

## **Тема. Школьный буллинг: его причины, проявления и профилактика. Специфика кибербуллинга**

1. Понятия, формы, типы школьного буллинга.

Социальная структура буллинга. Стадии школьного буллинга. Последствия буллинга для жертвы. Факторы, способствующие буллингу. Профилактика буллинга в школе.

2. Виды и способы кибербуллинга. Участники кибербуллинга. Психологическая специфика кибербуллинга. Профилактика и прекращение кибербуллинга

### ***1. Школьный буллинг: его причины, проявления и профилактика.***

Школьная травля или издевательства долгое время означало просто житейское понятие. Однако в последние 20 лет оно стало массовым явлением, обозначаемым термином «буллинг». Проблема буллинга долгое время умалчивалась, о ней не принято было говорить, не было специального научного термина, для обозначения данного явления (дефиницию «травля» вряд ли можно отнести к терминам).

Первые публикации на тему школьной травли появились довольно давно. Еще в 1905 г. К. Дьюкс опубликовал свою работу, но первые систематические исследования проблемы буллинга принадлежат скандинавским ученым, среди них: Дэвид Олвеус, он и сегодня остается самым авторитетным исследователем проблемы буллинга.

Школьный буллинг – социальное явление, широко распространенное сегодня не только в России, но и в США, Канаде, Японии, Индии и практически во всех странах Европы.

*Буллинг - это длительный процесс сознательного жестокого отношения, физического и (или) психического, со стороны одного ребенка или группы детей к другому ребенку (другим детям). (Дэвид Лейн и Эндрю Миллер)*

Данное определение содержит три важных компонента:

1. буллинг – это агрессивное поведение, включающее нежелательные, негативные действия;

2. буллинг включает модель поведения, неоднократно повторяющегося во времени;

3. буллинг - это дисбаланс власти и силы.

*Мотивацией к буллингу* могут выступать зависть, месть, чувство неприязни, восстановление справедливости, борьба за власть, подчинение лидеру, нейтрализация соперника, самоутверждение и др., вплоть до удовлетворения садистических потребностей отдельных личностей.

Буллинг – это психологический террор. Он всегда преследует цель — затравить жертву, вызвать у нее страх, деморализовать, унижить, подчинить.

Моббинг – это форма психологического насилия в виде массовой травли человека в коллективе. Это своего рода «психологический террор», включающий систематически повторяющееся враждебное и неэтичное отношение одних людей, направленное против других, в основном на одного человека. Например, моббинг против «новичка» в фильме Р. Быкова, снятый по мотивам повести В. Железникова «Чучело».

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.

Хейзинг (англ. hazing) - неформальные ритуальные насильственные обряды, исполняемые при вступлении в определенную группу, и для дальнейшего поддержания иерархии в этой группе. В большей степени хейзинг характерен для закрытых (военизированных, спортивных, интернатных, и др.) учреждений.

*Формы школьного буллинга* могут быть различными: систематические насмешки, в основе которых может лежать что угодно – от национальности до внешних данных ребенка, вымогательство, физические и психические унижения, различного вида издевательства, бойкот и игнорирование, порча личных вещей и др. Булли чрезвычайно изобретательны. Новейшее их «достижение» - кибербуллинг.

#### *Типы буллинга*

Типы буллинга связаны с социальным статусом ученика-жертвы. Отверженность ребёнка в школе проявляется актами насилия или травли, а также неприятием и игнорированием его. Неприятие существует двух видов: пассивным и активным. Игнорирование и неприятие показывает ребёнку, что он лишний в этом коллективе, а если нужен, то только в виде «козла отпущения». *Различают следующие типы буллинга.*

*Физическая агрессия.* Включает в себя толкание, пихание, пинки и удары – может также приобретать форму жестокого физического насилия. В крайних случаях может применяться оружие, например, ножи. Такое поведение чаще встречается среди мальчиков, чем среди девочек.

