



*Психологические науки*

**УДК 159.9**

**С.В. Бошук**

**Бошук Сергей Викторович**, педагог-психолог МКУ РЦ «Детство»  
(Краснодар, ул. Октябрьская, 120), e-mail: sergeyboshuk2006@rambler.ru

### **«НЕВИДИМЫЙ» БУЛЛИНГ В ШКОЛЕ И ЕГО ПРОФИЛАКТИКА**

В статье освещаются вопросы выявления буллинга в коллективе учеников с учетом малозаметных или скрытых признаков травли. Разбираются особенности различных форм буллинга, даются определения ролей участников буллинга с акцентом на жертве, а также раскрываются основные принципы профилактической работы с участниками образовательного процесса для решения проблемы школьного буллинга.

**Ключевые слова:** буллинг, формы буллинга, скрытая травля, жертва, агрессор, профилактика.

**S.V. Boshuk**

**Boshuk Sergey Viktorovich**, educational psychologist of the Municipal budget organization Resource centre «Detstvo» (120, Oktyabrskaya st., Krasnodar), e-mail: sergeyboshuk2006@rambler.ru

### **"INVISIBLE" BULLYING IN SCHOOL AND IT'S PREVENTION**

The article highlights the issues of identifying bullying in a team of students, taking into account subtle or hidden signs of bullying. The features of various

forms of bullying are analyzed, the roles of bullying participants are defined with an emphasis on the victim, and the basic principles of preventive work with participants in the educational process to solve the problem of school bullying are revealed.

**Key words:** bullying, forms of bullying, hidden bullying, victim, aggressor, prevention.

Проблема школьного буллинга, или травли, постепенно становится одной из наиболее заметных тем при анализе сложностей образовательного процесса. Актуальность и злободневность травли подтверждается и выпуском научных и популярных работ по теме, и стремительным ростом количества проявлений кибербуллинга (травли с помощью средств информационных технологий), и регулярными статистическими исследованиями. Например, в мае 2021 года программа «Травли.Net» фонда «Журавлик» и компания «Где мои дети» провели совместное исследование о буллинге в российских школах, опросив родителей учеников. Исследование показало, что более 30% опрошенных родителей в возрасте от 30 до 45 лет сами сталкивались с травлей в школе. Также была выявлена прямая корреляция между ролями в травле у родителей и их детей: дети бывших агрессоров сами становятся зачинщиками в семь раз чаще, чем дети жертв или свидетелей травли. В свою очередь, дети бывших жертв травли с большей вероятностью окажутся в такой же роли, чем дети родителей с другим опытом [1]. Таким образом, просвещение в вопросах буллинга и своевременная профилактика его проявлений позволит снизить их количество не только в настоящем, но и в будущем.

Буллинг – это систематическое насилие, травля со стороны ученика или группы учеников в отношении отдельного сверстника (как правило, беззащитного). Зачинщики буллинга преследуют цели затравить жертву, вызвать страх, деморализовать, унижить, подчинить и особенно – подавить

индивидуальность. Важно заметить, что буллинг – это не конфликт, а способ взаимодействия, поэтому буллинг от конфликта отличается прежде всего неравенством сил между агрессором и жертвой и четким разделением этих ролей. Акт буллинга допускает наличие двух обязательных участников – агрессора (зачинщика, организующего буллинг) и жертвы (лица, в отношении которого осуществляется буллинг), а также две вероятные участвующие стороны – сторонников агрессора (кто присоединился к травле по согласию или предложению агрессора) и наблюдателей (свидетелей, которым известно об акте буллинга).

Чтобы понять природу буллинга, необходимо обратиться к его смысловому содержанию. В дикой природе каждое существо заинтересовано примкнуть к группе подобных себе, чтобы выжить, и некоторым особям приходится выдерживать испытания доминантных представителей группы на готовность соответствовать их нормам, на жизнеспособность и умение отстаивать себя. Дети и подростки в школьный период также стремятся быть частью группы, если в ней нет чувства сплоченности и причастности, дети находят его в объединении против кого-то одного, кто отличается от остальных. Так, А.А. Бочавер и К.Д. Хломов приводят сведения о том, что насилие (дедовщина, буллинг) может стать фактором принудительного сплочения и средством самоорганизации группы [2]. Буллинг отчасти служит и способом совладания с эмоциональным напряжением от пребывания в принудительно сформированных группах. Нехватка желания (мотивации) у школьников выполнять поставленные перед ними задачи также приводит к применению разницы во власти для регуляции их послушания. И в этом случае буллинг помогает обеспечивать необходимое поведение в группе, поэтому может негласно поддерживаться учителями.

