

Буллинг и моббинг в подростковой среде

В настоящее время насилие, травля в подростковой среде является ярко выраженной проблемой. Насилие, травля – это намеренное использование физической силы или власти с целью проявления доминирования и/или унижения, с помощью которой угрожают или ее действительно применяют против другого человека, против группы или сообщества.

Моббинг, буллинг, кибермоббинг и кибербуллинг – англоязычные названия разновидностей этого опасного явления.

Моббинг (*mobb* – *толпа*) это коллективный психологический террор, травля в отношении кого-либо с целью выжить его из класса или школы. Классическим примером психологической травли в школе является фильм Роллана Быкова «Чучело», где очень ярко показана ситуация травли в подростковой среде.

На сегодняшний день, очевидно, что моббинг достаточно распространенное явление, как в школе, так и в классе. Объектом моббинга в школе может стать любой ребенок, но чаще, по мнению своих же одноклассников, это не похожий на других, странный. Это дети с дефектами внешности, здоровья, слишком взрослые или очень маленькие, слишком полные или худые, более эмоциональные или меланхоличные, чем остальные, то есть отличающиеся своим поведением, физическими особенностями, одеждой, акцентом, способностями к учебе и пр. Часто моббингу подвергаются новички, появившиеся в коллективе в средних или старших классах, в середине учебного года пришедших в школу, дети из семей эмигрантов, отличающимся внешностью и плохим знанием русского языка.

Для несформировавшейся психики подростка моббинг оказывается серьезным испытанием. Желая превратить жизнь подростка в сущий ад, группа одноклассников (*мобберы*) пускают в ход различные виды моббинга: брань, оскорбления, обзывания, высмеивание, шантаж, наговоры, изоляцию, кибермоббинг и прочее.

Мальчики чаще выбирают физические его виды - пинки, толчки, удары, а девочки более изощренные, вербальные виды моббинга - сплетни, издевки, сарказм, пустые угрозы и социальную изоляцию жертвы.

Буллинг (англ. *bullying*, от *bully* - хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник) - это систематическое, регулярно повторяющееся насилие, травля со стороны одного школьника или группы обучающихся в отношении отдельного школьника, который не может себя защитить.

Буллинг всегда преследует цель - затравить жертву, вызвать у нее страх, деморализовать, унижить, подчинить. Обидчики дают ребенку неприятные прозвища, обзывают, бойкотируют, угрожают, отбирают личные вещи или намеренно портят их, заставляют делать неприглядные и оскорбляющие достоинство действия, распространяют лживые сведения, сплетни и слухи,

исключают ребенка из круга общения, совместных занятий, игр, игнорируют и т. д. Обидчики - булли чрезвычайно изобретательны.

Чем отличается моббинг от буллинга? По сути моббинг и буллинг схожие понятия - это травля. В то же время буллинг отличается от моббинга тем, что в роли преследователя выступает не весь класс, а конкретный ученик или группа учеников, которые имеют авторитет.

Обидчиками могут быть как мальчики, так и девочки-подростки, ибо буллинг не зависит от пола, роста, национальности или предпочтений. Он просто есть, это элемент школьной жизни. Повод может быть самым разным. Поэтому пострадать от буллинга может любой. При этом зачастую могут даже отсутствовать какие-либо конкретные основания для агрессии. Объектом буллинга чаще всего выбирают тех, кто отличается от других и не может себя защитить.

Виды буллинга: вербальная агрессия; запугивание; изоляция; вымогательство; кибербуллинг.

Одной из особенностей подросткового возраста является стремление быть членом группы. Поэтому желание стать членом определенной группы часто толкает подростка на неподобающие поступки. Для агрессивного подростка личность потенциальной жертвы не имеет значения, главное на ком-нибудь сорвать свою злость. Почему подростки становятся жестокими и участвуют в травле других детей? Причинами агрессивного поведения часто бывает стремление к лидерству особенно, когда подросток не может самоутвердиться социально приемлемыми способами: за счет учебы, общественной деятельности, спорта, но претендуют на высокий статус в коллективе; подражание агрессии взрослых по отношению друг к другу; нарушение эмоционального контакта с родителями (*атмосфера нелюбви в семье*); подростки из авторитарных семей; применение родителями физического, психологического и эмоционального насилия по отношению к ребенку; неумение выражать себя и ставить адекватные цели, заниженная самооценка; неумение разрешать конфликты; опыт жертвы моббинга или буллинга со стороны других детей.

Любой вид травли - чрезвычайно опасное явление. Подростки, страдающие от травли, испытывают злобу, разочарование, смущение, унижение и страх. Этот спектр эмоций может привести к самым разнообразным последствиям – от достаточно безобидных до очень опасных. Жертвы травли замыкаются в себе, начинают пропускать занятия в школе, попадают под влияние курения, алкоголя и наркотиков, показывают склонность к девиантному поведению. Незамеченные поначалу переживания ребенка накапливаются и неожиданно выливаются в депрессию, серьезные нервные срывы и даже попытки самоубийства. Полученные в школьном возрасте психологические травмы могут обернуться вполне серьезными взрослыми проблемами. Специалисты считают, что травля в школьные годы не проходит бесследно для всех ее участников, и её последствия сказываются почти на протяжении всей жизни человека. Одни жертвы подростковой травли сохранили здоровье и благополучие, другие, наоборот его потеряли.

