

## **Психологическое насилие и особенности его проявления.**

Насилие – физическое, психическое, духовное воздействие на человека (социально организованное), которое правомерно понижает его нравственный (духовный), психический (моральный, коммуникативный) и жизненный статус (в т. числе правовой, социальный), причиняя ему физические, душевные и духовные страдания, а также угроза такого воздействия. И.А. Баева

Психологическое насилие.

Психологическое насилие является исходной формой любого вида насилия, труднее всего формализуется и не имеет четких границ.

Выражается в неприятии и критике, публичных оскорблениях и унижении достоинства, обвинениях, угрозах, проявляющихся в словесной форме без физического насилия, игнорировании (физической или социальной изоляции), предъявлении чрезмерных требований и принуждении делать что-либо против желания.

На наше восприятие психологического насилия в межличностных отношениях влияют представления о нем — для одних людей неуважение, игнорирование, оскорбления и т. п. могут являться насилием, а для других нет.

Если по биологическим и семейным причинам психологического насилия образовательные учреждения могут лишь ставить на социальный и медицинский контроль и опосредованно создавать условия безопасности и развития для детей и молодежи, проявляющих признаки насилия во взаимодействии, то на уровне средовых условий и межличностных отношений они способны контролировать и корректировать их.

### **ОПРЕДЕЛЕНИЕ БУЛЛИНГА.**

Английское слово буллинг (bullying, от bully – хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник) обозначает запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе.

Раньше это было просто житейское понятие, но в последние 20 лет оно стало международным социально-психологическим и педагогическим термином, за которым стоит целая совокупность социальных, психологических и педагогических проблем.

Но как-то так получилось, что у процесса, в который вовлечены миллионы детей и подростков (и, возможно, десятки миллионов взрослых), нет обобщающего русского названия. Поэтому психологи и педагоги стали пользоваться англоязычным термином «буллинг» (bullying), который как раз и означает всё вместе: моральное и физическое насилие, доминирование и принуждение, запугивание и вымогательство.

Виды буллинга: прямой или скрытый. Скрытый буллинг (игнорирование, бойкот, исключение из отношений, манипуляции, намеренное распускание негативных слухов и т.п.) более характерен для девочек. Прямой буллинг включает в себя прямую физическую агрессию, сексуальное или психологическое насилие. Физический буллинг - умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных

повреждений и др. Сексуальный буллинг – это действия сексуального характера. Психологический буллинг - насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональные страдания.

Разнообразие форм прямого буллинга:

вербальный буллинг, где орудием служит голос (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, дразнение, распространение обидных слухов и обидные жесты или действия (например, плевок в жертву либо в её сторону т.д.);

запугивание (использование агрессивного языка тела и интонаций голоса для того, чтобы заставить жертву совершать или не совершать что-либо);

изоляция (жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью вымогательство (денег, еды, учеников или всем классом, детским коллективом);

повреждение и иные действия с иных вещей, принуждение что-либо украсть);

кибербуллинг имуществом (воровство, грабёж, прятать личные вещи жертвы); как совокупность агрессивных действий в адрес конкретного человека в общении в интернете, посредством мобильной связи. Намеренное и открытое агрессивное поведение в отношении другого человека он-лайн включает в себя сексуальные домогательства посредством интернета и распространение негативных сплетен. В кибербуллинге в основном участвуют старшие подростки и молодые люди, в равной степени мальчики и девочки.

Картина в цифрах.

Буллинг – явление глобальное и массовое. По словам 1200 детей, ответивших на вопросы Интернет-сайта KidsPoll, буллингу подвергались 48 % , в том числе 15% - неоднократно, а сами занимались им 42 %, причем 20 % - многократно.

Всемирная организация здравоохранения проводит периодический мониторинг аспектов поведения школьников, влияющих на их здоровье. Один из разделов посвящён насилию в школах. По данным за 2010 год регулярно насилию в наших школах подвергаются 21 % девочек и 22 % мальчиков в возрасте 11 лет; 20 % девочек и 19 % мальчиков в возрасте 13 лет; 12 % девочек и 13 % мальчиков в возрасте 15 лет. Сами регулярно обижают других 20–24 % российских школьников и 10–14 % школьниц.

В целом, выделяют следующие роли

Лидирующий нападающий (ребенок-агрессор). В процессе школьной травле: ребенок-жертва, участвующие в травле (присоединяющиеся к лидеру). Свидетели, подкрепляющие травлю (дети, которые занимают сторону нападающих, смеются, выражают поддержку нападающим/подбадривают их, просто собираются Свидетели-аутсайдеры (дети, которые избегают ситуаций вокруг и смотрят). Защитники (дети, которые занимают травли, не занимая ничью сторону). Очевидную позицию против травли, либо активно противодействуя нападающим и предпринимая

что-то для прекращения издевательств, либо успокаивая, поддерживая жертву). Устойчивость роли ученика в структуре насилия зависит от структуры класса: чем она жестче, тем сложнее школьнику избавиться от своей роли. Закрепившиеся ролевые позиции в структуре насилия в младших классах часто сохраняются до окончания школы.

