

УДК 159.9

*Илюшина Снежана Александровна,
студентка 4 курса, Институт психологии и педагогики, ФГБОУ ВО
«Шадринский государственный педагогический университет»,*

г. Шадринск, Россия

*Научный руководитель: Истомина Светлана Владимировна,
кандидат психологических наук, доцент, ФГБОУ ВО «Шадринский
государственный педагогический университет»,*

г. Шадринск, Россия

ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ

Аннотация: В статье рассматривается проблема профилактики буллинга в подростковой среде. Раскрыты признаки школьной травли, возрастные особенности подростков и основные направления психолого-педагогической работы. Особое внимание уделено содержанию профилактической программы, направленной на развитие эмпатии, коммуникативных навыков, рефлексии и безопасных способов поведения в конфликтных ситуациях.

Ключевые слова: буллинг, подростковая среда, профилактика буллинга, школьная травля, подростковый возраст, безопасная образовательная среда.

Ilyushina S.A.,

PREVENTION OF BULLYING IN THE ADOLESCENT ENVIRONMENT

Abstract: The article examines the issue of bullying prevention in adolescence. It describes the main signs of school bullying, age-related characteristics of adolescents and key areas of psychological and pedagogical work.

Special attention is paid to a prevention program aimed at developing empathy, communication skills, reflection and safe behavior in conflict situations.

Keywords: *bullying, adolescent environment, bullying prevention, school bullying, adolescence, safe educational environment.*

Введение.

Проблема буллинга в образовательной среде сохраняет высокую актуальность, поскольку школьная травля оказывает влияние не только на эмоциональное состояние подростка, но и на его учебную мотивацию, самооценку, особенности общения и дальнейшее личностное развитие. В подростковом возрасте особенно значимыми становятся принадлежность к группе, признание со стороны сверстников и возможность занимать устойчивую позицию в коллективе. Поэтому отвержение, унижение, систематические насмешки или исключение из общения воспринимаются подростком особенно болезненно [1; 2].

Буллинг отличается от обычного конфликта устойчивостью, повторяемостью и неравенством сил между участниками [3]. В конфликте стороны, как правило, обладают относительно равными возможностями отстаивать свою позицию. В ситуации буллинга один участник или группа целенаправленно оказывает давление на другого подростка, а пострадавший не всегда может самостоятельно прекратить насилие или защитить себя. Именно поэтому буллинг требует не только педагогического контроля, но и специальной профилактической работы.

В отечественных и зарубежных исследованиях подчеркивается, что буллинг имеет социально-психологическую природу и формируется не только за счет индивидуальных особенностей агрессора или жертвы, но и за счет групповых норм, реакции свидетелей, позиции взрослых и общей атмосферы в образовательной организации [4; 5; 6]. Если в классе допускаются оскорбления, высмеивание, игнорирование или демонстративное исключение

отдельных учащихся, то подобные формы поведения постепенно закрепляются и начинают восприниматься подростками как допустимые.

Исследовательская часть.

Целью исследования выступило теоретическое обоснование и описание психолого-педагогических условий профилактики буллинга в подростковой среде. В качестве основных задач были определены: анализ психолого-педагогической литературы по проблеме буллинга; выявление факторов, способствующих возникновению травли среди подростков; определение направлений профилактической работы; описание содержания программы профилактики буллинга в образовательной организации.

Подростковая среда является сложной системой межличностных отношений. В ней одновременно проявляются стремление к самостоятельности, потребность в принятии, повышенная чувствительность к критике и поиск собственной идентичности [2]. На этом фоне даже незначительные различия между школьниками могут становиться поводом для насмешек, если в группе отсутствуют нормы уважительного общения и поддержки. Риск возникновения буллинга повышается при низком уровне эмпатии, недостаточной сформированности навыков конструктивного разрешения конфликтов, слабом педагогическом контроле и наличии устойчивых неформальных лидеров, использующих агрессию как способ самоутверждения.

В структуре буллинга обычно выделяют несколько позиций: инициатор травли, пострадавший, активные помощники агрессора, пассивные наблюдатели и защитники [3; 5]. Наиболее сложной является роль свидетелей, поскольку именно их реакция часто усиливает или ослабляет травлю. Если подростки молча наблюдают за унижением одноклассника или поддерживают агрессора смехом, комментариями и распространением слухов, то буллинг получает групповое подкрепление. Если же свидетели выражают несогласие,

обращаются за помощью к взрослым или поддерживают пострадавшего, вероятность продолжения травли снижается.

Профилактика буллинга в подростковой среде должна быть комплексной [1; 7]. Ее содержание целесообразно выстраивать на трех уровнях. Первый уровень связан с информированием подростков о сущности буллинга, его формах, ролях участников и последствиях. Второй уровень предполагает развитие личностных и коммуникативных качеств: эмпатии, ответственности, саморегуляции, навыков сотрудничества и умения обращаться за помощью. Третий уровень направлен на изменение образовательной среды: создание понятных правил поведения, повышение включенности педагогов и родителей, своевременное реагирование на признаки травли.

