

Травля в школе: причины, последствия, помощь
(из Психологической газеты)

Предлагаем Вашему вниманию интервью с Ириной Алексеевной Алексеевой. Ирина Алексеевна - психолог-консультант, генеральный директор Фонда кризисной помощи детям и подросткам «Новые шаги», автор книги «Дети риска. Практические аспекты психологической помощи детям, пострадавшим от насилия», «Жестокое обращение с ребёнком. Причины. Последствия. Помощь», «Работа с детьми, перенесшими психологические травмы. Методика проведения тренинга», автор многочисленных обучающих программ в области кризисной психологической помощи детям, подросткам и неблагополучным семьям

- Ирина Алексеевна, Вы много лет работаете с детьми, которые подвергались насилию. Насколько часто насилие совершается детьми по отношению к другим детям?

- К сожалению, достаточно часто. Травля детей сверстниками в детских коллективах называется буллинг. В нашей стране проблема буллинга, к сожалению, замалчивается, ей не уделяется должное внимание — не проводятся мероприятия, чтобы выявить скрытый буллинг в школах, практически нет научной литературы, в которой бы изучался этот вопрос. На русском языке могу назвать лишь книгу под редакцией Д. Лейна «Детская и подростковая психотерапия» - там одна из глав посвящена этой теме. Конечно, это - капля в море. Мы убеждены, что очень важно сейчас говорить о существовании этой проблемы, о том, что буллинг, так или иначе, присутствует в большинстве детских учреждений и коллективов. Потому что травля крайне травматична для детей-жертв и ее последствия тяжело переживаются ими много лет, а в некоторых случаях могут быть трагичными.

Довольно часто мы сталкиваемся с тем, что даже когда в школе травля одного ребенка другими детьми становится очевидной, и ее замечают все, взрослые стараются не вмешиваться, не пресекают ее и не оказывают помощь ребенку-жертве. Часто педагоги находят объяснения, почему того или иного ребенка травят дети: «сам виноват», «сам нарываемся», «неадекватный», «не может за себя постоять» и т.п. Важно понимать, что причина буллинга — не в особенностях ребенка, на которого нападают, и не в агрессивности одного или нескольких детей, а в характере отношений между детьми в коллективе. Обычно, если ребенок, которого травят, просто уходит из класса или школы, на его месте скоро оказывается следующая жертва.

Условия, необходимые для появления и существования травли, включают в себя не только наличие агрессивных детей, склонных к доминированию, и детей, которые примыкают к нападающим, но и определенной среды, в которой взрослые не чувствительны к этой проблеме, не отдают себе отчет в причинах существования травли и в ее последствиях как для ребенка-жертвы, так и для всего коллектива.

- Какие дети чаще других становятся жертвами буллинга?

- Объектом буллинга может стать любой ребенок. Детей могут травить по национальному признаку, в связи с особенностями внешности или характера. Риск оказаться жертвой травли увеличивается для тех детей, которые не уверены в себе, тревожны, и тех, у кого нет друзей в коллективе.

- Наверное, быстрее всего оценить эмоциональный климат в коллективе могут учителя. Эффективно ли проводить какие-то информационные мероприятия для учителей?

- Начинать работу нужно именно с информирования учителей. Надо отметить, что учителя часто болезненно реагируют на агрессию, особенно в свой адрес, и в ситуации конфронтации с агрессивным ребенком их реакции могут быть непродуктивными. Эффективное поведение в ситуации, когда группа детей травит или издевается над ребенком – вмешаться и сразу спокойно и твердо объяснить нападающим, что агрессия недопустима, что это правило, и поддержать ребенка-жертву. На западе часто устраивают тренинги для учителей и родителей, круглые столы и встречи. В результате и сотрудники школы, и родители понимают, что такое буллинг и как от него защищаться. А если мы сейчас придем в любую школу нашего города и у десяти учителей спросим о том, что делать, когда ребенка травят, то девять из них не смогут ответить, а если и смогут, то скажут, что дети сами виноваты. Это позиция, которая не помогает решить проблему.

- А что же помогает?

- Первый шаг к решению этой проблемы — информирование тех людей, которые работают с детьми, о том, что такое буллинг на самом деле и каковы его последствия. Пока они не начнут реагировать и вмешиваться в ситуации травли, ничего не изменится и последствия могут быть катастрофичными. Говоря о последствиях буллинга, я имею в виду и увеличение количества суицидов среди детей-жертв, не выдержавших психологического давления, и защитное агрессивное поведение с их стороны, которое может привести к травмированию другого ребенка. Но даже если этого удастся избежать, ситуация требует вмешательства специалистов, потому что буллинг оставляет глубокий след в жизни жертв и отражается на эмоциональном и социальном развитии, на школьной адаптации, может иметь тяжелые психологические последствия. Даже через много лет на тренингах люди, вспоминая, как их травили в школе, часто плачут и рассказывают о своих очень болезненных переживаниях. Это одна из самых сильных эмоциональных травм для ребенка. И ему необходимо оказывать помощь.

