

## ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА КАК УСЛОВИЕ СОЗДАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ БЕЗОПАСНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ ШКОЛЫ

*Адэскэлицэ В. В., докт., конф., КГПУ им. И. Крянгэ*

**CZU: 159.9.072:37.06**

### **Abstract**

Articolul „Prevenirea bullying-ului ca o condiție pentru crearea unui mediu educațional psihologic sigur al școlii” prezintă rezultatele experimentului de constatare și formare, indicând necesitatea intervenției psihologice pentru dezvoltarea competențelor psihosociale ale preadolescenților, ceea ce în final va preveni repetarea cazurilor de violență între colegi (bullying/ tachinare).

**Cuvinte cheie:** bullying, mediu educațional, intervenție psihologică, competențe psihosociale, preadolescenți.

Насилие в отношении ребенка (человека, не достигшего возраста 18 лет, согласно ВОЗ и действующему законодательству РМ), где бы оно не имело место, не только является нарушением его прав на безопасность, здоровье, развитие и образование, но и обладает рядом негативных последствий для самого государства, в котором проживает этот ребенок и происходят случаи насилия. В частности, невозможно говорить о качественном образовании, если в образовательных учреждениях происходит насилие со стороны одних учащихся в отношении других. Такого рода насилие носит название буллинга и характеризуется повторяемостью, систематичностью действий против заведомо слабого, незащищенного, с целью его подавления и деморализации, снижения его социального статуса в группе.

К сожалению, в Республике Молдова ситуация, связанная с насилием в образовательных учреждениях за последние несколько лет ухудшилась. Так, если, согласно исследованию, проведенному в 2013-2014 годах, жертвами буллинга (систематической травли в школе) становились около 13% учащихся в возрасте от 11 до 15 лет, а в роли обидчика – около 9% учащихся того же возраста [2, с. 8], то данные исследования, проведенного в 2019 году [3], показали, что количество жертв насилия среди учащихся 6-12 классов увеличилось до 70%, а количество учащихся, проявляющих агрессию – до 40%. В этом же исследовании указано, что 75,6% учащихся становились свидетелями ситуации травли, что также расценивается как психотравмирующая ситуации. Более того, согласно исследованию ВОЗ за 2018 год, Республика Молдова входит в первую пятерку стран с самым высоким показателем насилия (буллинга) в школе [4].

Приведенные данные свидетельствуют об острой необходимости вмешательства в сложившуюся ситуацию на всех уровнях, в том числе и на уровне научного исследования феномена и способов его преодоления.

В частности, в рамках нашего исследования ставились задачи изучения личностных особенностей подростков, совершающих действия насильственного характера, чтобы в последствии разработать и апробировать программу психологического вмешательства с целью предупреждения повторений ситуации насилия в дальнейшем.

В исследовании принимала участие группа учеников из Кишинёвского лицея, в количестве 68 человек в возрасте 14 лет, из которых 30 девочек и 38 мальчиков.

В соответствии с задачами исследования были применены следующие психодиагностические методики: «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н.Орел); «Модифицированный опросник для идентификации типов акцентуаций характера у подростков» (А. Е. Личко); Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (В.И. Моросанова); «Тест агрессивности» (Опросник Л.Г. Почебут).

Одной из гипотез исследования стало предположение о том, что склонность к отклоняющемуся поведению подростков зависят от особенностей их личности. В ходе проведенного экспериментального исследования эта гипотеза нашла свое подтверждение.

Так, мы выявили, что склонность к преодолению норм и правил могут возникнуть у подростка с проявлениями демонстративного типа акцентуаций в сочетании со склонностью к вербальной, физической и предметной (косвенная агрессия, выражающаяся в демонстративном уничтожении предметов, принадлежащих жертве, или чужих предметов на глазах у жертвы) агрессии.

К склонностям к самоповреждающему и самонарушающему поведению могут привести наличие в характере признаков возбудимого или демонстративного типов акцентуаций в сочетании с вербальной и физической агрессией. При этом такие подростки отличаются низким уровнем сформированности способности к планированию, моделированию поведения, образа будущих последствий и отношений. Было статистически установлено, что чем менее сформирована у таких подростков осознанная деятельность, тем выше вероятность появления у них самоповреждающего поведения.

Склонность к агрессии и насилию связана у подростков с наличием в характере черт возбудимого или интровертированного типов акцентуаций в сочетании с такими личностными особенностями как: наличие вербальной, физической и предметной агрессии, низкий уровень эмоциональной регуляции, сформированности навыков осознанного и адекватного моделирования и программирования программы поведения.

