



Т. В. Зотова

УДК 159.9

ПРЕОДОЛЕНИЕ БУЛЛИНГА В ТРЕТЬЕМ КЛАССЕ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Введение. В России буллинг в общеобразовательной школе является достаточно актуальной проблемой. По данным исследования Организации экономического сотрудничества и развития из 27 стран, где наблюдаются проявления буллинга, Россия стоит на 3 месте.

Изучением буллинга в школьной среде занимались многие зарубежные ученые: К. Купер, Д. Олвеус, А. Пикас, Е. Роланд, К. Ригби, П. Смит, П. П. Хайнеманн, и др. Среди отечественных ученых проблему буллинга исследовали И. А. Александрова, Т. О. Арчакова, И. А. Басва, С. А. Богомаз, Е. В. Бородкина, И. В. Дробинина, И. С. Кон, И. А. Кузьмин, Д. А. Леонтьев, С. Р. Мадди, Т. В. Наливайко, М. В. Наймушина, В. С. Собкина, О. В. Муравейская, Е. И. Рассказова, Д. Н. Соловьева, К. Д. Хломов и др.

Первыми исследователями буллинга были скандинавские ученые: П. П. Хайнеманн, Д. Олвеус, А. Пикас, Е. Роланд. В частности, Д. Олвеус в 1993 г. определял буллинг как преднамеренное систематически повторяющееся агрессивное поведение, включающее неравенство социальной власти или физической силы [8]. Британский ученый Д. П. Татум под буллингом понимает «особый тип насилия, когда человек физически нападает или угрожает другому человеку, слабому и бессильному, чтобы человек чувствовал себя изолированным, напуганным, лишенным свободы действий» [5, с. 150]. Изучая проблему буллинга в школьной среде С. М. Ж. Агоа пишет: «буллинг – это поддающиеся наблюдению действия, имеющие место в обще-

нии между молодыми людьми в школе, которые являются причиной появления чувства обиды или стресса» [7, с. 13].

И. С. Кон один из первых в нашей стране стал изучать данную проблему, он определил буллинг как «запугивание, физический или психологический террор, который может быть направлен на подчинение одного человека другому и на то, чтобы вызвать у другого страх» [2, с. 17]. О. Д. Маланцева отмечает, что «школьная травля» это не только продолжительное физическое и психологическое насилие, но также совокупность социальных, психологических и педагогических проблем [4, с. 91]. Согласно С. В. Кравцовой, «буллинг – это агрессия одних детей против других, когда имеют место неравенство сил агрессора и жертвы, агрессия имеет тенденцию повторяться» [3, с. 97]. С. В. Кравцова считает, что неравенство сил и повторяемость являются двумя существенными признаками буллинга. Д. Н. Соловьев в своих работах отмечает, что «буллинг имеет структуру, схожую с конфликтом, но обладает специфическими чертами, отличающими его от других форм конфликтного взаимодействия. Например, такими, как дисбаланс сил, когда с одной стороны находится обидчик, имеющий физическую или психологическую силу, а с другой – жертва, которая не имеет такой силы и нуждается в поддержке и помощи со стороны» [6, с. 58].

Для буллинга характерны следующие черты:

1. Буллинг асимметричен – есть две стороны: агрессор и жертва. Агрессор наделен силой (физической и/или психологической), жертва нуждается в помощи или поддержке;

2. Все действия со стороны агрессора умышленны и подразумевают причинение физических и моральных страданий жертве;

3. Для жертвы травля является разрушительной, происходит подрыв уверенности в себе и своих силах, страдает здоровье, стирается самоуважение и человеческое достоинство;



4. Действия буллинга распространены не только на две стороны (агрессора и жертву), это групповой процесс, в котором участвуют и свидетели данного деяния (класс, группа);

5. Травля происходит постоянно, все участники этого процесса нуждаются в помощи: как потерпевшие, так и обидчики и даже свидетели.

Все исследователи схожи в понимании того, что для развития буллинга существует достаточно благодатная почва – большое количество социальных, психологических, а также педагогических проблем. Приведенные выше понятия разных авторов позволяют выделить общие черты буллинга:

- насилие (физическое, психологическое);
- может осуществляться как одним человеком, так и группой людей;
- направлен на слабого, не способного проявить отпор;
- происходит систематически.

