

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра

Педагогика и психология

(наименование)

37.03.01 Психология

(код и наименование направления подготовки / специальности)

Психология

(направленность (профиль) / специализация)

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА  
(БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)**

на тему Исследование психологической травмы у детей младшего школьного возраста

Обучающийся

И.В. Щёлокова

(Инициалы Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

канд. психол. наук, И.В. Седова

(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Тольятти 2025

## **Аннотация**

В данной бакалаврской работе исследуется актуальная проблема психологической травли у младших школьников.

Цель данного исследования заключается в анализе организации деятельности психолога в рамках профилактики и преодоления психологической травли у младших школьников.

В рамках данной работы предусмотрено решение следующих задач:

- провести анализ научной психологической литературы, посвящённой проблеме психологической травли среди младших школьников;
- разработать и осуществить эмпирическое исследование, направленное на оценку готовности учителей начальной школы к противодействию психологической травле; определить уровень риска развития психологической травли среди младших школьников;
- разработать и апробировать рекомендации по организации противодействия проявлениям психологической травли у детей, находящихся в младшем школьном возрасте.

Для решения указанных задач применялись, как теоретические, так и эмпирические методы, а также методы анализа и обработки полученных данных.

В процессе исследования была определена степень освоенности проблемы психологической травли младших школьников, апробированы рекомендации по организации противодействия проявлениям психологической травли у детей младшего школьного возраста.

Бакалаврская работа включает введение, две главы, заключение и список используемой литературы. Объем работы составляет 85 страниц, проиллюстрирована 6 рисунками и 6 таблицами, содержит 49 источников литературы.

## Оглавление

Введение.....	4
Глава 1 Теоретико-методологические подходы к изучению психологической травли у детей младшего школьного возраста.....	8
1.1 Понятие психологической травли .....	8
1.2 Особенности психологической травли в начальной школе..	16
1.3 Роль психолога в противодействии проявлениям травли у детей младшего школьного возраста .....	27
Глава 2 Эмпирическое исследование психологической травли у детей младшего школьного возраста.....	37
2.1 Организация исследования .....	37
2.2 Анализ и интерпретация результатов исследования .....	48
2.3 Рекомендации по организации противодействия проявлениям психологической травли у детей младшего школьного возраста.....	60
Заключение .....	78
Список используемой литературы .....	81

## **Введение**

В процессе обучения в школе, ребёнок получает ценнейший опыт взаимодействия, который формирует его представление о структуре мира, а также о взаимных ожиданиях в отношении с окружающими. В то же время, ребёнок должен сохранять свою индивидуальность, не опасаться отличаться от окружающих, избегать уязвимости и сохранять доверие к людям. Согласно исследованиям как зарубежных, так и российских психологов, около 10% детей сталкиваются с насмешками со стороны одноклассников на регулярной основе (раз в неделю), а 55% - время от времени. Это говорит о том, что значительное число школьников сталкивается с проявлениями школьной травли. Проблема травли среди детей младшего школьного возраста становится особенно актуальной, поскольку данная социальная группа является наиболее уязвимой, чувствительной и подверженной различным негативным воздействиям.

Психологическая травля среди детей младшего школьного возраста является многоаспектной социальной и психолого-педагогической проблемой, решение которой требует опоры на результаты научных исследований.

Таким образом, противодействие травле среди младших школьников является важной задачей российской системы образования, потому что дети, испытавшие психологическое насилие, будут в дальнейшем сталкиваться с последствиями полученной во время обучения в школе психологической травмы. Это делает актуальной изучение теоретических и практических аспектов противодействия школьной травле.

Первые научные исследования, посвящённые проблеме буллинга, были проведены учёными из скандинавских стран. В числе таких исследователей можно выделить Д. Олвеуса, П.П. Хайнемана, А. Пикаса и Е. Роланда. Эти специалисты внесли значительный вклад в изучение данного явления, анализируя его причины, последствия и способы преодоления.

Норвежский психолог Д. Олвеус представил определение травли среди детей и подростков, которое стало общепринятым. Это определение описывает травлю как намеренное и систематически повторяющееся агрессивное поведение, характеризующееся неравенством в социальной власти или физической силе. То есть, травля предполагает, что один человек или группа людей намеренно и регулярно причиняют вред другому человеку или группе, используя своё превосходство, будь то социальное или физическое.

На данный момент в российской научной среде накоплен значительный теоретико-эмпирический материал по проблеме травли в школьной среде. Этот феномен признается сложным и многогранным, и его исследование осуществляется с различных точек зрения: как психологическая проблема, связанная с физическим притеснением, вызывающим стресс и страх у жертвы (И.С. Кон), так и как социально-культурное проявление агрессии по отношению к более уязвимым членам коллектива (М.Л. Бутовская, Е.Л. Луценко, К.Е. Ткачук), а также как форму деструктивного конфликтного взаимодействия, которое определяет направленность долгосрочных и повторяющихся насильственных действий агрессора в отношении жертвы, не способной защищать своё достоинство (Д.Н. Соловьёв).

В то время, как проблема психологической травли младших школьников широко представлена в работах отечественных и зарубежных психологов, существует необходимость дальнейшего исследования практических аспектов борьбы с данным явлением.

Данное противоречие определило актуальность проблемы исследования: в чем должно заключаться содержание работы психолога по противодействию психологической травле среди младших школьников.

Исходя из этого, тема исследования была сформулирована следующим образом: «Исследование психологической травли у детей младшего школьного возраста».

Цель исследования: изучить особенности психологической травли у детей младшего школьного возраста.

Объект исследования: психологическая травля.

Предмет исследования: психологическая травля у детей младшего школьного возраста.

Гипотеза исследования: мы выдвигаем предположение о наличии связи между готовностью педагогов бороться с проявлениями школьной психологической травли и уровнем риска развития травли среди младших школьников.

Чтобы достичь цели, нужно выполнить следующие задачи:

- исследовать и проанализировать научную и психологическую литературу, относящуюся к проблеме психологической травли среди младших школьников;
- разработать и осуществить эмпирическое исследование с целью, оценки готовности учителей начальных классов к противодействию психологической травле, и, определения уровня риска возникновения психологической травли среди младших школьников;
- подготовить и апробировать рекомендации по организации противодействия проявлениям психологической травли у детей младшего школьного возраста.

Теоретико-методологическую основу исследования составили работы А.А. Бочавера; М.Л. Бутовской, Е.Л. Луценко, К.Е. Ткачук; Т.Г. Гришиной, А.А. Нестеровой и других авторов, которые изучали школьную травлю как психологический феномен; работы Д.Р. Баталова, Д.Б. Воронцова, Т.М. Жекулиной, в которых раскрыты вопросы борьбы с психологической травлей у младших школьников.

Методы и методики исследования:

- теоретические;
- эмпирические - психодиагностическая беседа (авторская разработка), тест «Информированность учителя о школьной травле»

(Л. Петрановская), тест «Смогу ли я прекратить травлю» (Л. Петрановская), опросник «Smob» (Х. Каспер), опросник риска буллинга (А.А. Бочавер);

– методы математической статистики.

Эмпирическая база исследования: государственное бюджетное образовательное учреждение Самарской области «Основная общеобразовательная школа №28» города Сызрани (ГБОУ ООШ №28).

В исследовании участвовали четыре преподавателя начальных классов и 40 учащихся, обучающихся в четвёртых классах.

Научная новизна исследования заключается в разработке содержания работы психолога по противодействию психологической травле среди младших школьников.

Теоретическая значимость исследования заключается в расширении и углублении знаний о феномене травли в младшем школьном возрасте и роли учителя в профилактике школьной травли.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования полученных результатов для разработки и внедрения программ профилактики и коррекции травли в образовательных учреждениях. Разработанные на основе исследования рекомендации для учителей и школьных психологов, а также методические материалы, позволят эффективно выявлять, предотвращать и разрешать ситуации травли. Результаты исследования могут быть использованы для разработки индивидуальных программ психологической помощи детям, пострадавшим от травли, а также для повышения осведомленности общества о проблеме травли путем публикации результатов в СМИ и организации семинаров для родителей и педагогов.

Бакалаврская работа включает введение, две главы, заключение и список используемой литературы. Объем работы составляет 85 страниц, проиллюстрирована 6 рисунками и 6 таблицами, содержит 49 источников литературы.

# **Глава 1 Теоретико-методологические подходы к изучению психологической травли у детей младшего школьного возраста**

## **1.1 Понятие психологической травли**

Термин «травля» обозначает преднамеренное, не связанное с актом самозащиты, длительное (повторяющееся) физическое или психологическое насилие, осуществляемое одним лицом или группой в отношении человека, который уступает им в физических или психологических характеристиках и не способен защитить себя. Таким образом – это социальная агрессия.

Русскоязычный термин «травля» является, таким образом, более ёмким, по сравнению с англоязычными аналогами – «буллинг» и «моббинг». В международных научных сообществах более распространено использование термина «bullying» (происходит от английского слова bully, что означает задира или запугивать). Это «агрессивное преследование одного из членов коллектива (школьников, студентов, сотрудников) со стороны остальных членов коллектива или его части. Также его можно определить как длительное физическое или психическое насилие со стороны индивида или группы в отношении человека, который не способен защитить себя в данной ситуации» [28].

Понятие «моббинг» – это травля, которую осуществляет группа в целом, а не один человек или часть группы. Термин образован от английского слова «mob» – толпа.

Анализируя имеющиеся в научной литературе многочисленные определения травли, будем опираться на систематизацию, предложенную в диссертационном исследовании Д.Р. Баталова, который выделил ключевые направления исследования феномена травли: интерактивно-коммуникативное, когнитивно-поведенческое, агрессивно- деструктивное и социально- ориентированное [5].



Рассмотрим интерактивно-коммуникативное направление изучения травли.

Д.Н. Соловьёв рассматривает травлю как вид деструктивного конфликта, выражающегося в систематических и продолжительных агрессивных действиях со стороны агрессора в отношении жертвы, не обладающей достаточной подготовленностью для защиты собственного достоинства.

В.Р. Петросянц выражает мнение, что: «Травля – это форма межличностного взаимодействия, в рамках которого происходит постоянное и систематическое физическое и (или) психологическое негативное воздействие (насилие) на жертву со стороны обидчика» [30].

Травля по определению Т.А. Мерцаловой представляет собой форму межличностного агрессивного взаимодействия, основанного на специфических ролях, принятых участниками в контексте агрессора и жертвы. При этом жертва сталкивается с длительным и систематическим притеснением, включая запугивание как физическими, так и психологическими методами. [25].

Т.Г. Гришина приходит к выводу о том, что травля представляет собой деструктивный тип социального взаимодействия, отражающий преднамеренное насилие со стороны более сильного субъекта по отношению к более уязвимому индивиду, основанное на определённых характеристиках [11], [12].

Анализ представленных определений показывает, что в рамках интерактивно–коммуникативного направления учёные травлю рассматривают как межличностное или социальное взаимодействие, проявляющееся в агрессивных и насильственных действиях. Агрессивность субъекта или группы, принимающих роль преследователя, обусловлена тем, что они воспринимают жертву как «другого» и действуют на основе негативных социокультурных значений и установок, связанных с его инаковостью и уязвимостью. В таком взаимодействии реализуются деструктивные модели:

агрессор, который является для жертвы референтно значимым субъектом, выстраивает отношения, основанные на запугивании, притеснении и подчинении. Общение, по сути, сводится к причинению жертве вреда.

К когнитивно-поведенческому направлению изучения травли относятся работы Е.Н. Ожиевой; В. Бесаг; Р. Хазлер, Д. Миллер, Дж. Карней, С. Грин; А. Дэйн, З. Марини, А. Волк; К.С. Шалагиновой, Т.И. Куликовой, С.А. Черкасовой.

Е.Н. Ожиева обращает внимание:

- на преднамеренный и противоправный характер травли;
- на то, что в роли агрессора выступает субъект, имеющий возможность оказывать на социальную группу, членом которой он является, преимущественное влияние;
- на то, что с помощью насилия по отношению к жертве, которое является повторяющимся и непрерывным, агрессор удовлетворяет свои потребности, не встречая сопротивления со стороны жертвы [28].

В. Бесаг поведение агрессора определяет как нападающее, подчёркивается, что жертва заведомо является уязвимой вследствие своей слабости (относительно агрессора), а результатом травли становится её жёсткое притеснение [42].

В работе коллектива авторов (Р. Хазлер, Д. Миллер, Дж. Карней, С. Грин) травля представлена в виде поведенческой модели [44]. Взаимодействие становится деструктивным, когда субъект, пользующийся авторитетом в социальной группе, начинает на систематической основе проявлять враждебность и агрессивное поведение по отношению к объекту травли, создающее для него стрессовую ситуацию. Эти авторы характеризуют реакцию жертвы как состояние замешательства и страха.

Определение, представленное для характеристики феномена травли А. Дэйн, З. Марини и А. Волк, является, на наш взгляд, одним из наиболее точных: «длительное целенаправленное агрессивное поведение, характеризующееся физическим и (или) психическим давлением для

нанесения вреда более слабому субъекту» [49].

К.С. Шалагинова и соавторы утверждают, что: «травля – это форма жёсткого обращения в течение определённого периода времени в контексте реализации физического и (или) психического насилия враждебно и агрессивно настроенного субъекта (группы), осознающего своё превосходство, добивающегося покорности и уступок более слабого» [40].

Агрессивно-деструктивный подход к трактовке феномена травли фокусируется на проявлении жёстких форм агрессивного поведения со стороны инициаторов (агрессоров), систематически использующих физическое и/или эмоциональное насилие. Такие действия направлены на разрушение физической либо психической целостности уязвимого субъекта (или группы), сопровождаются выраженной деструктивной компонентой, а также нарушением допустимых норм взаимодействия. Воздействие агрессора усугубляет маргинализированное положение жертвы, способствует росту страха, чувства беспомощности, социальной изоляции и отчуждённости, провоцируя внутреннюю дезинтеграцию и подрыв морального состояния. Представители данного подхода рассматривают травлю как:

- многократное доминирующее поведение со стороны более сильного субъекта или группы, обладающих явным преимуществом в силе или статусе [22];
- действия, связанные с нападением, запугиванием, подавлением, применением психологического или физического давления с целью лишения жертвы самостоятельности и контроля над ситуацией [16], [20];
- целенаправленное преследование в образовательной среде с угрозой унижения и демонстративного подчинения [2];
- осознанное насилие, повторяющееся в форме физических нападений или психоэмоционального давления на слабого участника с целью устрашения и изоляции [46];

- продолжительное и систематическое давление властного или агрессивного характера на незащищённого индивида, не способного отстаивать свои интересы [45];
- длительное агрессивное поведение в школьной среде, осуществляемое доминирующими субъектами по отношению к более слабым, неспособным к самозащите [23];
- наблюдаемые формы насильственного взаимодействия, способные вызывать у пострадавшего стресс и психологическую нестабильность [41].

Социально-ориентированный подход предполагает рассмотрение травли в контексте влияния социума, формирующего поведенческие установки, способствующие реализации насилия. Агрессия проявляется как следствие доминирования участников с высоким статусом над сверстниками с низким статусом в коллективе. В контексте деструктивных социальных ролей и моделей («сильный-слабый», «лучший-худший») наблюдается углубление насильственного исключения жертвы из коллектива, маргинализация её личности и проявление социального отторжения. Это приводит к снижению социального статуса жертвы, возникновению чувства несостоятельности и утрате способности к самозащите. Исследователи, подчёркивающие данную точку зрения, рассматривают травлю как:

- социокультурное явление, отображающее практики запугивания и дискриминации в отношении уязвимых членов группы [9];
- сложный социальный процесс с собственной структурой, вовлекающий различных участников (жертву, агрессора, наблюдателей, педагогов, родителей) и провоцирующий негативные последствия [10];
- способ агрессивного самоутверждения за счёт доминирования над беззащитным субъектом и компенсации внутреннего комплекса неполноценности [4];

- явление, проявляющееся в виде непосредственного взаимодействия между преследователем и жертвой [1];
- совокупность социально-психологических и педагогических факторов, влияющих на агрессивное поведение [26], [27], [47];
- деструктивное явление, нарушающее основополагающее право личности на безопасность жизнедеятельности [43].

В дальнейшем мы проведём анализ наиболее распространённых классификаций видов и форм травли.

Большинство исследователей выделяют две ключевые формы травли: первую – прямую травлю, которая проявляется в физических актах агрессии, таких как побои, толчки и порча имущества; и вторую – скрытую или косвенную (психологическую) травлю, воздействующую на психику посредством словесных оскорблений, издевательств, угроз, игнорирования, саркастических замечаний, бойкота, исключения из группы и манипуляций.

В классификации, предложенной И.С. Бердышевым, применяется другой подход: автор выделяет три типа травли – словесную, поведенческую и агрессивную, при этом последний тип включает в себя физическое насилие [6].

Д.И. Марценковский различает виды травли, выделяя физическую, вербальную, скрытую и осуществляемую в виртуальном пространстве (кибербуллинг) [24]. Автор рассматривает оскорбления и уничижительные высказывания как формы вербальной травли. К скрытой – слухи и дезинформация, которые приводят к снижению социального статуса жертвы и её положения в иерархии социальной группы. По мнению автора, кибербуллинг заключается в унижении жертв и нанесении им репутационного ущерба путём обвинений в социальных медиа с применением мобильной связи и интернета.

Классификация, предложенная Д. Олвеусом, охватывает не только физическую и вербальную форму травли, но также включает такие виды, как изоляция, вымогательство, уничтожение имущества и кибербуллинг [46].

Е.С. Илларионова и К.С. Шалагинова подчёркивают целесообразность выделения вымогательство денег и порчу имущества в качестве отдельных форм травли [16].

