

**Буллинг, как один из видов насилия.**

**Оказание психологической помощи  
жертве, агрессору и наблюдателям**

---

Слово «буллинг» появилось в нашем лексиконе совсем недавно, хотя само явление известно давно. По данным ВОЗ за 2005 год, насилию в школе подвергается каждый десятый школьник в мире, и этот показатель постоянно растет.

В СМИ : «девочка покончила с собой из-за травли в школе», «подростки выложили в сеть видео с избиением одноклассника» и пр.

Приглашаю Вас к обсуждению вопросов:

Почему детская жестокость порой переходит все границы?

Только ли жертве необходима психологическая помощь?

Как педагогам и родителям предотвратить травлю в детском коллективе?

Информация адресована практическим психологам, учителям, социальным педагогам, всем специалистам, принимающим активное участие в воспитании, развитии и обучении детей, а также заинтересованным родителям.

Формы работы: мини-лекции, веб-презентации, индивидуальные практические упражнения.

В результате обучения участники смогут:

- ✓ научиться замечать и выявлять подростков, подвергающихся агрессивному преследованию со стороны сверстников;
- ✓ получить представление о специфике психологической помощи всем участникам буллинга и их родителям;
- ✓ понять, что специалист должен и может сделать для предотвращения насилия в школьном коллективе.

Буллинг как вид насилия над ребенком, рассмотрим:

- Виды агрессивного преследования: физическое, вербальное, социально-психологическое, экономическое, кибербуллинг.
- Травля как симптом проблем в школьном коллективе.
- Причины и мотивы преследования. Выявляем «слабые звенья».
- Последствия буллинга: суицидальное поведение, скулшутинг.
- Индикаторы травли. Как понять, что ребенок подвергается преследованию?
- Триада буллинга «агрессор – жертва – наблюдатели». Кому и какая нужна помощь?

- Направления и методы психологической работы с треугольником:

- коррекция деструктивных личностных качеств и паттернов поведения (агрессор);

- коррекция психоэмоционального состояния и психосоматических расстройств (жертва);

- работа с чувством вины и стыда (наблюдатели).

- Алгоритм составления индивидуального плана реабилитации ребенка.

- Психологическая помощь родителям жертвы, агрессора и наблюдателям.

- Методы профилактики и предотвращения травли. Работа с педагогическим коллективом школы.



## Условия по оказанию образовательных услуг:

- он – лайн обучение проводится только с включенной камерой участников;
- участник он – лайн обучения должен находиться только один в комнате, вне присутствия постороннего лица. Не допускается нахождение участника в течении всего он-лайн обучения в транспорте или в общественно месте;
- если участник он – лайн обучения входит в программу ZOOM через два устройства, то оба устройства должны быть с включенными камерами;
- доступ к он – лайн обучению открывается только тем участникам, у кого верно указаны ФИО и они должны совпадать с ФИО оплатившего обучение;
- вопросы к преподавателю могут быть как голосовыми, так и текстовыми в чате конференции;
- микрофоны участников он – лайн обучения во время лекции должны быть выключены. Перед тем как задать вопрос или сделать коммент – микрофон можно включить;
- обязательна активность в течение всего процесса обучения;
- не допускается аудио- и видеозапись он – лайн обучения;

1. Психодиагностические метафорические ассоциативные карты «Марафон серого вещества» <https://www.psy-fund.com/maraphon>
2. Пошаговое руководство по предупреждению насилия над детьми <https://www.psy-fund.com/poshagovoeruk-c73a>
3. Семинар: «Сам себе психолог и супервизор. Профессиональная пригодность практического психолога» <https://www.psy-fund.com/samsebe>
4. Буллинг как один из видов насилия. Практика оказания психологической помощи жертве, агрессору и наблюдателям <https://www.psy-fund.com/bullying>
5. Основы Сексологии и психотерапии сексуальных расстройств. Повышение квалификации <https://www.psy-fund.com/osnovypsihologii>
6. Диагностика и психотерапия суицидального поведения и аутоагрессии <https://www.psy-fund.com/suic>
7. Психодиагностика и психотерапия функциональных расстройств <https://www.psy-fund.com/2019psihodiagnostika-i-psihotera>
8. Эксклюзивные методы и техники диагностики детей <https://www.psy-fund.com/ecskluzivmetody>
9. Все тайны твоих комплексов /аудиокнига/ <https://www.psy-fund.com/taynykomplrksov>



## Список литературы

1. Оценка насилия в отношении детей в школах Казахстана. Учреждение Уполномоченного по правам человека в Республике Казахстан и Представительство ЮНИСЕФ в Казахстане при поддержке Министерства иностранных дел Норвегии. Астана, 2013.
2. Терентьева И. Б. О комплексах и не только... , Алматы 2000 год, Изд –во ТОО «Таугуль - Принт», 555 стр.
3. Аудиокнига Терентьева И. Б. «Вся правда о твоих комплексах» и аудиокнига В. М. Лейбин «Эдипов комплекс. Инцест и отцеубийство», два аудиодиска.
4. Терентьева И. Б. «Марафон серого вещества» - Алматы; Изд-во ТОО «DELUXE Printery», 2020.- 122 стр.
5. Бодалев А.А., Столин В.В. Общая психодиагностика. - СПб.: Изд-во «Речь», 2000. -440 стр.
6. Снижение уровня насилия в школах – как добиться перемен. Учебное пособие, 2006. (Под ред. С. Gittins, Publisher Council of Europe)
7. Предотвращение насилия в образовательных учреждениях. Методическое пособие для педагогических работников. Бюро ЮНЕСКО в Москве
8. Воспитание трудного ребенка. Дети с девиантным поведением/под ред. М.И. Рожкова. – М.: ВЛАДОС, 2006. – 239с.
9. Ладыкова О.В. Психологические особенности взаимодействия команды специалистов, работающих по предотвращению насилия и жестокого обращения с детьми. – М., 2004.
10. Макаргычева Г.И. Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения. – СПб.: Речь, 2008. – 192с.

11. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации: справочник практического психолога. – М., 2006. – с. 625
12. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. – М.: 1996. – 352с.
13. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002,
14. Сафонова Т.Я., Цымбал Е.И. Жестокое обращение с детьми. – М., 1993.
15. Сучкова Н.О, Арт-терапия в работе с детьми из неблагополучных семей. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. – 112с.
16. Бэрн Р., Ричардсон Д. Агрессия. СПб., 1997. 336 с.
17. Менделевич В.Д. Клиническая и медицинская психология: Практическое руководство. М., 1998. 592 с.
18. Можгинский Ю.Б. Агрессия подростков: Эмоциональный и кризисный механизм. СПб., 1999. 128 с.
19. Паренс Г. Агрессия наших детей / Пер. с англ. М., 1997. 160 с.
20. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Проблемные дети: основы диагностической и коррекционной работы психолога. М., 2001. 208 с.
21. Соколова Е.В. Отклоняющееся развитие: причины, факторы, условия преодоления. Новосибирск, 2003. 288 с.
22. Соколова Е.В., Гуляева К.Ю. Предупреждение и коррекция поведенческих расстройств у детей. Новосибирск, 2003. 118 с.

### **ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННОЙ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

- <https://www.zonapi.com> - Официальный сайт по психотерапии искусством центра практической психологии «ФОНД» город Алматы, Республика Казахстан
- <https://www.psy-fund.com> - Официальный сайт по академическому образованию центра практической психологии «ФОНД», город Алматы, Республика Казахстан

В 1959 году Генеральная Ассамблея ООН принимает Декларацию прав ребенка, где предусматриваются наиболее важные принципы:

-Ребенок, ввиду его физической и умственной незрелости, нуждается в специальной охране и заботе, включая надлежащую правовую защиту, как до, так и после рождения;

-Равенство прав всех без исключения детей без различия или дискриминации по признаку расы, цвета кожи, пола, языка, религии, политических и иных убеждений, национального или социального происхождения или иного обстоятельства, касающегося самого ребенка или его семьи;

-Ребенок имеет права гражданские (право на имя, гражданство, обязательное и бесплатное образование), а также на первоочередную помощь и защиту – особенно от небрежного отношения, жестокости и эксплуатации;

-Ребенок «... для полного и гармоничного развития его личности нуждается в любви и понимании. Он должен, когда это возможно, расти на попечении и под ответственностью своих родителей, в атмосфере любви и моральной и материнской обеспеченности». Малолетний ребенок не должен, кроме тех случаев, когда имеются исключительные обстоятельства, быть разлучаем со своей матерью;

-На обществе и органах публичной власти должна лежать обязанность осуществления особой заботы о детях, не имеющих семьи, и о детях, не имеющих достаточных средств к существованию.

## ЧТО ТАКОЕ БУЛЛИНГ И ЧЕМ ОН ОПАСЕН?

Школьное насилие, или, по-другому, буллинг (от англ. bully – запугивать) подразумевает под собой не только физическую агрессию, но и психологическое давление, запугивание, распространение сплетен, вымогательство, издевательства. Кроме того, с развитием новых технологий и популяризацией социальных сетей появился новый вид школьного насилия – кибербуллинг.

Сегодня буллинг – одно из самых распространенных явлений в школах всего мира. Фильм «Розыгрыш»

Согласно исследованию Всемирной организации здравоохранения, периодически подвергаются буллингу 64% литовских школьников, 50% – российских, 46% – бельгийских. В Австрии, Люксембурге и Шотландии данный показатель равен 32%, Канаде и Швейцарии – 30%, Франции – 25%<sup>1</sup>.

Что касается нашей страны, по результатам исследования Детского фонда ООН (ЮНИСЕФ), проведенного в 2011 году, 66,2% казахстанских школьников столкнулись с школьным насилием, из них 63,6% в роли свидетеля, 44,7% – в роли пострадавшего, а 24,2% признались в совершении насильственных действий.

Последствия буллинга не только негативно сказываются на психологической обстановке в школе, но и затрагивают качество образования. В международном мониторинговом исследовании качества школьного математического и естественнонаучного образования TIMSS выявлено, что отсутствие безопасности и частые случаи школьного насилия отрицательно влияют на результаты обучения учеников.

Результаты других исследований говорят о том, что у учеников, замеченных в совершении буллинга, повышенный риск того, что впоследствии они будут хуже учиться, употреблять наркотические вещества, иметь агрессивное поведение.

Буллинг (от англ. bully – хулиган, драчун, насильник) – это агрессивное преследование со стороны другого ребенка или группы детей, которые не являются братьями и сестрами жертвы и не состоят с ним / ней в романтических отношениях. Для этой формы насилия характерны повторяющиеся действия, причиняющие физический, психологический или социальный вред. Травля часто происходит в школах, по пути в или из школы или в ходе мероприятий проводимых школой, а также в других местах совместного пребывания детей. Согласно данным ЮНИСЕФ, 150 миллионов детей в мире свидетельствуют о том, что подвергались насилию со стороны сверстников в школе или вокруг нее. Все виды буллинга отрицательно влияют на способность к обучению и успеваемость. Насилие в школе также приводит к тому, что у ребенка может пропасть желание учиться, и он начнет пропускать занятия.

## **Кто становится инициатором и жертвой буллинга?**

Буллинг отличается от других форм насилия тем, что он носит характер продолжающегося поведения, в отличие от единичных случаев насилия. Известно, что на поведение детей влияют эмоции, такие как гнев и агрессия, при этом некоторые дети неспособны контролировать свои эмоции, что может привести к насилию по отношению к другим.

**Есть три основные роли участников ситуации буллинга — это жертва, преследователь, свидетель.**

В ЮНИСЕФ заявили, что объектом буллинга может оказаться любой ребенок, поэтому очень важно вовремя это заметить и отреагировать. Нет точных данных относительно факторов, которые подвергают детей увеличенному риску стать жертвами буллинга, но некоторые исследования выявили факторы риска совершения насилия.

Как бы стереотипно это не звучало, но было замечено, что если у ребенка проблемы дома, низкая привязанность к родителям, рискованное поведение, низкая академическая успеваемость или высокий уровень прогулов – все это увеличивает риск того, что ребенок будет совершать насилие над другими детьми



Агрессор

Инициатор буллинга

- Импульсивный и готовый применить насилие для самоутверждения;
- Демонстрирует грубость и отсутствие сострадания к жертве;
- С трудом соблюдает правила;
- Могут представляться одиночками с дефицитом социальных навыков;
- Имеют среди них высокий социальный статус и группу сообщников;
- Обладают высоким эмоциональным интеллектом;
- Хорошо распознают чужие эмоции и психические состояния и успешно манипулируют другими.

## Поведенческие расстройства у детей

Проявления физической жестокости, вспышки гнева, преднамеренное разрушение чужой собственности, причинение боли, унижения, часто затеваемые драки – эти симптомы напрямую связаны с одной из актуальных и дискуссионных проблем психологии – феноменом агрессивности личности. Проявление агрессии в детских и учебных заведениях является вопросом, который все больше волнует педагогов и родителей.

Особую озабоченность и у родителей, и у специалистов вызывают модели агрессии, демонстрируемые по телевидению, видео, используемые в компьютерных играх. В связи с тем, что дети так часто сталкиваются с насилием в масс-медиа, многие люди выражают тревогу, что подобная «видеодиета» может повысить у детей склонность к агрессивному поведению. Поведенческие расстройства, связанные с проявлениями агрессивности и жестокости, могут быть рассмотрены в контексте отклоняющегося развития, девиантного поведения и психопатологических особенностей личности.

Н.Я. Семаго и М.М. Семаго под термином «отклоняющееся развитие» понимают любое отклонение отдельной функции или системы психических функций от «программы развития» вне зависимости от знака этого изменения «+» или «-» (опережение или запаздывание), выходящее за пределы социально-психологического норматива, определяемого для данной образовательной, социокультурной или этнической ситуации и данного возраста ребенка. Ребенок, демонстрирующий подобные феномены, должен быть отнесен к категории детей с отклоняющимся развитием.

Так, *асинхронное развитие* характеризуется нарушением основного принципа развития (гетерохронии), когда наблюдаются сложные сочетания недоразвития, ускоренного (акселеративного) развития, искаженного развития как отдельных психических функций, так и структуры их базовых составляющих (с преимущественным нарушением базовой аффективной составляющей). В то же время следует отметить, что асинхрония развития присуща и различным категориям других выделяемых групп развития, т.е. не является абсолютно специфичной для данной группы отклоняющегося развития.

Детей, демонстрирующих различные поведенческие расстройства, относят к подгруппе дисгармоничного развития (один из вариантов асинхронии). Характер аффективного реагирования детей экстрапунитивного типа дисгармоничного развития связан с элементами негативистических и протестных форм поведения, а порой и с демонстративной негативистичностью. Дети этого типа на фоне утомления могут демонстрировать агрессивные и протестные реакции. Они чрезвычайно требовательны к окружающим (по типу «маленького монстра» в семье), могут сознательно демонстрировать реакции, характерные для более младшего возраста, или, наоборот, требовать признания себя как лидера, даже не имея на то фактических оснований. Часто бывают раздражительны, легко переходят от дисфории к эйфории. При неблагоприятных условиях развития, указывают авторы, вероятно возникновение асоциальных форм поведения, как правило, группового характера. Наиболее типичными диагнозами других специалистов для детей и подростков этого типа развития являются: «формирование личности по истерическому типу», «неврозоподобные реакции», «психопатия возбудимого типа», «истерический невроз», «патологическое формирование личности», «расстройство поведения» (F91), в частности, вызывающее оппозиционное расстройство» (F91.3) по МКБ-10.

В Международной классификации психических и поведенческих расстройств 10-го пересмотра (МКБ-10) под шифром F91 «Расстройства поведения» у детей и подростков подробно описаны симптомы, когда имеет место повторяющееся и стойкое поведение, при котором нарушаются права других людей или важнейшие соответствующие возрасту социальные нормы или правила. Такое поведение должно наблюдаться, по меньшей мере, 6 месяцев и включать следующие проявления:

необычно частые для своего возраста вспышки гнева;

часто спорит со взрослыми;

часто активно отказывается выполнять требования взрослых;

часто преднамеренно делает вещи, которые досаждают другим людям;

часто обидчив и ему легко досадить;

часто сердится и негодует;

часто злобен и мстителен;

часто затевает драки;

использовал оружие, которое способно причинить серьезный вред другим людям (например, кирпич, клюшку, разбитую бутылку, нож);

проявляет физическую жестокость по отношению к другим людям и животным;

преднамеренно разрушает чужую собственность;

преднамеренно разводит огонь с риском или желанием причинить серьезный ущерб;

совершает преступления на виду у жертвы;

частые проявления задиристого поведения (например, преднамеренное причинение боли, унижения, мучения) и др.