Буллинг разрушает уверенность жертвы в себе, уничтожает здоровье и самоуважение, а также достоинство человека. Возникает буллинг-структура, которая является социальной системой, ее участники – это агрессор (обидчик), жертва (пострадавший) и наблюдатель [5, с. 65].

Чаще всего жертвами буллинга в школах становятся отличники, неудачники, дети, страдающие заболеваниями с внешними проявлениями, физически слабые дети, дети из малообеспеченных семей, представители национальных меньшинств. Жертвы часто никому не говорят, что над ними издеваются.

Буллинг начинается одним из учеников, обычно это лидер класса, он успешен в учебе или, наоборот, имеет очень низкую школьную успеваемость. Агрессорами, как правило, являются дети, нуждающиеся во внимании сверстников или взрослых. Провоцируя травлю, агрессоры стремятся к самоутверждению, росту самооценки и повышению положения в глазах сверстников. Нападающие отличаются вспыльчивостью, неуравновешенностью, грубостью. К окружающим относятся враждебно, на критику не реагируют. Обычно у агрессоров слабо развито чувство

сострадания. Атакующие высокомерны, высокого мнения о себе, а также склонны к лидерству.

Наблюдатели – самая многочисленная группа участников буллинга. Наблюдатели, как правило, не получают удовольствия от издевательств, а вынуждены либо сопротивляться, либо хранить молчание, опасаясь сами стать жертвой. Более смелые из них встают на защиту жертвы. Но пассивное непроведение последних и молчаливая поддержка травли взрослыми заставляют их отступить. Жертва оказывается лицом к лицу со своими мучителями или мучителем.

По специфике содержания буллинга можно выделить его виды: физическая агрессия, словесный буллинг, запугивание, изоляция, повреждение имущества, вымогательство, кибер-буллинг.

В школьной среде могут применяться все вышеперечисленные виды буллинга. Наиболее распространен буллинг в начальной школе и средних классах.

Обобщив различные подходы в определении данного понятия, мы можем определить буллинг как насилие, осуществляемое систематически длительное время одним человеком или группой лиц в отношении другого человека, не способного дать отпор, и это действие направлено на ущерб и вред жертве, чтобы получить психологическое или физическое удовлетворение обидчиком.

Проблема буллинга должна решаться комплексными мерами. Ребенок-«жертва» не должен один противостоять обидчикам. В этом его должны поддержать родители и учитель.

Цель нашего исследования – изучить особенности возникновения буллинга и разработать программу преодоления буллинга в 3-м классе начальной школы.

Объект исследования – психологические аспекты проявления буллинга в начальной школе.

Предмет исследования – пути преодоления буллинга в третьем классе начальной школы.



Гипотеза исследования – проведение бесед и тренингов по сплочению классного коллектива младших школьников будет способствовать улучшению социально-психологического климата класса и, как следствие, поможет снизить проявление буллинга в коллективе.

Экспериментальная база. Одна из общеобразовательных школ г. Москвы. Испытуемые: 27 учеников 3-го класса в возрасте 9–10 лет. Эксперимент в школе проводился студенткой бакалавриата МПГУ К. И. Жабиной.

Исследование проходило в 3 этапа:

1. Констатирующий этап – диагностика буллинга в классе. Выявление участников буллинга – агрессора и жертвы.

2. Формирующий этап – разработка и реализация программы психологической коррекции межличностных отношений учеников третьего класса в условиях буллинга.

3. Контрольный этап – повторная диагностика буллинга.

Для диагностики буллинга в классе были использованы следующие *методы и методики*: метод беседы (беседа с жертвой, обидчиком, родителями, классным руководителем), наблюдение, опросник уровня агрессивности А. Басса – А. Дарки, тест на выявление комплекса жертвы.

Беседа с жертвой буллинга

Для выявления причин и особенностей буллинга жертве буллинга были заданы следующие вопросы:

- Кто тебя обижает?
- Как давно обижает?
- Что тебе пришлось пережить?
- Как именно осуществлялись притеснения?
- Что конкретно происходило?
- Что тебя больше всего задевало или ранило?
- Кто из ребят в этом участвовал?
- Как эти нападки повлияли на тебя? Что ты ощущал?
- Какой была твоя жизнь во время происходящего?
- Пытался ли ты как-то этому противостоять?

