

Травля в детском коллективе

Что такое травля, как и почему она возникает в школе? Каковы ее признаки и характер? Наконец, как справиться с травлей в детском коллективе? Об этом и многом другом рассказывает Людмила Петрановская, заслуженный учитель России, психолог, лауреат премии Президента Российской Федерации в области образования.

В 1983 году на советские экраны вышел фильм Ролана Быкова «Чучело», снятый по одноименному роману Владимира Железникова. Картина поставила проблему, которая существовала всегда, но о которой в Советском Союзе не принято было говорить. Фильм рассказывал о травле, о самоутверждении группы одноклассников за счет систематического унижения отдельного человека и о запоздалом раскаянии. Но если тридцать лет назад это явление многим показалось страшным, вопиющим и исключительным, редкой подростковой болезнью, то сегодня «буллинг» (как называют его психологи) становится насущной проблемой детских коллективов вплоть до младшей школы.

Согласно исследованиям, многие в детстве хотя бы раз становились жертвами травли и были психологически травмированы ситуацией. При этом одни предпочитали отмалчиваться и замыкаться, другие — обращались за помощью, но в большинстве случаев слышали от взрослых: «сам разбирайся, учись налаживать отношения». Ни первый, ни второй вариант нельзя назвать приемлемыми, поэтому рискнем разобраться в проблеме и поищем пути решения.

Как возникает травля?

Прежде всего, травля — явление возрастное. В определенном возрасте (11-12 лет) у ребенка возникает необходимость осознать себя через противопоставление другим. Появляется желание принадлежать к чему-то большему и жизненно необходимо чувство групповой сплоченности. И если одних спланирует общее дело и интерес — кружок экологов, археологов, журналистов (и потому в таких коллективах травля крайне редкое явление), то в школе или летнем лагере, где дети просто собраны вместе, травля возникает довольно часто. Здесь нет ни общей цели, ни идеи, потому рано или поздно случается открытие: оказывается, можно сплотиться против кого-то.

Помимо ощущения особого упоения, удали и веселья, которое вспоминают теперь уже взрослые люди, некогда бывшие участниками травли, они рассказывают о чувстве комфорта. Дело в том, что уверенность в себе — удел более зрелого возраста. Маленькие дети, как правило, не имеют сформированной самооценки. Потому чем больше ребенок не уверен в себе, чем больше зависит от мнения окружающих, тем вероятнее, что он будет активно участвовать в травле.

Такие дети панически боятся, что кто-то «наведет резкость» на их недостатки. Они из кожи вон лезут, чтобы перенаправить внимание, в том числе агрессию, на кого-то другого.

Конечно же, не последнее место в ситуации травли занимает позиция взрослого, руководителя детского коллектива. До подросткового возраста дети ориентируются в

первую очередь на авторитет взрослого. Если он не приемлет травли, ее не будет. К сожалению, сегодня учителя все чаще считают атмосферу в классе не своим делом. И даже если хотят как-то влиять на ситуацию, не могут сделать это грамотно. В педагогических вузах такому не учат.

Еще страшнее, когда педагог сам провоцирует травлю, например, невзлюбив какого-то ученика, или, что нередко бывает, считая эмоциональное насилие способом удержания детей в подчинении. Порой взрослые задают ситуацию травли невольно. Например, любимый учителями физкультуры способ скоротать урок — эстафета. Всем — весело, учителю — легко. А вот плохо оказывается неспортивным детям. Им достается за то, что они «подвели команду». Если учитель никак не отслеживает и не работает с ситуацией, а напротив, подогревает соревновательный азарт, то травля неизбежна.

Как только группа назначила «козла отпущения» и сложилась патологическая динамика, она становится устойчивой. Распробовав вкус насилия, детский коллектив не в силах остановиться. И если дети предоставлены сами себе, дело может пойти очень далеко. Высокий уровень разлитой в социуме агрессии лишь тому способствует.