Особенностью классификации, которую предлагают Дж. Вонг и соавторы, является выделение такой формы травли как социальная изоляция и распространение слухов (в дополнение к физической, вербальной и кибербуллингу) [50].

По нашему мнению, принципиальным критерием при выделении форм травли является механизм воздействия на жертву. Прямая травля – это непосредственное взаимодействие жертвы и преследователя. Данная форма может быть реализована через физическое воздействие разного вида и интенсивности или вербальное воздействие (оскорбления). Косвенной травлю следует считать в ситуации, если она осуществляется без прямого общения – «за спиной» жертвы, через третьих лиц. Эта форма травли может быть вербальной (например, распускание слухов или сплетен) либо поведенческой, в этом случае преследователь добивается социальной изоляции жертвы, снижения её социального статуса. Следующий критерий дифференциации форм травли – это факт причинения имущественного вреда (порча имущества или вымогательство денег). Данным действием может дополняться любая другая форма травли. И ещё один критерий, когда используются при травле технические и информационные средства. При использовании мобильной связи и интернета человеку может быть нанесён вред психологический и социальный.

В отечественной науке и практике психологическая травля как правило приравнивается к косвенной. Мы считаем данный подход ошибочным. Любая травля должна признаваться «психологической», то есть такой, при которой оказывается негативное воздействие на психику человека.

Обобщённый анализ отечественных и зарубежных научных источников позволил сделать следующие выводы.

Травля является сложным и многогранным психологическим феноменом. Учёные исследуют феномен психологической травли, исходя из разных концептуальных подходов, но предлагают близкие по смыслу трактовки его сущности, содержания и понятийной базы, объединённые общей характеристикой исследуемого феномена как сложной и многогранной психологической категории.

Понятие «психологическая травля» коррелирует с агрессивным доминированием одного субъекта над другим, проявлением властного превосходства, социальной или физической силы агрессора, уязвимостью жертвы, а также усилением ролевой иерархии в межличностных отношениях. Оно сопровождается отклоняющимся поведением, направленным на реализацию насильственного воздействия (физического, психологического, вербального, социального), и выступает как механизм социальной деструкции.

Психологическая травля имеет следующие ключевые признаки и особенности:

- в процесс психологической травли вовлечён широкий круг участников: не только непосредственных действующих лиц (агрессора и жертвы), но и микро социального окружения – класса, группы сверстников, родителей, педагогов, наблюдателей;
- содержанием психологической травли являются систематичность и преднамеренность агрессивных действий, обусловленных стремлением доминировать, самоутвердиться за счёт унижения другого и получения психологического удовлетворения от власти над уязвимым;
- в результате постоянного давления происходит усиление уязвимости жертвы;
- травля не может завершиться без внешнего вмешательства, что требует участия посредников и активной поддержки жертвы, а также коррекционной работы с агрессором и наблюдателями;

- у жертвы формируется устойчивый страх повторения травли, что способствует развитию тревожных расстройств, депрессивных состояний, утраты уверенности в себе, снижению самооценки и нарушению психофизического благополучия.

## **1.2 Особенности психологической травли в начальной школе**

Проблема детей младшего школьного возраста, подвергающихся травле, представляет собой особенно важную тему, так как данная возрастная группа характеризуется высокой уязвимостью, чувствительностью и восприимчивостью к различным деструктивным воздействиям. Согласно мнению Д.Р. Баталова: «проявление травли среди младших школьников обусловлено тем, что постиндустриальное общество, с присущими ему рисками в области рынка, идеологии, информации, социокультуры и конфессий, модифицирует социальную среду, в которой развиваются дети. Это приводит к значительным изменениям в их ценностных ориентирах и мировоззрении, трансформируя их восприятие окружающего мира» [5].

Как отмечают М.Л. Бутовская, Е.Л. Луценко и К.Е. Ткачук: «к семилетнему возрасту дети приобретают навыки социального манипулирования и начинают целенаправленно применять стратегии агрессии, примирения, вмешательства в агрессию как на стороне агрессора, так и жертвы, а также манипулировать поведением своих сверстников. Дети в возрасте восьми – десяти лет способны применять методы буллинга, однако, настоящими буллерами выступают лишь около 13% из них» [9].

Школьная травля, как и любое иное социальное явление, имеет множественные основания. Причины могут быть связаны как с внешними факторами (особенности взаимодействия в группе, характер межличностных отношений, поведение взрослых), так и с внутренними характеристиками, отражающими личные качества детей, участвующих в данных ситуациях.



Психологические детерминанты школьной травли отличаются большим разнообразием, и понимание именно этих факторов играет ключевую роль при анализе рассматриваемого явления. Значимые взрослые - родители, ближайшее окружение и педагоги - оказывают существенное влияние на самооценку и поведенческие установки ребёнка.

Во взаимодействии с родителями у ребёнка формируется начальное представление о себе. Эти отношения отличаются насыщенностью эмоционального фона: присутствуют и положительные (похвала, гордость), и негативные (порицание, стыд) переживания. Восприятие подобных эмоциональных ситуаций становится основой для формирования жизненных установок, отражающих отношение как к себе, так и к другим. Такие установки были подробно описаны Эриком Берном, американским психиатром и психологом.

Выделяют несколько базовых жизненных позиций, влияющих на поведение:

- ребёнок может начать воспринимать себя как «плохого», а окружающих, как «хороших», сильных, успешных;
- при альтернативной позиции, напротив, ребёнок обвиняет других в своих трудностях, ощущая себя жертвой, но одновременно воспринимая себя позитивно;
- в условиях неблагополучной семейной атмосферы может возникнуть установка всеобъемлющего отрицания («Я плохой, ты плохой»), что приводит к утрате доверия как к окружающим, так и к самому себе;
- конструктивная позиция («я хороший, ты хороший») развивается при содействии взрослых, которые создают условия для положительного самовыражения ребёнка и осознания собственной значимости.

Тип жизненной позиции влияет на поведение ребёнка в группе сверстников [3]. Например, установка «я плохой» может способствовать формированию деструктивных моделей взаимодействия как в роли агрессора, так и в роли жертвы. В первом случае ребёнок может компенсировать свою

внутреннюю неуверенность, направляя агрессию на окружающих, в то время как во втором- провоцировать одноклассников на насмешки и травлю.

Ключевое значение в возникновении травли имеют индивидуально-личностные характеристики самого ребёнка. Его стремление к самоутверждению при отсутствии социально одобряемых способов реализации может выливаться в девиантное поведение. Данная форма деструктивного взаимодействия легко укореняется в коллективе, если в нем присутствует хотя бы один ребёнок, склонный к самоутверждению за счёт других.

Межличностные конфликты в детской среде также могут стать пусковым механизмом травли. Нередко агрессор действует из чувства враждебности, разочарования или фрустрации, возникающих при невозможности достичь цели. Например, отказ в помощи на контрольной работе или в предоставлении домашнего задания может восприниматься как личное оскорбление. Конфликты нередко связаны с межличностными отказами (например, отказом дружить). В подобных случаях речь идёт не столько о системной травле, сколько об эскалации эмоционального напряжения, трансформирующегося в травлю. Агрессор в данном случае может испытывать широкий спектр негативных эмоций, таких как обида, гнев и ревность.

Формирование агрессивного поведения также связано с механизмами социального обучения. Дети и подростки нередко усваивают наблюдаемые модели поведения, в том числе агрессивные, из медиаисточников - телепередач, фильмов, интернет-контента. В особенности к подражанию склонны дети с повышенной эмоциональной возбудимостью. Как отмечает И.В. Челышева: «на совершение насилия в играх уходит 80-90 % времени; 55% компьютерных игр, представленных на российском рынке, содержат насилия и убийства; в 39% игр присутствуют эпизоды драк различной степени жестокости, а 35% игр отражают катастрофы» [38].

Важную роль здесь играет и механизм идентификации: младшие школьники, как правило, быстрее и легче перенимают поведенческие модели, в том числе насильственные или жертвенные, наблюдая их в ближайшем окружении или медийном пространстве [31], [36].

К числу значимых причин школьной травли можно также отнести низкий уровень учебной мотивации. Дети, испытывающие трудности в учебной деятельности, нередко стремятся к получению ярких эмоциональных впечатлений, зачастую за счёт негативных действий по отношению к сверстникам.

Таким образом, явление школьной травли обладает комплексной природой и многообразием причинных факторов. Но решающее значение имеет характер взаимодействия ребёнка с родителями и педагогами. Следовательно, благополучные детско-родительские отношения и конструктивные взаимоотношения с педагогами способны создать условия, препятствующие возникновению психологической травли в коллективах младших школьников.

Для полноценного психологического анализа феномена школьной травли необходимо детально рассмотреть роли, принимаемые участниками взаимодействия, в первую очередь, преследователя (агрессора) и жертвы.

Роль жертвы может быть как кратковременной, так и устойчиво закреплённой за учащимися в течение длительного периода учебного процесса. Теоретически объектом травли может стать любой школьник, однако на практике чаще всего это происходит с детьми, обладающими специфическими психологическими или поведенческими особенностями.

Во-первых, в группе риска находятся учащиеся, испытывающие затруднения в социальном взаимодействии. В сравнении с ровесниками, обладающими навыками эффективной коммуникации, способностью отстаивать личную позицию и сопротивляться давлению, такие дети (часто с гиперопекающим стилем воспитания) легче всего попадают в позицию жертвы. Они, как правило, отличаются повышенной эмоциональной

чувствительностью и уязвимостью. Если подобный ребёнок бурно реагирует на насмешки (демонстрирует слезы, гнев или паническую реакцию), – он становится особенно интересным объектом наблюдения для агрессора. Такая реакция фиксирует внимание обидчика, которому не требуется искать другую «мишень».

Во-вторых, повышенному риску подвергаются дети, внешне или в поведении отличающиеся от большинства сверстников: имеющие физические особенности, демонстрирующие нестандартные формы поведения, необычные реакции и манеры. Чаще других объектами негативного отношения становятся учащиеся с нарушениями социального взаимодействия - замкнутые, тревожные, чрезмерно возбудимые. Гиперактивные школьники могут одновременно выступать как в роли жертвы, так и в роли агрессора, а нередко совмещать обе эти роли [21]. Любые внешние признаки, отличающие ребёнка от «нормы» – рыжие волосы, веснушки, особенности телосложения - могут стать поводом для насмешек и издевательств.

Третью категорию составляют дети, часто отсутствующие в школе по состоянию здоровья. Их редкое присутствие делает их малоизвестными сверстникам, вследствие чего они воспринимаются как «чужие», не входящие в устойчивые школьные группы.

К четвертой группе относятся школьники с выраженным стремлением к независимости, отстаивающие собственное мнение, придерживающиеся нестандартных взглядов и жизненных ориентиров. Их неконформизм воспринимается как угроза устойчивым нормам группы и может провоцировать травлю.

Уже подвергшегося травле ребёнка возможно идентифицировать по ряду поведенческих и физиологических признаков [17], [19], [35].

Физиологическое состояние и особенности поведения:

- наличие необъяснимых телесных повреждений (синяков, царапин, порезов), не связанных с бытовыми ситуациями;

- появление в школе в испорченной одежде или с повреждёнными учебными материалами;
- тревожность, нерешительность, избегание публичных ответов;
- жалобы на соматические симптомы: боли в голове и желудке, проблемы с пищеварением, резкие скачки температуры;
- нарушения сна, в том числе тревожные сновидения и плач по ночам;
- постоянное ощущение несчастья, плаксивость, признаки депрессивного состояния;
- эмоциональная нестабильность, раздражительность, гневливость;
- кража или выпрашивание денежных средств под давлением со стороны агрессоров.

Социальные отношения со сверстниками:

- систематическое подвергание оскорблениям, угрозам и принуждению;
- частые случаи физического воздействия: толчки, удары, пинки при отсутствии способности к самообороне;
- отсутствие устойчивых дружеских связей в классе;  
нежелание сверстников включать ребёнка в коллективные игры или объединяться с ним в команды;
- избегание обращения к сверстникам за учебной информацией;
- отказ от приглашения одноклассников домой и нежелание посещать их;
- отсутствие участия в общих мероприятиях, отказ от организации собственных праздников;
- факты присвоения личных вещей ребёнка другими учащимися с последующим их повреждением или уничтожением;

Успеваемость и школьное поведение:

- постоянное стремление находиться рядом с взрослыми;

- снижение академической успеваемости – как резкое, так и постепенное;
- нежелание посещать школу, стремление её избежать или задержаться в пути;
- выбор более длинных и не прямых маршрутов к месту учёбы;
- повышенная склонность к уединению.

По наблюдениям Э. Руланна, мальчики-жертвы нередко уступают сверстникам по уровню физической силы, в то время как у девочек подобная разница выражена меньше [32]. Уровень академических достижений у жертв, независимо от пола, как правило, ниже среднего, причём это различие усиливается в старших классах. Самооценка у подвергающихся травле учеников значительно занижена. Одновременно, низкая самооценка может рассматриваться как фактор, способствующий включению в позицию жертвы и дальнейшему её закреплению. Повышенная тревожность, страхи, склонность к депрессивным состояниям характерны для этой категории учащихся в большей степени, чем для их сверстников.

Отдельные исследования указывают на наличие взаимосвязи между социально-экономическим положением семьи и вероятностью оказаться в роли жертвы: дети из обеспеченных семей подвергаются травле реже [36]. Это указывает на комплексную природу явления, включающую как скрытые, так и видимые (социальные) факторы.

Эмпирическими данными подтверждается, что высокий риск суицидального поведения при депрессивных расстройствах среди детей-жертв значительно выше, по сравнению с психологически благополучными сверстниками.

У жертв травли существенно ниже среднего уровень популярности. Это может быть обусловлено тем, что общение с жертвой может восприниматься как угроза собственному статусу другими членами группы.

Жертвы, как правило, дистанцируются от родителей, склонны к изоляции, ощущению одиночества, эмоциональной опустошённости. Такие

дети характеризуются сниженной активностью, представлением о себе как о неспособных и несчастных.

Психологические характеристики личности агрессора (буллера) подробно описаны в работе В.Р. Петросянца. К числу этих характеристик относятся: недостаток самоконтроля, нехватка навыков взаимодействия, стремление избежать ответственности за совершённые действия, а также враждебность и агрессивность по отношению к окружающим. Нетерпимость и зависимость от общественного мнения в значительной степени способствует формированию озлобленности и психологической травматизации как агрессора, так его жертвы, начиная с раннего детства. [30].

Помимо жертвы и агрессора, в динамике школьной травли участвуют и так называемые сторонние наблюдатели - дети, не принимающие активного участия, но фиксирующие происходящее. В некоторых случаях выделяется также роль защитника – лица, стремящегося прекратить травлю. Это может быть учитель, родитель, старший брат или сестра, лидер ученического коллектива. Как правило, защита носит эпизодический характер, основана на авторитарной модели вмешательства, что нередко усугубляет ситуацию. Однако, при условии своевременного вмешательства лидера класса или педагога в начальной стадии конфликта возможно предотвращение развития травли как устойчивого явления.

Наиболее часто встречающиеся формы и проявления школьной травли включают в себя:

- вербальное (словесное) воздействие выражается в насмешках, навешивании уничижительных прозвищ, постоянных упрёках, предвзятых суждениях, публичном высмеивании и унижении ребёнка в присутствии сверстников и других участников образовательного процесса;
- социальная изоляция предполагает исключение ребёнка из групповой деятельности: отказ от общения, игнорирование, бойкот, нежелание сидеть рядом за партой, участие в играх;

- физическая агрессия может проявляться в виде ударов, шлепков, подзатыльников, нанесения телесных повреждений, умышленного уничтожения или изъятия личных вещей;
- кибербуллинг (интернет-преследование) представляет собой умышленные акты унижения, запугивание, распространение порочащей информации посредством цифровых технологий и онлайн-платформ. Этот тип травли может носить затяжной характер и, несмотря на виртуальную природу, нередко приводит к серьёзным психоэмоциональным последствиям, включая депрессивные состояния и суицидальное поведение подростков [15].

Цифровая агрессия проявляется в различных формах давления, включая моральное и психологическое насилие, доминирование, принуждение к действиям, изоляцию, угрозы и шантаж. К числу распространённых методов используемых кибербуллерами, относятся оскорбления, исключение из интернет-групп (так называемый «онлайн-бойкот») и публичное рассекречивание конфиденциальной информации(аутинг), создание копии страницы или канала под ником жертвы (кетфишинг), целенаправленное высмеивание (троллинг), преследование в интернете.

Следует отметить, что различные формы травли, как правило, проявляются в совокупности. Насмешки и психологическое давление могут продолжаться продолжительное время, вызывая у ребёнка глубокие психотравмирующие переживания.

Мнения исследователей относительно преобладающих у младших школьников форм травли разнятся.

Так, согласно выводам А.Б. Павловой: «для младшего школьного возраста наиболее характерны физическое, вербальное и психологическое виды притеснения. Они проявляются в форме целенаправленной агрессии, унижения достоинства, игнорирования, угроз, порчи личных вещей, ограничения прав и свобод. Поведенческие девиации младших школьников могут отражаться в виде конфликтного, аддиктивного, асоциального



поведения, отставания в развитии и обучении, изменении социального статуса ребёнка, низком уровне социализации» [29].

А.А. Бочавер и К.Д. Хломов подчёркивают, что: «в начальных классах наиболее распространены прямые формы буллинга. Мальчики чаще, чем девочки, играют различные роли в травле (жертва, агрессор, свидетель) и одновременно чаще становятся жертвами физического насилия – у них отбирают деньги, повреждают личные вещи, угрожают и принуждают к определённым действиям. Девочки, в свою очередь, чаще подвергаются нападкам, связанным с распространением сплетен, непристойными высказываниями и жестами со стороны своих агрессоров» [8].

