

Буллинг – старая проблема в новой интерпретации

Буллинг (от англ. bully – хулиган, драчун, насильник) – психологический террор, избиение, травля одного человека другим. Действия менее радикальные – обзывания, непристойные шутки, сплетни – называют моббингом.

Основные их признаки:

- Неравенство сил агрессора и жертвы.
- Повторяемость насилия.
- Острая эмоциональная реакция жертвы.

Травля, агрессивное преследование одного другим, – это явление с долгой историей. Но сегодня его масштабы становятся все заметнее. У подростков 11–17 лет в ходу сплетни, унижительные шутки, бойкот. Боль, одиночество, чувство безысходности – чувства, которые испытывает жертва преследования.

Сам процесс буллинга происходит только при совпадении таких факторов: **Беззащитность**. Важно, чтобы жертву никто не защищал, иначе травля очень быстро прекратится. Если малышей избивают в туалете старшие ребята, и никто не реагирует, издевательства будут продолжаться и дальше. Физически слабые мальчики также подвергаются повышенным нападкам со стороны более сильных сверстников. Но при жесткой реакции родителей и педагогов случаи буллинга не повторяются. Поэтому буллы поступают мудро: они или выбирают беззащитную жертву, или последовательно уничтожают к ней симпатии окружающих.

Неготовность биться «на смерть». Буллы – трусы. Именно поэтому они выбирают для нападков более слабых, тех, кто гарантированно не сможет ответить. Жертва не дает отпор агрессору по нескольким причинам: явному перевесу сил, страху получить в ответ еще большую агрессию или потому, что не хочет быть «плохой». Некоторые дети не защищаются из-за установки родителей «драться – это плохо». Если их переубедить и доказать, что защищать себя можно и нужно, ситуация становится менее трагичной.

Низкая самооценка. В голове жертвы прочно сидит недовольство собой или виной. Особенно ярко это проявляется с детьми, у которых действительно имеются те или иные особенности развития: гиперактивность, синдром дефицита внимания, заикание. В зоне риска и ребята, которых не поддерживает семья, где нет доверительных отношений с родными, малыш предоставлен по большей части сам себе и улице.

Высокая агрессивность. Иногда жертвами становятся дети задиристые, эмоционально и болезненно реагирующие на любое замечание или просьбу. Здесь агрессивность носит реактивный характер и идет от высокой возбудимости и беззащитности.

Психологические и социальные проблемы. Одиночество, социальное неблагополучие, депрессивность, неумение общаться с ровесниками, комплекс неполноценности, глубинное убеждение в негативной картине мира, насилие в собственной семье, пассивная покорность насилию – вот предпосылки для того, что ребенок окажется в роли жертвы в школе. Пугливость, тревожность, чувствительность и мнительность, как индивидуальные черты характера, делают ребенка беззащитным, привлекают агрессора.

Общей чертой всех буллеров являются внешне выраженные нарциссические черты. Нарциссы зациклены на себе, но не имеют внутренней опоры. Они нуждаются в уважении и поддержке, но не получают ее от родителей. Зачастую у такого ребенка фиксируют плохие отношения с мамой, он может воспитываться в социально неблагополучной семье. Поэтому добиваются от окружающих признания путем насилия и террора.

Кроме того, буллерам характерны:

1. Неуравновешенность, самовлюбленность. Вспыльчивость, импульсивность и невыдержанный характер с чрезмерно задранной самооценкой. Любые стимулы, которые могут понизить мнение о себе, воспринимаются как личная угроза и требуют немедленного действия. Авторитет поднимается не за счет личных достижений, а путем унижения других. Девочки чаще действуют исподтишка, науськивая окружающих. Они нечувствительны к страданиям других и таким образом просто развлекаются. Иногда

буллинг для них — это инструмент для борьбы с соперницами. При этом жертва необязательно должна бросать вызов явно. Достаточно быть красивее и успешнее

2. Чрезмерная злоба, враждебность, желание «почесать кулаки». Нападающий — всегда поклонник культа силы и насилия, закон джунглей для него свят. Социальные нормы и правила размыты и необязательны к исполнению. Испытывает презрение к более слабым. Физическое развитие в норме или выше. Все вопросы решает при помощи конфликтов, крика, шантажа, физических угроз и побоев. Часто лжет. Присутствуют садистские наклонности.

3. Возвышенное положение в обществе. Девочки-зачинщицы буллинга обладают высоким социальным авторитетом. Они уверены в своей внешности и никогда не испытывали чувства неловкости из-за того, что у них чего-то нет. Родители потакают всем капризам и часто в присутствии ребенка высказывают презрение к окружающим. Отношение к миру меркантильное, к людям — потребительское. Мальчики же из богатых семей ни в чем не знают отказа, на все их проделки родители закрывают глаза, предпочитая откупаться солидной суммой, чем проводить время вместе. Ребенок с детства привыкает, что все покупается и продается, а любое его действие не влечет последствий, кроме как немного опустевшего семейного счета. Таких детей чаще всего называют мажорами.

Как и любое внешнее воздействие, перенесенные травмы обязательно отразятся на дальнейшей жизни. Причем, не стоит думать, что для агрессора манера его поведения останется безнаказанной.

