

# **«Невидимый» буллинг в школе. Профилактика агрессии и ВИКТИМНОСТИ**



**Бошук Сергей Викторович,  
педагог-психолог МКУ РЦ «Детство»**

## НАВИГАТОР ПРОФИЛАКТИКИ ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ



В мае-июне 2018 года в рамках реализации Плана первоочередных мер по повышению эффективности профилактики правонарушений обучающихся и обеспечению безопасности образовательных организаций Министерства просвещения Российской Федерации (ранее Министерства образования и науки Российской Федерации) коллективом специалистов факультета Юридической психологии и Центра экстренной психологической помощи МГППУ для педагогов, классных руководителей и других специалистов образовательных организаций разработаны памятки по различным видам девиантного поведения и алгоритмы действий - "Методические материалы по признакам девиаций, действиям специалистов системы образования в ситуациях социальных рисков и профилактике девиантного поведения обучающихся".

**Пакет разработок включает в себя:** 1. Инструкция к Навигатору профилактики и памяткам по различным видам девиантного поведения. 2. Навигатор профилактики. 3. Памятка по социально-психологической дезадаптации. 4. Памятка по раннему проблемному (отклоняющемуся) поведению. 5. Памятка по рискованному поведению. 6. Памятка по суицидальному, самоповреждающему поведению. 7. Памятка по аддиктивному (зависимому) поведению. 8. Памятка по агрессивному поведению. 9. Памятка по делинквентному поведению.

### Инструкция к Навигатору профилактики и памяткам по различным видам девиантного поведения



#### Инструкция и описание памяток для педагогов по различным видам девиантного (отклоняющегося) поведения обучающихся

Уважаемые коллеги!

Вашему вниманию предлагаются памятки для педагогов по различным видам девиантного (отклоняющегося) поведения. Пакет разработок состоит из следующих материалов:

- **Навигатор профилактики** - содержит в себе обобщенные признаки различных видов девиантного поведения и общий алгоритм действий педагога. Навигатор выполнен в *серой гамме*. Все виды отклоняющегося поведения и их основные признаки включены в цветовую индикацию, которая выполняет функцию следоб-

взрослых, а в исключительных случаях и у детей. Рискованное поведение стремительно трансформируется, появляются новые модные направления и течения, что приводит также к возникновению специфического сленга. Основным формам рискованного поведения, отличительным признакам и вариантам действий педагога посвящена данная памятка. Следует отметить, что в некоторых случаях за рискованным поведением скрывается суицидальное, самоповреждающее поведение, которое не очень глубоко осознается самим ребенком или подростком, с признаками которого Вы можете ознакомиться в следующей памятке.

3. **Суицидальное, самоповреждающее поведение (синяя гамма)**. Одной из острых проблем в настоящее время является суицидальное и самоповреждающее поведение, вызывающее беспокойство не только родителей и педагогов, но и общества в целом. Такое поведение требует очень тщательного и деликатного подхода к ребенку, поскольку нередко оно сопровождается пониженным настроением, депрессивным фоном и глубокой подавленностью, которая иногда может быть не видна даже опытным специалистам. В данной памятке Вы можете сориентироваться в основных признаках суицидального, самоповреждающего поведения, а также в алгоритме соответствующих безотлагательных действий.
4. **Аддиктивное (зависимое) поведение (фиолетовая гамма)**. Существуют разные виды аддиктивного поведения, которые делятся на две обобщенные группы - химические и нехимические виды зависимости. Существуют общие признаки

Источник: Методические материалы по признакам девиаций, действиям специалистов системы образования в ситуациях социальных рисков и профилактике девиантного поведения обучающихся. М: МГППУ, - 2018 г.

URL:

[https://mgppu.ru/about/publications/deviant\\_behaviour](https://mgppu.ru/about/publications/deviant_behaviour)



МОСКОВСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ПСИХОЛОГО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ

# Понятие буллинга, его цели и функции

1. **Буллинг** - систематическое насилие со стороны ученика или группы учеников в отношении отдельного сверстника (сверстников).
2. **Цели буллинга** – деморализовать, устрашить, подчинить жертву, подавить ее индивидуальность.
3. **Буллинг** – это не конфликт.
4. **Функция буллинга** – регуляция отношений в коллективе посредством объединения против отдельных его участников.

## Подобные буллингу виды прессинга:

1. **Хейзинг** – ритуальные насильственные обряды при вступлении в группу;
2. **Виктимблейминг** - обвинение жертвы в происходящем;
3. **Харассмент** – домогательства различного характера;
4. **Сталкинг** – преследование жертвы и навязчивое внимание;
5. **Аутинг** – публичное разглашение личной информации жертвы для дальнейшей ее травли.

