

Научный поиск: личность, образование, культура. 2021. № 3. С. 54–58.

Scientific search: personality, education, culture. 2021. no. 3. pp. 54–58.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

Научная статья

УДК 37.015.324.2

ББК88.836

<https://doi.org/10.54348/2021.3.12>

### Работа педагога-психолога по профилактике возникновения буллинга в классном коллективе

Ирина Викторовна Пшеничнова<sup>1</sup>, Дарья Александровна Скрёбова<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Ивановский государственный университет, Шуя, Россия

<sup>1</sup> [ir.p@sspu.ru](mailto:ir.p@sspu.ru)

**Аннотация.** Актуальность данной работы вызвана значительным увеличением и разнообразием проявления различных форм проявления агрессивного поведения в подростковой среде, в том числе в общеобразовательных школах. В статье раскрываются проявления буллинга в школьной среде, особенности подросткового возраста, влияющие на возникновение буллинга. Использование методов социометрии и тестирования позволило заключить, что основными факторами возникновения буллинга в классе являются групповые (неблагоприятный социально-психологический климат, низкая сплоченность коллектива), и индивидуальные факторы (агрессивное поведение, конформность подростков). Определены условия эффективной профилактики буллинга: реализация программы, направленной на формирование адекватной самооценки, навыков продуктивного межличностного взаимодействия, повышение сплоченности класса. Изложены результаты эксперимента по реализации профилактической программы: в экспериментальной группе определили статистически значимое снижение агрессивности и враждебности подростков, повышение эмоциональной привлекательности участников экспериментальной группы, уменьшение случаев буллинга. Представлены рекомендации для предотвращения буллинга.

**Ключевые слова:** подростковый возраст, межличностные отношения, буллинг, жертва, агрессивность, конформность.

**Для цитирования:** Пшеничнова И. В., Скрёбова Д. А. Работа педагога-психолога по профилактике возникновения буллинга в классном коллективе // Научный поиск: личность, образование, культура. 2021. № 3. С. 54–58. <https://doi.org/10.54348/2021.3.12>

Original article

### School guidance counselor's activities to prevent bullying in classrooms

Irina V. Pshenichnova<sup>1</sup>, Daria A. Skrebova<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Ivanovo State University, Shuya, Russia

<sup>1</sup> [ir.p@sspu.ru](mailto:ir.p@sspu.ru)

**Abstract.** The urgency of this work is caused by a considerable increase and diversity of exercising different forms of aggressive behavior among teenage circles including schools. The author depicts manifestations of bullying at schools, peculiarities of adolescence that cause its emergence. Using the methods of sociometry as well testing the researcher concludes that the main reasons of bullying occurrence in class are not only group factors, such as an adverse social-psychological climate in group, a low cohesion of classmates, but some individual factors as well, such as an aggressive behavior and conformity of teens. In the article the author determines the conditions of effective prevention of bullying, offering a programme aimed at the formation of an adequate self-esteem, at the developing of skills of productive interpersonal interaction, as well as at the strengthening of cohesion among the class. The researcher provides the results of the experimental implementation of preventive programme. They are

the following: we witness a considerable reduction in aggression and hostility among teens, emotional attractiveness of the participants in the experimental group improves, instances of bullying decrease. Besides the researcher shares a number of guidelines to prevent school bullying.

**Keywords:** adolescence, interpersonal relationships, bullying, victim, aggressiveness, conformity.

**For citation:** Pshenichnova I. V., Skrebova D. A. School guidance counselor's activities to prevent bullying in classrooms. *Nauchnyj poisk: lichnost', obrazovanie, kul'tura = Scientific search: personality, education, culture*. 2021. no. 3. pp. 54–58. (In Russ). <https://doi.org/10.54348/2021.3.12>