Буллинг может обращаться в различные формы, например, в хейзинг (неформальные ритуальные насильственные обряды, «дедовщина», «прописка»), виктимблейминг (обвинение самой жертвы в происходящем), харассмент (приставания различного характера), сталкинг (навязчивое

внимание, маниакальное преследование), аутинг (публичное разглашение компрометирующей жертву информации) и другие. Но буллинг не ограничивается одними лишь видимыми формами насилия, оставляющими свой след и имеющими наблюдателей. «Невидимый» буллинг подразумевает несколько значений – как то, что скрыто от посторонних глаз и о чем умалчивается жертвой или наблюдателями, так и те проявления буллинга, которые таковыми не считаются и упускаются из виду при равноценном переживании жертвы. Здесь следует обратить внимание на три вида скрытого психологического насилия, которые вхожи в систему буллинга и могут быть применимы к школьной среде, хотя чаще используются в области семейных отношений: газлайтинг, неглект и висхолдинг. Термин «газлайтинг» (gaslighting) возник в середине XX века благодаря одноименной английской пьесе «Газовый свет», главной идеей которой было поставить под сомнение адекватность героини путем психологических манипуляций. Так, газлайтинг – это разновидность психологического насилия, которая заключается в отрицании произошедших фактов, отрицании чувств самой жертвы и заставляющая ее сомневаться в своей адекватности. *Неглект* (neglect) – пассивное насилие, эмоциональный саботаж, игнорирование чувств и потребностей жертвы, ее обесценивание, равнодушие, оставление во фрустрированном положении при возможности помочь. О неглекте можно говорить, когда жертве неоткуда ждать помощи, кроме самого неглектера. В школьной жизни в роли неглектера могут выступать родители, учителя и более сильный сверстник, которые не замечают проблему или не хотят с ней связываться. *Висхолдинг* (visholding) – это увод разговора в сторону от волнующей темы. Представим себе попытку жертвы буллинга поговорить с агрессором или наблюдателем. Здесь висхолдинг будет выражаться в виде забалтывания проблемы, отшучиваний или оставления вопросов без ответа, после чего жертва непременно остается с чувством опустошения и беспомощности.

К. Аудмайер выделяет следующие виды скрытой травли: бойкот, насмешки и ирония, сплетни, злословие и «добрословие», ложная дружба [1, с. 78–95].

К сожалению, явления буллинга поддерживаются на плаву во многом благодаря мифам, которые пока не искоренены: например, «травля – норма взросления»; «педагоги легко замечают и пресекают травлю»; «одним детям буллинг не грозит, а другие будут затравлены в любой группе». Потакание этим мифам только оправдывает агрессоров, обвиняет жертв и поддерживает невмешательство наблюдателей, тем самым провоцируя новые проявления буллинга. Поэтому всем участникам образовательного процесса, особенно учителям, крайне важно не давать прямого или косвенного разрешения на подобную форму взаимоотношений. В своей статье А.А. Бочавер и К.Д. Хломов указывают на то, что реакция учителей на травлю обусловлена тремя видами убеждений о буллинге: нормативным (не предполагающим особого вмешательства педагогов), ассертивным (предполагающим важность самостоятельного разрешения детьми сложностей и развития у них уверенности и решительности) и избегающим (предполагающим организацию педагогом дистанции между преследователем и преследуемым и советы детям по взаимному игнорированию) [2].

Кто же становится жертвой буллинга? Как пишет К. Аудмайер, жертвой может стать почти любой, но у него обязательно будет повышенная чувствительность [1]. Фактически жертвой рискует стать тот подросток, кто удобен для травли из-за особенностей его внешности, психики и поведения. Из факторов риска, которые увеличивают вероятность стать жертвой травли, выделяются: непривлекательная или необычная внешность, необычное поведение, особенно если оно сочетается с неуверенностью («белые вороны», тихие, чувствительные, необщительные дети, которым сложно сдерживать эмоции, а их реакции нравятся агрессорам); дефекты речи; плохая физическая подготовка (у мальчиков); слишком низкий или высокий интеллект; причастность к каким-либо меньшинствам, субкультурам; другие

характеристики, выделяющие ребенка из толпы (любимчики учителей, дети учителей, дети из богатой или бедной семьи, ябеды). Среди признаков агрессора К. Аудмайер выделяет два основных: применение методов доминирования (от скрытого и явного игнорирования до оскорблений и физического воздействия) и преследование жертвы [1].

Поскольку акт буллинга происходит в благоприятствующем ему пространстве, необходимо обратить внимание на места повышенной опасности для жертв. Эту опасность представляют собой те места, которые находятся вне поля зрения учителей, и в этих условиях ученикам удастся дольше быть предоставленными самим себе: раздевалки, уборные, столовые, коридоры и их уголки, школьный двор и школьный автобус (особенно задние ряды). Отсюда можно выдвинуть предположение, что четкий временной регламент в школе и контроль за ним будет способствовать снижению проявлений буллинга, т.к. не останется свободного времени для совершения данных актов. Педагогам, в свою очередь, важно помнить, что какая-либо задержка времени или «зависание» школьного процесса ставит под удар прежде всего жертв буллинга.