По проявлению тех или иных симптомов делают вывод о несоциализированных и социализированных расстройствах поведения, оппозиционно-вызывающем поведении и неуточненных расстройствах поведения детского и подросткового возраста.

Отклоняющимся называется такое поведение, в котором устойчиво проявляются отклонения от социальных норм: культурных, моральных, юридических. Дисфункциональность семьи считается главным фактором, который имеет значение в развитии отклоняющегося поведения. Различают отклонения:

- *корыстного типа* — правонарушения и поступки с целью незаконным путем получить материальную, денежную и имущественную выгоду (хищение, взятки, кражи и т. д.);
- *агрессивного типа* — проявляются в действиях, направленных против личности (оскорбления, побои, убийства);
- *социально-пассивного типа* — отказ от активной жизнедеятельности, от своих гражданских обязанностей (отклонение от работы, учебы, употребление алкоголя, наркотиков, токсических средств; крайнее проявление — самоубийство), социальных ролей.

В.Д. Менделевич раскрывает следующие типы **девиантного поведения**:

*делинквентное* — отклоняющееся поведение, в крайних своих проявлениях представляющее уголовно наказуемое деяние;

*аддиктивное* — одна из форм девиантного поведения с формированием стремления к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния;

*патохарактерологическое* — под этим типом понимается поведение, обусловленное патологическими изменениями характера, сформировавшегося в процессе воспитания;

*психопатическое* — основывается на психопатологических симптомах и синдромах, являющихся проявлением тех или иных психических заболеваний.

Отклоняющееся поведение является результатом неблагоприятного психосоциального развития и нарушения процесса социализации, которые выражаются в различных формах детско-подростковой дезадаптации уже в раннем возрасте, например, в усвоении социальных ролей, учебных программ, норм, требований. В зависимости от природы и характера дезадаптации выделяют патогенную, психосоциальную и социальную дезадаптации. Каждая может быть как отдельно, так и в сложном сочетании.



Патогенную дезадаптацию вызывают отклонения и патологии психического развития и нервно-психические заболевания, причиной которых являются функционально-органические поражения центральной нервной системы.

Психосоциальная дезадаптация связана с половозрастными и индивидуально-психологическими особенностями ребенка, подростка. По своей природе и характеру различные формы психосоциальной дезадаптации делятся на устойчивые и временные, неустойчивые формы. Устойчивые формы могут возникнуть за счет акцентуаций характера, неадекватной самооценки, нарушений эмоционально-волевой и эмоционально-коммуникативной сферы (недостаточная эмпатия, расторможенность либо патологическая застенчивость и т.д.).

Социальная дезадаптация проявляется в нарушении форм морали и права, в асоциальных формах поведения и деформации системы внутренней регуляции, социальных установок. Можно выделить две стадии социальной дезадаптации подростков – педагогическая и социальная запущенность.

Так, описывая признаки социальной дезадаптации детей и подростков, связанных с «уродствами» характера, Н.М. Иовчук в качестве иллюстрации **истерической психопатии** приводит примеры высокой конфликтности, припадков и протестных реакций (грубость, агрессии, аутоагрессии, отказ от посещений школы и т. д.) у детей и подростков. При **возбудимой (эксплозивной) психопатии** типичны проявления капризности, обидчивости, жестокости и угрюмости, немотивированной злобы в общении со сверстниками, родителями. По самым незначительным поводам у таких детей могут отмечаться приступы гнева, ярости, неадекватного крика, озлобленности и активного протеста. В школьном возрасте они демонстрируют асоциальное и противоправное поведение (драки, уходы, стремление делать «назло»). **Эпилептоидная психопатия**, хотя и характеризуется вязкостью, застреваемостью в эмоциональности и в мышлении, может сочетать в себе приступы злобы, аффективные разрядки с агрессивностью, жестокостью, садистским стремлением причинить боль себе и окружающим.

Такие дети конфликтны, подозрительны, недоброжелательны, подозрительны и придирчивы. Их адаптация в школе, поведение дома остаются трудными из-за мстительности, мелочной придирчивости, периодов недовольно-злобного настроения и вспышек ярости. При отсутствии правильного воспитания школьная дезадаптация, приводящая к отказу от посещения школы, может развиваться в клинику **психопатии неустойчивого круга**. Непослушание, непоседливость, легкость освоения отрицательных форм поведения, мелкие правонарушения, склонность к обману и прогулам, употребление алкоголя и наркотиков часто приводят таких детей в асоциальные группировки, они могут рано вступить на криминальный путь. **Группа «эмоционально тупых» личностей** включает в себя проявления психопатии этого типа уже с раннего возраста: лживость, жестокость, недоразвитие высших нравственных чувств. Такие дети издеваются над младшими, мучают животных, враждебны даже к родителям, в школе сквернословят, дерутся, рано начинают воровать и бродяжничать, вступают на криминальный путь.

Компенсация личностных аномалий предполагает комплекс социально-средовых, медицинских и психолого-педагогических воздействий. Важными корригирующими факторами являются: оздоровление среды, изоляция ребенка от лиц с асоциальным поведением, психотерапевтическая работа с ребенком и семьей, помощь в адаптации и эмоциональная поддержка взрослых, медикаментозное лечение, назначаемое врачом-психиатром.

Рассматривая клинико-динамические признаки различных видов агрессии, Ю.Б. Можгинский описывает признаки различных вариантов агрессии, связанные с психопатологическими особенностями личности в рамках душевного заболевания.

*Импульсивно-садистическая агрессия* является психопатологическим вариантом агрессивных действий, относящихся к проявлениям расстройств болезненно-психотического уровня. В ней сочетаются садистический комплекс и автоматизированные действия. Совершенные с особой жестокостью, часто серийные убийства включают в себя компонент импульсивности в виде стереотипных множественных ножевых ударов, внезапного возбуждения на фоне изменения сознания с последующей амнезией. Эти нарушения связаны с садистическим комплексом.

При *сверхценной агрессии* мотивация насильственных действий формируется на основе патологических сверхценных идей преследования, мести, убийства. Этот вариант может включать в себя состояния, при которых указанные идеи достигают уровня бреда с отдельными галлюцинаторными переживаниями. Могут встречаться также случаи с глубокими расстройствами психики, когда идеи мести связаны с конкретными обстоятельствами, имеют психологически понятную причинно-следственную связь с ситуацией и не содержат в своей структуре таких психотических симптомов, как галлюцинации.

Отличительным признаком *защитной агрессии* является наличие действительной, непосредственной угрозы для жизни и здоровья, для сохранения которых предпринимаются соответствующие насильственные действия. Эти действия иногда могут содержать в себе признаки как импульсивно-садистической, так и сверхценной агрессии.

Признаки формирования агрессивности можно обнаружить на всем протяжении развития личности. Проявлениями основной динамики агрессивности могут быть абсолютно беспричинные колебания настроения, периоды гневливости, всеохватывающего диффузного страха и подозрительности, немотивированной веселости, внезапных, резких, ни с чем не связанных изменений в характере и поведении, обнаруженных окружающими или родственниками. Этапные проявления агрессивности представлены более понятными в психологическом отношении проявлениями: в детском возрасте — расторможенностью, драчливостью, садистскими действиями, кражами, стремлением причинить боль сверстникам или беспомощным людям; позднее, в период пубертата, этапные синдромы обнаруживаются в виде уходов из дома, оппозиции к близкому окружению, употребления одурманивающих средств.

Таким образом, каждое агрессивное действие, имеющее патологическую природу, входит в структуру тех или иных психопатологических агрессивных симптомокомплексов со своей динамикой развития. Исследования случаев совершения тяжелых агрессивных действий приводят к обнаружению истоков этой патологии в раннем детстве и в разных периодах позднего детского и подросткового возраста. Эта область проявлений агрессии относится к сфере деятельности психиатров, медицинских психологов, а ребенок, демонстрирующий подобное поведение, нуждается в обязательной консультации врачей-специалистов и помощи психологов. Однако, на наш взгляд, гораздо легче предупредить проблему возникновения расстройств поведения у детей и подростков, чем работать с уже сформированными и устойчивыми агрессивными тенденциями, защитной агрессией и оппозиционно-вызывающими расстройствами в детском и подростковом возрасте.

ВАЖНО помнить, что зачастую границы между детьми, которые стали свидетелями, жертвами или совершающими насилие и дискриминацию в школе, размыты. Дети четко не подпадают только под одну из трех категорий. Например, дети, которые стали свидетелями насилия и дискриминации в школе, могут также быть жертвами такого насилия и совершать насильственные действия и дискриминацию. Помимо этого, дети, являющиеся жертвами насилия и дискриминации в школе, могут совершать насилие иногда в качестве самообороны, пытаясь защитить себя от других детей, которые причиняют им боль. У детей, которые переживают насилие в семье, склонность к гневу (47,9%) и физической агрессии (39,5%) выше по сравнению с детьми, которые не сообщили о проблемах насилия в своих семьях (24,8% и 27,5% соответственно). Это показывает, что дети, растущие в семьях с насилием в семье – драками и руганью родителей, или дети, подвергающиеся психологическому и физическому насилию, чаще проявляют гнев и склонности к физической агрессии.



Дети, которые стали свидетелями насилия и дискриминации в школе, могут также быть жертвами такого насилия и совершать насильственные действия и дискриминацию. Фильм «Малыш»

## Жертва

Объект буллинга

Тревожный, социально незащищенный, молчаливый и сдержанный ребенок;

Пуглив, чувствителен, замкнут и застенчив;

Не уверен в себе, несчастен;

Склонен к депрессии и суицидальным мыслям;

Одинок, плохо находит общий язык со сверстниками и легче общаются со взрослыми;

Может быть физически слабее своих ровесников;

Со страдающим самоуважением.

**Особенности поведения ребенка, вызванные психологическим насилием:** нервный тик, энурез; проблемы с аппетитом; печальный вид; участившиеся случаи простудных и других заболеваний; беспокойство, тревожность, нарушения сна; длительно сохраняющееся подавленное состояние; агрессивность; склонность к уединению, нежелание общаться; излишняя уступчивость или осторожность; плохая успеваемость.

## Признаки того, что ребенка третируют

- ✓ Начал проявлять агрессию к младшим;
  - ✓ плохо спит и ест;
  - ✓ быстро устает и не может сконцентрироваться;
  - ✓ замыкается в себе, становится обидчивым, часто повторяет «ты меня не понимаешь!»...
-

**Поводом для неприятия могут стать:**

- этническая или культурная принадлежность;
- принадлежность к той или иной религиозной конфессии;
- социальный статус;
- успеваемость по учебе;
- "немодные" увлечения и хобби;
- видимые анатомические дефекты или другие физические отличия

Виды буллинга:

### Вербальный буллинг

Словесное издевательство или запугивание с помощью жестоких слов, которое включает в себя постоянные оскорбления, угрозы и неуважительные комментарии. Пример: один ребенок говорит другому ребенку: "Ты очень, очень жирный, прямо как твоя мама".

### Физический буллинг

Физическое запугивание или буллинг с помощью агрессивного физического устрашения заключается во многократно повторяющихся ударах, пинках, подножках, блокировании, толчках и прикосновениях нежелательным и неподобающим образом.

Пример: с ребенка стягивают брюки или юбку на детской площадке.

### Социальный буллинг

Социальное запугивание или буллинг с применением тактики изоляции предполагает, что кого-то намеренно не допускают к участию в работе группы, будь то трапеза за обеденным столом, игра, занятие спортом или общественная деятельность.

Пример: группа девочек в танцевальном классе обсуждает вечеринку в выходные и обменивается фотографиями, не обращая при этом никакого внимания на одну девочку, которую они решили не приглашать, делая вид, что ее не существует.

## Кибербуллинг

Киберзапугивание заключается в обвинении кого-либо с использованием оскорбительных слов, лжи и неправдивых слухов с помощью электронной почты или сообщений в социальных сетях. Сексистские, расистские и другие подобного рода сообщения создают враждебную атмосферу, даже если не направлены непосредственно на ребенка. С быстрым развитием онлайн платформ и увеличивающимся доступом детей к таким средствам общения важно обращать на кибербуллинг особое внимание.

Пример: кто-то размещает в социальных сетях следующий текст: "Петя полный неудачник. Почему кто-то вообще с ним общается?!".

Стоит отметить, что некоторые дети являются жертвами одновременно нескольких форм насилия — например, ребенок может страдать от небрежного обращения дома, а также переживать травлю в школе. Фильм «Зло».

## Последствия травли

В травле есть три роли: жертва, агрессор и свидетель. Негативные последствия травли, как отмечают психологи, возникают у всех трёх групп участников травли.

Самые тяжёлые последствия травли проявляются у жертвы. Чаще всего травля приводит к тому, что жертва теряет уверенность в себе. Также это явление может приводить к разной тяжести психическим отклонениям, а также психосоматическим заболеваниям, и может выступить причиной самоубийства или организованного нападения на место, в котором училась жертва. В этом случае важно объяснить человеку, что его травят, и показать, как действовать в сложившейся ситуации.

Страдают свидетели, получая опыт бессилия перед властью толпы и стыда за своё слабодушие, поскольку не решился вступить и поддерживал травлю из страха самому оказаться жертвой.



Опыт насилия деструктивен и для личности агрессора. Этот опыт приводит к огрублению чувств, отрезанию возможностей для тонких и близких отношений, в конечном итоге — к деструктивным, асоциальным чертам личности. У него разрушаются механизмы формирования близости с другими людьми, ему труднее создать доверительные и теплые отношения с партнёрами и родственниками, в том числе собственными детьми. В отдельных случаях доведённая до отчаяния жертва может попытаться отомстить обидчику путём нанесения тяжких травм.

Жертвами травли в школе чаще всего становятся:

- двоечники;
- круглые отличники;
- любимчики учителей;
- физически слабые дети;
- дети, гиперопекаемые родителями;
- ябеды;
- дети учителей;
- страдающие заболеваниями, выделяющими их из коллектива;
- не имеющие современных электронных новинок или же имеющие самые дорогие из них, недоступные другим детям;
- вундеркинды;
- дети с нетривиальным, отличающимся от стандартного, мировоззрением («белые вороны»);
- дети плохо обеспеченных (бедных) родителей;
- представители национальных меньшинств;
- представители сексуальных меньшинств.

Есть случаи, когда жертвами травли становились учителя.

Объединяет всех жертв одна черта: чаще всего объектами издевательств становятся дети и подростки, обладающие повышенной чувствительностью, показывающие свою «слабость» (страх, обиду или злость). Их реакция соответствует ожиданиям агрессоров, рождая искомое ощущение превосходства.

Мальчики чаще являются жертвами и инициаторами школьной травли. Методы травли отличаются в зависимости от пола жертвы: мальчиков чаще бьют, а про девочек одноклассницы, как правило, распускают порочащие слухи.

По мнению педагога-психолога Людмилы Петрановской, «это иллюзия, что для <роли козла отпущения> надо быть каким-то особо ненормальным. <...> В общем и целом причина травли — не в особенностях жертвы, а в особенностях группы. Один и тот же ребёнок может быть изгоем в одной группе и своим в другой. Или перестать быть изгоем в той же самой за короткий срок, скажем, после смены классного руководителя».

Дети не любят тех, кто от них отличается

---

## Чего нельзя говорить...если вы педагог...

Часто в ситуациях, когда детей травят в школе, виноваты... учителя. Они провоцируют детей, говоря, например: дети, надо быть опрятными, а у нас Васечкин пришел в грязном пиджаке! И как будут реагировать одноклассники, если это начальная школа? Они засмеют Васечкина! Потому что дети копируют взрослых.

## Что не следует говорить если вы родитель

Мамы-папы зачастую говорят ребенку: «на себя посмотри» или: «ты сам провоцируешь ребят»... Получается, родители встают на чужую сторону и не слышат своего ребенка в его одиночестве. Прежде чем делать выводы, надо вникнуть в то, что ваш сын или дочь испытывали. И как они вообще умудрились оказаться в этой ситуации.