Личностные характеристики участников буллинга.

Любой участник образовательных отношений при стечении определенных обстоятельств может быть вовлечен в насилие. Жертвой, обидчиком или свидетелем насилия потенциально может стать каждый учащийся.

Тем не менее, можно выделить наиболее типичные личностные особенности, характерные для обидчиков, пострадавших и свидетелей.

Как правило, дети и подростки, которые становятся обидчиками, – это уверенные в себе, склонные к доминированию в группе и подчинению других, морально и физически сильные, эмоционально импульсивные и легко приходящие в состояние гнева и агрессии, с низким уровнем эмпатии к своим жертвам, часто «задирающие» не только своих сверстников и более младших, но и взрослых (учителей, родителей, представителей органов правопорядка).

Тревожность, обусловленная семейным неблагополучием, напряженными отношениями с родителями, учебной неуспеваемостью и завистью к более успешным ученикам из благополучной семьи, может создавать угрозу для статуса доминантных детей и подростков. Обращение к насилию позволяет им утвердить свой статус в классе или группе, школе или училище силой, вызовом учителям, унижением сверстников или более младших, а иногда и более старших учащихся, удержанием всех в страхе.

Как уже отмечалось, практически любой ребенок или подросток может стать жертвой травли. Например, ребенок, который по каким-то причинам поменял школу или класс в середине года.

Ребенок, который сильно отличается по любым признакам от других детей.

Однако некоторые особенности детей увеличивают риск того, что ребенок может подвергаться травле.

Выделяют факторы риска (общие характеристики) возможных жертв буллинга:

Дети с более высоким уровнем тревожности, чем в среднем в группе. Им часто не хватает уверенности, жизнерадостности, она нередко кажется грустными.

Низкая самооценка и негативное представление о себе. Они могут создавать впечатление, что не смогут оказать активное сопротивление, когда на них нападают сверстники; не умеют адекватно реагировать на агрессию, становятся «легкими» объектами нападков и травли.

Отсутствие друзей в группе и трудности в выстраивании и поддержании близких отношений со сверстниками, препятствуют формированию защищающих отношений в классе, поддерживает представление ребенка о себе как закономерном объекте травли.

Для мальчиков в определенном возрасте становится важной физическая сила. Ребенок, подвергающийся травле часто физически слабее своих сверстников, что наряду с его особенностями реагирования снижает возможности ребенка противостоять нападкам со стороны сверстников.

Особенности внешности. Полнота, отчетливые недостатки внешности, непривлекательность, плохая одежда и другие внешние признаки, к которым легко придраться, начать дразнить ребенка, особенно не умеющего постоять за себя.

Особенности поведения. Дети, которые плохо учатся, чрезмерно подвижные и невнимательные, вспыльчивые (не умеющие управлять своей агрессией), не умеющие держать дистанцию, с нелепыми проявлениями, раздражающими окружающих и т.п.

Объектами травли могут стать дети, принадлежащие к этническому, национальному или религиозному меньшинству.

Нетрадиционная сексуальная ориентация универсальный фактор высокого риска травли. Часто подвергаются издевательствам и подростки, поведение которых выглядит недостаточно маскулинно («по – девчачьи»).

Повышенная тревожность по отношению к своему телу («телесная тревожность»): может бояться боли, плохо справляться с физическими играми, спортивными занятиями, любым физическим противостоянием, либо обладать плохой координацией (касается преимущественно мальчиков).

Жертвой буллинга легко может стать чувствительный, тихий, замкнутый, пассивный, послушный, застенчивый ребенок, который легко и часто плачет, а также избегает прямой конфронтации в общении, испытывает трудности с самоутверждением в группе сверстников.

#### КОМПОНЕНТЫ БУЛЛИНГА.

Оно осуществляется регулярно.

Оно происходит в отношениях, участники которых обладают неодинаковой властью.

Это поведение является умышленным.

Это поведение имеет свои возрастные, половые (гендерные) и иные психологические закономерности.

Эта специфическая форма агрессии, особенно характерная для среднего детства и для младших подростков, всегда направлена против одних и тех же детей.

При переходе из начальной школы в среднюю буллинг несколько ослабевает, но у некоторых детей это - устойчивая личностная черта, с возрастом меняются лишь формы ее проявления.

Булли и их жертвы как бы дополняют друг друга, между ними складываются специфические парные отношения, которые развертываются в системе детских внутригрупповых взаимоотношений.

Психологическая взаимосвязь буллинга и виктимизации достоверно прослежена не только в США, Канаде и европейских странах, но и в Индии и Южной Корее. Тем не менее связь буллинга и виктимизации не имеет однозначного объяснения.