*Словесный буллинг.* В этом случае оружием служит голос. Может существовать в форме обидного имени, с которым постоянно обращаются к одному человеку, тем самым ранив, оскорбляя и унижая его. Этот вид буллинга зачастую направлен на те жертвы, которые имеют заметные отличия в физической внешности, акценте или особенностях голоса и высокую или низкую академическую успеваемость. Обзывания могут также принимать форму намеков по поводу предполагаемой половой ориентации ученика. (Использование анонимных телефонных звонков – очень распространённая форма словесного буллинга, при котором жертвами могут стать не только ученики, но даже учителя).

*Запугивание.* Основывается на использовании очень агрессивного языка тела и интонации голоса, чтобы заставить жертву делать то, что он/она не желает делать. Мимика или "взгляд" хулигана может выражать агрессию и/или неприязнь. Угрозы также используются для того, чтобы подорвать уверенность жертвы.

*Изоляция.* Инициатором использования этого метода, как правило, является хулиган. Жертва намеренно изолируется, изгоняется либо игнорируется частью класса или всем классом. Это может сопровождаться распространением записок, нащёптыванием оскорблений, которые могут быть услышаны жертвой, либо унижительными надписями на доске или в общественных местах.

*Вымогательство.* В этом случае от жертвы требуют деньги и угрожают, если он/она не отдаёт их немедленно. Могут вымогаться также завтраки, талоны или деньги на обед. Жертву также могут принуждать воровать имущество для хулигана. Такая тактика используется исключительно для возложения вины на жертву.

*Повреждение имущества.* Хулиган может сосредоточить внимание на имуществе жертвы. В результате могут быть повреждены, украдены или спрятаны одежда, учебники или другие личные вещи.

### *Социальная структура буллинга*

Д. Олвеус описывает учащихся, участвующих в буллинге, или наблюдающих за ним в качестве исполнителей ролей в так называемом круге буллинга. Социальная структура буллинга включает в себя следующие элементы:

*Жертва* (учащийся, над которым издеваются).

*Издевающиеся учащиеся* (булли) - начинают и лидируют в издевательствах.

*Последователи или приспешники* - положительно относятся к издевательствам и принимают активное участие в них, но обычно не являются их инициаторами и не играют лидирующую роль.

*Активные сторонники* - активно и открыто поддерживают издевательства, например, смехом или привлечением внимания к ситуации, но они не включаются в них.

*Пассивные сторонники или вероятные участники буллинга.* Этим учащимся нравится издеваться, но они не показывают явных знаков поддержки.

*Безразличные наблюдатели* - не вовлекаются в процесс издевательства и не занимают определенную позицию. Они могут думать: «Это не мое дело» или «Посмотрим, что случится»).

*Вероятные защитники* не любят издевательства и считают, что должны помочь, учащемуся, над которым издеваются, но ничего не делают.

*Защитники* не любят издевательства, помогают или стараются помочь учащемуся, над которым издеваются.

### *Стадии школьного буллинга*

По определению ЮНЕСКО (2015 г.) буллинг не возникает внезапно, он проходит 4 стадии своего развития.

1. Образование буллинг-группировки. Вокруг «лидера» образуется группа «сторонников», стремящихся к доминированию или к защите и покровительству «лидера»

2. Начало конфликта и его эскалация. Со стороны обидчика – начало и повторение насильственных действий. Со стороны жертвы – унижение, страх и тревожность, потеря способности и воли к сопротивлению, усиление уязвимости по мере эскалации конфликта

3. Деструктивное поведение. За учеником закрепляется статус жертвы. Окружающие его обвиняют в сложившейся ситуации. Жертва верит, что виновата в издевательствах над собой (не может справиться со своими силами, подавлена, запугана и деморализована).

4. Изгнание. Пострадавший ученик начинает пропускать учебные занятия, - «академический вред буллинга». При отсутствии социально-психологической помощи, даже при переводе в другую школу буллинг может повторяться, возможны мысли о суициде.

