

Научная статья

УДК 378.178.062.1

## **АУТОБУЛЛИНГ КАК ПРЕПЯТСТВИЕ СОЦИАЛИЗАЦИИ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Лидия Евгеньевна Кузнецова**

*старший преподаватель*

*Российский государственный профессионально-педагогический  
университет, Екатеринбург, Россия*

*lidusha3112@yandex.ru*

**Оксана Алексеевна Кокшарова**

*студентка 3-го курса*

*Российский государственный профессионально-педагогический  
университет, Екатеринбург, Россия*

*koksharovaoksana13@gmail.com*

**Яна Игоревна Валькова**

*студентка 3-го курса*

*Российский государственный профессионально-педагогический  
университет, Екатеринбург, Россия*

*Yanaval3009@gmail.com*

**Аннотация.** Рассматривается буллинг с точки зрения его развития не только в социальной среде, но и внутри личности. Дается синтез понятий «буллинг» и «аутоагрессия». Приводятся предпосылки появления внутреннего буллинга личности и его влияния на социализацию личности в системе высшего образования. Также приводится описание традиционных форм буллинга в системе университетов и колледжей и даются методы борьбы с ними.

**Ключевые слова:** травля, буллинг, аутоагрессия, буллинг в университете, самокритика, студенческая среда.

**Актуальность.** Проблема издевательств в школах и средних профессиональных учебных организациях в отечественной науке, долгое время относились к категории проблем, принятых замалчивать. Однако, подростковый буллинг развит достаточно сильно, поэтому не говорить о данном явлении нельзя. Более того, последствия подросткового буллинга часто развиваются и во время студенческой поры, но уже в форме аутоагрессии, что относится к деформированным отложенным последствиям школьной травли. В последнее время растет интерес к проблеме буллинга в отечественной психологии и приобретает все более устойчивый характер. В современных условиях образовательной деятельности возникла необходимо-

сти разработки программы профилактики буллинга, направленных на предотвращение буллинга в студенческой среде или его профилактику.

**Цель:** рассмотреть и сформировать понятие «аутобуллинг» и исследовать его влияние на социализацию личности в системе высшего образования.

**Методы:** анализ научной литературы, синтез научных данных.

Человек проходит социализацию, которая осуществляется через социум. Влияние окружающего общества имеет как положительный эффект, так и отрицательный. В данной статье мы бы хотели подробнее рассмотреть негативное воздействие общества на индивидуума – аутобуллинг.

Современность уже давно столкнулась с проблемой буллинга. В психологической литературе под термином буллинг (от англ. *Bulling* – травля, издевательство) принято понимать совокупность различных социальных, психологических и педагогических проблем, обуславливающих процесс длительного (группового или индивидуального) физического или психического насилия в отношении индивида, который не способен защитить себя в данной ситуации [2]. По Д. Олвеусу выделяют следующие виды буллинга [7]:

- 1) вербальный буллинг;
- 2) буллинг, направленный на социальное исключение или изоляцию;
- 3) физические издевательства;
- 4) издевательство с помощью лжи или лживых слухов о жертве;
- 5) агрессии: отбирание денег или других вещей, их порча издевающимися;
- 6) угрозы или принуждение выполнять какие-либо действия;
- 7) расистский буллинг и др.

Масштабы этого явления гораздо больше, чем мы можем себе представить. Люди, которые прошли через буллинг, получают множество комплексов, плохо социализируются в других сферах их жизни. Жертвы буллинга продолжают жить и бороться с психологическими травмами. Одним из результатов такого психического состояния может быть самокритика. Под этим термином подразумевается оценивание своих действий, своего поведения, своего тела и т. д. в условиях сложившегося социума. Самокритика зачастую имеет негативный эффект в жизни человека. В 2004 г. Томпсон и Зурофф разработали шкалу уровня самокритики. В нее входили следующие уровни:

- 1) сравнительная (индивидуум сравнивает себя с окружающими, оценивает себя от лица окружающих);
- 2) внутренняя (индивидуум ставит перед собой идеал себя и оценивает, насколько он или она достигают его).

Важно указать, что в сравнительной самокритике окружающие его люди представляются человеку как превосходящие, критичные или враждебные. Выходя из школ, где буллинг чаще всего встречается, подростки приходят в другие учебные заведения: вузы или колледжи. Подростки поступают туда уже с набором представлений о будущей среде обучения, например, достаточная свобода в проявлении себя, разноклассовые люди и совершенно другие преподаватели.

Реальность может не совпадать с ожиданиями. Окружение, непонимающее и не воспринимающее тебя, и преподаватели, которые по-своему влияют на твое психическое состояние. К этому моменту у индивида проявляются характерные черты сначала внутренней, а потом и внешней самокритики. Подросток не в состоянии найти общий язык как с одноклассниками, так и с преподавателями.