Оказавшись в роли жертвы буллинга, ребенок получает огромное количество психических травм, которые неизбежно сказываются на его дальнейшей жизни:

Расстройства психики. Даже единичный случай буллинга оставляет глубокий эмоциональный шрам, требующий специальной работы психолога. Ребенок становится агрессивным и тревожным, что переходит и во взрослый возраст. У него появляются трудности в поведении. Они чаще других подвержены депрессиям и заканчивают жизнь самоубийством.

Сложности во взаимоотношениях. Шансы стать жертвами моббинга на рабочем месте у людей, переживших буллинг в детстве, вырастают многократно. Мировая статистика утверждает, что взрослые, перенесшие издевательства в детстве, в большинстве своем остаются одинокими на всю жизнь, им тяжелее подниматься по карьерной лестнице. Поэтому они чаще других выбирают надомную или обособленную работу. Больше общаются в социальных сетях, чем в реальном мире.

Болезни. Близким результатом буллинга очень часто бывают физические недомогания. Известны случаи, когда у мальчиков от стресса и бессилия начинались серьезные проблемы с сердцем. Девочки-подростки подвержены другому несчастью: насмешки и оскорбления приводят их к анорексии или булимии. Возможны расстройства сна и перерастание травмы в психосоматику. Например, подросток страдает от болей в почках, но обследования и анализы ничего не показывают. Болевой синдром уходит только после работы психолога.

Агрессор меньше страдает от последствий буллинга, чем жертва, но все же бесследно это не проходит и для него:

Неблагоприятное будущее. Примитивные асоциальные способы поведения перестают действовать во взрослом мире, и буллеры оказываются на помойке жизни. В то время, как их жертвы, заучки и ботаны, заканчивают университеты, получают хорошую работу и обеспеченную жизнь, дорога их мучителей заканчивается в тюремной камере. В лучшем случае они прозябают на низкоквалифицированной малооплачиваемой работе и с завистью смотрят на своих бывших школьных товарищей.

Проблемы во взаимоотношениях. Дети, которые умудрялись сочетать буллинг с высоким социальным статусом, становятся диктаторами в семье и сущим наказанием на работе. Это сплетники и интриганы. Они плетут сети более успешным коллегам,

подсигивают, ставят подножки и идут к своей цели «по трупам». Многие из них достигают высоких результатов в карьере. Поэтому рано или поздно наживают смертельных врагов, а остальные их недолюбливают и боятся.

Террор в семье. Даже если уже во взрослой жизни они успешны, то окружающим с ними неуютно. Развлекаться чужими несчастьями остается их хобби на всю жизнь. Они не умеют выстраивать теплые отношения с детьми, с любимыми, часто просто копируя поведение своих родителей.

Опыт насилия деструктивен для личности насильника. У него разрушаются механизмы формирования близости с другими людьми, и он никогда не сможет создать доверительных теплых отношений с партнерами, даже с собственными детьми всегда будет на расстоянии.

Кто чаще всего становится жертвой травли?

Им может стать любой школьник, даже сильный, способный противостоять давлению группы одноклассников. Но некоторые дети невольно провоцируют сверстников и чаще других становятся жертвами травли. Среди них – те, кто необычно одет или «странно» ведет себя; кто неряшлив, неопрятен. Или мальчики и девочки, которые не могут дать отпор, или очень чувствительные дети – их нетрудно вывести из себя, заставить рыдать. Школьники, которые легче ладят со взрослыми, чем с одноклассниками, по любому поводу жалуются учителю и ходят за ним «хвостиком», тоже вызовут скорее раздражение, чем симпатию класса. Часто жертвой буллинга становится новый ученик, отличающийся от одноклассников, – например, более открытый, инициативный, честный. И дети отвергают «чужака». Наконец, бывает и так, что педагог сам выделяет в коллективе неугодного ученика и, унижая его публично, задает нормы допустимого поведения для других

А кто становится буллером?

Эти дети растут без запретов, не знают, что такое авторитет родителей. И в то же время им очень не хватает внимания и уважения взрослых. Тоска по этим чувствам вызывает у них сильную агрессию, которая какое-то время подавляется: ребенок не может выплеснуть ее на родителей, он ищет себе подходящую мишень. В школе со строгими правилами, в атмосфере взаимного уважения такому ребенку легче контролировать свое поведение. Но при возможности безнаказанно проявлять свою власть и силу у него загораются глаза. Большинство буллеров – это дети с ярко выраженными нарциссическими чертами характера. Они растут без внутреннего ощущения собственного достоинства, самооценности, и поэтому им все время приходится самоутверждаться за счет других людей, доказывать собственное превосходство.

Действия педагога.

Не игнорировать, не преуменьшать значение. Если в учебном заведении пришли к общему пониманию и соглашению о том, что буллинг является проявлением насилия, то тогда даже у тех, кто не является прямыми участниками, повышается восприимчивость к ситуациям буллинга и появляется способность адекватно реагировать.

Занять позицию. Если педагогу стало известно о случае буллинга, или он стал свидетелем такого случая, он должен занять ясную и недвусмысленную позицию и попытаться добиться того, чтобы по меньшей мере «наблюдатели», а по возможности и сам буллер также изменили свою позицию в отношении происходящего, а также объяснить им, каковы психологические последствия для жертвы в этой ситуации.

Материал подобрала

Педагог-психолог В.П. Усанова