

«Профилактика буллинга в начальной школе: как распознать первые признаки агрессии и виктимности»

- скрытые формы буллинга у младших;
- как дети 1-5 классов «играют в обзывания», которые перерастают в травлю;
- работа с родителями, которые «не видят проблемы»

Введение: актуальность проблемы буллинга в начальной школе

Начальная школа — это не только этап формирования учебных навыков, но и важнейший период социализации. В возрасте от 7 до 11 лет (1–5 классы) дети учатся выстраивать иерархию, находить свое место в коллективе и проверять границы дозволенного. Именно здесь часто зарождаются механизмы, которые при отсутствии своевременного вмешательства взрослых перерастают в полноценную травлю — буллинг.

Сложность диагностики буллинга в младшей школе заключается в том, что он часто маскируется под «игру», «розыгрыш» или «дружеское подшучивание». Задача педагога, психолога и родителей — вовремя распознать первые признаки агрессии и виктимности, не дожидаясь перехода ситуации в тяжелую фазу.

В данном выступлении представлен комплексный подход к *профилактике буллинга*, включающий:

- ✓ диагностику скрытых форм агрессии у младших школьников;
- ✓ описание феномена виктимности;
- ✓ стратегию работы с родителями, отрицающими наличие проблемы;
- ✓ практические инструменты для работы с детьми (игровые форматы, квесты).

Буллинг в начальной школе: специфика и признаки

Буллинг — это намеренное, систематическое и целенаправленное причинение вреда одним человеком или группой лиц другому человеку, который не может за себя постоять.

В младшем школьном возрасте (1–5 классы) буллинг имеет ряд отличительных черт:

1.1. Преобладающие формы буллинга

Форма	Проявление
Физический буллинг	Толчки, подножки, щипки, порча имущества (пенал, учебник, одежда, игрушки)

Словесный буллинг	Обзывательства, дразнилки, насмешки над внешностью, фамилией, особенностями речи
Экономический буллинг	Отнимание денег на завтраки, вымогательство игрушек или канцелярии
Реляционная агрессия	Социальное исключение: «никто не играйте с Петей», бойкот, игнорирование

Как отличить буллинг от конфликта

Важно помнить: если двое учащихся спорят или дерутся на равных — это конфликт. Буллингом это становится только при наличии трех признаков:

1. **Неравенство сил** — физическое, психологическое или численное превосходство агрессора над жертвой.
2. **Систематичность** — агрессия повторяется регулярно (ежедневно, еженедельно) на протяжении длительного времени.
3. **Намеренность** — агрессор осознанно стремится причинить боль, унижить или подчинить жертву.

Виктимность в младшем школьном возрасте, почему одни дети становятся жертвами

Виктимность — это предрасположенность человека становиться жертвой агрессии. В начальной школе виктимность формируется под влиянием нескольких факторов.

Группы риска

Дети, которые чаще других становятся мишенью буллинга:

- ✓ С низкой самооценкой, тревожные, неуверенные в себе;
- ✓ С внешними особенностями (очки, заикание, лишний вес, нестандартная фамилия, особенности внешности);
- ✓ «Новички», не успевшие встроиться в сложившуюся иерархию класса;
- ✓ Дети, не умеющие давать вербальный отпор (молчат, плачут, убегают в ответ на обзывательства);
- ✓ Дети из семей с гиперопекой (не имеющие опыта самостоятельного решения конфликтов).

Поведенческие маркеры виктимности

Педагогу и психологу важно обращать внимание на следующие признаки:

- ✓ Ребенок избегает перемен, прячется в туалете или около учительской;
- ✓ У ребенка пропадают вещи (ручки, деньги, телефон) без объяснения причин;

- ✓ Появились «странные» повреждения одежды или синяки, которые ребенок не может внятно объяснить;
- ✓ Резкое снижение желания идти в школу при сохранной успеваемости;
- ✓ Ребенок перестал приглашать одноклассников на дни рождения или ходить в гости.

Скрытые формы буллинга — «игры в обзывания»

Скрытые формы буллинга: когда «игра в обзывания» перерастает в травлю

Одна из главных ловушек начальной школы — феномен **«игры в обзывания»**. Родители и даже педагоги часто ошибочно воспринимают агрессию как возрастную норму, способ «закалки характера» или безобидное развлечение.

Механизм трансформации

На этапе 1–4 классов дети активно осваивают речь. Обзывания для них — это способ проверить границы дозволенного и утвердить свою власть над другим человеком. Сначала это может выглядеть как игра: дети смеются, дразнят друг друга.

