**Ничишина Т.В.**

**Моббинг в школьном социуме:**

**как противостоять?**

*Современные родители сегодня сталкиваются с серьезной проблемой – проблемой нежелания ребенка идти в школу. В качестве причин называются: плохое отношение к ребенку со стороны педагога, отсутствие интересных уроков, неумение учителя заинтересовать своим предметом, неуспешность ребенка в учебной деятельности и др. За «кадром» обсуждения обозначенной проблемы часто остается истинная причина отсутствия желания у детей посещать школу; детьми и подростками она замалчивается, а родители не знают о ней. Речь идет о школьном моббинге, который можно упредить, используя разнообразные методы и формы.*

Моббинг (от англ. «mob» – «окружить толпой, нападать») определяется как:

целенаправленное и регулярное анонимное нанесение морального, материального или физического вреда одноклассникам в стенах и на территории школы; моббинговая ситуация обязательно содержит в себе элементы насилия и агрессии в школе [1, с. 65];

форма психологического насилия в виде противопоставления себя самого другим, имеющим выраженные отличительные признаки во внешности, проявлениях поведения, манере одеваться и способах учения; предполагает достижение превосходства, привилегий, изменение статуса путем принуждения к совершению действий, нужных субъекту насилия [2, с. 132].

В моббинге есть несколько действующих лиц: преследователь, жертва, наблюдатель, спасатель. Преследователь (притеснитель, обидчик)– это человек, который унижает других людей, считая их стоящими ниже себя. Жертва (обиженный) – лицо, пострадавшее от неконструктивного взаимодействия со стороны сверстников,занимает приниженное положение. Наблюдатель – лицо, ведущее наблюдение со стороны и не предпринимающее никаких действий из-за страха оказаться на месте «жертвы». Спасатель – лицо, непосредственно оказывающее помощь и поддержку жертве ситуации моббинга.

По мнению психологов, роль *преследователей*(обидчиков) выполняют:

дети, привыкшие добиваться своей цели любой ценой;

дети из неблагополучных семей (агрессивное поведение ребенка как реакция на семейные конфликты, отсутствие взаимопонимания со стороны родителей);

дети, постоянно пребывающие в состоянии эмоциональной напряженности из-за травмирующей ситуации и др.

*Жертвами*моббинга со стороны сверстников, как правило, становятся:

дети, которые воспитываются в условиях жестких отношений в семье, враждебно воспринимают мир и сами проявляют насилие к слабым;

дети, воспитывающиеся в условиях безнадзорности, эмоционального отвержения;

дети, которые воспитываются в обстановке жестокого беспрекословного подчинения, не умеющие сказать «нет», с нарушенной внутренней границей, делающей их неспособными сопротивляться насилию, боязливые и тревожные;

дети с психическими аномалиями, неспособные адекватно оценить опасные ситуации;

маленькие дети в силу их беспомощности и др.

Характеризуя ситуацию моббинга с позиции возраста ее участников, следует сказать, что в начальной школе рассматриваемая форма деструктивного поведения, как правило, не является широко распространенной. На наш взгляд, это связано с тем, что учитель начальных классов, как референтное для учащихся лицо, задает бесконфликтную форму поведения школьников: выступает защитником детей, устраняет возникшие у них затруднения, задает «ценностное» поле правил и норм поведения и пр. При переходе в среднее звено социальная ситуация развития меняется: механизмы нейтрально-защитной среды перестают функционировать и среда начинает «включать» подростков в новые ситуации, навязывающие новые роли, ценности и нормы общества сверстников, молодежной субкультуры, которые могут вытеснять (девальвировать, размывать) традиционные ценности. Именно в этот период, когда мнения педагогов и учащихся перестают совпадать, наблюдается «всплеск» ситуаций моббинга, резкая дифференциация классных коллективов на противоборствующие группы (группировки).

*Формы*моббинга в школьной среде достаточно разнообразны: оскорбление, насмешки, ярлыки, клички, высмеивание недостатков, замечания, необъективные оценки, высмеивание, унижение в присутствии других детей, угроза, сплетни, давление; избиение, шлепки, порча и отнимание вещей, подзатыльники; изоляция, бойкот, отторжение, отказ от общения с жертвой, исключение из взаимодействия; видеосъемка ситуации притеснения и запугивание жертвы тем, что данное видео будет выложено в Интернет-сети и др.