Беседа с родителями жертвы

Для выявления влияния буллинга на ребенка родителям были заданы следующие вопросы:

- Делится ли он с вами школьной жизнью?
- Интересуетесь ли вы его школьными успехами?
- Вы знаете о том, что вашего ребенка обижают в школе?
- Как это влияет на его поведение / школьную успеваемость?
- Как вы советуете ему решать эту проблему?

Беседа с буллером

Для выявления причин и особенностей буллинга были заданы следующие вопросы:

- В чем причина того, что ты обижаешь этого мальчика?
- Что ты чувствуешь в этот момент?
- Какие отношения у тебя в семье?
- Что должно произойти, чтобы ты перестал преследовать этого мальчика?

Беседа с родителями буллера

Цель беседы: выяснить отношения в семье и отношение родителей к происходящей ситуации. Для выявления причин поведения буллера были подготовлены вопросы:

- Делится ли он с вами школьной жизнью?
- Интересуетесь ли вы его школьными успехами?
- Вы знаете о том, что ваш ребенок плохо ведет себя по отношению к одному из учеников?

Беседа с учителем на выявление жертв и инициаторов буллинга

Цель беседы: определить атмосферу в классе и участников буллинга. Для этого были заданы следующие вопросы:

- Как вы оцениваете атмосферу в вашем классе?
- Есть ли в классе прямые конфликты?
- Как давно это происходит?
- Кто является агрессором?
- Кто является жертвой?

Нами была разработана программа психологической коррекции межличностных отношений учеников третьего класса начальной школы в условиях буллинга.



Цель программы: снижение буллинга среди учеников 3 класса начальной школы, улучшение и нормализация межличностных отношений в классе. Программа рассчитана на 5 занятий по 40 минут каждое. Занятия проводились 1 раз в неделю после уроков, в течение октября – ноября 2022 г. Программа проводилась с участием школьного психолога. Приводим краткую характеристику разработанной нами программы.

Занятие 1 – Знакомство с учениками.

Цель: знакомство с учениками, установление доверительного контакта, информирование о предстоящей работе. Метод – беседа.

Занятие 2 – Беседа «Понятие «Буллинг»».

Цель: информирование учеников о проблеме буллинга и его последствий. Метод – беседа, проблемно-диалоговая технология. Дети обсуждают способы исключения данных проявлений в классе.

Занятие 3 – Тренинг на сплочение класса.

Цель: формирование сплоченности коллектива, развитие эффективного, неконфликтного взаимодействия с одноклассниками.

Для сплочения коллектива были проведены 5 упражнений:

1. Упражнение «Мой портрет в лучах солнца». Цель: развитие готовности учеников прийти на помощь другому.

Ученик получает лист бумаги, где в центре круга написано «Что хорошего я могу сделать?». Ученики рисуют лучи солнца, в которых записывают то, что они могут сделать хорошего для друга в своем классе. Затем записи зачитываются участниками. Итог: готовность учеников прийти на помощь делает класс более сплоченным.

2. Упражнение «Счет до десяти». Цель: прочувствовать друг друга и понять без слов. Инструкция: «По сигналу вы закроете глаза и попытаетесь посчитать от одного до десяти. Но считать вы будете вслух и по очереди. Кто-то скажет «один», другой скажет «два», третий скажет «три» и так далее. Но есть одно хитрое правило: слово должен произнести только один человек. Если два голоса назовут одну цифру, счет придется начать сначала. Давайте попробуем!».

3. Упражнение «Горячий стул». Инструкция: в центре круга ставится стул, на него садится один участник. Затем ведущий предлагает остальным участникам высказать свое мнение об этом человеке, рассказать о его качествах. Затем проходит обсуждение.

4. Упражнение «Если птичка, то какая?». Инструкция. «Сейчас один из вас может потренироваться в наблюдательности, а другие должны подождать до секретного момента. Кто хочет быть ведущим?» Группе дается задание: «Загадайте какого-то одного игрока так, чтобы ведущий не понял, кого вы хотите загадать. Используйте жесты». Ведущему предлагается отгадать, кого же загадала группа. Вопросы можно задавать, сравнивая загаданного участника с различными видами животных, растений, рыб, птиц и т. д. Задать можно только 3 вопроса. Вопросы строятся следующим образом: Если цветок, то какой? Если птичка, то какая? После того как игрок отгадан, тренер предлагает группе продолжить.

5. Упражнение: «Фотография нашего класса». Каждый участник на чистом листе бумаги рисует смайлик, соответствующий наиболее частому эмоциональному состоянию класса. Затем все рисунки вывешиваются на доске, таким образом создается шуточная фотография класса.

