

## БУЛЛИНГ В ШКОЛЕ

Тарасова Екатерина,  
Утеулиева Марина Олеговна  
[tarasova.katrin84@gmail.com](mailto:tarasova.katrin84@gmail.com)

Студенты 1 курса образовательной программы 6В01301-Педагог начального уровня образования

Атырауский университета им.Х.Досмухамедова г.Атырау, Республика Казахстан.

Научный руководитель: к.п.н., ассоциированный профессор - Утешкалиева А.М.

Каждый человек является личностью и заслуживает достойного обращения. Уважение к себе начинается с достойного отношения окружающих к человеку. Самоуважение, как неотъемлемая черта личности, формируется в раннем возрасте, поэтому крайне необходимо, 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 общение становится основной деятельностью. Доброжелательные отношения со сверстниками оказывают существенное влияние на положение ребенка в коллективе.

Однако, действительность часто отличается от желаемого, и не стоит полагать, что это связано с якобы более жестокой нашей современностью. Еще в 1910 году в Вене Зигмунд Фрейд, Альфред Адлер организовали первый в Австро-Венгрии конгресс, посвященный теме суицида, в частности, среди школьников. То есть проблема сложных взаимоотношений между учащимися существовала ещё более столетия назад, дети-жертвы этих отношений оказывались в группе риска. Современная картина идентична прошлому. Проблемы во взаимоотношениях между школьниками, такие как травля или буллинг, широко распространены во многих государствах.

Буллинг – это проявление постоянной агрессии, направленной на одного и того же человека. Другими словами, издевательство, травля. Существует три ключевых признака, которые выделяют буллинг среди других форм негативного поведения и действий: сосредоточенность на определенном человеке, регулярность происходящего и доминирование одной стороны в конфликте – будь то моральное превосходство, численное или физическое над другой стороной.

Это довольно широкое понятие, которое включает в себя разные виды насилия: физическое, эмоциональное, экономическое, а также кибербуллинг. В буллинге всегда есть три действующих лица: **агрессор** - тот, кто инициирует насилие или подключается к нему, **жертва** - тот, на кого направлено насилие, **наблюдатели** - те, кто не участвует в травле, но и не останавливает её. Согласно результатам метаанализа Высшей школы экономики, 35% школьников со всего мира так или иначе вовлечены в буллинг, 15% – в киберагрессию. Больше половины всех жертв травли предпочитают не рассказывать о случившемся.

Игнорирование проблемы лишь усугубляет положение жертвы. Существуют тревожные признаки, которые нельзя оставить без внимания:

- Необъяснимые телесные повреждения (такие как порезы и синяки), особенно если они повторяются.
- Отказ от посещения школы или участия в общественных мероприятиях, избегание общения с друзьями.
- Частые случаи потери вещей или исчезновение предметов из дома, порчи одежды или книг, поломки гаджетов и других личных вещей.
- Выражение чувства одиночества, скрытность и замкнутость.
- Резкие изменения в поведении: повышенная тревожность, чрезмерная привязанность к родителям, нежелание выполнять свои повседневные дела.

- Необоснованная агрессия, запугивание более слабых.
- Жалобы на физические боли без каких-либо медицинских причин (например, головные боли, проблемы со сном, пищевые нарушения).
- Внезапное ухудшение успеваемости и трудности в концентрации внимания.
- Ребенок начинает выражать недовольство тем, что раньше его не волновало (например, внешность или условия проживания).
- Саморазрушительное поведение, побег из дома, нанесение себе телесных повреждений или разговоры о суициде.

*Недопустимо:*

- Надеяться на самостоятельное разрешение ситуации и игнорировать проблему.
- Попытки найти объяснения и оправдания. Наличие объективных причин не делает буллинг приемлемым.
- Путать травлю с обычной непопулярностью.
- Рассматривать травлю исключительно как личную проблему жертвы. В сложной ситуации оказываются и те, кто становится свидетелями издевательств. Многие осознают происходящее, но боятся вмешаться, опасаясь стать следующими жертвами.
- Считать травлю проблемой личностей, а не группы. Причина травли – не в особенностях жертвы, а в особенностях группы, в размытости границ допустимого и недопустимого, отсутствии правил игры либо отсутствии взрослых, устанавливающих эти правила.
- Давить на жалость к жертве. Лишнее негативное внимание к жертве только усугубит ее положение.
- Мириться и терпеть.