Для упреждения ситуаций моббинга важно знать *объективные и субъективные факторы*, действие которых заставляет оппонентов вступать в неконструктивное взаимодействие. *Объективные* факторы – это реально существующие обстоятельства, связанные главным образом с условиями жизни субъекта, с его индивидуально-психологическими особенностями, с принадлежностью к определенной социальной группе, которые не могут быть изменены (устранены) в течение короткого периода времени. К условиям жизни субъекта, подталкивающим к включению в ситуации моббинга, можно отнести: характер взаимоотношений между членами семьи, которые могут демонстрировать негативные «образцы»; деструктивные формы поведения, подкрепляемые одобрением родителей; в целом воспитание в атмосфере жесткого давления, отсутствие взаимопонимания со стороны близких людей и пр. Среди индивидуально-психологических особенностей личности, стимулирующих использование неконструктивных форм взаимодействия, можно назвать: когнитивные искажения, острую потребность в самоутверждении любым путем, желание быть в центре внимания, развивающийся комплекс неполноценности, склонность к силовому решению проблем, неумение адекватно реагировать на нестандартные ситуации, негативный или дефицитарный жизненный опыт и пр. На возникновение ситуаций моббинга может повлиять и среда сверстников: непосредственное включение в ситуации притеснения, наблюдение за такими ситуациями; невнимание со стороны сверстников; недостаточный уровень развития коммуникативных навыков; традиции школьной среды, провоцирующие и стимулирующие жестокость; ответная агрессивная реакция на угрожающие факторы, оскорбления; стремление избежать изоляции в принявшей подростка группе; низкий внутригрупповой статус, аутсайдерствои пр.

*Субъективные* факторы представляют собой движущую силу, которая провоцирует возникновение притесняющих взаимодействий, и построена на иллюзорных, надуманных, предвзятых представлениях субъекта о реальной действительности. Именно иллюзии могут выступать причинами, генерирующими возникновение ситуаций моббинга, и одновременно стимулами, поддерживающими и усиливающими их. Вариантами иллюзорного восприятия притесняющих ситуаций могут выступать: желание оказаться правым (победить) в любой ситуации; мышление по принципу «я никогда не ошибаюсь», неправильная интерпретация вербальных и невербальных действий одного субъекта по отношению к другому и др.

В качестве направлений деятельности педагога по нейтрализации (упреждению) ситуаций моббинга в школеможно назвать следующие:

диагностика социально-ролевой позиции учащихся, особенностей взаимодействия (общения) субъектов образовательного процесса;

прогнозирование возможных траекторий развития межличностных взаимоотношений в школьном коллективе;

создание благоприятного (позитивного) микроклимата в школе (классе);

мотивирование учащихся к обращению за помощью к специалистам социально-педагогической и психологической службы школы в ситуациях моббинга (т.е. проговаривание проблемы, а не ее замалчивание);

развитие и совершенствование интеллектуальной, мотивационной, эмоциональной, волевой, саморегуляционной сфер личности ребенка;

организация медиаторства (посредничество) с помощью учащихся-медиаторов, которые не участвуют в ситуации моббинга, но знают ее «изнутри», пользуются доверием, являются референтными лицами для ровесников;

обучение детей распознаванию и противостоянию притесняющим взаимодействиям.

С целью нейтрализации (упреждения) негативных ситуаций моббинга в общеобразовательном учреждении нами разработанытренинговые упражнения, ориентированные на обучение детей и подростков конструктивным формам взаимодействия, развитие умений противодействия насилию со стороны сверстников.

***Упражнение «Обидчик»***

***Цель:*** развитие у подростков умения понимать других.

Описание: Дети стоят «по кругу», лицом обращены внутрь круга. Руки вытянуты за спиной ладонями кверху. Один из участников (играет роль «обидчика») проходит по внешней стороне круга и, выбрав «жертву» (участники, стоящие в круге), старается ударить по ее ладони. Участник в круге может предвосхитить удар, убрав руки.

*Вопросы для обсуждения:*

– Какие возникают чувства, когда «обидчик» двигается за вашей спиной?

– О чем вы думали в ожидании удара по ладони?

– Вспомните ситуации из вашей жизни, когда возникали подобные мысли и чувства.