Анализируя полученные эмпирические данные по проблеме склонности подростков к нарушениям поведения, мы сформулировали гипотезу формирующего эксперимента – предположение о том, что в специально организованных условиях психологического вмешательства возможен контроль и снижение склонностей к нарушениям поведения подростками, а следовательно, возможно предупреждение повторения ситуаций насилия. Целью программы психологического вмешательства стало снижение уровня агрессивности подростков посредством воздействия на механизмы дезадаптивного поведения.

Задачами исследования стали: научить подростков осознанию собственных потребностей, отреагированию негативных эмоций; обучить приемам регулирования своего эмоционального состояния; обучить способам целенаправленного поведения, внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов; способствовать формированию позитивной моральной позиции, жизненных перспектив и планирования будущего.

При проведении тренинговой работы мы ориентировались на следующие *общие принципы* разработки и реализации тренинговой программы [1, с. 24]:

„Здесь и теперь”. Этот принцип ориентирует участников тренинга на то, чтобы предметом их анализа постоянно были процессы, происходящие в группе в данный момент, чувства, переживаемые в данный конкретный момент, мысли, появляющиеся в

данный момент. Кроме специально оговоренных случаев запрещаются проекции в прошлое и в будущее. Принцип акцентирования на настоящем способствует глубокой рефлексии участников, обучению сосредотачивать внимание на себе, своих мыслях и чувствах, развитию навыков самоанализа.

*Искренность и открытость.* Самое главное в группе – не лицемерить и не лгать. Чем более откровенными будут рассказы о том, что действительно волнует и интересует, чем более искренним будет предъявление чувств, тем более успешной будет работа группы в целом. Искренность и открытость способствуют получению и предоставлению другим честной обратной связи, то есть той информации, которая так важна каждому участнику и которая запускает не только механизмы самосознания, но и механизмы межличностного взаимодействия в группе.

*Принцип Я.* Основное внимание участников должно быть сосредоточено на процессах самопознания, на самоанализе и рефлексии. Даже оценка поведения другого члена группы должна осуществляться через высказывание собственных возникающих чувств и переживаний. Запрещается использовать рассуждения типа: „мы считаем...”, „у нас мнение другое...” и т. п., перекладывающие ответственность за чувства и мысли конкретного человека на аморфное „мы”. Все высказывания должны строиться с использованием личных местоимений единственного числа: „я чувствую...”, „мне кажется...”. Это тем более важно, что напрямую связано с одной из задач тренинга – научиться брать ответственность на себя и принимать себя таким, какой есть.

*Активность.* Поскольку психологический тренинг относится к активным методам обучения и развития, такая норма, как активное участие всех в происходящем на тренинге, является обязательной. Большинство упражнений подразумевает включение всех участников. Но даже если упражнение носит демонстрационный характер или подразумевает индивидуальную работу в присутствии группы, все участники имеют безусловное право высказаться по завершении упражнения. В случае тренингов-марафонов крайне нежелательны отсутствие даже на одной сессии и выход из группы.

*Конфиденциальность.* Все, о чем говорится в группе относительно конкретных участников, должно остаться внутри группы – естественное этическое требование, которое является условием создания атмосферы психологической безопасности и самораскрытия. Само собой разумеется, что психологические знания и конкретные приемы, игры, психотехники могут и должны использоваться вне группы – в профессиональной деятельности, в учебе, в повседневной жизни, при общении с родными и близкими, в целях саморазвития.

Выборка формирующего эксперимента составила 2 группы: экспериментальная и контрольная группы, состоящие каждая из 8 подростков с высокими показателями по факторам склонностей к отклоняющемуся поведению.

Разработанная нами программа рассчитана на 10 занятий, по 60 минут каждое, проводимые с периодичностью 2 раза в неделю. Общая структура программы выглядит следующим образом:

Занятие 1. «Знакомство с группой». Цель: снижение страха социальных контактов.

Занятие 2. «Повышение самооценки». Цель: повышения уровня самосознания.

Занятие 3. «Без страха». Цель: Снижение уровня тревожности.

Занятие 4. «Насилие – не вариант!», 1 часть. Цель: снижение уровня агрессивных состояний.

Занятие 5. «Насилие – не вариант!», 2 часть. Цель: снижение уровня агрессивных состояний.

Занятие 6. «Я, мы и наши эмоции», 1 часть. Цель: Формирование осознания собственных эмоций и чувств, эмоций и чувств других людей, развитие эмпатии.

Занятие 7. «Я, мы и наши эмоции», 2 часть. Цель: Формирование осознания собственных эмоций и чувств, эмоций и чувств других людей, развитие эмпатии.

Занятие 8. «В центре внимания». Цель: Формирование внутреннего самоконтроля и умения сдерживать негативные импульсы.

Занятие 9. «Положительное во всем». Цель: Приобретение умений находить положительный выход из трудных ситуаций.