Система высшего образования достаточно гибкая, которая дает возможность проявить себя в разных сферах. Как правило, с этого момента начинают возникать проблемы. Работающие студенты, студенты активисты – это является одним из критериев вербального буллинга со стороны преподавателя. Ситуация может усугубляться, если к этому виду травли могут подключиться студенты т. е. одноклассники. Результатом данных действий может являться проявление аутобуллинга. Этот термин состоит из двух частей: приставка «ауто», которое означает какое-либо действие, направленное на себя, и английское слово «буллинг», термин мы приводили выше. Аутобуллинг включает в себя: аутоагрессию, «токсичную» самокритику.

Вопросы о возникновении буллинга и борьбе с ним в высших учебных учреждениях остаются актуальными и сегодня. В вузах встречаются преподаватели, которые намеренно воздействуют на своих студентов психологически.

Индивидуум, под влиянием внешней агрессии в его сторону, проявляет сравнительную самокритику, воздействуя на перестройку внутреннего психологического состояния. Эффект от любого вида насилия, проявленного на человека, косвенного или прямого отражается на восприятии окружающего мира и восприятии себя в социуме. Определив модель поведения, студент может следовать ей всю сознательную жизнь.

Учитывая факт, что вузы предоставляют свободную среду для развития личностных качеств человека, педагоги должны знать, как предотвращать любое проявление агрессии. Преподавателям стоит уделять внимание

на отклоняющееся поведение студента. Для начинающих педагогов важно досконально ознакомиться с проблематикой буллинга, аутоагрессии, самокритики, аутобуллинга.

Причины вербальных и невербальных издевательств среди студентов являются более сложными, включая личные психологические особенности, недостаточное образование в области самозащиты и самоидентификации, а также культуру социального и онлайн-буллинга. Эти факторы нельзя отнести к «идеологическим и политическим проблемам» студентов колледжа, «слабому правосознанию» или «недостаточному социальному опыту».

1. Колледжи и университеты должны всесторонне рассматривать различные аспекты и эффективно вмешиваться в вербальную и невербальную агрессию студентов колледжей для достижения цели поддержания психического здоровья студентов колледжа или техникума и сокращение буллинга, особенно прямых словесных и физических издевательств [3].

Учеными выделяются различные методы профилактики буллинга [9]:

- проективные методы, базирующиеся на способности индивида оценивать и изменять окружающий мир относительно себя, выражать в нем собственную личность. К проективным методам относительно буллинга могут относиться творческие лаборатории и коворкинги, продуктивные саморефлексии;

- кейс-методы, относящиеся к буллингу, как способ совместной групповой работы учащихся по поиску решения проблемной ситуации, имеющей отношение к теме;

- игровые методы, предполагающие участие студентов в игровой деятельности, в ходе которой игроки учатся выстраивать новые социальные связи, выражать собственные мысли и чувства, анализировать свое и чужое состояние;

- медиация, как процесс отслеживания и урегулирования конфликтных ситуаций до их пикового состояния, что исключает факторы, мотивирующие буллинг и нивелирует уровень агрессивного и виктимного поведения;

- учебный тренинг, представляющий собой групповое мероприятие, направленное на развитие социальных навыков и умений, позволяющих избежать буллинга.

1. В нашей работе мы определяем тренинг, как основной способ профилактики буллинга, опираясь при этом на определение данное О. В. Евтиховым: «учебный тренинг – это метод преднамеренных изменений челове-

ка, направленных на его личностное и профессиональное развитие через приобретение, анализ и переоценку им собственного жизненного опыта в процессе группового взаимодействия» [1].

Мы определяем тренинг, как ведущий метод профилактики по нескольким причинам.

Во-первых, тренинг представляет собой интеграцию учебной, игровой и проектной деятельности, что позволяет молодым людям не только участвовать в специально подготовленных интерактивах, но и обучаться чему-то новому без намеренного упора на проблемные моменты, что важно в профилактике поведения «буллера» и его жертвы.

Во-вторых, тренинг позволяет молодым людям сохранять баланс между коллективной и индивидуальной работой (в зависимости от текущих нужд практические упражнения выполняются индивидуально, в малых группах, или всей аудиторией совместно). Это помогает не только сделать выводы для себя самого, но и лучше узнать мотивы поведения окружающих людей не только со стороны, но узнавая их причины и следствия.

В-третьих, зачастую тренинг содержит творческую составляющую, которая является активным способом самовыражения и саморефлексии для людей юношеского возраста и редуцирует процессы, запускающие механизмы виктимного и агрессивного поведения.