Увы, но реакция на травлю, как правило, также бывает агрессивной. Сами взрослые советуют ребенку «дать сдачи», или пытаются напугать, а то и физически воздействовать на обидчиков. Это помогает, но только «здесь и сейчас». По сути, проблема остается нерешенной и порождает новые. Ведь часто ребенок, давший сдачи, сам оказывается виноват, а то и покалечен. Не говоря уже о том, что человек, начавший ожесточенно драться, неминуемо меняется внутренне.

Семь «не», или Чего не следует делать

В большинстве случаев травлю можно прекратить. Главное, не усугублять ситуацию. Итак, чего не следует делать?

Во-первых, никогда нельзя ждать, что травля прекратится сама. Дело в том, что мозг ребенка — орган незрелый. У детей вообще плохо сформирована способность противостоять групповому давлению. Именно поэтому задавать моральные ориентиры детям обязаны взрослые.

скорее дают пищу для новых выходов и усугубляют ситуацию. Теперь любые достоинства жертвы в глазах группы, захваченной азартом травли, будут мгновенно превращены в недостатки. Выиграл олимпиаду — «ботан». Помог кому-то — «подлиза». Сделал прекрасный рисунок — «художник-мазила-мочи-Левитана». В такой атмосфере не пробьются ростки ни интереса, ни уважения. Сначала надо прекратить насилие. Только тогда можно начинать воспитывать уважительное отношение к однокласснику.

Во-вторых, не надо оправдывать травлю, говоря, например, «он и правда не такой, как все», или «сейчас дети пошли очень жестокие». Травля, от которой страдает сегодня конкретный ребенок, должна быть прекращена. И всё. Это не предмет для научных рассуждений. Это вопрос морали и прав человека. Будь он хоть трижды «не такой» — травить нельзя.

Если у взрослого нет в этом твердого убеждения, если он вместо конкретных действий в упоении от собственной пронизательности станет «анализировать истоки», травля продолжится.

В-третьих, нельзя путать травлю и непопулярность. Травля — это групповое, эмоциональное и/или физическое насилие. Именно с этим насилием с большой буквы следует бороться взрослым. Стоит иметь в виду и то, что, обращая внимание группы на достоинства «жертвы», пытаясь повысить ее рейтинг особыми поручениями, рассказами об успехах, такие педагоги

В-четвертых, нельзя считать, что травля — это проблема лишь того, кого травят. Преодолеть травлю «разговорами по душам» и «индивидуальной работой психолога» с жертвой ли, с агрессорами ли, невозможно. Ведь травля — болезнь группы, от которой страдают, в конечном счете, все члены этой группы. И жертва, получившая опыт унижения, отвержения и незащищенности. И свидетели, которые стояли в стороне, делая вид, что ничего особенного не происходит. В это самое время они получали опыт бессилия перед властью толпы и стыда за собственное малодушие.

Наконец, страдают и преследователи. Чувство безнаказанности и иллюзия правоты приводят не только к огрублению чувств — они лишают возможности в будущем иметь тонкие и душевные отношения с кем-либо.

Травля — это проблема всей группы вместе взятой. Она — пожиратель энергии, лишаящий коллектив сил на всё остальное, в том числе на учебу.

В-пятых, нельзя считать травлю проблемой личности. Увы, бытует мнение, что во всем виновата сама жертва, ведь она «такая» (в негативном ключе: глупая, некрасивая, конфликтная или в позитивном: одаренная, нестандартная, «индиго»). Это миф, что для роли жертвы нужно быть ненормальным.

«Козлом отпущения» может стать каждый. Не важно, что именно: очки, веснушки, вес, успеваемость, национальная или религиозная принадлежность, или финансовое положение семьи — все может быть поводом для травли. При этом один и тот же ребенок в одной группе будет своим, в другой — изгоем.