---

**А если невзлюбила учительница?**

Часто учительницы, у которых проблемы с личной жизнью, недолюбливают мальчиков. И если такая история случилась и отношения не удалось выровнять в течение 2 - 4 недель (побеседовав с учительницей вместе с ребенком) - однозначно нужен перевод в другую школу. Увы.

## «ВНАЧАЛЕ БЫЛО СЛОВО... ИЛИ ЗАЧЕМ НУЖЕН ПСИХОЛОГ»

### Тема «Дети»

- Что делать если у ребенка Стресс и как различить его симптомы? Причины. Как распознать психическое напряжение у ребенка? Какие ситуации вызывают у ребенка стресс?

- Мифы и реальность о сексуальном насилии над детьми: вопросы и ответы. Терапия детей — жертв сексуального насилия. Когда и как рассказать ребенку как он вообще появился?

- О том, как быть таким родителем, которому легко задавать вопросы.

- Мой ребенок рисует черным цветом... Возможности рисуночной диагностики. Наблюдение за рисуночной деятельностью, анализ собственно рисунка (качественный и количественный), пострисуночный опрос, применение арт-терапии в лечении невротических расстройств в питании, при энурезе, множественных тиках - различные рисуночные тесты и их интерпретация.

- Мой ребенок играет только в «войнушки»... Характер игровых действий. Воображение. Принятие игровой инициативы взрослого.

- Что делать если ребенок с девиантным поведением?  
- Как рассказать ребенку о разводе родителей?  
- Что делать если наше дитя не слушается и истерит?  
- Нужны ли нам «отличники»?

### Тема «Взрослые»

- Супружеская неверность и как с этим бороться.  
- Проблемы трех поколений или «всегда виновата бабушка».  
- Что делать если наш папа не принимает участия в воспитании детей.

### Автор:

Ирина Терентьева – кандидат политических наук, психолог, Директор центра «Фонд» г. Алматы. Автор обучающих курсов и программ.



На протяжении пяти лет была соорганизатором, координатором и психологом Центра для мужчин «Ер-Азамат» г. Алматы.

Составитель словаря «О комплексах и не только...», где, помимо описания психологических терминов, рассказывает о 37 видах психологических комплексов.

Автор аудиокнижки «Все тайны твоих комплексов», в которой достаточно полно раскрывает тайны более 70-ти психологических комплексов, в частности сексуальных.

Автор озвучивания книги «Эдипов комплекс: инцест и отцеубийство» Лейбна Валерия Моисеевича, доктора философских наук, профессора, главного научного сотрудника Института системного анализа РАН.

*Будьте ласковыми – Будете с нами!*

[www.psy-fund.com](http://www.psy-fund.com)



Детям хочется высказаться.  
Детям есть что сказать - свежего и интересного.  
Дети смотрят на все иначе, чем взрослые.

### Детям не нравится, что

- их серьезные высказывания подаются как веселые или шуточные;
- когда взрослые относятся к детям покровительственно и употребляют по отношению к ним снижающий тон;
- взрослые говорят от имени детей даже в тех случаях, когда те лучше осведомлены в обсуждаемом вопросе;
- детей заставляют выступать как дрессированных животных в цирке;
- взрослые демонстрируют невежество детей;
- взрослые вкладывают в уста детей слова, которые те должны произнести, или перебивают их;
- детей изображают пассивными вопреки действительности.

### Дети хотят, чтобы

- им предоставляли возможность самим, без вмешательства взрослых, говорить о себе;
- к ним относились как к равным;
- интересовались их мнением о любых новостях в мире;
- в них видели личности со своими мыслями, увлечениями и заботами;
- ценили их опыт - ведь, несмотря на малолетний возраст, они уже много знают о жизни;
- они могли быть сами собой, а не тем, кем их хотят видеть окружающие;
- к их суждениям относились серьезно.





*Развод, смерть, секс – какой бы ни была тема, родители должны общаться с детьми.*

Говоря с вашими детьми на разные темы, вы не только развиваете отношения между вами – вы делаете и их, и вас чуточку счастливее и снимаете излишнюю напряженность. Хороший путь к началу эффективного общения – удостоверитесь, что ребенок любого возраста не будет колебаться, прежде чем решится поговорить с вами на любую тему.

#### Слушайте

Выделите хотя бы несколько минут на что, чтобы ответить на подростковые вопросы о половом созревании или выслушать историю о том, как плохо с ним поступил его друг. Услышьте вашего ребенка!  
Выделите время для серьезных разговоров  
Если вы собираетесь обсудить серьезный вопрос – к примеру, переезд, развод, установление "комендантского часа" или распределение обязанностей по дому – соберите семейный совет, на котором каждому члену семьи будет дана возможность высказаться.

#### Поймите, почему они молчат

Дети не всегда желают общаться на определенные темы – если подобное случилось и с вашим ребенком, не настаивайте на продолжении разговора и дайте ему понять, что вы его выслушаете, как только он будет готов.

#### Следите за своими жестами

Сложенные на груди руки, злой или нетерпеливый вид – не лучший способ добиться от детей открытого разговора. Если они сидят на полу, присядьте рядом, чтобы вы оказались на том же уровне, а во время разговора старайтесь смотреть им прямо в глаза, чтобы показать, что вы их слушаете.

#### Используйте вопросы

Если у вас с трудом получается завязать с ребенком разговор, и вы постоянно подбираете не то время и место, подождите, пока он сам вас о чем-нибудь не спросит. В ответ задавайте ему свои вопросы так, чтобы они не могли продолжить разговор, не дав на них ответа.

#### Выберите должное время

Не обсуждайте серьезные проблемы сразу после того, как ваш ребенок придет из школы, или, к примеру, после того, как вы вернетесь с не самого удачного рабочего дня. Чтобы ясно и четко донести до него то, что вы хотите сказать, вы оба должны находиться в правильном расположении духа.

#### ХОРОШЕЕ И ПЛОХОЕ ОБЩЕНИЕ

**ПРАВИЛЬНОЕ ОБЩЕНИЕ** очень важно, чтобы дети могли поделиться с вами своими взглядами, приобщиться к вашим, и вместе с вами решить свои проблемы.

#### НЕ СУДИТЕ СТРОГО И НЕ НАВЕШИВАЙТЕ ЯРЛЫКИ

Если родитель перебивает ребенка во время разговора репликами вида "Что ты такое говоришь, это же просто чушь", неудивительно, что он может посчитать, что над его мнением смеются и надолго замолчать.

#### НАПАДАЙТЕ НА ПРОБЛЕМУ, А НЕ НА РЕБЕНКА

Постарайтесь завоевать доверие ребенка – так ему будет легче поделиться с вами своими мыслями, а вам – постараться общими усилиями выработать решение его проблем.

#### НАЗОЙЛИВОЕ ПОВТОРЕНИЕ ИЛИ ОТЧИТЫВАНИЕ

может заставить детей или вовсе перестать вас слушать, или начать спорить, а то и уйти в глухое отрицание.

#### НЕ ПЕРЕБИВАЙТЕ

Всегда дайте вашим детям время договорить, и только после этого начинайте отвечать. Если дети считают, что им не дают высказать свое мнение, они могут вовсе перестать с вами разговаривать.

#### НЕ УНИЖАЙТЕ ДЕТЕЙ

Не кричите на них, не обзывайтесь, не подшучивайте и не обвиняйте почему зря.

**НЕ ЛГИТЕ.** Возможно, говорить с подростками об интимных отношениях и не вполне удобно, но если вести себя с ними честно и открыто, они ответят вам тем же.

**НЕ ОТМАХИВАЙТЕСЬ ОТ ЧУВСТВ.** Если ребенку грустно из-за того что что-то случилось, не говорите ему, что это всего лишь мелочи жизни, ведь в следующий раз он может и не поделиться с вами своими чувствами.



# ЭКСКЛЮЗИВНЫЕ МЕТОДЫ И ТЕХНИКИ ДИАГНОСТИКИ ДЕТЕЙ

Слушателям данного курса  
предлагается изучить наиболее  
применимые на практике методы  
диагностики:

множество-рисуночных тестов и их  
интерпретация, диагностика игры  
ребенка, а так же применение арт-  
терапии в лечении невротических  
расстройств в питании, при энурезе,  
множественных тиках.

В е д у щ и й

психоаналитически-ориентированный  
терапевт Терентьева Ирина

**+7 777 357 11 13**

**+7 701 357 63 41**

e-mail: [psyirina@mail.ru](mailto:psyirina@mail.ru)

skype: [irina11041967](https://www.skype.com/invite/irina11041967)



PSY-FUND.KZ



Мы осуществляем весь комплекс профессиональных психологических услуг для дальнейшего роста Вашего бизнеса, укрепления здоровья, академического образования включая: Психологические консультации, Психологическая диагностика и коррекция, Множественная терапия, Групповая терапия семейных пар, Психологически ориентированная групповая терапия, Психотерапия на этапе беременности, Психотерапия семьи, имеющей новорожденного ребенка, Семинары и тренинги для организаций и пр.

Фонд постоянно создает и апробирует новые проекты помощи населению в сферах здравоохранения, обучения, культуры, искусства. Большой практический опыт работы, высококвалифицированный персонал и профессиональный потенциал обеспечат надлежащий уровень исполнения услуг и помогут получить отличные результаты, удовлетворяющие требованиям заказчика.

Yours sincerely, Irina Terentyeva,  
Psychologist,  
Member of Russian association of child psychologists and psychiatrists.

www.psy-fund.com | psyirina@mail.ru | http://vk.com/psy\_fundkz | skype: irina11041967  
+7 777 357 11 13 | +7 701 357 63 41

теория и практика  
**КОРРЕКЦИИ  
ОТКЛОНЯЮЩЕГОСЯ  
ПОВЕДЕНИЯ  
ПОДРОСТКОВ  
и ДЕТЕЙ**

*Будьте лучшими,  
Будьте с нами*

**PSY-FUND.COM**

**+7 701 357 63 41**  
**+7 777 357 11 13**



*Представлена комплексная программа изучения социально-педагогической ситуации жизнедеятельности подростков, методы диагностики детско-родительских отношений, черт характера (типа личности, межличностных отношений, тревожности, агрессивности, обидчивости и мстительности, депрессивных состояний, мотивации достижения и одобрения, ценностной ориентации и направленности личности, доступные для использования специалистами.*



\*\*\*

**Социальная норма в становлении поведения подростков**

\*\*\*

**Исследование и понятие девиантного поведения**

\*\*\*

**Недисциплинированное поведение**

\*\*\*

**Психолого диагностика как фактор выявления психологических механизмов коррекции девиантного поведения**

\*\*\*

**Коррекционная и развивающая работа с детьми**

\*\*\*

Определение и диагностика насилия. Агрессия.

---

Агрессию можно определить как целенаправленное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, наносящее вред объектам нападения (одушевленным и неодушевленным), причиняющее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт .

Понятия жестокости и насилия - более узкие и входят в понятие агрессия.

Жестокость - это свойство личности, заключающееся в безразличии к страданиям людей или же в стремлении к их причинению.

Насилие - это нарушение чужого поведения (Философский словарь) .

Определяют 4 типа жестокого обращения с ребенком:

Физическое насилие

Пренебрежение

Сексуальное насилие

Психологическое жестокое обращение

Насилие может быть двух типов явное и скрытое (косвенное). По времени насилие делится на происходящее в настоящем и случившееся в прошлом. По месту происшествия и окружения насилие бывает: дома - со стороны родственников, в школе - со стороны педагогов или детей, на улице - со стороны детей или со стороны незнакомых взрослых.

Физическое жестокое обращение - любое неслучайное нанесение повреждения ребенку в возрасте до 18 лет.

Сексуальное насилие над детьми - это использование ребенка или подростка другим лицом для получения сексуального удовлетворения.

Пренебрежение - это хроническая неспособность родителя или лица, осуществляющего уход, обеспечить основные потребности ребенка, не достигшего 18-летнего возраста, в пище, одежде, жилье, медицинском уходе, образовании, защите и присмотре.

Психологическое насилие:

Психологическое пренебрежение - это последовательная неспособность родителя или лица, осуществляющего уход, обеспечить ребенку необходимую поддержку, внимание и привязанность.

Психологическое жестокое обращение - хронические паттерны поведения, такие, как унижение, оскорбление, издевательства и высмеивание ребенка.

В связи со скрытностью, латентностью явления насилия во время диагностики приходится иметь дело с большим количеством симптомов и поведенческих индикаторов.

У ребенка, подвергшегося насилию, могут наблюдаться следующие симптомы:

**Физические:** членовредительство, повреждение костей или мягких тканей, субдуральная гематома с переломом черепа или без перелома, кровоизлияние сетчатки глаза, ушибы тела, ягодиц или головы, определенный тип ожогов (множественные от сигарет, от утюга и другие), разрыв печени или селезенки из-за абдоминальной травмы, следы укусов, радиологические знаки (смещение суставов и другие) .

**Психологические:** жалобы ребенка на хронические паттерны поведения обидчика, такие, как унижение, оскорбление, издевательства и высмеивание.

Ребенок имеет забитый вид, поведение замкнутое, отчужденное, тревожное, раздражительное, с низкой самооценкой и другими проявлениями насилия.



Особенности психического состояния и поведения ребенка, позволяющие заподозрить физическое насилие, в зависимости от возраста ребенка

---

Младший школьный возраст:

Стремление скрыть причину повреждений и травм

одиночество, отсутствие друзей

боязнь идти домой после школы

Странные пищевые пристрастия:

штукатурка, кал, листочки, улитки, жучки и

т. д.

Подростковый возраст:

побеги из дома

суицидальные попытки

делинквентное поведение

употребления алкоголя, наркотиков.

Сексуальное насилие характеризуется как одна из форм жестокого обращения с ребенком. В литературе отмечается, что не существует единого определения этого понятия по целому ряду причин, в том числе в силу трудности определения границ насилия, а также из-за часто встречающихся сочетаний разных видов насилия, в которые входит и сексуальное.

В этом случае сексуальное насилие сопровождается, например, побоями и угрозами, что означает также физическое и психологическое насилие .

Сексуальное насилие - это использование ребенка или подростка другим лицом для получения сексуального удовлетворения .

Сексуальным насилием (посягательством) называется вовлечение зависимых, незрелых детей и подростков в сексуальную активность, которую они не полностью осознают, на которую они не могут дать информированное согласие или которая нарушает социальные (общественные) табу на семейные роли.

Виды сексуального насилия

Инцест

Сексуальное соблазнение

Сексуальное нападение

Изнасилование

Эксплуатация ребенка для порнографии и проституции

Приглашение или поощрение к прикосновениям для сексуального удовлетворения.

## Диагностические критерии для сексуального насилия

Выделение и фиксация специфических признаков, имевшего место сексуального насилия над ребенком приобретает большое значение для распознавания факта насилия с целью оказания своевременной помощи жертве. Существует много причин, по которым ребенок не может прямо сказать о случившемся насилии. В этом случае, подозрения, возникающие у матери или других лиц, подтверждаются рядом признаков.

Эти признаки подробно перечислены в специально разработанном пособии, предназначенном для медиков и психологов, работающих с указанной проблемой .

В пособии приводится более 30 признаков - индикаторов. К ним относятся

**ФИЗИЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ** (разнообразные повреждения половых органов, травмы, расширение ануса, потертости, ранняя беременность подростков, инфекционные болезни, передающиеся половым путем, проблемы с приемом пищи, повторяющиеся физические расстройства, боль в животе, горле, рвота без видимых причин) .

## ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ ПРОЯВЛЕНИЯ (В соответствии с возрастом)

6-8 лет

Сексуальные игры навязчивого характера со сверстниками

Усиливающаяся агрессия по отношению к сверстникам.

Нерегулярное посещение школы или приходит рано и уходит поздно

Внезапное ухудшение успеваемости

Не может найти друзей

Никому не верит

Не может сконцентрировать внимание

8-10 лет

Сексуальные игры навязчивого характера

Усиливающаяся агрессия по отношению к сверстникам

Нерегулярное посещение школы

10-12 лет

Социальный уход

Агрессия по отношению к сверстникам

Нерегулярное посещение школы и несвоевременный приход и уход.

Внезапное ухудшение успеваемости

Никому не верит

Не может сконцентрировать внимание

Часто прогуливает школу.

Приходит в школу рано - уходит очень поздно.

Начальные признаки клинической депрессии.

