ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ УЧАСТНИКОВ ШКОЛЬНОЙ ТРАВЛИ

Для психологического анализа ситуации школьной травли важно рассмотреть такие психологические роли, как **преследователь** (или обидчик), **жертва, спасатель**. Эти роли в свое время были введены психологом С..Карпманом для прояснения драматических ситуаций в общении между людьми. Вокруг главных участников находятся дети, не включающиеся в ситуацию, – **наблюдатели.**

Жертва

Эта роль у ребенка может быть эпизодической, а может быть постоянной на протяжении школьного обучения. Жертвой травли может стать любой ученик. Роль жертвы может иметь определенные аспекты в своем происхождении и поведенческих особенностях: «белая ворона», чужак, глупый, «маменькин сынок», не такой, как все и т.п. В причинах и особенностях травли «маменькиного сынка» и «белой вороны» просматриваются существенные различия.

Отметим особенности детей, которые чаще других становятся жертвами школьной травли. ***Во-первых***, это школьники с неразвитыми социальными навыками. По сравнению с теми, кто умеет общаться, отстаивать свое мнение, давать отпор обидчику, дети с неразвитыми социальными навыками легче принимают роль жертвы («маменькины сынки» и дочки). Обычно это ранимые, обидчивые ученики. Если такой ребенок начинает сильно реагировать (кричит, плачет, злится) на «шутки» задир, то, можно сказать, что мишень найдена. Наблюдать за ним обидчику забавно и интересно, другую жертву можно не искать.

Во-вторых, это дети, непохожие на других, с физическими недостатками, с яркими особенностями поведения, со своеобразными манерами и реакциями (не такой, как все). Мишенью для насмешек и агрессии часто становятся учащиеся с особенностями поведения: замкнутые (интроверты и флегматики) или с импульсивным поведением. Гиперактивные дети могут быть как жертвами, так и преследователями, а нередко становятся теми и другими одновременно. Все то, что выделяет ребенка по внешнему виду из общей массы, может стать объектом для насмешек: рыжие волосы, веснушки, оттопыренные уши, кривые ноги, вес тела (полнота или худоба) и т. д.

Однако более важной, чем внешние особенности, является способность ребенка к эффективному взаимодействию в ситуациях травли: спокойная реакция, встречный юмор, умение при необходимости дать отпор.

Третья группа риска по травле – это часто болеющие школьники. Они обычно являются изгоями класса просто потому, что мало бывают вместе с другими, остаются вечными новичками (чужаками).

В-четвертых, это дети и особенно подростки с ярко выраженным собственным мнением, своими взглядами и ценностями, нонконформисты (белые вороны).

Обидчик

Обидчики, зачинщики травли, также имеют отличительные черты.

Во-первых, это дети, страдающие от насилия в своей семье и компенсирующие свои страдания насилием над самым слабым в классе.

Во-вторых, обидчиками становятся ученики, стремящиеся к лидерству, которые не могут самоутвердиться в школе социально приемлемыми способами: за счет учебы, общественной деятельности, спорта, но претендуют на высокий статус в коллективе.

И, ***в-третьих***, это дети, пришедшие из семей, где процветают идеи шовинизма, ксенофобии и снобизма.

Важно отметить, что не всегда обидчики хотят своим поведением принести вред своей жертве. У них могут быть свои цели: почувствовать свою силу, повлиять на ситуацию, сформировать значимые для себя черты характера.

Роли обидчиков и жертв не являются постоянными, они могут меняться: жертвы могут стать обидчиками и наоборот.

Иногда кто-то из одноклассников берет на себя роль ***спасателя***, защищая жертву перед обидчиком. Однако достаточно часто эта роль становится неоднородной, так как спасатель начинает испытывать на себе силу преследователя, он превращается из спасателя в жертву, а иногда и просто в жертву данной ситуации.

Классически рассмотрена ситуация школьной травли со сменой ролей ее участников в замечательном фильме Ролана Быкова «Чучело».

Очень важно отметить роль самой ситуации, когда неагрессивные и послушные дети становятся настоящими преследователями, сами не осознавая своей новой роли.

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО РЕБЕНОК СТАЛ ЖЕРТВОЙ ТРАВЛИ

Если контакт с ребенком хороший, тогда ситуация проста, ребенок прямо расскажет, что его обижают сверстники. Но, как быть, если ребенок, по каким - то причинам скрывает свои проблемы, но, тем не менее, в помощи взрослых нуждается. Существуют косвенные признаки, которые должны насторожить родителей.