Однако существует **критическая грань**, которую необходимо отслеживать:

Признак перехода в буллинг	Описание
Неравенство эмоциональных затрат	Один ребенок смеется (агрессор), второй — замыкается, краснеет, плачет или молчит (жертва). Если удовольствие одного строится на страданиях другого — это уже не игра.
Системность	Обзывания повторяются ежедневно и направлены на одного и того же ребенка.
Наличие зрителей	Агрессор использует обзывания, чтобы завоевать авторитет среди наблюдателей. Если наблюдатели смеются или бездействуют, формируется порочный круг.

Примеры скрытых форм

- **«Дружеские» подколы:** постоянные комментарии о внешности, которые якобы «просто шутка», но ребенок перестает улыбаться в ответ.
- **Игры с правилами против одного:** в подвижных играх правила внезапно меняются, чтобы «выбить» определенного ребенка.
- **«Тайные» знаки:** шепот, смех при появлении ребенка, демонстративное перешептывание.

- **Кражи «по приколу»:** исчезновение вещей, которые потом находятся в мусорке или в неожиданном месте.

Алгоритм действий педагога при обнаружении скрытых форм

1. **Наблюдение:** зафиксировать, кто является инициатором, кто — жертвой, кто — наблюдателями.
2. **Разговор без свидетелей:** индивидуально поговорить с жертвой, затем — с агрессором (не в присутствии класса).
3. **Классный час с четкой позицией:** объяснить разницу между «шуткой» и «оскорблением», между «игрой» и «травлей». Использовать материалы квест-игры «Стоп буллинг».
4. **Информирование родителей:** не дожидаясь, пока ситуация выйдет из-под контроля.

Работа с родителями

Одной из самых сложных задач в работе школьного психолога является взаимодействие с родительской позицией отрицания. В ситуациях травли (буллинга) мы часто сталкиваемся с тем, что родители как «агрессоров», так и «наблюдателей» (а иногда и «жертв») отказываются признавать наличие проблемы, обесценивая ее фразой: «Это просто детские игры» или «Ничего страшного, это закаляет характер».

Психологический портрет родителя с позицией отрицания

Прежде чем выстраивать стратегию работы, важно понять, какие механизмы защиты психики включаются у родителей, отказывающихся видеть проблему:

- ✓ **Защита «Слепое пятно»:** Родитель искренне не видит признаков травли, потому что признание этого факта рушит его картину мира («Мой ребенок не может быть агрессором», «Я хорошая мать, а в хорошей семье такого не бывает»).
- ✓ **Слияние с ребенком:** Родитель воспринимает критику поведения ребенка как критику себя лично. Отрицая проблему ребенка, он защищает свою самооценку.
- ✓ **Трансляция собственного опыта:** Часто родители, выросшие в жесткой среде, считают буллинг нормой («Меня тоже били/обзывали, и ничего, человеком вырос»).
- ✓ **Страх последствий:** Боязнь, что если признать факт травли, то последуют серьезные санкции (постановка на учет, исключение из школы, проблемы с полицией).

Основные сложности в работе с данной категорией родителей

Взаимодействие с такими родителями часто заходит в тупик по следующим причинам:

- ✓ **Обесценивание чувств:** Родители не верят в серьезность психологических последствий. Для них важна только физическая травма («синяков нет — проблемы нет»).
- ✓ **Агрессия в адрес специалиста:** Психолог или классный руководитель объявляются «врагами», которые «натаскивают» на ребенка.

✓ Коалиция против школы: Родители группы детей (агрессоров) объединяются, чтобы доказать, что проблема надумана, а педагог некомпетентен.

Стратегия психологической работы (алгоритм действий)

Работа должна строиться поэтапно, с акцентом на факты, а не на обвинения.

Этап 1: Деполитизация и фактология

Родитель приходит в кабинет психолога часто уже настроенный на конфликт с администрацией. Задача психолога — уйти от позиции «обвинитель — защитник».

- Метод «Безоценочное информирование»: Вместо фраз «Ваш ребенок издевается над Петей» использовать «В классе зафиксированы случаи систематического унижения. Ваш ребенок (имя) участвует в этих эпизодах. Вот перечень дат и свидетелей (без эмоций, сухо).»

- Правило «Видеокамеры»: Если есть факты (скрины переписок, записи), их нужно предъявлять. Отрицать документально подтвержденные вещи сложнее.

Этап 2: Смена фокуса с «вины» на «риски»

Родители, не видящие проблемы, не слышат аргументов о морали. Они слышат аргументы о безопасности и будущем их собственного ребенка.

- Психологическая техника «Расширение последствий»: Психолог смещает акцент с «Ваш ребенок — плохой» на «Ваш ребенок — в опасности».

- Аргумент: «Если ребенок привыкает решать вопросы через унижение и давление (буллинг), во взрослой жизни это приведет к уголовной ответственности или потере работы. Мы здесь, чтобы помочь ему научиться социально приемлемым способам общения, пока он несовершеннолетний».