Согласно мнению М.Л. Бутовской, Е.Л. Луценко и К.Е. Ткачук: «в данном возрасте наибольшее распространение (около 40%) имеют вербальные оскорбления, которые считаются наиболее безопасными и безнаказанными для буллера. На втором месте (примерно 20% каждый) располагаются физическая агрессия и моральное подавление. Замыкают список (около 15%) такие формы, как запреты и ostracism, реализация которых требует коллективных согласованных действий» [9].

Мы разделяем мнение Т.М. Жигулиной, которая утверждает, что младшие школьники чаще прибегают к физическим методам воздействия, таким как толкания, щипки, удары, приставания [13]. Также характерным проявлением травли в среде младших школьников является открытая форма кражи, когда вещи изымаются прямо на глазах у владельца. Нередко агрессивные дети используют ложь как инструмент манипуляции: выдуманные обвинения звучат столь убедительно, что учителя склонны безоговорочно верить агрессору. Вербальные формы травли в младших классах проявляются редко, однако по мере взросления и расширения словарного запаса школьники становятся все более искусными в использовании словесных оскорблений. Даже незначительное словесное унижение может нанести серьёзный урон самоуважению ребёнка и оставить глубокую психологическую травму.

По мере взросления детей формы травли изменяются. В старших классах наиболее часто встречается психологическое и словесное давление, при этом физическая агрессия фиксируется реже, чем в младшем школьном возрасте [39]. Однако при определённых провокациях некоторые учащиеся склонны переходить к открытому насилию. Физическая угроза может быть усугублена возрастными и телесными характеристиками агрессора, которые сами по себе оказывают подавляющее воздействие. Также стоит отметить, что агрессоры, как правило, действуют не в одиночку, а в группах, что повышает степень опасности для жертвы. Физические последствия травли в подростковом возрасте, как правило, более выражены, в сравнении с младшим школьным, и могут приводить к серьёзным травмам. Кроме того, изменяется фокус насмешек: в младшей школе поводом может служить внешность (например, форма носа или оттенок кожи), в старшей же акцент смещается на более уязвимые психоэмоциональные сферы - обсуждаются сексуальная ориентация, интеллектуальные способности, стиль одежды и другие аспекты самоидентичности [14]. Это не означает, что внешность перестаёт быть предметом травли, но она становится лишь одним из множества направлений атаки. Подростковая травля, как правило, более персонализирована, а агрессоры чётко чувствуют уязвимые места самооценки своей жертвы.

Таким образом по мере того, как школьники становятся старше, характер проявлений травли претерпевает значительные изменения. Сравнивая травлю в начальной и средней школе, можно утверждать, что различия между ними существенны. Методы травли, применявшиеся в начальных классах, позднее заменяются более изощренными способами воздействия.

Подводя итог параграфа, можно выделить основные последствия травли, наблюдаемые у младших школьников.

У ребёнка, оказавшегося в роли жертвы:

- может сформироваться состояние выученной беспомощности, тревожности, склонности к уединению и депрессивным реакциям;

- вероятны затруднения в коммуникативной сфере, сопровождающиеся чувством одиночества, а также различными эмоциональными, психосоматическими и невротическими нарушениями;
- понижается уровень самооценки, развивается устойчивое чувство вины и ощущение собственной неполноценности;
- наблюдаются трудности социальной адаптации.

У ребёнка, демонстрирующего агрессивное поведение:

- формируются черты повышенной агрессивности, нетерпимости, жестокости;
- возможно развитие делинквентных установок и склонность к нарушению социальных норм, что связано с ощущением безнаказанности и завышенной самооценкой;
- отсутствует освоение конструктивных способов самореализации, в результате чего ребёнок в дальнейшем может прибегать к агрессии как к основному способу достижения целей.

На уровне школьного коллектива последствия травли выражаются в росте психологического напряжения, снижении уровня безопасности образовательной среды и формировании неблагоприятного социального климата.

Таким образом, психологическая травля имеет для младших школьников выраженные негативные последствия. Это подчёркивает важность работы психолога в области предупреждения травли среди детей младшего школьного возраста.

### **1.3 Роль психолога в противодействии проявлениям травли у детей младшего школьного возраста**

Работа психолога по решению проблемы психологической травли состоит из профилактических, диагностических и коррекционных мероприятий.

Проблема психологической травли состоит в том, что на текущий момент отсутствуют универсальные методы противодействия этому явлению в школьной системе и других образовательных учреждениях. В России многие педагоги не обращают внимание на случаи травли отдельных детей или делают вид, что этого не замечают. В связи с этим, психологическая помощь часто оказывается недостаточно своевременной, хотя, как показывают результаты научных исследований, она необходима не только для жертвы, но и для её обидчиков.

Т.М. Жекулина в своей книге «Школьная травля. Нарративный подход к работе с проблемой» представила убедительные доказательства негативного воздействия травли на всех участников данного процесса. «Американские исследователи представили результаты, полученные в ходе обследования 1420 человек в штате Северная Каролина. В 1993 году был запущен исследовательский проект, в ходе которого врачи осуществляли длительное наблюдение за состоянием детей. Врачи не только осуществляли стандартный медицинский осмотр, но и проводили беседы с родителями (или опекунами) и детьми, изучая вопросы о случаях притеснений со стороны одноклассников. Среди опрошенных 421 подросток, что составляет около 27% от общего числа участников исследования, сообщил о том, что сталкивался с травлей хотя бы один раз в течение последних трех месяцев. 1200 человек признались в том, что подвергали травле других, среди них 86 лиц совмещали роль жертвы с ролью преследователя. Эти данные были зафиксированы в протоколах и были рассмотрены позже, когда все участники достигли зрелого возраста. Удалось выявить более 1270 участников программы и установить, что травля оказала своё воздействие. У респондентов, прошедших через преследование, спустя значительное время было выявлено увеличенное количество случаев депрессии, тревожных расстройств, панических атак и агорафобии- страха открытых пространств и мест. Лица, следовавшие принципу «травят тебя- трави кого-то ещё» также попали в группу риска, но с повышенной вероятностью возникновения перечисленных нарушений, а также с учётом

частых мыслей о суициде. У индивидов, инициировавших травлю, исследователи зафиксировали повышенную частоту асоциального поведения, стрессовых состояний и суицидальных мыслей, которые возникали несколько чаще, чем в среднем» [13].

Сравнительные исследования, проведённые в Великобритании, выявили двукратное увеличение риска возникновения галлюцинаций, бреда и других психотических симптомов у детей в раннем подростковом возрасте, подвергшихся школьной травле [18]. Для изучения влияния школьной травли на развитие психозов у подростков, авторы исследования в течение длительного времени проводили наблюдение за 6437 детьми. Все дети с семилетнего возраста ежегодно проходили физическое и психоэмоциональное обследование, а их родители регулярно заполняли специальные опросники. При каждом визите к врачам квалифицированные специалисты оценивали участников на наличие психологических симптомов, таких как галлюцинации, бред и нарушение мышления, которые проявлялись в течение последних шести месяцев. Исследование показало, что 46,2% детей в возрасте от 8 до 10 лет стали жертвами издевательств и травли со стороны своих сверстников. В ходе анализа данных выяснилось, что психологические проявления у пострадавших от травли наблюдаются в два раза чаще, и этот показатель не зависит от их интеллектуальных способностей, наличия или отсутствия психических заболеваний, а также уровня дисфункциональности в их семьях. Таким образом, независимо от этих факторов, травля оказывает значительное негативное влияние на психологическое состояние детей. При этом связь становилась всё более очевидной по мере того, как одноклассники всё дольше и изощрённее измывались над ребёнком.

Механизм, способствующий увеличению частоты психозов у подростков, подвергшихся школьной травле, на сегодняшний день остаётся неясным. Исследователи полагают, что травля может оказывать негативное влияние на людей с наследственной предрасположенностью к шизофрении. С

другой стороны, систематическое преследование может влиять на реакцию жертвы в условиях стрессовых ситуаций.

Таким образом, особенности травли определяют её разрушительное влияние на психику детей с диапазоном последствий от снижения эмоционального благополучия до нарушений в психическом развитии. Поэтому основной акцент необходимо делать на её профилактике, которая включает психологическое просвещение.

Психолог должен осознавать, какие задачи необходимо решить, работая в направлении противодействия проявлениям травли у младших школьников.

Процесс профилактики психологической травли должен учитывать несколько ключевых аспектов: защита, предупреждение, информирование, исключение и контроль. В процессе профилактики психологической травли необходимо обеспечить изменение восприятия личности относительно себя и своих взаимоотношений с окружающими, развитие коммуникативных навыков и уверенности в себе [33].

Формируя программу профилактики психологической травли у младших школьников, психолог должен действовать на следующих направлениях:

- организовать мониторинг текущей ситуации с целью своевременного выявления причин возникновения психологической травли;
- предусмотреть работу с каждой группой потенциальных участников психологической травли.

Учитывая, где именно возникают причины психологической травли, психологу следует вести анализ атмосферы в образовательном учреждении, характеристик взаимодействия между учителями и школьниками, а также отношения педагогов к проявлениям насилия. Используя методы психологического наблюдения, анкетирования и психологического тестирования, психолог может выявить проблемные коллективы - классы в целом, группы учеников или отдельных школьников - с которыми в дальнейшем будет проводить профилактическую работу.

Профилактика психологической травли концентрируется на его потенциальных участниках. Следовательно, объектами психологической работы будут:

- педагогический коллектив школы;
- коллектив младших школьников;
- семьи учеников.

Профессиональная подготовка учителей обеспечивает их готовность работать с трудными детьми. Но психолог должен проводить дополнительное обучение педагогов, направленное на формирование у них специфических умений работать с детьми в ситуациях возможной или уже начавшейся травли. Также, педагоги должны осознавать свою роль в обеспечении нормального социального самочувствия школьников. Особое внимание психолог должен уделять работе с молодыми учителями, у которых, может быть, высокий уровень теоретических знаний по проблеме психологической травли, но недостаток практического опыта по её предотвращению и борьбе с её проявлениями. С теми педагогами, в классах которых выявлены предпосылки или эпизоды травли, нужно проводить индивидуальную работу.

В большинстве публикаций по тематике профилактики травли, основная цель профилактических мероприятий формулируется следующим образом [3], [15], [34], [37]:

- научить детей справляться со стрессовой ситуацией и агрессией;
- разъяснить детям, что представляет собой травля, почему она недопустима, какие причины могут привести к ней и какие последствия возможны;
- проработать с каждым ребёнком стратегию поведения в конфликте;
- выявить отклонения в эмоциональной сфере и провести их коррекцию;
- способствовать формированию у ребёнка адекватной самооценки;
- развивать коммуникативные навыки и навыки принятия ответственности за свои действия;

- убедить ребёнка в том, что при возникновении проблем он может рассчитывать на психологическую и социальную поддержку со стороны учителя и школьного психолога.

Профилактика предполагает изменение социальной, семейной и личной ситуации ребёнка. Важно наладить взаимодействие с семьями тех младших школьников, которые по результатам диагностики признаны потенциальными агрессорами или жертвами. Определить, к какому типу относится семья; провести диагностику детско-родительских отношений; выявить проблемы, связанные со стилем воспитания детей в семье; при необходимости спланировать и провести коррекционную работу.

Анализ разработанных рекомендаций по борьбе с травлей, адресованных педагогам, свидетельствует, что в качестве основного типа мероприятий предлагается проведение классных часов. По нашему мнению, данный формат работы имеет ограниченную эффективность. Даже если дети будут внимательно слушать и усвоят предлагаемую информацию, это будет означать только то, что они получили необходимые знания. Для того, чтобы сформировать у школьников умение противостоять травле, следует проводить мероприятия в формате социально-психологического тренинга, отличительной особенностью которого является интерактивный характер участия [7].

Если на лекциях, классных часах и прочих подобных мероприятиях участники являются слушателями, то интерактивность предполагает роль создателей. Формат слушания предполагает трансляцию наставления «как нужно правильно поступать». На интерактивном мероприятии создаётся пространство самостоятельного поиска ответов на предложенные вопросы, формируется способность и готовность самостоятельного выбора стратегии поведения в различных обстоятельствах. Взаимодействие во время тренинга способствует тому, что в классе формируются доверительные отношения, а это делает благоприятным психологический климат. Участие школьника в тренинге развивает в нем чувство ответственности за решение общих задач.



Ребёнок учится работать в команде, но при этом приходит к осознанию важности каждого участника для успеха общего дела.

Рассмотрим основные этапы интерактивного занятия.

Тренинг начинается с этапа «Знакомство», во время которого решается задача сплочения группы и создаются условия для вовлечения каждого участника в активное взаимодействие.

Вступительный этап предполагает знакомство участников с темой занятия. Ведущий обращается к участникам с вопросами: «Как вы интерпретируете понятие травля? Возникали ли у вас случаи столкновения с таким явлением в вашей жизни?» Варианты ответов, предложенные детьми, фиксируются на флипчарте. В качестве дополнения детям предлагают кейсы, в которых описаны ситуации травли и конфликта. Для младших школьников это могут быть отрывки из мультфильмов или комиксы. В ходе организованной дискуссии ведущий помогает участникам выделить три ключевых признака травли: групповой характер проблемы, систематичность, неравенство сил. Этап завершается тем, что участники предлагают формулировки определения понятия «Травля».

На этапе актуализации решается задача осознания участниками двух фактов: во-первых, того, что каждый человек может стать жертвой травли; во-вторых, того, что формы травли различны – это может быть не только физическое, но и психологическое насилие. На этом этапе используют специально подобранные упражнения, участие в которых позволяет детям задуматься над вопросами: какие особенности человека могут вызвать неприятие окружающих и как это может проявляться.

После составления списка возможных объектов травли ведущий обращается к группе с вопросом: «Есть ли среди нас те, кто не попал ни в одну из выделенных категорий?». Как правило, большинство участников тренинга вынуждены признать, что имеют те черты, которые могут стать причиной травли. Примеряя на себя роль жертвы, ребёнок приходит не только к осознанию факта, что травле может подвергнуться любой человек, но и к

пониманию, насколько не оправданы её причины. Важным следствием понимания того, что причины травли лишены объективных оснований, будет вывод о том, что жертва травли не должна испытывать чувство вины, искать в себе причины постигшего её психологического насилия.

В ходе обсуждения школьники обозначают возможные действия, с помощью которых дети обычно высказывают друг другу неприязнь, и высказывают своё отношение к ним. Важно, чтобы участники тренинга при этом пришли к выводу о недопустимости таких действий, потому что «Мы всегда чем-то отличаемся друг от друга. Всегда будет что-то, что нам не нравится в другом человеке. Но имеем ли мы право каким-либо образом проявлять своё недовольство?».

Основной этап тренинга предполагает формирование у школьников умения распознать травлю и отреагировать на её проявления. Упражнения нужно подобрать таким образом, чтобы дети закрепили понимание травли как недопустимого явления; запомнили маркеры травли и научились отличать её от конфликта; осознали, какие эмоции испытывают участники травли.

Подводя итоги основного этапа, ведущий обобщает информацию о возможных проявлениях травли и стратегиях реагирования на неё. Важно раскрыть плюсы и минусы каждой стратегии, показать её универсальность или специфичность, потенциальную успешность или неудачность.

Традиционным содержанием заключительного этапа тренинга является рефлексия: участники подводят итоги тренинга, рассказывают о своих ощущениях и мыслях. О том, насколько тренинг был полезен, свидетельствует готовность каждого ребёнка сделать собственные выводы относительно поставленной в начале занятия проблемы.

Особое внимание в работе по противодействию травле психолог должен уделять её информационному варианту, то есть, кибербуллингу.

Дети, которые сегодня учатся в начальной школе – это представители поколения, для которого, по выражению Д. Тэпскота: «использование цифровых технологий стало настолько естественным, как дыхание» [48]. Это

поколение, которое учёные называют «сетевым», потому что личность людей, рождённых в первой четверти XXI века, формируется не только в реальном, но и в виртуальном пространстве. В силу этого, взрослым наиболее сложно достичь с детьми взаимопонимания по поводу отношения к социальным сетям и правилам поведения в них. Рекомендации, которые предписывают «соблюдать информационную гигиену» (то есть, проводить в социальных сетях меньше времени, ограничивать общение), адресованные младшим школьникам, скорее всего не будут ими восприняты. По нашему мнению, в профилактике кибертравли нет принципиальных отличий, по сравнению с другими формами. Важно, чтобы в ходе профилактической работы младшие школьники:

- осознали: каждый их сверстник имеет право на уважение и защиту собственного достоинства;
- научились не просто высказывать свою точку зрения, но и формулировать её и аргументы корректно, избегая неприемлемых формулировок.

Критически важной задачей, которую психологу необходимо решать, является развитие у детей проявлений нравственности: терпимости к иным людям, доброты, милосердия, сочувствия, сострадания, нетерпимости к любому виду насилия.

Таким образом, осуществлённый анализ теоретико-методологических подходов к исследованию проблемы психологической травли у детей младшего школьного возраста позволил сформулировать ряд выводов.

Понятие «психологическая травля» коррелирует с агрессивным доминированием одного субъекта над другим, проявлением властного превосходства, социальной или физической силы агрессора, уязвимостью жертвы, а также усилением ролевой иерархии в межличностных отношениях. Оно сопровождается отклоняющимся поведением, направленным на реализацию насильственного воздействия (физического, психологического, вербального, социального), и выступает как механизм социальной деструкции.

