

Научная статья

УДК 37.015.325+37.061:316.624

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФАКТОР ЗАЩИТЫ ОТ БУЛЛИНГА

Гульнара Радифовна Ибрагимова

*аспирант Институт психологии и образования К(П)ФУ, педагог-психолог
МБОУ Гимназия № 183, Казань, республика Татарстан
gulnararadifovna@mail.ru*

Аннотация. Рассматриваются формы буллинга, буллинг в школе, психологическое благополучие учителя как важное составляющее учебного процесса.

Ключевые слова: формы *буллинга*, психологическое благополучие учителя, профилактика буллинга.

Чтобы изменить людей, их надо любить.
Влияние на них пропорционально любви к ним

И. Песталоцци

Буллинг в школе может быть вызван разными причинами. Жертвой травли может стать любой человек. Буллинг представляет собой намеренную и регулярную травлю какого-то члена коллектива со стороны агрессора (психологическую, социальную и физическую). На сегодняшний день проблема буллинга очень актуальна. Можно выделить две формы его выражения в школе:

явный – грубое общение, обидные шутки, издевки, унижения, угрозы, срывы уроков, травля из-за внешности, особенностей речи, обсуждение семейного положения;

косвенный – сплетни, слухи, в том числе в социальных сетях, бойкотирование.

В роли инициатора травли чаще всего выступает учитель. Он публично делает ученику замечание по какому-нибудь поводу. Провокация травли ребенка со стороны педагога может быть обусловлена следующими факторами:

- не каждый учитель обладает способностью относиться ко всем школьникам с одинаковой доброжелательностью, не разделяя класс на любимчиков и изгоев;

- педагог с внушительным стажем работы может предпочитать устаревшие методы преподавания с использованием психологического или даже физического наказания;

- нередко сильная загруженность приводит учителя к равнодушию и эмоциональному выгоранию, а в итоге – к репрессивным методам воздействия с целью достижения быстрого результата.

Педагог порой придирается к ученику из-за материального положения семьи или интеллектуального развития личности. Он начинает упрекать школьника в том, что тот отстает от сверстников либо слишком опережает их. Объектом насмешек нередко бывают какие-то особенности ребенка: дефекты речи, внешний вид, национальность. Учитель публично делает ученику замечание по какому-нибудь поводу. Например, медлительного человека может сравнить с черепахой, неаккуратного – обозвать нечестным. Запускается цепная реакция. Дети подхватывают мысль педагога и развивают ее. Учительский комментарий способствует превращению ребенка в изгоя. Если она часто подвергает унижению одного из школьников, то вскоре психологическое насилие над конкретной личностью будет осуществляться весь класс.

Если в коллективе началась травля, сложно не включиться. В буллинге много ролей. Три основные: буллер (придумывают и возглавляют издевательства), наблюдатели (вроде в стороне от конфликта, но все равно одобряют либо осуждают агрессоров) и жертва.

В ситуации буллинга занимать отстраненную позицию практически бесполезно, поскольку, наблюдатели получают не меньшую, а порой и большую травматизацию. Очевидцы травли зачастую испытывают страх оказаться на месте жертвы и могут присоединиться к буллерам. Либо испытывают чувство вины за свое невмешательство и получают травму наблюдателя. В психологии даже есть термин «травма наблюдателя». Часто ребенок не может самостоятельно справиться с опытом наблюдения за продолжающимся насилием. Буллинг причиняет ущерб психическому здоровью не только жертвы, но и детей, которые находятся в позиции безмолвных свидетелей. Таким образом школьные издевательства подрывают всю систему образования. К тому же, буллинг влияет не только на психическое, но иногда и физическое здоровье учеников. Он мешает всему учебному процессу, провоцируя общее напряжение и жестокость.

Как ее решить? Поскольку от агрессивного поведения не застрахован ни один участник образовательного процесса. Нужно учиться справляться с такой ситуацией самостоятельно. Для этого нужно понимать природу буллинга и учиться работать с буллерами.

Серийные буллы не могут существовать без жертвы. Надо отметить, что им характерна низкая самооценка. Они чувствуют себя незащищенными и, в целях обороны начинают нападение.

Стрессовый буллинг или непреднамеренный, когда стрессовая ситуация является побуждающим фактором. Под воздействием стресса или хронической усталости человек становится вспыльчивым, раздраженным и не может совладать своими эмоциями. В таком состоянии учитель может накричать, поругаться или даже обозвать ребенка.

Случай из практики. Ученица 11-го класса приходит на консультацию. Запрос: учитель-предметник при всех называет ее «тупой». Не упускает случая, чтобы не напомнить, что со сдачей экзамена по своему предмету девочка не справится. Со слов ребенка, постоянно делает замечания по любому поводу. Дело дошло до того, что уже ученики других классов сообщают ей, что учитель им тоже рассказывает какая же она «пустая». В данной ситуации есть обзывания, запугивания, а так же настраивание других против ребенка. Любые действия, совершаемые систематически, которые нарушают принцип уважения других людей, могут быть в итоге признаны буллингом. Уважение чести и достоинства любого человека – в первую очередь конституционная обязанность каждого. Аналогичные требования предъявляет и закон об образовании к каждому участнику образовательного процесса. Как можно решить проблему? В процессе работы выясняется, что педагог абсолютно уверена в неспособности ребенка сдать итоговый экзамен именно по ее предмету. Педагог встревожена. Свою тревожность она проявляет таким образом, что «лучшая оборона – это нападение», всячески пытаюсь отговорить ученицу отказаться от выбранного предмета. При этом те методы, что она выбрала не вписываются в принятые нормы. Учитель обеспокоена результатами своего труда, вернее, ее волнуют собственные показатели. Охваченная страхом за свою репутацию как учителя предметника, она транслирует свою тревожность, недоверие. Во истину мы делимся только тем, чем сами заполнены. Об уровне подготовленности школьника по предмету не могу судить, я не специалист в этом. Могу достоверно сказать, что время и силы потраченные на борьбу можно было направить на подготовку к итоговой работе. После разбора ситуации открытого давления со стороны учителя удалось прекратить. И все же утверждать, что конфликт исчерпан рано. Учитель как не видел способностей в ученице, так в своем убеждении и остался. А ученику трудно чему то учиться когда нет взаимного принятия. Еще И. Гете сказал: «Учатся

