ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОФИЛАКТИКИ БУЛЛИНГА В ШКОЛЬНОЙ СРЕДЕ

Конратбаева Айжамал Базарбаевна

преподаватель кафедры «Психологию», доктор философии (PhD) по психологическим наукам, Национальный педагогический университет Узбекистана им. Низами, Ташкент

Аннотация. В данной статье рассматривается проблема школьного буллинга как одного из наиболее распространённых и социально значимых деструктивных явлений в образовательной среде. Раскрывается сущность понятия «буллинг», его основные характеристики, а также особенности проявления среди обучающихся. Особое внимание уделяется классификации видов буллинга (физический, вербальный, психологический, кибербуллинг) и их специфическим проявлениям. Анализируется влияние буллинга на психическое и эмоциональное состояние участников образовательного процесса. Обосновывается необходимость комплексной профилактической работы, включающей взаимодействие педагогов, психологов и родителей.

Ключевые слова: буллинг, агрессия, насилие, профилактика, кибербуллинг, школьная среда, социальная адаптация, травля.

Проблема буллинга в школьной среде в последние годы приобретает особую значимость в связи с ростом числа межличностных конфликтов среди учащихся и увеличением случаев психологического насилия. Буллинг в школьной среде представляет собой систематическое агрессивное поведение, направленное на причинение вреда одному из участников образовательного процесса, характеризующееся неравенством

сил и повторяемостью действий. Данное явление включает в себя различные формы насилия: физическое, вербальное, социальное и психологическое [6].

Современные исследования показывают, что участниками буллинга являются не только агрессоры и жертвы, но и наблюдатели, чья позиция может усиливать или, наоборот, снижать уровень насилия в школьной среде. Психологические факторы, способствующие возникновению буллинга, включают низкий уровень эмпатии, особенности семейного воспитания, а также неблагоприятный социально-психологический климат в классе.

Буллинг оказывает негативное влияние на психоэмоциональное состояние детей, снижает уровень их учебной мотивации и может приводить к развитию тревожных и депрессивных расстройств [2]. В условиях современного общества, характеризующегося высокой динамикой социальных изменений и усилением цифрового взаимодействия, проблема школьного буллинга приобретает новые формы, включая кибербуллинг. Особую актуальность приобретает разработка эффективных психолого-педагогических методов профилактики буллинга, направленных на формирование безопасной образовательной среды. Важную роль в этом процессе играют школьные психологи, педагоги и родители, чья совместная деятельность способствует раннему выявлению и предотвращению агрессивного поведения среди учащихся [7]. Таким образом, изучение психологических аспектов профилактики буллинга является важной научной и практической задачей.

Профилактика буллинга требует комплексного подхода, включающего развитие эмоционального интеллекта учащихся, формирование навыков конструктивного общения и создание условий для

психологической безопасности в школе. В связи с этим возрастает необходимость научного анализа психологических механизмов буллинга и разработки эффективных программ его предупреждения.

Термин «буллинг» (от англ. *bullying*) в современной психолого-педагогической литературе трактуется как форма агрессивного поведения, характеризующаяся систематическим и целенаправленным воздействием одного или группы лиц на другого человека с целью доминирования, подавления и причинения психологического или физического вреда [3].

Буллинг представляет собой сложное социально-психологическое явление, включающее элементы насилия, неравенства сил и повторяемости агрессивных действий [1]. В отличие от межличностного конфликта, где стороны обладают относительно равными позициями, при буллинге наблюдается устойчивая асимметрия власти: одна сторона выступает в роли агрессора, другая — в роли жертвы.

Проявления буллинга могут носить разнообразный характер. К числу наиболее распространённых форм относятся:

Физический буллинг — прямое применение физической силы (удары, толчки, порча имущества), а также запугивание посредством угроз насилия.

Вербальный буллинг — словесные оскорбления, насмешки, уничижительные комментарии, угрозы.

Психологический (социальный) буллинг — изоляция, игнорирование, распространение слухов, подрыв социального статуса жертвы.

Кибербуллинг — форма агрессии, реализуемая посредством цифровых технологий (социальные сети, мессенджеры), отличающаяся высокой скоростью распространения и анонимностью [4].

Научные исследования показывают, что буллинг оказывает выраженное негативное влияние на психоэмоциональное состояние обучающихся. У жертв травли наблюдаются снижение самооценки, повышенный уровень тревожности, депрессивные состояния, а также трудности социальной адаптации[5]. В свою очередь, у агрессоров формируются устойчивые модели девиантного поведения, что в дальнейшем может привести к асоциальным формам взаимодействия [5].

Профилактика школьного буллинга требует системного и комплексного подхода. Одним из ключевых направлений является формирование в образовательной организации безопасной и поддерживающей среды, основанной на принципах уважения, толерантности и взаимопомощи.

Важную роль играют педагоги, которые должны своевременно выявлять признаки буллинга и принимать меры по его предотвращению. Существенное значение имеет деятельность школьного психолога, направленная на развитие у учащихся коммуникативных навыков, эмоционального интеллекта и конструктивных способов разрешения конфликтов.

Неотъемлемым компонентом профилактики является взаимодействие образовательного учреждения с семьёй. Родители должны быть информированы о признаках буллинга и способах реагирования, а также поддерживать доверительные отношения с ребёнком.

Таким образом, буллинг представляет собой серьёзную социально-психологическую проблему, оказывающую негативное влияние на развитие личности и психологический климат в школьном коллективе. Эффективная профилактика данного явления возможна только при

условии комплексного взаимодействия всех участников образовательного процесса и формирования культуры ненасильственного общения.

Список использованной литературы

1. ГБУЗ РКПЦ МЗ РБ. Буллинг в школе: вопросы противодействия и профилактики. — Уфа, 2021.

2. Драганова О.А., Пономарева Я.В., Давыдова Т.Н. Методические рекомендации по предотвращению буллинга в школьных коллективах. — М., 2020.

3. Жекулина Т.М. Травля в школе: нарративный подход к работе с проблемой. — М.: Психология, 2018.

4. Kowalski R.M., Limber S.P. Psychological, Physical, and Academic Correlates of Cyberbullying. — Journal of Adolescent Health, 2013.

5. Smith P.K. Bullying: Recent Developments. — Child and Adolescent Mental Health, 2016.

6. Olweus D. Bullying at School: What We Know and What We Can Do. — Oxford: Blackwell, 1993.

7. Селигман М. Новая позитивная психология. — М.: София, 2006.