

«Миллион детей в России ежедневно идут в школу как на казнь». Психолог Людмила Петрановская — о последствиях травли и о том, как с ней бороться

Чем травля отличается от обычной детской агрессии, что общего у школы с тюрьмой, почему жертва не может самостоятельно справиться с ситуацией и как учителя усугубляют проблему, пытаясь помочь ребенку. «Бумага» публикует фрагменты из лекции психолога Людмилы Петрановской для проекта «[Травли.Net](#)».



Людмила Петрановская

Психолог

Как травля в школе влияет на взрослую жизнь и чем отличается от обычной детской агрессии

Несколько лет назад я написала в [блоге](#) пост на тему травли, и меня поразила реакция: тысячи комментариев, историй, было ощущение, что людей прорвало. Буллинг — это огромная проблема, и поразительно, что до последнего года о ней практически не говорили. Хотя чем больше это явление изучают, тем больше убеждаются, насколько тяжелые оно имеет последствия. Буллинг бьет по всем. Не так важно, вас травят, это просто происходило у вас на глазах или вы в этом участвовали.

Иногда приходится слышать: «Подумаешь, что в детстве было, все кого-то дразнят», «Дети есть дети», «Всегда кого-то обижают, это нормально». Сейчас

появляются исследования, доказывающие, что последствия травли в детстве могут быть даже более серьезными, чем последствия жестокого обращения в семье.

На психотерапевтических тренингах есть группа упражнений, когда людей просят вспомнить какие-то фразы, которые до сих пор причиняют им боль. В классическом психологическом подходе ожидается, что все эти фразы — из семьи. Что в детстве мама говорила «У тебя руки-крюки» или папа говорил «Ты не мужик, а тряпка», и это будет всю жизнь причинять вам боль. Но по своему опыту могу сказать, что чуть ли в половине случаев эти ядовитые фразы оказываются вовсе не родительскими, а либо педагогов, либо сверстников.

Последствиями травли могут быть сниженная самооценка, тревожные расстройства, социофобия, посттравматические состояния, психосоматические расстройства, суицидальные мысли. И то, с чем мы всё чаще имеем дело: агрессия жертвы, доведенной до отчаяния. Вспышка ярости или холодная спланированная акция.



Лекция Людмилы Петрановской. Фото: «ТравлиNet»

Немного о терминах. Русское слово «травля» всем понятно. «Буллинг» — это примерно то же самое, но по-английски. «Моббинг» чаще используют для ситуаций на работе. Например, когда начальник систематически изводит подчиненного.

Сейчас слово «травля» начинает размываться. Я недавно была в школе, где рассказывала про травлю, ко мне подходит учительница и говорит: «Да, это сейчас такая проблема. Вот и Ольгу Бузову тоже травят!». Но все-таки мы не называем травлей любые негативные высказывания. Травля — это ситуация насилия. Это спланированное групповое действие, которое предусматривает причинение ущерба.

Часто бывает, что любую детскую агрессию называют травлей. Это путь, по которому пошли в некоторых европейских школах, где принимают протоколы нулевой толерантности к агрессии и насилию. И если один ребенок другого толкнет, то сразу начинается кипеш с вызовом родителей и исключением из школы. Это плохая идея. Исследования показывают, что запрет на агрессию не снижает уровень буллинга, а, наоборот, повышает. При желании можно прилично затравить, не трогая руками.

Кто в группе в состоянии прекратить травлю и почему жертва ничего не может сделать

Типичная ошибка взрослых — считать травлю проблемой жертвы. Что я слышала: «Ну он такой» и «Он не умеет общаться с детьми». Всё это не имеет отношения к действительности. Жертвой оказываются совершенно разные люди. Дети могут говорить: «Мы его травим, потому что он толстый», «Потому что он в очках» или «Смешно говорит». На самом деле дети травят его, потому что хотят травить. А уж объяснение найдется.

Если вы интересуетесь темой травли, посмотрите мультик «Гадкий утенок» Гарри Бардина. Он довольно необычный, там очень короткая часть про лебедей, но очень долгая и подробная про курятник. В этом мультике убедительно показано, как утенок последовательно использует все стратегии жертвы для того, чтобы понравиться группе. Старается быть полезным, быть как все, быть смешным и забавным — он всё перепробовал. Но ни одна из этих стратегий никакого результата не дает.