Проблема психологической травли особенно актуальна у детей младшего школьного возраста, так как они отличаются повышенной уязвимостью, чувствительностью и восприимчивостью к различным деструктивным воздействиям.

Явление школьной травли обладает комплексной природой и многообразием причинных факторов. Ключевым фактором профилактики травли является создание благоприятного психологического климата, основу которого формируют конструктивные детско-родительские отношения и грамотная позиция педагога. В наибольшей степени риску психологической травли подвержены младшие школьники с определёнными психологическими или поведенческими особенностями: испытывающие затруднения в социальном взаимодействии; имеющие внешне особенности; часто болеющие; отличающиеся выраженным стремлением к независимости.

Центральная роль в противодействии проявлениям травли у детей младшего школьного возраста отводится психологу, чья деятельность должна быть направлена на развитие толерантности и социальных компетенций у всех участников образовательного процесса для предотвращения психотравмирующих и социально опасных ситуаций.

## **Глава 2 Эмпирическое исследование психологической травли у детей младшего школьного возраста**

### **2.1 Организация исследования**

Эмпирический этап исследования проводился на базе Государственного бюджетного образовательного учреждения Самарской области «Основная общеобразовательная школа №28» города Сызрани (далее – ГБОУ ООШ №28).

Цель эмпирического этапа исследовательской работы была определена следующим образом: определить направления и содержание работы по организации противодействия проявлениям психологической травли у детей младшего школьного возраста.

Под противодействием проявлениям психологической травли мы в данной работе понимаем меры профилактики психологической травли и пресечение её проявлений. Соответственно этому были сформулированы задачи эмпирического этапа исследования:

- изучить действующую в школе систему противодействия психологической травле;
- выявить уровень информированность педагогов о явлении школьной психологической травли;
- выявить уровень готовности педагогов начальной школы к решению проблемы психологической травли;
- оценить наличие в младших классах проявлений психологической травли;
- оценить риск развития в младших классах психологической травли;
- по итогам психологической диагностики разработать и апробировать программу по организации противодействия проявлениям психологической травли у детей младшего школьного возраста.

Учитывая вывод, сделанный по итогам теоретического этапа выпускной квалификационной работы, о том, что психологическая травля в школе является проблемой не отдельного класса, а образовательной организации в целом, представим краткую характеристику школы-базы исследования и её функций.

Занятия в ГБОУ ООШ №28 проводятся с 1 сентября по 31 мая в одну смену. Продолжительность уроков 40 минут. Нормативная продолжительность обучения в каждом классе составляет один учебный год.

При рассмотрении организационной структуры организации выделяют структурные подразделения, каждое из которых, в соответствии с закреплёнными полномочиями, работает на достижение общей цели. Кроме того, в организационной структуре выделяют субъект управления и объект управления, и существующие между ними отношения. В контексте проводимого исследования организационная структура ГБОУ ООШ №28 рассматривается нами с точки зрения организации противодействия проявлениям психологической травли у детей младшего школьного возраста.

На рисунке 1 представлена организационная структура ГБОУ ООШ №28.

Из представленной на рисунке 1 схемы следует, что в организационной структуре образовательной организации ГБОУ ООШ №28 представлено три типа отношений:

- линейные отношения, которые связывают руководителя и его подчинённых;
- функциональные отношения, формируются между специалистом, который выполняет в организации определённые функции, и другими сотрудниками;
- отношения, в рамках которых сотрудники управленческого аппарата организации решают задачу представления прав и полномочий других сотрудников организации.

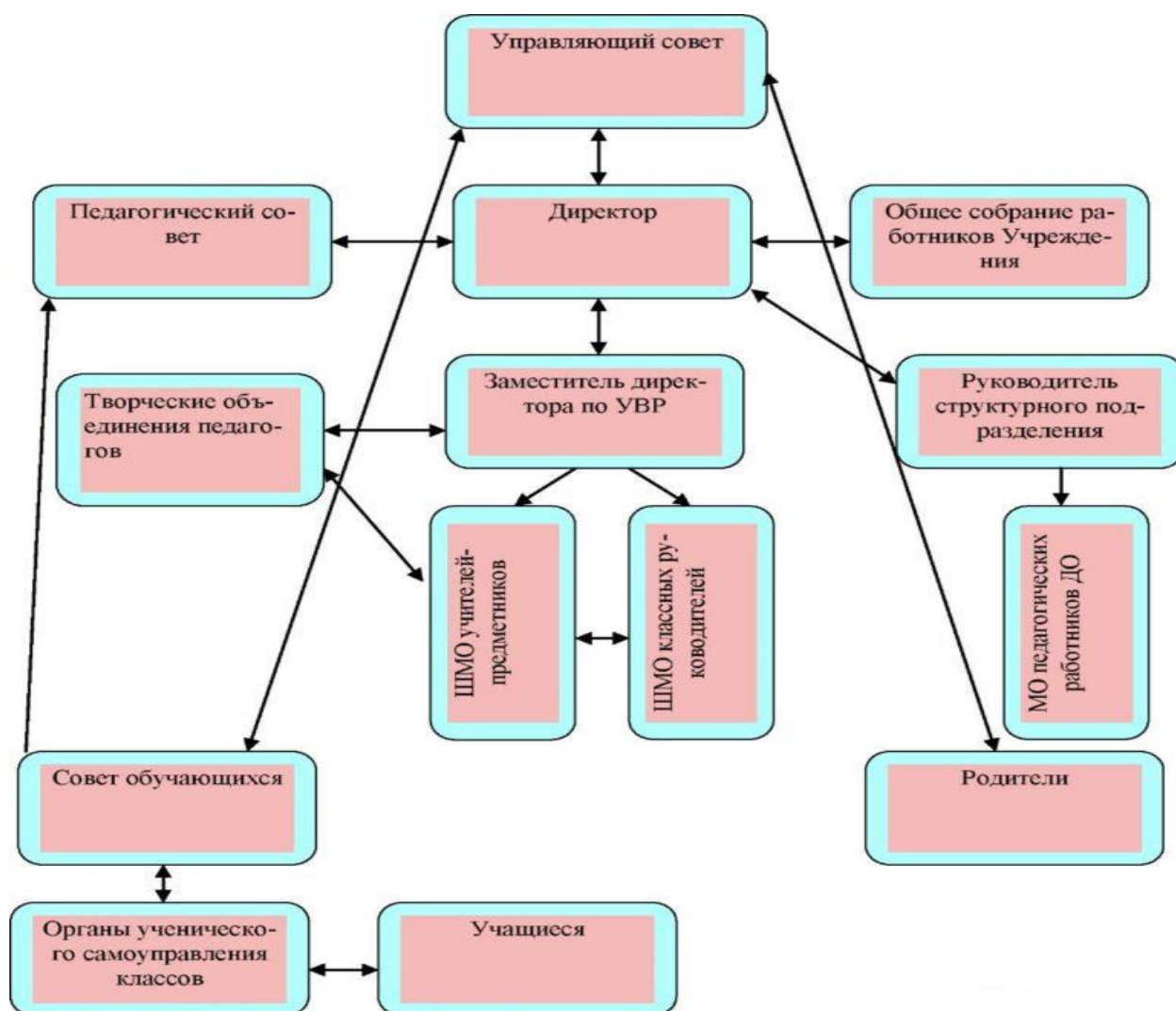


Рисунок 1 – Организационная структура ГБОУ ООШ №28

Изучив представленную на рисунке 1 организационную структуру ГБОУ ООШ №28, можем сделать вывод о наличии нескольких уровней, то есть, о том, что организационная структура иерархизирована.

На высшем (первом) уровне данной организационной структуры находятся директор образовательной организации и коллегиальные органы управления образовательной организацией.

Второй уровень организационной структуры образовательной организацией представлен заместителем директора по учебно-воспитательной работе, который контролирует образовательную деятельность, организует

внеурочную воспитательную работу с детьми и работу органов ученического самоуправления.

Третий уровень организационной структуры образовательной организацией представлен педагогическими работниками, а также творческими и методическими объединениями педагогов.

Четвёртый уровень организационной структуры образовательной организацией объединяет учащихся и родителей. На этом уровне действуют органы самоуправления учащихся школы и классов.

Деятельность каждого уровня организационной структуры регламентируется локальными нормативными актами, анализ содержания которых показал, что проблема школьной психологической травли не нашла в них своего отражения.

Школьная психологическая служба: в ГБОУ ООШ №28 работает педагог-психолог. Цель работы педагога-психолога: создать психолого-педагогические условия, которые обеспечат полноценное личностное развитие, позитивную социализацию, жизненное самоопределение учащихся в образовательном учреждении, семье и социальном окружении. Основные направления работы: психопрофилактическое, диагностическое, коррекционное, консультативное, научно-методическое. Свою деятельность педагог-психолог осуществляет в соответствии с утверждённым графиком и годовым планом.

На основании изучения особенности организационной структуры ГБОУ ООШ №28 был определён круг потенциальных клиентов педагога-психолога в рамках изучения проблемы школьной психологической травли - обучающиеся, которые могут стать участниками травли и педагоги, которые должны обеспечить профилактику данного явления или борьбу с его проявлениями.

Анализ плана работы педагога-психолога на 2024-2025 учебный год показал, что тематика профилактики и борьбы с психологической травлей в нем не представлена. В предшествующий период педагогом-психологом была



разработана памятка «Безопасность в Сети», в которой дано определение кибер-буллинга и даны общие рекомендации подросткам - как не стать жертвой кибер-буллинга.

Таким образом, итогом изучения организационной структуры ГБОУ ООШ №28, локальных нормативных актов, регламентирующих работу образовательной организации и деятельности психологической службы, стал следующий вывод: в ГБОУ ООШ №28 не создана система противодействия психологической травле, в частности, среди младших школьников.

При проведении эмпирического исследования в рамках выпускной квалификационной работы мы ориентировались на то, что участниками психологической травли в школьной среде являются учащиеся. Непосредственная работа по профилактике психологической травли и пресечению её проявлений проводится учителями. В связи с вышеизложенным, исследования были организованы и проведены в два этапа:

- на первом этапе была поставлена задача выявить готовность учителей начальной школы к решению проблемы психологической травли;
- на втором этапе исследования предусмотрено выполнение диагностической работы с учащимися двух младших классов для выявления рисков развития и наличия проявлений психологической травли.

Для проведения исследования были отобраны учащиеся четвёртых классов.

Первый этап исследования включает взаимодействие с учителями начальной школы – это группа, состоящая из четырёх человек (таблица 1).

Таблица 1 – Состав группы учителей начальной школы для проведения психологической диагностики по теме исследования (первый этап)

Респондент	Пол	Возраст, лет	Образование	Стаж работы, лет	Должность
№1	Ж	48	высшее педагогическое	25	учитель начальных классов
№2	Ж	35	высшее педагогическое	14	учитель начальных классов
№3	Ж	42	высшее педагогическое	10	учитель начальных классов
№4	Ж	28	высшее педагогическое	5	учитель начальных классов

Данная группа однородна по критериям пола и образования. Возраст респондентов: от 28 до 48 лет. Стаж работы учителем начальных классов: от 5 до 25 лет.

Для второго этапа исследования были выбраны классы, учителя которых имеют, соответственно, высокий и низкий уровень готовности к решению проблемы школьной психологической травли.

Таким образом, две группы учащихся, включённых в исследование, сопоставимы по количеству, признакам пола и возраста участников исследования.

В группе 4 «А» класса и в группе 4 «В» класса по 20 человек, 10 девочек и 10 мальчиков. Возраст участников исследования 10-11 лет.

Для проведения эмпирического исследования были выбраны:

– психодиагностическая беседа (авторская разработка);

- тест «Информированность учителя о школьной травле» (Л. Петрановская);
- тест на тему «Смогу ли я прекратить травлю» (Л. Петрановская);
- опросник «Smob» (Х. Каспер);
- опросник риска буллинга (А.А. Бочавер и соавт.).

Представим методологическое обоснование и подробную характеристику отобранных психодиагностических методов и методик.

Для решения задач первого этапа исследования - изучения информированности педагогов о явлении школьной психологической травли и их готовности к решению данной проблемы - были выбраны метод психологической беседы и метод тестирования.

#### Методика №1 - Диагностическая беседа

Диагностическая беседа, проводимая по определённому плану, позволяет выяснить отношение респондента к рассматриваемой проблеме в целом и к отдельным аспектам изучаемого явления.

Диагностическая беседа, проведённая с учителями начальных классов, включала восемь вопросов:

- как Вы оцениваете уровень своей информированности о таком явлении как «школьная психологическая травля»?
- каковы, на Ваш взгляд, причины школьной психологической травли?
- какие признаки взаимоотношений между учениками Вы расцените как проявления школьной психологической травли?
- какие последствия может иметь психологическая травля для учеников начальной школы?
- считаете ли Вы школьную психологическую травлю значимой проблемой?
- Вы лично сталкивались в работе с психологической травлей со стороны одноклассников или других учеников? Если да, то как боролись с этим явлением?

- Вы организуете профилактику школьной психологической травли в своём классе?
- как Вы считаете, что является главным средством борьбы со школьной психологической травлей?

Таким образом, в ходе диагностической беседы мы планируем выяснить:

- как учителя начальных классов представляют себе явление школьной психологической травли;
- насколько полно и правильно они ориентируются в причинах, признаках и последствиях данного явления;
- считают ли школьную психологическую травлю значимой проблемой, с которой должна быть организована борьба, которая включает не только реагирование на факт травли, но и её профилактика;
- имеют ли опыт борьбы со школьной психологической травлей.

Методика №2 - Тест «Информированность учителя о школьной травле»

Тест «Информированность учителя о школьной травле» включает пять ситуаций, описывающих взаимоотношения учащихся. Респонденту необходимо определить, о каком явлении в каждом случае идёт речь и выбрать один вариант ответа. Для каждой ситуации предлагается четыре варианта ответа: агрессивное поведение учеников, конфликт, непопулярность, травля.

Таким образом, данный тест направлен на то, чтобы установить понимание педагогом сути психологической травли и отличия данного явления от других вариантов межличностных взаимоотношений учеников.

Оценка результатов теста:

- 5 правильных ответов - высокий уровень информированности о школьной травле;
- 2-4 правильных ответа - достаточный уровень информированности о школьной травле;
- 1 правильный ответ - низкий уровень информированности о школьной травле.

### Методика №3 - Тест «Смогу ли я прекратить травлю?»

Тест «Смогу ли я прекратить травлю?» включает пять вопросов, ответы на которые раскрывают суть действий педагога при выявлении факта психологической травли в классе (школе):

- что важно предпринять при травле;
- какие действия нежелательны при травле;
- на каком этапе педагог должен вмешаться в решение проблемы травли;
- каким образом можно поддерживать позитивные изменения в классе?
- с помощью каких средств гармонизировать отношения в группе для прекращения травли и исключения подобной ситуации в будущем.

Таким образом, с помощью данного теста мы сможем выяснить, насколько учителя начальных классов подготовлены для решения проблемы школьной психологической травли.

Оценка результатов теста:

- высокий уровень готовности к прекращению школьной психологической травли - правильные ответы на все вопросы теста;
- достаточный уровень готовности к прекращению школьной психологической травли - правильные ответы на вопросы 1-3 теста;
- низкий уровень готовности к прекращению школьной психологической травли - неправильные ответы на вопросы 1-3 теста.

Для оценки результатов данного теста нами выбран не формальный количественный, а количественно-качественный подход, так как первые три вопроса теста отражают адекватную стратегию борьбы с травлей. Ошибочный выбор каждого из компонентов стратегии приведёт к неудаче в целом. Ответы на вопросы 4 и 5 сформулированы таким образом, что выбор может быть неполным, но он не предполагает ошибочных действий.

Как следует из описания методик, тестирование, проводимое в формате решения ситуационных задач, даёт возможность выявить уровень знаний

респондента по ключевым аспектам изучаемого явления, оценив их качественно и количественно.

Для решения задач второго этапа исследования - выявления риска разворачивания и фактов психологической травли в детском коллективе - отобраны две методики: опросник «Smob» Хорста Каспера и опросник риска буллинга (А.А. Бочавер и соавт.).

Психологическая травля, как поведенческий феномен, имеет множество факторов риска. Безусловным считается влияние таких личностных особенностей, как высокий уровень тревожности и агрессивности, низкий уровень эмпатии, дефицит волевого самоконтроля. Соответственно, в программы изучения психологической травли исследователи включают соответствующие методики. Но применение большинства диагностических инструментов у детей начального школьного возраста ограничено. В значительной части бланковых методик нижняя возрастная граница превышает 11 лет. Кроме того, большинство таких методик громоздкие - включают большое количество вопросов, что требует от испытуемого способности сосредоточенно работать на протяжении 20-30 минут. В тексте стимульного материала много слов и формулировок, которые младшему школьнику могут быть непонятны или есть вероятность, что ребёнок неправильно их истолкует. Как правило, методики содержат реверсивные вопросы, отвечая на которые младший школьник может допустить ошибку.

Важным при отборе диагностических методик является, по нашему мнению, необходимость учитывать то, что травля - это действие, которое осуществляется группой или при поддержке группы. Следовательно, нужно использовать инструменты диагностики, которые позволят выявить тенденции и факторы, возникающие не на индивидуальном, а именно на групповом уровне. Рассмотренные особенности диагностики вероятности развития в детском коллективе начальной школы психологической травли обусловили выбор методик для решения соответствующей задачи исследования.

Методика № 4 - Опросник «Smob» Хорста Каспера.

Опросник «Smob» Хорста Каспера - это простой в применении и надёжный диагностический инструмент, который позволяет выявить прямые факты психологической травли и измерить количественно их проявления.