В разных странах наблюдаются различные формы буллинга. Согласно статистике, наиболее распространенной является 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. Любая форма травли оставляет глубокий след в психике ребенка или подростка, который подвергается этим издевательствам.

Вот как взрослые вспоминают о травле, которую пережили в школьные годы: Ситуация 1: «Мальчики вплоть до 11 класса обзывали меня „свиньёй“ и „жирдяйкой“.

В шестом классе они разрезали спортивные штаны, которые лежали в раздевалке, а потом смеялись, что штаны разошлись из-за веса».

Ситуация 2: «В столовой одноклассники кидались едой, поэтому приходилось есть в туалете, чтобы меня не могли достать. Как-то на уроке литературы одноклассник ради шутки толкнул меня со стула, и я упала вместе с партой, поцарапав всё лицо».

Ситуация 3: «Весь класс обзывал меня „хипстером“ и „бомжом“, некоторые писали это на двери моей квартиры. Мне пришлось закрыть все соцсети, прекратить со всеми любое общение и держаться обособленно».

Зачинщиками травли является конечно не весь класс, а лишь небольшая группа. Остальные, присоединяющиеся к насмешкам, часто становятся последователями буллера из страха самому оказаться на месте жертвы. Значительную 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 некоторых последователей важно заслужить расположение лидера-буллера. Буллер именно так называют агрессора, инициатора буллинга.

Инициаторами травли однозначно выступают дети чертами характера нарцисса, общеизвестно, что их основная особенность - стремление к власти, самоутверждению за счет других. Желание казаться «крутым», иметь авторитет среди сверстников, как человека,

которому никто ничего не может сделать. И такое поведение, становится все более распространенным явлением. Сотни учителей подтверждают этот факт. Властолюбивых учеников можно разделить на активных и пассивных. Первые постоянно провоцируют не только одноклассников, но и учителей, постоянно бросая им вызов. Используя различные приемы, они словно атакуют педагога: намеренно затягивают выполнение заданий, игнорируют напоминания о времени, сдают незаконченные работы, создают шум во время работы остальных. Иногда они могут высказывать недовольство, когда к ним обращаются с просьбой. Они могут игнорировать требования учителя или соглашаться сделать что-то, но с заметным недовольством. Пассивные властолюбцы обычно корректно ведут себя с учителями, но самоутверждаются на сверстниках или младших ребятах. В связи с этим, когда ребенок, подвергающийся травле, пытается найти помощи у взрослых и рассказывает об издевательствах со стороны пассивных властолюбцев, взрослые часто оказываются в замешательстве, так как не замечали подобного поведения ранее. Очень часто такие издеватели говорят взрослому, что ребенок-жертва сам пристаёт и тут с подачи взрослых начинаются издевательства.

Как правило, но не всегда, жертвами буллинга становятся дети с повышенной чувствительностью, которым сложно постоять за себя. В роли жертвы может оказаться практически каждый ребенок, вне зависимости от его физической силы или успеваемости. Критерий может быть почти любой, достаточно наклеить ярлык. Это не обязательно 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 скрыть свою уязвимость, 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 Казахстане за прошлый год более 1800 детей заявили о буллинге со стороны одноклассников и учителей. Свои жалобы несовершеннолетние отправили в чат-бот Telegram-канала Генпрокуратуры и через QR-коды в школах. По итогам проверок, к ответственности привлекли почти 200 человек. По данным Министерства здравоохранения, примерно 20% детей в Казахстане регулярно сталкиваются с буллингом. При этом, как выяснилось в ходе социологического опроса, больше 500 учеников сталкиваются с травлей и запугиваниями 2-3 раза в месяц, в основном это школьники в возрасте от 11 до 15 лет.

Буллинг является серьезной проблемой во многих странах. Рассмотреть уровень буллинга в некоторых странах представлено в таблице 1.

Таблица 1 – Показатель количество учащихся подвергающиеся буллингу в различных странах.