Если ребенок хронически находится в подавленном состоянии, регулярно не хочет идти в школу, ссылаясь на состояние здоровья, его вещи постоянно разорваны, потеряны или испачканы, он не упоминает об одноклассниках, не знает к кому обратиться, чтобы узнать домашнее задание - все это поводы насторожиться, возможно, ребенок подвергается жестокому обращению со стороны одноклассников. Безусловно, каждый отдельный признак, не может служить индикатором того, что ситуация неблагополучна, но несколько признаков — повод задуматься о состоянии ребенка. Если у взрослых возникли подозрения, лучше не спрашивать прямо об отношениях с ребятами, лучше спросить о том, как ребенок проводит время на переменах, кто из ребят ему нравится, а кто нет. В результате таких вопросов можно получить довольно ясную картину того, что происходит в школе. Важно задавать эти вопросы дружелюбно, демонстрировать ребенку свое участие, желание помочь и готовность слушать его мнение и оценки. Категорически следует избегать давления на ребенка, с целью выяснить правду, это дополнительно травмирует его и усугубит и без того неприятную ситуацию. Можно поговорить с учителями, они обычно в курсе того, кто в коллективе находится в изоляции, обычно именно такие дети становятся жертвами травли сверстников.

Узнав о ситуации подробнее, имеет смысл не предпринимать необдуманных шагов, а по возможности трезво оценив ситуацию, совместно с ребенком наметить план действий. Одной из причин, по которым дети скрывают от родителей и учителей свое положение в коллективе, являются опасения, что взрослые своими активными и неуместными действиями еще больше это положение ухудшат. Например, родителям может казаться, что самый лучший способ — это сделать выговор детям, которые ведут себя жестоко или поговорить с их родителями. Однако, именно этого может опасаться ребенок, его положение в коллективе в результате может стать еще более мучительным. Во-первых, он становится теперь еще и доносчиком, маменькиным сынком, что явно его статус в группе не улучшает. Во-вторых, издевательства в таком случае могут стать более изощренными, скрытыми, усилится психологическое давление, дети могут угрожать расправой за жалобы. Ребенок все это чувствует интуитивно и предпочитает молчать.

Задача взрослых дать понять ребенку, что искать помощи хорошо и правильно и что эта самая помощь будет оказана ему не в виде «медвежьей услуги», а в соответствии с его представлениями о ситуации, с его видением путей решения. Конечно, у взрослого больше опыта, он больше понимает, но не стоит действовать, не посоветовавшись с ребенком, в конце концов, ребенок лучше всех понимает все нюансы ситуации, он в ней живет, хотя и не всегда может хорошо обо всем рассказать. За помощью в решении этой задачи можно обратиться к психологу.

ПОСЛЕДСТВИЯ ШКОЛЬНОЙ ТРАВЛИ

Плохие отношения с одноклассниками могут стать причиной низкой успеваемости. У ребенка пропадает желание ходить в школу, у него могут развиться различные невротические и даже психические расстройства. Подозрительность, неверие в добрые намерения других людей – естественное состояние нормальной психики, в течение долгого времени подвергавшейся атаке отвержением. Самое страшное, что регулярные издевательства способны спровоцировать попытку самоубийства или покушение на кого-то из преследователей. Травля наносит непоправимый ущерб не только психике жертвы. Не менее вредна ситуация травли для преследователей и наблюдателей. Они рискуют так и остаться безвольными пешками в руках более сильных и предприимчивых. А решение, принятое под влиянием большинства, вопреки голосу совести, и постоянный страх оказаться на месте жертвы способствуют снижению самооценки, потере уважения к себе. Зачинщиков же развращает безнаказанность, они усваивают, что подобными методами можно управлять окружающими.

О классе, в котором происходит травля, нельзя говорить как о коллективе. Объединение произошло не благодаря взаимной симпатии или общим интересам, а по необходимости - детям просто некуда деться. В такой группе нет динамики, отношения не развиваются, а застывают, приняв уродливую форму. Тем более велика вероятность, что, если уйдет тот, кого травят, в классе появится новый изгой, так как это единственно возможный способ построения взаимоотношений, усвоенный ребятами.