Опросник включает 94 утверждения, распределённых на 11 разделов. Первая часть методики (6 разделов) объединяет вопросы, с помощью которых можно выявить факты травли. Ребёнок оценивает особенности общения с другими детьми, отмечает, имеют ли место случаи психологического давления, принятия, отвержения, фактов или угрозы насилия.

Вторая часть методики - это вопросы, с помощью которых определяется частота проявлений и длительность травли.

Методика № 5 - Опросник для оценки риска буллинга (А.А. Бочавер и соавт.)

Для применения опросника был использован обобщённый термин «Опросник атмосферы в школе». Это название способствует снижению акцентирования на проблеме травли на этапе опроса и уменьшает вероятность получения предвзятых ответов.

Опросник имеет сложную структуру:

14 разделов, в каждом из которых предлагается ответить на несколько утверждений (от 1 до 8). Система ответов бинарная - «Да» и «Нет». Эти ответы отражают согласие или несогласие респондента с утверждениями опросника.

При обработке ответы объединяются в четыре шкалы. Две из объединённых шкал, имеющие названия «Шкала небезопасности», «Шкала разобщённости», рассматривают в качестве предикторов буллинга. Вторая пара - «Шкала безопасности», «Шкала благополучия» - это антипредикторы буллинга.

Обработка результатов осуществляется сопоставлением ответов с ключом: за каждое совпадение начисляется один балл. Далее вычисляется среднее значение для группы испытуемых, которое сравнивается с табличным

значением (средние с учётом квадратичных отклонений). При оценке может учитываться возраст испытуемых (младшие и старшие подростки) и пол.

Высокие баллы, полученные по шкалам-предикторам, отражают негативные характеристики психологической атмосферы и отсутствие сплочённости в группе, что косвенно указывает на риск развития травли.

Высокие баллы, полученные группой по шкалам-антипредикторам, отражают наличие факторов, которые снижают риск развития травли.

Таким образом, опросник риска буллинга (А.А. Бочавер и соавт.) предназначен для определения факторов, которые определяют вероятность травли как формы дезадаптивного поведения - с помощью шкал, которые отражают предикторы и антипредикторы травли. Ценность данной методики, на наш взгляд, заключается в том, что с её помощью можно оценить проявления групповой динамики. Учитывая, что травля - это феномен, определяемый не только индивидуальными особенностями детей, но и характеристиками группы как социального образования, Опросник А.А. Бочавер представляет собой надёжный инструмент прогнозирования разворачивания травли в детском коллективе начальной школы.

## **2.2 Анализ и интерпретация результатов исследования**

### **Методика №1. Диагностическая беседа**

В ходе диагностической беседы была получена следующая информация.

Респондент №1 оценила уровень своей информированности о школьной психологической травле как достаточный на теоретическом уровне.

Учитель отметила: «Что касается практических аспектов, я знакома с примерами из литературы и теми, что делятся коллеги на форумах».

Причинами травли, по мнению данного респондента являются: низкий уровень эмпатии в сочетании с дефицитом у ребёнка самоконтроля, интеллекта (общего, эмоционального, социального) и толерантности – это «портрет» буля (агрессора). Объектами травли становятся дети, которые



выделяются среди сверстников («белые вороны») и не способны защитить свою инаковость или отстаивать право быть «другими». Ещё одним фактором, способствующим травле, является неподобающее поведение взрослых, в частности, учителей, проявляющих безразличие. Учитель, зачастую не осознавая этого, может стать источником или катализатором травли, если позволяет себе насмехаться над учеником, высказывать нелестные мнения и комментарии о его действиях, а также не препятствует насмешкам со стороны класса в случае неудачного ответа.

Проявлениями психологической травли являются оскорбления, злые насмешки над недостатками, все явления, которые могут быть классифицированы как психологическое насилие.

Последствия психологической травли, по мнению респондента, всегда тяжёлые и оказывают негативное влияние на личность ребёнка. Это и высокий уровень тревожности, и неуверенность в себе, и недоверие к людям, и девиантное поведение. «Факт травли может стать причиной неблагополучия всей дальнейшей жизни человека». «Я знаю, что некоторые мои коллеги считают травлю чем-то, что обеспечивает жизненную закалку ребёнка. Категорически с этим не согласна. Травля деформирует личность маленького человека. Причём, независимо от того, какая роль ему принадлежит».

Психологическая травля в школе - это проблема настолько серьёзная, что её предотвращению должно уделяться особое внимание. Факт травли должен расцениваться как чрезвычайное происшествие.

«В моей практике такого не было. Считаю, что случаи травли в начальной школе – это свидетельство профнепригодности учителя. Если учитель с первого дня работает над формированием коллектива, создаёт атмосферу доверия и доброжелательности в классе, держит руку «на пульсе жизни» каждого ученика, взаимодействует с семьями учеников, то даже при наличии предпосылок травля в классе будет невозможна».

В целом в школе, гарантией невозможности травли является безопасная психологическая среда.

Респондент №2 информированность о явлении школьной психологической травли оценила как «относительно высокую».

В качестве основной причины школьной психологической травли выделила неоднородность коллектива учащихся, что порождает зависть менее успешных детей к более успешным.

Признак психологической травли - это создание для ученика ситуации психологического дискомфорта.

Психологическая травля в младших классах не бывает «серьёзной» и продолжительной. Поэтому, существенных последствий для ребёнка не будет.

По поводу значимости школьной психологической травли, учитель ответила таким образом: «Скажем, так... Это проблема для учителя, потому что появление между учениками таких отношений усложняет образовательный процесс».

Респондент сталкивалась с психологической травлей в своём классе. Она настояла, чтобы ребёнка, который травлю организовал, родители перевели в другую школу.

Главное средство борьбы со школьной психологической травлей - это «правильно организованный воспитательный процесс».

Целенаправленную профилактику травли нужно, по мнению респондента, проводить только в старших классах. В младших классах любой разговор об этом явлении будет иметь противоположный эффект, так как дети «захотят воплотить в жизнь новые для них формы поведения, о которых им рассказали».

Респондент №3 считает, что проблема школьной психологической травли является надуманной для российской школы, особенно в настоящее время, когда уменьшается влияние на детей и их родителей западного образа жизни. Приведём мнение данного учителя дословно: «То, что вы называете травлей – это буллинг. Это «не наше» слово и «не наше» явление. Я знаю об этом явлении достаточно много. То, что сейчас объявляют травлей - это обычные детские конфликты. Или неумение детей выстраивать отношения с

коллективом, стремление выделиться, иногда – сознательные провокации. Чтобы такого не было, нужно правильно воспитывать детей в семье и в школе».

Респондент №4 информированность о явлении школьной психологической травли оценила как достаточную.

Основной причиной травли учитель считает отсутствие должного воспитания в семье: «Травля - это агрессия одного ребёнка по отношению к другому. Если ребёнок воспитан и воспитан правильно, если в семье его оградили от проявлений агрессии, включая сцены агрессии на улице, на экране, то ученику младших классов просто незнакомы такие паттерны поведения».

Проявлениями травли являются, по мнению респондента, любые повторяющиеся агрессивные действия одного ребёнка по отношению к другому.

Последствия психологической травли как считает учитель: «Агрессор с высокой долей вероятности будет и в дальнейшем демонстрировать девиантное поведение. Жертва будет иметь низкую самооценку или сама станет агрессором по отношению к более слабым».

Школьную психологическую травлю учитель не склонен рассматривать в качестве проблемы, так как это явление «встречается достаточно редко».

Собственного опыта столкновения с психологической травлей учитель не имеет.

Профилактикой психологической травли и главным средством борьбы с ней считает добросовестное выполнение учителем своих обязанностей.

Таким образом, все респонденты оценивают свою информированность о школьной психологической травле как достаточную. Три респондента (из четырёх) считают, что профессионализм педагога является главным средством недопущения психологической травли в начальной школе. Но ответы на другие вопросы свидетельствуют о неполном или неправильном понимании большинством участников опроса причин рассматриваемого явления,

незнании комплекса признаков и возможных последствий. Ни один из респондентов не назвал такое важное проявление психологической травли, как участие или поддержка группы. Не сформировано понятие систематичности агрессии как обязательного компонента травли. За исключением респондента №1, учителя не оценивают серьёзность последствий травли для формирования личности всех участников этого процесса.

Вывод по результатам проведения диагностической беседы:

- все учителя начальных классов считают достаточной степень своей информированности о таком явлении как школьная психологическая травля;
- реальный уровень информированности является низким, что обуславливает недооценку данной проблемы и отсутствие целенаправленной работы по её профилактике среди учеников младших классов.

Методика №2. Тест «Информированность учителя о школьной травле» (Л. Петрановская). В таблице 2 представлены результаты выполнения учителями начальных классов тестового задания, направленного на выявление осведомлённости о явлении «школьная травля» и способности отличить данный феномен от других вариантов деструктивных взаимоотношений между учащимися.

Таблица 2 - Результаты теста «Информированность учителя о школьной травле»

Респондент	Правильные ответы		Неправильные ответы	
	%	Номера ответов	%	Номера ответов
№1	100	1 (В), 2 (А), 3 (Г), 4 (Б), 5 (Г)	0	-
№2	40	3 (Г), 5 (Г)	60	1 (Г), 2 (Б), 4 (А)
№3	20	3 (Г)	80	1 (Г), 2 (Г), 4 (А), 5 (В)
№4	80	1 (В), 2 (А), 3 (Г), 4 (Б)	20	5 (Б)

Респондент №2 правильно идентифицировала травлю (вопросы 3 и 5), но ошиблась в определении других вариантов деструктивных отношений между учащимися - непопулярности (вопрос 1), агрессивного поведения (вопрос 2), конфликта (вопрос 4).

Респондент №3 правильно идентифицировала травлю в ситуации, в которой в качестве основного представлен такой ключевой признак данного явления, как оскорбление ученика-жертвы (вопрос 3), но ошиблась, отвечая на вопрос 5, так как в этой ситуации сделан акцент на игнорировании жертвы. При ответе на вопрос 1, в котором описано такое явление как непопулярность ученика, респондент выбрала вариант ответа «травля», хотя в описании есть признаки, которые позволяют исключить данное явление (отсутствие оскорблений, выполнение просьб). Кроме того, респондент ошиблась в определении агрессивного поведения и конфликта.

Респондент №4 допустила ошибку при определении явления, описанного в вопросе 5, выбрав вариант «конфликт» вместо травли.

Таким образом, учителя при выполнении теста правильно определили явление школьной травли в том случае, когда в качестве ведущего признака представлен такой признак как оскорбления и насмешки, а также элементы физической травли (порча вещей). Если имеет место психологическая травля с игнорированием в качестве ведущего признака, учителя склонны недооценивать проблему, диагностируя её как непопулярность или конфликт.

Вывод по результатам проведения теста «Информированность учителя о школьной травле»: полученные результаты свидетельствуют о недостаточной информированности учителей начальных классов, принимавших участие в исследовании, о явлении «школьная психологическая травля».

Методика №3. Тест «Смогу ли я прекратить травлю?» (Л. Петрановская)

В таблице 3 представлены результаты выполнения учителями начальных классов тестового задания, направленного на выявление степени готовности к борьбе с психологической травлей в школе.

Таблица 3 - Результаты теста «Смогу ли я прекратить травлю»

Респондент	Правильные ответы		Неправильные ответы	
	%	Номера ответов	%	Номера ответов
№1	100	1 (Б), 2 (Б), 3 (Б), 4 (В), 5 (В)	0	-
№2	40	4 (В), 5 (В)	60	1 (В), 2 (А), 3 (А)
№3	0	-	100	1 (В), 2 (В), 3 (В), 4 (Б), 5 (А)
№4	40	4 (В), 5 (В)	60	1 (А), 2 (В), 3 (В)

Согласно данным, представленным в таблице 3, только один педагог (респондент №1) правильно ответил на все вопросы теста, продемонстрировав высокий уровень готовности к прекращению школьной психологической травли.

Респонденты №2 и №4 правильно ответили на вопросы о средствах борьбы с травлей, но допустили ошибки, отвечая на вопросы о стратегии действий по прекращению травли. Поэтому, уровень их готовности к прекращению школьной психологической травли оценивается как низкий. Респондент №3 продемонстрировала низкий уровень готовности к решению проблемы школьной психологической травли, так как все ответы являются ошибочными.

Вывод по результатам проведения теста «Смогу ли я прекратить травлю?»: полученные результаты свидетельствуют о недостаточной готовности учителей начальных классов, принимавших участие в исследовании, к борьбе с явлением «школьная психологическая травля».

На рисунке 2 продемонстрированы результаты изучения информированности учителей начальной школы о явлении «школьная психологическая травля» и об их готовности к прекращению травли - то есть, в целом, о готовности учителей к решению данной проблемы.

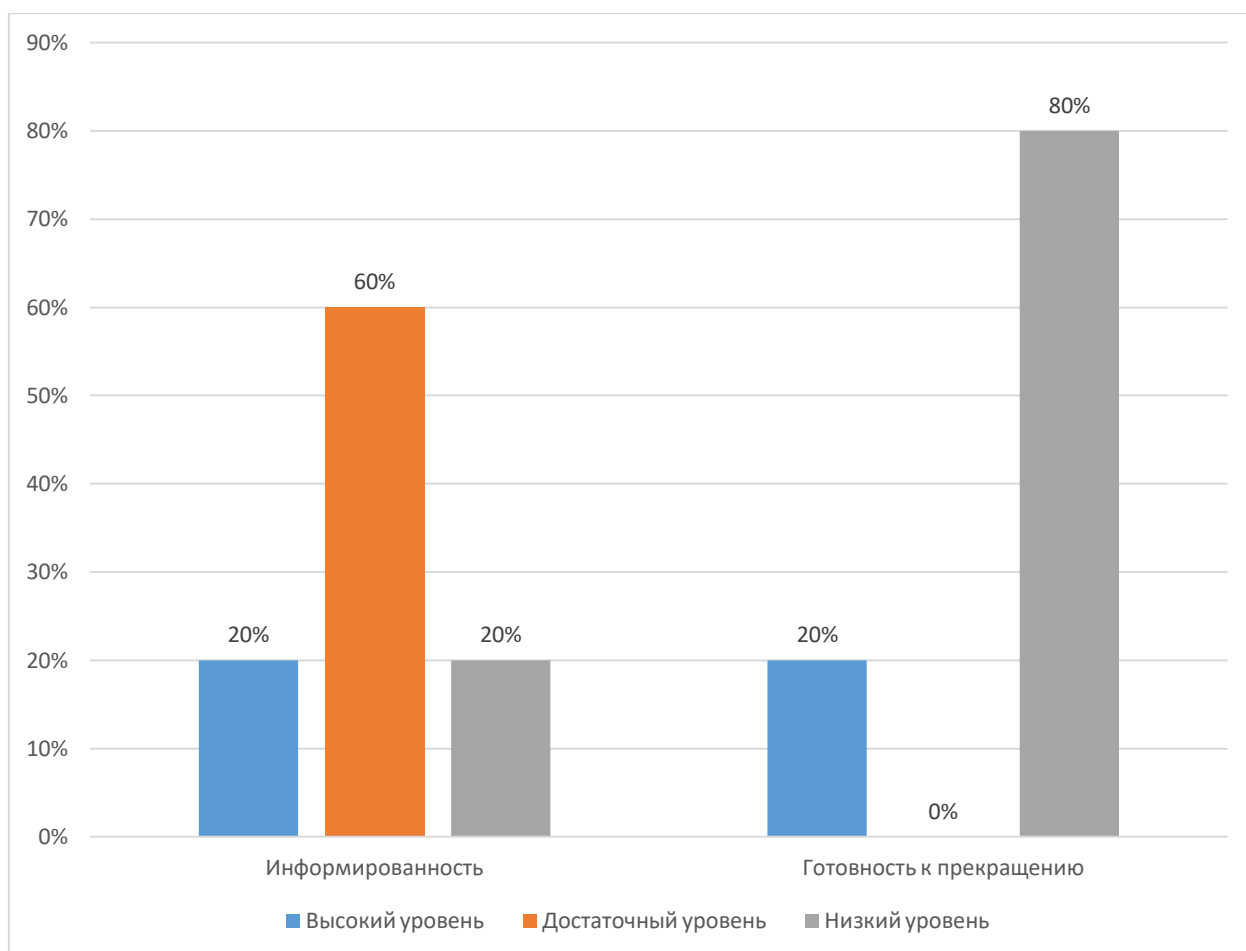


Рисунок 2 – Готовность учителей начальной школы к решению проблемы школьной психологической травли

Рисунок 2 визуализирует результаты, полученные в ходе использования тестов «Смогу ли я прекратить травлю?» и «Информированность учителя о школьной травле» (автор тестов Л. Петрановская). Из данных, представленных на рисунке, следует, что высокий уровень готовности бороться с психологической травлей в начальной школе выявлен у 20% педагогов. В достаточной степени информированы о сути проблемы 60% педагогов. Низкий уровень готовности к решению проблемы продемонстрировали 80% педагогов, принявших участие в исследовании.

Методика № 4 - Опросник «Smob» Хорста Каспера.

В ходе диагностики учащихся 4 «А» класса фактов совершения действий травли не выявлено.

В ходе диагностики учащихся 4 «В» класса фактов совершения действий травли не выявлено.

Полученные результаты отражены на рисунке 3.