*Как правило жертвами буллинга становятся дети, имеющие:*

- физические недостатки – носящие очки, со сниженным слухом или с двигательными нарушениями (например, при ДЦП), то есть те, кто не может защитить себя;

- особенности поведения – замкнутые дети или дети с импульсивным поведением;

- особенности внешности, телосложения

- неразвитые социальные навыки;

- страх перед школой;

- отсутствие опыта жизни в коллективе;

- болезни – эпилепсию, тики и гиперкинезы, заикание, нарушения речи – дислалия (косноязычие), дисграфия (нарушение письменной речи), дислексия (нарушение чтения), дискалькулия (нарушение способности к счету) и т. д.;

- низкий интеллект и трудности в обучении.

- страдающие от одиночества;

- имеющие негативный опыт жизни;

- из социально-неблагополучных семей;

- испытывающих физическое насилие дома;

- страдающие комплексом неполноценности;

- не верящие в защиту их педагогами;

- предпочитающие умалчивать о насилии и травле;

- не считающие себя значимой частью своего коллектива;

- смирившиеся с этим насилием, как со своей судьбой;

- верящие, что заслуживают роли жертвы, и пассивно ожидающие издевательств.

#### *Последствия буллинга для жертвы*

Иногда последствия террора продолжаются у жертвы всю жизнь, калеча и продолжая испытания. И возможно даже развитие серьёзного посттравматического стрессового расстройства, которое включает 5 фаз развития:

1. Фаза отчаяния - повышенный уровень тревожности, когда ребёнок ещё плохо осознаёт происходящее с ним.

2. Фаза отрицания — попытка вытеснить из памяти происшедшее с ним. Могут появиться соматические расстройства, бесчувственность и бессонница.

3. Фаза навязчивости или депрессии. Смирение с происшедшим насилием на фоне эмоциональной лабильности, нарушения сна и плохого настроения.

4. Фаза прорабатывания того, что произошло, с осознанием причины происшедшего.

5. Фаза завершения - появляется надежда на будущее.

#### *Типичные черты учащихся, склонных становиться булли*

1) дети, уверенные в том, что «господствуя» и подчиняя, гораздо легче будет добиваться своих целей;

2) не умеющие сочувствовать своим жертвам;

3) физически сильнее других мальчиков

4) легко возбудимые, очень импульсивные и легко приходят в ярость.

5) часто вызывающе и агрессивно ведут себя по отношению к взрослым, включая родителей и учителей.

Факторы, способствующие буллингу в школе

- отсутствие контроля за поведением на переменах и в «горячих точках»: туалетах, раздевалках, столовой, укромных углах и т.д.
- позиция безразличия в отношении насилия со стороны сверстников;
- равнодушие как установка педагогов.

*Формирование у учащихся конструктивного поведения на случай буллинга в их адрес*

- рассказать о случае буллинга своим родителям, либо взрослым, которым они доверяют, например, учителю, воспитателю, классному руководителю и т.п.;
- вести себя уверенно;
- искать друзей среди сверстников и одноклассников;
- заниматься методично и последовательно восстановлением своей самооценки с помощью специалиста, если нужно;
- избегать ситуаций, в которых возможен буллинг;
- быть настойчивым и задиристым (хотя бы внешне);
- не надеяться (мечтать) отомстить с помощью еще большей жестокости и не применять оружие;
- учиться использовать юмор - самое мощное оружие против вербальной агрессии.

**Профилактика буллинга**

Единственный путь решения (предотвращения) проблемы – готовность и умение всех учителей открыто противостоять властолюбцам в любых обстоятельствах.

*Что считается эффективным? (Что делать?)*

1. Предложить антибуллинговую политику школы. Форма социальной активности, деятельности школы по недопущению и предупреждению любых форм психического и физического насилия в отношении участников образовательного процесса. Изменить правила образовательного учреждения в отношении случаев буллинга и неуклонно выполнять принятые правила. *Принцип: Ни один случай буллинга не остается безнаказанным*

2. Создать антибуллинговую программу. Программа действий, мер по недопущению и предупреждению любых форм психического и физического насилия в отношении участников образовательного процесса. Научить педагогов, прежде всего, классных руководителей, программам работы со случаями буллинга в классе. *Принцип: Раннее вмешательство предпочтительно.*

3. Включить в план работы психолога систематическую работу с жертвами буллинга и их родителями. *Принцип: Ученик не должен остаться один на один с насилем.*

*Что не считается эффективным? (Чего не делать)*

1. Переложить всю ответственность на психолога.
2. Переадресовать проблему родителям.
3. Провести мероприятие, акцию – вообще что-либо единовременное и краткосрочное.
4. Отправлять участников (жертву и буллера) к директору, требовать от буллера извинений.
5. Рекомендовать жертве не обращать внимания.

