

Мартынова Мария Александровна

магистрант

ФГБОУ ВО «Чувашский государственный
педагогический университет им. И.Я. Яковлева»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

DOI 10.21661/r-564224

ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

***Аннотация:** в статье рассматривается вопрос о профилактике буллинга в подростковой среде. Отмечается, что эффективная борьба с буллингом требует комплексного подхода, объединяющего профилактику, вмешательство и работу с кризисом. Только системное и последовательное применение различных методов может привести к существенному снижению уровня школьного насилия и созданию безопасной и дружелюбной школьной среды для всех учащихся.*

***Ключевые слова:** буллинг, подросток, образовательная среда.*

Проблема буллинга, или школьного насилия, приобрела в современном мире масштабы глобальной эпидемии, требующей комплексного и системного подхода к решению. Первые серьёзные попытки разработки программ по его предотвращению относятся ко второй половине XX века и связаны с именем норвежского учёного Дана Олвеуса, создателя всемирно известной программы ОБРР (The Olweus Bullying Prevention Program). Эта программа, заложившая основы современных методик борьбы с буллингом, акцентирует внимание на комплексном подходе, включающем не только реакцию на уже произошедшие случаи насилия, но и, что гораздо важнее, проактивную профилактику.

Олвеус и последующие исследователи выделяют несколько ключевых этапов в борьбе с буллингом.

1. Работа с кризисом. Это оперативное реагирование на уже существующие случаи насилия. Включает в себя немедленное вмешательство для прекращения агрессивных действий, оказание психологической помощи жертве и привлечение к ответственности обидчика. Важно понимать, что реакция должна быть

быстрой, справедливой и соответствовать возрасту и индивидуальным особенностям участников конфликта. Это может включать в себя беседы с вовлеченными сторонами, включение родителей, использование медиации и других методов разрешения конфликтов. Критично также обеспечение безопасности жертвы и предотвращение дальнейших актов агрессии.

2. Вмешательство. Этот этап выходит за рамки реакции на конкретный случай и направлен на изменение поведения агрессора и повышение уровня безопасности всех учащихся. Вмешательство включает различные методы, от индивидуальной работы с обидчиком до групповых тренингов по развитию социальных навыков и эмоциональной регуляции. Важно выявлять корни агрессивного поведения, работающую с причинами, а не только следствиями.

3. Профилактика. Это, пожалуй, самый важный этап, направленный на предотвращение буллинга в самом начале. Профилактические меры должны быть всеобъемлющими и включать в себя образовательные программы для всех учащихся, обучение учителей методам выявления и предотвращения буллинга, создание безопасной и поддерживающей школьной среды, разработку четких правил поведения и системы наказаний за нарушения.

А. Мухаркина, анализируя принципы эффективной профилактики буллинга, выделяет четыре ключевых аспекта.

1. Взаимодействие. Успешная профилактика требует тесного сотрудничества всех заинтересованных сторон: учителей, родителей, психологов, администрации школы и самих учащихся. Необходимо создать команду, объединённую общей целью – созданию безопасной школьной среды.

2. Предупреждение. Профилактика должна быть проактивной, направленной на предотвращение буллинга еще до его возникновения. Это включает раннее выявление факторов риска (агрессивность, отчужденность, негативное взаимодействие между детьми) и их предотвращение.

3. Системность. Меры по борьбе с буллингом должны быть последовательными и планомерными. Это требует регулярного мониторинга ситуации, сбора

информации, разработки индивидуальных программ поддержки для жертв и агрессоров, а также отслеживания эффективности проведенных мероприятий.

4. Лонгитюдность. Профилактические работы должны быть долгосрочными и направленными на изменение культуры школы в целом. Необходимо постоянно отслеживать динамику буллинга, адаптировать программы к меняющимся условиям и оценивать их эффективность в долгосрочной перспективе.

Кен Ригби, в свою очередь, фокусируется на методах интервенции, выделяя шесть основных подходов.

1. Традиционный дисциплинарный подход. Наказание агрессора с целью предотвращения повторения актов насилия. Этот подход часто критикуется за неэффективность в долгосрочной перспективе и риск усугубления проблемы.

2. Усиление жертвы. Обучение ребенка, ставшего жертвой буллинга, методам самозащиты, развитие уверенности в себе и социальных навыков. Этот подход помогает жертве лучше справляться с ситуацией, но не решает проблему буллинга в целом.

