

ISSN 1993-2626

серия
«УДАМОГУ ПЕДАГОГУ»

№ 1 (232)
январь / 2022

Минская школа сегодня

МИР ИТ
УЧИМСЯ
ОНЛАЙН

АКТУАЛЬНАЯ
ТЕМА

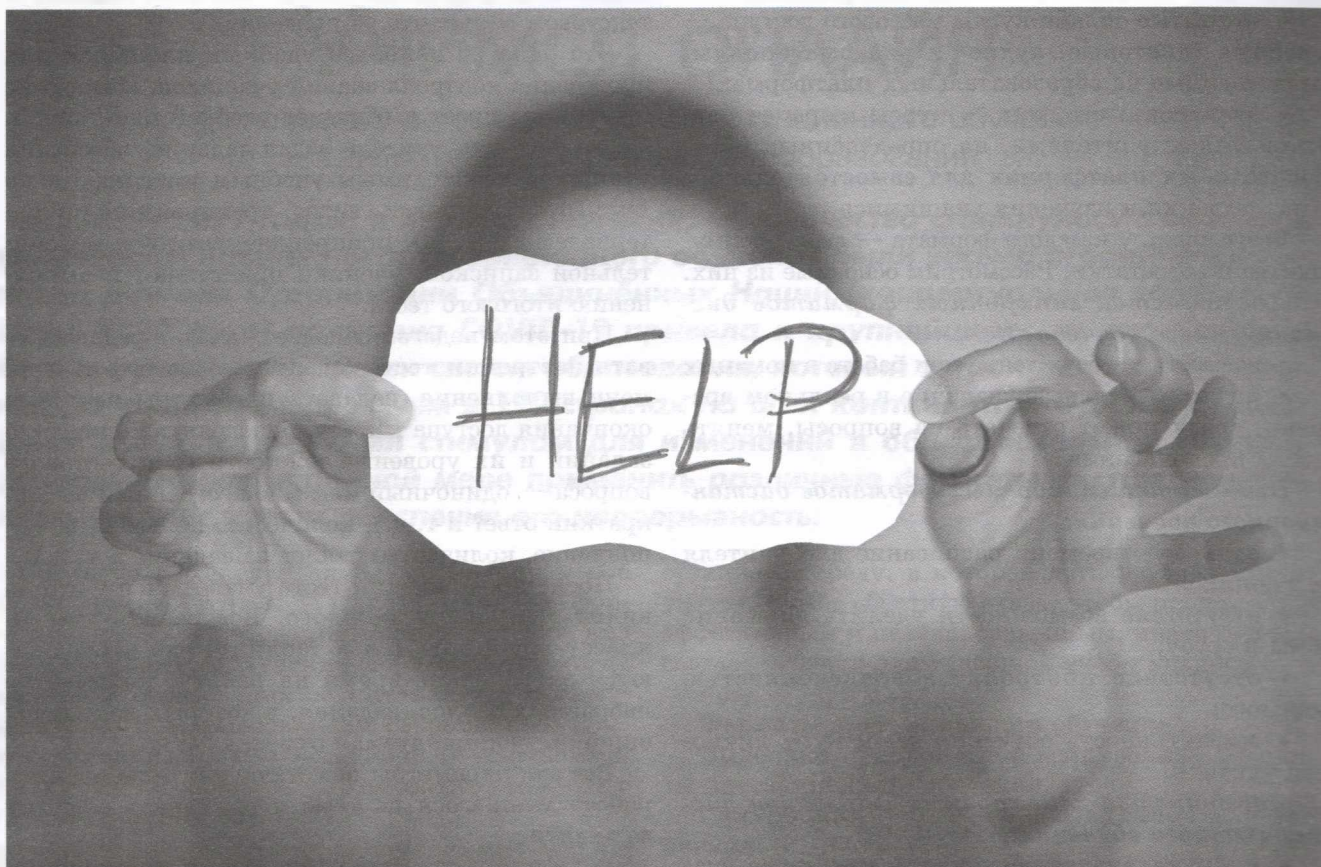
КОРРЕКТИРУЕМ
ЗВУКОПРОИЗНОШЕНИЕ
У ДЕТЕЙ

ЛИЧНОСТЬ
**ВИКТОРИЯ НЕМКОВИЧ:
ГЕРОИЗМ ПРЕДКОВ —
ОПОРА ПАТРИОТИЗМА**

научно-методический, научно-практический журнал
ИНДЕКСЫ: для индивидуальных подписчиков — 75011, для предприятий и организаций — 750112, belpressa.by — 666