## 2. Специфика кибербуллинга

В последнее время помимо традиционного пространства буллинга, появились Интернет-площадки, быстро освоенные теми, кто хотел осуществлять травлю, не приближаясь к своей жертве вживую.

*Кибербуллинг — это отдельное направление травли, определяемое как преднамеренные агрессивные действия, систематически на протяжении определенного времени осуществляемые группой или индивидом с использованием электронных форм взаимодействия и направленные против жертвы, которая не может себя легко защитить.*

Кибербуллинг включает в себя использование электронной почты, мгновенных сообщений, веб-страниц, блогов, форумов и чатов, MMS- и SMS-сообщений, онлайн-игр и других информационных технологий коммуникации. Это совсем новая область исследований с не устоявшейся пока терминологической системой. Некоторые специалисты считают, что кибербуллинг возможен только среди детей и подростков, а когда им занимаются взрослые, это следует называть «кибер харассмент» или «киберсталкинг». Другие предлагают использовать термин «нецивилизованность онлайн» или «кибернецивилизованность».

### *Виды и способы кибербуллинга*

Как и традиционный буллинг, кибербуллинг может быть прямым и косвенным. Прямой кибербуллинг — это непосредственные атаки на ребенка через письма или сообщения. При косвенном в процесс травли жертвы вовлекаются другие люди (как дети, так и взрослые), не всегда с их согласия; преследователь может взломать аккаунт жертвы и, мимикрируя под хозяина, рассылать с этого аккаунта сообщения знакомым жертвы, разрушая коммуникативное поле жертвы и порождая сомнение в его моральных качествах. Одна из наиболее угрожающих ситуаций — когда преследователь публикует в сети информацию, которая в действительности подвергает жертву опасности, например, от ее имени размещает объявление о поиске сексуальных партнеров. Как и традиционная травля, кибербуллинг включает в себя континуум поступков, на одном полюсе которого действия, с трудом распознающиеся окружающими как преследование, а на другом — жестокое поведение агрессора, которое может приводить даже к смерти жертвы.

Р. Ковальски, С. Лимбер и П. Агатстон в своей книге «Кибербуллинг: Буллинг в цифровом веке» (Kowalski et al., 2011) приводят следующие самые распространенные сейчас *способы травли в электронном пространстве.*

1. Наиболее эмоционально бурная форма кибербуллинга - это *флейминг*, который начинается с оскорблений и перерастает в быстрый эмоциональный обмен репликами, обычно публично, реже в частной переписке. Происходит между двумя собеседниками с изначально равными позициями, однако внезапная агрессия вносит дисбаланс, усиливающийся за счет того, что участник не знает, кого его противник может привлечь на свою сторону в этом сражении. Посетители форума, свидетели, могут присоединяться к одной из сторон и развивать грубую переписку, не до конца понимая изначальный смысл столкновения и зачастую рассматривая ситуацию как игровую, в отличие от инициаторов агрессивного диалога.

2. *Харассмент* - это адресованные конкретному человеку обычно настойчивые или повторяющиеся слова и действия, которые вызывают у него раздражение, тревогу и стресс и при этом не имеют разумной цели. Специфические формы харассмента:

ü *киберхарассмент* - обычно выражается в повторяющихся оскорбительных сообщениях жертве, от которых она чувствует себя морально уничтоженной, которым она не может ответить по причине страха или невозможности идентифицировать преследователя, а иногда к тому же вынуждена оплачивать полученные сообщения.

ü *троллинг*: кибертролли публикуют негативную, вызывающую тревогу информацию на веб-сайтах, страницах социальных сетей, даже на мемориальных страницах, посвященных умершим людям, провоцируя сильную эмоциональную реакцию.

