# **ЧТО ТАКОЕ БУЛЛИНГ?**

## ***История развития изучения явления «буллинг» в мире.***

Основоположниками масштабных исследований на западе по изучению явления «буллинг» являются норвежские ученые: Д.Олвеус, А.Пекасс, П.Хайнеман. Первые статьи про школьную травлю проявились в 1969 (П.Хайнеман), первая книга «Моббинг. Групповое насилие среди детей и взрослых» (П.Хайнеман), 1972г. Так постепенно научное мировое сообщество познавало и расширяло границы представлений о явлении «буллинг». Открываются новые стороны изучения детской и подростковой агрессивности, которые освещаются в научных статьях и книгах (книга Д.Олвеус «Мальчики для битья и школьные хулиганы», 1973, статьи Д.А. Лейн, 1974, 1988г.г.). [7]

В 1987 г. в Норвегии состоялась первая международная научная конференция, посвященная проблеме «моббинга», в которой приняли участие 40 ученых и работников школ из западно-европейских стран. С 1989 г. увеличилось количество исследований и их публикаций по проблеме на западе.

С начала 1990 г. исследователи «буллинга» уделяют особое внимание разработке профилактических мер, мер борьбы с буллингом и антисоциальным поведением. Первая профилактическая программа разработана Д.Олвеусом (The Olweus bulling prevention program (OBPP), в которой он предлагает уменьшить случаи внутришкольной травли не санкцонными методами, а изменениями климата школьной среды, привлекая к работе всех участников образовательного процесса. Эта программа имела хорошие положительные результаты, получила одобрение у Норвежского министерства образования, и сначала была реализована в своей стране, а затем адаптирована и внедрена в других странах мира. В настоящее время в мире существуют множество программ, где к теме буллинга может быть привязана иная проблематика: проблема мигрантов, профилактика делинкветного поведения, противодействие сексуальным домогательствам и др. Основными на сегодняшний день признаны Olweus Bullying Prevention Programm (программа предотвращения травли Д. Олвеуса), Positive Action, PA (Позитивное действие) — созданная в США, KiVa («хороший») — школьная программа из Финляндии. В которых «антибуллинговые» занятия начинаются с младшего возраста детей (4 лет), и продолжаются по окончанию средней школы. [8]

Первые упоминания о буллинге в России встречается в монографии ученого педагога, психолога И.А.Баевой (исследование безопасности школьной среды) в 2006 г. Выходит публикация статьи известного социолога И.С. Кона, посвящённая подростковому буллингу, в журнале «Семья и школа». В настоящее время изучением буллинга в России занимаются ученые-педагоги, психологи, социологи. Проблема буллинга освещена в работах М. Г. Нечаевой, В. С. Собкина, А. Началджяна, Г. Г. Румянцевой, Л. М. Семенюк, И. А. Фурмановой, В. Р. Петросянц, Д. Н. Соловьева, Д. Н. Гриненко и др. Они изучают различные проявления буллинга (аспекты межличностных взаимодействий в коллективе, особенностей личностей участников буллинга, их поведения, пола, семейно-социального окружения и пр.). Сегодня «буллинг» в России и за рубежом, представляется хорошо изученным явлением, ученые, педагоги, понимают необходимость проведения комплексных профилактических «антибуллинговых» мероприятий, которые постепенно внедряются в современное общество. Однако единая национальная программа в России, обобщающая международный и отечественный опыт успешных практик по предупреждению этого явления, на сегодняшний момент не разработана.

## ***Определение понятия «Буллинг», «Кибербуллинг». Особенности буллинга***

Англоязычные термины, называющие это явление: буллинг (от «булли» – бычок, задира) и моббинг (от «моб» – толпа), связаны по смыслу с причинами, вызывающими травлю: подростковая агрессия и групповая агрессия.

