.
- Могут вымогаться также завтраки, талоны или деньги на обед.

Жертву могут принуждать к воровству имущества – такая тактика используется для возложения вины исключительно на жертву.

**Кибербуллинг** - это нападения с целью нанесения психологического вреда, которые осуществляются через средства электронных технологий - электронную почту, сервисы мгновенных сообщений, в чатах, социальных сетях, на web-сайтах, а также посредством мобильной связи. Такое намеренное многократно повторяемое агрессивное поведение имеет целью навредить человеку и базируется на дисбалансе власти (физической силы, социального статуса в группе).

При кибербуллинге отмечают следующие формы:

Использование Мобильных телефонов

- Систематически осуществляются анонимные звонки и отправляются оскорбляющего или угрожающего рода сообщения
- Съёмка компрометирующих фото- и видеоматериалов, публикация их в сети Интернет.

Использование Чатов

- Отправление анонимных угроз или оскорблений.
- Создание групп, в которых намеренно игнорируются определенные люди.
- Выстраивание фальшивых дружеских или родственных отношений (чтобы узнать личную, интимную информацию). Возможные последствия: распространение слухов, психологический террор.

Использование E-Mail

- Рассылка злых и негативных сообщений.
- Рассылка непристойных материалов (видео, картинок или компьютерных вирусов).
- Взлом другого аккаунта для использования личного E-Mail, для рассылки различной информации, или для его удаления.

Использование социальных сетей

- Написание обидных комментариев к фотографиям, к видео, на стене пользователя, в сообществах.
- Распространение непристойного видео и фото.
- Взлом чужого аккаунта, редактирование его с целью очернить другого человека (например, рассылка сообщений с этого аккаунта, дополнение лживой информации).
- Намеренное создание группы, для выражения ненависти и травли определенного человека.
- Создание фальшивого профиля для третирования другого человека.

Использование Видео-порталов

- Публикация в Интернет непристойного, компрометирующего, позорящего другого человека видео [2, 3].

Если вы считаете, что ваш ребёнок – жертва буллинга, то:

- Объясните, что те дети, которые над ним издеваются, скорее всего, сами несчастливы, у них проблемы в семье. Скажите своему ребёнку, что, по сути, они не виноваты. Просто их не научили относиться к остальным иначе.
- Используя ролевые игры, научите его правильно реагировать на попытки буллинга.
- Дайте понять ребёнку, что ему не следует показывать обидчикам, что их поведение расстраивает его. Пусть скажет, что ему оно не нравится и уходит от них прочь. Убедите, что если он убежит, ничего постыдного в этом нет.
- Постоянно общайтесь с ребёнком, слушайте внимательно, помогите развеять все его страхи. Будьте на чеку, возможно, вам придётся вмешаться. Хвалите ребёнка, особенно в те моменты, когда он проявил смелость.
- Учите использовать юмор - самое мощное оружие против вербальной агрессии
- Развивайте в ребёнке самоуверенность, поручая ему то, что у него хорошо получается.
- Учите его быть настойчивым и задиристым (хотя бы внешне).
- Не опекайте ребёнка сверх меры, это только усугубит ситуацию: он будет чувствовать себя уязвимым и беспомощным в ваше отсутствие. Однако, дайте понять, что вы всегда готовы помочь ему.
- Обсуждая со своим ребёнком «буллинг» и всё, что с ним связано, обязательно упомяните о том, что если он стал свидетелем такого поведения, он должен отреагировать: попытаться остановить обидчика (сказать взрослому, например).
- Так как буллинг принимает разные формы, не забывайте незаметно просматривать электронную почту и телефонные сообщения с целью исключения кибербуллинга.
- Учите ребенка не мстить своему обидчику, особенно с помощью оружия.

Если вы подозреваете, что ваш ребёнок - буллер (хулиган), то:

- Научите его уважать права других людей, не стоит предполагать, что ребёнок научится этому сам. Объясните ему, что чувствуют другие люди, когда к ним относятся подобным образом. Постарайтесь научить ребёнка относиться к другим так, как он хотел, чтобы относились к нему. Простая, но действенная истина.
- Установите строгие правила относительно грубого поведения с другими и чётко придерживайтесь их в семье. Не заставляйте ребёнка делать то, что вы хотите, используя методы буллинга.

- С помощью ролевых игр обучите ребёнка добиваться желаемого дипломатическим путём, а не силой.
- Убедите ребёнка в том, что вам больше по душе его хорошее поведение: всегда замечайте, когда он вежлив и толерантен по отношению к другим, хвалите и поощряйте его за это.