ОЛЬГА СИДОРИК,

ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ № 136 г. Минска,
АРТ-ТЕРАПЕВТ, ЧЛЕН АССОЦИАЦИИ АРТ-ТЕРАПЕВТОВ РОССИИ



Буллинг в подростковой среде: ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ

Пандемия 2019 года явилась катализатором многих отрицательных явлений в обществе. Сложная психологическая и социальная обстановка отразилась и на детях. Так, по результатам анкетирования у 10–11-летних учащихся выявлена повышенная тревожность за будущее, несвойственная их возрастному периоду развития. В школьных коллективах чаще наблюдается повышенная агрессивность, проявляемая в резких, обидных высказываниях, а иногда и в физических действиях. Попробуем разобраться, что такое буллинг, каким он бывает, как ему противостоять.

Достаточно частым стало такое проявление детской агрессии, как буллинг. Под данным явлением понимается повторяющееся многократно агрессивное поведение группы людей по отношению к одному человеку. Причины буллинга в детском коллективе или в интер-

нет-сообществе могут быть разными: внешний вид, национальный признак, наличие отличных взглядов и т. п.

Важно различать буллинг и ситуативное задевание чувств ребёнка. О буллинге можно говорить только в том случае, если издевательства

любого характера являются постоянно повторяющимися и преднамеренными. Если же ребёнок сказал в адрес другого что-то обидное и данная ситуация не повторяется многократно, имеет место ситуативный конфликт. Если школьник на себе ощущает систематическое давление со стороны, то можно предположить, что он подвергается буллингу. Буллинг, как и любой конфликт, требует своевременного разрешения. Иногда взрослые формально относятся к детским проблемам, не подозревая, что любая затянувшаяся ситуация может привести к тяжёлым последствиям: стрессу, депрессии, замыканию в себе, агрессии, страхам, перепадам настроения, эмоциональной нестабильности. Также может нарушиться функционирование всего организма, а самое страшное последствие — суицид или мысли о нём.

Виды буллинга

В литературе описывают несколько видов буллинга: физический, психологический (вербальный) и кибербуллинг. Любое физическое воздействие (удары, подножки, порча вещей, вымогательства, принуждение воровать, выполнять школьные обязанности за других) относится к физическому буллингу.

Оскорбления, обзывания, унижения, замечания по поводу расовой и религиозной принадлежности — это психологический буллинг. К этой же форме травли чаще всего относят и создание вокруг ребёнка сплетен, лжи, обвинений, направленных на то, чтобы снизить его социальное положение. Психологический буллинг чаще всего встречается среди девочек, так как для них более значимы отношения в социуме, поэтому их издевательское поведение направлено на разрушение социальной жизни жертвы.

Современные дети сталкиваются и с кибербуллингом — травлей с использованием цифровых технологий. Данный вид давления на личность происходит в интернете. С учётом того, что все дети — активные пользователи Сети, необходимо разъяснять, как они могут защититься от данного вида травли. Как пример, можно ограничить взаимодействие с нежелательными пользователями посредством обращения к модератору. Также следует рассказать, что в интернете нужно вести себя так же, как и в реальной жизни.

В Сети существует мнимая анонимность, и нельзя переступать грани возможного, приводящие к сложным последствиям.

У каждого — чёткие роли

В ситуации буллинга всегда отслеживаются чёткие роли. Жертва — лицо, которое подвергается давлению со стороны. Зачинщиками, или агрессорами (буллерами), называются лица, которые являются инициаторами либо подстрекателями, по инициативе которых травля успешно развивается. Сам процесс буллинга осуществляют исполнители. Есть и наблюдатели, которые никакого участия в процессе не принимают, но спокойно отслеживают ситуацию. Могут быть и защитники, которые противодействуют агрессорам и успокаивают жертву. Как правило, инициаторы обладают лидерскими качествами, любят быть в центре внимания, властны, склонны подчинять себе других, физически сильны, не любят отказов, агрессивны. Сочувствия не проявляют, часто завистливы и нуждаются в самоутверждении. С ними сложно договориться. Исполнители — неуверенные в себе личности, ведомые, ищут одобрения на стороне, легко подчиняемые, трусливые и безответственные, агрессивные. Жертвами, как правило, становятся дети, имеющие явные отличительные признаки. Например, это могут быть отличники или, наоборот, дети с постоянной неуспеваемостью, с различными заболеваниями, изъянами во внешности, с недостаточной физической подготовкой, имеющие речевые дефекты, с низкой самооценкой, с необычным мышлением, с отличающимся вероисповеданием, дети вне современных трендов, любимчики педагогов, ябеды, из малообеспеченных или неполных семей и т. п. Иногда ребёнок становится жертвой по причине личной неприязни лидера коллектива. Наблюдателями же чаще всего руководит чувство страха, безысходность, стыдливость за своё пассивное поведение.

