

Травля детей сверстников ("Буллинг") - одна из наиболее распространённых проблем в школах и детских коллективах, которая существенно увеличивает риск суицида среди подростков, приводит к усилению агрессии и насилия в группе и в школе, снижению успеваемости, эмоциональным и невротическим проблемам.

Буллинг - травля, повторяющаяся агрессия по отношению к определенному субъекту, включающая в себя принуждение и запугивание. Может проявляться в физическом насилии, угрозах, вербальной агрессии, унижении.

Можно выделить некоторые **особенности буллинга**:

- ✓ буллинг асимметричен - с одной стороны находится обидчик, обладающий властью в виде физической и/или психологической силы, с другой стороны - пострадавший, такой силой не обладающий и остро нуждающийся в поддержке и помощи третьих лиц.
- ✓ буллинг осуществляется преднамеренно, направлен на нанесение физических и душевных страданий человеку, который выбран целью.
- ✓ буллинг подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает здоровье, самоуважение и человеческое достоинство.
- ✓ буллинг - это групповой процесс, затрагивающий не только обидчика и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь класс где оно происходит.
- ✓ буллинг никогда не прекращается сам по себе: всегда требуется защита и помощь пострадавшим, инициаторам буллинга (обидчикам) и свидетелям.

Виды буллинга:

Скрытый буллинг: (игнорирование, бойкот, исключение из отношений, манипуляции, намеренное распускание негативных слухов и т.д.), более характерен для девочек.

Прямой буллинг: включает в себя прямую физическую агрессию, психологическое насилие. Физический буллинг - умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесенные иными телесными повреждениями. Психологический буллинг - насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путем словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональные страдания.

Вербальный буллинг;

- ✓ обидные жесты или действия;
- ✓ запугивание;
- ✓ изоляция;
- ✓ вымогательство;
- ✓ повреждение и иные действия с имуществом;
- ✓ кибербуллинг (совокупность агрессивных действий в адрес конкретного человека в общении в интернете, посредством мобильной связи).

Выделяют следующие роли в процессе школьной травле:

- Лидирующий нападающий (ребенок-агрессор).
- Дети, участвующие в травле (присоединяющиеся к лидеру).
- Ребенок-жертва.
- Свидетели подкрепляющие травлю (дети, которые занимают сторону нападающих, смеются, выражают поддержку нападающим/подбадривают их, просто собираются вокруг и смотрят).
- Свидетели-аутсайдеры (дети, которые избегают ситуаций травли, не занимая ничью сторону).
- Защитники (дети, которые занимают очевидную позицию против травли, либо активно противодействуя нападающим и предпринимая что-то для прекращения издевательств, либо успокаивая, поддерживая жертву).

Личностные характеристики участников буллинга.

Любой участник образовательных отношений при стечении определенных обстоятельств может быть вовлечен в насилие. Жертвой, обидчиком или свидетелем насилия потенциально может стать каждый учащийся. Тем не менее, можно выделить наиболее типичные личностные особенности, характерные для обидчиков, пострадавших и свидетелей.

Как правило, дети и подростки, которые становятся обидчиками, – это уверенные в себе, склонные к доминированию в группе и подчинению других, морально и физически сильные, эмоционально импульсивные и легко приходящие в состояние гнева и агрессии, с низким уровнем эмпатии к своим жертвам, часто «задирающие» не только своих сверстников и более младших, но и взрослых (учителей, родителей, представителей органов правопорядка). Тревожность, обусловленная семейным неблагополучием, напряженными отношениями с родителями, учебной неуспеваемостью и завистью к более успешным ученикам из благополучной семьи, может создавать угрозу для статуса доминантных детей и подростков. Обращение к насилию позволяет им утвердить свой статус в классе или группе, школе или училище силой, вызовом учителям, унижением сверстников или более младших, а иногда и более старших учащихся, удержанием всех в страхе. Как уже отмечалось, практически любой ребенок или подросток может стать жертвой травли. Например, ребенок, который по каким-то причинам поменял школу или класс в середине года. Ребенок, который сильно отличается по любым признакам от других детей. Однако некоторые особенности детей увеличивают риск того, что ребенок может подвергаться травле. Выделяют факторы риска (общие характеристики) возможных жертв буллинга:

- ✓ Дети с более высоким уровнем тревожности, чем в среднем в группе. Им часто не хватает уверенности, жизнерадостности, она нередко кажется грустными.
- ✓ Низкая самооценка и негативное представление о себе. Они могут создавать впечатление, что не смогут оказать активное сопротивление, когда на них нападают сверстники; не умеют адекватно реагировать на агрессию, становятся «легкими» объектами нападков и травли.
- ✓ Отсутствие друзей в группе и трудности в выстраивании и поддержании близких отношений со сверстниками, препятствуют формированию защищающих отношений в классе, поддерживает представление ребенка о себе как закономерном объекте травли.
- ✓ Для мальчиков в определенном возрасте становится важной физическая сила. Ребенок, подвергающийся травле часто физически слабее своих сверстников, что наряду с его особенностями реагирования снижает возможности ребенка противостоять нападкам со стороны сверстников.
- ✓ Особенности внешности. Полнота, отчетливые недостатки внешности, непривлекательность, плохая одежда и другие внешние признаки, к которым легко придаться, начать дразнить ребенка, особенно не умеющего постоять за себя.
- ✓ Особенности поведения. Дети, которые плохо учатся, чрезмерно подвижные и невнимательные, вспыльчивые (не умеющие управлять своей агрессией), не умеющие держать дистанцию, с нелепыми проявлениями, раздражающими окружающих и т.п.
- ✓ Объектами травли могут стать дети, принадлежащие к этническому, национальному или религиозному меньшинству.
- ✓ Нетрадиционная сексуальная ориентация универсальный фактор высокого риска травли. Часто подвергаются издевательствам и подростки, поведение которых выглядит недостаточно маскулинно («по – девчачьи»).
- ✓ Повышенная тревожность по отношению к своему телу («телесная тревожность»):

может бояться боли, плохо справляться с физическими играми, спортивными занятиями, любым физическим противостоянием, либо обладать плохой координацией (касается преимущественно мальчиков).

- ✓ Жертвой буллинга легко может стать чувствительный, тихий, замкнутый, пассивный, послушный, застенчивый ребенок, который легко и часто плачет, а также избегает прямой конфронтации в общении, испытывает трудности с самоутверждением в группе сверстников.

2. Выявление и диагностика буллинга

А. В школе

Первичные признаки:

- ✓ Ребенок регулярно подвергается насмешкам со стороны сверстников в оскорбительной манере, его часто обзывают, дразнят, унижают, либо угрожают ему, требуют выполнения пожеланий других сверстников, командуют им.
- ✓ Ребенка часто высмеивают в недоброжелательной и обидной манере.
- ✓ Ребенка часто задирают, толкают, пинают, бьют, а он не может себя адекватно защитить
- ✓ Ребенок часто оказывается участником ссор, драк, в которых он скорее беззащитен и которых пытается избежать (часто при этом плачет).
- ✓ Дети берут учебники, деньги, другие личные вещи ребенка, разбрасывают их, рвут, портят.
- ✓ У ребенка есть следы -синяки, порезы, царапины, или рваная одежда— которые не объясняются естественным образом (то есть не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т.п...)

Вторичные признаки:

- ✓ Ребенок часто проводит время в одиночестве, и исключен из компании сверстников во время перемен, обеда. У него, по наблюдениям, нет ни одного друга в классе.
- ✓ В командных играх дети выбирают его в числе последних или не хотят быть с ним в одной команде.
- ✓ Ребенок старается держаться рядом с учителем или другим взрослым во время школьных перемен.
- ✓ Избегает говорить вслух (отвечать) во время уроков и производит впечатление тревожного и неуверенного в себе.
- ✓ Выглядит расстроенным, депрессивным, часто плачет
- ✓ У ребенка резко или постепенно ухудшается успеваемость
- ✓ Не дают списать, не подсказывают, не спрашивает тему урока, домашнее задание.