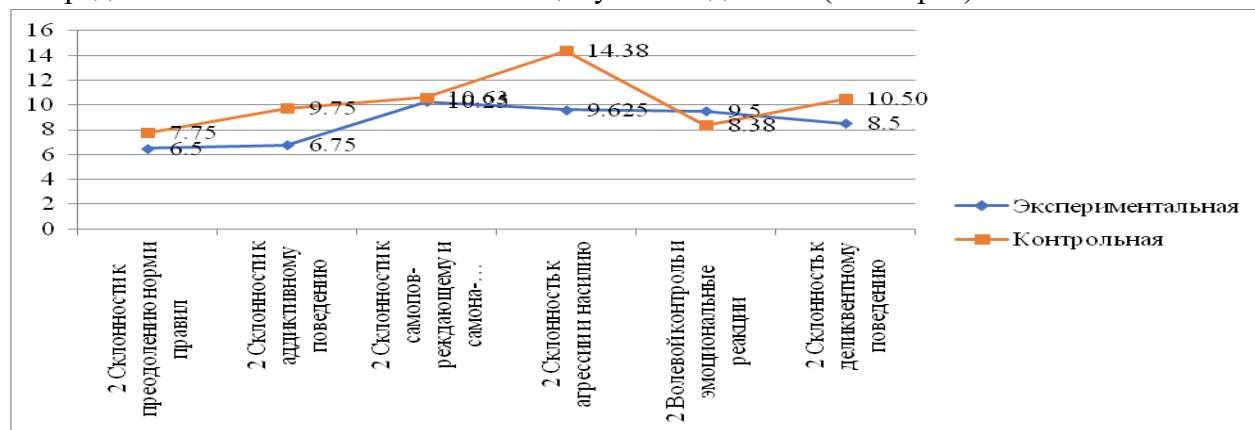
Занятие 10. «Я другой». Цель: Формирование позитивных моральной позиции и жизненных перспектив.

Общая структура тренингового занятия состоит из:

1. Вводная часть: Приветствие/ Знакомство/ Введение
2. Основная часть: Практический блок
3. Заключительная часть: Обратная связь/ Домашнее задание

В работе с подростками были использованы методики психологического вмешательства: арттерапия (рисунок), ролевая игра, методики на развитие воображения, телесные упражнения.

По окончании формирующего эксперимента было проведено повторное исследование испытуемых. Рассмотрим график динамики средних показателей контрольной и экспериментальной группы повторного тестирования по методике «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н.Орел).



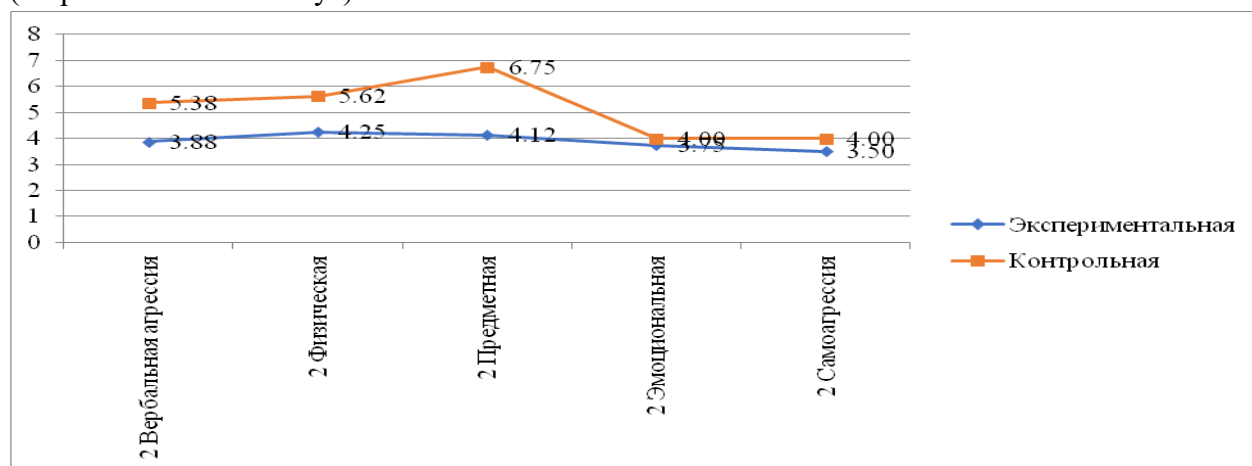
**Рис. 1. Данные повторного тестирования испытуемых экспериментальной и контрольной групп по методике «Определение склонности к отклоняющемуся поведению» (А.Н.Орел).**

Статистический анализ методом U-критерий Манна – Уитни показал, что существуют значимые различия по критерию «Склонности к аддиктивному поведению» ( $U=10,00$ ;  $p=0,019$ ) между экспериментальной и контрольной группой, что свидетельствует о наличии изменений в готовности испытуемых реализовать аддиктивное поведение.