3. *Киберсталкинг* - использование электронных коммуникаций для преследования жертвы через повторяющиеся вызывающие тревогу и раздражение сообщения, угрозы противозаконных действий или повреждений, жертвами которых могут стать получатель сообщений или члены его семьи.

4. *Секстинг* - это рассылка или публикация фото- и видеоматериалов с обнаженными и полуобнаженными людьми. Чем старше дети, тем выше вероятность их вовлечения в секстинг. По данным исследования, 10% молодежи 14-24 лет отправляли или публиковали изображения самих себя с сексуальным подтекстом, 15% получали такие сообщения непосредственно от кого-то другого. Если часть людей рассылает такие сообщения в рамках гармоничных отношений внутри пары, то другие преследуют при этом цели травли и нанесения вреда, например, выкладывая в Интернет фотографии обнаженной бывшей подружки в качестве мести за болезненный разрыв отношений.

5. *Распространение клеветы* - это публикация и рассылка унижающей и ложной информации о человеке, его искаженных изображений, в частности в сексуализированном и/или наносящем вред его репутации виде, и др. Одной из форм клеветы являются «онлайн слэм-буки» Слэм-буки - это тетради, в которых одноклассники размещают различные рейтинги и комментарии — «кто самая красивая девушка в классе», «кто одевается хуже всех» и т.п.

6. *Распространение ложной информации при выдаче себя за другого*. Преследователь, используя украденный пароль, с аккаунтов жертвы и как бы от ее лица рассылает негативную, жестокую или неадекватную информацию ее знакомым, может публиковать на форумах провоцирующие оскорбительные сообщения или комментарии, подписываясь именем жертвы и указывая ее реальные имя, адрес и телефон.

7. *Раскрытие секретов и мошенничество* включает распространение в сети личной, секретной, конфиденциальной информации о жертве. Эта форма аналогична раскрытию секретов «в реале».

8. *Исключение/остракизм из онлайн-сообществ* может происходить в любых защищенных паролем средах или через удаление из «списка друзей». Исключение из сообщества, к которому человек ощущает свою принадлежность, может переживаться как социальная смерть. Эксперимент показал, что исключение из Интернет-сообщества снижает самооценку участника и способствует тому, что в следующем сообществе он начинает вести себя более конформно. Часто после исключения человек вступает в другие группы (в частности, тематически посвященные мести первому сообществу), и это позволяет частично совладать с переживаниями; множество «сообщников» придает

человеку воодушевления и усиливает веру в возможность отомстить за остракизм — самостоятельно или с помощью членов новой группы.

Таким образом, основные лейтмотивы травли в Интернете — эксплуатация значимости референтного для жертвы сообщества (вовлечение множества свидетелей в разы усиливает переживания стыда, страха, беспомощности и отвержения); бесконтрольное распространение любой (ложной, постыдной, конфиденциальной) информации; провокация гипертрофированной аффективной обратной связи от жертвы. Целью кибербуллинга является ухудшение эмоционального состояния жертвы и/или разрушение ее социальных отношений.

### *Участники кибербуллинга*

Исследователи выделяют четыре категории детей, занимающихся кибербуллингом, в зависимости от мотивации к этому занятию и стиля его осуществления:

а) «ангел мести» (ощущает себя правым, часто мстит за то, что сам оказался жертвой буллинга в школе);

б) «жаждущий власти» (похож на традиционного преследователя со школьного двора, хочет контроля, власти и авторитета, однако может быть меньше и слабее сверстников, либо может вымещать свою злость и беспомощность, оказавшись в состоянии уязвимости, например, при разводе или болезни родителей);

в) «противная девчонка» (может быть и девочкой, и мальчиком; занимается кибербуллингом ради развлечения, связанного с испугом и унижением других);

г) «неумышленные преследователи» (включаются в кибербуллинг по инерции вслед за полученными негативными сообщениями о ком-то, часто в результате косвенной травли, в которую их вовлекают как свидетелей и соучастников).