12-18 лет

Симптомы клинической депрессии

нарушения сна

суицидальные наклонности

изоляция от окружающих

Побеги из дома

Промискуитет

Асоциальное поведение

Не участвует в школьных мероприятиях

Аддитивное поведение (никотин, алкоголь, наркотики)

Совершение преступлений.



семинар

Пошаговое руководство  
по предупреждению  
насилия над детьми

Город Алматы,  
Республика Казахстан

+7 777 357 11 13



Будьте лучшими - будьте с нами!



## ОБЩИЕ СИМПТОМЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ У ДЕТЕЙ, ПЕРЕНЕСШИХ СЕКСУАЛЬНОЕ НАСИЛИЕ:

**Для дошкольников:** тревога, ночные кошмары, общее посттравматическое стрессовое расстройство, избегающее поведение, уходы, депрессия, боязливость, задержка и чрезмерный контроль. Возможны: антисоциальное и неконтролируемое поведение, а также сексуальное поведение неподходящее, не соответствующее возрасту, стертые атипичные депрессивные состояния. Эмоциональные нарушения (тревога, боязливость, спутанность чувств, чувство вины, стыда, отвращения, беспомощности, испорченности) и нарушения поведения (регресс, отстраненность, агрессия, сексуальные игры, мастурбация);

**Для детей школьного возраста:** страх, невротические и общие психические заболевания, агрессия, ночные кошмары, школьные проблемы, гиперактивность и регрессивное (примитивизированное) поведение.

**Для детей младшего школьного возраста:** амбивалентные чувства по отношению к взрослым, сложности в определении семейных ролей, страх, чувство стыда, отвращения, испорченности, недоверия к миру; в поведении отмечаются отстраненность, агрессия, молчаливость либо неожиданная разговорчивость, нарушения сна, аппетита, ощущение «грязного тела», сексуальные действия с другими детьми;

**Для детей 9-13 лет:** депрессия, диссоциативные эпизоды — чувство потери ощущений; в поведении - изоляция, манипулирование другими детьми с целью получения сексуального удовлетворения, противоречивое поведение; страх, чувство стыда, отвращения, испорченности, недоверия к миру; в поведении отмечаются отстраненность, агрессия;

**Для подростков 13-18 лет:** отвращение, стыд, вина, недоверие, амбивалентные чувства по отношению к взрослым, сексуальные нарушения, несформированность социальных ролей и своей роли в семье, чувство собственной ненужности; в поведении - попытки суицида, уходы из дома, агрессия, избегание телесной и эмоциональной интимности, непоследовательность и противоречивость поведения .

## ПРЕДЛАГАЕМ ВАМ:

**Семинар «Пошаговое руководство по предупреждению насилия над детьми».**

Длительность - 40 часов. Индивидуальные и групповые занятия.

**Программа курса обучения психодиагностике.**

Длительность - 32 часа

**Семинар «Психодиагностика и психотерапия функциональных расстройств».**

Длительность - 32 часа

**Семинар «Психология и психотерапия стресса и стрессорных реакций».**

Длительность - 24 часа

**Программа курса "Семейное консультирование".**

Длительность - 32 часа

**Программа курса «Концепции и методы психологической помощи».**

Длительность - 96 часов

По окончании обучения выдается свидетельство повышения квалификации

Будьте лучшими – будьте с нами!



*Пошаговое руководство  
по предупреждению  
насилия над детьми*

В программе — самые актуальные вопросы в сфере оказания помощи детям, пережившим бытовое насилие и сексуальное семейное насилие. А так же: практические вопросы диагностики, оценки и лечения нарушений, связанных со злоупотреблением детьми, и рекомендации как лучше помочь детям, пережившим насилие, и их семьям.

Ирина Терентьева,  
психолог  
Автор обучающих  
программ

+7 777 357 11 13  
@ psyirina@mail.ru  
S irina11041967

Мы должны сделать все для того, чтобы на заре XXI века ребенок чувствовал себя личностью, свободной от унижений, оскорблений, злоупотребления и эксплуатации!



## КАК БЫТЬ ТАКИМ РОДИТЕЛЕМ, КОТОРОМУ ЛЕГКО ЗАДАВАТЬ ВОПРОСЫ

Поощряйте ребенка задавать вопросы с как можно более раннего возраста

Сделайте так, чтобы ваш ребенок чувствовал, что не существует глупых или неприемлемых вопросов

Если вы не знаете ответа на вопрос, признайтесь в этом, но обещайте вашему ребенку найти ответ

По мере того как ребенок будет расти, давайте ему больше возможности участвовать в дискуссиях с остальными членами семьи: выражать мнение и задавать вопросы — это естественно

Пытайтесь ответить на вопросы, когда бы и где бы они ни задавались вашим ребенком

Старайтесь узнать как можно больше о методах контроля рождаемости, абортах, венерических болезнях, беременности, деторождении, половом акте, гомосексуальности, о любви и взаимоотношениях, для того, чтобы полноценно отвечать на вопросы вашего ребенка

Не бойтесь начать обсуждение какого-либо аспекта сексуальности с вашим ребенком, если вы почувствуете, что время для этого подходящее

Попытайтесь использовать доступные вам обучающие издания, включая книги, памфлеты и фильмы

Не стесняйтесь использовать все источники, при помощи которых вы можете донести полезную информацию до вашего ребенка. Это могут быть семейный врач, учителя вашего ребенка, школьный социальный работник, психолог, консультант, школьная медсестра, священнослужитель. Расскажите им о том, какие знания вы уже донесли до вашего ребенка и информацию какого характера вам хотелось бы, чтобы они сообщали вашему ребенку

## ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ ДЕТИ МОГЛИ ЗАЩИТИТЬ САМИ СЕБЯ ОТ НАСИЛИЯ, У НИХ ДОЛЖНО БЫТЬ:

знание и способность определить, что такое сексуальное насилие;

умение контролировать свое собственное тело при обмене физическими знаками привязанности;

умение сказать кому-либо, чтобы он или она его (ее) не трогали;

уверенность в том, что взрослый, если ему сказать о том, что случилось, поверит им и защитит их.

### РАССКАЖИТЕ ВАШЕМУ РЕБЕНКУ...

**Твое тело принадлежит только тебе. У тебя есть право на то, чтобы ты мог одеваться, мыться и спать один (в одиночестве).**

**Люди прикасаются друг к другу по-разному. Если ты сомневаешься в каком-нибудь прикосновении, в том, хорошее оно или плохое, спроси кого-нибудь, кому ты доверяешь.**

**У тебя есть право уйти от человека или сказать ему: "Нет" или: "Не трогай меня так", если его прикосновения тебе не нравятся или кажутся недопустимыми по отношению к тебе.**

**Мы разрешаем тебе сказать о случившемся взрослому, которому можно доверять**

**Объясните ребенку слова, которыми в словаре обозначаются интимные части тела, включая гениталии.**

**Никакой взрослый не должен трогать твои интимные части тела, если только это не доктор, который делает это для твоего здоровья, и то только в присутствии твоих родителей.**

**Никакой взрослый не имеет права просить тебя трогать интимные части его тела.**

**Мы поверим тому, что ты нам скажешь. Мы тебя защитим.**

## РОДИТЕЛЯМ ВАЖНО:

Всегда знать, где ваш ребенок и с кем. Проверяйте приходящих нянь, сиделок, которых вы приглашаете, и с осторожностью относитесь к тому, чтобы ребенок ночевал вне дома.

Пусть дети ходят парами или группами, когда это возможно.

Познакомьтесь со взрослыми, которые работают с вашим ребенком в школе и в свободное время.

Не пускайте ребенка одного в общественный туалет.

Прислушайтесь к вашему ребенку. Простые слова типа: "Мне больше не нравится этот учитель музыки" или "Я не хочу, чтобы дедушка приезжал к нам в гости" могут нести в себе важное сообщение. Спросите ребенка: "Почему же?"

Проверьте, понял ли ребенок то, чему вы его научили, по его личной безопасности, например, что он будет делать, если потеряется в магазине, пропустит автобус и т.д.

Нельзя быть уверенным, что ребенок все понял как надо, если не говорить с ним о потенциально опасных ситуациях очень конкретно.

Время от времени говорите о личной безопасности всей семьей. Напоминайте вашим детям, что они всегда должны рассказывать, если с ними что-нибудь случится.

Если ребенок скажет вам, что с ним что-либо произошло, не паникуйте. Отвечайте ребенку спокойно, уверьте его в том, что он ничего плохого не сделал и что это не его вина. Поддержите ребенка, попытайтесь понять его чувства — испытывает ли ребенок гнев, страх, печаль или тревогу, — успокойте его, сказав, что вы защитите его от повторения насилия и обязательно обратитесь специалисту.

Если вашего ребенка опрашивает социальный работник или полиция, сделайте так, чтобы при этом присутствовал кто-нибудь из близких ребенку людей.

Если вы подозреваете, что ваш ребенок или какой-либо другой ребенок стал жертвой насилия, по закону вы должны сразу сообщить об этом в полицию или в службу защиты ребенка.

## Определение злоупотребления в отношении детей

Понятие злоупотребления распространяется на ребенка до 18-летнего возраста, чей родитель или другое лицо, юридически ответственное за заботу о нем:

- причиняет или позволяет причинить ребенку серьезные физические повреждения,
- создает или позволяет создавать существенный риск причинения серьезного повреждения ребенку,
- совершает или допускает совершение против ребенка сексуального злоупотребления в соответствии с уголовным законодательством .

## Определение плохого обращения с детьми

Понятие плохого обращения распространяется на ребенка до 18-летнего возраста, которому преднамеренно причинен серьезный физический ущерб;

Ребенок, подвергшийся плохому обращению, - ребенок до 18-летнего возраста, которому причинен ущерб вследствие недостаточного осуществления со стороны родителя или иного лица, его заменяющего, минимальной степени заботы:

недостаточное удовлетворение ребенка пищей, одеждой, образованием, медицинской помощью, если материально он способен сделать это;

недостаточное обеспечение ребенка собственным надзором и опекой;

причинение или позволение причинения вреда, а также существование риска этого, включая применение чрезмерных телесных наказаний;

использование наркотиков или применение наркотических средств;

использование алкогольных напитков до такой степени, что он теряет самоконтроль над своими действиями;

любые другие действия подобного рода, требующие вмешательства суда [8].

Ребенок, подвергшийся плохому обращению, - ребенок до 18-летнего возраста, который был покинут родителями или другими лицами, юридически ответственными за заботу о нем.

Конфликтная природа отношения родителя к ребенку оказывает влияние на нормальный процесс усвоения норм и ожиданий общества в целом и ведет к ослаблению связей в семье и развитию нарушения привязанностей. Дети со слабыми связями в семье оказываются неспособными к эмпатическому пониманию других детей. Такой ребенок менее склонен приспособливаться к социальному давлению и вести себя адекватным, ненасильственным образом с людьми вне рамок семьи, если он становится хорошим кандидатом для роли обидчика. У него формируется враждебное отношение к тем, кто слабее, недостаток способности видеть глазами других (эмпатии), тенденция к импульсивности в критических ситуациях.

Значительное число исследований подтверждает, что существенное отрицательное влияние на развитие детей оказывает наблюдаемое детьми насилие, жестокость, как в собственной семье, так и в телепередачах, кинофильмах.

Обидчики, обычно крупнее или, по крайней мере, физически сильнее своей жертвы, так как одна из характеристик притеснения - это неравенство силы. Далее, в противоположность распространенному мнению, что обидчики должны быть несчастными, напряженными, тревожными и испытывать страх, они, как правило, получают удовольствие от своей роли, поскольку эта роль дает возможность приобрести чувство силы и контроль над другими.

Итак, признаки обидчика:

Дразнит, высмеивает, толкает

Физически сильнее, чем сверстники

Любит, чтобы признавалось его превосходство над другими

Импульсивный, раздражительный, нетерпимый, агрессивный, принуждающий, воинственный

Проявляет слабую эмпатию по отношению к другим

Ранняя вовлеченность в антисоциальное поведение (выпивки и т. п.)

Отставание от сверстников по количеству окончанных классов .

Особую опасность, как источник распространения преступности имеют так называемые "группы риска". В них отчетливо проявляются особенности подросткового и юношеского возраста; выраженный групповой характер приобретает потребление спиртных напитков и наркотиков, занятия проституцией, в действиях таких групп нарастает агрессивность. Активно идет процесс подчинения молодежных "групп риска" организованной преступности.



## Психологические факторы риска ребенка

Согласно фактологическим данным, большинство случаев жестокого физического обращения с детьми случилось в первые два года жизни. Чрезмерный непрекращающийся крик и раздражительность младенца часто приводят к уменьшению привязанности матери к нему. В то же время из наблюдений исследователей, младенцы, которые пассивны и отстают в развитии, могут также фрустрировать матерей и способствовать проявлению физического жестокого обращения с их стороны.

Младенцы, родившиеся преждевременно и имеющие низкий вес при рождении требуют за собой специального ухода, что может раздражать их родителей. Эти дети занимают большое место в статистике физического жестокого обращения .

Дети с физическими и психическими отклонениями также уязвимы для злоупотребления. Дети - инвалиды с видимыми физическими дефектами, врожденными аномалиями, умственной отсталостью или хроническими психологическими заболеваниями не только обременительны для родителей, но и рассматриваются нарциссическими родителями как символ их собственного поврежденного самоотражения.

Дети - жертвы, как правило, обладают меньшей физической силой, чем обидчики. Они тревожны и неуверенны, более чувствительны и пассивны.

Эти дети часто имеют симбиотические связи с родителями, обладают слабыми социальным опытом и поддержкой.

Итак, черты жертвы:

Подвергается высмеиванию

Подвергается толчкам, пинкам

Попадает в драки, которых старается избежать

Его вещи отнимают или уничтожают

У него наблюдаются "необъяснимые" порезы и порванная одежда

Исключается из групп сверстников

Выбирается для игр последним

Держится вблизи от учителя.

## Психологические факторы риска подростков

Повышенная виктимность подростков, прежде всего, объясняется их физиологическими, психологическими и социальными особенностями, определяющими большую вероятность для них стать объектом посягательства. К этим особенностям, создающим большую уязвимость подростков относятся:

Чувства неравенства и несправедливости, которые возникают из-за того, что одни подростки развиваются более ускоренно в этот период, а другие с некоторым опозданием.

Беспомощность из-за того, что подросток уже не чувствует себя ребенком, но в то же время он не стал еще взрослым человеком. Физиологическое развитие в этот период намного опережает способности, возможности и готовность подростка вступать в более взрослые отношения.

С одной стороны взрослые предъявляют к подростку повышенные требования, видя в нем более взрослого человека, с другой стороны - не разрешают ему поступать как взрослому. Отсюда появляется взаимное недоверие родителей и ребенка.

Недоверие со стороны взрослых. Если с подростком что-то случится, ему могут не поверить.

Большее доверие сверстникам, чем взрослым. Подражание поведению определенных групп, являющихся в этот период большим авторитетом, чем родители.

## Воздействие среды

Существует ряд средовых системных факторов, которые влияют на развитие притесняющего поведения у молодых людей. К ним относятся патологические особенности родителей, антисоциальное поведение в семье, недостаток семейных ресурсов, которые давали бы родителям время и энергию эффективно взаимодействовать со своими детьми. Супружеские конфликты, родители-одиночки, низкие доходы или плохое соседское окружение, социальные нормы, которые допускают агрессию и насилие, - все может способствовать развитию притесняющего поведения, хотя следует указать, что не во всех семьях с такими нарушенными моделями поведения, которые были описаны выше, дети отличаются склонностью к насилию.

Таким образом, все перечисленные факторы, способствуют уменьшению заботы о ребенке и созданию личности, которая в одних ситуациях является жертвой (когда есть кто-то, кто сильнее) и в других ситуациях - обидчиком (когда есть кто-то, кто слабее) .

Особое место занимают дети, лишенные своих родителей. Дети оставшиеся без матери в младенческом возрасте испытывают анаклектическую депрессию. Изолированные дети обычно апатичные, несчастные, равнодушные к улыбке или речи взрослого. Эмоциональный тон характеризуется тревогой и печалью. Ребенок, отстраняется от всего, что его окружает, не пытается войти в контакт с незнакомцем. Активность подавлена, ребенок часто инертно сидит или лежит в каком-то поразительном ступоре. Многие плохо спят, аппетит страдает у всех. Общее развитие явно нарушено.