Люди привыкли думать, что организаторами и исполнителями школьного насилия (булли) становятся физически сильные, но

интеллектуально неразвитые дети из «неблагополучных» семей, пытающиеся таким образом компенсировать свою ущербность. На самом деле в этой группе могут оказаться вполне приличные детки вполне приличных родителей. Ущербность, конечно, имеет место быть, но другого, скорее нравственного порядка: готовность идти к цели по головам, неумение сопереживать и сочувствовать, искажённость моральных ориентиров, гипертрофированное стремление к лидерству и популярности.

Вожака всегда поддерживает группа последователей, состоящая из детей, которые не могут или боятся противостоять влиянию лидера, боятся сами оказаться на месте жертвы, пытаются стать частью большинства, привыкшие к насилию дома или просто развлекающиеся таким образом.

В роли жертвы может оказаться практически любой. Группа может затравить даже физически и интеллектуально сильного ребёнка. Но чаще всего, жертву выбирают из детей-изгоев и «не таких» как все. Критерий может быть почти любой, достаточно прицепить ярлык: тупой или сильно умный, наглый или тихоня, быдло или мажор, коротышка или дылда, не так разговаривает, не так одевается, ботан, гомик, рыжий, чурка...

На личностном уровне, «классические» булли отличаются повышенной агрессивностью, слабым самоконтролем за своими импульсами и высокой терпимостью к агрессивному поведению как таковому.

Иногда за этим стоят врожденные генетические или гормональные особенности, например, повышенный уровень «мужского» гормона тестостерона.

Как правило, типичный булли не страдает пониженным самоуважением и достаточно уверен в себе.

Булли применяют силу не спонтанно, в связи с обычными детскими конфликтами, а сознательно, оставаясь эмоционально спокойными и равнодушными.

Как всякое сложное явление, буллинг не имеет ни однозначного объяснения, ни универсальных способов преодоления и предотвращения. Одни ученые изучают преимущественно индивидуальные, личностные свойства булли и их жертв, другие – социально-психологические процессы буллингования и виктимизации (как один ребенок делает своей жертвой другого), третьи – макро= и микросоциальные закономерности соответствующих групп и сообществ (почему одни школы и коллективы больше благоприятствуют буллингу, чем другие).

Практически во всех странах и возрастах буллинг больше распространен среди мальчиков, чем среди девочек, и его жертвами также чаще становятся мальчики. Это не просто озорство или грубость, а особая форма взаимоотношений.

По наблюдениям американских психологов (Пеллегрини и Бартини), у 10-12 –летних мальчиков буллинг сильнее всего выражен в начале учебного года, когда мальчики энергично борются за место в групповой иерархии, позже, когда этот процесс завершен и иерархия оформлена, буллинг ослабевает. Каждый знает свое место.

Мальчики и девочки пользуются разными формами буллинга. Если мальчики чаще прибегают к физическому буллингу (пинки, толчки и т.п.), то

девочки охотнее пользуются косвенными формами давления (распространение слухов, исключение из круга общения).

Разница мужского и женского буллинга может быть связана с тем, что у мальчиков и девочек могут быть неодинаковые критерии популярности.

Агрессия, как явная, так и условная, уменьшает популярность девочек, тогда как мальчиков явная агрессия делает более популярными.

Выявление и диагностика буллинга.

*А. В школе.*

*Первичные признаки:*

Ребенок регулярно подвергается насмешкам со стороны сверстников в оскорбительной манере, его часто обзывают, дразнят, унижают, либо угрожают ему, требуют выполнения пожеланий других сверстников, командуют им.

Ребенка часто высмеивают в недоброжелательной и обидной манере.

Ребенка часто задирают, толкают, пинают, бьют, а он не может себя адекватно защитить.

Ребенок часто оказывается участником ссор, драк, в которых он скорее беззащитен и которых пытается избежать. Дети берут учебники, деньги, другие личные вещи ребенка, разбрасывают их, рвут, портят порезы, царапины, или рваная одежда— которые не объясняются естественным образом (то есть не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т.п...).

*Вторичные признаки:*

Ребенок часто проводит время в одиночестве, и исключен из компании сверстников во время перемен, обеда. У него, по наблюдениям, нет ни одного друга в классе.

В командных играх дети выбирают его в числе последних или не хотят быть с ним в одной команде.

Ребенок старается держаться рядом с учителем или другим взрослым во время школьных перемен.

Избегает говорить вслух (отвечать) во время уроков и производит впечатление тревожного и неуверенного в себе.

Выглядит расстроенным, депрессивным, часто плачет.

У ребенка резко или постепенно ухудшается успеваемость.

Не дают списать, не подсказывают, не спрашивает тему урока, домашнее задание.