Кадр из фильма «[Чучело](#)»

Травля — это не проблема отношений между личностями. Это болезнь группы. Возьмите самых чудесных детей, создайте неблагоприятные условия — и они начнут травить друг друга жесточайшим образом. Что, собственно, описано в знаменитой книге «Повелитель мух». И наоборот: возьмите уже травивших кого-то детей, создайте для них другие условия — и они перестанут это делать. Бывает, что ребенка травят, а потом в середине второго класса приходит другая учительница, и почему-то всё прекращается. Хотя она не проводит никаких антибуллинговых мероприятий. Как это? Ведь дети не изменились. Просто пришел другой взрослый, который задал другие правила игры.

Я очень сочувствую школьным психологам. У нас чуть что — сразу: кто должен работать с травлей? Школьные психологи. Они назначены ответственными за это. Кто должен предотвратить насилие? Школьный психолог. Открою вам страшную тайну: школьный психолог не может победить травлю. Даже если он расшибется в лепешку. С групповым процессом может работать только тот, кто руководит группой. Классный руководитель, педагог.

Что общего у школы с тюрьмой и почему в кружках по интересам детей не травят

Люди умеют объединяться в группы и действовать согласованно, распределяя роли в борьбе за ресурсы. Это наше видовое преимущество. Объединившись, наши предки получали еду и возможность спастись от хищников. Группа, которая дает участнику больше, чем он имеет в одиночку, это функциональная группа «здорового человека». Группа «курильщика» — та, которая забирает больше, чем дает.

В таких группах, как школа, лагерь, тюрьма, люди объединяются не потому, что они так решили, а насильственно. Пока что не описаны случаи травли в кружках по интересам, где дети, например, вместе ставят спектакль. Дисфункциональность с большей вероятностью возникает там, где запрещен выход.



Кадр из фильма «[Класс](#)»

У школьного класса нет никакой общей цели: каждый сам учится, сам сдает контрольную, кто-то просто ждет, когда это всё кончится. И часто нет никого, кто бы за эту группу отвечал как лидер. К сожалению, наших педагогов обычно не учат работать с группой. А дети сами с групповой динамикой не справляются.

Часто инициатором травли, особенно в начальной школе, является сам педагог. Причем иногда он этого не осознает. Просто какой-то ребенок ему не нравится: медленно читает или слишком громко разговаривает. Учительница, даже не понимая, что она делает, дает детям понять, что этот ребенок у нас «паршивая овца» и без него группе было бы лучше.

Если жертва по каким-то причинам ушла из класса, очень быстро на это место назначается кто-то другой. Потому что группа больше не может без этого, ведь приятно самоутверждаться за счет другого. Я наблюдала случай, когда на место жертвы встала девочка, которая была довольно популярна. Просто группе надо было кого-то жрать.

Почему нельзя жалеть жертву и что еще заставляет агрессора травить сильнее

В одной из школ на вопрос «Что вы пытались делать?» учительница рассказала: «Ну я разговаривала, спрашивала ребят, чем он вас раздражает». Это очень плохой вариант. Чем он вас раздражает — это неважно. Травля является эмоциональным насилием, это всегда ситуация прилипших ролей, когда чье-то право на безопасное пребывание в группе нарушено. Человек может вас раздражать, вы можете его не любить, но вы не имеете права его травить.

Часто добрые учительницы начинают говорить детям: «Посмотрите, какой хороший мальчик, посмотрите, как он на скрипочке играет». Другая неудачная стратегия — призвать к жалости: «Как вам не стыдно, вы знаете, как ему плохо? Он плачет, ему обидно». Фактически идет укрепление роли жертвы. Если мы будем это прокачивать, то роль еще больше привяжется.

Дети не хотят ничего рассказывать взрослым, и я понимаю почему. Ну скажет он, а ему ответят: «Не ябедничай, разбирайся сам» или пойдут поругают детей, которые его обижают, или скажут родителям: «Сводите его к психологу, пусть он научится с детьми отношения выстраивать». От всего этого станет только хуже.



