



## Буллинг в семье

В последнее время много говорится о буллинге, описаны его критерии и способы борьбы с ним. Чаще всего про буллинг говорят, когда ребенок попадает под агрессивное поведение, травлю в школе или в других группах сверстников. Однако важно знать и осознавать, что пример буллинга, своеобразное «разрешение» и научение ему, наши дети получают именно в семье. Семья - самая главная инстанция, где формируется личность, ее поведение, способы выражения и взаимодействия. Поэтому насколько они адекватны у детей - в очень большой степени зависит от семейной системы.

Согласно википедии, травля (жарг. Буллинг-bullying) - агрессивное преследование одного из членов коллектива со стороны другого члена коллектива. Травлю организует один (лидер), иногда с сообщниками, а большинство остаются свидетелями. При травле жертва оказывается не в состоянии защитить себя от нападков, таким образом, травля отличается от конфликта, где силы сторон примерно равны. Травля может быть и в физической, и в психологической форме.

Проявление буллинга: задирание, высмеивание, унижение, игнорирование (бойкот), физическое воздействие, толкание, пинание, дергание, избивание т.п. Обзывания, непристойные шутки, сплетни - называют моббингом, но это не имеет существенного значения. Потому что все это - насилие. И в большинстве случаев, впервые дети с этим сталкиваются именно в семье.

К сожалению, взрослые, часто не задумываясь о сути и последствиях, нередко применяют эти методы в качестве воспитательного воздействия. Ведь чтобы получить послушного, «удобного» ребенка, всего лишь стоит высмеять его, обесценить как личность, вызвать чувство вины, стыда, несостоятельности, неуверенности в себе, показать, что он никто и ничто по сравнению с другой «сильной» фигурой. Личностные позиции, формы поведения, ценности, моральные принципы и табу - результат семейной системы. Семья формирует агрессоров, жертв или управляемую толпу.

Дети, которые наблюдают насилие в семье по отношению к себе или другим родственникам, выберут одну из трех ролей - стратегий поведения, характерно проявляющихся в буллинге:

- *Агрессоры* (т.е. лидеры, но я бы назвала «антилидеры») - это собственно те, которые буллят, нападают, унижают.
- *Жертвы* - те, которых буллят, которые терпят, редко обращаются за помощью или все же пытаются противостоять, но безуспешно.
- *Большинство* - активные или пассивные участники.

По моему глубокому убеждению - все дети рождаются хорошими, способными к доброте, заботе, любви, дружбе, взаимопомощи, если они это видят, наблюдают и чувствуют по отношению к себе от близких родных и значимых взрослых. Но есть процент, он был всегда, и, к сожалению, в последнее время растет, деток с признаками психопатического поведения. Это

трагедия и большая трудность для всех окружающих такого ребенка. Поскольку у них не развивается эмпатия, сочувствие, совесть, ответственность, доброта.

Так же, по мнению Э.Берна и других уважаемых авторов, исследователей, психотерапевтов, каждый из нас рожден Принцем или Принцессой, т.е. способным быть сильным, расти, развиваться, достигать поставленных целей и быть просто счастливым. Из этого следует, что Преследователи, Жертвы, Лузеры, Неудачники - это результат воздействия социума. А поскольку такие важные решения закладываются в достаточно раннем возрасте до 6 лет - именно семья нас нарекает быть победителем по жизни, преследователем, жертвой или мальчиком для битья.

И тут возникает важный вопрос: «Почему психически здоровые и развитые дети ведут себя жестоко?» Ведь они могут осознавать, что это плохо, могут слышать голос своей совести, чувствовать, как неприятно, обидно, страшно их жертвам, но продолжают так поступать...  
Ответ: пример отношения в семье между ее членами и к детям в частности.

Ниже приведу несколько негативных примеров родительского поведения:

Если папа унижает маму, а мама - папу;

Если взрослые самоутверждаются за счет ребенка;

Если агрессивное поведение в семье - обычное дело (игра в «горячую картошку», папа обидел маму, мама - сына, сын - кота);

Если жесткий стеб, дедовщина, «разборки» между сиблингами - нормальное частное дело; Если взрослые перекалывают ответственность на детей - за свои эмоции, за свои неудачи;

Если уровень общения в семье примитивный низкокультурный, который ребенок воспринимает как допустимую норму;

Если вместо участия и поддержки - сарказм, издевка;

Если игнор, другие виды эмоционального и даже физического насилия присутствуют в семье - дети воспринимают это как допустимые формы взаимоотношения и в социуме.