*Дома.*

*Первичные признаки:*

Возвращается домой из школы с порванной одеждой, с порванными учебниками или тетрадями.

У ребенка есть следы - синяки, порезы, царапины, или рваная одежда— которые не объясняются естественным образом (то есть не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т.п...). Также присутствуют некоторые характеристики из блока.

*Вторичные признаки:*

Никогда не приводит домой (после школы) одноклассников или других сверстников или очень редко проводит время в гостях у одноклассников или в местах, где они играют/проводят время.

Нет ни одного друга, с которым можно провести время (играть, сходить в кино или на концерт, погулять или заняться спортом, поговорить по телефону и т.п.).

Ребенка никогда не приглашают на праздники/вечеринки, или он сам не хочет никого приглашать и устраивать праздник (потому что считает, что никто не захочет прийти).

Бояться или не хотят идти в школу, по утрам перед школой плохой аппетит, частые головные боли, боли в желудке, расстройство.

Выбирает длинный и неудобный путь в школу и из школы.

Беспокойно спит, жалуется на плохие сны, часто во сне плачет.

Потерял интерес к школьным предметам/занятиям, ухудшилась успеваемость.

Выглядит несчастным, расстроенным, депрессивным, или наблюдаются частые перемены настроения, раздражительность, вспышки.

Требует или крадет деньги у родителей (чтобы выполнить требования «агрессоров»).

Наличие агрессивных (часто дерущихся, постоянно задевающих и оскорбляющих других детей, импульсивных) детей должно настораживать взрослых в отношении возможности существования буллинга.

Кибербуллинг.

Конкретные формы и способы буллинга постоянно меняются. Новейшее «достижение» в этой области – так называемый кибербуллинг, т.е. буллинг, осуществляемый с помощью электронных средств коммуникации.

Как и среди обычных булли, среди кибербулли преобладают мальчики. Девочки, ставшие жертвами кибербуллинга, чаще мальчиков сообщают об этом взрослым.

Сами дети часто скрывают, что их преследуют и травят одноклассники: обращайте внимание на тревожные «звоночки». Нужно безотлагательно выяснить, всё ли в порядке, если ребёнок:

постоянно находится в подавленном настроении;

стал получать низкие оценки;

ищет предлоги, чтобы не идти в школу;

по дороге в школу и домой выбирает обходные маршруты;

приходит домой с испорченной или грязной одеждой, порванными учебниками и тетрадями;

то и дело «теряет» вещи и карманные деньги;

отказывается выходить играть во двор;

часто приходит домой с синяками и ссадинами;

не встречается с одноклассниками, не приглашает их домой и не ходит в гости;

стал замкнут или вспыльчив, срывает зло на младших братьях и сёстрах.

Можно было бы сказать, что школьные годы пройдут и детские обиды забудутся, но психологи доказали, что это совсем не так.

Школьное насилие буквально ломает личность жертвы, а его последствия сказываются на жизни человека в течение десятилетий. Доказательство этого было получено группой учёных из Королевского колледжа в Лондоне под руководством Рю Такизавы. Наблюдение велось за детьми, родившимися в течение одной недели 1958 года в Англии, Шотландии и Уэльсе.

Были отобраны дети, которые подвергались насилию в 7, и 11-летнем возрасте. Затем замеры делались по достижении ими возраста 23, 33, 42, 45 и 50 лет. Подробный отчёт о результатах исследования опубликованы в *American Journal of Psychiatry*. Цифры подтверждают, что жертвы частого или постоянного буллинга в школе, становясь взрослыми, существенно чаще жалуются на здоровье, страдают от депрессии, нервных расстройств и склонны к суициду. Они менее успешны в профессиональной деятельности, у них более низкий доход, выше риск остаться без работы. Они чаще ведут одинокий образ жизни, не имея семьи и друзей. Иначе говоря, «детские обиды» оборачиваются вполне серьёзными взрослыми проблемами. Зная это, родителям стоит внимательнее следить за тем, чтобы их ребёнок не стал жертвой буллинга.

Что делать, если вы узнали, что ребёнок стал жертвой буллинга?

*Первое.* Нужно усвоить для себя, что травля — это травля, и ответствен за неё не ребёнок, каким бы «нестандартным» он ни был.

*Второе.* Объяснить это ребёнку. Он должен знать, что его вины в том, что он стал жертвой буллинга нет. Проблема, вероятно, есть, но вины — нет и быть не может.

*Третье.* Объяснить это классу. Часто сами обидчики, особенно младшего возраста, не ведают, что творят. Взрослый должен сказать им, что это не дразнилки, не игра. То, чем они занимаются — травля, гадкое, недопустимое поведение. Вот только «давить на жалость» при это не в коем случае нельзя. Вопрос должен ставиться не в форме «Представляете, как ему плохо?», а только: «Как вам было бы на его месте? Что чувствовали бы вы?».