- Какие подходы к решению проблемы будут эффективными?

- Наиболее эффективен комплексный подход. Западные коллеги используют для противодействия буллингу самые разные методы — начиная от создания специальных команд специалистов, которые выезжают в школу и работают со всеми участниками возникшего конфликта, заканчивая разного рода

индивидуальной помощью детям. Специфика в том, что помощь должна быть направлена одновременно на всех участников этого процесса — на пострадавшего ребенка, на детей-«агрессоров», на детей, которые наблюдают за агрессией, на учителей. Ситуация буллинга очень травматична для всех участников.

Иногда удается помочь, работая только с ребенком-жертвой или ребенком, который выступает в роли агрессора, но очень редко. Работая только с ребенком-жертвой можно помочь ему справиться с конкретной ситуацией, но нельзя исключить повторения или продолжения травли в том или ином виде. У меня был случай, когда с помощью психологической работы с ребенком-жертвой, который при этом агрессивно реагировал на нападки в свой адрес, удалось наладить отношения с детьми — ребенок остался в школе, смог нормально общаться, у него появился друг. Появление друга в данном случае очень важно, потому что это свидетельствует о том, что ребенок уже стал частью коллектива. Тем не менее, в подавляющем большинстве случаев требуется контакт и работа со всеми участниками и свидетелями травли. В некоторых случаях бывает невозможно помочь в условиях конкретной школы, и тогда приходится рекомендовать родителям перевести ребенка-жертву травли в другую школу.

- В чем больше всего нуждается жертва травли?

- В эмоциональной поддержке, которую могут оказать родители и психолог, в защите и в готовности родителей и специалистов понимать трудности, с которыми ребенок сталкивается в школе. Важно принять меры для защиты ребенка от дальнейшей травли и четко обозначить свою позицию в отношении происходящего: не обвинять ребенка в том, что он стал объектом травли и предпринимать конкретные действия для того, чтобы травля прекратилась. Родители часто в таких ситуациях начинают бояться, что они неправильно воспитывают ребенка, что им как-то надо воздействовать, чтобы он «стал адекватнее» (и его перестали травить), но это напрасные ожидания. Важно создавать для ребенка пространство вне школы, где он будет чувствовать себя принятым, нужным, успешным. Очень помогают группы поддержки, хобби, увлечения. При этом нужно учитывать, что регулярная травля приводит к подавленности и депрессивному состоянию у ребенка, формированию различных страхов, мотивационным, социальным и поведенческим нарушениям. Если родители выявляют серьезную травлю — конечно, нужно, не откладывая, обращаться к специалистам, прежде всего - к психологу.

Роль психолога в том, чтобы оценить сложившуюся ситуацию, помочь ее изменить, поддержать ребенка и родителей. Конечно, для этого специалисту нужны конкретные знания, поэтому мы, создавая семинар, стремились разработать его таким образом, чтобы участники научились распознавать буллинг и выявлять основные мишени работы, оказывать помощь и детям-жертвам, и детям-агрессорам, общаться с учителями, активно заниматься профилактикой. Я уверена: когда психологи будут хорошо информированы о том, как действовать в ситуациях буллинга, они смогут привлечь к решению этой проблемы и других специалистов, работающих с детьми. И вместе мы сможем помочь тем, кто очень нуждается в нашей помощи.

- В каких школах менее распространен буллинг?

- Это школы, в которых взрослые занимают твердую позицию неприятия любых видов издевательств. В которых есть четкие правила поведения, говорящие о том, что нельзя нападать на других, нельзя оскорблять других. И эти правила не только на словах декларируются — им следуют и учителя, и ученики. То есть, учителя не только сами не проявляют насилие по отношению к детям (ни физическое, ни вербальное, ни психологическое), но и сразу же, замечая агрессивные проявления у детей, пресекают их.

В такой среде любые конфликты внимательно обсуждаются, разъясняются, не поощряется нездоровая конкуренция между учениками, персонал школы не разделяет учащихся на «хороших» и «плохих», толерантная позиция принятия всех детей выражается в том, что взрослые быстро замечают проявления агрессии детей по отношению друг к другу и создают условия для того, чтобы дети могли общаться конструктивно. В подобных школах могут учиться дети с какими-то выраженными особенностями поведения и развития, но отношение к ним будет принимающим, заботливым, будет возвращаться терпимость по отношению к различиям между людьми.

Беседовала Юлия Смирнова

25.01.2013