**Актуальность.** В последнее время мы нередко наблюдаем увеличение и разнообразие форм проявления агрессивного поведения в подростковой среде, в том числе в общеобразовательных школах. В средствах массовой информации намного чаще стали демонстрироваться проявления травли, подтверждающиеся роликами в социальных сетях с кадрами издевательства подростков над своими одноклассниками. В отечественной психологии долгое время травля не рассматривалась как специфическая ситуация социального взаимодействия, а лишь отдельные ее элементы описывались, как «проявления агрессивности» или «низкий социальный статус в группе». В современной социальной психологии существует несколько близких понятий для обозначения подобных явлений: травля, моббинг, буллинг, виктимизация. Отечественный социолог И.С. Кон определил понятие буллинг как «запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе» [Кон, 2006, с. 121]. Современные исследователи проблемы буллинга В.Н. Бутенко и О.А. Сидоренко понимают под буллингом тип деструктивного конфликтного взаимодействия в группе, при котором обидчик осуществляет длительные повторяющиеся насильственные действия [Бутенко, Сидоренко, 2015, с. 139].

Изучая проблемы взаимодействия обучающихся, проявления моббинга в современной школе мы не раз подчёркивали важность педагогической наблюдательности педагогов, их умения распознавать и разрешать начинающиеся конфликты [Федоров, Танцура, Пшеничнова, 2018; Шатнева, Пшеничнова, 2014]. Затянувшиеся ситуации неблагоприятного пребывания ребенка в школе приводят к возникновению вторичных проблем – чувства тревожности, одиночества [Пшеничнова, 2020]. А закрепление у обидчиков деструктивных форм поведения во взаимодействии со сверстниками не только формирует стойкое девиантное поведение, но и препятствует дальнейшей социализации подростка, в том числе и в последующих социальных институтах [Пшеничнова, Кривова, 2020].

Отметим, что буллинг может быть выраже-

нием различных видов агрессии, но чаще всего он проявляется в косвенной форме. В.С. Собкин указывает, что особенностью буллинга является то, что результаты косвенной агрессии жертве не всегда удается доказать, так как агрессоры способны тщательно и правдоподобно отрицать факт агрессии, выдавать ее за что-то другое или скрывать свою причастность к ней [Собкин, Смыслова, 2014, с. 72]. При этом поводом для издевательств может послужить любая особенность жертвы – физические недостатки, неоднозначное отношение учителей, психологические особенности, а также низкий уровень доходов семьи, социальный статус и другие особенности. В качестве основных признаков буллинга мы выделяем демонстративно негативное отношение, оскорбление и унижение достоинства личности, угрозы, бойкотирование, намеренное выведение из эмоционального равновесия.

Ученые и педагоги-практики отмечают, что наиболее часто деструктивное поведение, травля проявляются в подростковом возрасте. Одним из новообразований этого периода является формирование нового уровня представления о себе, Я-концепции. На данном возрастном этапе у подростков появляется потребность в реализации себя в обществе сверстников, которая реализуется в основном через общение. В общении происходит проигрывание самых разных сторон отношений между людьми, выстраивание взаимных отношений, основанных на товариществе и взаимопонимании. В зависимости от психологических изменений личности подростка и его личных переживаний мы можем выделить ряд причин, приводящих к возникновению буллинга:

- внешние – влияние атмосферы в образовательном учреждении, отношения между субъектами учебно-воспитательного процесса;
- внутриличностные – стремление к лидерству в классе, возникновение острого конфликта под влиянием агрессивности подростка, наличие комплексов и низкой самооценки;
- внутрисемейные – низкий социально-экономический статус семьи, завышенные требования к успеваемости, не соответствующие способностям ребенка, гипер- или гипопека.

Самой распространенной причиной буллин-

га становится стремление привлечь к себе внимание сверстников, получить авторитет и превосходство за счет ущемления достоинства другого.