Но не следует сводить причину травли к качествам тех, кто травит. Безусловно, инициаторами часто являются дети внутренне, духовно не самые благополучные. Однако практика показывает: даже отъявленные травители, случайно оказавшись с жертвой, например, в очереди в детской поликлинике, будут мирно общаться. Смена позиции взрослого способна прекратить травлю в один день, хотя понятно, что личные проблемы детей так быстро никуда не денутся.

Бесполезно давить на жалость. Это шестое «не», которое стоит усвоить взрослым. Попытки объяснить агрессорам, что жертве плохо, призыв проявить сочувствие лишь укрепляют последних в позиции сильного, который хочет — «казнит», а хочет — «милует». К тому же это еще более унижает жертву, демонстрируя ее беспомощность.

Наконец, последнее. Большая ошибка — принимать правила игры травителей, пытаться выбрать между виктимностью и агрессией: либо «меня бьют и будут бить всегда, потому

что я слабый», либо «меня бить ни за что не будут, я сильный и бить буду сам». При, казалось бы, очевидной разнице обе позиции сходны. Они обе базируются на убеждении: «сильный бьет слабого». Когда взрослый предлагает ребенку: «подумай, в чем сам виноват» — это равно призыву к капитуляции. Когда предлагает «дать сдачи, чтобы неповадно было», то, как минимум, предлагает наплевать на собственную безопасность и озвереть. Бывает, что старшие призывают вообще отречься от собственных чувств (не обращай внимания!), научиться скрывать за маской равнодушия свои внутренние переживания. Но и в первом, и во втором, и в третьем случае, взрослый, по сути, солидаризируется с травлей как с явлением и оставляет ребенка с ней один на один.

С травлей надо бороться. Но бороться не с конкретными глупыми детьми, а с травлей как насилием, болезнью группы. Нужно бороться с правилами игры, по которым «сильный имеет право бить слабого». Итак, что же можно сделать?

Назвать вещи своими именами

Дело в том, что дети зачастую не осознают, что именно делают. Для самих себя собственные действия они невинно обозначают так: «мы его дразним», «мы так играем» или «мы его не любим». От взрослого, который взял на себя ответственность за разрешение ситуации (будь то учитель, школьный психолог, вожатый в лагере, тренер или завуч), дети должны узнать истинное название вещей.

А именно: когда человека намеренно доводят до слез, согласованно и систематически дразнят, когда отбирают, прячут и портят его вещи, когда толкают, щипают и бьют, когда обзывают и подчеркнуто игнорируют, — это называется «травля». И это недопустимо. Бывает, что названия явления в категоричной форме достаточно, чтобы оно тут же сошло на нет.

Очень важно, чтобы взрослый при этом был однозначен в оценке. Разговор о том, что люди могут быть разными, могут нравиться друг другу больше или меньше, но это не повод грызть друг друга, как пауки в банке. Но разговор этот не должен быть нотацией, ведь дети чувствуют искренность и плохо воспринимают нравоучения.

Травля как общая беда

Когда людей обвиняют в чем-либо, они инстинктивно защищаются. В этот момент их не интересует, правы они или нет, главное — оправдаться. Дети не исключение. В особенности это касается зачинщиков, ведь ими становятся те, кто сам абсолютно неспособен переносить стыд и вину (потому и травит).

Первое, что слышат взрослые в ответ на упрек в травле — «А чего он? А мы ничего... А это не я». Спорить о фактах, искать виноватого, разбираться, кто кому что и зачем сказал — бессмысленно. Нужно обозначить травлю как болезнь группы. Так и заявить: «Есть болезни, которые поражают не людей, а классы, компании. Это как если человек не моет руки, то рискует подхватить инфекцию и заболеть. Если группа не следит за чистотой отношений, то заболевает насилием. Это плохо, грустно и вредно нам всем. А раз мы в одной лодке, то и проблема у нас общая. Давайте-ка вместе лечиться, чтобы у нас был здоровый, дружный класс». Подобное заявление от взрослого не только позволит

зачинщикам сохранить лицо, оно поможет снять напряжение и противопоставление между жертвами-насильниками-свидетелями.

