

Как скорректировать поведение агрессивного лидера класса, чтобы не допустить буллинга

В статье – инструкция, которая поможет вам изучить поведение агрессивного лидера в классе. Проведите для учащихся психологическую игру «Необитаемый остров» → 15, чтобы определить, как одноклассники относятся друг к другу и кто из них лидер, а кто жертва

Александра Фокина,

доцент кафедры возрастной психологии им. Л.Ф. Обухова
МГППУ, педагог-психолог ГБОУ «Школа № 1466
им. Надежды Рушевой», к. психол. н.



Когда учитель жалуется, что ученик ведет себя агрессивно и одноклассники подражают его поведению, исследуйте лидерские качества подростка. Проведите диагностику уровня его агрессивности. Побеседуйте с учителем, учащимся и родителями.

1
шаг

Поговорите с учителем

При беседе с учителем уточните, как подросток проявляет агрессию и на кого она направлена: на сверстников или на взрослых. Определите тип агрессии: например, подросток прибегает к физическому насилию или оскорбляет сверстников. Ученик, который разозлился на плохую оценку или замечание учителя, может выместить злость на жертве буллинга. Спросите учителя, почему он считает подростка лидером, подражают ли сверстники его поведению.

2

шаг

Изучите отношения в классе

Проведите в классе социометрию Я. Морено. Подростка считайте лидером, если в классе из 25 человек его выбрали 10 и более одноклассников. Методику используйте в работе с учащимися 5–11-х классов. В 1–5-х классах используйте социометрический эксперимент Я.Л. Коломинского. Показатель лидерства – пять и более положительных выборов.

Предложите классу психологическую игру, например, «Кораблекрушение» или «Луна». Обратите внимание, как ведет себя подросток. Если его решение в игре близко к решению группы, подросток занимает позицию лидера. Проведите с классом игру «Необитаемый остров» → 15. Показатели лидерства подростка в игре: не менее пяти выборов по каждому вопросу, кроме 10-го и 11-го.

Если в ходе диагностики лидерская позиция подростка не подтвердилась, выясните, почему сверстники уступают или подражают ему. Подросток может быть лидером только внутри неформальной группы в классе. Если он единственный выражает несогласие и протест взрослому, сверстники будут прислушиваться к нему. Одноклассники могут бояться агрессивного подростка.

3

шаг

Понаблюдайте за взаимодействием лидера с одноклассниками

Посетите урок учителя, чтобы понаблюдать за поведением подростка. Определите, какую социально-психологическую роль занимает подросток в классе и как он использует ее.

Выявите, что конкретно вызывает симпатию одноклассников в лидере. Их может привлекать тип лич-

4**шаг**

ности, который воплощает подросток, например «взрослый», «смелый», «модный» или «красавец». Лидерами могут стать подростки, которые иницируют и объединяют действия группы, точно определяют настроение и позицию одноклассников, быстро ориентируются в разных ситуациях. Подросток-лидер открыто выражает свое мнение. Одноклассники могут принимать в расчет то поведение лидера, на которое не решаются сами.

Проведите индивидуальную диагностику лидера

Чтобы выявить уровень агрессивности подростка, побеседуйте с ним. Предложите ученику заполнить опросник Басса – Дарки, тест руки и фильм-тест Рене Жиля. Используйте рисуночные методики, например «Вулкан», «Кактус», «Рисунок несуществующего животного» или «Дом, дерево, человек».

Определите, превышает ли уровень агрессивности подростка норму и какая форма агрессии преобладает: вербальная, физическая, косвенная, негативизм или раздражение. Уточните, с кем из сверстников, родителей или педагогов подросток ведет себя агрессивно. Агрессию подростков могут вызывать и отдельные социальные типы и группы, например представители других национальностей, авторитарные персоны или отличники. Подросток может заменять адресата агрессии: например, он злится на мать, но «атакует» учителя.