Кибербуллинг представляет собой совокупность агрессивных действий в адрес конкретного человека в общении через интернет или посредством мобильной связи.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) определяет насилие как преднамеренное применение силы, направленное на себя, иное лицо или группу лиц, которое влечет, или с большой вероятностью может повлечь нанесение телесных повреждений, психологической травмы, смерть, отклонения в развитии или другой ущерб.

Насилие отличается от других действий тем, что оно носит преднамеренный характер.

В буллинге наиболее распространены следующие виды насилия:

**Физическое насилие** (любой акт насилия, связанный с прямым физическим контактом, причиняющим боль, и имеющий различные последствия для жертвы насилия) – это действия с применением физической силы в целях причинения человеку боли, дискомфорта, унижения его достоинства.

К физическому насилию относятся удары, наносимые рукой, ногой, при помощи каких-либо предметов, избиение, толчки, пинки, подзатыльники, укусы, надирание ушей, выкручивание рук, заламывание пальцев, принуждение оставаться в какой-либо неудобной или унизительной позе, удушение, дерганье за волосы, тряска и нападение с каким-либо предметом или оружием и др.

**Психологическое насилие** может выражаться в форме вербального насилия (угрозы, оскорбления, обесценивание, унижение и др.) или в форме эмоционального насилия (контроль над поведением другого человека, непрямые угрозы или унижение, ограничение общения, преследовании, слежка).

Психологическое насилие проявляется в насмешках, обзываниях (присвоении обидных кличек), высмеивании, отказе от общения, недопущении в группу, оскорблении, грубых и унизительных высказываниях, ругани, которые подрывают самооценку и самоуважение человека.

Физическое и психологическое насилие часто начинается с запугивания – угроз в устной или письменной форме (в том числе с использованием электронной почты, социальных сетей). Если обидчик не получает должного отпора, как правило, он вновь и вновь прибегает к насилию – оно становится систематическим.

Систематическое насилие над человеком толпой, и под негласным одобрением толпы называют буллингом.

Буллинг не происходит, когда два ученика с одинаковыми физическими возможностями часто спорят или борются.

Буллинг всегда преследует цель затравить жертву, вызвать у нее страх, деморализовать, унизить, подчинить. [6]

**Можно выделить некоторые особенности буллинга.**

1. Буллинг – это групповой процесс, затрагивает весь класс (группу), где оно происходит.
2. Буллинг асимметричен (с одной стороны находится обидчик, обладающий властью в виде физической и/или психологической силы, с другой – пострадавший, такой властью не обладающий).
3. Буллинг осуществляется преднамеренно, разрушает здоровье, самоуважение и человеческое достоинство.
4. Буллинг никогда не прекращается сам по себе: всегда требуется защита и помощь пострадавшим, инициаторам буллинга (обидчикам) и свидетелям.

## ***Участники буллинга***

1. ***Инициаторы*** (обидчик, агрессор) характеризуются как индивиды, обладающие высоким потенциалом общей агрессивности.
2. ***Помощники инициатора***, характеризуются стремлением помогать и подражать «обидчику». Они пользуются прямым буллингом, именно они обзывают и бьют.
3. ***Защитники «жертвы»***, как правило, обладают наибольшим авторитетом среди одноклассников. Они реже всех проявляют буллинг по отношению к сверстникам и реже подвергаются буллингу.
4. ***Жертвы*** испытывают психологическое насилие, изолированность и одиночество, ощущение опасности и тревоги. «Жертвам» буллинга свойственно проявление симптомов депрессии, высокий уровень тревожности и иные сходные отрицательные эмоциональные проявления.
5. ***Наблюдатели (свидетели)***. В ситуациях буллинга в роли «свидетелей» находится большинство детей во всем своем многообразии и разнородности.

Как подчеркивает ряд ученых, вовлеченность в процесс буллинга представляет собой серьезную угрозу для социально-психологической и академической адаптации к школе как жертв буллинга, так и его инициаторов, а также свидетелей буллинга.