Страны:	Эстония	Швеция	Китай	Финляндия	США
Показатель количество учащихся подвергающиеся буллингу:	20%	4%	25,8%	11%	30%

Жертвой буллинга может стать любой ребёнок. Агрессоры находят различные поводы. Крайне важно, чтобы взрослые не игнорировали подобные ситуации. Родителям следует уделять детям больше внимания, оказывать поддержку и помогать справляться с

переживаниями. Необходимо также воспитывать в детях устойчивость к агрессии и научить правильно реагировать на буллинг.

Для борьбы с проблемой травли в Казахстане реализуется целый ряд мер. С начала учебного года в школах страны внедрились антибуллинговую программу «Досбол like». В рамках пилотного проекта она внедрена в семи регионах и охватывает 70 тысяч учеников и 5 тысяч педагогов. Они проходят уроки по конфликтологии и медиации, осваивают навыки работы с детьми — жертвами буллинга. Первыми участниками стали столичные педагоги, ученики и их родители.

Цель акции «Досбол like»: улучшение социально-эмоционального климата в школе, сформировать позитивное отношение к школьной среде на основе совместной творческой деятельности. Девиз акции - «Если хочешь иметь настоящего друга – стань им». Данный проект помогает учащимся наладить отношения со сверстниками, а также помогает развить лидерские качества, такие как ответственность, инициативность и уверенность в себе.

С начала этого года во всех школах и колледжах Казахстана функционируют QR-коды контакт-центра 111. Они размещены во всех организациях образования, доступных для детей местах, а также на автобусных остановках, что значительно упрощает и расширяет доступ к получению помощи. За первый месяц работы центр получил более 18 тысяч обращений от несовершеннолетних. Жертвы буллинга смогли получить психологическую поддержку.

*Методы профилактики буллинга:*

1) Классный час.

Для обсуждения буллинга можно использовать время, отведенные на классные часы. Воздействие будет максимальным, если обсуждение темы станет естественным продолжением школьных будней. Короткие, но регулярные беседы оказываются продуктивнее, чем длинные и редкие. Это позволит ученикам ощутить, что учитель, родители и школа не потерпят травли, а добрые дела будут замечены и по достоинству оценены.

2) Просмотр фильмов.

Обсуждая с учениками тему буллинга, просмотр фильма вместе с классом может стать эффективным инструментом для наглядной иллюстрации обсуждаемого материала. Многие ученики начинают сопереживать жертвам буллинга, наблюдая за развитием событий на экране. Это создает благоприятную почву для высказывания учеников и позволяет учителю дать необходимые пояснения.

3) Сочинение.

Дать задание ученикам написать небольшое сочинение на тему буллинга, с указанием конкретных вопросов для рассмотрения, поможет ученикам глубже осмыслить проблему. Нередко в сочинениях всплывают важные детали, которые ученик не готов озвучить устно. Кроме того, сочинение может отразить склонности автора, выявить среди них жертв буллинга или агрессоров, предоставляя учителю ценную информацию.

4) Постановки.

Школа или класс могут организовать спектакль, посвященный проблеме буллинга. Правильный выбор актеров, тщательная подготовка и соответствующее исполнение позволят донести до зрителей принципы, за которые борется школа. Актеры, в свою очередь, смогут многому научиться и стать примером для подражания. Сотрудники школы могут оказать поддержку ученикам в подготовке и проведении спектакля, способствуя тем самым закреплению важных принципов.

5) Комбинирование форм работы.

Различные формы работы, такие как чтение литературы, просмотр фильмов, постановки, сочинения и беседы способствуют профилактике буллинга. Эти формы работы можно применять как самостоятельно, так и в сочетании друг с другом. Это не займет много времени, но позволит школе заявить о своей позиции, побудит учеников к размышлениям и будет служить постоянным напоминанием о важности проблемы. Если педагог пользуется доверием и уважением со стороны учащихся, то эти профилактические меры окажутся весьма эффективными.

#### б) Проведение родительских встреч.

Сотрудничество учителей и родителей играет ключевую роль в противодействии буллингу и предотвращении его возникновения. Возможные темы для обсуждения: «Как разговаривать с детьми о травле?», «Что делать, если мой ребенок стал жертвой травли?», «Что делать, если мой ребенок проявляет агрессию к другим детям?».

Важно, чтобы и учителя, и родители объясняли детям, что они считают приемлемым и неприемлемым поведением в школе, в сообществе и в сети. Открытое общение поможет детям чувствовать себя уверенно, делаясь своими переживаниями. Поддержка *родителей и учителей* крайне важна для детей, столкнувшихся с буллингом.