Занятие 4. – Внеклассное занятие «Этические правила».

Цель: создание этических правил класса.

Ученики совместно с учителем создают свод этических правил поведения. Далее класс оформляет плакат с данными правилами. Плакат размещается в классном уголке.

Занятие 5. – Тренинг «Способы выхода из конфликта».

Цель: научить учеников конструктивным выходам из конфликта. На занятии разбирается понятие «конфликт» и способы его разрешения. Акцент делается на ситуацию буллинга в классе.

Были проведены 3 упражнения:

1. Упражнение «Трамвайчик». Дети сидят на стульях, стоящих по кругу. Один стул свободный. Начинает тот, у кого свободный



стул справа. Он должен пересесть на свободный стул и сказать: «А я еду!». Следующий участник, у кого справа оказался пустой стул, пересаживается и говорит: «А я тоже!». Третий участник говорит: «А я зайцем!», а четвертый говорит: «А я с ... (называет имя любого участника)». Тот, чье имя назвали, должен быстро сесть на пустой стул, и все по аналогии повторяется с начала.

2. Упражнение «Плюсы и минусы конфликта». У любого конфликта можно найти свои плюсы и минусы. Участники делятся на две группы. Первая группа должна обнаружить позитивные следствия конфликта, вторая группа – негативные. На работу дается 10 минут.

3. Упражнение «Правила бесконфликтного общения». Составление правил бесконфликтного общения. В конце занятия ученикам были розданы памятки «Секреты бесконфликтного общения».

Приведем результаты нашего эмпирического исследования проявления буллинга в третьем классе начальной школы. По результатам беседы с классным руководителем были выявлены 1 мальчик – жертва буллинга и 1 – агрессор. Имена учеников изменены для сохранения анонимности. Приведем характеристику каждого из них.

Жертва (Владислав) недавно переехал в Москву с семьей из Якутска и перевелся в этот класс. Мальчик из благополучной полной семьи. Единственный ребенок в семье. По национальности бурят. Есть дефект речи – картавость. В поведении спокоен, необщителен. Дети встретили его хорошо. Но через несколько месяцев было замечено, что он стал неохотно приходить в школу, постоянно грустный и малообщительный. В предыдущей школе его успеваемость была хорошей. Когда он только пришел в этот класс, его успеваемость начала снижаться, но это связано, в первую очередь, со сменой школьной программы и нового коллектива. Из класса общается с некоторыми учениками, хорошо общается с соседом по парте. По поводу ситуации рассказал, что Антон сразу стал его задира (по мнению Владислава, без причины). Антон В.

постоянно прячет его вещи, на уроках постоянно его подставляет, а после уроков бьет за школой, передразнивает его дефект речи. Иногда вместе с Антоном и другие их одноклассники участвуют в издевках, но только как зрители. Сами они ему не причиняют физической боль. Владислав очень страдает из-за этого и не получает удовольствия от посещения школы. Когда он рассказал об этом родителям, то они сказали, что он должен уметь за себя постоять, но у него не получается следовать совету родителям. С каждым днем он все чаще думает о том, что лучше было ему вообще не жить, он полон страха и отчаяния.

В беседе с родителями выяснилось, что родители тоже страдают и очень обеспокоены состоянием своего сына. По их рассказам, он часто приходит грязный домой или без каких-то школьных вещей, которые Антон у него может отобрать. Каждое утро с истерикой собирается в школу. Из-за этого успеваемость их сына, который в прошлой школе был почти отличником, снижается. При попытке решить проблему с родителями Антона был получен отказ.

Агрессор (Антон) с первого класса учится в этом классе. По национальности русский. Дефектов речи нет. Всегда отличался плохим поведением. Мы связываем это с тем, что он из неблагополучной семьи. В семье является средним ребенком. О семейных отношениях мало известно, потому что родители не посещают родительских собраний и любых мероприятий с приглашением родителей. Часто приходит в школу неопрятным. Успеваемость низкая. Склонен к агрессии. В беседе с Антоном было выяснено, что Владислав ему не нравится. Продолжает он его задирать только потому, что Владислав не дает ему сдачи и просто терпит. Было выяснено, что родители не интересуются жизнью Антона в школе. Они отказались посещать школу для беседы.