На втором и третьем годах жизни эмоциональный отклик на разлуку с матерью не только сильнее, новую мать часто отвергает, ребенок сильно, безутешно горюет в течение дней, недель и даже большего времени. В это время он находится в состоянии возбужденного отчаяния, кричит или стонет. Еда, как и услуги, отвергается. Единственное облегчение приносит сон. Он мочится в кровать, мастурбирует, отказывается говорить и настаивает на том, чтобы его носили на руках. Однако, постепенно он начинает проявлять интерес к незнакомой обстановке и к людям .

Насколько обратим этот эффект депривации?

Реабилитация после одного короткого переживания депривации представляется весьма быстрой и полной; данные, однако, свидетельствуют о повышенной чувствительности к угрозам будущих разлук.

Прекращение длительной депривации в раннем младенческом возрасте приводит к быстрой и очевидной нормализации во внешнем поведении и в общих интеллектуальных функциях; развитие речи, однако, может быть задержано.

Длительная и жесткая депривация на первом году жизни и продолжающаяся около трех лет, обычно приводит к тяжелым последствиям для интеллектуальных и личностных функций, практически не поддающимся исправлению.



Последствиями длительной депривации в детском возрасте могут быть задержка психического развития, олигофрения и другие психические нарушения и акцентуации характера у ребенка.

## Последствия сексуального насилия

Статистика показывает, что у детей, подвергшихся насилию, факторы риска значительно возрастают следующим образом:

Дети-жертвы в 7 раз чаще злоупотребляют алкоголем или наркотиками,

Дети-жертвы в 10 раз чаще совершают попытки суицида,

Дети-жертвы составляют 60-70% беглецов, 98% детской проституции падает на них

60% детей страдает от проблем питания,

98% индивидов, страдающих от множественных личностных расстройств, имеют

У 85 % пациентов психиатрических клиник выявляется история сексуального насилия в детстве, злоупотребления в детстве.

По данным канадских исследователей отмечается, что, в зависимости от возраста, биологических и индивидуально-психологических особенностей личности жертв, характера криминогенных действий преступника, сексуальное насилие может стать специфической психологической травмой, влияющей и на физическое здоровье. Эта травма способствует социальной дезадаптации, может привести к кратковременным или пролонгированным психогенным состояниям или к обострению ранее имевшейся патологии.

Психогенные и психо-социальные последствия насилия в детстве, которые сводятся к следующим видам:

Посттравматические стрессовые реакции (повторное переживание обстоятельств насилия, избегание обстоятельств, напоминающих о насилии, повышенная возбудимость)

Аффективные нарушения (депрессия, дисфория, комплексы вины и самообвинения) .

Аутодеструктивное поведение (суицидальные попытки, наркомания, нарушение пищевого поведения)

Трудности в сексуальном поведении (проституция, нарушения половой идентификации, импульсивность в сексуальном поведении) .

Нарушения медицинского характера (головные боли, предменструальный синдром, спастические колиты) .

Личностные проблемы (проблемы установления доверительных отношений, нарушения самооценки, сверхконтроль и т. д.)

Английский психолог Зейда Холл характеризует клиентов, которые в детстве подвергались сексуальному насилию следующим образом Они - "жертвы жизни, на все согласные и молчаливые", у них - низкая самооценка, ощущение себя оскорбленным, загрязненным.

Жертвы насилия часто подвержены тревожности, алкоголизму, депрессиям, у них бывают нарушения в питании, навязчивые воспоминания с повторяющимися образами и ночными кошмарами. В снах появляются ножи, змеи, пауки.



PSY-FUND.COM

СЕМИНАР  
для всех  
и  
каждого!



## ПСИХОДИАГНОСТИКА И ПСИХОТЕРАПИЯ функциональных расстройств

Психосоматические расстройства. Диагностика и психотерапия.

Дифференциальная диагностика функциональных расстройств.  
Основные принципы терапии.

Основные понятия о неврозах. Типы невротического конфликта.  
Неврозы и неврозоподобные состояния. Психотерапия.

+7 701 357 63 41 +7 777 357 11 13

ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ СТРЕСС,  
НЕЙРОЦИРКУЛЯТОРНАЯ ДИСТОНИЯ,  
БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА И АСТМАТИЧЕСКИЙ БРОНХИТ,  
НЕЙРОДЕРМИТ И (ИЛИ) КОЖНЫЙ ЗУД, ЭКЗЕМА, ПСОРИАЗ,  
ОЖИРЕНИЕ, НОЧНЫЕ КОШМАРЫ, БЕССОННИЦА, НЕВРАСТЕНИЯ,  
НЕВРОЗ НАВЯЗЧИВОСТИ, ИСТЕРИЯ, ПАНИЧЕСКОЕ РАССТРОЙСТВО,  
ЭНУРЕЗ И ДРУГИЕ ВИДЫ НЕДЕРЖАНИЯ МОЧИ, ЭНКОПРЕЗ,  
ЗАИКАНИЕ И ЛОГОНЕВРОЗ, МНОЖЕСТВЕННЫЕ ТИКИ.



СЕМИНАР  
для всех  
и  
каждого!

PSY-FUND.COM

ПРИГЛАШАЕМ ВСЕХ

## Долговременные последствия насилия

М. Раттер утверждает, что примерно у половины детей подвергшихся жестокому обращению и неблагоприятному влиянию, не развивается психопатологических симптомов.

"Характерные" факторы, включающие более длительные условия или характеристики проведения такого подхода :

Факторы плохого обращения: такие факторы, как частота, длительность и взаимоотношения между ребенком и насильником, были недостаточно изучены в литературе в отношении детей - жертв физического насилия. Однако частота обращений в службы защиты ребенка и зависимость между частотой и тяжестью насилия явились достоверными факторами прогноза развития детей, подвергавшихся различным видам плохого обращения, включая физическое и сексуальное злоупотребление и пренебрежение. Таким образом, частота и степень тяжести злоупотребления может влиять на связь между злоупотреблением и последствиями в развитии.

Индивидуальные факторы: Уровень развития ребенка влияет на последствия жестокого обращения различным образом. Интерпретация и понимание детьми плохого обращения играют значительную роль в их приспособлении к нему. Насилие может принимать различные значения и смысл для детей, находящихся на разных этапах развития.

Некоторые очень маленькие дети могут даже не знать, что они подверглись насилию. Они часто осознают смысл случившегося с ними, только когда становятся старше и начинают понимать социальные запреты и санкции, связанные с этим поведением. Когнитивное развитие ребенка может по-другому влиять на его реакцию в отношении злоупотребления и пренебрежения. Мышление детей становится "децентрированным", когда они вступают на конкретный операциональный этап мышления. Они признают, что могут испытывать одновременно положительные и отрицательные чувства по отношению к другим. У ребенка появляются амбивалентные чувства к насильнику, что ведет к еще большему смущению и противоречивым чувствам.



Семейные факторы: Исследователи полагают, что серьезные физические наказания и безнадзорность в детстве ведут не только к агрессии, направленной вовне, но и агрессии, направленной вовнутрь. Часто это ведет к саморазрушительному поведению, в том числе суицидальным попыткам.

Другие формы саморазрушающего поведения: злоупотребление химическими веществами (алкоголь, сигареты, наркотики), переедание - нервная анорексия, различные виды девиантного поведения, в том числе проституция.

Агрессивность в детстве признается фактором, увеличивающим вероятность последующего злоупотребления алкоголем и наркотиками. Хороший и стабильный уход увеличивает шансы на возникновение привязанности к родителям, основанной на чувстве безопасности, которая может, в свою очередь, послужить значительным компенсаторным фактором. У детей, модель поведения которых характеризуется базовым доверием к людям, это доверие не всегда разрушается после совершения насилия. Такие дети рассматривают насилие как несчастный случай, говорящий больше о том, что конкретный обидчик плохой, недостойный доверия и опасный человек. Они не делают в своей голове обобщения относительно других окружающих их людей. Это сохранившееся доверие к другим может увеличить шанс, что дети обратятся за помощью и поддержкой.

Характерные особенности детей, перенесших насилие:

- уменьшение степени доверия к другим людям,
- посттравматические реакции: страхи, ночные кошмары, тревога, депрессия, потеря, чувствительности, судороги, неспособность к заботе (эмпатии) и другие,
- низкий уровень самооценки, неуверенность, ощущение малоценности,
- высокая значимость теплых эмоциональных связей, искренних взаимоотношений,
- тихая речь, нарушения речи, чувства вины, самообвинения,
- трудности в самостоятельном принятии решений, пассивная позиция
- когнитивные нарушения: иррациональные и противоречивые верования и убеждения
- расстройства эмоциональной регуляции, включая алекситимию, депрессию, ярость и другие, а также снижение способности оценивать степень риска, приводящее к саморазрушительному поведению.

ПСИХОЛОГИЯ  
И ПСИХОТЕРАПИЯ  
*стресса и  
стрессорных  
реакций*

**Город Алматы,  
Республика Казахстан**

**+7 777 357 11 13**



Будьте лучшими - будьте с нами!



**СКУЛШУТИНГ**



Скулшутинг– это вооруженное нападение учащегося или стороннего человека на школьников внутри учебного заведения.

За рубежом случаи стрельбы в школе известны с начала XX века. Еще в 1927 году в США в результате массового расстрела в школе города Бат погибли 44 человека, 58 получили тяжелые травмы. С тех пор подобные случаи получают свое распространение на территории всего мира, в том числе в России. Школа «Колумбайн» в США, в которой в 1999 году произошло самое громкое вооруженное нападение учеников на своих одноклассников. Этот случай получил широкий общественный резонанс. Тогда в результате стрельбы погибли 13 человек. К сожалению, у подростков, устроивших тогда стрельбу в школе, появились последователи, которые стали повторять такие страшные поступки.

Подростки наиболее подвержены влиянию, поэтому часто совершают поступки, аналогичные тем, о которых прочитали в книге или журнале, узнали из Интернета.

## ПРИЧИНЫ СОВЕРШЕНИЯ ДЕТЬМИ «СКУЛШУТИНГА»

Существуют внешние и внутренние факторы, подталкивающие детей к скулшутингу.

Среди внешних факторов можно выделить:

- отсутствие внимания родителей к ребенку;
- ссоры с членами семьи;
- трудности ребенка в общении со сверстниками, конфликты с ними и педагогами;
- буллинг (травля) - агрессивное преследование одного из членов коллектива (особенно коллектива школьников и студентов) со стороны других членов коллектива или его части;
- смерть родственников и друзей;
- доступ ребенка к огнестрельному и холодному оружию в доме;
- интерес ребенка к компьютерным играм, в которых присутствуют сцены насилия, а также его доступ к сайтам и группам в сети Интернет, пропагандирующим идеологию «скулшутинга».

К внутренним факторам следует отнести:

- депрессивное состояние ребенка;
- внушаемость и ведомость ребенка;
- психические отклонения у ребенка.

## НА ЧТО СЛЕДУЕТ ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ

1. Дети, которые воспитываются в семьях, где царит насилие и жестокость, несут подобную схему общения в общество.
2. Родители, которые не интересуются жизнью, увлечениями и проблемами ребенка, могут спровоцировать развитие пассивной агрессивности в нем.
3. Отсутствие у ребенка общения со сверстниками может стать причиной появления у него серьезных психологических проблем.
4. Сверстники ребенка обзывают, дразнят и бьют его, портят вещи или отбирают деньги, распространяют слухи и сплетни про него.
5. Нападение на учащихся в России часто совершаются с использованием холодного оружия, поскольку нож ребенку достать проще, чем огнестрельное оружие.
6. Под влиянием компьютерных игр ребенок может утратить чувство реальности и не видеть разницы между убийством человека в игре и его смертью в реальной жизни.
7. Ребенок, планирующий нападение на своих сверстников, как правило, в сети Интернет поддерживает общение с другими последователями идеологии «скулшутинга».



## ПУТИ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ

Станьте другом для ребенка, с которым можно поделиться своими переживаниями и не бояться быть отвергнутым, уделяйте больше внимания его проблемам и взаимоотношениям со сверстниками; учите ребенка общению с людьми вне Интернета; организуйте досуг ребенка во внеучебное время (посещение кружков и секций); тесно взаимодействуйте с педагогами ребенка, чтобы знать о его проблемах; не храните огнестрельное и холодное оружие в местах, доступных для ребенка; контролируйте действия ребенка в социальных сетях, установите и оцените его круг общения; обратитесь за помощью к специалисту (психолог, психотерапевт) в случае замкнутости ребенка, резкого изменения его поведения и проявлений агрессивности.

# Буллинг и эмоции

---

## Виды эмоций

- Существует несколько классификаций эмоциональных процессов по разным критериям.
- 1. По знаку эмоции делятся на положительные, отрицательные и амбивалентные. Положительные эмоции (например, радость, удовольствие, восторг и др.) связаны с удовлетворением потребностей личности, отрицательные (например, печаль, огорчение, гнев и др.) - с неудовлетворением; амбивалентные же эмоции (например, ревность как сочетание любви и ненависти или злорадство как сочетание ненависти и радости и др.) отражают двойственное отношение к объектам удовлетворения потребности.
- 2. По модальности (качеству) эмоций выделяют основные виды своеобразных эмоциональных процессов и состояний, выполняющих различную роль в регулировании деятельности и общения человека. Данную классификацию эмоций разработал К. Э. Изард. Он выделил следующие эмоции, являющиеся "фундаментальными":
  - радость - положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью полного удовлетворения актуальной потребности;
  - удивление - эмоциональная реакция, не имеющая определенного положительного или отрицательного знака, на внезапно возникшие обстоятельства;

- страдание - отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей;
- гнев - отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной потребности;
- отвращение - отрицательное эмоциональное состояние, вызванное объектами (предметами, людьми, обстоятельствами и т.д.), соприкосновение с которыми вступает в резкое противоречие с нравственными или эстетическими установками субъекта;
- презрение - отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порождаемое рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и поведением другого, являющегося объектом данного чувства;

- страх - отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении субъектом информации о реальной или воображаемой опасности;
- стыд - отрицательное эмоциональное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков и внешности не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении и внешнем облике.

- По силе и устойчивости эмоции делятся на две группы: ситуативные и устойчивые, в каждой выделяются эмоциональные состояния разного уровня интенсивности (силы).

## Ситуативные эмоции

- Эмоциональный тон ощущений - простейшая форма эмоций, сопровождающих отдельные жизненно важные воздействия (например, вкусовые, температурные и т. д.), которые побуждают индивида к их сохранению или устранению. Эмоциональный тон ощущений как простейшее эмоциональное состояние не является самостоятельным психологическим процессом, а лишь служит своеобразной эмоциональной окраской простых ощущений. Эмоциональный тон ощущений сохраняется столько же, сколько длится само ощущение.
- Эмоции, в собственном смысле этого слова, - эмоциональные реакции, отражающие значимость ситуаций, выступающие в форме непосредственных ситуативных переживаний удовлетворения потребностей. Важную роль среди этих эмоций играют переживания радости, огорчения, страха, гнева и другие ``фундаментальные" эмоции, возникающие в связи с успехом или неуспехом избранного поведения, совершенных действий, поступков.

- Аффект (от лат. affectus -- душевное волнение) - сложное и относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для личности жизненных обстоятельств. Аффект обычно возникает в экстремальных условиях, когда человек не справляется с ситуацией. В основе аффекта лежит переживаемое человеком состояние внутреннего конфликта, порождаемое либо противоречием между его влечениями, стремлениями, либо противоречиями между требованиями, которые предъявляют к человеку. Аффект приводит к дезорганизации сознания. Сознание сужается на объекте аффекта, резко снижается волевой контроль над действиями и поступками, нарушается работа кровеносной и эндокринной систем и т. д. Нарушения сознания в случае аффекта могут привести к неспособности впоследствии вспомнить отдельные эпизоды вызвавшего этот аффект события.



## Устойчивые эмоции

- Настроение -- сравнительно продолжительное устойчивое эмоциональное состояние умеренной или слабой интенсивности, которое возникает на основе преобладающих в нем эмоций, придает определенную окраску всем другим эмоциональным переживаниям. Настроение -- это не конкретная эмоция, чувство, а общий тон, эмоциональный фон, в котором протекают все эмоциональные переживания человека. Настроение может быть радостным, веселым, грустным, унылым и т. д. Часто настроение формируется под влиянием отдельных жизненных событий: встреч, удач, принятия решений и т. д. В отличие от ситуативных эмоций и аффектов, настроение представляет собой эмоциональную реакцию не только на непосредственные последствия событий, но и на их значение в контексте общих жизненных планов, интересов и ожиданий человека, поэтому настроение носит не предметный, а личностный характер.