Гадкий утенок против птичьего двора

Главная задача, которая стоит перед взрослым, — суметь вывести детей из «стайного» азарта, помочь им оценить происходящее с моральной точки зрения. Для этого существует простой психологический прием: предложите детям оценить их личный вклад в болезнь класса под названием «травля». Пусть один балл будет означать «я никогда в этом не участвую», два балла — «иногда присоединяюсь, но потом жалею», три балла — «травил, травлю и буду травить; это же здорово». Попросите всех одновременно показать на пальцах, сколько баллов они поставили бы сами себе. Скорее всего, «троек» не будет даже у самых отпетых агрессоров.

Не пытайтесь в ответ уличать детей, напротив, подыграйте им словами: «Как я рад, у меня от сердца отлегло. Никто из вас не считает, что травить — это хорошо и правильно. Даже те, кто это делал, потом жалели. Это замечательно, значит, нам будет нетрудно вылечить свой класс». Такая моральная оценка травли становится не внешней, навязанной взрослым, напротив, ее дают дети, и вскоре ситуация сама собой выправляется.

И даже если группа погрязла в удовольствии от насилия, а конфронтация еще более жестка, просто напомните детям сказку о «Гадком утенке». «Читая эту сказку, как правило, мы думаем о главном герое, об утенке, — с такими словами обратитесь к детям. — Нам жаль его. Мы с неподдельным интересом и напряжением следим за его судьбой, сочувствуем и переживаем. Но сейчас я хочу, чтобы мы подумали о курах и утках с птичьего двора. С утенком-то всё в будущем будет хорошо. Он улетит с лебедями. А они? Они так и останутся тупыми и злобными, неспособными ни сочувствовать, ни, увы, летать. Когда в классе возникает ситуация, как та, что случилась на птичьем дворе, каждому приходится определять свое место: кто он в этой истории? Среди вас есть желающие быть тупыми злобными курами? Каков ваш выбор?»

Как только выбор сделан, положение вещей следует закрепить. Полезно не просто объявить новые правила жизни группы, но и зафиксировать их на бумаге: «У нас не выясняют отношения с кулаками. Не оскорбляют друг друга. Не смотрят равнодушно, когда двое дерутся. Их разнимают...» — вот примерный список. Идеально, если каждый поставит под правилами свою подпись, как свидетельство и согласие их соблюдать. Нарушителю всегда можно будет указать на его фамилию в списке.

Но не надо думать, что проблема тут же решится. Если за ситуацией не следить, она будет продолжать тлеть, и, как торфяное болото, способна в любой момент вызвать пожар.

Ответственный за прекращение травли взрослый должен регулярно интересоваться ситуацией, предлагать свою помощь и давать ценные указания. Нелишним будет ввести «счетчик травли» — какой-нибудь сосуд или доска, куда каждый, кому сегодня досталось, кто видел что-то похожее на насилие, может положить камешек или воткнуть кнопку. По числу кнопок легко определить, насколько нынешний день был лучше предыдущего. Ставьте спектакли, делайте коллажи о «хронике выздоровления», ведите с детьми «график

температуры». Группе важно чувствовать интерес авторитетного взрослого. Именно это помогает коллективу продолжать считать победу над травлей общим делом.

И только тогда, когда ситуацию удалось вывести в здоровое русло, педагогу стоит задуматься над вопросом популярности каждого отдельно взятого ученика. Чем дольше группе предстоит прожить в данном составе, тем важнее помочь каждому члену коллектива получить признание, обнаружить и предъявить свою способность и полезность для группы, например, лучше всех хохмить или забивать голы, рисовать или считать в уме... И чем разнообразнее и осмысленнее будет деятельность, тем здоровее будет группа.