**ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА ШКОЛЕ**



Каждый человек является личностью и каждый человек достоин уважительного отношения к себе. Уважение к себе начинается с достойного отношения окружающих к человеку. Самоуважение, как неотъемлемая черта личности, зарождается с самых юных лет, поэтому очень важно, чтобы дети и подростки росли и развивались в доброжелательной атмосфере, атмосфере уважения. Большую роль при формировании самоуважения, самооценки играет не только семья, но окружающие сверстники. Особенно мнение сверстников, становится очень важным в подростковый период, когда ведущей формой деятельности становится общение. Гармоничные отношения с ровесниками, наличие такой необходимой для подростков референтной группы (общности сверстников, чьи ценности и суждения они разделяют и принимают) очень сильно влияют на статус ребенка в коллективе.

Еще более ста лет назад уже существовала проблема сложных отношений среди учащихся, дети-жертвы этих отношений оказывались в группе риска. Современная картина идентична прошлому.

**Проблемные отношения среди учащихся** – травля или буллинг (от англ. «bully» – травля, задирание, дедовщина, одним словам агрессия одних детей против других, когда имеют место неравенство сил агрессора и жертвы, агрессия имеет тенденцию повторяться, при этом ответ жертвы показывает, как сильно она задета происходящим) распространены во многих странах. С чем же связано? Это связано с тем, что школа собирает незрелых личностей – детей и подростков, которые еще не в полной мере усвоили идеи уважительного и толерантного отношения к окружающим, поэтому в школе были и будут проблемы насилия.

**Буллинг как явление разнообразен** – это не только физическая агрессия, но и психологическая, кстати, психологическая агрессия встречается чаще всего. Вероятно, это связано с тем, что открытая физическая агрессия очень скоро будет остановлена взрослыми – педагогами и родителями, а психологические притеснения могут долгое время быть незамечены взрослыми. Так, по статистике на *первом месте* по частоте встречаемости – словесная травля (оскорбления, злые шутки, словесные провокации, обзывания, непристойные шутки и т.д.), на *втором месте* – бойкот, на *третьем* – физическая расправа, на *четвертом* – распространение слухов и сплетен, на *пятом* – воровство. Каждый вид травли оставляет неизгладимый след в душе ребенка или подростка, который подвергается этим издевательствам.

Важно понимать, что зачинщиками травли является не весь класс, а ограниченное количество учеников, все остальные, кто участвуют в насмешках, становятся последователями буллеров по большей части оттого, что дети-последователи сами боятся оказаться в роли жертвы, свою роль играет и так называемое «стадное чувство»: «Все пошли, и я пошел, все толкали и я толкнул». При этом последователи и сам лидер травли порой даже не догадываются, насколько огорчен, растерян и подавлен ребенок, над которым издеваются, ребенок-последователь просто участвует в общем веселье. Многие, издеваясь над другими, используют это как своего рода способ самоутверждения. Для кого-то из последователей возможно важно получить расположение лидера-буллера.

Инициаторами травли однозначно выступают дети с нарциссическими чертами характера, общеизвестно, что «основная особенность нарцисса – стремление к власти, самоутверждению за счет других». Быть «крутым», иметь авторитет среди сверстников, как человека, которому никто ничего не может сделать. И такое поведение, направленное на утверждение своей власти над кем-то или чем-то, становится все более распространенным. Сотни учителей подтверждают этот факт. Властолюбивые ученики делятся на активных и пассивных властолюбцев. Первые постоянно задевают не только одноклассников, но и учителя. Они снова и снова бросают ему вызов. С помощью слов и действий они как бы его атакуют. Они могут применять различные тактики: делать все очень медленно, не обращая внимания на напоминания о времени, сдавать незаконченные работы, шуметь в то время, когда остальные работают. Иногда они бормочут ругательства, когда их о чем-то просят, жуют жвачку. Они могут просто не считаться с требованиями учителя или соглашаться сделать что-то, но с явной обидой. Пассивные властолюбцы корректно ведут себя с учителями, но самоутверждаются на сверстниках или младших ребятах. Поэтому иногда, когда ребенок-жертва травли пытается найти помощи у взрослых, сообщает об издевательствах со стороны пассивных властолюбцев взрослые приходят в недоумение, так как не замечали ранее такого поведения. Очень часто такие издеватели говорят взрослому, что ребенок-жертва сам пристает и тут с подачи взрослых начинаются издевательства.

**Жертвами буллинга**, как правило, но не всегда, становятся дети чувствительные и не способные постоять за себя. В роли жертвы может оказаться практически любой. Это может быть и физически сильный ребенок, и ребенок, который хорошо учится и нравится учителям. Критерий может быть почти любой, достаточно наклеить ярлык. Это не те дети, которым не свойственно агрессивное поведение, как часто думают, а дети, которые лишены настойчивости, не умеют демонстрировать уверенность и отстаивать ее. Самая вероятная жертва – ученик, который старается сделать вид, что его не задевает оскорбление или жестокая шутка, но лицо выдает его (оно краснеет или становится очень напряженным, на глазах могут появиться слезы). Дети, которые не могут спрятать своей незащищенности, могут спровоцировать повторение инцидента со стороны агрессора. Это связано с проблемой различия жизнестойкости жертвы и буллера. Известно, что жизнестойкость «обидчиков» обладает более организованной (интегрированной) структурой, чем у «жертв». Буллинг, как негативное явление в школе, приводит к тому, что жертва теряет уверенность в себе. Также это явление может приводить к разной тяжести психическим отклонениям, а также психосоматическим заболеваниям, и может явиться причиной самоубийства.