# Участники акта буллинга:



Зачинщик  
(агрессор)



Сторонники  
зачинщика



Жертва



Наблюдатели

## Невидимые формы насилия:

- 1) Газлайтинг** (отрицание произошедших с жертвой фактов, ее чувств, что заставляет жертву сомневаться в своей адекватности);
- 2) Неглект** (равнодушие к чувствам и потребностям жертвы, оставление во фрустрированном состоянии при возможности помочь);
- 3) Висхолдинг** (уход от обсуждения проблемы или увод разговора в другую тему).

## Убеждения учителей о буллинге:

- а) нормативное (не предполагает особого вмешательства педагогов),
- б) ассертивное (предполагает важность самостоятельного разрешения детьми сложностей и развития у них уверенности и решительности);
- в) избегающее (предполагает организацию педагогом дистанции между агрессором и жертвой и советы по взаимному игнорированию).



# Понятие виктимности

**Виктимность** (victimity) характеризует  
предрасположенность человека стать жертвой  
неблагоприятных обстоятельств.

**Жертва** — человек, утративший значимые для него  
ценности в результате воздействия на него другим  
человеком, группой людей, событиями и обстоятельствами.

**Виктимная личность** конструирует жизненный опыт с  
позиции враждебности, опасности внешнего мира и  
собственного Я как слабого, некомпетентного, недостойного,  
«плохого».

# Факторы риска потенциальной жертвы буллинга

1. Отличительные особенности внешности (дефекты кожи, лишний вес, неправильный прикус, большие уши или нос, рыжие волосы, необычная походка).
2. Особенности поведения (неуверенные, тихие, необщительные дети, которых легко задеть и вызвать желаемую реакцию).
3. Дефекты речи.
4. Плохая физическая подготовка (у мальчиков).
5. Слишком низкий или высокий интеллект.
6. Причастность к меньшинствам, субкультурам.
7. Другие характеристики, выделяющие ребенка из толпы (любимчики учителей, дети учителей, дети из богатой или бедной семьи, ябеды).

## Личностные качества виктимных подростков:

- повышенная тревожность,
- неуверенность,
- низкая самооценка;
- зависимость от чужого мнения;
- агрессивность;
- неприятие проблем;
- низкая социальная активность (избегание общения с людьми, низкая инициативность);
- необоснованное чувство вины;
- состояние безнадежности;
- трусость;
- изолированность, уединение;
- противоречивые оттенки настроения;
- сокрытие ранимости с помощью высокомерия и др.

## Особенности поведения жертвы и не-жертвы

<b>Жертва</b>	<b>Не-жертва</b>
Торопливая, нервная улыбка	Спокойная улыбка, уверенное выражение лица
Нервная поза	Спокойная поза
Тихий, мямлящий голос	Уверенный тон
Руки все время в беспокойном движении	Редкие и спокойные движения рук
Сгорбленная поза, вялая осанка	Подтянутая, расслабленная и устойчивая поза
Нервный, бегающий взгляд	Спокойный и прямой взгляд
Несогласованность, неуклюжесть походки (слишком размашистая или семенящая)	Легкая спортивная походка, бодрость, энергичность движений

# Питательная среда для буллинга

Равнодушие и  
несознательность  
наблюдателей  
(сверстников,  
учителей, родителей)

Отсутствие  
системы  
контроля и  
пресечения



Нарушение  
временных  
регламентов  
в школе

Высокий уровень  
виктимности  
потенциальных  
жертв

Страх сообщить о  
буллинге

# **Места повышенной опасности для жертв буллинга**

- 1. Раздевалка**
- 2. Коридоры (дальние углы)**
- 3. Уборная**
- 4. Столовая**
- 5. Школьный автобус**
- 6. Школьный двор**

## Буллинг на уроке

1. Что происходит в классе, когда ученик отвечает у доски? С места?
2. Как реакции учителя влияют на класс?
3. Кто выглядит тревожным и удрученным?
4. Какие реакции и отношения между учениками можно заметить на уроке?
5. Как проходят уроки физкультуры, труда, ОБЖ? На что можно обратить внимание?