Исследуйте способы, с помощью которых подросток выражает агрессию. Агрессивное поведение может не соответствовать возрасту, например быть инфантильным. Выявите причины агрессии. Если подросток усвоил, что кричать и драться нормально, он будет выражать таким способом свои мысли, чувства и желания. Получить что-то с боем подростку проще, поэтому он может удовлетворять свои потребности и достигать целей с помощью агрессивного поведения. Когда у подростка есть внутренний запрет на выражение каких-то эмоций,

5

шаг

он заменяет их злостью и раздражением. Например, подростку нравится сверстник, и он нападает.

Помогите лидеру справиться с агрессией

Проведите индивидуальную работу с агрессивным лидером. Пригласите подростка на консультацию. Составьте план развивающей работы на основе результатов диагностики и его личностных особенностей.

Научите преодолевать эмоциональное неблагополучие. Обсудите с подростком значимые потребности и цели, а также типичное для него эмоциональное состояние и способы, которыми он может это состояние изменить. Помогите осознать, как его переживания связаны с агрессивным поведением. Научите восстанавливать психологические ресурсы и неагрессивно защищать личные границы. Пр продемонстрируйте простые релаксационные техники, приемы самонаблюдения и саморегуляции.

Предложите подростку принять участие в тренинге. Группа поддержит его неагрессивное поведение. На занятиях со сверстниками подросток научится по контексту ситуации выбирать, когда реагировать неагрессивно, а когда можно проявить агрессию. Чтобы помочь подросткам справляться со злостью, предложите игровые приемы, например «Лист гнева». Прикрепите лист скотчем к стене в своем кабинете и в классе, чтобы подростки могли скомкать его, когда хотят.

Сформируйте рефлексивное отношение к агрессии. Подростку нужно оценить агрессивность и понять ее смысл в значимых отношениях. Рассмотрите, какие ситуации школьник воспринимает как угрожающие и вызывающие злость, и помогите осознать индивидуальные «пусковые механизмы» агрессивного поведения. Поговорите с ним о «роли выживания» и экспрессивной агрессии.



Совет

Чтобы подростки в группе выразили агрессию, предложите по очереди произнести слово «жаба» с нарастающей громкостью

На групповых занятиях попросите ровесников дать обратную связь подростку: как они воспринимают его агрессивное и неагрессивное поведение. Смоделируйте разные ситуации, чтобы подросток попробовал выбрать поведение.

Покажите альтернативные способы поведения. Обсудите с подростком отношение окружающих к агрессивным способам достижения цели. Вместе сформулируйте, каких целей хочет добиться подросток и как их достичь, поможет ли гнев в этом. Научите отреагировать эмоции.

На групповых занятиях расширяйте репертуар коммуникативных навыков подростков. Развивайте навыки активного слушания. Покажите, как разными способами выразить негативные эмоции, несогласие и запрет. Помогите участникам переоценить угрожающее, авторитарное и деструктивное поведение.

Скорректируйте дисфункциональные отношения. В беседе мотивируйте подростка оптимизировать отношения с окружающими. Обсудите, что он хочет изменить в отношениях со значимыми людьми. Помогите разделить, что подросток должен изменить в себе, а что в партнере по общению. Скорректируйте стереотипное поведение в проблемных ситуациях. Покажите, как определить и найти ресурсы для самопомощи, саморегуляции и помощи извне. Укрепите личные границы подростка и научите уважать границы другого человека.

Проведите беседу с семьей. Измените представления членов семьи о поведении подростка. Покажите, что агрессивное поведение – следствие потребностей и отношений подростка с близкими, а не особенность его личности. Старайтесь улучшить коммуникативный стиль и проницаемость личных границ членов семьи. Помогите им обнаружить неиспользуемые семейные ресурсы для психологической поддержки подростка.

Игра. Необитаемый остров

Проводите игру с подростками от 10 лет. Продолжительность занятия для группы из 25 детей – 30 минут.

Педагог-психолог: Это игра про отношения. Она будет состоять из вопросов → 16. Я дам время подумать и каждый раз буду спрашивать вас в разном порядке. Вы согласны играть?

Кто-то из подростков может отказаться играть. Скажите, что если отказывается один, игра не получится. Объясните, что по правилам нельзя удалить кого-то из класса или разрешить не участвовать.

