

другие отношения, готовясь к тому, что кто-то более сильный будет унижать его так же, как он это делает с другим ребенком сейчас. Дети, занимающиеся травлей, впоследствии чаще демонстрируют другие формы противоправного поведения.

Дети, на глазах которых происходит систематическое преследование одних сверстников другими, переживают страх и стыд. Если травля не прекращается благодаря их вмешательству или включению взрослых, они привыкают к тому, что их участие пассивно, а их многочисленность ничего не значит.

Длительная травля в классе действует негативно на всех детей, отучая их от уважительных партнерских отношений и акцентируя беспомощность одних и власть (силу, статус) других. Бездействие взрослых укрепляет это

### **ВЛИЯНИЕ СЕМЬИ И ШКОЛЫ**

Семья является важнейшей социальной средой для ребенка, отношения в которой закладывают его способы взаимодействия с миром и ожидания от других людей. Когда в семье практикуются насилие, унижение, грубость и неуважение, с ребёнком с большой вероятностью будет демонстрировать те же способы поведения и в школе. Если же в семье люди показывают интерес, уважение, тепло друг к другу, готовы помогать и поддерживать друг друга, это способствует тому, чтобы ребёнок и в классе был ориентирован на конструктивные отношения. А в случае агрессии от других детей имел достаточно ресурсов и поддержки для того, чтобы с ней справиться.

Позиция учителей относительно того, как должны выстраиваться отношения в классе и между детьми и учителями, также очень важна.

Учитель, уважающий учеников, укрепляющий их самооценку и отмечающий их успехи, готовый обсуждать сложные ситуации в классе, откликающийся на обращения школьников и их родителей, работает на то, чтобы отношения в классе были конструктивными и агрессивное поведение не становилось постоянным.

Учитель, игнорирующий психологический климат в классе и отношения между детьми, унижающий кого-то из учеников или имеющий «любимчиков», клеймящий весь класс как «необучаемый», «худший в параллели» и т.п., не готовый уделять внимание сложным и конфликтным ситуациям, своим поведением скорее эскалирует травлю. Он поощряет агрессию, направленную на кого-то из детей, и сбрасывание напряжения в классе таким способом.

**ЕСЛИ ВЫ СТОЛКНУЛИСЬ С СИТУАЦИЕЙ ТРАВЛИ, И НА ВАШИХ ГЛАЗАХ РЕБЕНОК СТАЛ УЧАСТНИКОМ ИЛИ СВИДЕТЕЛЕМ ЭТОГО, НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ СИТУАЦИЮ БЕЗ ВНИМАНИЯ, ОБСУДИТЕ ЭТО СО СПЕЦИАЛИСТОМ**

**Центр дружественный подросткам «Доверие»  
220051, Минск,  
ул. С. Есенина 66, офис 154  
Телефон: +375 17 2722294  
Эл. почта: cdpdoverie@mail.ru**

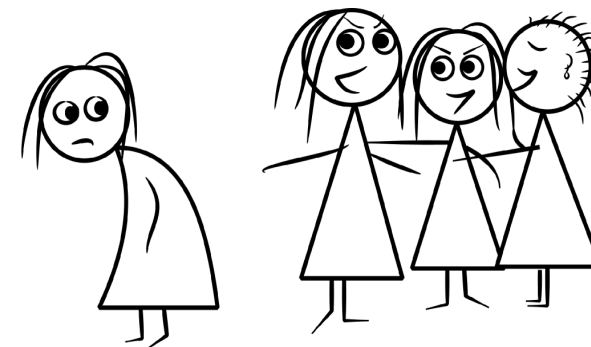
**ГАРАНТИРУЕМ КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ И КВАЛИФИЦИРОВАННУЮ ПОМОЩЬ В РЕШЕНИИ ПРОБЛЕМ**

Использованы материалы <https://newtonew.com/school/beat-it>



Центр дружественный подросткам  
**ДОВЕРИЕ**  
Учреждение здравоохранения  
«8-я городская детская клиническая поликлиника»

## **Осторожно, отравлено: что делать с травлей в школе?**



**Минск  
2017 год**

О травле часто не говорят вслух, потому что это может навредить репутации школы, учеников или родителей. Но она существует и может принести большие проблемы всем, кто в ней участвует — включая инициаторов агрессии. Двигателями травли являются невежество, максимализм и социальное окружение, которое во многом создаёт предпосылки для давления на отдельных членов сообщества.