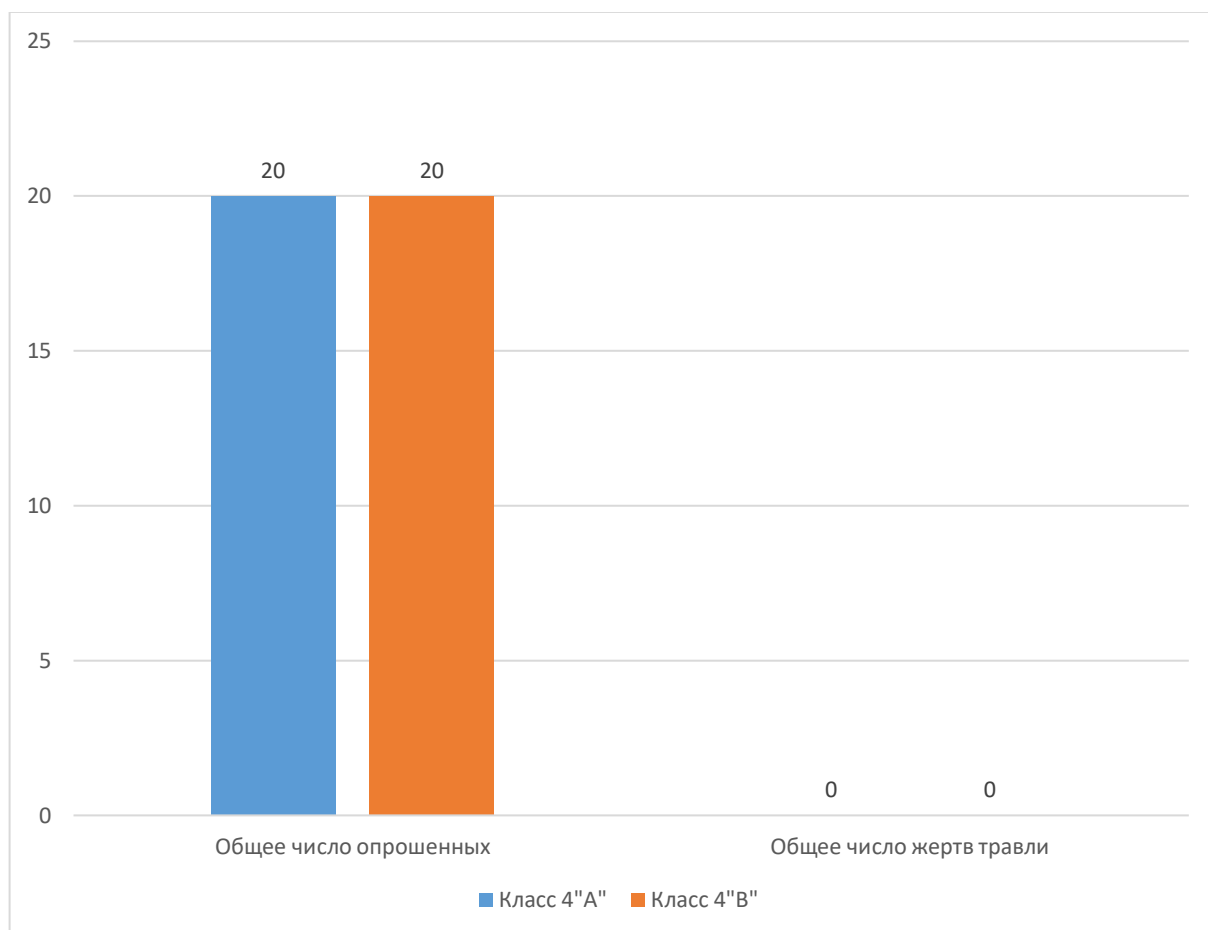


Рисунок 3 - Соотношение общего числа участников исследования и жертв психологической травли

Вывод по результатам проведения диагностики психологической травли с использованием Опросник «Smob» Хорста Каспера: среди испытуемых младших школьников не выявлено случаев психологической травли.

Методика № 5 - Опросник риска буллинга (А.А. Бочавер)

В таблице 4 представлены средние значения для шкал по методике Опросник риска буллинга (А.А. Бочавер).



Таблица 4 - Результаты исследования риска буллинга по методике А.А. Бочавер (средние значения)

Шкалы	Группа			
	Класс 4 «А»		Класс 4 «В»	
	Значение	Уровень	Значение	Уровень
Шкала небезопасности	4,35	Низкий	13,05	Высокий
Шкала благополучия	8,1	Высокий	2,8	Низкий
Шкала разобщённости	0,3	Низкий	6,05	Высокий
Шкала равноправия	6,4	Высокий	1,6	Низкий

Анализ данных таблицы 4 свидетельствует: учащиеся 4 «А» класса характеризуется низкими показателями по шкалам предикторам и высокими показателями по шкалам антипредикторам; учащиеся 4 «В» класса продемонстрировали высокие значения шкал предикторов и низкие значения шкал антипредикторов.

Для наглядности полученные результаты отражены на рисунке 4.

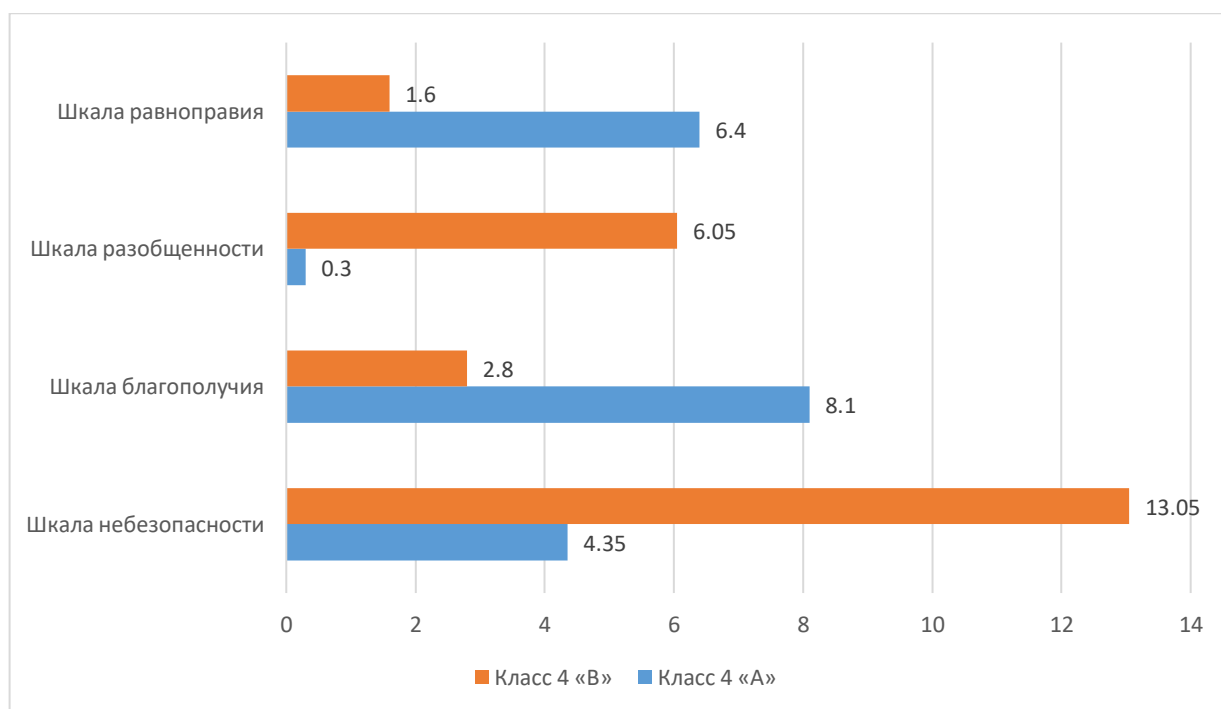


Рисунок 4 - Сравнительные данные, характеризующие риск возникновения ситуации психологической травли в младших классах

Интерпретация полученных по методике определения риска буллинга.

Учащиеся 4 «А» класса атмосферу в школе воспринимают как благополучную.

Групповые нормы данного класса имеют следующие характеристики: нормативные границы устойчивы; в группе всеми членами приняты определённые правила поведения; в группе создана атмосфера взаимного уважения. Благодаря наличию таких групповых норм для группы не свойственны негативные установки в общении и взаимодействии.

Взаимное уважение является ценностью для членов группы, которая, во-первых, противодействует утверждению ценности «власть и сила», во-вторых, является фактором, противодействующим возникновению травли. Механизмом такого противодействия является то, что в группе формируется атмосфера доверия и диалога.

Шкалы равноправия демонстрирует показатели, которые указывают на то, что членам изучаемого классного коллектива присуща толерантность. То есть, ученики принимают имеющиеся между ними индивидуальные различия,

способны выстраивать общение и взаимодействие конструктивно. Это формирует психологическую атмосферу, в которой дети защищены от развития тревожности. Риск возникновения травли в этом случае оценивается как низкий.

Учащимися 4 «В» класса психологическая атмосфера школы субъективно воспринимается как неблагополучная. Об этом свидетельствуют высокие значения показателя шкалы небезопасности.

Групповая динамика в 4 «В» классе определяется такими нормами как отсутствие взаимного уважения, пренебрежение правилами в коммуникациях и взаимодействии, негативными коммуникативными установками. Общение в группе характеризуется проявлениями раздражения, негативизма и разобщённости, взаимной подозрительности. Это определяет высокий уровень риска дезадаптивных способов поведения, включая агрессию. Соответственно, высоким является и риск разворачивания травли.

Высокие значения шкалы разобщённости свидетельствуют, что в группе нет сплочённости, отсутствуют условия для проявления детьми стремления к взаимовыручке и взаимной поддержке. Это затрудняет развитие и поддержание диалога, снижает вероятность того, что взаимодействие в совместной деятельности будет продуктивным.

Вывод по результатам проведения методики Опросник уровня развития буллинга (А.А. Бочавер): исследование показывает, что для 4 «А» класса риск проявлений травли низкий; для 4 «В» класса ситуация противоположная – вероятны проявления травли или других дезадаптивных форм поведения.

Таким образом, учителя начальной школы не готовы к решению проблемы школьной психологической травли, они нуждаются в получении проведении психологического консультирования, направленного на получение дополнительной информации о причинах, проявлениях, последствиях школьной психологической травли, а также в обучении способам профилактики данного явления и его прекращении.

Среди принявших участие в эмпирическом исследовании младших школьников не выявлено случаев психологической травли. В 4 «А» классе риск проявлений травли низкий, в 4 «В» класса ситуация противоположная – риск возникновения психологической травли высокий.

### **2.3 Рекомендации по организации противодействия проявлениям психологической травли у детей младшего школьного возраста**

Работа педагога-психолога по предотвращению психологической травли, включая искоренение её причин, и борьбе с её проявлениями осуществляется в рамках традиционных направлений профессиональной деятельности и схемы её организации.

Ядром деятельности педагога-психолога является диагностика личности и коллектива.

Руководствуясь полученными при проведении психологической диагностики результатами, педагог-психолог принимает решение о разработке и проведении консультативных или коррекционных программ. Объектом коррекционных воздействий являются психологические процессы. Клиентами психологических консультаций могут быть учащиеся, их родители, педагоги.

Если в ходе диагностики актуальная для данного контингента психологическая проблема не выявлена, то проводится комплекс мероприятий, направленный на её профилактику.

На рисунке 5 представлены традиционные направления деятельности школьного педагога-психолога.

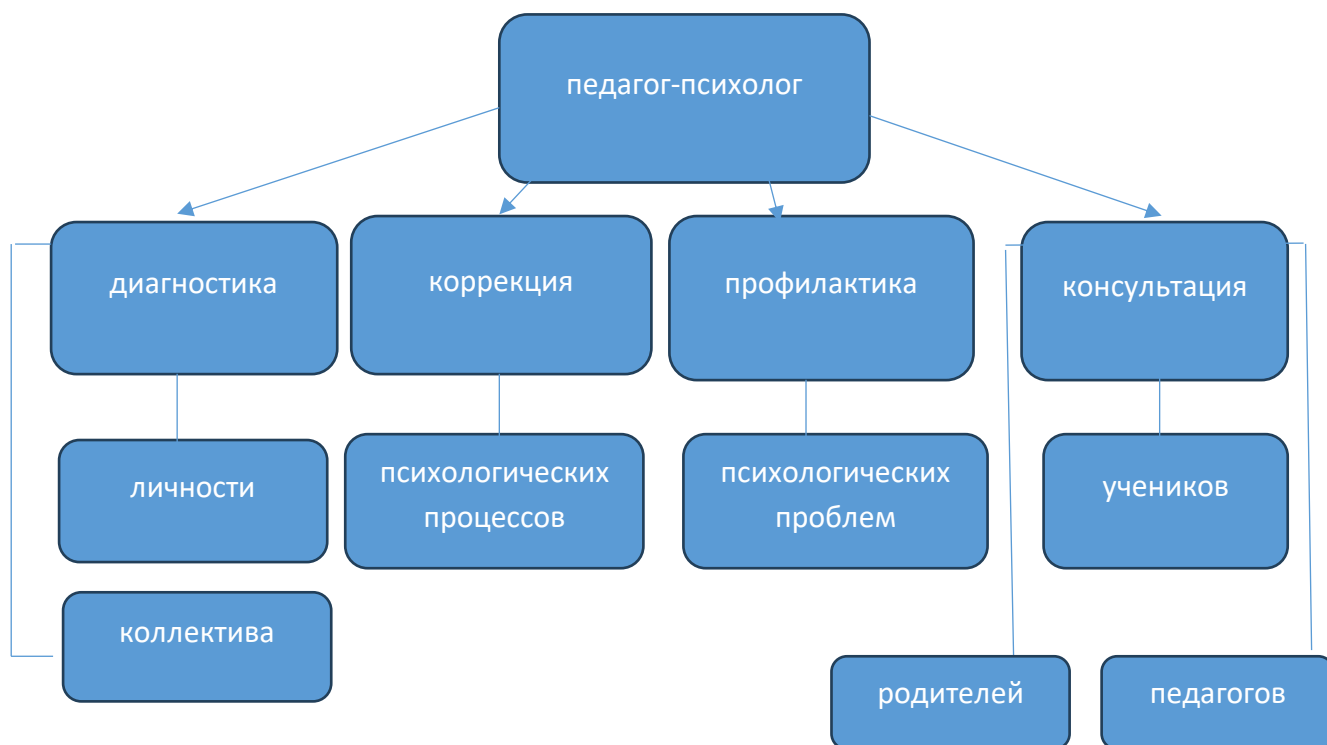


Рисунок 5 – Направления деятельности школьного педагога-психолога

На рисунке 6 представлена схема организации работы школьного педагога-психолога.



Рисунок 6 – Схема организации работы школьного педагога-психолога

Последовательность действий психолога в ситуации школьной психологической травли.

Необходимо изучить проблему

На этом этапе психолог ищет ответы на вопросы:

- в чем заключается суть происходящего? То есть, первый вопрос состоит в том, чтобы установить, имеет место травля или иное явление;
- какие участники включены в происходящие события?
- какие проявления травли имеют место в конкретном случае?
- какова продолжительность рассматриваемой ситуации травли?

Результатом аналитического этапа является принятие правильного решения и локализация ситуации.

Необходимо предотвратить неправильное реагирование на ситуацию со стороны педагогов и администрации школы

В ситуации школьной психологической травли могут быть допущены два ошибочных решения:

Первой возможной ошибкой является принятие педагогом позиции какой-либо стороны конфликта. Ошибочность такого решения определяется тем, что поддерживаемые педагогом участники ситуации усиливают свою позицию, а у противоположной стороны происходит усиление чувства агрессии (если это инициатор и исполнитель травли) или беспомощности (если это жертва травли).

Вторая ошибка заключается в том, чтобы обвинить одну из сторон травли в том, что происходит.

Нейтральная позиция взрослого (педагога, представителя администрации, психолога) облегчит взаимодействие со всеми участниками травли, что является необходимым условием её прекращения.

Наказание не должно быть автоматическим, несмотря на ясность в идентификации инициатора и исполнителя травли. Должен быть разбор ситуации. Считается, что если не провести предшествующий разбор ситуации,

то произойдёт усиление негативных отношений и взаимных обид участников травли. Разбор ситуации должен проводиться под девизом: «в нашем классном коллективе имеет место факт травли. В этом событии так или иначе принимает участие каждый член коллектива. Мы должны это прекратить».

Необходимо оценить происходящее явление.

Оценка должна быть однозначной. Оценка должна быть дана не директивно, а в процессе общения с классом. Оценка должна быть сформулирована таким образом, чтобы ученики осознали: травля представляет собой проблему для группы в целом.

Травля должна быть названа именно травлей. Если этого не сделать, то будет иметь место следующий комплекс действий со стороны инициаторов и наблюдателей:

- они продолжают вести себя так, как будто в происходящем нет ничего предосудительного;
- они предпримут попытки найти такой вариант поведения, который будет восприниматься «со стороны» как социально приемлемый, то есть, попытаются оправдать свои действия;
- они предпримут усилия, направленные на обвинение жертвы в том, что травля есть следствие её (жертвы) неправильного поведения. Как правило, предлагаются оправдания типа: «он (она) начал первым»; «он (она) стремится выделиться вместо того, чтобы быть как все».

Иными словами, важно производить разбор ситуации, её анализ и оценку, исходя из установки о том, что психологическая травля представляет собой общую «болезнь» группы (класса или школы в целом), в ситуации включены все, следовательно, необходимо совместно преодолевать её. Считается, что данный подход, устраняя противопоставление между участниками травли, позволит инициаторам сохранить свою репутацию, переведя их в роль тех, кто будет отвечать за восстановление гармонии в классе.

Данная установка важна, так как определяет выбор ведущей формы психологической работы с участниками травли - группового консультирования и группового тренинга.