Однако и присутствие педагога, даже на уроке, не всегда обеспечивает защиту учеников от различных форм буллинга. Каждый урок несет в себе потенциальную угрозу для травли некоторых учеников (или даже самого учителя), где поведение учителя и его слова могут спровоцировать насилие. Повышенный риск буллинга скрывают уроки с выраженным маскулинным компонентом – например, физкультура, ОБЖ, труды, где нужно проявлять определенные навыки и уверенность, решительность, ловкость, силу, смелость. Именно здесь могут себя проявить агрессоры и зачинщики травли, становясь любимчиками учителей и заручаясь их поддержкой. Поэтому учителям, в том числе и названных предметов ввиду их специфики, необходимо обладать достаточной чуткостью, наблюдательностью и педагогической этикой.

В буллинге всегда важен подтекст: что происходит в классе, какие отношения в нем сформировались, какие имеются группировки, есть ли у класса общие ценности, а также и те, кто в них не вписывается. У педагогов должна быть сформирована целостная картина класса с определенными ролями, чему способствует наблюдение за мелочами, происходящими в классе. Например, у кого отмечается страх выходить к доске, отвечать у нее, писать или читать текст с места; поднимается ли шум в классе во время ответа конкретного ученика, сопровождается ли он насмешками, прерываниями или шутками; кого провоцируют на реакцию тычками в спину, чьи вещи пытаются отобрать, кому демонстрируется пренебрежение. Ученика, находящегося в роли жертвы, можно вычислить по озабоченному чем-то выражению лица, не связанному с уроком, по оглядыванию по сторонам и другим признакам тревоги. У него зачастую проявляются нервные тики или жесты тела, различные психосоматические реакции.

Профилактика буллинга в образовательной среде может включать множество разнообразных мероприятий: совместную с детьми разработку и утверждение правил эффективного общения; классные часы; беседы, психологические тренинги, ролевые игры психолога с детьми; создание кружков, клубов или студий, где могли бы реализовать себя дети с самыми разными интересами; общешкольные квесты, конкурсы талантов, выставки достижений; мероприятия, способствующие сплочению детей; участие в благотворительных акциях, волонтерстве; чтение и обсуждение книг, где поднимается проблема травли; просмотр и обсуждение фильмов на аналогичную тему; написание сочинений; театрализованные постановки.

Особое место в профилактике травли должно занимать укрепление духовных, морально-нравственных основ воспитания личности детей, что в большей степени зависит от родителей. Существуют технологии привлечения родителей к профилактике буллинга, ведь не все из них знакомы с проблемой травли и адекватно оценивают ее серьезность. Напротив, родители агрессоров часто поддерживают своих детей в этой роли

(«надо добиваться своего», «быть сильными») и обвиняют жертву («сам виноват») или обесценивают ситуацию («дети есть дети»). Многие родители жертв, напротив, не поддерживают своих детей и критикуют их («что же ты не дал сдачи», «не надо было поддаваться», «нужно быть умнее и самостоятельнее», «надо было пожаловаться учителю»). Такая реакция может происходить в результате воспоминаний взрослых, когда над ними самими издевались в детстве, и желания отыграться, отреагировать на эти события с помощью своего ребенка.

Для повышения родительской компетентности необходимы собрания на тему буллинга, жесткого обращения с ребенком в семье; индивидуальные беседы с родителями зачинщиков и жертв, изгоев; консультации, тренинги на тему стилей воспитания, семейных конфликтов, психологических особенностей детей разного возраста. Рекомендовано использовать памятку для родителей, разместив ее на информационном стенде и на сайте. Она должна отвечать на вопросы: что делать, если вашего ребенка травят; как поступить, если вам стало известно о таком случае в классе (ваш ребенок – наблюдатель); что делать, если ребенок – зачинщик.

Поскольку буллинг – проблема комплексная, то в ней нельзя обвинять отдельных участников, а необходимо действовать вместе и сообща. Все элементы системы должны прилагать усилия к тому, чтобы искоренить среди нее явления буллинга. И, несмотря на то, что буллинг в том или ином виде существует всегда, профилактические мероприятия должны быть подчинены миссии – искоренить травлю как массовое явление.

### **Список используемой литературы:**

1. *Аудмайер, К.* Все на одного. Как защитить ребенка от травли в школе / К. Адумйер. – М.: Альпина Паблишер, 2016. – 152 с.
2. *Бочавер, А. А.* Буллинг как объект исследований и культурный феномен / А.А. Бочавер, К.Д. Хломов // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2013. – Т. 10. – № 3. – С. 149–159.



3. Травля в России в 2021 году: что думают родители, как действует школа. – URL: <https://childrenday.findmykids.org/bullying> (дата обращения: 11.11.2021).