В современном мире существует и такое явление, как кибербуллинг или угрозы через интернет. С возникновением «эры интернета» отношения в обществе подростков существенно поменялись, теперь очень много времени они проводят в различных социальных сетях, форумах, интернет стал неотъемлемой стороной жизни современной молодежи, а потому и многие вопросы они решают в его рамках. Так как дети и подростки это еще не зрелые личности, то порой в качестве форм решения возникших межличностных проблем некоторые могут использовать угрозы через интернет. Так как к социальным сетям имеет доступ сейчас каждый подросток и ребенок, то возможные оскорбления и обвинения наносят подвергшемуся угрозам большую психологическую травму.

Возникает вопрос: а как же быть родителю в таких ситуациях? Родители могут настоять, чтобы компьютер находился в общей зоне (кухне или гостинной) для исключения угрожающих сообщений в ночное время. Часто дети не сообщают о кибербуллинге, так как боятся, что родители отберут компьютер. Родители должны убедить ребенка, что все устройства останутся у ребенка, но буллинг – это проблема, и взрослые должны знать о ней, чтобы защитить своего сына или дочь.

Безусловно, с проблемой школьного буллинга и кибербулинга необходимо бороться. Буллинг – это разрушительное поведение более «сильных», направленное на более «слабых». Буллинг не бывает справедливым, так как «сильный» получает «удовольствие» от нанесённого ущерба (материального и морального) «слабому». Борьба должна в себя включать желание всего педагогического коллектива, родителей прекратить издевательства. Важно, чтобы именно все этого хотели, так как один педагог или родитель не может прекратить систему издевательств.

Используя определенные алгоритмы работы с буллингом в школе, можно уменьшить степень распространения этого отрицательного явления в школе. Важно определить формы буллинга, которые имеют место в школе. Можно психологу, социальному педагогу вести дневник наблюдений за поведением членов школьного сообщества, которые склонны к проявлению физического или психологического насилия. Полезно также составить и использовать психологом специальные анкеты, на вопросы которых смогли бы анонимно ответить все члены школьного сообщества, включая родителей. Это поможет оценить ситуацию и определить, какие меры необходимо предпринять. Они также дают возможность оценить масштаб буллинга и проанализировать его причины. Анализ анкет поможет понять, где, в каких местах школьники сталкиваются с буллингом и как они реагируют на него, кто из них заинтересован, нуждается в помощи в борьбе с этим явлением. После изучения проблемы нужно разработать меры по борьбе с буллингом. Важно обсуждать проблему со всеми участниками учебного процесса. Беседы со школьниками как индивидуальные, так и в группе очень важны и полезны. Обращение к чувствам школьников, моральная оценка действий «обидчиков» играют важную роль. Не менее важно грамотно построить разговоры с детьми, пострадавшими от насилия. Цель бесед с ними – вовлечь в игры или дружеские отношения с другими детьми. Нужно вести просветительскую работу с родителями и педагогами о проблемах булллинга и его последствиях.

Для решения проблем, связанных со школьным буллингом, можно разработать «Комитет по предотвращению буллинга», данная школьная организация может быть эффективным средством в противостоянии насилию в школе. Причем в этот комитет должны входить не только взрослые-педагоги и родители, но и учащиеся школы, так как учащиеся – члены такого комитета обладают более полной информацией о данном явлении. Со временем они приобретают навыки помощи жертвам насилия. Кроме того, у них появляется возможность эффективного решения своих личных проблем, связанных с этим аспектом школьной жизни. Школьники, которые состоят в таких комитетах, часто своими действиями, посредническими навыками, могут реально изменить в лучшую сторону ситуацию в школе. В «Комитет по предотвращению буллинга» рекомендуется включать школьников всех возрастов, так как проблемы буллинга существуют не только среди подростков, но и среди учащихся начальной школы. Отношения между членами комитета должны строиться на основе демократических принципов. В обязанности комитета входят: подготовка школьных собраний на тему буллинга, формирование специальных групп для работы с новыми учащимися (так как велика вероятность попадания «новеньких» в разряд изгоев), проведение бесед с установкой на повышение жизненного тонуса с учащимися, которые сталкивались с тем или иным видом насилия в школе, оказание помощи персоналу школы в решении проблемы буллинга.

**Если проявления буллинга не будут своевременно пресечены**, то они становятся всё более опасными. Реакция школьного сообщества на случаи насилия – важный аспект в решении этой проблемы. В этих условиях жизненно необходимой становится деятельность по профилактике школьного буллинга. Необходимо проводить классные часы, основными идеями которых будут темы об уважительном и толерантном отношении к окружающим людям. Социально-психологическая служба должна проводить с классами тренинги на сплочение классного коллектива, развития терпимости, развития эмпатийного мышления по отношению к окружающим, чтобы растущее поколение могло понимать, что чувствует ровесник в той или иной ситуации.

В заключение стоит отметить, что проблему школьного буллинга очень сложно искоренить из школы сиюминутно, но если вплотную и серьезно заняться этой проблемой всем участникам учебного процесса (учителям, родителям, учащимся), то высока вероятность того, что возможно избежать многих конфликтов, вероятнее всего, многие ученики смогут нормально существовать в школьном сообществе.