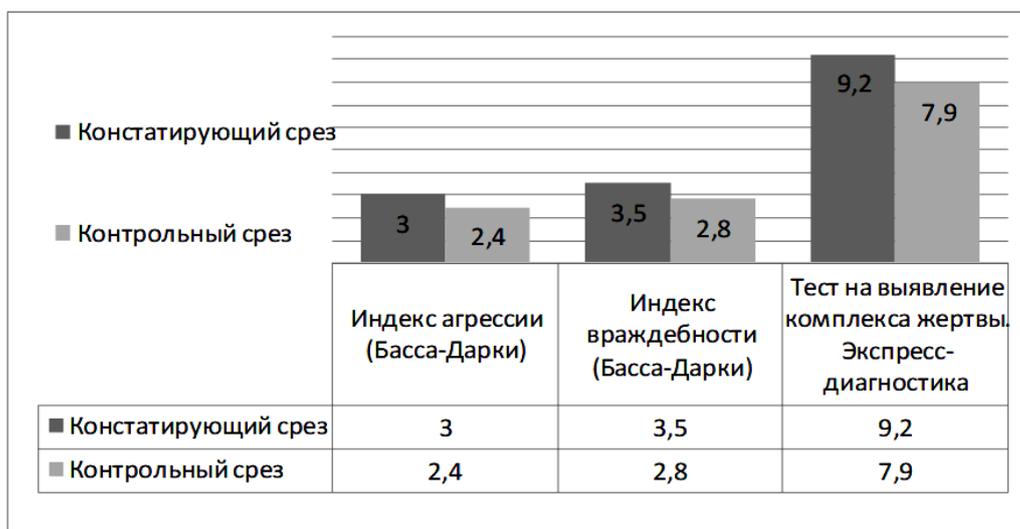
В процессе наблюдения за жизнью класса было выявлено, что атмосфера в классе не очень дружелюбная, присутствуют следующие виды буллинга: обзывания, мелкие драки,



Таблица 1.

**Результаты диагностики агрессора и жертвы буллинга в двух срезах по методикам
«Опросник враждебности» А. Басса и А. Дарки
и «Тест на выявление комплекса жертвы»**

Имя Ф.	Методика А. Басса и А. Дарки						Тест на выявление комплекса жертвы. Экспресс-диагностика		
	Индекс агрессии (A + C + D)		Уровень	Индекс враждебности (E + F)		Уровень	Баллы		Уровень
1 срез – констатирующий 2 срез – контрольный	1 срез	2 срез		1 срез	2 срез		1 срез	2 срез	
Антон	6	4	повышенный/ средний	7	4	высокий/ средний	5	5	низкий
Владислав	3	2	средний/ низкий	2	2	низкий	16	9	высокий/ средний

Рис. 1. Результаты констатирующего и контрольного срезов (X_{cp}) в 3-м классе

оскорбления, насмешки, пренебрежительные и уничижительные высказывания, прездразнивания.

Приведем результаты констатирующего и контрольного срезов по двум ученикам – Антону и Владиславу – агрессору и жертве буллинга (табл. 1).

В констатирующем срезе у Антона (агрессора) индекс агрессии повышенный, а индекс враждебности – высокий. В то время как у Владислава (жертвы) индекс агрессии средний, а индекс враждебности – низкий. Комплекс жертвы высокий у Владислава (жертвы), а у Антона (агрессора) – низкий. В кон-



трольном срезе, после проведенной программы снижения проявления буллинга у Антона В. (агрессора) индекс агрессии с повышенного снизился до среднего, индекс враждебности – с высокого до среднего. При этом комплекс жертвы у Владислава А. (жертвы) с высокого снизился до среднего.

Сравним индексы агрессивности, враждебности, комплекс жертвы у обучающихся в 3-м классе в двух срезах – до и после формирующего эксперимента по проведенным диагностическим методикам (рис. 1).

Для проверки статистической значимости различий до и после формирующего эксперимента нами был подсчитан t- критерий Стьюдента (таблица 2).

Таблица 2.