- Апелляция к авторитету: Использование юридических аспектов. Разъяснение родителям статей без угроз, но с констатацией факта: «Если ситуация выйдет за пределы школы, инспекция по делам несовершеннолетних будет вынуждена реагировать, и это повлечет за собой административные последствия для родителей».

Этап 3: Работа с чувством стыда и изоляции

Родители агрессоров или пассивных наблюдателей часто чувствуют стыд, который трансформируется в гнев. Нужно дать «путь к отступлению».

- Техника «Мы вместе»: Важно показать, что психолог не наказывает, а решает проблему. «Я понимаю, что для вас это известие шокирующее. Мы не хотим исключать ребенка, мы хотим сохранить ему репутацию и помочь выстроить здоровые отношения в коллективе».

- Разделение ролей: Если родитель отказывается видеть проблему в поведении своего ребенка, можно предложить ему выступить в роли эксперта по решению конфликта в классе (таким образом, не обвиняя его сына, мы просим помощи у него как у взрослого).

Методы и техники индивидуальной консультации

Для работы с «невидящими» родителями эффективны следующие инструменты:

1. Метафора «Айсберг»: Показать родителю, что видимая часть (конфликт, драка) — это лишь верхушка. Под водой — психологические травмы, снижение

успеваемости, суицидальные риски, формирование зависимого или асоциального поведения.

2. Техника «Две колонки»: Предложить родителю записать в колонку «Плюсы» то, что он видит в текущей ситуации (например, «сын лидер», «закаляется характер»), а в колонку «Минусы» — долгосрочные прогнозы (потеря эмпатии, враги, пед. учет). Визуализация часто помогает разрушить когнитивное искажение.

3. Шкалирование: «По шкале от 1 до 10, где 1 — идеальная атмосфера в классе, а 10 — массовая драка с участием полиции, насколько вы оцениваете текущую ситуацию? Какие признаки заставляют вас поставить эту оценку? Что нужно, чтобы цифра снизилась?»

Профилактика и работа с коллективом родителей

Чтобы не приходилось работать с отрицанием в индивидуальном порядке, необходимо вести системную работу:

- Просветительские родительские собрания: Необходимо ввести в лексикон родителей четкие определения. Объяснять разницу между «конфликтом» (равные стороны) и «буллингом» (травля). Чем выше правовая и психологическая грамотность родителей, тем меньше у них желания отрицать очевидное.

- Заключение «Договора о ненасилии»: В начале учебного года знакомить родителей с локальным актом школы о запрете травли, где прописаны последствия (от беседы с психологом до вызова КДН). Это лишает родителя возможности сказать: «Я не знал, что это серьезно»

Психологическая работа с родителями, отрицающими наличие буллинга, — это марафон, а не спринт. Ключевым принципом здесь является отказ от конфронтации. Основная задача специалиста — перевести родителя из позиции «защитника агрессивного поведения ребенка» в позицию «союзника в сохранении благополучия и социального будущего своего ребенка».

Пока родитель сохраняет иллюзию «нормальности» происходящего, у него нет мотивации к изменениям. Задача психолога — мягко, но настойчиво предъявить реальность через факты, правовые риски и долгосрочные психологические последствия, сохраняя при этом уважение и предлагая конструктивный выход из ситуации.

Интеграция подходов: как объединить детскую программу и работу с родителями

Для эффективной профилактики буллинга необходимо использовать **двунаправленную стратегию**: одновременно работать с детским коллективом (через игровые форматы) и с родителями (через просвещение и индивидуальные консультации).

Заключение и выводы

Профилактика буллинга в начальной школе требует комплексного подхода, объединяющего:

- **диагностику** — раннее выявление скрытых форм агрессии и виктимности;
- **работу с детьми** — формирование через игровые форматы (квест «Стоп буллинг») четкого понимания границ допустимого;

- **работу с родителями** — преодоление позиции отрицания с использованием безоценочного информирования, апелляции к рискам и техники «Мы вместе»;

- **системную профилактику** — родительские собрания с разъяснением юридических последствий и заключение «Договора о ненасилии».

Ключевой принцип успешной работы: отказ от конфронтации. Основная задача специалиста — перевести родителя из позиции «защитника агрессивного поведения ребенка» в позицию «союзника в сохранении благополучия и социального будущего своего ребенка».

Пока родитель сохраняет иллюзию «нормальности» происходящего, у него нет мотивации к изменениям. Задача психолога и педагога — мягко, но настойчиво предъявить реальность через факты, правовые риски и долгосрочные психологические последствия, сохраняя уважение и предлагая конструктивный выход из ситуации.

Только объединяя усилия школы, родителей и психологической службы, можно создать безопасную среду, в которой каждый ребенок сможет развиваться без страха быть униженным или отвергнутым.