В индивидуальном консультировании психолог работает со случаем. Как правило, клиентом является жертва травли. Психолог может помочь ребёнку стать более уверенным в себе, улучшить навыки общения. Но данный путь не приведёт к решению проблемы, так как психолог не работает с главным её источником - с поведением социальной группы.

В групповом консультировании достигается консолидация усилий группы, что позволяет сформировать установку «решение проблемы важно для всех» и создать условия для сплочения группы.

Работая с классом в формате психологических тренингов, психолог стремится сплотить коллектив, сделать взаимодействие учеников конструктивным.

Необходимо чётко обозначить позицию «взрослого» (педагога, психолога, администратора)

Позиция педагога должна быть:

- во-первых, определённой;
- во-вторых, гуманистической;
- в-третьих, проактивной.

Когда значимый взрослый (учитель, классный руководитель, завуч, психолог) категорически против травли как явления, как события, открыто и категорично высказывает свою позицию и показывает готовность противодействовать, то проявления травли резко сокращаются. При этом важна политика подкрепления позитивного поведения, так как преследование инициатора и исполнителей травли со стороны взрослых будет способствовать тому, что они попытаются вывести ситуацию из-под педагогического контроля, на «свободную» территорию (за пределы школы или в интернет).

Проактивная позиция педагога заключается в том, чтобы обнаружить случаи травли, адекватно отреагировать, продемонстрировать искренний



интерес к выяснению обстоятельств и оказать помощь всем участникам. Позиция невмешательства недопустима, поскольку она подаёт сигнал участникам травли: жертва осознаёт отсутствие поддержки, а остальные участники воспринимают свои действия, как разрешённые. Для психолога важно понимать, что часто нежелание вмешиваться - это следствие растерянности педагога, проявление его некомпетентности в вопросах борьбы с травлей. Следовательно, необходимым элементом работы является психологическое просвещение педагогов по рассматриваемой проблеме.

Необходимо добиться активизации у детей морального чувства и подвести их к осуществлению выбора.

Взрослый участник борьбы с травлей должен понимать, что достижение желаемого результата определяется осознанным участием детей. Не сложно сделать так, чтобы они просто подчинились требованиям педагога. Но для настоящего выхода участников травли из того, что называют «стайным азартом», ученики должны оценить события с точки зрения морали, а затем коллективно - перейти к формулированию новых (позитивных) правил жизни коллектива, то есть, запустить новую групповую динамику.

Необходимо обеспечить сопровождение группы тем педагогом, который принял на себя обязательства за решение ситуации.

Группа на этапе преодоления остаточных явлений травли и формирования новой групповой динамики нуждается в наблюдении и поддержке позитивных изменений. Это можно осуществить, продолжив проводить мероприятия на сплочение группы - досуг, командные тренинги, классные часы, посвящённые дружбе.

На завершающем этапе необходимо провести индивидуальную психологическую работу с участниками травли, направленную на преодоление её кратко- и долгосрочных последствий.

Жертва травли, как правило, нуждается в нормализации самооценки. Инициатор (исполнитель) травли - в развитии эмпатии, социального интеллекта, волевого самоконтроля, снижении тревожности и агрессивности.

Всех детей необходимо включать в ситуацию успеха и лидерства, чтобы они могли продемонстрировать себя с лучшей стороны перед сверстниками, самоутверждаться в рамках конструктивных проектов.

Проведение психологической диагностики позволило установить, что учителя младших классов ГБОУ ООШ №28 города Сызрани не готовы к решению проблемы школьной психологической травли, они нуждаются в получении проведения психологического консультирования, направленного на получение дополнительной информации о причинах, проявлениях, последствиях школьной психологической травли, а также в обучении способам профилактики данного явления и его прекращении.

Задачи консультанта:

- помочь клиентам преодолеть внутреннее противоречие между практической необходимостью бороться с проявлениями психологической травли в классе или предпринимать меры по её профилактике и неготовностью рассматривать травлю как значимую проблему;
- помочь клиентам осознать роль педагога в борьбе с психологической травлей в школе и прийти к выводу, что позиция педагога в отношении травли должна быть проактивной;
- помочь педагогам младших классов осознать, что они владеют навыками, с помощью которых могут управлять групповой динамикой класса (что является способом профилактики травли) и должны перейти к их осознанному использованию;
- помочь педагогам младших классов осознать необходимость освоить навыки, с помощью которых они могут выявить и пресечь психологическую травлю.

Метод консультативной работы: групповые и индивидуальные консультации.

Планируется использование следующих техник консультирования: беседа, дискуссия, анализ и разрешение внутренних противоречий, ролевая игра.

Консультационная работа предполагает наличие запроса от клиента, который сам решает, что необходимо обратиться за получением психологической помощи. В данном случае, решение о проведении консультации принималось психологом. Следовательно, на предварительном этапе нужно было провести работу по формированию у клиентов понимания необходимости участия в консультациях и запроса на психологическую помощь.

Для решения этой задачи с педагогами были проведены индивидуальные консультации, на которых им были представлены полученные в ходе диагностики результаты. Каждый клиент был ознакомлен с полученными результатами. Психолог-консультант ответил на вопросы, которые возникали у педагогов, мы обсудили, как именно проведённое психологическое обследование (его результаты) может быть полезно человеку в его профессиональной деятельности. Это позволило заинтересовать клиентов в общении с психологом, подтолкнуло их к обдумыванию необходимости получения психологической помощи.

Благодаря проведению индивидуальных консультаций, на которых обсуждались результаты проведённой психологической диагностики, учителя младших классов осознали, что их отношение к проблеме психологической травли в школе является не только профессиональной, но и психологической проблемой, для решения которой необходима получение консультативной помощи психолога.

Программа проведения психологических консультаций представлена в таблице 5.

Таблица 5 – Программа психологических консультаций педагогов начальной школы по организации борьбы с психологической травлей в школе

Тема консультации	Задачи консультации	Методы и техники	Количество часов
1. Обсуждение результатов психологической диагностики.	Сформировать у клиентов запрос на психологическую помощь.	Индивидуальная консультация	4
2. «Последствия психологической травмы для её участников»	Сформировать у клиентов восприятие психологической травмы как явления, которое приводит к негативным последствиям для личности его участников	Групповая консультация Беседа	4
3. «Влияние педагога на возникновение психологической травмы в школьной среде»	Способствовать формированию у клиентов понимания того, что позиция педагога может вызвать психологическую травлю в школе, способствовать её развитию.	Групповая консультация Беседа Анализ внутренних противоречий	4
4. «Роль педагога в развитии психологической травмы в школе»	Познакомить клиентов с присущими педагогам типичными ошибками, следствием которых является вероятность консервации или усугубления ситуации травмы.	Групповая консультация Беседа Дискуссия	4
5. «Способы прекращения психологической травмы»	Ознакомить клиентов с существующими подходами к прекращению психологической травмы. Рассмотреть, какими навыками педагог владеет, какими должен овладеть.	Групповая консультация Беседа Дискуссия	4
6 «Анализ психологических кейсов, касающихся проблемы школьной травмы (часть 1)	Содействовать развитию у клиентов навыков эффективного решения проблем, связанных с психологической травлей, а также формировать проактивную позицию в участии в данных ситуациях.	Групповая консультация Ролевая игра Дискуссия	4
7. «Рассмотрение психологических кейсов по проблеме школьной травмы» (часть 2 - Кибербуллинг)	Продолжить формирование у клиентов навыков решения проблемы психологической травмы на в ситуации кибербуллинга.	Групповая консультация Ролевая игра Дискуссия	4

Дальнейшие встречи проходили в форме групповых консультаций. Были использованы такие техники консультирования как анализ внутренних противоречий клиента, беседу, дискуссию, ролевую игру.

Главная сложность проведения консультативной работы заключалась в том, чтобы убедить клиентов общаться, оставаясь в рамках взаимодействия «психолог-консультант - клиент» и обсуждать в первую очередь

психологические (а не педагогические) аспекты предложенной темы. Но это препятствие на пути к результату удалось преодолеть и достичь высокого уровня взаимного доверия. Учителя активно участвовали в дискуссиях, которые были продуктивными, так как каждый педагог имеет базовые знания в области психологии. Особый интерес у клиентов вызвало обсуждение кейсов психологической травли, для которого я предложила использовать метод ролевой игры. Данный метод обеспечил глубокое погружение участников консультативных встреч в ситуацию и был, по их утверждению, наиболее полезным. Для заключительной встречи, которая была посвящена кибербуллингу (психологической травле в социальных сетях), участники смогли подготовить часть кейсов самостоятельно. Программа психологического консультирования не только позволила решить поставленные задачи, но и сформировала устойчивый интерес педагогов к проблеме школьной психологической травли.

Следующая форма работы по организации противодействия проявлениям психологической травли - психологическое просвещение.

Для психологического просвещения коллектива была выбрана форма беседы с педагогическим коллективом.

Тема беседы «Школьная психологическая травля - почему это серьёзная проблема» была определена, исходя из результатов, полученных при психологической диагностике учителей начальных классов, большинство из которых не считает психологическую травлю значимой проблемой школьной жизни.

Был составлен план проведения мероприятия по психологическому просвещению с педагогическим коллективом ГБОУ ООШ №28 города Сызрани.

В ходе апробации рекомендаций по организации работы, направленной на противодействие проявлениям школьной психологической травле, была проведена психологическая беседа с коллективом ГБОУ ООШ №28 города

Сызрань с целью психологического просвещения на тему «Школьная психологическая травля - почему это серьёзная проблема».

Тема беседы была выбрана с учётом мнения учителей младших классов, которые оценили психологическую травлю как явление, которое не является значимой проблемой для начальной школы.

Данное мероприятие представляло собой групповую форму работы по направлению «Психологическое просвещение».

Для проведения беседы был подготовлен информационный доклад, в котором были представлены основные характеристики психологической травмы как явления, которое является проблемой не только для его непосредственных участников, но и для школы в целом. Доклад сопровождался мультимедийной презентацией.

Тема беседы и предложенная информация вызвали у участников мероприятия интерес. Об этом свидетельствовали вопросы, которые были заданы докладчику и активное обсуждение темы, возникшее после прослушивания доклада.

На этапе подведения итогов слушатели смогли самостоятельно сформулировать ответ на вопрос: является ли психологическая травля проблемой школьной жизни и почему?

Беседа прошла продуктивно, сопровождалась вопросами, активным обсуждением предложенного материала и собственными выводами участников. Цель мероприятия была достигнута.

На заключительном этапе работы по апробации разработанных рекомендаций, с учениками 4 «В» класса, у которых в ходе психологической диагностики был выявлен высокий риск проявлений психологической травмы, были проведены коррекционные занятия.

Для учеников этого класса была разработана коррекционно-развивающая программа, направленная на профилактику психологической травмы. В качестве метода психологической коррекции была выбрана арт-терапия.

Арт-терапия пользуется популярностью у психологов как инструмент, который позволяет обеспечить ряд психокоррекционных эффектов. Использование в программах психологической коррекции занятий различными видами искусства позволяют психологам:

- осуществить решение внутренних конфликтов и управление интенсивными эмоциями, агрессивностью и негативизмом в социально-приемлемой форме;
- уменьшить уровень эмоционального напряжения и сопутствующую этому тревожность;
- обеспечить развитие способности к осознанию человеком своих ощущений и чувств;
- способствовать развитию коммуникативных навыков;
- формировать адекватную самооценку.

С помощью арт-терапии психолог добивается, чтобы клиент проработал свои глубинные переживания, создающие трудности в установлении нормального общения с окружающими. Это эмоциональные состояния, обусловленные тревогой, страхом, обидой, неуверенностью в себе, неумением отстоять личностные границы и удерживать под контролем эмоции и чувства. Перечисленные эффекты объясняются тем, что образы, реализованные в игровом пространстве и с помощью художественных материалов, становятся для участников арт-терапии средством психической проекции.

Применительно к педагогической психологии приставка «терапия» означает, что данный метод позволяет осуществить «социальное врачевание» личности ребёнка, изменить сформированные стереотипы поведения через занятия художественным творчеством. Если занятия искусством происходят в рамках психологической коррекции, то укрепляется психическое здоровье ребёнка, достигается коррекционный и психогигиенический (профилактический) эффект.

В качестве средств арт-терапии используют: музыку, психодраму (сценическое действие), изобразительная деятельность, чтение, игру,

движение – психолог, использующий арт-терапию, сталкивается не с дефицитом инструментов, а с проблемой их выбора из большого арсенала.

Формы работы, как и в других направлениях психологического воздействия, - индивидуальная и групповая.

Метод арт-терапии (изо-терапии) был выбран для проведения психологической коррекции у учеников начальной школы по нескольким соображениям.

Во-первых, рисование является для младших школьников привычным и любимым занятием.

Во-вторых, занятие изобразительным творчеством обеспечивает для ребёнка накопление положительных эмоций.

В-третьих, в программе изо-терапии можно комбинировать в одном занятии индивидуальные и групповые формы работы, что позволит избежать негативного влияния на результат занятия отчуждённости, которая существует между учениками данного класса. При этом, постепенно должны проявиться эффекты групповой изо-терапии, такие как:

- развитие навыков социального взаимодействия;
- формирование навыка принятия решений и взаимной поддержки в процессе совместной деятельности;
- освоение новых ролей.

Цель коррекционно-развивающей программы с использованием изо-терапии заключается в нормализации эмоционального состояния учащихся (снижение уровня тревожности и агрессивности), формированию социально-адекватных способов взаимодействия с внешним миром.

Запланированными результатами коррекционно-развивающей программы являются:

- повышение уверенности детей в своих силах;
- улучшение взаимоотношений в классе;
- выработка новых групповых норм;
- профилактика психологической травли.



Хронологический и содержательный план коррекционно-развивающей программы представлен в таблице 6.

Таблица 6 – План коррекционно-развивающей работы с младшими школьниками по профилактике психологической травли

№ занятия	Тема	Кол- во часов	Примечание
1	Беседа с учащимися о предстоящих занятиях. Согласование свода правил поведения на занятиях.	1	Разъяснение содержания занятий, правил проведения и поведения.
2	Создание постеров, рисунков, аппликаций (на выбор участник) на тему психологической травли (по мотивам сказки Г.Х. Андерсена Гадкий утёнок).	2	Планируется работа в малых группах. Но при желании участник может работать индивидуально.
3	Презентация выполненных на предыдущем занятии работ.	2	С каждым участником (малой группой) прорабатывается стратегия презентации и общения с аудиторией.
4	Создание комикса на тему противодействия психологической травли.	2	Планируется проведение работы в малых и средних (5-7 человек) группах – обсуждение сюжета, распределение обязанностей.
5	Презентация выполненных на предыдущем занятии работ.	2	С каждой группой прорабатывается стратегия презентации и общения с аудиторией.
6	Создание буклета «Травли НЕТ». Обсуждение процесса создания творческого продукта и поиска выразительных средств.	2	Работа в малых и средних (5-7 человек) группах. Обсуждение сюжета, распределение обязанностей.
7	Презентация выполненных на предыдущем занятии работ.	2	С каждой группой прорабатывается стратегия презентации и общения с аудиторией.

Инструментальное содержание программы: овладение участниками различных творческих практик и создание творческих продуктов, посвящённых теме борьбы с психологической травлей.

Проведённые занятия оправдали ожидания, которые возлагались на выбранный метод коррекционной работы.

На первом занятии дети были неактивны, разъяснение правил воспринимали отстранённо, в обсуждении участвовали единицы.

На втором занятии большая часть детей работали индивидуально. Образовалось три пары учеников. При этом, в каждой паре дети работали самостоятельно, но обсуждали рисунки друг друга. Пять человек отказались

выполнять задание, но проявляли интерес к работе других.

На последующих занятиях работали уже все, хотя и с разной степенью активности.

Начиная с третьего занятия, дети охотно объединялись для работы в малые группы, но испытывали затруднения при распределении обязанностей. В этом случае на помощь приходил психолог.

На втором и третьем занятиях возникали ситуации взаимной обиды, раздражения. Но психолог напоминал о правилах поведения и дети быстро гасили эмоциональные всплески. На последующих занятиях роль «миротворца» начали брать на себя отдельные ученики.

Некоторые дети охотно перешли к групповой работе и выбрали для себя «специализацию»: Карина М. сказала, что способностей к рисованию у неё нет, но она с удовольствием будет готовить презентации; Фарид К. вызвался раскрашивать рисунки и делал это старательно и аккуратно.

Каждое занятие завершалось обсуждением того, как оно прошло.

Для рефлексии использовалась система «Светофор» для обозначения отношения к занятию и смайлики для обозначения настроения:

- красный сигнал - «занятие не понравилось», «были серьёзные трудности», «настроение плохое»;
- жёлтый сигнал - «затрудняюсь оценить своё отношение к занятию и к своей работе», «настроение неопределённое»;
- зелёный сигнал - «занятие понравилось», «работой доволен»; «настроение хорошее».

Каждый ребёнок мог высказать, что чувствует и думает – с каждым занятием желающих высказаться становилось все больше.

Успеху занятий способствовало, на мой взгляд то, что тема очередного занятия объявлялась заранее, и ребёнок мог как продумать планируемый творческий продукт как самостоятельно, так и обсудить будущую деятельность с одноклассниками.

Подведём итоги работы, проведённой по апробации рекомендаций,

разработанных для организации противодействия проявлениям школьной психологической травли у младших школьников.

Модель деятельности школьного психолога в борьбе с психологической травлей такие направления работы, как диагностика, коррекция, консультирование, профилактика.

Работа по искоренению явления психологической травли осуществляется в тесном взаимодействии с педагогическим коллективом, администрацией, родителями и осуществляется поэтапно.