**Значения t-критерия Стьюдента
Сравнение результатов
констатирующего и контрольного срезов**

Название методики	Результат: $t_{эмп}, p \leq 0,01$
Уровень агрессии (опросник уровня агрессивности А. Басса – А. Дарки)	$t_{эмп} = 1,8$ $p \leq 0,01$
Уровень враждебности (опросник уровня агрессивности А. Басса – А. Дарки)	$t_{эмп} = 2,4$ $p \leq 0,01$
Тест на выявление комплекса жертвы	$t_{эмп} = 1,5$ $p \leq 0,01$

После окончания формирующего эксперимента была проведена беседа с Владиславом и его родителями, которая показала, что самочувствие Владислава стало намного лучше. По результатам беседы с Антоном, он стал чувствовать себя менее агрессивным по отношению к Владиславу. По результатам беседы с классным руководителем было выявлено, что атмосфера в классе стала немного лучше.

По результатам наблюдения за жизнью этого класса случаев буллинга в классе стало меньше. Если в начале программы каждый день происходили какие-то формы буллинга в классе, то к концу эксперимента случаев буллинга стало меньше.

Таким образом, анализ результатов эмпирического исследования преодоления буллинга в третьем классе позволяет нам сделать следующие **выводы**:

1. Уровень агрессии в классе по методике «Опросник уровня агрессивности» (А. Басса – А. Дарки) изменился с 3 до 2,4 (Хср). Различия статистически достоверны на $\beta \leq 0,01$.

2. Уровень враждебности в классе по методике «Опросник уровня агрессивности» (А. Басса – А. Дарки) изменился с 3,5 до 2,8 (Хср). Различия статистически достоверны на $\beta \leq 0,01$.

3. Уровень комплекса жертвы в классе по методике на выявление комплекса жертвы изменился с 9,2 до 7,9. Различия статистически достоверны на $\beta \leq 0,01$.

4. В паре учеников: жертва буллинга – агрессор индекс враждебности у агрессора снизился с 6 до 4 (с повышенного до среднего уровня, уровень жертвы у Владислава (жертве буллинга) изменился с 16 до 9 (с высокого на средний). Результаты свидетельствуют о гармонизации взаимоотношений.

Таким образом, гипотеза нашего исследования подтверждена, цель исследования достигнута.

АННОТАЦИЯ

В статье рассматривается программа преодоления буллинга среди учеников третьего класса начальной общеобразовательной школы. Исследование проводилось в 3-м классе одной из московских школ. Исследовались такие качества учеников, как уровень агрессивности, враждебности, комплекс агрессора и жертвы. Были выявлен ученик, по отношению к которому осуществлялся буллинг со стороны одноклассника. После проведенной программы преодоления буллинга отмеченные качества существенно уменьшились. Отношения в паре учеников с комплексом агрессора и жертвы стали более адекватными.

Ключевые слова: буллинг, начальная школа, программа преодоления буллинга, комплекс агрессора, комплекс жертвы.



SUMMARY

The article discusses a program for overcoming bullying among third-grade students of a primary secondary school. The study was conducted in the 3rd grade of one of the Moscow schools. Such qualities of students as the level of aggressiveness, hostility, aggressor-victim complex were studied. A student was identified who was being bullied by a classmate. After the program to overcome bullying, the noted qualities decreased significantly. The relationship between a pair of students with an aggressor-victim complex has become more adequate.

Key words. bullying, primary school, program to overcome bullying, aggressor complex, victim complex.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бочавер А. А., Хломов К. Д. Буллинг как объект исследований и культурный феномен // Психология. – 2013. – № 3. – С. 146–153.
2. Кон И. С. Что такое буллинг и как с ним бороться // Семья и школа. – 2006. – № 11. – С. 15–18.
3. Кравцова С. В., Шапкина А. Г., Белевич А. П. Буллинг в школах мира: Австрия, Германия, Россия // Образовательная политика. – 2016. – № 3. – С. 96–99.
4. Маланцева О. Д. «Буллинг» в школе. Что мы можем сделать? // Социальная педагогика. – 2007. – № 4. – С. 98–93.
5. Мерцалова Т. П. Насилие в школе: что противопоставить жестокости и агрессии? // Директор школы. – 2018. – № 3. – С. 25–32.
6. Соловьев Д. Н. Модель профилактики буллинга среди школьников подросткового возраста // Вестник евразийской науки. – 2014. – С. 55–63.
7. Arora S. M. J. Measuring bullying with the life in School checklist // Patoral Care in Education. – 1994. – № 12. – P. 13–18.
8. Olweus D. Bullying at school: What we know and what we can do. – Malden, MA: Blackwell Publishing, 1994. – 140 pp.

НАШИ АВТОРЫ