В своем исследовании С. Salmivalli отмечает, что в основе буллинга сверстника лежит мотив достижения булли (обидчиками) более высокого статуса и авторитетной позиции в классе. В исследовании J. Sitsema и его коллег установлено, что вероятность вовлечения в буллинг сверстника в качестве инициатора травли имеет прямую связь с фиксируемой у него высокой ценностью статуса, что особенно характерно для мальчиков подросткового возраста. Чаще всего булли выбирают в качестве жертвы того, кто легко подчиняется, не уверен в себе, физически слаб и обладает либо низким статусом в группе сверстников, либо вообще отвергается ею. Это позволяет обидчикам постоянно демонстрировать свою власть в группе и подтверждать свой высокий статус, не опасаясь противодействия. Для булли очень важна аудитория, поэтому они инициируют нападение на жертву именно в присутствии сверстников.

Как отмечают американские исследователи буллинга С. Salmivalli с коллегами, для булли наиболее значима любая обратная связь (улыбка, кивок, заинтересованный взгляд, удивление) со стороны свидетелей буллинга, которая подкрепляет их действия и усиливает давление на жертву, было выявлено, что в случае, когда подростки-свидетели вступаются за жертву, они резко снижают уровень агрессии булли. [6] [7]

## ***Причины применения насильственного поведения со стороны «агрессора»***

***1. Личностные особенности «агрессора»***

Как правило, дети и подростки, совершающие насильственные действия, ведущие себя агрессивно, отличаются некоторыми индивидуальными психологическими особенностями: импульсивностью, низким уровнем контроля за своим поведением и эмоциями, высокой склонностью к проявлениям вербальной агрессии. Обучающиеся, систематически издевающиеся над сверстниками, а иногда и учителями, обычно делают это вполне сознательно, чтобы самоутвердиться, почувствовать и продемонстрировать свою власть. Их агрессия вызвана не столько неумением сдерживать гнев, сколько желанием устрашить, причинить боль и страдания другим при отсутствии угрозы наказания.

***2. Семейные факторы***

Вероятность проявления насилия в образовательной организации повышается из-за социально-психологического неблагополучия в семье, отсутствия контроля за жизнью ребенка со стороны родителей, опыта насильственных отношений внутри семьи, отсутствия теплых доверительных отношений с родителями, эмоциональной холодности и низкой степени сплоченности членов семьи, отсутствия взаимной поддержки. Насилие в отношениях между родителями и со стороны родителей в отношении детей может стать для ребенка моделью межличностных отношений, в основе которой будет лежать агрессия и насилие. Нередко обидчиками становятся дети, которых родители учат вести себя доминантно, подавлять других и отстаивать свои интересы любой ценой.

***3. Факторы среды***

Неблагоприятный социально-психологический климат в образовательной организации, стресс, отсутствие должного контроля со стороны учителей, их нежелание справляться с отдельными проявлениями насилия, и неумение оказывать адекватную и своевременную помощь его участникам, а также равнодушие к происходящему со стороны остальных учащихся, и их родителей создают подходящую среду для проявления единичных случаев насилия, и их перерождения в систематическую травлю.

***4. Традиции школьной среды.***

Традиции, провоцирующие и стимулирующие жестокость (общий психоэмоциональный фон отношений между подростками, его «политическая» система, особенности отношения педагогов к школьникам, система взаимоотношений внутри классного коллектива как референтной группы, наличие общепризнанных социальных ролей, включающих роли «жертвы» и «хозяина», традиции в социуме, пропагандируемые средствами массовой информации). [1] [5] [6]

## ***Особенности детей, подвергшимся булллингу***

• ***Особенности внешности***. Полнота, отчетливые недостатки внешности, непривлекательность, плохая одежда и другие внешние признаки, к которым легко придраться, начать дразнить ребенка, особенно не умеющего постоять за себя. Часто подвергаются издевательствам и подростки, поведение которых выглядит недостаточно маскулинно («по –девчачьи»).

• ***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.

• ***Принадлежность к этническому, национальному или религиозному меньшинству.***

• ***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).