2. На Западе используются различные способы предотвращения издевательств в школе. Такими способами могут быть, как создание команд специалистов, работающих со всей группой, так и индивидуальная работа с каждым участником отдельно. Таким образом, в профилактике должны быть задействованы следующие уровни: личностный, групповой, общешкольный, социальный. Основное место в профилактике буллинга отводится работе, как с отдельными учащимися, так и с группами. Такая профилактическая работа реализуется за счет коррекции социальных девиаций, которые имеются у учеников, а также за счет содействия видения здорового и безопасного образа жизни студентами. Профилактическая работа должна быть направлена на выстраивание отношений на основе взаимопомощи в группе, объединения подростков в ходе совместной коллективной и лично значимой деятельности, устранение противоречий между индивидуальным и групповым факторами [8].

В борьбе с буллингом внутри образовательных учреждений среднего профессионального образования можно выделить три основных направления, имеющих перспективу на успех. Рассмотрим каждое из них отдельно.

*Улучшение образования в области психического здоровья и проведение учебных мероприятий, связанных с профилактикой буллинга и насилия.* Учитывая тот факт, что студенты СПО со склонностью к буллингу имеют низкий уровень психического здоровья, это один из практических способов помочь этой группе улучшить свою личность, скорректировать свои познания и овладеть технологией контроля эмоций и речевого общения путем улучшения их психического здоровья. В конкретных операциях колледжи и университеты могут рассмотреть возможность 3–4-кратной эмоциональной адаптации, навыков общения, межличностного общения, взаимоотношения и другое содержание обучения в курсе обучения психическому здоровью для первокурсников после зачисления.

В то же время необходимо установить уровень психологического здоровья студентов колледжа, которые подвергаются издевательствам со стороны речи, и повысить степень осведомленности и важность издевательств над студентами. В рамках обучения знаниям о безопасности после зачисления необходимо расширить внедрение контента, связанного с конфликтами в кампусе, вызванным словесными издевательствами, чтобы помочь студентам колледжа правильно понять какое поведение является издевательством на территории кампусе. Просвещение в области психического здоровья предназначено только для новых студентов. Рекомендуется проводить курсы по просвещению в области психического здоровья в старших классах или интегрировать их содержание в соответствующие курсы профессиональной грамотности, гуманитарные и социальные курсы, такие как повышение осведомленности в области психического здоровья, навыков межличностного общения, осведомленности в области вербального общения, технологий регуляции эмоций и т. д. В области профессиональной грамотности, профессионального образования или общего психологического образования.

3. Кроме того, стремясь к феномену словесного издевательства, вызванного психологической депрессией, можно рассмотреть возможность создания центра психологического консультирования для создания специальной комнаты, в которой студенты могут выпустить пар. Наконец, центры психологического консультирования колледжей могут рассмотреть возможность создания отдельных программ психологического консультирования для жертв вербальных издевательств, предоставить соответствующие записи на прием. Предполагается, что учащимся с вербальным издевательским поведением следует своевременно корректировать свои речевые модели и при необходимости получать психологическую консультацию [4].

Учитывая тот факт, что некоторые студенты колледжей не считают словесные издевательства неприемлемым поведением в кампусе, колледжи и университеты могут рассмотреть возможность проведения целенаправленной пропаганды против вербальных издевательства и мероприятий в кампусе. Прежде всего, в кампусе регулярно развешиваются плакаты, пропагандирующие вербальные издевательства, негативные последствия и повышение квалификации, чтобы помочь студентам колледжа понять, что вербальные способы издевательства также относятся к издевательствам в кампусе, и последствия будут очень серьезными. Требуется организовать эссе по издевательствам, конкурсы мелодрам в кампусе, лекции, плакаты, показы фильмов. В связи с месяцем повешения общей компетенции в области психического здоровья колледжи и университеты могут начать серию рекламных мероприятий в кампусе для борьбы с издевательствами в кампусе и вербальными издевательствами, а также регулярно организовывать занятия для проведения занятий и занятий по соответствующему контенту. Наконец, необходимо организовать такие мероприятия, как дебаты, и активно направлять студентов колледжа, склонных к словесным издевательствам, чтобы они научились показывать свои чувства приемлемым способом.

*Очищение киберпространства и предотвращение воздействия культуры кибер-насилия в отношении вербальных издевательства студентов колледжа.*

4. Стремясь уменьшить влияние плохой сетевой культуры, колледжи и университеты должны сотрудничать с отделом сетевого надзора, чтобы хорошо выполнять работу по сетевой пропаганде, и должны усилить использование и управление сетевыми ресурсами, чтобы занять теоретическую пропагандистскую позицию. Прежде всего, консультанты колледжей должны использовать интернет-ресурсы для создания соответствующих веб-сайтов по межличностному общению, управлению эмоциями, психическому здоровью и борьбе с травлей, публичным аккаунтам WeChat, форумам и т. д. В то же время колледжи и университеты могут собрать большинство словесных издевательства среди студентов колледжа, издевательства в кампусе, а также психического здоровья, импульсивного поведения, личностных характеристик и других сомнений, и практических вопросов и дать разумные ответы [5].