3. Обучение социальным навыкам. Обучение детей эффективным способам взаимодействия, решения конфликтов и управления своими эмоциями. Это помогает предотвратить буллинг на ранней стадии.

4. Изменение школьной среды. Создание положительной и поддерживающей атмосферы в школе, где учащиеся чувствуют себя в безопасности и уважении. Это включает разработку четких правил поведения, системы наказаний и программы по пропаганде толерантности.

5. Вовлечение родителей. Тесное сотрудничество школы и родителей в борьбе с буллингом. Родители должны быть информированы о проблеме, обучены методам выявления и предотвращения буллинга и вовлечены в разработку и реализацию программ по борьбе с ним.

6. Использование медиации. Применение методов мирного решения конфликтов для установления конструктивного диалога между жертвой и агрессором. Этот подход направлен на восстановление поврежденных отношений и предотвращение будущих актов насилия.

Отечественные исследователи, такие как Д.Н. Соловьев и другие, справедливо выделяют четыре уровня профилактической работы: личностный, групповой, общешкольный и социальный. Каждый из этих уровней взаимодействует и дополняет друг друга, создавая многоуровневую систему защиты детей от насилия.

1. Личностный уровень фокусируется на развитии у каждого ученика навыков саморегуляции, эмоциональной грамотности и способности к эмпатии. Здесь ключевую роль играет работа психологов, социальных педагогов и самих учителей, проводящих индивидуальные консультации, тренинги по управлению гневом и разрешению конфликтов. Включается работа с самооценкой ребёнка, развитие его уверенности в себе, что снижает вероятность стать как жертвой, так и агрессором. Этот уровень также предполагает раннее выявление детей, склонных к агрессии или страдающих от тревожности и депрессии, для своевременного оказания им специализированной помощи. Методы включают индивидуальные беседы, психологическое тестирование, арт-терапию и другие техники, направленные на понимание собственных эмоций и поведения.

2. Групповой уровень, на котором основная работа ведется классным руководителем, является, пожалуй, наиболее важным. Классный руководитель, как ключевая фигура в школьной жизни учеников, может создать в классе здоровую атмосферу взаимоуважения, доверия и сотрудничества. Это достигается не только за счет коррекции социальных девиаций и пропаганды здорового образа жизни, но и через целенаправленное формирование позитивных межличностных отношений. Включаются различные групповые игры и упражнения, ролевые игры по разрешению конфликтных ситуаций, дискуссии на темы толерантности, эмпатии и ответственности. Важно активно вовлекать детей в коллективно-значимую деятельность: проекты, творческие конкурсы, спортивные мероприятия, чтобы укрепить чувство принадлежности к группе и сформировать чувство коллективной ответственности. Эффективность таких мероприятий значительно возрастает при использовании игровых методов и поощрении просоциального поведения.

3. Общешкольный уровень подразумевает создание единой системы профилактики буллинга в школе. Это включает разработку и внедрение школьной антибуллинговой программы, проведение обучения для всех сотрудников школы (учителей, администрации, технического персонала), создание специальных консультативных служб и горячих линий. Необходимо разработать четкие правила поведения в школе, предусматривающие меры ответственности за проявления буллинга. Важную роль играет информирование родителей о проблеме буллинга и вовлечение их в процесс профилактики. В рамках общешкольного уровня реализуются программы по формированию культуры толерантности и недопущения дискриминации.

4. Социальный уровень направлен на взаимодействие школы с семьей, общественностью и правоохранительными органами. Это включает сотрудничество с родителями, социальными службами, правоохранительными органами для обеспечения комплексной поддержки жертв буллинга и предупреждения возникновения новых случаев. Важно создавать партнерские отношения с местными организациями, занимающимися профилактикой насилия, и использовать их ресурсы для решения проблемы буллинга, реализацию и анализ результатов. Только интеграция всех усилий позволит создать безопасную и дружелюбную среду для всех учеников школы.

Список литературы

1. Лященко К.В. Работа социального педагога по профилактике школьного буллинга / К.В. Лященко // Таврический научный обозреватель. – 2016. – №2 (7). – 204 с.
2. Мигунова А.В. Возможности социальной работы в решении школьных проблем / А.В. Мигунова // Вестник НГУ им. Н.И. Лобачевского. – 2013. – №4 (32). – 66 с.
3. Соловьёв Д.Н. Модель профилактики буллинга среди школьников подросткового возраста / Д.Н. Соловьёв // Науковедение. – 2014. – №3.