В. Дома

Первичные признаки:

- ✓ Возвращается домой из школы с порванной одеждой, с порванными учебниками или тетрадями.
- ✓ У ребенка есть следы - синяки, порезы, царапины, или рваная одежда— которые не объясняются естественным образом (то есть не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т.п...).

Вторичные признаки:

- ✓ Никогда не приводит домой (после школы) одноклассников или других сверстников или очень редко проводит время в гостях у одноклассников или в местах, где они играют/проводят время.
- ✓ Нет ни одного друга, с которым можно провести время (играть, сходить в кино или на концерт, погулять или заняться спортом, поговорить по телефону и т.п.)

- ✓ Ребенка никогда не приглашают на праздники/вечеринки, или он сам не хочет никого приглашать и устраивать праздник (потому что считает, что никто не захочет прийти)
- ✓ Бояться или не хотят идти в школу, по утрам перед школой плохой аппетит, частые головные боли, боли в желудке, расстройство.
- ✓ Выбирает длинный и неудобный путь в школу и из школы.
- ✓ Беспкойно спит, жалуется на плохие сны, часто во сне плачет.
- ✓ Потерял интерес к школьным предметам/занятиям, ухудшилась успеваемость.
- ✓ Выглядит несчастным, расстроенным, депрессивным, или наблюдаются частые перемены настроения, раздражительность, вспышки.
- ✓ Требуется или крадет деньги у родителей (чтобы выполнить требования «агрессоров»).
- ✓ Наличие агрессивных (часто дерущихся, постоянно задевающих и оскорбляющих других детей, импульсивных) детей должно настораживать взрослых в отношении возможности существования буллинга.

3. Последствия травли для детей-жертв и для детских коллективов

Переживание буллинга в детском и подростковом возрасте чрезвычайно травматично и кроме актуальных последствий оказывает значительное влияние на дальнейшую жизнь человека. Прежде всего, влияет на формирование самооценки ребенка, его коммуникативные возможности, мотивацию к развитию и достижениям.

Актуальные последствия:

- ✓ Аффективные нарушения: снижение настроения, депрессивность, высокий уровень тревоги, многочисленные страхи, злость (большое количество негативных эмоций).
- ✓ Соматические нарушения: нарушения сна, аппетита головные боли, боли в животе, нарушения работы ж.к.т., неожиданные повышения температуры и т.д
- ✓ Когнитивные нарушения – неустойчивость внимания, трудности сосредоточения, нарушения концентрации памяти и т.п.
- ✓ Нарушение школьной адаптации: мотивации к учебе, пропуски школы, уроков, снижение успеваемости.
- ✓ Поведенческие нарушения: агрессивность, уходы из дома, протестное поведение и т.п.
- ✓ Суицидные мысли и попытки. К другим наиболее часто общим последствиям буллинга относятся снижение самооценки, нарушение доверия к окружающему миру.

Буллинг наносит существенный вред всем, кто в него вовлечен. Пострадавшие дети не только страдают от физической агрессии, но и получают психологическую травму, которая влияет на самооценку ребенка и может оказывать длительное воздействие на социальную адаптацию ребенка. Снижение успеваемости, отказ посещать школу, самоповреждающее поведение - наиболее частые последствия буллинга. Дети агрессоры чаще других детей попадают в криминальные истории, формируют искажённое представление о разрешении конфликтов и социальном взаимодействии. Дети, непосредственно не участвующие в травле, переживают много негативных эмоций: страха быть на месте жертвы, бессилия, негативного отношения к школе. Для учителей самыми частыми последствиями буллинга являются большее количество негативных эмоций в общении с детьми, проблемы с дисциплиной в классе, снижение статуса среди учеников, чувство собственной несостоятельности и бессилия, риск административных взысканий, когда ситуация выходит из-под контроля и травля приводит к физическим повреждениям, суицидальному поведению, конфликтам с родителями. Недоброжелательная обстановка, разобщенность между детьми, снижение мотивации к учебе недоверие к взрослым – это основные последствия травли для детского коллектива.