- Чувства - высшая форма эмоциональных состояний, отражающая отношение человека к объекту его устойчивых потребностей, закрепленная в направленности личности. Чувства характеризуются длительностью и устойчивостью; имеют предметный характер: их вызывают факты, события, люди и обстоятельства, по отношению к которым у человека сформировались устойчивые мотивы.
- Чувства базируются на определенных ситуативных эмоциях и выражаются также посредством этих эмоций. Так, чувство любви, имея глубоко интимный характер, может выражаться ситуативными эмоциями нежности, восторга, уныния, приподнятого или подавленного настроения. Возникшие как результат обобщения ситуативных эмоций, сформировавшиеся чувства становятся ведущими образованиями эмоциональной среды личности, в свою очередь, определяют динамику и содержание ситуативных эмоций, аффектов и настроений.

- Страсть - сильное, устойчивое, всеохватывающее чувство, доминирующее над другими побуждениями и переживаниями, определяющее направленность мыслей и поступков человека. По интенсивности действия страсть приближается к аффекту. Но, в отличие от аффекта, страсть -- это очень стойкое и длительное переживание. Основным признаком страсти являются ее действенность, слияние волевых и эмоциональных процессов. Страсть заставляет личность сосредоточиться на объекте ее устремлений: упорно размышлять о предмете чувств, живо и ярко представлять удовлетворение потребности, лежащей в основе страсти, и т.д. Близким по интенсивности к страсти чувством является увлечение. Однако оно, в отличие от страсти, непостоянно, кратковременно. Увлечениям, прежде всего, подвержены люди с высоким уровнем эмоциональности.

Эмоции имеют ряд особых характеристик:

- Полярность. Они обладают положительной или отрицательной окраской хотя возможно и наличие противоречий (можно любить человека, но вместе с тем испытывать по отношению к нему обиду, гнев или беспокойство).
- Энергетическая заряженность. Существуют стенические переживания (вызывающие повышение активности – разъяренность, раздражение, воодушевление, восторг) и астенические (порождающие пассивность – грусть, страх).
- Целостность. Эмоциональность предполагает взаимодействие всех психофизических сторон личности, которые оказывают воздействие на весь организм, проявляясь и в действиях, и в теле, и в образе мыслей.
- Неотчуждаемость. Эмоции невозможно отделить от остальных процессов, происходящих в психике. Они сопровождают все – и работу органов чувств (отделяют приятное от неприятного), и функционирование интеллекта (вызывают интерес или скуку).

## Функции

- Субъективная. Эмоциональное состояние способствует формированию у индивида определенной точки зрения, а также позволяет устанавливать связи с внешним миром. Все происходящее воспринимается человеком через призму его ощущений.
- Коммуникативная. С помощью такого свойства психики, как эмпатия мы можем определять настроение, в котором находится другой индивид, что помогает налаживать контакт или даже манипулировать окружающими.
- Поведенческая. Определение вектора поведения, отделение приятного от неприятного, важного от неважного.

## Классификация Додонова

Эта схема более распространена в психологии и показывает распределение видов переживаний по функциям:

- Коммуникативные (возникают в процессе общения).
- Альтруистические (связаны с желанием приносить пользу людям).
- Практические (появляются при успешном выполнении запланированного).
- Глорические (потребность в самоутверждении).
- Путнические (тяготение к риску, опасности).
- Романтические (предполагают стремление к новому и необычному).
- Эстетические (возникновение определяется взаимодействием со сферой искусства).
- Гностические (формируются с тягой к познанию).
- Аккумулятивные (основаны на накоплении, собирательстве).
- Гедонистические (направлены на испытание удовольствия).

## Классификация Леонтьева

Согласно этому подходу, типы эмоций делятся исходя из породившего их источника. Переживания могут быть вызваны:

- степенью удовлетворенности тех или иных потребностей;
  - чужими желаниями и отношением к ним индивида;
  - взаимоотношениями;
  - презрением;
  - проведением аналогий между собой реальным и идеальным (соответствие личности внутренним требованиям, ожиданиям, нормам);
  - сравнение своего «Я» с общественными стандартами.
-

## Формы и примеры эмоциональных процессов

- Сами эмоции. Могут появиться как в столкновении с действительно существующими ситуациями, так и при обдумывании воображаемых, несуществующих событий. Они позволяют выразить удовлетворенность или неудовлетворенность происходящим, дать ему оценку, основанную на личном опыте индивида.
- Чувства. Они всегда устойчивы (не сиюминутны) и отличаются яркостью выраженности. Можно чувствовать страсть, любовь, обиду.
- Настроение. Самое длительное состояние психики, которое влияет на действия и самочувствие личности в целом на протяжении долгого периода.
- Аффекты. Крайняя форма выражения переживаний, побуждающая краткосрочные неконтролируемые изменения в поведении. Полностью иррациональна и проходит очень бурно.



## Взаимосвязь чувственной и эмоциональной сторон

- Более стабильным проявлением эмоциональности являются чувства. Они, как правило, возникают на базе потребностей второго уровня (духовных) и формируют определенную позицию, точку зрения человека. Классифицируются по предмету, на который направлены:
- Интеллектуальные. Возникают во время умственной деятельности (удивление, сомнение, любопытство).
- Эстетические. Их развитие связано с восприятием прекрасного (любовь к искусству или некоторым его аспектам, восхищение красотой).
- Нравственные. Характеризуют отношение индивида к поведению других людей. Эта оценка в большинстве случаев зависит от существующих в обществе норм (гуманность, альтруизм, дружба, сострадание, жалость, любовь).

Существуют также такие понятия, как состояние и реакция. Они отличаются степенью длительности и соотносят потребности и стремления личности с ее возможностями и ресурсами на данный момент.

## Дифференциальные эмоции Изарда

Ученый определил следующие фундаментальные переживания:

- **Интерес.** Это чувство напрямую связано с социальностью человека. Только с ним возможно обрести новые умения, знания, навыки, физически и умственно развиваться.
- **Удовольствие.** Является своего рода синонимом радости. Создает положительный фон, хорошее, бодрое настроение. Появляется при наличии возможности удовлетворить важную для индивидуума потребность. Способна повысить уверенность в себе, облегчить процесс налаживания коммуникации, избавиться от тревоги, стресса.
- **Удивление.** Краткосрочная реакция на только что произошедшее столкновение психики с определенным неожиданным событием, явлением или действием.

- Гнев. Негативное состояние, характеризующееся невозможностью получения желаемого, неудачей или неудовлетворенностью чьим-либо поведением. Неконтролируемой формой является ярость.
- Отвращение. Возникает из-за взаимодействия с неприятным для личности объектом. Сопровождается жадой избавиться от провоцирующего фактора.
- Презрение. Проявляется в процессе возникновения разногласий убеждений и действий людей.
- Стыд. Формируется из-за несоответствия тех или иных сторон личности с собственными требованиями или общественным мнением. Его часто сопровождает неприятное ощущение беспомощности.
- Вина. Возникает в результате осуждения собственного поведения. Влечет за собой раскаяние.
- Страх. Связано с осознанием возникшей или надуманно угрозы для жизни.
- Горе. Реакция на негативные события.

## Эмоциональные реакции

- Лабильность – изменчивость проявления переживаний. Они всегда колеблются в довольно широком диапазоне (от легких сантиментов до истерики).
- Монотонность – однообразие, статичность или вовсе отсутствие чувственных откликов на происходящее.
- Отзывчивость и эмпатия – умение быстро и гибко реагировать на воздействия извне, способность ставить себя на место другого, сопереживать.
- Вязкость – фокусировка на длительном чувстве (например, вместо того, чтобы отреагировать на ситуацию, человек возвращается к старым обидам, неудачам).
- Огрубление – невозможность осознавать уместность и допустимость выражения эмоции, утрата сдержанности и деликатности.
- Алекситимия – затруднения в определении своих чувств и их проявлении, неумение отличить переживание от физических ощущений.
- Ригидность – неподвижность и ограниченный диапазон реагирования.

# Эмоциональное реагирование



Иногда поведение человека имеет демонстративный характер, что связано с его социальными функциями. То есть люди изображают определенную вовлеченность и эмоциональность в ситуации, требующей этого. В таком случае говорят о существовании эмоциональной акции, а не реакции.

**КАК УСИЛИТЬ  
БОРЬБУ С  
БУЛЛИНГОМ?**

---



Одной из первых антибуллинговых мер стала программа Д. Олвеуса (Olweus Anti-bullying Program), которая стартовала в 1983 году в Норвегии. Программа предусматривает выполнение четырех целей: достижение единого понимания данного феномена, активное вовлечение родителей и учителей в программу, разработка четких правил, направленных против школьного насилия, а также поддержка и защита жертв буллинга. Действия направлены на три уровня: школы, класса и каждого ученика индивидуально. Программа считается одной из наиболее эффективных и широко распространена также в Австрии, Швеции, Финляндии, Германии, Исландии и др. В Португалии и Великобритании развита похожая программа – «Безопасные школы» (Safe Schools Program), в Швеции – «Фарста» (Farsta Program). В рамках «Фарста» в каждой школе есть команда из 2–4 учителей, которая в случае буллинга незамедлительно вмешивается в ситуацию для ее решения. Примечательно, что в рамках данных программ предусматривается уровень оценки их эффективности, что позволяет усовершенствовать деятельность школ в борьбе со школьной агрессией.

В Нидерландах одной из программ по созданию безопасной школьной среды является программа для учеников начальных классов «Мирная школа» (Peaceful School), направленная на развитие социальных компетенций и демократических ценностей. В программу активно включены родители учеников, и даже проводятся сеансы медитации. Также в стране действует программа «Rebounds», суть которой состоит в предоставлении отдельного временного здания ученикам с проблемным поведением, на которых не подействовали школьные меры. Цель программы – вернуть этих учеников в обычную школу после работы над их поведенческими и социальными навыками.

Важным направлением деятельности многих развитых стран является предупреждение школьного насилия. К примеру, в школах Дании проводится так называемый «парламентский день», когда дети могут открыто говорить о существующих проблемах в школе и предлагать методы их решения. Эффективность и значимость антибуллинговых инициатив очень высоки. Доказано, что программы предупреждения и профилактики школьного насилия снижают уровень буллинга до 25%.

Усилия европейских стран объединены и на международном уровне. Первые шаги были предприняты в 1998 году, когда Европейской Комиссией была начата двухгодичная инициатива «Агрессия в школах» (Violence in Schools), направленная на поддержку различных действий по предотвращению и борьбе со школьным насилием. За данной инициативой последовало еще несколько масштабных программ, например, проект «Связь» (Connect) 1998–2002 гг., «Ответ на насилие в повседневной жизни в демократическом обществе» (Response to Violence in Everyday Life in a Democratic Society) 2002–2004 гг.

В 2005 году Европейской комиссией был запущен план действий под названием «Дети и насилие», основная цель которого заключалась в оказании помощи в выявлении и реализации последовательной политики по борьбе с молодежной и школьной преступностью и насилием. Этот проект был в дальнейшем интегрирован в программу «Строим Европу для детей и вместе с детьми» (Building a Europe for and with Children), направленную на защиту прав детей и защиты их от всех форм насилия. В 2015 году был завершен третий этап данной программы.

## **КАКИЕ МЕРЫ ПО БОРЬБЕ СО ШКОЛЬНЫМ НАСИЛИЕМ ПРЕДПРИНИМАЮТСЯ В КАЗАХСТАНСКИХ ШКОЛАХ?**

Следует признать, что на фоне развитых стран отечественные инициативы по борьбе с буллингом менее масштабны.

Во многом это связано с относительно недавним становлением школьной психологической службы Казахстана, от которой в немалой степени зависит климат в стенах школы. Первые специалисты появились в конце 1980-х годов в некоторых школах. Официально же должность педагога-психолога была введена только в 2008 году. Для сравнения, в Дании школьная психологическая служба начала свою работу в 1934 году, Гонконге (КНР) – в 1959 году.

Тем не менее за последние годы значимость психологического сопровождения школьного образования в нашей стране существенно повысилась.

Министерством образования и науки РК осуществляется поддержка работы психологов по снижению уровня агрессии, насилия и дискриминации в школах. В рамках долгосрочных и краткосрочных курсов повышения квалификации педагогов-психологов проводятся тематические семинары, тренинги, мастер-классы. В 2015 году количество педагогов-психологов, прошедших долгосрочные курсы повышения квалификации, составило 2175 из 8130 человек, что на 45% больше, чем в 2014 году. Краткосрочные курсы повышения квалификации в 2015 году прошли для 1014 школьных психологов.

Ежегодно разрабатываются методические рекомендации и пособия по профилактике девиантного и аутодеструктивного поведения обучающихся, определению уровня агрессивности детей и проявления актов жестокого обращения и насилия, повышению стрессоустойчивости учеников и др.

Кроме того, в стране с 2011 года под эгидой надзорных органов (Генеральная прокуратура РК, МВД РК и др.) действуют мобильные группы по профилактике подростковой преступности, деятельность которых направлена на борьбу с вымогательством, насилием в школах, длительным непосещением занятий. В 2015 году количество мобильных групп составило более 700. Количество случаев подростковой преступности снизилось с 4670 в 2012 году до 3561 в 2014.

Одной из наиболее значимых инициатив по борьбе с буллингом является модельная программа «Профилактика и реагирование на насилие в образовательных учреждениях Восточно-Казахстанской области».

Данная программа реализуется с 2013 года в рамках сотрудничества Уполномоченного по правам человека, ЮНИСЕФ, Министерства иностранных дел Норвегии и областного управления образования. Участниками программы стали 7 государственных школ и 3 интернатных учреждения области. Цель проекта – внедрение в школы 16 ключевых компонентов, к которым относится разработка системы выявления, реагирования, предупреждения насилия в школах, создание Школьной команды безопасности, механизма перенаправления случаев насилия в «правильные службы» и др.

С 2015 года началась реализация Межведомственного плана совместных действий по обеспечению безопасности детей в организациях образования на 2015-2016 годы. Цель – обеспечение всех школ психологами, социальными педагогами, медработниками, школьными инспекторами, а также создание базы данных неблагополучных семей для проведения индивидуальной профилактической работы.



## КАКИЕ ПРОБЛЕМЫ СУЩЕСТВУЮТ В ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ ШКОЛЬНОМУ БУЛЛИНГУ?

Проводимая политика по противодействию буллингу уже достигла определенных успехов, тем не менее существуют проблемы, требующие решений. Во-первых, несмотря на высокую долю обеспеченности государственных школ психологами по республике (97,6%), в некоторых регионах наблюдается потребность в данной категории педагогических кадров. Также следует отметить невысокий уровень их заработной платы.

Следующей проблемой является несовершенство Правил деятельности психологических служб, разработанных местными исполнительными органами. Так, не во всех регионах учтена криминогенная обстановка, а также культурные, географические, национальные, миграционные факторы влияния на образовательную среду. Отсутствует единый подход в определении состава и функций членов психологической службы каждой области. Не везде принята во внимание важность работы с семьями школьников, столкнувшихся с буллингом.

В-третьих, несмотря на увеличение числа проводимых инициатив по предотвращению школьной агрессии, данные мероприятия охватывают не все школы. Общественность не в полной мере осведомлена о текущей ситуации, так как механизмы оценки эффективности принимаемых мер против школьного насилия несовершенны.

Кроме того, в стране не развито масштабное общественное информирование важности создания безопасной психологической среды в школах.

## Меры по предотвращению травли в школах

Для предотвращения буллинга усилия должны предпринимать все – родители, преподаватели и другой персонал школы, психологи и сами ученики. В мировой практике предприняты значительные усилия по противодействию буллингу и созданию здоровой психологической среды в школах. Важным направлением деятельности многих развитых стран является предупреждение школьного насилия. К примеру, в школах Дании проводится так называемый "парламентский день", когда дети могут, открыто говорить о существующих проблемах в школе и предлагать методы их решения. Эффективность и значимость антибуллинговых инициатив очень высоки. Доказано, что программы предупреждения и профилактики школьного насилия снижают уровень буллинга до 25%.