Игры и упражнения, которые можно использовать в начальных классах для борьбы с буллингом:

##### 1) Игра "Театр эмоций"

Цель: Понять, как действовать в конфликтных ситуациях.

Содержание: Дети разыгрывают сценки, где один из них подвергается буллингу, а другие помогают решить проблему.

##### 2) Упражнение "Рольевые игры"

Цель: Понять разные точки зрения.

Описание: Дети разбиваются на группы и получают сценарии, в которых один ребенок является жертвой, другой — буллером, а третий — свидетелем. После разыгрывания сценариев обсуждаются чувства и возможные способы решения конфликтов.

##### 3) Игра "Круг доверия"

Цель: Создание доверительной атмосферы.

Описание: Дети становятся в круг и по очереди говорят что-то хорошее о своем соседе. Это помогает укреплять дружеские связи и уменьшать напряжение в классе.

##### 4) "Слово против слова"

Цель: Понять, как слова могут ранить.

Содержание: Ведущий называет положительные и отрицательные слова, дети обсуждают их влияние.

##### 5) "Сказочные герои"

Цель: Обсудить, как герои справляются с трудностями.

Содержание: Дети обсуждают, как любимые персонажи решают проблемы и поддерживают друг друга.

##### 6) "Истории о помощи"

Цель: Понять, как помочь другим.

Содержание: Дети рассказывают истории, когда они помогали другим или получали помощь.

##### 7) Игра "Секреты дружбы"

Цель: Узнать, что важно в отношениях.

Содержание: Дети обсуждают, что делает дружбу крепкой, и записывают свои идеи.

А знают ли наши нынешние первоклассники, что такое «буллинг» и в каких формах он проявляется? Многие из них не знают слово «буллинг», но сталкиваются с его проявлениями. В этом возрасте дети уже могут испытывать на себе: тогда, когда над ним насмехаются, дразнят, обзывают (вербальный или словесный буллинг); тогда, когда не берут в команду, не хотят дружить, отворачиваются (социальный).

Понимают ли дети, что это плохо? Чаще всего – нет. Для них это игра или обычное поведение, если так делают и старшие. Они не осознают, что причиняют боль, и считают это «шуткой».

В школах среди мероприятий по предупреждению травли (буллинга) путем проведения информационно-разъяснительной работы можно выделить: беседу, классный час, родительское собрание. Все эти мероприятия проводятся согласно Правилам профилактики травли (буллинга) ребенка (Приказ Министерства просвещения Республики Казахстан от 21 декабря 2022 года № 506.).

Уже с первого класса необходимо проводить классные часы, посвященные этой теме. Именно в этом возрасте надо сформировать негативное отношение детей к таким понятиям как буллинг, травля, агрессия и наоборот сформировать толерантное отношение к сверстникам. Развивать у них такие нравственные качества, как терпимость к людям, милосердие, сострадание, нетерпимость к любому виду насилия.

Начать классный час можно, например, с беседы с детьми, задавая им такие вопросы, как:

- А кто знает, что такое дружба?
- Есть ли она в нашем классе?
- Как называют людей, связанных между собой дружбой?
- Какие основные правила и признаки дружбы?
- С чего начинается дружба?

Конечно же дружба начинается с улыбки. В этот момент попросить детей повернется каждый к своему соседу и улыбнется ему, объяснив это тем, что это будет приятно, и ему, и его ДРУГУ.

Во время классного часа, объединить и раскрепостить детей помогут интерактивные упражнения, например «Здравствуй, друг». В ходе этой игры дети, разделившись на две группы, образовав два круга и повернувшись лицом друг к другу, повторяют за учителем его слова и движения (например, улыбнуться). После каждого задания учителя (поклониться, взяться за руки, подмигнуть друг другу, похлопать одноклассника по плечу, показать удивленное лицо и т.д.), одноклассники меняются партнерами, сдвигаясь вправо на один шаг. В ситуации, когда все дети действуют по одинаковому шаблону, они будут чувствовать равноправными членами коллектива, смогут раскрепоститься и преодолеть замкнутость.