Необходимо:

- изучить проблему и локализовать ситуацию;
- предотвратить неправильное реагирование на ситуацию со стороны педагогов и администрации школы;
- исключить игнорирование и замалчивание проявлений травли – её инициатор и исполнители воспринимают это как негласное разрешение или даже поощрение;
- обеспечить разбор ситуации и формирование установки, что травля – это общая проблема группы (класса, школы);
- дать однозначно негативную оценку происходящему явлению в общении с коллективом класса;
- подкрепить открытую и проактивную позицию умением выстраивать коммуникацию с подростками на основе правила «общайся спокойно, твёрдо, доброжелательно»;
- активизировать у детей моральное чувство и сформулировать выбор;
- обеспечить сопровождение группы на пути развития положительной групповой динамики.

Формы и методы работы выбираются в зависимости от этапа и цели. На этапе локализации ситуации - психологическая диагностика, затем - групповая консультативная и тренинговая работа, направленная на сплочение группы. На заключительном этапе - индивидуальное консультирование с участниками травли для преодоления её психологических последствий.

Результатом проведённых мероприятий по психологическому консультированию и психологическому просвещению стало знакомство коллектива с характеристиками явления школьной психологической травли, которые определяют данное явление как значимую проблему школьной жизни и формирование у них представления о психологической травле как о значимой проблеме школьной жизни, отношение к которой должно быть проактивным.

На коррекционно-развивающих занятиях, проведённых для учащихся 4«В» класса, был использован метод изо-терапии, с помощью которого удалось достичь запланированных результатов:

- ученики 4 «В» класса на занятиях демонстрировали возросшую уверенность в себе и в своих силах – они охотно приступали к выполнению нового задания, не боялись исправлять и переделывать рисунки, проявляли искреннюю радость, если видели, что одноклассник выполнил задание лучше;
- отношения в классе изменились в лучшую сторону – дети начали охотно и доброжелательно общаться друг с другом; без особых затруднений участвовали в совместной деятельности, распределяя при этом обязанности и стремясь к взаимопомощи;
- наметилась тенденция к выработке новых групповых норм – дети начали обращаться друг к другу по именам, перестали реагировать на неудачи одноклассников смехом и обидными комментариями.

Все перечисленное можно считать признаками снижения риска развития в классе психологической травли.

Таким образом, рекомендации, разработанные для организации школьным психологом противодействия проявлениям школьной психологической травли, были успешно апробированы в ГБОУ ООШ №28 города Сызрань.

Проведённое эмпирическое исследование психологической травли у детей младшего школьного возраста позволило сформулировать ряд выводов.

Все учителя начальных классов считают достаточной степень своей информированности о таком явлении как школьная психологическая травля. Но реальный уровень информированности является низким, что обуславливает недооценку данной проблемы и отсутствие целенаправленной работы по её профилактике среди учеников младших классов.

Большинство учителей начальной школы (80%) не готовы к решению проблемы школьной психологической травли, они нуждаются в получении проведении психологического консультирования, направленного на получение дополнительной информации о причинах, проявлениях, последствиях школьной психологической травли, а также в обучении способам профилактики данного явления и его прекращении.

Среди принявших участие в эмпирическом исследовании младших школьников не выявлено случаев психологической травли.

Выявлена зависимость риска возникновения психологической травли от уровня готовности учителя к решению данной проблемы: в классе, учитель которого готов к противодействию школьной психологической травле, уровень риска развития данного явления низкий. Коллектив класса, учитель которого имеет низкий уровень готовности к решению проблемы школьной психологической травли, риск проявлений травли высокий.

Содержание, формы и методы работы психолога по противодействию школьной психологической травле в младших классах определяется этапом и целью: на этапе локализации ситуации необходимо проведение психологической диагностики; на этапе ликвидации проявлений травли проводится групповая консультативная и тренинговая работа, направленная на сплочение группы; на заключительном этапе - индивидуальное консультирование с участниками травли для преодоления её психологических последствий.

## Заключение

В результате анализа теоретических аспектов проблемы было установлено, что травля является сложным и многогранным психологическим феноменом. Учёные исследуют феномен психологической травли, исходя из разных концептуальных подходов, но предлагают близкие по смыслу трактовки его сущности, содержания и понятийной базы, объединённые общей характеристикой исследуемого феномена как сложной и многогранной психологической категории.

Понятие «психологическая травля» коррелирует с агрессивным доминированием одного субъекта над другим, проявлением властного превосходства, социальной или физической силы агрессора, уязвимостью жертвы, а также усилением ролевой иерархии в межличностных отношениях. Оно сопровождается отклоняющимся поведением, направленным на реализацию насильственного воздействия (физического, психологического, вербального, социального), и выступает как механизм социальной деструкции.

Проблема психологической травли имеет особую актуальность у детей младшего школьного возраста, так как они отличаются повышенной уязвимостью, чувствительностью и восприимчивостью к различным деструктивным воздействиям. Явление школьной травли обладает комплексной природой и многообразием причинных факторов. Но решающее значение имеет характер взаимодействия ребёнка с родителями и педагогами.

Следовательно, благополучные детско-родительские отношения и конструктивные взаимоотношения с педагогами способны создать условия, препятствующие возникновению психологической травли в коллективах младших школьников. В наибольшей степени риску психологической травли подвержены младшие школьники определёнными психологическими или поведенческими особенностями: испытывающие затруднения в социальном взаимодействии; имеющие внешне особенности; часто болеющие; отличающиеся выраженным стремлением к независимости.

Роль психолога в профилактике травли среди детей младшего школьного возраста заключается в содействии развитию толерантности и социальной компетентности всех участников данного процесса, предотвратить, развитие психотравмирующих и социально опасных ситуаций.

Было проведено эмпирическое исследование психологической травли среди детей младшего школьного возраста. Психологическая диагностика показала, что все большинство учителей начальной школы (80%) не готовы к решению проблемы школьной психологической травли, они нуждаются в получении проведения психологического консультирования, направленного на получение дополнительной информации о причинах, проявлениях, последствиях школьной психологической травли, а также в обучении способам профилактики данного явления и его прекращении.

Среди принявших участие в эмпирическом исследовании младших школьников не выявлено случаев психологической травли. Выявлена зависимость риска возникновения психологической травли от уровня готовности учителя к решению данной проблемы: в классе, учитель которого готов к противодействию школьной психологической травле, уровень риска развития данного явления низкий. Коллектив класса, учитель которого имеет низкий уровень готовности к решению проблемы школьной психологической травли, риск проявлений травли высокий.

Были разработаны рекомендации по организации противодействия проявлениям психологической травли среди детей младшего школьного возраста, апробация которых подтвердила, что содержание, формы и методы работы психолога по противодействию школьной психологической травле в младших классах определяется этапом и целью. На этапе локализации ситуации необходимо проведение психологической диагностики; на этапе ликвидации проявлений травли проводится групповая консультативная и тренинговая работа, направленная на сплочение группы; на заключительном этапе — индивидуальное консультирование с участниками травли для преодоления её психологических последствий.

Проведённые с учителями индивидуальные и групповые консультации, направленные на получение ими дополнительной информации о причинах, проявлениях, последствиях школьной психологической травли, позволили: сформировать устойчивый интерес педагогов к проблеме школьной психологической травли; сформировать у них представление о психологической травле как о значимой проблеме школьной жизни, отношение к которой должно быть проактивным; обучить их способам противодействия проявлениям психологической травли среди младших школьников.

Для младших школьников - с целью нормализации эмоционального состояния учащихся (снижение уровня тревожности и агрессивности), формирования социально-адекватных способов взаимодействия с внешним миром – была разработана и реализована коррекционно-развивающая программа. Ее реализация привела к следующим результатам: возросла уверенность младших школьников в своих силах; отношения в классе изменились в лучшую сторону - дети начали охотно и доброжелательно общаться друг с другом; без особых затруднений участвовали в совместной деятельности, распределяя при этом обязанности и стремясь к взаимопомощи; наметилась тенденция к выработке новых групповых норм - дети начали обращаться друг к другу по именам, перестали реагировать на неудачи одноклассников смехом и обидными комментариями. Все перечисленное можно считать признаками снижения риска развития в классе психологической травли.

Разработанные рекомендации по противодействию проявлениям психологической травли среди младших школьников были успешно апробированы в ГБОУ ООШ №28 города Сызрань и могут быть применены педагогами-психологами в средних общеобразовательных учреждениях для проведения профилактической, консультативной и коррекционно-развивающей работы.



## Список используемой литературы

1. Аверьянов А. И. Буллинг как вызов современной школе [Электронный ресурс]. URL: <http://www.sworld.com.ua/konfer30/531.pdf>. (дата обращения: 01.06.2025).
2. Андрианова Р. А. Буллинг как феномен агрессивного преследования в образовательной среде // Подходы к профилактике агрессивного поведения детей и подростков в образовательной среде: сб. науч. ст./ под ред. И. В. Вагнер. М.: ФГБНУ «ИИДСВ РАО». 2020. С.5-22.
3. Андрианова Р. А., Шемшурин А. А., Чернов В. А. Проблемы и ресурсы комплексной профилактики агрессивного поведения в образовательной организации // Психологические исследования. 2021. № 4. С.107-125.
4. Аптикиева Л. Р. Буллинг как преморбид асоциальной направленности личности подростка // Вестник Оренбургского государственного университета. 2018. №2(214). С.39-46.
5. Баталов Д. Р. Воспитательная среда общеобразовательной организации как средство профилактики буллинга среди младших школьников: дис. ... канд. пед. наук: 5.8.1. Москва. 2024. 219 с.
6. Бердышев И. С. Лекарство против ненависти // Первое сентября. 2005. №18. С.3.
7. Беринская И. В. Социально-психологический тренинг как средство профилактики школьного буллинга // Казанский педагогический журнал. 2019. № 3 (134). С.67-71.
8. Бочавер А. А., Хломов К. Д. Буллинг как объект исследований и культурный феномен // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. №3. С.149-159.
9. Бутовская М. Л., Луценко Е. Л., Ткачук К. Е. Буллинг как социокультурный феномен и его связь с чертами личности у младших школьников // Этнографическое обозрение. 2012. №5. С.139-150.

10. Воронцов Д. Б. Особенности буллинга в школе // Вестник Череповецкого государственного университета. 2020. №2(95). С.129-137.
11. Гришина Т. Г. Социально-психологические факторы ролевого поведения подростков в ситуации буллинга: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2021.27с.
12. Гришина Т. Г., Нестерова А. А. Семейные факторы риска проявления буллинга в школьной среде // Социальная психология в образовательном пространстве: сб. статей II Всерос. науч.-практ. конф. с международн. участием. М.: ФГБОУ МГППУ. 2017. С.425-429.
13. Жекулина Т. М. Травля в школе. Нарративный подход к работе с проблемой. Генезис. 2018.189 с.
14. Журавлева А. В., Артемьева Г. Н. Буллинг как деструктивный вид социального взаимодействия в подростковом возрасте // Вестник науки. 2023. №10(67). С. 400-409.
15. Иванова А. К. Буллинг и кибербуллинг как явление образовательной среды: примеры современных исследований проблемы // Мир науки. Педагогика и психология. 2018. № 5. С. 50.
16. Илларионова Е. С., Шалагинова К. С. Проблема буллинга в подростковом возрасте // Студенческий научный форум: материалы V Международ. студ. науч. конф. [Электронный ресурс]. URL: <https://scienceforum.ru/2013/article/2013004145> (дата обращения: 01.06.2025).
17. Капиренкова О. Н., Пискажева М. И. Современное понимание буллинга в школьной среде // Евразийский Союз Учёных. 2020. № 6-3 (75). С. 58-62.
18. Капустина Т. В., Эльзессер А. С., Мандрыкина Л. В. Школьный буллинг: признаки социально-психологической дезадаптации у Обидчиков, Жертв и Обидчиков-жертв // Российский психологический журнал. 2023. №1. С. 235-251.
19. Ковтун Р. Ф. Основные модели поведения личности в конфликтном взаимодействии // Приоритеты профессионально- педагогической

деятельности в условиях новой образовательной политики: коллективная монография. Челябинск: Библиотека А. Миллера. 2021. С. 70-92.

20. Кон И. С. Что такое буллинг и как с ним бороться? [Электронный ресурс]. URL: <http://www.sexology.narod.ru/info178.html>. (дата обращения: 01.06.2025).

21. Король Н. В., Русак А. С. Особенности агрессивности и тревожности участников школьного буллинга // Образование и воспитание дошкольников, школьников, молодёжи: теория и практика. 2023. № 2. С. 129-140.

22. Кривцова С. В. Буллинг в школе VS сплочённость равнодушных: организационная культура ОУ для решения проблем дисциплины и противостояния насилию. М.: ФИРО. 2011. 119 с.

23. Лейн Д., Миллер Э. Школьная травля (буллинг) // Детская и подростковая психотерапия. СПб. 2001. С. 240-274.

24. Марценковский Д. И. Буллинг как разновидность школьного насилия // НейроNews: психоневрология и нейропсихиатрия. 2016. №6 (80). С. 28-30.

25. Мерцалова Т. А. Насилие в школе: что противопоставить жестокости и агрессии? // Директор школы. 2000. С. 25-32.

26. Москвина Е. В. Направления подготовки педагогов к профилактике девиантного поведения подростков в школе // Образование и общество. 2023. №2(139). С. 121-126.

27. Москвина Е. В., Галагузова М. А. Профилактика девиантного поведения несовершеннолетних в образовательной организации на современном этапе // Педагогическое образование и наука. 2022. №1. С. 30-39.

28. Ожиева Е. Н. Буллинг как разновидность насилия. [Электронный ресурс]. URL: [http://www.rusnauka.com/33\\_NIEK\\_2008/Psihologia/37294.doc.htm](http://www.rusnauka.com/33_NIEK_2008/Psihologia/37294.doc.htm) (дата обращения: 01.06.2025).

29. Павлова А. Б. Педагогическая профилактика притеснения младших школьников в межличностных отношениях в образовательной организации:

автореф. дис. ... канд. пед. наук. М. 2021. 26с.

30. Петросянц В. Р. Психологическая характеристика старшеклассников, участников буллинга в образовательной среде, и их жизнестойкость: автореф. дис. ... канд. психол. наук: СПб. 2011. 29с.

31. Пилецкий С. Г. Каиново наследство или опыт изучения человеческой агрессивности. М.: URSS. 2015. 480с.

32. Руланн Э. Г. Как остановить травлю в школе. Психология моббинга. М.: Генезис. 2012. 264с.

33. Сластихина О. А., Желонкина Ю. Н., Южакова И. О. Буллинг в школьной среде и его профилактика // Проблемы современного педагогического образования. 2019. №64-1. С.358-362.

34. Соловьёв Д. Н. Профилактика буллинга в первичном коллективе подростков: учеб.-метод. пособие. Омск: Омский гос. ин-т сервиса. 2015. 56с.

35. Сухарев И. А. Эмоциональные предикторы агрессии участников школьного буллинга // Образование и право. 2023. № 3. С. 239-244.

36. Хакимова Н. Г., Гумерова М. М., Магсумов Т. А. Профессиональная компетентность учителя по работе с разными видами буллинга в школьной среде // Russian Journal of Education and Psychology. 2024. № 5SE, С. 302-319.

37. Храпов С. А., Копылова С. В. Феномен агрессии в социокультурной динамике: историко-философский анализ // Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики. 2013. №7(33). С. 210-214.

38. Чельшева И. В. Влияние современных массмедиа на здоровье и развитие подрастающего поколения // Образование. Медиа. Общество. 2008. №3. С.14-18.

39. Шалагинова К. С., Куликова Т. И., Залыгаева С. А. Половозрастные особенности школьников как предикторы риска буллинга // Вестник Государственного университета просвещения. Серия: Психологические науки. 2019. С. 126-138.

40. Шалагинова К. С., Куликова Т. И., Черкасова С. А. Теоретико-

методические основы деятельности педагога-психолога по предотвращению буллинга в школах Тульского региона: гендерно-возрастной аспект: монография. Под общ. ред. К. С. Шалагиновой. Тула: Изд-во «Гриф и К°». 2014. 237с.

41. Arora C. M. J. Measuring bullying with the life in School checklist // Pastoral Care in Education. 1994. №12. P. 11-15.

42. Besag V. E. Bullies and Victims in Schools, Milton Keynes. Open University Press. 1989. 87p.

43. Hawker D. S. J. Twenty Years' Research on Peer Victimization and Psychosocial Maladjustment: A Meta-Analytic Review of Cross- Sectional Studies // Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines. 2000. №4. P. 441-455.

Hazler R. J., Miller D., Carney J. V., Green S. Adult recognition of school bullying situations // Educational Research. 2001. №43. P. 133-146.

44. Heald T. R. Defining Bullying: Towards a Clearer General Understanding and More Effective Intervention Strategies // School Psychology International. 1996. № 17. P. 317-329.

45. Olweus D. Bullying in schools: facts and intervention [Electronic Resource]. Kriminalistik. 2010. № 64 (6).

46. Roland E., Munthe E. Bulling: The 1996 Norwegian program for preventing and managing bullying in schools // The Irish Journal of Psychology. 1989. № 18. P. 233-247.

47. Tapscott D. Growing Up Digital: How the net generation is changing your world. New York: McGraw-Hill, 2008. 384 p.

48. Volk A. A., Dane A. V., Marini Z. A. What Is Bullying? A Theoretical Redefinition // Developmental Review. 2014. № 4. P. 327-343.

49. Wang J., Iannotti R., Luk J. Co-Occurrence of Victimization from Five Subtypes of Bullying: Physical, Verbal, Social Exclusion, Spreading Rumors, and Cyber // Journal of Pediatric Psychology. 2010. Vol. 35. № 10. P. 1103-1112.