

ПРОБЛЕМЫ И МЕТОДЫ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ БУЛЛИНГА

Злотников Дмитрий Витальевич

студент, Гомельский государственный медицинский университет, РБ, г. Гомель

Чеванькова Диана Александровна

студент, Гомельский государственный медицинский университет, РБ, г. Гомель

Сахарова Диана Борисовна

научный руководитель, доцент, Гомельский государственный медицинский университет, РБ, г. Гомель

Буллинг (издевательства) — это нежелательное агрессивное поведение человека или группы людей в отношении целевой жертвы, которое имеет намерение нанести вред физическим или эмоциональным методом. Это поведение повторяется или может повторяться с течением времени и включает в себя реальный или предполагаемый дисбаланс власти.

Издевательства характеризуются повторяющимися словесными, физическими или социальными оскорблениями со стороны одного или нескольких человек в течение длительного периода времени в преднамеренно жестокой манере. Издевательства всегда присутствовали в повседневной жизни. Однако с появлением новых технологий травля приобрела новую форму – киберзапугивание. Существует дисбаланс сил между теми, кто нападает, обижает и оскорбляет, и теми, кто страдает и не может защитить себя. Эти явления представляют собой отсутствие терпимости и нетерпимость по отношению к тем, кто воспринимается как отличающийся от других из-за своей этнической, расовой, религиозной принадлежности, психологических или физических характеристик, пола, гендерного самовыражения, сексуальной ориентации или особых семейных реалий [5].

На сегодняшний день есть убедительные доказательства того, что издевательства в детском и подростковом возрасте имеют причинно-следственную связь с развитием психологических проблем таких как депрессия, тревога, суицид, низкая самооценка.

Все участники издевательств берут на себя одну из нескольких ролей: хулиган (или преступник), жертва, хулиган-жертва (одновременно преступник и жертва издевательства). Жертвы и хулиганы могут относиться к одной возрастной группе или же отличаться. По продолжительности буллинг может быть непродолжительным (несколько дней или недель) и длительным (1 год и более).

Выделяют 3 основных типа издевательств – традиционное, сексуальное, киберзапугивание. Традиционное издевательство характеризуется прямым физическим (открытая физическая агрессия или нападение), прямым словесным (открытые словесные нападки, которые могут быть личными) и косвенным (скрытое поведение, которое наносит ущерб отношениям, самооценке или социальному статусу) издевательством. Сексуальное насилие может проявляться в неуместных и нежелательных прикосновениях, использовании сексуализированного языка и давления на другого, чтобы он действовал многословно. Киберзапугивание характеризуется агрессивным поведением или эмоциональными манипуляциями с помощью цифровых технологий, в частности мобильных телефонов, интернета и социальных сетей. Распространение ложных историй о жертве в Интернете, размещение цифровых средств массовой информации с участием жертвы в Интернете без

разрешения, исключая жертву из участия в онлайн-пространстве [1].

Издаательства встречаются во всех обществах, даже и в древней цивилизации. Это считается эволюционной адаптацией, целью которой является достичь высокого статуса в обществе и доминировать над другими, получить доступ к ресурсам, обеспечить выживание, уменьшить стресс и предоставить больше возможностей для спаривания. Хулиганы действуют ярко и публично, делая жертву зависимым, поскольку она не может ответить схожим образом. Таким образом хулиганы укрепляют собственную позицию. Чистые хулиганы – сильные, популярные, имеют хорошее эмоциональное и социальное понимание. Чаще всего они не имеют каких либо психических нарушений и расстройств поведения. А жертвы, наоборот: тихие, слабые, застенчивые, ненапористые, эмоционально расстроенные, имеют плохое эмоциональное или социальное понимание. Хулиган-жертва – агрессивны, легко злятся, имеют низкую популярность, часто издеваются над братьями или сестрами, если они дети. Родом они из небогатых семей, семей которые имеют низкий социально-экономический статус. Чаще всего хулиганы-жертвы похожи на людей с нарушением поведения [2].

Факторы риска для детей, родителей, сверстников и сообщества, которые повышают риск издевательств

- Младший возраст ребенка
- Мужской пол
- Наличие депрессии, проблемы с психическим здоровьем, эмоциональные/развитие/поведенческие проблемы
- Низкая академическая успеваемость
- Воздействие жестокого обращения с детьми и домашнего насилия
- Высокий уровень гнева у ребенка
- Родительское применение телесных наказаний
- Плохое общение между родителями и детьми
- Неоптимальное психическое здоровье матери
- Родительский гнев на своего ребенка
- Родители сообщают, что их ребенок их очень беспокоит
- Отсутствие родительского контроля
- Высокий семейный конфликт
- Плохие отношения с одноклассниками
- Негативное влияние сверстников
- Жизнь в небезопасном районе

Факторы риска виктимизации от издевательств:

- Быть физически слабее
- Низкая самооценка
- Негативное самовосприятие
- Низкая социальная компетентность
- Плохие социальные навыки и способности решать проблемы
- Интернализация поведения (депрессия, тревога)
- Ненадежная привязанность мать-ребенок
- Материнская чрезмерная защита
- Навязчивое или принудительное воспитание детей
- Жестокое обращение с детьми

Во всем мире растет число родителей, чьи дети (особенно подростки) в той или иной форме подвергались буллингу или кибербуллингу. В Европе значительное количество случаев издевательств отмечается в начальных школах (18-23%). В США 47% родителей, имеющих детей в возрасте 6-10 лет, 56,4% родителей, имеющих детей в возрасте 11-13 и 14-18 лет, и 59,9% родителей сообщили о случаях издевательств над своими детьми.

В результате опроса студентов Гомельского государственного медицинского университета было выявлено, что 69% не сталкивались с агрессивным поведением, в то время как 17% хотя бы раз стали жертвой травли, а еще 14% были свидетелями. Основные места буллинга: школа, университет, и в малой степени работа.

Идентифицировать издевательства можно с использованием различных методов. Взрослые, в силу своего возраста, могут сами идентифицировать издевательства, а вот детям и подросткам намного труднее. Все дети и подростки могут быть проверены на участие в издевательствах во время медицинских посещений и психологических опросов, например используя материалы Американской академии педиатрии Bright Futures [3].

Вопросы для выявления детей и подростков, вовлеченных в издевательства:

- Как дела в школе?
- Тебе нравится школа?
- У тебя есть друзья в школе? Вне школы? Скажи мне имя одного из твоих друзей.
- Кто-нибудь придирался к тебе или был груб с тобой в школе? Вне школы? В Интернете?
- Ты с кем-нибудь придирался или был груб в школе? Вне школы?
- Вы когда-нибудь были в каких-либо физических боях?

Выявление детей с высоким риском издевательств при осмотре:

1. Признаки виктимизации:
 - a. Физические синяки
 - b. Разорванная одежда
 - c. Постоянное прошение или воровство денег у членов семьи, чтобы заплатить хулиганам
2. Неспецифическими и психосоматическими жалобами
 - a. Головные боли
 - b. Боль в животе
 - c. Энурез
 - d. Трудности со сном или кошмары
 - e. Постоянно чувство грусти
 - f. Отказ ходить в школу или ухудшение успеваемости
 - g. Дети с хроническими проблемами со здоровьем
 - h. Дети с эмоциональными или поведенческими проблемами (например, СДВГ, проблемы с обучением)

Люди, которые часто подвергаются издевательствам, должны чаще проходить проверки на беспокойство, депрессию и другие проблемы с психическим здоровьем. Следует проводить сеансы с психологом, при запущенном состоянии с психиатром.

Для предотвращения издевательств можно использовать важные компоненты для сокращения издевательств и виктимизации:

- Тренинги и собрания (наиболее эффективны)
- Строгие дисциплинарные методы (наиболее эффективны)
- Сеансы с психологом группой и наедине
- Использование видео (наиболее эффективны)
- Информирование родителей и членов семьи
- Управление классами, группами, коллективами
- Проведение конференций
- Политика борьбы с издевательствами

Использование этих методов позволит наиболее эффективно справиться с издевательствами.

Профилактические меры включают в себя поощрение пациентов к поиску приятных занятий, которые способствуют уверенности и повышению самооценки, моделирование того, как относиться к другим с добротой и уважением, а также поощрение пациентов к позитивной дружбе. Для тех, кто чувствует беспокойство или чувство вины за то, что делится своим опытом, может быть полезно объяснить, что выявление издевательств может помочь не

только закончить цикл для них, но и для других. После выявления издевательств семейные врачи играют важную роль в скрининге на его вредные последствия, такие как депрессия и тревога. Комплексный, многоуровневый подход с участием семей, школ и общественных ресурсов может помочь в борьбе с издевательствами. Семейные врачи могут являться неотъемлемой частью признания детей и подростков, которые страдают от издевательств - как жертв или хулиганов, чтобы они могли извлечь выгоду из процесса вмешательства [4].

Список литературы:

1. Armitage R. Bullying in children: impact on child health. *BMJ Paediatr.* [Электронный ресурс]. — Режим доступа: URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33782656/>. (30.03.2024)
2. Shetgiri R. Bullying and victimization among children. *Adv Pediatr.* [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3766526/#R69/>.
3. (30.03.2024)
4. Stephens MM., Cook-Fasano HT., Sibbaluca K. Childhood Bullying: Implications for Physicians. *Am Fam Physician.* [Электронный ресурс] — Режим доступа: URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29431974/>. (30.03.2024)
5. Kallman J., Han J. What is bullying? [Электронный ресурс]. - Режим доступа: URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2666869621000129/>. (30.03.2024)