

# Психологические аспекты работы с буллингом



Проблема буллинга состоит в том, что до настоящего времени так и не были разработаны универсальные способы борьбы с ним в образовательных учреждениях. В России многие педагоги не замечают или делают вид, что не замечают травлю отдельных детей. По этой причине зачастую вовремя не оказывается психологическая помощь, которая необходима не только «жертве», но и ее «обидчикам».

Подростковый возраст – это самый сложный, конфликтный и противоречивый этап развития личности. На этой стадии происходят различные физиологические и психологические изменения. Ребенок проходит самый сложный период полового созревания, начинает поиск своего «Я». По этим причинам учеба может отходить на второй план.

Для подростка референтная группа представлена его сверстниками. В этой группе происходит борьба за лидерство, возникают конфликтные столкновения. Несмотря на то, что участие подростков в конфликтных ситуациях является вполне нормальным, проблема буллинга состоит в том, что травля может длиться долго.

Каждый человек, ведущий борьбу за лидерство, желает самоутвердиться на фоне другого, поэтому может начаться травля слабого. «Жертве» очень трудно поменять собственный статус, поэтому она подвергается постоянным нападениям со стороны обидчика и его друзей. Родители и педагоги должны своевременно предупреждать и пресекать все попытки проявления агрессии и насилия среди детей.

## Задачи профилактики буллинга

В процесс профилактики буллинга необходимо включить несколько аспектов: предохранение, предупреждение, предостережение, исключение, контроль.

Профилактика предполагает изменение социальной, семейной, личной ситуации ребенка с помощью использования специальных педагогическо-воспитательных мер, которые будут способствовать улучшению качества жизни и поведения. Это происходит благодаря изменению личностных ориентаций.

Основная цель профилактических мероприятий – научить детей и взрослых справляться со стрессовой ситуацией и агрессией. Задачи профилактики включают подготовку педагогов и психологов для работы с трудными детьми с целью разрешения ситуаций буллинга, помощь улучшению социального самочувствия студентов. В дополнение важно проводить психолого-педагогическое просвещение родителей, устранять психотравмирующие и социально опасные ситуации. В целом профилактика должна концентрироваться на развитии толерантности и социальной компетентности.

В ходе профилактики буллинга должно происходить изменение представлений человека о самом себе и об его отношениях с окружающими людьми. Многие ученые ищут различные оптимальные методы профилактики и борьбы, а последователи диспозиционного подхода рассматривают профилактику буллинга как идею необходимости развития коммуникативных навыков и уверенности в себе.



## Подходы к профилактике буллинга

Образовательные организации должны уделять большое внимание проблеме буллинга. Важно исследовать проблемы насилия, например, с помощью анкетирования. После определения проблемных коллективов выясняются психологические причины проявления насилия.

После установления причины буллинга (по результатам анкетирования

К причинам проявления буллинга относятся:

- сама атмосфера образовательного учреждения,
- особенности отношений обучающимся и педагогом,
- особенности отношения педагогов к проявлению насилия.

или наблюдения), требуется проведение работы с педагогическим коллективом. Лишь после нее можно приступить к профилактике буллинга среди обучающихся.

Один из методов профилактики представлен проведением классных часов на тему уважительного и толерантного отношения к другим людям. Педагоги и психологи могут проводить с классами тренинги, направленные на сплочение классного коллектива, развитие терпимости, эмпатии мышления в отношении окружающих.

Профилактика буллинга концентрируется на его потенциальных участниках. Она состоит из работы со студентами, а также их семьями. Важно выявить тип семьи и воспитания, включая поведение родителей в отношении детей. Педагогам необходимо осуществить совместную работу с ребенком и его родителями, изучить и провести коррекционную работу, если детско-родительские отношения нарушены.

Если вовремя не принять соответствующие меры, то ситуация может послужить причиной для снижения эмоционального благополучия человека и появления отклонений в его оптимальном психическом развитии. Осуществляя индивидуальную работу с ребенком, педагог-психолог вместе с обучающимся выясняют причины проявления ситуаций буллинга с одновременной проработкой стратегии поведения в конфликте.

Кроме этого, в соответствии с занимаемой ребенком позицией в ситуации буллинга («жертва», «обидчик», «свидетель») осуществляется коррекция отклонений в эмоциональной сфере, развивается стрессоустойчивость и коммуникативные навыки. Ребенка учат формировать навыки принятия ответственности за его действия и поведение путем оказания психологической и социальной поддержки. В процессе повышается самооценка, снижается асоциальное поведение человека.