Именно поэтому профилактика буллинга становится особенно востребованной в подростковом возрасте. Руководитель лаборатории «Социально-психологические проблемы взросления» (г. Москва) А.А. Бочавер подчеркивает, что для эффективного пресечения ситуаций буллинга учителям необходимо, с одной стороны, иметь представление об основных компонентах буллинга, а с другой – быть более внимательными и гибкими при распознавании этих ситуаций в рассказах детей, где буллинг может появляться в неожиданных формах [Бочавер, 2014]. Она отмечает, что общая тенденция фокусироваться на вербальной и физической агрессии приводит к тому, что косвенная травля ошибочно оценивается как менее серьезная и более «нормативная»: ученики легче вовлекаются в нее и меньше оказывают поддержку жертве, а учителя реже узнают о ней и реже на нее реагируют. Наше исследование [Федоров, Танцура, Пшеничнова, 2018] так же показало, что уровень знаний о буллинге и способах его прекращения у школьных педагогов существенно различается. Случалось, что опрошиваемые преподаватели не знали самого понятия, а после краткого экскурса начинали припоминать случаи буллинга в школе, попытки выхода из связанных с ним ситуаций. В целом, учителя чувствуют ответственность за будущее своих учеников, они проводят много часов внеурочной деятельности, стараются поддерживать в школьном коллективе доброжелательные отношения и развивать общечеловеческие ценности.

**Методы исследования.** Исследование проявлений буллинга проводилось на базе муниципального общеобразовательного учреждения «Китовская средняя школа» (пос. Китово Шуйского района Ивановской области). Испытуемыми выступали обучающиеся двух седьмых классов в количестве 33 человек (12-14 лет, средний возраст 13,6 лет). Исследование проводилось с помощью метода социометрии и тестирования с использованием следующих методик:

- опросник агрессивности Басса-Дарки – для выявления форм агрессивных и враждебных реакций;
- социометрия – для оценки межличностных эмоциональных связей в группе, т.е. взаимных симпатий и антипатий между членами группы;
- опросник по буллингу (оценка себя) – для выявления наличия буллинга в классе, а также

«жертв» буллинга (тех, кто подвергается нападкам со стороны сверстников продолжительное время).

В результате анализа данных проведенного диагностического исследования были выявлены проблемы, требующие дополнительного внимания и устранения:

- у подавляющего большинства учащихся (60,6% опрошенных) индекс агрессивности находится в норме. Но у 21,2% подростков выявлен низкий уровень агрессивности, что может указывать на пассивность личности, ее конформность или зависимость от чужого мнения. У 30,3% обнаружен высокий уровень враждебности, что может свидетельствовать о повышенной подозрительности испытуемых, выражающейся в частых необоснованных обидах.

- выявлены потенциальные жертвы травли и нападок со стороны, имеющие социометрический статус «отвергаемые» (9,1%) и «пренебрегаемые» (15,6%). Оба коллектива достаточно разрознены, социометрические статусы распределяются от лидеров и до «отвергаемых» и «пренебрегаемых», являющихся потенциальными изгоями. Возможно, это и вызывает повышенный уровень враждебности, характеризующийся подозрительностью и недоверчивостью.

- почти половина учащихся (45,5%) находится в ситуации буллинга, четверть подростков от общего количества опрошенных подвергается нападкам не менее одного раза в неделю на протяжении полугода. И 24,2% семиклассников подвергается буллингу не реже одного раза в неделю, продолжительность составляет менее полугода. Распознать буллинг можно по поведению и настроению подростка. Ученики, ставшие объектом буллинга, ощущают свою беззащитность и угнетенность перед обидчиком, что ведет к чувству постоянной опасности, страху перед всем и вся, чувству неуверенности и уязвимости.

**Результаты исследования и их обсуждение.** На основе анализа полученных данных нами была разработана и апробирована психолого-педагогическая программа профилактики буллинга в среднем звене школы – программа «Буллинг.net» [Скрёбова, 2021]. Данная программа направлена на достижение следующих результатов:

- сформировать комфортную атмосферу взаимодействия в классе;
- улучшить социальное самочувствие всех участников коллектива;
- сформировать и развить навык конструктивного общения и реагирования в конфликте и мирные способы выхода из него;

• снизить враждебность учащихся, изменить представления о себе и окружающих людях.

В работе с подростками мы использовали метод беседы, медиационные упражнения, занятия с элементами тренинга. Преимущественно использовались групповые формы работы, так как именно они позволяют урегулировать имеющиеся недопонимания, распри и конфликты.