Педагог-психолог: Хорошо! Тогда начинаем. Представьте, что все награждены круизом по Атлантическому океану. Вы плывете и наслаждаетесь всеми возможностями лайнера-отеля. И тут произошло кораблекрушение! Никто из взрослых не спасся, а вы доплыли до маленького необитаемого острова посреди океана. Вам придется там выживать! Я буду задавать вопросы о жизни на острове. Не бойтесь высказывать свое мнение. Я хочу услышать каждого.

После завершения игры поблагодарите подростков за участие. Спросите, какие чувства вызвала игра, что было сложнее всего и почему, что оказалось неожиданным. Прокомментируйте выбор вождя. Скажите, что вам было интересно услышать все ответы и многих подростков вы увидели по-новому.

Обсудите «съедение» игрока. Подтвердите, что это чрезвычайно сложный вопрос и ответы были для вас неожиданными. Укажите, что причин выбора кандидатов на съедение множество и этот выбор содержит в себе какую-то важную информацию. Попросите игроков дать высказаться «съеденному». Спросите подростка, не хочет ли он обсудить ситуацию с вами наедине.

Останавливайте любые попытки критиковать друг друга. Если критика сильная и подростки хотят обсудить игру, предложите в течение двух дней собраться снова.

Вопросы для игры «Необитаемый остров»

1. Вы набрали огромных пальмовых веток и листьев, построили из них шалаши. В шалашах нужно жить вдвоем. Назовите имя того, с кем из присутствующих вы поселитесь в одном шалаше. Свой выбор можете не объяснять.
2. Теперь нужно жить втроем. Назовите двоих, с кем вы поселитесь.
3. Теперь надо поселиться с человеком противоположного пола. Кто это будет?
4. Вы решили выбрать вождя. Подумайте и скажите, кого вы предложите на роль вождя и почему. Самого себя называть нельзя.
5. Вы сделали плоты и отправляетесь на опасную рыбную ловлю в открытое море. Назовите двух человек, которых возьмете с собой. Можете объяснить свое решение.
6. Вы нашли на острове старинный пиратский клад. С кем вы поделитесь? Обязательно назовите одного человека.
7. Вас унесло в море на плоту. К счастью, у вас есть запас воды и еды. Вы вернетесь к ночи, но целый день проведете на плоту с человеком противоположного пола. С кем?
8. Вы с кем-то начали встречаться. Кто это будет?
9. Сейчас будет очень страшный вопрос. Будем на него отвечать? Мы сделаем это, только если все так решат. На острове кончилась еда. Придется кого-то съесть. Кого вы предложите съесть? Пожалуйста, не объясняйте свой выбор.

Примечание. Пропустите девятый вопрос в классе, где кто-то из подростков подвергается буллингу. Если подростки откажутся от страшного вопроса, озвучьте его, но попросите никого не отвечать. Если подростки решили отвечать, подсчитайте, сколько раз упоминают каждого из них в ответах. Если участника назвали пять и более раз, одноклассники отвергают его и направляют на него групповую агрессию. Поддерживайте всех «съеденных» игроков. Делайте замечания, например:

«А я бы его (ее) не съела», «Ой, такого хорошего съели!», «О нет!» или «Неожиданно для меня». Дайте высказаться «съеденному» игроку.

10. Кого бы вы защитили, если бы этого человека решили съесть? Почему?

Примечание. Одноклассники выбирают подростка, которого считают беззащитным и нуждающимся в помощи, или своего друга.

11. Наконец пришло спасение! За вами прилетел самолет, вы все вернетесь домой. Но одному человеку придется еще неделю провести на острове в одиночестве. У него будет вода, еда, лекарства, одежда и все необходимое для выживания. Кого вы оставите на неделю на острове и почему? Самого себя оставить нельзя.

Примечание. Подростки выбирают одноклассника, которого считают самостоятельным, ресурсным и независимым или физически сильным. Участники воспринимают ситуацию как испытание и не считают ее неприятной, поэтому редко выбирают интроверта-одиночку или отвергаемого ученика.