## 5 типов адаптации подростков к буллингу

- 1) *активное сопротивление* (ориентация на поддержку и постоянные попытки самостоятельно договориться с агрессорами),
- 2) *пассивное сопротивление* (от истерики с попытками самозащиты в случае физического насилия до реакций усиления заикания, невротических тиков, психосоматики),
- 3) *отказ от сопротивления* (восприятие ситуации как «потенциально неразрешимой»);
- 4) *бегство от жестокого обращения* (избегание любых контактов и мест, связанных с буллингом),
- 5) *псевдоактивное сопротивление* (провоцирование новых актов буллинга, излишние конфликтность и агрессивность)



## Черты жертвы как социальной роли

- установка на беспомощность;  
нежелание изменять собственное  
положение без вмешательства извне;  
- низкая самооценка;  
- запуганность;  
- повышенная готовность  
к обучению виктимному поведению,  
усвоению виктимных стереотипов  
со стороны окружения.

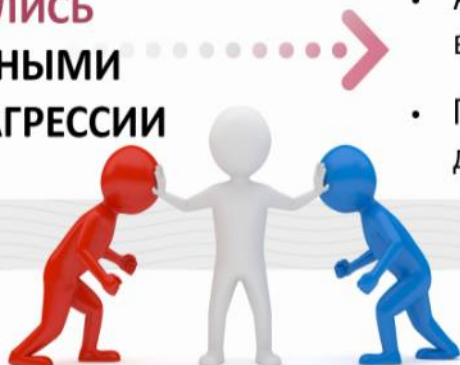


## Девиантная виктимная личность

- снижение уровня мотивации;
- заниженная самооценка;
- дефицит ценностных ориентаций;
- высокий конформизм;
- тревожность;
- эмоциональная ригидность (негибкость, жесткость);
- эмоциональная вязкость и монотонность (фиксация аффекта, неподвижность эмоций);
- эмоциональное огрубление (утрата тонких эмоциональных дифференцировок);
- утрата эмоционального резонанса (отсутствие эмоционального отклика, черствость);
- алекситимия (затрудненность в вербализации эмоциональных состояний).

# Как помочь жертве агрессивного поведения

## ЕСЛИ ВЫ СТОЛКНУЛИСЬ С НЕПОСРЕДСТВЕННЫМИ ПРОЯВЛЕНИЯМИ АГРЕССИИ



- Аккуратно остановите это действие, не акцентируя на этом внимание других учеников
- Постарайтесь не переходить на крик, избегать агрессивных действий со своей стороны

## РАБОТА С ПОСЛЕДСТВИЯМИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

- Окажите первичную помощь ученику-жертве агрессивных действий
- Наедине уточните, в каком он состоянии (физическом и психологическом)
- Уточните, не является ли проявление агрессии систематическим по отношению к нему, есть ли у него друзья в школе
- Проявите заботу, предложите ему при необходимости обращаться к вам за поддержкой, предложите ему выговориться
- Уточните, готов ли он пойти на примирение с агрессором
- Вступите в диалог с агрессором (агрессорами) наедине
- Не спешите занимать обвинительную позицию
- Спросите, что с ним сейчас происходит, в какой он ситуации
- Попробуйте уточнить, в чем причина, зачем он так себя ведет, возможно, ему самому нужна помощь и его агрессия носит защитный характер
- Спросите, при каких условиях он больше не стал бы совершать подобные действия (возможно, подходящим решением будет заключить некоторую «сделку»)
- Уточните его интересы, круг общения, по возможности включите его в какую-нибудь творческую/конструктивную деятельность, которая может быть ему интересна
- Уточните, готов ли он пойти на примирение/восстановление отношений с жертвой



# Возможные мероприятия по профилактике буллинга в школе:

- совместная с детьми разработка 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 склонностями;
- 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.

# Профилактика виктимного поведения



## Диагностика

- Ранняя диагностика виктимогенных свойств личности, а также раннее выявление устойчивых психоэмоциональных состояний учеников, ведущих к виктимизации.



## Коррекция и консультирование

- Коррекция виктимогенных свойств подростков и устойчивых психоэмоциональных состояний, ведущих к виктимизации.
- Коррекция стереотипов самовосприятия, самооценки, шаблонов жертвенного поведения и формирование моделей безопасного поведения.
- Формирование и закрепление у подростков оптимальных коммуникативных навыков, приемов бесконфликтного общения с потенциальными агрессорами, навыков адекватной оценки и прогнозирования виктимогенных ситуаций.



## Просвещение

- Беседы с детьми (цель - описание виктимогенных ситуаций, причин их возникновения и путей выхода из них);
- Беседы со взрослыми (цель - снижение уровня детской виктимизации и снижение частоты возникновения виктимогенных ситуаций).