Основу программы профилактики составили упражнения и игры, направленные на повышение уровня сформированности ценностно-ориентационного единства группы, улучшение социально-психологического климата коллектива, повышение сплоченности класса, а также оптимизацию индивидуальных факторов каждого участника (формирование адекватной самооценки; приведение к норме агрессивных и враждебных реакций на окружающих).

Первые занятия были вводными, ознакомительными, проводились с целью установления контакта с учащимся, создания настроения на дальнейшую работу. Для этого использовались разнообразные упражнения на знакомства, методика на заинтересованное участие. Для создания более комфортной и уважительной обстановки устанавливались правила занятия, а в дальнейшем проговаривались на каждой встрече.

Для улучшения социально-психологического климата и формирования сплоченности класса были использованы упражнения, позволяющие: показать участникам связь между поступками и взаимоуважением; формировать внимательное отношение друг к другу, умения использовать различные стили поведения с целью достижения желаемого результата; научить правильно распознавать чужие эмоции, чувства и состояния; научить отстаивать собственные интересы, сохраняя при этом хорошие отношения с окружающими; формировать навыки контроля ситуации и регуляции своего положения в ней.

Помимо упражнений для достижения данной цели использовались беседы, способствующие определению понятия и смысла термина взаимоуважения; просветительские беседы, раскрывающие суть стилей поведения и особенности их использования; составление коллективной памятки правил для грамотного выхода из конфликтной ситуации; притчи, ярко демонстрирующие ситуации с наличием у героев нормой агрессии для выполнения защитной функции.

Для формирования опыта продуктивного

межличностного взаимодействия использовались упражнения на выработку навыков разрешения жизненных затруднений и возникших непредвиденных ситуаций, а также повышение степени доверия в классе через демонстрацию важности социальных отношений. Необходимо было сформировать и адекватную самооценку у подростков, так как именно она во многом определяет остроту реакций на сложные или травмирующие ситуации. Поэтому мы использовали упражнения для активизации процесса самопознания, повышения самопонимания на основе своих положительных качеств. Также проводились беседы о важности самоодобрения и его свойствах. Помимо этого на каждом занятии делался акцент о необходимости уважения и признания индивидуальных качеств каждого человека.

**Выводы.** Повторное диагностическое исследование показало эффективность программы «Буллинг.net».

Социометрия показала отсутствие «отвергаемых» учащихся, методика «Опросник по буллингу (оценка себя)» выявила снижение количества ситуаций буллинга и число «жертв», опросник Басса-Дарки обнаружил снижение показателей враждебности, а показатели агрессивности пришли в норму. Сравнение полученных показаний с помощью j-критерия Фишера выявило статистически значимые различия между результатами экспериментальной и контрольной групп.

Для того, чтобы в дальнейшем избежать попадания подростка в ситуацию буллинга родителям необходимо как можно чаще уделять внимание подростку, беседовать с ним, узнавать о его эмоциональном состоянии, наблюдать за тем, с каким настроением ребенок идет в школу, с каким возвращается домой, интересоваться друзьями своего ребенка, его делами в школе. Также родителям не следует бояться обращаться за рекомендациями и советами к педагогу-психологу, социальному педагогу школы.

Немаловажная роль в профилактике случаев буллинга отводится и педагогам. Помощь в осознании и развитии имеющихся у подростков личностных ресурсов позволит развивать навыки бесконфликтного и эффективного общения, стрессоустойчивость обучающихся, навыки оценки социальной ситуации и принятия ответственности за свое поведение.