• ***Чувствительность, замкнутость.*** Пассивный, послушный, застенчивый ребенок, который легко и часто плачет, а также избегает прямой конфронтации в общении, испытывает трудности с самоутверждением в группе сверстников.

* ***Имеющие сложности с обучением*** и низкий уровень развития интеллекта. Низкие способности детерминируют и более низкую обучаемость ребенка. Плохая успеваемость формирует низкую самооценку: «Я не справлюсь. Я хуже других» и т. д.
* ***Болезненность.*** Существует масса расстройств, которые вызывают насмешки и издевательства сверстников: эпилепсия, тики и гиперкинезы, заикание, энурез (недержание мочи), энкопрез (недержание кала), нарушения речи–дислалия (косноязычие), дисграфия (безграмотное письмо), дислексия (нарушение обучению чтению), дискалькулия (нарушение обучению счету) и т. д.

Исследования как западных (Д. Лэйн, Д. Олвеус, В. Бесаг), так и российских (И.С.Кон, И.С. Бердышев, О.А. Маланцева) ученых, позволяют сделать следующие выводы: в большинстве случаев подростки-жертвы буллинга молчат о том, что над ними издеваются. При этом жертва, как правило, ощущает свою беззащитность и угнетенность перед обидчиком. Это приводит к чувству постоянной опасности, страху перед всем и вся, неуверенности и, как следствие, к утрате уважения к себе и веры в собственные силы, что значительным образом влияет на дальнейшее развитие личности человека. [2] [4]

## ***Стадии становления буллинга в коллективе***

1. Первая стадия – это образование буллинг-группировки. В детско-подростковом коллективе вокруг «лидера», стремящегося к самоутверждению через демонстрацию физической силы или других форм насильственных действий, может образоваться группа «сторонников», также стремящихся к доминированию, к защите или покровительству «лидера». Если первые же проявления насилия не пресекаются решительно и строго, то их главный инициатор – «лидер» убеждается в своей безнаказанности, это повышает его авторитет среди сторонников и укрепляет группировку.

2. На второй стадии давление упрочняется. Невмешательство учителей, равнодушие одноклассников позволяют насильственным действиям повторяться, а подвергающийся им ученик постепенно теряет способность и волю к сопротивлению. Становясь более уязвимым, он тем самым дает повод для последующих нападений.

3. Третья стадия - деструктивное поведение. За учеником, который регулярно подвергается нападкам, окончательно закрепляется статус жертвы. [5] [6]

4. Четвертая стадия – изгнание.

## ***Типы адаптации подростков к буллингу***

***1.*** ***Активное сопротивление*** (ориентация на поддержку и постоянные попытки самостоятельно договориться с булли). Пострадавший также может начать активный поиск поддержки и помощи от третьих лиц, но, если помощь не приходит вовремя и насилие не прекращается, пострадавший может прибегнуть к защитной поведенческой реакции – уходу от проблемы через увлечение каким-либо видом деятельности, возможно, ранее ему не свойственным. Это может быть максимальное погружение в виртуальный компьютерный мир или примыкание к молодежным субкультурам, а в худшем случае – злоупотребление алкоголем и наркотиками.

***2.*** ***Пассивное сопротивление*** (от плача и истерики с попытками самозащиты в случае физического насилия до реакций усиления заикания, невротических тиков, энуреза, энкопреза и т. д.). Для жертвы буллинга проявляется в разнообразных по силе и качеству эмоциональных переживаниях, вызванных постоянным ощущением тревоги, угрозы, страха (проявляются через плаксивость, агрессивность, озлобленность, раздражительность и обидчивость или, наоборот, привести к эмоциональному самоустранению, холодности, замкнутости). Они также могут стать причиной психосоматических защитных реакций организма – заикания, энуреза. Постепенно может развиваться так называемое «катастрофическое мышление», которое приводит к ощущению тотальной безнадежности и безысходности.