Психологическое вмешательство может быть рассмотрено для сложных объяснений. Во-вторых, колледжи и университеты должны усилить се-

тевой надзор и управление, особенно информационный надзор и просвещение, связанные с актами насилия и словесными издевательствами. Необходимо, чтобы студенты колледжа правильно определяли и избегали плохую информацию в Интернете. Наконец, колледжи и университеты, имеющие нужные ресурсы, могут проводить онлайн-курсы о, например, словесных издевательствах, содействовать научно-популярное просвещение, связанные с словесные издевательства, и открыть психологическое консультирование на сайтах, так как чтобы эффективно общаться со студентами, используя способы онлайн-общения, которые легко интегрируются в жизни студентов колледжей, понимают их идейные течения с целью просвещения студентов колледжей в области психического здоровья, идеологическое и политическое просвещение, а также пропаганду борьбы с издевательствами на территории кампусе. Необходимо уменьшить частоту словесных издевательства над студентами колледжа посредством публичных выступлений и продолжительного одобрения.

Многие исследователи ведут поиск различных оптимальных методов профилактики и борьбы с буллингом. Представители позиции диспозиционного подхода считают, что профилактика буллинга должна строиться на идее необходимости формирования коммуникативных навыков и уверенности в себе жертв агрессии, развитии толерантности у агрессоров. Важно отметить, что данном подходе считается, что жертва буллинга сама виновата в провокации агрессии по отношению к ней. В темпоральном подходе в профилактике буллинга большое внимание уделяется раннему выявлению элементов буллинга, организации психологического сопровождения детей при прохождении возрастных кризисов и в период трудных жизненных ситуаций.

5. Так при контекстуальном подходе профилактика буллинга происходит в изменении системы отношений в организации в целом, формировании альтернативных методов определения статусов в группе, основанных на ценности уважительных отношений. Образовательная организация должна большое внимание уделять проблеме буллинга среди обучающихся. В профилактике буллинга среди подростков в образовательной среде необходимо исследовать проблемы насилия в школе с помощью анкетирования. После выяснения проблемных классов и обучающихся важно выяснить причины проявления насилия и буллинга и устранять их незамедлительно [6].

## Список литературы

1. *Екимова, В. И.* Жертвы и обидчики в ситуации буллинга: кто они? / В. И. Екимова, А. М. Залалдинова. Текст: непосредственный // Современная зарубежная психология. 2015. Т. 4, № 4. С. 5–10.
2. *Лейн, Д. А.* Школьная травля (буллинг) / Д. А. Лейн. Текст: непосредственный // Детская и подростковая психотерапия / под ред. Д. Лейна и Э. Миллера. Санкт-Петербург: Питер, 2001. С. 240–274.
3. *Мальцева, О. А.* Профилактика жестокости и агрессивности в подростковой среде и способы ее преодоления / О. А. Мальцева. Текст: непосредственный // Вестник Тюменского государственного университета, 2019. № 7. С. 51–54.
4. *Bell, C. D.* Bully Busters abbreviated: Evaluation of a group-based bully intervention and prevention program / C. D. Bell, K. A. Raczynski, A. M. Horne. Text: print // Group Dynamics, Theory, Research, and Practice. 2010. № 14. P. 257–267.
5. *Champion, K.* Nonbullying victims of bullies: Aggression, social skills, and friendship characteristics / K. Champion, E. Vernberg, K. Shipman. Text: print // Applied Developmental Psychology. 2003. № 24. P. 535–551.
6. *Newman-Carlson, D.* Bully Busters: A psychoeducational intervention for reducing bullying behavior in middle school students / D. Newman-Carlson, A. M. Horne. Text: print // Journal of Counseling and Development, 2004. № 82. P. 259–267.
7. *Olweus, D.* Bullying at School: What We Know what We Can Do / D. Olweus. New York: Blackwell, 1993. 140 p. Text: print.
8. *Ross, S. ()*. Bully prevention in positive behavior support / S. W. Ross, R. H. Horner. Text: print // Journal of Applied Behavior Analysis. 2009. № 42. P. 747–759.
9. *Swearer, S. M.* Bullying prevention and intervention: Realistic strategies for schools / S. M. Swearer, D. L. Espelage, S. A. Napolitano. New York: Guilford, 2009. Text: print.