***Упражнение «Спасатели»***

***Цель:*** формирование адекватных форм поведения, осознание подростками своего внутреннего мира эмоций и чувств.

Описание: Предварительно распределяются роли (написаны на отдельных бумажках): «обидчик», «жертва», «спасатель». В соответствии с полученными ролями участники упражнения выстраивают свое поведение. «Обидчики» имеют право совершать по отношению к другим участникам действия (толкать, задевать и пр.), демонстрирующие их превосходство. При этом им необходимо совершать действия таким образом, чтобы другие участники этого не заметили. «Жертвам» следует избегать столкновения с предполагаемым «обидчиком». «Спасателям» вменено в обязанность определение «обидчиков»: если «обидчик» найден, он исключается из игры. Игра завершается, когда все «обидчики» будут распознаны.

*Вопросы для обсуждения:*

– По каким признакам были обнаружены «обидчики»?

– Какие эмоции возникали у «спасателей» при выявлении «обидчика»?

– Вспомните литературные произведения, мультфильмы, в которых есть герои-спасатели. Какими качествами наделены данные персонажи?

***Упражнение «Заполни таблицу»***

***Цель:*** актуализация знаний детей о неконструктивных формах взаимодействия, развитие умений анализировать нестандартные ситуации.

Описание: Детям предлагается заполнить таблицу (вывешивается на доске), в которой есть четыре столбца: «название сказки», «обидчики», «пострадавшие», «спасатели». Необходимо вспомнить сказки, в которых есть данные действующие лица, и заполнить «пустые окошки», обосновав свой выбор. Вместе с педагогом дети анализируют первую строку таблицы, в которой все «окошки» заполнены, рассуждают, почему именно этот персонаж оказался в данной ячейке.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Название сказки | «Обидчики» | «Пострадавшие» | «Спасатели» |
| «Красная Шапочка» | Волк | Красная Шапочка, бабушка | Дровосеки |
| «Золушка» | Мачеха, сестры Золушки | Золушка |  |
| «Спящая красавица» | Старая фея |  |  |
| «Беляночка и Розочка» | Злой гном |  | Медведь |
|  | Старая жаба, майский жук, крот |  | Ласточка, эльфы |
| «Морозко» |  |  |  |

***Упражнение «Заверши фразу»***

***Цель:*** развитие у подростков умений высказывания собственных мыслей.

Описание: Детям предлагается начало предложения, которое необходимо завершить своими словами. Например:

Тот, кто обижает слабого …

Сильный человек всегда должен …

Если я вижу, что обижают слабого …

Того можно считать сильным, кто …

Слабому всегда нужна …

**Упра*жнение «Чистый лист»***

***Цель:*** выявление детей, нуждающихся в помощи.

Описание: Детям заранее раздаются листы формата А-4. Педагог просит детей представить, что чистый лист – это все учащиеся класса. Предлагает оторвать от данного листа ту часть, в которой находятся учащиеся, нуждающиеся в помощи со стороны других (чем больше оторванная часть, тем большее количество детей нуждается в помощи), при желании можно написать конкретное имя.

***Упражнение «Круг»***

***Цель:*** изучение межличностных отношений в классе.

Описание: Каждому ребенку раздается вырезанный из белой бумаги круг диаметром 10 см. Предлагается разделить круг на две части: в одной части будут находиться учащиеся, которым комфортно в классе, во второй – школьники, испытывающие дискомфорт. Используя цветовое решение, следует закрасить обе части, обосновав выбранный в каждой части цвет. По окончании выполнения задания учитель просит детей обозначить свое место «на круге».

***Упражнение «Рисуем»***

***Цель:*** актуализация знаний младших школьников о силе-слабости.

Описание: Педагог просит детей на двух половинках листа формата А-4 нарисовать сильного и слабого человека. Рисунки «перемешиваются» и детям предлагается (по очереди) разместить их на доске: в левой части – рисунки с изображением сильных людей, в правой – слабых людей.

Вопросы для обсуждения:

– Каким образом отличить сильного человека от слабого? (на рисунке сильный человек изображен крупнее, у него четко прорисованы мышцы, мощные руки и т.п.).

– Были ли рисунки, которые вы затруднялись отнести к той или иной категории?

– Что в рисунках помогало сделать выбор, давало подсказку?

– Какой вывод можно сделать по итогам выполнения задания?

***Упражнение «Согласен–не согласен»***

***Цель:*** обучение детей аргументированным ответам.

Описание: Детям зачитываются утверждения о силе-слабости, необходимо высказать свою точку зрения: согласен или не согласен с данным утверждением:

Кто сильнее, тот и правее.

Кто смел, тот и цел.

Не тот правей, кто сильней, а тот, кто честней.

Не тот силен, кто первым бьет, а тот силен, кто выстоит.