***3.*** ***Отказ от сопротивления***. У жертвы формируется ощущение неизбежности и непреодолимости ситуации буллинга, которая ужа стала атрибутом повседневной жизни Окружающие, привыкнув к постоянным издевательствам над этим человеком, его же обвиняют в сложившейся ситуации. Человек сам начинает верить в то, что виноват в издевательствах над собой. Своими силами он уже не может справиться с ситуацией, он подавлен, запуган и деморализован.

***4***. ***Бегство от жестокого обращения*** (избегание любых контактов и мест, связанных с буллингом), псевдоактивное сопротивление (провоцирование новых ситуаций буллинга, излишние конфликтность и агрессивность). Жертва, доведена до крайней степени отчаяния и ощущения одиночества, стремясь избежать встреч с обидчиком и дополнительной травматизации, начинает пропускать учебные занятия или вовсе перестает посещать образовательное учреждение, возникают мысли о суициде). [3] [7]

## ***Последствия буллинга***

**Последствия для жертв**

1. Трудности в обучении: снижение успеваемости (невозможность сосредоточиться из-за стресса), пропуски занятий (страх нахождения с «агрессором», мучительность переживания издевательств);
2. Личностные: сниженная самооценка (неверие в свои силы, искаженный образ себя, низкий ресурс развития личностного потенциала, тревожные расстройства, неврозы, депрессии);
3. Социальные (автономность, отсутствие стремления к общению и коммуникации, стремление к формированию устойчивых социальных связей);
4. Психосоматические (обусловленные стрессом) заболевания, которые также могут быть очень длительными и устойчивыми к лечению;
5. Суицидальные мысли и попытки, которые отмечаются у жертв травли в 5 раз чаще, чем у остальных школьников.

**Последствия для агрессоров**

1. Закрепление убеждения, что желаемое можно получить силой, уверенные в том, что «господствуя» и подчиняя себе других посредством травли, угроз, физических издевательств, им гораздо легче будет добиваться своих целей в дальнейшем перекладываемое на все сферы социального взаимодействия.

2. Закрепление навыков «агрессивного» поведения в общении и поведении.

3. Низкий уровень эмпатии (понимание чувств и эмоций другого человека).

**Последствия для свидетелей**

1. Формирование устойчивого поведения «бездействия», и страха к «действиям» в ситуации столкновения с насильственным поведением;

2. Формирование представлений, о том, что психологические и физическое давление является «нормой» при взаимодействии с социумом. [6]

# **Литература**

1. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности: Учебное пособие для специалистов и дилетантов. СПб.- 2009
2. Глазман О.Л. Психологические особенности участников буллинга / О.Л. Глазман // Гришина Н.В. К вопросу о предрасположенности к конфликтному поведению// Психические состояния. Л., 1981
3. Илларионова Е.С., Шалагинова К.С. Проблема буллинга в подростковом возрасте / Е.С. Илларионова, К.С. Шалагинова К.С.// Материалы V Международной студенческой электронной научной конференции «Студенческий научный форум» /2003;
4. Лэйн Д.А. Школьная травля (буллинг) // Детская и подростковая психотерапия / под ред. Д. Лэйна и Э. Миллера. - СПб: РГиТ, 2001
5. Ожиева Е.Н. Буллинг как разновидность насилия. Школьный буллинг / Ожиева Е.Н. [Электронный ресурс]: Питер пресс, 2010.
6. Предотвращение насилия в образовательных учреждениях. Методическое пособие для педагогических работников /Л.А. Глазырина, М.А. Костенко; под ред. Т.А. Епояна. – М., 2015
7. Противодействие школьному буллингу: анализ международного опыта / Д. В. Молчанова, М. А. Новикова; Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Институт образования. — М.: НИУ ВШЭ, 2020. — 72 с.— 200 экз. — (Современная аналитика образования. № 1 (31)).
8. Сибирский психологический журнал/Методологические обоснования для разработки программ профилактики подросткового буллинга/Е.Н. Волкова, Л.А. Цветкова, И.В. Волкова/ 2019 № 74. С. 88-100