В условиях модернизации образования очень важно повсеместно решать существующие проблемы, связанные со школьным насилием и агрессией. Для этого необходимым представляется следующее:

- Усовершенствовать психологическую службу школы путем четкого распределения и координации обязанностей не только психологов, но и социальных педагогов, школьных инспекторов, заместителей директоров по воспитательной работе, медицинских работников, классных руководителей, членов родительского комитета, активизировать их профессиональное сотрудничество;
- Обеспечить комплексное функционирование психологической службы во всех организациях образования страны;
- На уровне страны разработать нормативные правовые документы по предупреждению, выявлению и предотвращению школьного буллинга;

- На уровне каждой организации образования разработать документ, регламентирующий политику школы в отношении насилия;
- Увеличить практическую часть работы психологов не только с детьми, но и родителями и учителями с целью повышения их психологической компетентности, развить практику семейного консультирования;
- Усовершенствовать систему учета, регистрации, контроля и отчетности фактов школьного насилия и оценки эффективности действий по борьбе с буллингом;

Разработать теле- и радиопрограммы, социальные ролики, направленные на предотвращение буллинга. Таким образом, сложившиеся тенденции подчеркивают значимость создания безопасной образовательной среды. Важно понимать, что буллинг – проблема не только самой школы. На агрессивное поведение школьников влияет множество факторов: личностные, семейные, средовые, ситуационные и социальные. Поэтому для создания комфортного климата в школе необходима совместная работа школьных психологов, педагогов, родителей и общественности в целом.

Успех различных инициатив, программ и мероприятий по борьбе со школьной агрессией невозможен без их эффективного сотрудничества.

## СОВЕТЫ ПЕДАГОГУ ПО ФОРМИРОВАНИЮ И ПОДДЕРЖАНИЮ ПОЛОЖИТЕЛЬНОГО СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА В КЛАССЕ:

1. Формулируйте правила поведения и требования к ученикам в форме «как надо», а не как «не надо» поступать.
  2. Привлекайте учащихся к разным совместным делам, чтобы каждый чувствовал свою сопричастность к решению общих задач.
  3. Акцентируйте важность и ценность многообразия (культурного, национального, религиозного и др.), а также различных способностей, предпочтений, физических и интеллектуальных возможностей.
  4. Не допускайте сами и пресекайте со стороны других любые насмешки в адрес учащихся, имеющих особые образовательные потребности, мигрантов, детей с низким социально-экономическим статусом и др.
  5. Не противопоставляйте ученика коллективу ни в положительном, ни в отрицательном ключе. В классе не должно быть «любимчиков» и тех, кого учитель явно недолюбливает.
  6. Не обсуждайте и не оценивайте личностных качеств ученика перед всем классом. Поощряйте сотрудничество, а не соперничество.
-

7. Своим личным примером показывайте уважительное отношение ко всем членам учебного коллектива.
8. Используйте дисциплинарные меры, имеющие воспитательный, а не карательный характер. Давайте ученику характеристику его поступку и возможным последствиям, а не его личности.
9. Не призывайте весь класс к коллективной ответственности за какой-либо проступок отдельного ученика.
10. Не усиливайте изоляцию отвергаемых учеников, сажая их отдельно.
11. Не пренебрегайте жалобами учеников, даже если случай кажется незначительным. Недопустимо говорить в ответ на сообщение о насилии или жалобу на притеснение: «Хватит жаловаться!», «Учись сам за себя постоять!», «Сами разбирайтесь».

## Какие меры по борьбе со школьным насилием предпринимаются в казахстанских школах?

В 2013-2017 годах ЮНИСЕФ пилотировал программу профилактики насилия в школах, которая предполагает обучение персонала школы выявлению буллинга и закреплению желательного поведения всех учащихся.

Разработанная методика была апробирована в школах Восточно-Казахстанской, Кызылординской и Мангистауской областях и показала эффективность. Теперь, при поддержке Национальной академии образования она будет внедряться в стандарты и компетенции системы образования.



Бывают случаи, когда родителям приходится решать проблему собственными силами. В начале года Интернет взорвал пост в Facebook москвички Натальи Цымбаленко, которая откровенно написала о реалиях в современной школе, в которых детям приходится не только учиться, но и выживать. По словам женщины, ее сына регулярно травили одноклассники, а педагоги предпочитали не замечать происходящего у них на глазах беспредела. Не найдя помощи, женщина рассказала как ей удалось остановить травлю в школе, где учится ее сын.

**"Во многом это моя вина: я долго не вмешивалась, слушала классную руководительницу и родителей, что "дети сами должны разобраться". Но после того, как один из одноклассников сына на своей странице вывесил фотожабу на Петра (ее сын), издеваясь над тем, что сын стал «качаться», моему терпению пришел конец»  
Наталья Цымбаленко**

В итоге состоялся совет, на котором были представители школы, департамента образования и председатель управляющего совета. С зачинщиками конфликта встретился инспектор по делам несовершеннолетних, отдельно переговорив с каждым. Класс понял, что это всерьез, и окончательно отстал от сына и остальных. Женщина советует всем, кто столкнулся с подобными ситуациями, не бездействовать и разработала определенную схему действий, которая может быть применена и в казахстанских реалиях. За считанные дни ее пост о том, как она победила буллинг в отношении своего сына, буквально взорвал русскоязычный интернет и собрал сотни перепостов: люди из России, Белоруссии, Прибалтики, Израиля, Канады, США выражали ей свою поддержку и благодарность, просили индивидуальных консультаций, делились собственными историями.

# КАК ОСТАНОВИТЬ ТРАВЛЮ РЕБЕНКА

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ВАРИАНТ 1.

### ВОЗДЕЙСТВУЕМ НА ШКОЛУ

(обзывают, прячут вещи, бойкотируют, толкают и т.д.)

ВАРИАНТ 2.

### САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ДЕЙСТВИЯ

(ребенка травят в соцсетях, испортили его вещи и т.д.)

#### СОБИРАЕМ ДОКАЗАТЕЛЬНУЮ БАЗУ:

- Скриншоты, оскорбления, ссылки, показания одно-классников и свидетелей, заключения о поломках вещей, справки о побоях, фото «плевков в портфель», кэш в гугле и т.д.
- Анализируем аккаунты зачинщиков травли в социальных сетях – в каких группах состоят, что постят, как разговаривают. Это поможет при составлении характеристики абьюзеров.
- Записываем аудио и видео (это не частные съемки – это не запрещено). Если просят прекратить, аргументируем, что собираем доказательную базу и пресекаем противоправные действия (по этой же схеме вас снимают на видео в магазинах).



#### ОБРАЩАЕМСЯ К КЛАССНОЙ РУКОВОДИТЕЛЬНИЦЕ,

родителям учеников, с которыми сложности у вашего ребенка, к школьному психологу, социальным работникам. Проговорите ситуацию. Определите план действий.



#### ВАЖНО!!

Без вмешательства третьих сил сами дети не смогут разрешить ситуацию в классе. Только постоянная работа и постоянный контроль.

Ничего не изменилось? Следующий пункт –

#### ИЩЕМ ЮРИСТА

Если ситуация сложная и агрессивная, или чувствуете, что нет времени самому разбираться в тонкостях закона.



#### ОБРАЩАЕМСЯ К ПСИХОЛОГУ / ПСИХИАТРУ.

Именно они дают заключение о тяжелом психологическом состоянии и моральном вреде, нанесенном ребенку ситуацией. Выберите того, у кого есть лицензия.

#### ВАЖНО!

Этот эксперт должен обладать лицензией, которая подойдет для суда. Тогда его заключение пойдет в Дело.

#### ПИШЕМ ЖАЛОБЫ:

(именно в этой формулировке)

##### 1 • Директору школы.

Если не помогло:

- 2 • в комиссию по делам несовершеннолетних управы/администрации района;
- в управляющий совет школы;
- инспектору по делам несовершеннолетних.

Если не помогло:

- 3 Пишем Жалобы о бездействии представителей госучреждения:
  - в Департамент образования;
  - в прокуратуру;
  - уполномоченному по правам человека в городе.



Писать придется много. Пишем! Устные встречи – это вы просто поболтать зашли. Пишем в соответствующие инстанции. Если где-то забуксовало, пишем выше. НО – не перескакиваем. Например, раз – и написали сразу в прокуратуру. Та, естественно, спрашивает школу: «Что, собственно, происходит?», а школа абсолютно честно отвечает, что никто к ней не обращался.

#### СОБИРАЕМ ЧЕКИ, ПОДТВЕРЖДАЮЩИЕ ТРАТЫ:

- на медикаменты, прописанные психологом/психиатром;
- на самого психолога/психиатра и других врачей, если были побои, физические травмы и лечение;
- на юриста;
- на репетиторов из-за пропуска школы (если было);
- на имущество, которое испортили (или прайсы из интернета);
- оцениваем свой моральный вред.



#### ПОДАЕМ В СУД

С возмещением морального вреда главное не увлечься – можно выставить и миллион, но суд снизит в сотни и десятки раз. Рассчитывайте, что на круг в легкой версии суд постановит заплатить 100 000 – 200 000 тысяч рублей. Но – это по одному эпизоду, и с одного родителя. Если это действие повторить, да учесть, сколько родители ребенка, с которым вы судитесь, также потратят времени и денег на адвокатов, то ребенок-абьюзер встанет родителям в копеечку.



#### ФОРМИРУЕМ ОБЩЕСТВЕННЫЙ РЕЗОНАНС

Именно он заставляет двигаться многие инстанции. А родителей абьюзера подталкивает к тому, чтобы пересмотреть



**Необходим комплексный подход: родителям важно спрашивать детей о том, как прошел день в школе и следить за тревожными признаками, чтобы вовремя отреагировать, в то же время, школьные психологи и педагоги должны предотвращать и реагировать на издевательства вовремя.**

Очень важно участие учителей в предотвращении буллинга в классах. В ЮНИСЕФ выделили следующие рекомендации учителям по профилактике насилия в школах:

1. Формулируйте правила поведения и требования к ученикам в форме "как надо", а не как "не надо" поступать.

2. Привлекайте учащихся к разным совместным делам, чтобы каждый чувствовал свою сопричастность к решению общих задач.

3. Акцентируйте важность и ценность многообразия (культурного, национального, религиозного и др.), а также различных способностей, предпочтений, физических и интеллектуальных возможностей.

4. Не допускайте сами и пресекайте со стороны других любые насмешки в адрес учащихся, имеющих особые образовательные потребности, мигрантов, детей с низким социально-экономическим статусом и др.
  5. Не противопоставляйте ученика коллективу ни в положительном, ни в отрицательном ключе. В классе не должно быть "любимчиков" и тех, кого учитель явно недолгобливает.
  6. Не обсуждайте и не оценивайте личностных качеств ученика перед всем классом. Поощряйте сотрудничество, а не соперничество.
  7. Своим личным примером показывайте уважительное отношение ко всем членам учебного коллектива.
  8. Используйте дисциплинарные меры, имеющие воспитательный, а не карательный характер. Давайте ученику характеристику его поступку и возможным последствиям, а не его личности.
  9. Не призывайте весь класс к коллективной ответственности за какой-либо проступок отдельного ученика.
-

10. Не усиливайте изоляцию отвергаемых учеников, сажая их отдельно.

11. Не пренебрегайте жалобами учеников, даже если случай кажется незначительным. Недопустимо говорить в ответ на сообщение о насилии или жалобу на притеснение: "Хватит жаловаться!", "Учись сам за себя постоять!", "Сами разбирайтесь!".



В школах должен быть нулевой уровень терпимости ко всем формам насилия. Когда школьный персонал становится свидетелем или получает информацию о том, что учащийся вовлечен в акты насилия в школе или за ее пределами, он должен немедленно вмешаться и начать общение с ребенком, чтобы лучше разобраться в ситуации.

Важно, чтобы все действия школьного персонала по профилактике и реагированию на насилие регулировались специальными инструкциями нормативного характера и были обязательными к исполнению.

**Помочь жертве буллинга. Кратко! Тренинг!**

---

**1-й метод.** «Коллекция достоинств». Когда кто-то ведет по отношению к ребенку агрессивно - физически или морально, у него серьезно падает самооценка. Поэтому один из способов помочь чаду - составить список его хороших качеств, которые выделяют его из толпы. В следующий раз при встрече с обидчиком-задирой у ребенка в голове всплывает список своих позитивных черт. Зная свои достоинства, не будет внутренней тревожности – «я ничего не значу, не умею...»

**2-й метод.** Соблюдать принцип непроницаемой стены. Мы говорим ребенку: представь, что ты окружен непроницаемой стеной. Там, за ней, кто-то кричит, шумит - а ты как будто его не слышишь. Можешь даже засунуть в уши наушники и делать вид, будто слушаешь классную музыку. Выработать чувство достоинства, зная, какой список достоинств есть внутри тебя.

**3-й метод.** «Проблемы обидчика». Предложите ребенку: представь, все, что говорит обидчик, относится не к тебе, а к нему, к личным проблемам забияки. Потому что человек, у которого порядок в голове, вряд ли так себя будет вести. И ребенок начинает видеть и оценивать ситуацию по-другому, и даже его организм начинает издавать другие запахи! Ведь если заглянуть в психофизиологию, когда человек напрягается, у него появляется запах пота. Если он постоянно в напряжении - то и запах с ним постоянно. Вы же знаете: если человек боится собаки, она это чувствует. То же - в мире людей. На уровне законов природы мы все едины.

**4-й метод.** «Техника толстокожего слона».

Учимся самовнушению: «Я слон, я толстокожий, и все обидное, что мне говорят, отскакивает от меня как мячик». Не заикливаться на обиде. Чем больше жертва расстраивается - тем интереснее тирану.

**5-й метод.** Научите детей парировать выпады. Например, обидчица в школе говорит однокласснице: «ты страшная», а та в ответ: «а ты такая милашка». Обидчица ей: «ты дура», а та - ей: «тебе видней, ты умная»...

Смысл этих методов - толстокожести, парирования - в том, чтобы не дать словам обидчика проникнуть на вашу территорию. Как только позволили это, вы начинаете в сказанное верить и тоже становитесь невольным игроком в буллинг.

**6-й метод.** Играть с детьми в настольные, командные игры. Чтобы ребятишкам был важен сам процесс игры, а не возможность выиграть.

**7-й метод.** Дайте ребенку реализовать себя, тренировать его сильную сторону.  
Например, кружки, в которых он будет самоутверждаться, где у него будет расти самооценка.



# **Последствия буллинга во взрослом возрасте**

---

Согласно исследованиям, насилие, пережитое в детстве, может привести к серьезным последствиям во взрослом возрасте. Дети, подвергающиеся насилию или травле, во взрослом возрасте могут испытывать психологические проблемы, и даже проблемы со здоровьем. Травля в школе может привести к низкой самооценке, постоянному ощущению тревоги, подавленности и беспомощности, а также к неспособности принимать решения.

В редких случаях взрослые буллы осознают неприглядность своего поведения. Воспоминание о былых "подвигах" вызывает у них чувство стыда. Агрессор меньше страдает от последствий буллинга, чем жертва, но все же это не проходит для него бесследно: Неблагоприятное будущее, проблемы во взаимоотношениях и террор в семье лишь малая часть последствий от дурного поведения.



### Марафон серого вещества

### Marathon of gray matter

Автор: Тереньтьева И. Б.  
Казахстанский психолог. Специалист  
в области психоанализа, кандидат  
психологических наук.  
Председатель общественнофонда  
"Развитие психоанализа в Республике  
Казахстан".  
Автор книг: "О комплексах и не только..."  
и "Все тайны твоих комплексов".  
Автор психологических курсов:  
"Особенности психодиагностики  
в межнациональном пространстве" и  
"Комплексы и их влияние на материнство".

Author: Terentyeva I. B.  
Kazakhstan psychologist. Specialist  
in psychoanalysis, candidate  
psychological sciences.  
Chairman of the public fund  
"The development of psychoanalysis in the  
Republic Kazakhstan".  
Author of books: "About complexes and not only ..."  
and "All the secrets of your complexes".  
The author of psychological courses:  
"Features of psychodiagnostics  
in interethnic space " and  
"Complexes and their effect on motherhood".



Тереньтьева И. Terentyeva I.

## Марафон серого вещества

## Marathon of gray matter



Терентьева И. Terentyeva I.

**Марафон  
серого вещества  
Marathon of gray matter**



2019 г.