4. Профилактика и предотвращение буллинга.

1. Информирование учителей, сотрудников школы, детей и родителей о проблеме буллинга, его механизмах и последствиях
2. Единые для школы правила в отношении буллинга и скоординированные мероприятия по профилактике и преодолению
3. Обучение учителей
4. Групповые занятия с детьми
5. Оказание помощи жертвам буллинга
6. Взаимодействие с родителями

Цель:

1. Соблюдение прав и интересов детей;
2. Формирование у школьников толерантности, гуманности и уважения к правам человека;
3. Увеличение количества учащихся, получивших достоверную информацию о проблеме жестокости и насилия и путях ее преодоления.

Задачи:

1. Организовать информирование педагогов, учащихся и родителей по профилактике насилия и жестокого обращения;
2. Создание благоприятной психологической обстановки в школе для участников образовательного процесса.
3. Способствовать формированию позитивных межличностных отношений в классе, учебном заведении.
4. Предотвратить факты буллинга в классе, образовательном учреждении;
5. Формировать негативное мнение у учащихся ко всем формам жестокого обращения;
6. Оказать социальную, психологическую, педагогическую помощь и поддержку учащимся, попавшим в ситуацию буллинга;
7. Оказать помощь родителям по формированию устойчивых взглядов на воспитание, отношение в семье, разрешение конфликтов.

Целевая группа:

- учащиеся школы;
- педагоги;
- родители.

ПЛАН
мероприятий по противодействию и профилактике буллинга

№ п/п	Мероприятие	Срок выполнения	Ответственные
1.	Диагностика	В течении года, по мере необходимости	Психологи
2.	Классные часы <i>тематические</i>	2 раза в месяц	Классные руководители
3.	Беседы психолога	В течении года, по мере необходимости	Психологи
4.	Мероприятия по укреплению межличностных отношений участников учебного процесса.	В течении года, по мере необходимости	Психологи Соц.педагог
5.	Тематические классные родительские собрания <i>тематические</i>	Не реже 1 раз в четверть	Классные руководители
6.	Индивидуальные профилактические беседы с родителями, обидчиками и пострадавшими	В течении года, по мере необходимости	Классные руководители Психологи Со.педагог

Методика изучения удовлетворенности учащихся школьной жизнью.
(разработана А.А. Андреевым)

Цель: определить степень удовлетворенности учащихся школьной жизнью.

Ход проведения.

Учащимся предлагается прочитать (прослушать) утверждения и оценить степень согласия с их содержанием по следующей шкале:

- 4 - совершенно согласен;
- 3 - согласен;
- 2 - трудно сказать;
- 1 - не согласен;
- 0 - совершенно не согласен.

Таблица

1. Я иду утром в школу с радостью.	4	3	2	1	0
2. В школе у меня обычно хорошее настроение.	4	3	2	1	0
3. В нашем классе хороший классный руководитель.	4	3	2	1	0
4. К нашим школьным учителям можно обратиться за советом и помощью в трудной жизненной ситуации.	4	3	2	1	0
5. У меня есть любимый учитель.	4	3	2	1	0
6. В классе я могу всегда свободно высказать свое мнение.	4	3	2	1	0
7. Я считаю, что в нашей школе созданы все условия для развития моих способностей.	4	3	2	1	0
8. У меня есть любимые школьные предметы.	4	3	2	1	0
9. Я считаю, что школа по-настоящему готовит меня к самостоятельной жизни.	4	3	2	1	0
10. На летних каникулах я скучаю по школе.	4	3	2	1	0