***Коллаж «Дружба–вражда»***

***Цель:*** осмысление учащимися информации о понятиях «дружба», «вражда».

Описание: Участники разбиваются на две команды. Одна команда называется «Дружба», другая – «Вражда». Каждой команде раздаются детские иллюстрированные журналы. Необходимо сделать подборку сюжетных картинок, слов в соответствии с названием команды и, вырезав их из журнала, наклеить, разместив в произвольном порядке на листе ватмана. После составления коллажей организуется обсуждение.

*Вопросы для обсуждения:*

– С какими словами ассоциируются у вас понятия «дружба», «вражда»?

– Какие действия (поступки, ситуации), изображенные на картинках, отражают составляющие дружбы (вражды)? Как можно догадаться, что та или иная картинка о дружбе (вражде)?

– Вспомните песни о дружбе, исполните один куплет с припевом.

– Составьте свод правил на тему «Дружба в школе».

***Упражнение-рисование «Забор»***

***Цель:*** снятие тревожности, преодоление страхов у младших школьников.

Описание:Педагог просит детей нарисовать здание школы, а ниже под рисунком записать все опасения, которые возникают у детей при посещении школы. Например: «боюсь услышать обидные слова в свой адрес», «насмешки по поводу своего внешнего вида» и пр.

По окончании выполнения задания детям предлагается нарисовать забор, отгораживающий школу от опасений ребенка.

Делаются выводы: школа должна быть территорией, в которой нет места названным опасениям. В школе каждый ученик должен чувствовать свою защищенность.

***Упражнение «Бокс»***

***Цель:*** научение детей освобождению от негативных эмоций.

Описание: Дети разбиваются по парам. Один выступает в роли нападающего, другой – в роли защищающегося. Действие разыгрывается в замедленном ритме. Нападающий, сжав руки в кулаки, имитирует (в замедленном темпе) удар по отношению к защищающемуся. В это время защищающийся раскрытыми ладонями мягко отражает удар, медленно отталкивая кулаки нападающего.

После завершения упражнения участникам предлагается разжать кулаки, встряхнуть руками.

*Вопросы для обсуждения*:

– Что чувствовали«нападающие», встретив «мягкий» отпор и благожелательное отношение к себе?

– Легко ли отражать «атаки» агрессивно настроенного человека?

***Упражнение «Мимическая гимнастика»***

***Цель:*** научение детей распознаванию отрицательных эмоций.

Описание: Детям предлагается, используя мимику, проиграть «отрицательные» эмоции:

злость (сдвинуть брови, нахмурить);

страх (расширить глаза, открыть рот);

недоверие (улыбнуться одним уголком губ, глаза «без улыбки»);

тревожность (рот приоткрыт, уголки глаз опущены вниз).

Завершить упражнение необходимо на позитивной ноте: улыбнуться друг другу, подмигнуть.

***Упражнение-рисование «Эмоции в пальцах»***

***Цель:*** научение детей избавлению от негативных способов реагирования на трудные жизненные ситуации.

Описание: Педагог просит детей нарисовать свои эмоции (злость, раздражение, радость, обиду и др.) пальцами на чистом листе. При этом необходимо объяснить детям, что «плохие» эмоции, «проходя» сквозь пальцы рук, как бы отдают свою негативную энергию пустому листу. По окончании выполнения упражнения дети решают, что они будут делать с выполненным «рисунком». Если на листе оказались негативные эмоции, можно предложить детям уничтожить их – разорвать лист, смять, выбросив в мусорную корзину. Лист с «положительными эмоциями» можно забрать домой и нарисовать на нем цветными карандашами свое хорошее настроение.

Представленные в статье тренинговые упражнения апробированы нами в экспериментальной работе и доказали свою целесообразность. Важно и то, что в вопросе развития конструктивных форм поведения у детей,педагогу не следует ограничиваться отдельными упражнениями, «воспитательными реакциями» (наказать, ограничить и пр.), необходимосоздавать целостную воспитательную систему в единстве ее когнитивной, эмоциональной и поведенческой составляющих.

**Литература**

1 Баженов, В. Г. Психологические механизмы коррекции девиантного поведения школьников / В. Г. Баженов, В. П. Баженова. – Ростов н/Д. : Феникс, 2007. – 320 с. – (Высшее образование).

2Казанская В. Г. Подросток: социальная адаптация: Книга для психологов, педагогов и родителей. – СПб. : Питер, 2011. – 288 с.