Важно отметить, что сама ситуация травли приводит к искажению формирование личности детей. Именно достойное положение в группе сверстников, дающее ребенку и подростку моральное удовлетворение, – основное условие для нормального психического развития.

По результатам исследования норвежского психолога Дана Ольвеуса, у ребенка-жертвы могут возникнуть проблемы во взаимодействии с окружающими, причем эти трудности могут проявиться и в юности, и в молодости, и даже в зрелом возрасте. Героиня фильма «Чучело» Лена Бессольцева в отчаянии говорила своему дедушке: «Неужели я никогда не буду смеяться? Неужели жизнь прошла и больше ничего не будет? Я больше никого не полюблю!»

Большинство обидчиков часто не достигают высокой степени реализации своих способностей, так как привыкают самоутверждаться за счет других, а не в результате собственных усилий. Даже психика сторонних наблюдателей подвергается изменению – у них может развиваться позиция невмешательства и игнорирования чужого страдания.

ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ ШКОЛЬНОЙ ТРАВЛИ

Наверное, невозможно добиться того, чтобы никто из детей на протяжении школьного обучения не почувствовал себя притесненным со стороны сверстников. Однако, как показывает практика, можно существенно снизить проявление агрессивности в школе.

Эта проблема связана с решениями на разных уровнях: на уровне государства – поддержка воспитательно-образовательных программ; на уровне школы – введение правил, уставов; на уровне классов – создание условий для эффективного общения и взаимодействия детей; на уровне индивидуального поведения учителя – внимательность в отношении взаимодействия детей и собственное позитивное отношение с ними.

В настоящее время существует множество программ в разных странах мира по предотвращению школьной травли. Во все этих программах есть общие пункты, такие, как:

• регулярные анонимные опросы школьников о существовании травли;
• обсуждение данной проблемы на классных, школьных и родительских собраниях;
• разработка самими учениками кодекса поведения;
• усиление внимания учителей к поведению детей на переменах и во дворе школы;
• обучение учителей стратегиям профилактики травли.

Именно учитель должен вовремя заметить травлю, разобраться в ее причинах и прекратить ее. Очень важно обращать внимание на работу, как с жертвами, так и с обидчиками. Учителя младших классов могут использовать для профилактической работы пособие Е.И. Лернера «Я не дам себя обижать» по развитию у детей навыков уверенного поведения.

Есть разные способы, помогающие учителю нормализовать ситуацию между участниками травли. Поняв причины этого явления, можно включить как жертву, так и обидчика в новые для них социальные роли, которые дадут возможность этим детям проявить себя и удовлетворить свои насущные потребности в общении, признании.

Нужно рассматривать поведение ребенка и его одноклассников с разных позиций, обучая умению встать на место другого, почувствовать его переживания и в то же время помогая научиться регулировать свои действия, не поддаваться на провокацию, сказать «нет», если необходимо, обратиться за помощью к взрослым. Ведь очень часто наиболее страшные эпизоды школьной травли разворачиваются или в самой школе, или рядом с ней, а жертва терпит побои и унижения, стесняясь привлечь к себе внимание.

Проблема школьной травли серьезна и значительна, разнообразие причин этого явления велико: от особенностей воспитания и внешней ситуации до индивидуальных особенностей детей и немотивированной агрессии. Очень важно, чтобы школьная травля не становилась типичным явлением, а агрессия не рассматривалась как норма поведения. Ведь еще есть надежда, что пластичная психика детей, развивающееся самосознание подростков и мудрость взрослых помогут преодолеть последствия неадекватных ролей, которые сознательно или вынужденно проигрываются многими людьми в своей детской и подростковой жизни.

Для профилактики школьной травли, а также для развития у детей сочувствия к другим людям можно использовать средства искусства: чтение литературных произведений, просмотр фильмов с их последующим обсуждением.

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

В случаях, когда ситуация не слишком драматична и родители считают возможным оставить ребенка в том коллективе, где отношение к нему оставляет желать лучшего, имеет смысл **действовать в следующих направлениях**:

1. Как уже говорилось, выяснять отношения с обидчиками и их родителями, нужно только **заручившись согласием на это самого ребенка**. Своей готовностью учесть мнение ребенка и своим уважительным отношением вы дадите ребенку ощущение собственной значимости и силы, а это само по себе может способствовать улучшению ситуации.