Обработка результатов. Показателем удовлетворенности учащихся школьной жизнью (У) является частное от деления, где в числителе указывается общая сумма баллов ответов всех учащихся, а в знаменателе произведение количества учащихся на общее количество ответов (10). Например, общая сумма ответов 15 учащихся составляет 420. Тогда $420 : (15 * 10) = 2,8$. Полученный коэффициент соотносится с интервальной шкалой:

Таблица

Низкий уровень удовлетворенности учащихся школьной жизнью	0-2,5
Средний уровень удовлетворенности учащихся школьной жизнью	2,6-2,9
Высокий уровень удовлетворенности учащихся школьной жизнью	3-4

Методика социометрического изучения
межличностных отношений в детском коллективе
Метод Дж. Морено

Цель: методика социометрии направлена на изучение межличностных отношений в группе. Она позволяет определить неформальную структуру детской общности, систему внутренних симпатий и антипатий, выявить лидеров и «отверженных» членов группы. Социометрия позволяет понять, насколько окружающий ребенка коллектив благоприятствует его личностному развитию, насколько члены коллектива расположены к ребенку, насколько сам ребенок расположен к членам этого коллектива.

Подготовка: классный руководитель распечатывает бланки анкет для каждого учащегося. Следует обратить внимание, что данное социометрическое исследование является параметрической процедурой, то есть имеет ограничение выборов – 3.

Ход проведения: анкеты раздаются учащимся. Классный руководитель обращается к классу с просьбой ответить на вопросы анкеты, обязательно указав, что учащийся может сделать 3 выбора при ответе на каждый вопрос.

Обработка полученных результатов

Результаты опроса заносятся в специальный шаблон «Межличностные отношения». В нем по вертикали в алфавитном порядке расположены имена тех школьников, которые совершают выбор; а по горизонтали в том же порядке появляются имена тех школьников, кого выбирают. Просматривая по очереди все ответы школьников, вы заносите их в эту таблицу, ставите цифру 1, если есть выбор и пропускаете ячейки, если выбора нет. Все необходимые результаты вычислений появляются автоматически. Полученные результаты каждого класса переносятся в Шаблон на соответствующий лист.

Интерпретация полученных результатов

Анализируя полученные положительные выборы, можно сделать вывод о наличии в нем:

- «Звезд» – члены группы, захватывающие «центр сцены», подобно звезде. В высшую группу относят тех, кто получил 6 и более предпочтений;
- «Предпочитаемых», которые поддерживают в целом неплохие отношения с большинством членов коллектива – они получают от 3 до 5 выборов;
- «Пренебрегаемых», то есть тех, кто поддерживает хорошие отношения с очень узким кругом своих одноклассников или только друг с другом – они получают от 1 до 2 выборов;
- «Отвергаемых», то есть тех, кто не принят в коллективе, они не получают положительные выборы.

Полученные индексы покажут вам в наиболее общем виде картину межличностных отношений в коллективе.

Социометрический статус показывает позицию учащегося в классе: лидер – учащийся, имеющий ярко выраженный положительный индекс социометрического статуса, отверженный – учащийся с отрицательным индексом, рядовой член коллектива – средний индекс. Удовлетворенность своим положением в группе: Высокая удовлетворенность – значения более 0,2, Средняя удовлетворенность – значения больше 0 и меньше 0,2, «Нулевая удовлетворенность» – значения равные 0.

Анкета

Фамилия, имя
Класс

Анкета, которую мы предлагаем тебе заполнить, поможет улучшить отношения между школьниками в вашем коллективе, сделать его дружнее и сплоченнее. Ответь, пожалуйста, на следующие вопросы:

После каждого вопроса напиши фамилии тех своих одноклассников, которые соответствуют твоему выбору.