Иногда взрослые на автомате говорят ужасные, токсичные, унижающие, ломающие личность фразы, даже не задумываясь о последствиях.

*Например:*

- Ты тощий как Кощей;

- Кончай «жрать», на тебе ни одни штаны не сходятся!

- Ну почему ты такой тупой?

- Мне наплевать, что ты хочешь...

- Хочешь реветь - реви за дверью!

- Вон с глаз моих!

- Мне все равно, что ты говоришь...

- Мне не до твоих чувств, проблем, разбирайтесь сами;

- Да я тебя... Да я тебе...

- Ты пожалеешь, что родился!

- Если ты не делаешь то, что я требую, то со всеми своими проблемами справляйся сам;

- На меня не надейся, мне никто не помогал, я сам справлялся!

- Не будь тряпкой, давай сдачи!

- Что значит страшно?

- Твой папаша - неудачник. Будешь его слушать, станешь таким же неудачником.

- Женщина в семье - чтобы молчать и подавать на стол, запомнила?

*Что слышит ребенок в этот момент:*

- Я никому не нужен;

- Я не ценен;

- Я не могу рассчитывать на помощь;

- Мне никто не поможет;

- Я слабак;

- Чтобы меня не считали слабаком, я должен нападать;

В результате такого родительского поведения и стилей воспитания у детей формируется много искривленных представлений о себе и других, о правилах «взаимодействия этого взрослого мира», неудовлетворенных потребностей, которые пытаются удовлетворить искаженными, если не сказать извращенными способами.

*Например:*

*- Потребность самоутвердиться.*

Это происходит тогда, когда взрослые не помогают и поддерживают, а всерьез соревнуются, конкурируют, отыгрываются и самоутверждаются на детях. Если взрослые смеются, дразнят, буллят младших, воспринимая это за невинные шутки, дети, как в игре «горячая картошка», так же самоутверждаются на еще более младших или слабых.

*- Потребность проявить свою силу.*

К сожалению, нередко среди взрослых и, соответственно, их детей, силой считается исключительно физическое воздействие, запугивание, шантаж, манипулирование, оскорбление другого и проявление всякого вида власти. По понятным причинам дети этих родителей, силу будут проявлять через деструктивное воздействие такого рода.

*- Потребность быть значимым, влиять, вести за собой.*

*- Потребность быть важным, ценным, услышанным* для многих детей остается нереализованной. Родителям некогда, не интересно, есть более важные вещи и темы, фигуры и авторитеты. Это печально и грустно. Ведь каждому из нас важно знать и ощущать безусловное принятие (что тебя просто любят таким, какой ты есть), а так же уважение, внимание к достижениям, успехам, проявлениям, победам и т.д. Очень часто, когда «хорошими» способами внимание взрослых не удалось привлечь, интерес взрослых, «уважение» и статус среди сверстников достигается отнюдь не благими способами.

*- Потребность сбросить то эмоциональное напряжение, которое образовалось вследствие насилия над собой.* Наказали старшего ребенка, а он вскоре «наказал» младшего. Подавленный гнев и обида, которые небезопасно выразить и возразить взрослой фигуре требуют своего выражения. Для этого и находится «мишень», над которой хочется безвозмездно поиздеваться.

*- Потребность за демонстративным агрессивным и жестоким поведением скрыть свои переживания, страхи, разочарования.*

Подростковый возраст очень непростой своими неравномерными этапами или даже скачками психологического и физического развития, когда уровень притязаний намного опережает уровень возможностей. В этом возрасте много критики и самокритики, неудовлетворенности собой, разочарований, фрустраций, подкрепляемых гормональными скачками. Много страхов, сомнений. Очень важно, чтобы дети имели безопасную возможность быть принятыми, быть близкими, делиться своими самыми сокровенными переживаниями с добрыми любящими близкими взрослыми, которые смогут разделить этот огромный эмоциональный накал. Если так не случается, эмоции все равно найдут выход, только не всегда безопасным экологичным способом. Иногда, чтобы доказать себе, что «я не лузер», приходится делать это за счет других.

Тема буллинга - это тема психологических границ и морально - этических ценностей общества. Если хотя бы у одного члена семьи границы не сформированы (он нарушает чужие или нарушают его), бесполезно ждать что границы детей сформируются адекватно. Поэтому, дорогие родители и взрослые, очень хочется пожелать всем нам, чтобы доброта, человечность, нравственность, уважение, были не просто словами, а теми истинными ценностями, которые исповедуются в семье и прививаются нашим детям.

*Материал подготовил педагог - психолог МАУ Центр «ЛОГОС» Спирова Г.Г.*