#### Список источников

Бочавер А. А. Травля в детском коллективе: установки и возможности учителей // Психологическая наука и образование. 2014. № 1. URL: <http://psyedu.ru/journal/2014/1/Bochaver.phtml>

- Бутенко В. Н., Сидоренко О. А. Буллинг в школьной образовательной среде: опыт исследования психологических особенностей «обидчиков» и «жертв» // Вестник КГПУ им. В.П. Астафьева. 2015. № 3 (33). С. 138-143.
- Кон И. С. Что такое буллинг и как с ним бороться? // Семья и школа. 2006. № 11. С. 15-18.
- Пшеничнова И. В. Работа педагога-психолога со старшими подростками, испытывающими чувство одиночества // Феномен одиночества в современном обществе: коллективная монография / отв. ред. А. Ю. Нагорнова. Ульяновск : Зебра, 2020. С. 55-66.
- Пшеничнова И. В., Кривова Ю. Е. Личностно-ориентированный подход в работе педагога-психолога с подростками с девиантным поведением // European Journal of Natural History. 2020. № 2. Р. 62-66.
- Скрёбова Д. А. Реализация программы профилактики буллинга в среднем звене школы // Сохранение и развитие культурного и образовательного потенциала Ивановской области: Сборник трудов студенческой научной конференции. Шуя: Изд-во Шуйского филиала ИвГУ, 2021. С. 87-88.
- Собкин В. С., Смыслова М. М. Буллинг в стенах школы: влияние социокультурного контекста (по материалам кросскультурного исследования) // Социальная психология и общество. 2014. № 2. С. 71-86.
- Федоров Я. Р., Танцура А. А., Пшеничнова И. В. Анализ проблемы подросткового моббинга в современной школе // Научный поиск. 2018. № 1 (27). С. 31-34.
- Шатнева А. Е., Пшеничнова И. В. Исследование проблемы детского моббинга в современной школе // Научный поиск. 2014. № 2.4. С. 76-77.

## References

- Bochaver A. A. Bullying in the children's team: attitudes and opportunities of teachers. *Psichologicheskaya nauka i obrazovanie = Psychological science and education*. 2014. no. 1. URL: <http://psyedu.ru/journal/2014/1/Bochaver.phtml> (In Russ).
- Butenko V. N., Sidorenko O. A. Bulling in the school educational environment: the experience of studying the psychological characteristics of "offenders" and "victims". *Vestnik KGPU im. V.P. Astafieva = Bulletin of the KSPU im. V.P. Astafieva*. 2015. no. 3 (33). pp. 138-143. (In Russ).
- Kon I. S. What is bullying and how to deal with it? *Semya i shkola = Family and school*. 2006. no. 11. pp. 15-18. (In Russ).
- Pshenichnova I. V. The work of a teacher-psychologist with older adolescents experiencing a sense of loneliness // The phenomenon of loneliness in modern society: collective monograph / executive ed. A. Yu. Nagornova. Ulyanovsk: Zebra, 2020. pp. 55-66. (In Russ).
- Pshenichnova I. V., Krivova Yu. E. Personality-oriented approach in the work of a teacher-psychologist with adolescents with deviant behavior // European Journal of Natural History. 2020. no. 2. pp. 62-66. (In Russ).
- Skrebova D. A. Implementation of the bullying prevention program in the middle level of the school. In: Preservation and development of the cultural and educational potential of the Ivanovo region: Proceedings of the student scientific conference. Shuya: Publishing house of the Shuisky branch of IvGU, 2021. pp. 87-88. (In Russ).
- Sobkin V. S., Smyslova M. M. Bulling within the walls of the school: the influence of the socio-cultural context (based on cross-cultural research) // *Social'naya psihologiya i obshchestvo = Social psychology and society*. 2014. no. 2. pp. 71-86. (In Russ).
- Fedorov Ya. R., Tantsura A. A., Pshenichnova I. V. Analysis of the problem of teenage mobbing in modern school // *Nauchnyj poisk = Scientific search*. 2018. no. 1 (27). pp. 31-34. (In Russ).
- Shatneva AE, Pshenichnova IV Research of the problem of children's mobbing in modern school // *Nauchnyj poisk = Scientific search*. 2014. no. 2.4. pp. 76-77. (In Russ).

Статья поступила в редакцию 13.09.2021; одобрена после рецензирования 13.10.2021; принята к публикации 23.11.2021.

The article was submitted 13.09.2021; approved after reviewing 13.10.2021; accepted for publication 23.11.2021.