Как поступить родителю

Для того чтобы понять, испытывает ли ребёнок травлю, нужно в первую очередь быть наблюдательным и «говорящим» родителем. Дети, как правило, замалчивают информацию о том, что на них оказывается давление. Однако существуют определённые показатели, указывающие на то, что у ребёнка есть проблемы

во взаимоотношениях со сверстниками. Это могут быть открытые доказательства, такие как испорченные вещи, ушибы, синяки, травмы, школьник может просить больше денег на обед, чем необходимо, и т. д. Могут быть и такие проявления, как подавленное эмоциональное состояние, неустойчивое настроение, снижение успеваемости, нежелание ходить в школу, психосоматические расстройства, ухудшение настроения, страх, тревога при появлении кого-либо или после общения с кем-либо.

Если родители подозревают, что ребёнок попал в ситуацию буллинга, но умалчивает об этом, нужно вывести его на разговор. Это можно сделать через совместное чтение или просмотр фильмов соответствующего содержания. Обязательно обсудить действие героев, задать вопросы: «Как бы ты поступил, если бы в твоей школьной жизни были подобные истории? Что бы ты сделал, если бы был на месте жертвы?»

Список книг и фильмов для совместного прочтения и просмотра достаточно разнообразен. Например, для детей 7–11 лет можно рекомендовать фильм «Как стать принцессой», «Чучело», «Мост в Терабитию». Для более старших школьников подойдёт «Задира» — самый известный документальный проект о буллинге. Подросткам 16 лет и старше можно посоветовать посмотреть художественный фильм «Класс коррекции», интерактивный короткометражный фильм «Изгой» (с участием учащихся и педагога), родителям — «Зал самоубийц».

Многие фильмы детально раскрывают причины, почему дети уходят в себя либо в интернет, а также к чему может привести холодное и безразличное отношение родителей. Для выбора произведения родителям необходимо предварительно ознакомиться с излагаемой историей, так как именно они хорошо знают эмоциональный мир ребёнка и смогут решить, подойдёт ли ему данная картина или книга.

Рекомендации родителям ребёнка-жертвы

- В первую очередь нужно успокоить школьника, открыто, доброжелательно поговорить с ним, обеспечить ему ощущение защищённости и эмоционального комфорта.

- В беседе необходимо поблагодарить ребёнка за искренность, уверить его в том, что вы сможете ему помочь и во всём разберётесь.

- Поговорить с классным руководителем, руководством школы, так как о данной проблеме в школе могут и не знать. Объяснить ре-

бёнку, что нет никакой его вины в том, что его систематически унижают, оскорбляют, бьют или игнорируют. Затем предложить вместе подумать о том, что можно сделать для решения данной проблемы.

- Узнать у ребёнка, каким он видит выход из сложившейся ситуации. Некоторые родители считают своим долгом в обязательном порядке сразу же поговорить с другим ребёнком и его родителями. Это заблуждение. Не рекомендуется родителям жертвы вступать в открытый диалог со стороной обидчика один на один, использовать насильственные методы воздействия на зачинщика, так как это приведёт только к ухудшению ситуации.

Действия родителей должны быть направлены на оказание помощи собственному ребёнку.

1. Родители должны поговорить с ребёнком, чтобы понять, как он сам относится к сложившейся ситуации, что он чувствует, что уже было предпринято им. Родители могут напрямую спросить, какую именно помощь он бы хотел от них получить, предоставив право выбора. Можно задать вопросы: «Ты хочешь, чтобы я тебе посочувствовал, дал тебе какой-либо совет или вмешался в ситуацию?» Если ситуация не вызывает сильного беспокойства за безопасность ребёнка и он просит не вмешиваться, родителю стоит прислушаться, но вместе с тем отслеживать развитие событий. В этом случае ребёнку важно обозначить условия, при которых вмешательство родителей будет обязательным. Например, возникновение опасности для его жизни и здоровья.