Комплекс Медее  
Medea complex

# Содержание

## Content

Введение Foreword .....	4
Глава 1. Мужские комплексы Chapter 1. Male complexes .....	11
Глава 2. Женские комплексы Chapter 1. Female complexes .....	53
Глава 3. Общие комплексы Chapter 3. General complexes .....	87
Глава 4. Экзотические комплексы Chapter 4. Exotic complexes .....	101
Глава 5. Синдромы Chapter 5. Syndromes .....	106

# Введение

## Foreword

Ирина Терентьева – психолог, сексолог, кандидат политических наук, автор книги «О комплексах и не только», автор аудиокниги «Вся правда о твоих комплексах...». Книга «Марафон серого вещества» посвящена человеческим слабостям. У каждого человека имеется свой собственный набор комплексов и страхов. Проявляются комплексы в виде ошибочных действий, навязчивых повторений, неврозов, отклонений в поведении, психосоматических заболеваний, психических отклонениях и т.д. Кто-то с комплексами справляется самостоятельно, кто – то обращается к психологам. Кому - то приходится страдать из-за своих комплексов и страхов пожизненно или же страдают окружающие его люди, а некоторым приходится обращаться к психиатрам. Все зависит от того какие комплексы и страхи у человека имеются. Вот об этом книга, которую вы держите сейчас в ваших руках...

Irina Terentieva is a psychologist, sexologist, candidate of political sciences, the author of a book "About complexes and more", author of an audio book "All the truth about your complexes". "Marathon of grey matter" is a book about human weaknesses. Every person has his own set of complexes and fears. They come out in a form of erroneous actions, intrusive repetitions, neurosis, behavior deviations, psychosomatic illnesses, mental disorders and so on. Some people overcome it by themselves; some need to consult with a psychologist. Others have to suffer from their complexes and fears for all life or people around them suffer, some of them address to psychiatrists. It depends on the fears and complexes this person owns. This is the topic of the book you are holding in your hands now...

Книга «О комплексах и не только...», аудиокнига «Все тайны твоих комплексов», книга о психологических комплексах, на двух языках, «Марафон серого вещества» и метафорические психодиагностические ассоциативные карты «Марафон серого вещества» - посвящены человеческим слабостям. У каждого человека имеется свой собственный набор психологических комплексов и страхов. Проявляются комплексы в виде ошибочных действий, навязчивых повторений, неврозов, отклонений в поведении, психосоматических заболеваний, психических отклонениях и т.д. Кто-то с комплексами справляется самостоятельно, кто – то обращается к психологам. Кому - то приходится страдать из-за своих комплексов и страхов пожизненно или же страдают окружающие его люди, а некоторым приходится обращаться к психиатрам. Все зависит от того какие комплексы и страхи у человека имеются.



## Признаки психологических комплексов

- Переживание из-за особенностей собственного поведения или особенностей внешности;
  - Постоянное чувство вины и мысли о собственной несправедливости в отношении людей или же, наоборот, что люди несправедливы;
  - Постоянное чувство неловкости и скованности при оценке другими людьми;
  - Боязнь публичных выступлений и излишнее волнение перед встречей и разговором со значимыми людьми;
  - Навязчивые мысли и чувства что именно сам являешься причиной большинства своих неудач;
  - Определенная закономерность, когда вначале все хорошо, а через некоторое время все очень плохо, и отношения с людьми постоянно портятся;
  - Обвинения родителей в проблемах и сложностях своей жизни;
  - Стремление к некоему недостижимому идеальному образу;
- И т. д.



## ◀ Комплекс неполноценности ✕ ● Complex of inferiority

Чувство неполноценности присуще всем людям без исключения, не является психическим расстройством и способствует здоровому развитию человека, достижению им успехов в жизни. Человек стремится компенсировать имеющиеся у него от рождения недостатки, дефекты, пытается преодолеть свою неполноценность, хочет самоутвердиться в жизни; делает все для того, чтобы стать более совершенным. Но вот ощущение собственной неполноценности может порождать у человека неуверенность в свои силы, что создаст многочисленные проблемы, разрешение которых становится камнем преткновения для самого человека. И вот это ненормальное чувство неполноценности превращается в комплекс неполноценности. Этот комплекс отражает преувеличенное чувство неполноценности. Когда в человеке побеждает чувство неполноценности, он становится неспособным к позитивному развитию своих творческих сил и дарований. Верх в нем берут надменность и самодовольство, высокомерие и коварство. Одержимый комплексом неполноценности, человек стремится всеми способами возвыситься над другими

The feeling of inferiority is presented in all people without exception; it is not a mental disorder and contributes to the healthy development of a person and his success in life. A person seeks to compensate for his defects from birth, drawbacks, tries to overcome his inferiority, wants to assert himself in life; does everything in order to become perfect. But the feeling of one's own inferiority can give rise to a person's self-doubt, which will create numerous problems, the resolution of which becomes a stumbling block for the person himself. And this abnormal feeling of inferiority turns into an inferiority complex. This complex reflects an exaggerated sense of inferiority. When a person overcomes the feeling of inferiority, he becomes incapable of positive development of his creative powers and talents. He is taken over by arrogance and complacency, arrogance and deceit. A person obsessed with an inferiority complex seeks to rise above other people in order to compensate for his inferiority by all means; resorts to various kinds of illusions and false evaluations in order to impart to oneself in the eyes of those around him the aura of a successful person; breaks connections with other people and goes into himself to look like an extraordinary person; runs "into the

людьми, чтобы тем самым компенсировать свою ущербность; прибегает к различного рода иллюзиям и ложным оценкам, чтобы придать самому себе в глазах окружающих ореол преуспевающего человека; порывает связь с другими людьми и уходит в себя, чтобы выглядеть неординарной личностью; совершает "бегство в болезнь", т. е. симулирует болезнь, чтобы привлечь к себе внимание и вызвать сострадание родственников и знакомых. Из комплекса неполноценности развивается невроз. Сталкиваясь с реальными трудностями в жизни, невротик уклоняется от полезной деятельности. Он находит или создает свое собственное поле деятельности в воображаемом мире. Благодаря тем или иным уловкам невротик добивается успехов в воображаемом мире; чувствует себя выдающейся личностью; отдается во власть мании величия; заставляет других людей считаться со своими прихотями; больше интересуется собой, чем окружающими. Комплекс неполноценности формируется в детстве.

disease", i.e., simulates the disease in order to attract attention and cause compassion from relatives and friends.

Neurosis develops from the inferiority complex. The neurotic person, faced with real life difficulties, shies away from useful activities. He finds or creates his own field of activity in an imaginary world. The neurotic achieves success in an imaginary world thanks to this or that trick; feels like an outstanding person; gives in the power of megalomania; makes other people reckon with their whims; is more interested in themselves than others. An inferiority complex is formed in childhood.





## □ Комплекс серой мышки ✕ ◆ Complex of a «grey mouse»

Люди с заниженной самооценкой. Внутренне зажаты, постоянно насторожены, неохотно идут на контакт, беспричинно краснеют и отвечают невпопад - лишь бы отделаться от собеседника. По большому счету, застенчивым людям не просто трудно, а действительно страшно жить. Склонность к самокопанию, стремление "не выделяться", гротескное преувеличение собственных недостатков, сверхчувствительность к невинным колкостям и способность легко впасть в депрессию от ошибочного осознания своей полной никчемности ни к чему хорошему не ведут. Человек начинает ощущать себя жертвой судьбы и оберегает внутренний мир от вмешательства посторонних. Психика таких людей испытывает чудовищную нагрузку от надуманного ощущения собственной ущербности.

These are people with low self-esteem. There is some tension inside them, they are always in alert, and have problems in contacting other people, blush without any reason and answer something out of place just to get rid of the opponent. Really it is extremely difficult and even scary for shy people to live. The tendency to self-analyzing, the desire not to stand out, the grotesque exaggeration of one's own drawbacks, the hypersensitivity to innocent jokes and the ability to become depressed easily from the erroneous awareness of their complete worthlessness do not lead to anything good. The person begins to feel himself a victim of fate and protects the inner world from the interference of outsiders. The mentality of such people is experiencing a monstrous strain from the made-up feeling of their own inferiority.





## ◀ Комплекс прапорщика • The ensign complex

Он строится на том, что женщины начинают придираться абсолютно ко всему. Даже если создать все условия для блаженного, райского проживания, они все равно будут оставаться недовольными на протяжении всей жизни.

It is based on getting at every single thing. Even if a man makes everything for life to be a paradise the woman stays dissatisfied all her life.

## ⚙️ Комплекс Эльзы 💧 Elsa complex

Практически во всем таким женщинам чудится приближающая беда. И при этом поводы могут быть самыми различными – задержка с выплатой заработной платы, подгоревшая каша, чихающий ребенок и т.д. Мироощущение таких красавиц можно сравнить только с мироощущением человека, живущего вблизи действующего вулкана.

Practically all such women see some misfortune approaching. And the reasons can be very different: the delay in the payment of wages, burnt porridge, sneezing child, etc. The attitude to life of such beauties can only be compared with the attitude of a person living near an active volcano.







## □ Оральный комплекс



## △ Oral complex

Проявляется в сохранении подсознательного влечения к совершению сосательных движений у детей и подростков, что рассматривается в психоанализе как сублимация психоэротического удовольствия от ласк материнской груди. Проявляется, например, в машинальном или неконтролируемом сосании уголка воротничка рубашки, различных предметов, пальцев. Может быть признаком невротизации.

Is manifested in keeping adolescents' and children's subconscious desire to sucking that is understood in psychoanalysis as psycho erotic sublimation of pleasure by caressing maternal breast. It can be noticed in mechanically or uncontrolled sucking of the corner of a shirt collar, various objects, fingers. It may be a sign of neuroticism.

## ✕ Комплекс нерешительности



## ⊙ Hesitation complex

Выражается в чрезмерной скромности, застенчивости, которая сочетается с неуверенностью в собственных силах, отсутствием инициативности, невозможностью принять самое незначительное решение без помощи со стороны. Развитие данного комплекса может продолжиться и во взрослом возрасте по причине стрессов.

It is presented by excessive modesty, shyness with uncertainty in oneself power, lack of initiative, inability to make decisions without any help. This complex can develop in adult age due to stresses.



## ⌘ Complex of a victim

Отголоски этого комплекса встречаются у многих людей. Человек склонен в своих неудачах, лени, холодности, эгоизме искать лишь внешние причины и, конечно, винить других. В жизни такая личность очень сложна и совсем не симпатична, потому что все свои неудачи она «навешивает» на возлюбленных, близких, друзей и так далее.

Marks of this complex can be seen in many people. A person is inclined to blame other people in his failures, laziness, coldness, selfishness and search for the reasons in the external world. In the real life these people are too complex and unpleasant because they put their failure onto their beloved people, friends and etc.

## □ Chastity complex

В данном случае речь идёт об утрированной установке на целомудрие и настоящее поклонение своей непорочности. Такой комплекс может помешать нормальному общению с противоположным полом и способствовать одиночеству женщины.

In this case we mean an exaggerated experience of chastity and a real cult of purity. Such complex can affect the communication with men and lead to loneliness.





- Для того, чтобы расстаться с психологическими комплексами, требуется принять следующие меры:
- - Проконсультироваться со специалистом, а, возможно, пройти курс психотерапии;
- - Определить с чем же все - таки придется расставаться и есть ли от этого расставания для вас выгода.

# ТРЕНИНГ АССЕРТИВНОСТИ

- ассертивное поведение - «приемлемое выражение любой отличной от тревоги эмоции, имеющей отношение к другому человеку»;
- Тренинг ассертивности снимает обусловленность с неадаптивных привычек реагировать тревогой на поведение других людей двумя способами: ослабляя страх клиентов и изменяя манеру их речи и образ действий. Клиентам необходима поддержка для выражения законных эмоций, которые возникают у них в проблемных ситуациях. Законное проявление эмоций «может успешно конкурировать со страхом, который тормозил именно это проявление; каждый раз при выражении эмоций привычный страх в некоторой степени ослабляется» .

# **Кино и литература как способ преодоления буллинга**



- Подростки являются идеальным материалом для социальной драмы. Литературные произведения и фильмы о них получаются пронзительными и запоминающимися. Возможно, именно поэтому тема буллинга в кино и литературе остается одной из наиболее актуальных. Если говорить о литературе, то на ум приходит роман "Повелитель мух" английского писателя, лауреата Нобелевской премии Уильяма Голдинга.

Философская глубина и послы Голдинга выходят далеко за рамки школьных разборок, да, действие формально происходит не в стенах учебного заведения, а "на природе", но по форме это те же отношения между подростками, приведшие к трагическому концу.

- 
- Соотечественница Голдинга Джоан Роулинг также поднимает тему травли. В "Гарри Поттере" описаны все самые распространенные случаи буллинга, и это не просто книга о мире магии, в ней подняты реальные проблемы, актуальные для подростков, а в героях каждый может узнать самого себя.

- Так или иначе, вопросы травли поднимаются в повести Владимира Железникова "Чучело" и в одноименном фильме. "Чучело" самый советский фильм о буллинге. Предперестроечная картина Ролана Быкова, развенчала миф о советской школе как об обители равенства, братства и взаимной поддержки.

Большую работу по раскрытию этой темы проделали западные и российские кинематографисты.

Эмоции на грани истерики, множество вопросов, на которые нет ответов, как нет и ощущения времени, пространства и почвы под ногами. Несмотря на уровень развития и сознательности, ребенку приходится жить по правилам примитивных групп либо оставаться аутсайдером. А это чревато, ведь подростковая жестокость почти не знает границ. Именно такие вещи можно увидеть в работах Гаса Ван Сента, Валерии Гай Германики, Ильмара Раага, Ивана Твердовского, Брайана Де Пальма и других.

Ближе всего к казахстанскому зрителю – фильм "Уроки гармонии" Эмира Байгазина. Картина, получившая награды, восторг и одобрение у западной публике, с точностью до миллиметра передает все те реалии, которые существуют в казахстанских школах. Хотя, многие критики отмечают, что этот фильм своего рода проекция морального упадка взрослого общества в масштабе детских отношений. В нем есть невероятная жажда власти и наживы, есть "крыша", которая пинает нижестоящих, но которую, в свою очередь, пинают те, которых пинает своя "крыша".

**"Я определенно не снимаю кино против "системы" или наоборот. Не хотелось бы, чтобы мои фильмы использовали те или иные силы. Я слушаю свое сердце и стараюсь быть искренним, в первую очередь с собой"**  
**Эмир Байгазин режиссер**

- Как видно вопросы травли поднимаются в большинстве подростковых фильмов: именно через выбор стороны юный человек впервые определяет себя и усваивает этику не из учебников, а из жизни. Просматривая фильм или прочтя книгу, ребенок может провести параллель с происходящим с ним в его классе, увидеть свою ситуацию и поделиться с родителями. А также, такой просмотр можно устроить и в классе и потом устроить анализ фильма.

Бороться с этим можно разными способами, но в данном случае самый действенный – показать обидчикам, как они выглядят со стороны.

- Республика ШКИД (1966)
  - Кэрри (1976)
  - Наше призвание (1981)
  - Чучело (1983)
  - Забавы молодых (1987)
  - Дорогая Елена Сергеевна (1988)
  - Куколка (1988)
  - Шут (1988)
  - Палки и камни (Костолом) (1996)
  - Сердце Америки (2002)
  - Пиф-паф, ты — мёртв (2002)
  - Слон (2003)
  - Зло (2003)
  - Класс (2007)
  - Телекинез (2013)
  - 13 причин почему (2017)
  - Ненасытная (2018)
-

# Мифы о буллинге



**К сожалению, мифы относительно травли распространены в нашем обществе. Часто приходится слышать, что от травли в школе страдают только слабохарактерные дети, или что ребенок часто ведет себя так, что провоцирует агрессию. Одно из других распространенных заблуждений – это то, что издевательства или психологическое давление в школе принято считать нормой, и только физическое насилие вызывает осуждение.**

**Со всеми этими заблуждениями необходимо бороться, при чем необходимо это делать комплексно – обучать учителей вовремя реагировать, объяснять родителям, как определить симптомы травли над ребенком, иметь квалифицированных психологов в каждой школе, формировать общество, которое не будет толерантно к насилию.**

## Вывод

Важно помнить, что нельзя закрывать глаза даже на малейшее проявление травли, ведь разобраться с ситуацией можно только общими усилиями и только, если вовремя обратить на нее внимание.

---