Некоторые дети, испытавшие на себе воздействие психологического насилия в школе, усваивают модель поведения жертвы или преследователя, и несут ее в сознательную жизнь.

Как поступать родителям в случаях обнаружении признаков применения травли к их ребенку. Как моббинг, так и буллинг часто остаются скрытыми процессами для родителей. Родители даже не знают, что происходит в школе с их чадом, так как и агрессивный ребенок, и ребенок-жертва нередко молчат о своих проблемах.

Тревожным сигналом в поведении ребенка для родителей должно стать то, что: подростки начинают притворяться больными, чтобы избежать похода в школу; боятся идти одни в школу и из школы, просят проводить их на уроки, опаздывают; становятся эмоционально неустойчивыми, изменяется их привычное поведение и вне школы. У детей снижается успеваемость, теряется интерес к любимым занятиям, они проявляют большую тревогу, порой страхи настолько сильны, что может нарушаться сон, аппетит, появляться заикание, нервные тики. Для таких подростков характерны молчаливость, замкнутость, нежелание идти на разговор. Если ребенок подвергся физическому насилию, то можно обнаружить рваную верхнюю одежду или поврежденные вещи; постоянные ссадины, синяки и другие травмы. Они часто просят дать денег, воруют с целью откупиться от насильника; как проявление крайней степени кризисного состояния: появляются суицидальные мысли.

В ситуации травли ребенка очень важна психологическая помощь родителей. Они должны помочь ребенку справиться с этой проблемой. Если родителям удалось выяснить что их ребенок – жертва насилия в школе, их дальнейшие действия должны быть такими:

В первую очередь, необходимо создать условия безопасности – недопущения насилия.

Как можно быстрее разобщите ребенка с соответствующими стрессовыми воздействиями. Поговорите с классным руководителем, с администрацией школы. Желательно это делать спокойно, без криков и угроз. Отведите ребенка к психологу.

Предложить поговорить с сыном или дочерью в удобное для подростка время, чтобы он смог подготовиться к разговору. Прежде всего, нужно объяснить ребенку, что он не виноват в том, что с ним происходит. Назвать явление тем, чем оно является — травлей. Нельзя ругать ребенка и напоминать ему о его недостатках (*плохая успеваемость, вызывающий стиль одежды и т. д.*). Важно выслушать жалобы и эмоционально посочувствовать ребенку. Надо не анализировать и не оценивать его рассказы, а просто быть на его стороне.

Ни в коем случае нельзя искать причину создавшейся ситуации в ребенке. Существует распространенное мнение, что жертва всегда сама виновата в том, что над ней чинят насилие. Это далеко не так!

Поддерживайте самооценку ребенка, не унижайте его, не критикуйте. У ребенка не должно быть ощущения, что он заслужил плохое обращение с

ним. Ребенка с нормальной самооценкой травить неинтересно, так как он не ведется. *«Травят обычно тех, кто остро реагирует на оскорбление».*

Чаще приглашайте одноклассников ребёнка в гости, особенно тех, кому он симпатизирует. Если у вас есть какое-то необычное хобби, интересное детям, можно рассказать о нём сверстникам ребёнка.

Надо постараться обучить ребенка умению постоять за себя – как в физическом, так и в моральном плане. Призывайте его не смиряться с участью жертвы, а восставать против этого, привлекая на свою сторону своих друзей. Научите подростка не показывать свою слабость и свой страх перед насильниками, вместо рыданий и просьб о помиловании озадачивать их неожиданными вопросами или хотя бы знанием нелестных фактов о них самих.

Как только дети чувствуют, что их жертва в состоянии защитить себя, они перестают преследовать ее. Если станет совсем невыносимо, переведите подростка в другой класс, другую школу. Отступить – не значит проиграть. Нужно помнить, что изменится среда – изменится и состояние ребенка. Выход всегда есть, но в одиночку с проблемой не справиться.

Но, что если ребёнок не просит родителей вмешаться в ситуацию, а, наоборот, считает, что сам может с ней справиться? По мнению большинства психологов, следует дать ему возможность проявить самостоятельность. Излишняя опека, особенно над подростком, может привести к неблагоприятным последствиям. Однако это не означает, что следует закрыть глаза на случаи насилия и травли. Необходимо быть в курсе дел ребёнка, задавать вопросы, правда, делать это не навязчиво, осторожно. Конечно, столь доверительные отношения с подростком возможны только в том случае, если он привык к ним с детства.

Заместитель директора по воспитательной работе Н.В. Коновалова