у тех, кого любят». В то же время: «Ребенок умеет любить того, кто его любит. И это можно воспитывать только любовью». Ф. Э. Дзержинский. В то же время, можно посочувствовать и учителю, чья репутация в прямой зависимости от показателей ЕГЭ.

В нашей гимназии, как один из методов профилактики буллинга практикуется совместные просмотры фильмов. В частности в этом году выбор пал на фильм «Чудо» (<https://g.co/kgs/RF4RYM>), где главный герой обладая необычным лицом сумел выстоять и проявить свои лучшие качества. Совместное обсуждение, анализ ситуаций позволяет ученикам проговорить волнующие их моменты, связанные с их личными переживаниями. После таких мероприятий увеличивается поток детей, приходящих на индивидуальные консультации. Надо отметить особую роль семьи в воспитании и в защите интересов ребенка. По опыту многолетнего наблюдения могу сказать, что дети из дружных семей, когда каждый внимателен друг другу, проще справляются со сложными ситуациями, поскольку они чувствуют защиту и имеют возможность обращаться за помощью к своим близким.

В заключение приведу наставления своих учителей: «В проблемных ситуациях, разрушающих наше физическое, социальное и психологическое благополучие, нужно оказывать сопротивление, выражать несогласие, определять и заявлять свою позицию, готовность к борьбе за свои интересы, иначе наше молчание будет расценено как знак согласия, и давление на нас будет нарастать» [1, с. 38]. Сохранять самообладание нужно, но нельзя подавлять эмоции. «Подавление эмоций приводит обычно к развитию психосоматических расстройств, т. е. расстройств деятельности внутренних органов – сердца, сосудов, кишечника и др. От подавления эмоций количество и тяжесть проблем только увеличивается. Нужно находить приемлемый способ выражения эмоций. [1, с. 39].

Список литературы

1. Карпов, А. М. Биопсихосоциальный подход к преодолению стресса и социально-психологической дезадаптации: учебное пособие / А. М. Карпов, М. А. Шмакова, М. М. Гарифуллина. Казань: Меддок, 2013. 76 с. Текст: непосредственный.

2. Пейсханов, Н. М. Практическая психология (научные основы) / Н. М. Пейсханов, М. Н. Шевцов; Казан. гос. ун-т; Центр психол.-пед. реабилитации и коррекции «РОСТОК». Текст: непосредственный.

3. *Вафин, Д. Х.* Педагогика перевоспитания подростков с девиантным поведением / Д. Х. Вафин. Казань: Школа, 2007. 204 с. Текст: непосредственный.

4. *Психологический* практикум и тренинг: профилактика насилия в семье и школе / авт.-сост. Л. В. Прикуль. Волгоград: Учитель, 2009. 217 с. Текст: непосредственный.

5. *Ступени* самореализации / В. В. Одиноцов. Москва: Омега-Л, 2004. 96 с. Текст: непосредственный.

6. *Проблема* буллинга в обществе. URL: <https://vzmlotos.wordpress.com/2013/04/13/проблема-буллинга-в-обществе/>. Текст: электронный.

7. *Железников, В.* Чучело: аудиокнига / В. Железников. URL: <https://deti-online.com/audioskazki/povesti-i-romany-mp3/chuchelo/>. Текст: электронный.

8. *Психологическая* помощь в кризисных ситуациях: методическое пособие для мусульманских религиозных деятелей / под ред. О. С. Павловой, С. Ю. Зязина, Н. Ю. Бариевой; Ассоц. помощи мусульманам АНО; Науч.-просвет. и культур. центр «Умеренность и созидание». Москва, 2022. 201 с. Текст: непосредственный.

9. *Зязин, С. Ю.* Разрешение кризисных ситуаций в мусульманской семье: монография / С. Ю. Зязин, Т. А. Симакова, Н. Ю. Бариева; под ред. И. В. Лесковой. Москва: Аиша, 2022. 178 с. Текст: непосредственный.

10. *Тренинг* по сказкотерапии / под ред. Т. Д. Зинкевич-Евстигнеевой. Санкт-Петербург: Речь, 2007. 176 с. Текст: непосредственный.

11. *Штайнер, К.* Сценарии жизни людей / К. Штайнер. Санкт-Петербург: Питер, 2020. 416 с.: ил. Сер.: Психология. The Best. Текст: непосредственный.

12. *Советы* родителям. Буллинг в школе: что делать родителям и жертве. URL: <https://gdemoideti.ru/blog/ru/bulling-v-shkole>. Текст: электронный.