Самый напряжённый в этом отношении возраст — 11-14 лет, когда подростки ищут себя и своё место в мире. Выстраивая свою идентичность, они объединяются в группы. В этот период детские коллективы очень сепарированы и имеют прямолинейную идеологию без градиентов: мир для подростков делится на чёрное и белое. Сформировавшиеся группы подростков стремятся поддерживать целостность.

Как правило, есть несколько человек, одержимых идеей травли кого-то. Они используют грубую силу для поддержания авторитета и направления действий более низкоранговых одноклассников. Кто-то участвует в преследовании для того, чтобы подняться вверх по иерархии, кто-то занимается травлей ради удовольствия, кто-то делает это из страха, внутренне сочувствуя объекту буллинга (от английского bullying).

Травля осуществляется устоявшимися способами:

моральное насилие,

физическое насилие,

порча личного имущества,

слухи, сплетни, ложь.

Отдельно стоит отметить так называемую «интернет-травлю» — продукт цифрового века. В некоторых случаях интернет-травля проявляется в поиске компромата на жертву с последующим шантажом. Помимо шантажа существует целенаправленный «слив» компрометирующей информации в интернет. Одним из инструментов интернет-травли может служить целенаправленный троллинг. «Тролли» играют на слабостях своих жертв: бьют по самооценке, высмеивают увлечения и недостатки других людей.

### МЕХАНИЗМ ТРАВЛИ И ГРУППЫ РИСКА

Травля — это целенаправленное регулярное агрессивное поведение в адрес кого-то в условиях неравенства силы и власти. Она работает механизмом выстраивания системы социальных статусов. Если в группе много напряжения и неопределённости, то образование полюсов «агрессор — жертва» наделяет двух (или более) людей самым высоким и самым низким статусами, позволяя остальным членам группы расположиться на промежуточных позициях.

Ребёнок, который оказывается в роли жертвы — как правило, тот, кто по каким-то причинам более уязвим психологически, чем другие. Эта уязвимость может быть связана с отличием ребенка от большинства по внешнему виду, этнической принадлежности, состоянию здоровья и так далее. Однако то, что ребёнок оказался в классе самым высоким (черноглазым, начитанным, физически слабым и так далее) совершенно не обязательно приведёт к тому, что его будут преследовать одноклассники.

Важнее то, как ребёнок реагирует на агрессию в адрес себя: если у него сложности с самоконтролем, он легко впадает в ярость или в слёзы, не чувствует иронии и не может спокойно ответить на нападки, то вероятность того, что его будут обижать, возрастает.

Кроме того, сложные жизненные ситуации (например, развод родителей или переезд в другой город), которые травмируют ребёнка и оттягивают на себя его эмоциональные силы, делают его более уязвимым к агрессии в школе. В этом случае у него может не хватать ресурсов для совладания с негативным поведением одноклассников и выстраиванием с ними конструктивных отношений.

Существует миф о том, что есть дети, которых обязательно будут травить, где бы они не учились. Это не так: всё зависит не только от того, как ведёт себя конкретный ребёнок, и насколько он готов вступать в доброжелательные коммуникации, но и в значительной мере от того, какой тип отношений принят в группе, какие способы поведения поддерживаются и транслируются взрослыми.

### ПОСЛЕДСТВИЯ ТРАВЛИ ДЛЯ УЧАСТНИКОВ

В травле участвуют три стороны: ребёнок, оказавшийся в роли жертвы; ребёнок, занимающийся преследованием; дети, оказавшиеся свидетелями травли. Исследования показывают, что систематическая травля, которую не пресекли вовремя, ведёт к негативным последствиям для всех участников ситуации, влияя на их мироощущение, поведение и ожидания от других людей.

Дети, которых постоянно обижают, часто демонстрируют психосоматические симптомы тревожно-депрессивного расстройства, могут стать склонны к саморазрушающему поведению вплоть до суицидальных попыток, чаще болеют, теряют учебную мотивацию и стремятся не ходить в школу. Они начинают воспринимать мир опасным, а себя — незащищенными.

Ребёнок, долгое время безнаказанно занимающийся травлей, часто убеждается в том, что в чьих руках власть, тот и прав, и переносит этот опыт на