Посоветуйте вашему ребёнку, для того чтобы не попадать в группу риска по школьному буллингу:

- Не задиаться, не зазнаваться.
- Не показывать своё превосходство над другими.
- Не пытаться выделяться среди других, если нет для этого повода.
- Не хвастаться - ни своими успехами, ни своими электронными игрушками, ни своими родителями.
- Не демонстрировать свою элитарность. Не ябедничать.
- Не подлизываться к учителям.
- Не игнорировать решения класса, если они не противоречат его нравственным нормам (т.е. не плыть против течения своего коллектива).
- Не давать повода для унижения чувства собственного достоинства. Не демонстрировать свою физическую силу.
- Не показывать свою слабость.
- Не взывать к жалости окружающих в связи со своими хроническими заболеваниями или физическими дефектами, так как в мире много жестокости [3, 4].

Что могут посоветовать сделать ребенку родители:

- Отыскать себе друга, среди одноклассников, а ещё лучше несколько настоящих друзей.
- Найти общий язык с каждым учеником в классе. Приглашать одноклассников в гости.
- Научиться уважать мнение своих одноклассников.
- Не пытаться всегда побеждать в своих спорах с ровесниками. Научиться проигрывать и уступать, если ребенок, в самом деле, не прав.

Что конкретно могут сделать родители, чтобы повысить авторитет своего ребёнка в кругу одноклассников:

- Научить его не бояться своих одноклассников, у которых тоже есть проблемы.
- Наладить родителям контакты с учителями и одноклассниками.
- Участвовать в классных мероприятиях, в которые вовлекаются и родители. Если у родителей есть необычное хобби, интересное детям, рассказать о нём



одноклассникам ребёнка. Если родитель может часами рассказывать о всевозможных марках автомобилей, то даже самые отъявленные драчуны будут смотреть на него с восхищением, и вряд ли тронут ребёнка этого родителя.

- Приглашать одноклассников ребёнка, а особенно тех, кому он симпатизирует, как можно чаще к себе в гости. Ребёнку 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.
- Повышать самооценку ребёнка. В случаях завышенной самооценки ребёнка объяснять ему, что это не надо показывать окружающим, 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 чём-то другом.
- Помочь ребёнку стать членом классного коллектива, а не просто ходить учиться.
- Если ребёнок жертва, то ему нужно не смиряться с участью жертвы, а восставать против этого, привлекая на свою сторону своих друзей.
- Не показывать свой страх и слабость перед булли, если таковые отношения имеются, и вместо слёз и просьб о помиловании, набрасываться на своих преследователей, хотя бы неожиданными вопросами, или же озадачить их своим знанием чем-то нехорошим о них.
- Не настраивать ребёнка против его школьных мероприятий, даже если они кажутся вам ненужными.
- Не пытаться выделять своего ребёнка среди одноклассников «элитностью» одежды и особой гламурностью.
- Учить ребенка выполнять общие требования для всех детей в классе, вплоть до формы одежды на уроках физкультуры.

Если профилактические меры не помогли и ваш ребёнок оказался жертвой буллинга, родители должны:

- Прежде всего, понять истинную причину происшедшего с ним. Убедиться, что ваш ребёнок действительно стал жертвой школьного буллинга.
- Сообщить об этом классному руководителю и школьному психологу. Сообща найти пути выхода из сложившейся 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 [3, 4].

### Список использованной литературы

1. Глазман, О. Л. Психологические особенности участников буллинга / О. Л. Глазман // Известия Российского государственного педагогического университета имени А.И.Герцена. - Санкт-Петербург, 2009. - № 105. - С. 159-165.
2. Маланцева, О. Д. «Буллинг» в школе. Что мы можем сделать? / О. Д. Маланцева // Социальная педагогика. - 2007. - № 4. - С. 90-92.
3. Мальцева, О. А. Профилактика жестокости и агрессивности в подростковой среде и способы ее преодоления / О. А. Мальцева // Тюменский государственный университет - 2009. - № 7. - С. 51-54.
4. Мерцалова Т. Насилие в школе: что противопоставить жестокости и агрессии? / Т. Мерцалова // Директор школы. – 2000. – № 3. – С. 25–32.
5. Об организации в субъектах Российской Федерации работы по профилактике жестокого обращения с детьми: Письмо Минобрнауки РФ от 10.03.2009 № 06-224 // Вестник образования. 2009. № 12.
6. Овчарова Р.В. Справочная книга Социального педагога. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 480 с.
7. Селиванова О.А., Шевцова Т.С. Профилактика агрессивности и жестокости в образовательном учреждении: монография. – Тюмень: Издательство Тюменского государственного университета, 2011. – 232 с.
8. Соловьев Д. Н. Буллинг в среде школьников подросткового возраста / Соловьев Д. Н. // «Центр развития научного сотрудничества». – Новосибирск, 2013. - № 5. Режим доступа: <http://elibrary.ru/>
9. Ушакова, Е. Н. Буллинг - новый термин для старого явления / Е. Н. Ушакова // Директор школы. - 2009. - № 6. - С. 84-87.