1. Представь, что ваш класс отправляется в самостоятельное и нелегкое путешествие.
 - Кого бы ты хотел видеть командиром вашей группы?
 - Кого бы ты никогда не выбрал командиром?
2. Если бы вашему классу пришлось участвовать в школьной олимпиаде по учебным предметам
 - Кого бы ты хотел видеть капитаном этой команды?
 - Кого бы ты не стал приглашать в эту команду?
3. У тебя день рождения.
 - Кого из класса ты бы пригласил к себе на день рождения?
 - Кого бы ты не стал приглашать?

Спасибо!

Анкета

Фамилия, имя
Класс

Анкета, которую мы предлагаем тебе заполнить, поможет улучшить отношения между школьниками в вашем коллективе, сделать его дружнее и сплоченнее. Ответь, пожалуйста, на следующие вопросы:

После каждого вопроса напиши фамилии тех своих одноклассников, которые соответствуют твоему выбору.

1. Представь, что ваш класс отправляется в самостоятельное и нелегкое путешествие.
 - Кого бы ты хотел видеть командиром вашей группы?
 - Кого бы ты никогда не выбрал командиром?
2. Если бы вашему классу пришлось участвовать в школьной олимпиаде по учебным предметам
 - Кого бы ты хотел видеть капитаном этой команды?
 - Кого бы ты не стал приглашать в эту команду?
3. У тебя день рождения.
 - Кого из класса ты бы пригласил к себе на день рождения?
 - Кого бы ты не стал приглашать?

Спасибо!

Социометрическое изучение межличностных отношений в классном коллективе (метод Дж. Морено)

Приложение 1

Дорогой друг!

Просим тебя ответить на несколько вопросов. Прежде чем ответить на каждый вопрос, внимательно прочитай все варианты ответов и обведи правильный, на твой взгляд, ответ.

Выбери свой пол: мужской женский Класс _____ Возраст _____

1. Вы знаете, что такое «буллинг»?

- а) да
- б) нет

2. Сталкивались ли вы с ситуациями издевательства одних людей над другими?

- а) да, сталкивался
- б) никогда не встречал(а)
- в) другое _____

3. Если да, то в какой форме:

- а) унижение
- б) оскорбления(вербальная агрессия)
- в) физическое насилие
- г) съемка издевательства на телефон
- д) кибербуллинг (угрозы, издевательства и унижение в интернете)
- е) другое _____

4. Являлись ли вы сами участником травли, издевательства?

- а) да, как наблюдатель;
- б) да, как жертва;
- в) да, как агрессор (тот, кто является инициатором травли);
- г) нет, не являлся (являлась)

5. Где чаще всего встречается травля?

- а) в школе;
- б) во дворе, на улице;
- в) в соц.сетях, в интернете;
- г) другое _____

6. Кто, с вашей точки зрения, чаще подвергается травле (буллингу)?

- а) тот, кто слабее и не может дать сдачи;
- б) тот, кто отличается от других (внешне, физически);

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.
Материалы к проекту «Скажем буллингу "Нет!"» (программа профилактики буллинга в образовательной организации)
<http://psy.su/psyche/projects/1813/>

- в) тот, кто имеет своё мнение
- г) другое _____

7. Встречали ли Вы ситуации травли школьников со стороны учителей?

- а) да, постоянно
- б) да, но редко
- в) нет, не встречал

8. Считаете ли вы, что взрослые недостаточно помогают детям, являющимися жертвами травли?

- а) да
- б) нет
- в) не задумывался об этом

9. Как вы считаете, можно ли избежать травли в школе?

- а) да, если вовремя заметят взрослые;
- б) да, если жертва изменит своё поведение;
- в) да, если наказать агрессора;
- г) нет, он неизбежен;
- д) другое _____

10. Кто, по вашему мнению, способен пресечь буллинг в образовательной организации?

- а) администрация
- б) педагогический коллектив
- в) родители
- г) ученики
- д) другое _____

Спасибо за участие!