Кадр из фильма «Телекинез»

Жертва сама мало что может сделать. Хотя детские фильмы и книжки очень сильно эксплуатируют фантастический сюжет про то, как ребенок, которого травили, обретает волшебные свойства, попадает в сказку или совершает подвиг, и все говорят: «Вау, он, оказывается, не какой-то задохлик!». Это сказочка-утешалочка — если честно, в жизни так не бывает. Дети часто мечтают, что,

например, появятся на обложке журнала, и все захотят с ними дружить. Но если ребенок, которого травят, и правда появится на обложке журнала, скорее всего, ему вообще будет в класс не войти.

Вспоминаю, как еще в школе одна девица рассказывала с большим смаком, как они в пионерском лагере, где были дети номенклатуры, травили Яну Поплавскую, которой туда дали путевку за то, что она сыграла в «Красной Шапочке». Как вы понимаете, от того, что кто-то «звезда», никак не защитит. Более того, это может быть мощным провоцирующим импульсом.

Какую роль играют свидетели травли и что руководит их поведением

Основные мишени работы с травлей — свидетели и агрессоры. Нужно проговаривать: то, что происходит, это насилие и неприемлемо. И дальше говорить об этом как о болезни группы: это не у Пети проблема, а у целого класса. Иногда достаточно назвать вещи своими именами — особенно, если дети уважают учителя. Например, дети отняли у кого-то шапку и перекидываются ей. Вы спрашиваете: «Что происходит?». Они отвечают: «Мы играем». Вы говорите: «Это не игра. Когда люди играют, то всем весело. А как ты думаешь, Пете было весело, когда вы кидали его шапку?».

Моя коллега рассказывала историю об учительнице, которая потратила пять минут, чтобы решить проблему зарождающегося буллинга. В класс пришел полный мальчик, его начали обзывать. Учительница — сама дама в теле. Она встала и сказала: «Дети, вы правда хотите обсудить проблему лишнего веса?». И все шутки прекратились.



Кадр из фильма «Класс»

Большинство детей понимают: то, что происходит, плохо. Но ребенок думает: если не буду участвовать в травле, то есть шанс, что сам попаду на место жертвы; поэтому в моих интересах делать так, чтобы место было занято. Это решение принимается неосознанно.

Жертва при этом часто уверена, что все хотят, чтобы ее не было. Отсюда суицидальные попытки. Хотя на самом деле все хотят, чтобы жертва была и никуда не делась с этого места.

Почему учителя не умеют работать с группой и как на степень травли влияет престижность школы

Основная проблема в школах состоит в том, что они не признают эту проблему как свою. Начинаются разговоры про «так все сейчас воспитывают» и «у нас агрессия в обществе». Агрессия в обществе, может, и влияет на травлю в школах, но какой смысл говорить об этом?

Если школа ради своего удобства разделила детей на насильственные группы без права выхода и учебный процесс устроен так, что у детей нет общей цели, то нужно удерживать правила и следить за атмосферой в классе. К сожалению, в педагогических вузах об этом не говорят. Учителя не осознают, что не умеют

работать с группой, и перекалывают ответственность на детей, родителей и общество.



Кадр из фильма «Чучело»

Недавно в Калужской области провели [исследование](#) о факторах, провоцирующих буллинг, и корреляций не так много. Чем престижнее школа, тем больше буллинга; в деревенских школах травли меньше, чем в городских. Размер класса, количество дипломов у учителя никак не влияет. Фактор, который совпал и в России, и на Западе, — атмосфера в школьном коллективе. Где с этим лучше, там меньше буллинга.

Также в наших исследованиях есть прямая корреляция с размером школ. В Москве недавно школы [объединили](#) в эти чудовищные холдинги, где директор не знает в лицо и по имени не только детей, но и педагогов, и ситуация с буллингом сильно ухудшилась. Учителя, которые давно работают, жалуются, что так плохо не было никогда. Может быть, это, конечно, эффект диагностики и просто раньше на это не обращали внимания.

По очень оптимистичным скандинавским оценкам, в ситуации жертв буллинга находятся 10–15 % детей. Если применить эту оценку к России, то это значит, что у нас миллион детей ежедневно идут в школу как на казнь. И, скорее всего, их больше. Можно сколько угодно говорить, что нет проблемы. До тех пор, пока не случится что-нибудь ужасное, и тогда проблемы будут у всех.

Текст не является дословной расшифровкой лекции.

Текст взят с

https://paperpaper.ru/petravovskaya/?utm_referrer=https%3A%2F%2Fzen.yandex.com