2. Исключить любое общение с родителями зачинщика. Негатив о ребёнке у родителя вызывает оборонительное поведение или в крайнем случае закрытость, отказ идти на контакт, что усугубляет ситуацию. Правильным решением будет привлечение педагогов, в качестве нейтральной третьей стороны, для разговора с родителями зачинщика и исполнителей. Учитель знает и понимает, как компетентно провести беседу с родителями обидчика, сделать их более восприимчивыми к дальнейшей работе со своим ребёнком, чтобы ситуация стала меняться в лучшую сторону. Также важно родителям жертвы не вступать в контакт с самими зачинщиками или исполнителями, не пытаться их воспитывать и делать замечания, говорить о недостатках поведения и тем более угрожать. Подобное поведение неприемлемо для взрослых.

Важен и такой шаг родителей, как организация разговора ребёнка с педагогом, которому он доверяет, для предотвращения развития ситуации. А также необходимо рассказать ребёнку о буллинге как явлении, почему он возникает, что можно сделать самостоятельно, а что доверить опытному педагогу.

В обязательном порядке донести до ребёнка, что уход из этой ситуации — проявление мужества, внутренней силы, умения владеть собой и своими чувствами. Как сказал великий учёный А. Эйнштейн: «Слабые люди мстят. Сильные люди прощают. Умные люди игнорируют». Вступление в открытую борьбу может привести к тяжёлым последствиям как для стороны зачинщика, так и жертвы. Известны случаи, когда ребёнок под сильным давлением совершает суицид или преступление, попадая на скамью подсудимых в качестве обвиняемого.

Сотрудничество семьи и школы

Существенное значение в положительном разрешении ситуации с буллингом и профилактике его возникновения имеет эффективное сотрудничество семьи и школы. Часто можно слышать фразу, что все проблемы исходят из семьи. И это действительно так. В семье ребёнок формирует свой характер, отношение к окружающим, к успехам и неудачам. Однако это совсем не значит, что роль школы в становлении личности ребёнка минимальна. Педагоги имеют достаточный инструментарий для решения многих воспитательных проблем, в том числе и возникающих в детском коллективе. Главное, чтобы их слышали, им доверяли родители.

Приведу реальный случай из практики, подчёркивающий важность эффективного взаимодействия семьи и школы.

Мальчик 11 лет, достаточно высокий уровень интеллекта, перешёл в V класс из школы в гимназию. Спустя несколько месяцев мама стала замечать, что ребёнок стал замкнутым, на замечания может сразу расплакаться, в гимназию ходит без охоты, постоянных друзей у него нет. Одноклассники общаются с ним только в том случае, если им что-то нужно. Родители переживали по поводу складывающейся обстановки, пытались поговорить с сыном, но он им ничего не рассказывал. В результате проведённой работы выяснилось, что у ребёнка сильно снижена самооцен-

ка из-за средней успеваемости в классе. Он себя считал хуже всех остальных. Его одноклассники — более успешные. Они участвовали в олимпиадах и имели высокие баллы по предметам. Более того, мальчик был немного полнее других. На фоне сильных переживаний у мальчика сильно снизилась успеваемость и появились проблемы со здоровьем. Одноклассники это замечали и стали над ним шутить. Шутки всё больше имели характер сарказма и издевательства. Только после того, как в данную проблему вмешались родители, руководство и психолого-педагогическая служба гимназии, ситуацию получилось изменить в лучшую сторону. Правильные действия со стороны взрослых не допустили развития непредсказуемых последствий. Сегодня мальчик продолжает обучаться в том же классе, имеет хорошую успеваемость, участвует в олимпиадах по различным предметам.

Учёными психологами определены условия, которые способствуют значительному снижению буллинга в детской и подростковой среде: доверительный семейный и позитивный школьный климат, развитие навыков управления собственными эмоциями и чувствами, установление продуктивных отношений с окружающими, обретение самосознания, умение принимать решения и нести ответственность за свои поступки. Школьная среда, построенная на взаимоуважении, стремлении к пониманию и сочувствию своим ученикам, способствует укреплению психологического здоровья. Однако ситуации буллинга могут возникнуть в школьной среде даже с самым позитивным психологическим климатом. Поэтому важно и педагогам, и родителям обладать определённым уровнем знаний и навыков, педагогической мудростью для своевременного решения детских проблем.

Нередко встречаются ситуации, в которых дети подвергаются буллингу в семье со стороны братьев, сестёр и даже самих родителей. Игнорирование и обесценивание родителями чувств детей впоследствии приводит к потере доверия в семье, отстранённости и непониманию ребёнком собственных чувств и чувств других людей.

Взрослым необходимо научиться уважать, понимать и принимать чувства детей, идти на компромиссы, уступать и доверять. А главное — создавать в семье атмосферу любви и быть счастливыми.