В рамках выпускной квалификационной работы профилактическая работа была представлена как вторичная профилактика. Это связано с тем, что она ориентирована не только на предупреждение возможных трудностей, но и на снижение уже выявленных рисков неблагоприятного взаимодействия в подростковой группе. Такая профилактика направлена на раннее выявление признаков травли, коррекцию нарушенных способов общения и предотвращение закрепления агрессивных моделей поведения.

Разработанная профилактическая программа может включать четыре взаимосвязанных блока [1; 7; 8]. Информационный блок направлен на формирование у подростков представлений о буллинге, его отличиях от конфликта, возможных последствиях для всех участников. Эмоционально-ценностный блок помогает школьникам осознать переживания пострадавшего, развить сочувствие и ответственность за атмосферу в группе. Коммуникативно-поведенческий блок включает упражнения на сотрудничество, конструктивное выражение эмоций, отказ от агрессивных способов взаимодействия и поиск безопасных вариантов поведения в сложных ситуациях. Рефлексивный блок позволяет участникам анализировать

собственные поступки, отношение к сверстникам и готовность обращаться за помощью.

Содержание занятий может строиться на мини-лекциях, групповых обсуждениях, анализе ситуаций, ролевых упражнениях, работе в малых группах и рефлексивных заданиях [7; 8]. Например, при обсуждении различий между конфликтом и буллингом подростки учатся видеть признаки повторяемости, намеренного причинения вреда и неравенства сил. При выполнении ролевых упражнений они пробуют разные позиции: пострадавшего, свидетеля, защитника, взрослого помощника. Это дает возможность безопасно обсудить сложные ситуации и найти более конструктивные способы реагирования.

Важным условием эффективности является участие педагогов и родителей [1; 6]. Педагог должен не только фиксировать отдельные нарушения дисциплины, но и обращать внимание на скрытые формы травли: игнорирование, распространение слухов, намеренное исключение из совместной деятельности, насмешки в социальных сетях. Родители, в свою очередь, должны знать признаки возможного неблагополучия: резкое нежелание посещать школу, тревожность, снижение успеваемости, замкнутость, потерю интереса к общению, жалобы на самочувствие без очевидной причины.

Оценка эффективности профилактической работы может осуществляться через сравнение результатов первичной и повторной диагностики, наблюдение за характером общения подростков, анализ активности участников на занятиях, а также обратную связь от школьников и педагогов [7]. Положительная динамика может проявляться в снижении количества конфликтных и агрессивных ситуаций, повышении готовности подростков обращаться за помощью, улучшении психологического климата в классе и формировании более ответственного отношения к поведению в группе.

Заключение.

Таким образом, буллинг в подростковой среде представляет собой сложное социально-психологическое явление, связанное с особенностями групповой динамики, возрастного развития и организации образовательной среды [1; 4; 6]. Его профилактика требует не разовых мероприятий, а последовательной системы работы, направленной на подростков, педагогов и родителей.

Наиболее результативной является такая профилактика, которая сочетает информирование, развитие эмпатии, формирование коммуникативных навыков, обучение безопасному поведению в конфликтных ситуациях и изменение групповых норм [1; 7]. Особое значение имеет работа со свидетелями буллинга, поскольку именно позиция группы во многом определяет, будет ли травля продолжаться или прекратится.

Практическая значимость профилактической программы заключается в возможности ее использования педагогами-психологами, классными руководителями и социальными педагогами при организации работы с подростковыми коллективами. Системная профилактика буллинга способствует созданию безопасной образовательной среды, снижению рисков агрессивного поведения и формированию у подростков опыта уважительного взаимодействия со сверстниками.

Список использованных источников:

1. Волкова Е.Н., Волкова И.В. Психология подросткового буллинга: монография. Нижний Новгород: Мининский университет, 2021. 204 с.
2. Кон И.С. Психология ранней юности. М.: Просвещение, 1989. 255 с.
3. Ольшеус Д. Буллинг в школе: что мы знаем и что можем сделать. Оксфорд: Блэквелл Паблишерс, 1993. 140 с.

4. Бочавер А.А., Хломов К.Д. Буллинг как объект исследований и культурный феномен // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10. № 3. С. 149-159.

5. Глазман О.Л. Психологические особенности участников буллинга // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2009. № 105. С. 159-165.

6. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

7. Гребенкин Е.В. Профилактика агрессии и насилия в школе: учебно-методический комплекс. Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. 157 с.

8. Кравцова М.М. Дети-изгои. Психологическая работа с проблемой. М.: Генезис, 2005.