2. Своими действиями родители иногда невольно провоцируют **насмешки сверстников**. Это может происходить разными путями, например, родители могут одевать ребенка, не учитывая то, как принято одеваться в детском или подростковом коллективе, без достаточного внимания к полу и возрасту ребенка. В других случаях, родители могут настаивать на таком поведении, которое провоцирует насмешки сверстников, или осознанно вкладывать в голову ребенка идею, что он «особенный», «не похожий на других». В некоторых случаях родители порождают конфронтацию, взращивая у ребенка убеждение, что он «лучший», «самый умный», а остальные ниже его и поэтому недостойны того, чтобы на них обращали внимание. Такая система воспитания создает почву для проблем в коллективе и роль родителей при этом очень сильна.

Родителям имеет смысл задать себе вопрос - не делаю ли я чего - то такого, что отделяет моего ребенка от ровесников, делает его изгоем?

3. **Не стоит критиковать ребенка** за его внешний вид, способности, характер, и, особенно за то, что он не умеет постоять за себя в коллективе. Такое отношение лишь утвердит его в мысли, что с ним что-то не так, и он заслуживает к себе унижающего отношения. Напротив, любыми способами давайте ему понять, что он ценный, значимый и важный. Это повышает самооценку и делает ребенка более устойчивым к давлению сверстников. Ребенок, к которому родители относятся уважительно, знает, что он уважения достоин и сможет постоять за себя в нужный момент.

4. Многие родители учат **«дать сдачи»** обидчикам, ответить ударом на удар и таким способом постоять за себя. Безусловно, способность в нужный момент «дать сдачи» — не лишний навык в детском коллективе. Но, нужно понимать, что у такого метода есть ряд ограничений:

Во-первых, трудно точно дать понять ребенку, какая реакция является адекватной, а какая уже неуместна.

Во-вторых, травля редко похожа на честный поединок двух противников, обычно группа детей нападает или дразнит кого - то одного. В такой ситуации дать сдачи трудно физически, кроме того, группа всегда обладает подавляющим воздействием и психологически трудно выбраться из этого воздействия, чтобы дать отпор.

Самый важный навык, который ребенку нужно наращивать - это способность выстраивать такие отношения в коллективе, при которых образуется достаточное количество **дружеских связей**, окружающих ребенка как кольцо и создающих таким образом безопасность. Типичной характеристикой детей непопулярных в коллективах можно считать слабость социальных навыков. Чем более компетентным в общении будет ребенок, тем меньше у него шансов оказаться в роли жертвы школьной травли. Даже в ситуации агрессии такой ребенок сможет создать коалицию, противостоящую обидчикам.

5. Есть смысл познакомить ребенка с основными **стратегиями успеха в коллективе**. Далеко не все дети способны конкурировать со своими сверстниками в физической силе, однако есть другие области, в которых можно преуспеть. Один из способов - компетентность в тех областях, которые ценятся в коллективе. Например, ребенок может разбираться в музыке, технике или моде лучше других и это поднимет его статус в коллективе приемлемым, бесконфликтным путем.

Однако, в ситуации, когда ребенок длительно подвергается серьезному физическому и эмоциональному насилию, первое, что нужно сделать - это удалить его из травмирующей обстановки. Это может быть перевод в другую школу или, если это невозможно, временный перевод ребенка на домашнее обучение. Смена коллектива и школы нужна для того, чтобы была возможность строить новые отношения с детьми без клейма «изгоя», образа, который очень трудно разрушить. Кроме того, обстановка, в которой происходила травмирующая история, уже сама по себе является причиной для страданий ребенка, запускает у него все те же реакции, заставляет действовать стереотипно, мешает видеть новые пути выхода из конфликтов, приводит к бесконечному воспроизведению неудачных стереотипов поведения. Однако, нужно учесть, что и в новом месте ребенка могут ожидать похожие трудности. С одной стороны, адаптация в новом коллективе связана со стрессом, особенно если учесть психологическое состояние ребенка, подвергавшегося давлению сверстников. В то же самое время, велика вероятность, что в новом коллективе сложится похожая ситуация из-за тех стереотипов общения, которые свойственны ребенку и которые мешают устанавливать желательные отношения со сверстниками. При переводе в другую школу, важно оказывать ребенку поддержку в анализе его способов общения и выработке подходящих стратегий для установления связей в коллективе, стратегий решения конфликта.