### *Психологическая специфика кибербуллинга*

Подобно традиционной травле, кибербуллинг предполагает систематичность, агрессивность и неравенство в силе/власти преследователя и жертвы. Однако власть в киберпространстве имеет и особенности: преследователь анонимен, может скрываться за ложными идентичностями и обращаться к огромной аудитории, внимающей слухам и клевете; вдобавок жертва притеснения доступна через электронные приспособления всегда и везде. И если в обычной травле преследователя могут остановить не столько моральные аргументы, сколько возможные затраты, то кибербуллинг практически не требует ни прерывать основную деятельность, ни отвлекаться от нее, т.е. это очень комфортный способ повышения уровня адреналина.

На сегодняшний день исследователи полагают, что жертвами кибербуллинга зачастую становятся примерно те же дети, которых преследуют вживую: по разным причинам более уязвимые и менее уверенные в себе, часто имеющие какие-то отличия во внешнем виде, происхождении, поведении, состоянии здоровья по сравнению со сверстниками.

### **Профилактика и прекращение кибербуллинга**

Итак, пользователи Интернета сталкиваются с множеством не всегда осознаваемых ими коммуникативных рисков. Что можно сделать, чтобы постараться их предупредить? Борьба с некорректным поведением в Интернете движется по двум направлениям. С одной стороны, это развитие технических приспособлений,



ограничивающих нежелательный контент (фильтры, цензура), располагаемые в социальных сетях и на веб-сайтах разнообразные кнопки тревоги («пожаловаться»), предназначенные для включения в неприятную ситуацию сотрудников сайта, и настройки конфиденциальности персональных аккаунтов. С другой стороны, осуществляется обучение пользователей Интернета основным правилам безопасности и корректного поведения по отношению к другим пользователям.

## Дополнительные материалы

### Литература:

#### *а) основная*

1. Вавренюк, Е.А. Психологическое насилие в подростковой среде: проблема и способы решения /Е.А. Вавренюк, Е.А. Бай // Брест, БрГУ, —2012.
2. Волкова Е.Н., Волкова И.В. Подростковый буллинг: результаты теоретических и эмпирических исследований: Монография. - Нижний Новгород: Мининский ун-т, 2017.
3. Демушкина, О.В. Исследование и профилактика процесса кибербуллинга в школе [Электронный ресурс] / О.В. Демушкина — URL: [https://portalpedagoga.ru/servisy/meropriyatiya/faily\\_ishodniki/3469.doc](https://portalpedagoga.ru/servisy/meropriyatiya/faily_ishodniki/3469.doc)
4. Игнатенко М.С., Семикин В.В., Королева Н.Н. и др. Девиантное поведение детей и подростков в современных социокультурных условиях: учебное пособие Санкт-Петербург : РГПУ им. А. И. Герцена, 2013. - 184 с. :табл. - ISBN 978-5-8064-1938-6 ; То же - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=428248>
5. Кривцова С.В. Буллинг в школе, сплоченность равнодушных. Организационная культура ОУ для решения проблем дисциплины и противостояния насилию. М., 2011.- 92 с.
6. Цибуцинина, Ю.Н. Преодоление буллинга в начальных классах / Ю.Н. Цибуцинина ; Тюменский государственный университет. – Ишим : б.и., 2020. – 76 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596833>
7. Kowalski, R. M., Limber, S. P., & Agatston, P. W. (2011). Cyberbullying: Bullying in the digital age (2nd ed.). Chichester: Wiley-Blackwell.
8. Lisson, M. (2008). Out-of-Control Gossip on Juicy Campus Web Site. Retrieved from URL: <http://abc-news.go.com/oncampus/story?id=5919608#.ULtYHWdOehU>

#### *б) дополнительная*

1. Баранов А.А., Рожина С.В. Кибербуллинг – новая форма угрозы безопасности личности подростка // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. 2015. №11. С. 62–66.
2. Бочавер А.А., Хломов К.Д. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2014. №3(11). С. 177-191.
3. Волкова И.В. Характеристики подросткового буллинга и его определение // Вестник Мининского Университета. 2016. №3. С. 25.