Начать беседу с детьми на тему «Буллинг», можно с просмотра таких известных мультфильмов, как «Гадкий утёнок», «Цветик-семицветик» или «Колочая дружба». В последнем описывается история ежика по имени Генрих, впервые пришедший в новый класс. Он бы с радостью подружился со сверстниками, однако общаться и играть ему мешают колючки, из-за которых он и сам страдает.

«Кто главный герой мультфильма?», «Что и как чувствовал себя герой?», «О какой истории рассказывает этот мультик?» - после ответов на эти вопросы объяснить детям, что часто встречаются случаи, когда люди не помогают друг другу, не заботятся о своих близких, а могут обидеть, зло подшутить. Порой ведут себя жестоко, устраивают травлю какому-то человеку. Дети тоже могут обижать других детей, которые им не нравятся. Только эти дети не всегда понимают всю серьезность своих поступков. Они думают, что просто играют, смеются и шутят. Но это совсем не забава. Когда человека намеренно доводят до слез, согласованно и систематически дразнят, когда отбирают, прячут и портят его вещи, когда толкают, щипают и бьют, когда обзывают и подчеркнuto игнорируют, — все это называется «травля» или «буллинг».

Показывая иллюстрации, объяснить ребятам, что все люди отличаются друг от друга. Одни имеют белый цвет кожи, другие – черный или желтый. Одни люди высокие, другие – невысокие. Одни стройные, другие – полные. Люди обращают внимание на различия, но это не значит, что кто-то лучше других. Хотя в истории были случаи, когда люди только из-за цвета кожи или социального происхождения унижали других людей, считали их хуже себя.

Мотивацией к буллингу или травли становятся зависть, месть, чувство неприязни, стремление восстановить справедливость; борьба за власть; потребность подчинения лидеру, нейтрализации соперника, самоутверждения и т.д. Одну из таких мотиваций можно разглядеть в басне «Лесная братва», автором которой является Олеся Емельянова. В ней автор показывает поучительную историю про зайца и лесных хулиганов (волк и два ежа), в которой раскрывается тема необоснованных придинок и буллинга.

В басне традиционно используются аллегорические персонажи – животные, которые олицетворяют определенные человеческие качества и социальные типажи. Так,

Заяц – символ незащитности, слабости, невинной жертвы. Он ничего не сделал плохого, но становится объектом агрессии.

Волк – типичный агрессор, который ищет повод, чтобы напасть, даже если его нет. Он символизирует жестокость и злоупотребление силой.

Ёжики – возможные соучастники, которые либо поддерживают агрессора, либо бездействуют, наблюдая за несправедливостью.

Как и в реальной жизни, в ситуации буллинга есть жертва, агрессор и наблюдатели. Басня показывает, что буллинг часто не имеет рациональной причины – обидчик просто ищет слабого и использует свою силу ради унижения другого.

Подвести итог классного часа поможет еще одно интерактивное упражнение

«Построимся», целью которого является не только развить умение работать в команде, но и оказывать поддержку товарищам. Разделившись на две команды, не разговаривая, общаясь только жестами и мимикой, участники, выполняя первое задание – строятся по росту, во втором, например по длине волос. Это упражнение показывает, что все люди разные, но это не должно стать причиной «травли».

В целом, классные часы способствуют формированию позитивной школьной культуры, где ценятся уважение и поддержка, что значительно снижает риск возникновения буллинга.

#### **Список использованных источников**

1. Гребенкин Е. В. Профилактика агрессии и насилия в школе. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. 304 с. 4.
2. Кравцова М. Отверженные: честная книга о детской жестокости. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2014. 238 с.
3. Кравцова М. Отверженные: честная книга о детской жестокости. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2014. 238 с.
4. Руллан Э. Как остановить травлю в школе. Проблема моббинга. — М.: Генезис, 2012. 264 с.
5. Электронный ресурс. <https://24.kz/ru/news/in-the-world/item/668803-ezhegodno-ot-bullinga-stradayut-246-mln-detej-i-podrostkov>
6. Электронный ресурс. <https://www.maam.ru/detskijasad/-uchimsja-druzhit-sekretu- druzhby-konspekt-zanjatija-s-detmi-6-7-let.html>
7. Электронный ресурс. <https://publications.hse.ru/pubs/share/direct/541873534.pdf>