Так же существуют статистически значимые различия по критерию «Склонность к агрессии и насилию» ( $U=4,50$ ;  $p=0,004$ ), данный показатель в контрольной группе статистически выше.

По остальным же критериям этой методики различия статистически не значимы: «Склонности к преодолению норм и правил» ( $U=20,50$ ;  $p=0,220$ ), «Склонности к самоповреждающему и самонарушающему поведению» ( $U=27,00$ ;  $p=0,595$ ) и «Склонность к деликвентному поведению» ( $U=15,00$ ;  $p=0,071$ ). Предполагаем, что эти параметры требуют большего времени психологического вмешательства.

Рассмотрим график динамики средних показателей контрольной и экспериментальной группы повторного тестирования по методике «Тест агрессивности» (Опросник Л.Г. Почебут).



**Рис. 2. Данные повторного тестирования испытуемых экспериментальной и контрольной групп по методике «Тест агрессивности» (Опросник Л.Г. Почебут).**

Статистический сравнительный анализ контрольной и экспериментальной группы показал, что существуют значимые различия по критерию «Вербальная агрессия» ( $U=14,00$ ;  $p=0,047$ ), что говорит о том, что экспериментальная группа наиболее способна контролировать вербальное проявление агрессии.

Так же существуют значимые различия по критериям «Физическая агрессия» ( $U=12,50$ ;  $p=0,037$ ) и «Предметная агрессия» ( $U=8,00$ ;  $p=0,010$ ), это свидетельствует о снижении уровня агрессивных состояний у экспериментальной группы.

По критериям «Эмоциональная агрессия» ( $U=28,50$ ;  $p=0,707$ ) и «Самоагрессия» ( $U=28,00$ ;  $p=0,663$ ) значимые различия не наблюдаются.

Таким образом, реализация разработанной программы психологического вмешательства в специально организованной работе с подростками со склонностями к отклоняющемуся поведению, целью которой было снижение уровня агрессивности подростков посредством воздействия на механизмы дезадаптивного поведения, дала возможность положительно повлиять на личностные особенности подростков, потенциально формирующие склонности к отклоняющемуся поведению.

В ходе анализа данных повторного тестирования было выявлено, что существуют различия между экспериментальной и контрольной группой по показателям склонностей к отклоняющемуся поведению.

Были изменены агрессивные методы реакции на конфликтные ситуации, об этом свидетельствуют средние показатели уровня вербальной агрессии, физической агрессии,

предметной агрессии и самоагрессии. Подростки – испытуемые экспериментальной группы смогли научиться осознавать собственные потребности, адекватно отреагировать негативные эмоции.

Очень важным моментом в тренинге было обучение приемам регулирования своего эмоционального состояния, который и влияет на снижение агрессивных проявлений подростков в стрессовых ситуациях.

Происходила так же работа над формированием позитивных моральных позиций, жизненных перспектив и планирования будущего, что позволило подросткам перенаправить агрессивную энергию на формирование потребности в осознанном планировании деятельности, планы в этом случае стали реалистичны, детализированы, иерархичны и устойчивы, цели деятельности теперь выдвигаются самостоятельно. Таким образом, всё это привело к снижению склонности к аддиктивному поведению, к самоповреждающему и самонарушающему поведению и минимизации склонности к агрессии и насилию.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. ВАЧКОВ, И.В. *Основы технологии группового тренинга*. Учеб. Пособие. М: Ось-89, 1999.
2. *Предотвращение насилия в образовательном учреждении*. Методическое пособие / под редакцией В. АДЭСКЭЛИЦЭ, З.; ЖОСАНУ, И.; МОЛДОВАНУ, Т.; ЕПОЯН А. Кишинэу, 2017.
3. Bullying-ul în rândul adolescenților din Republica Moldova. Studiu. Coord. D. Cheianu-Andrei. Chișinău, 2019. <https://www.unicef.org/moldova/media/3146/file/Bullying-ul%20%C3%AEn%20r%C3%A2ndul%20adolescen%C8%9Bilor%20din%20Republica%20Moldova.pdf> (vizitat 15.04.2020).
4. Spotlight on adolescent health and well-being. Findings from the 2017/2018 Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey in Europe and Canada. International report. Volume 1. Key findings. Edited by: Jo Inchley, Dorothy Currie, Sanja Budisavljevic, Torbjørn Torsheim, Atle Jåstad, Alina Cosma, Colette Kelly, Ársæll Már Arnarsson, Vivian Barnekow and Martin M. Weber. 2020, ix + 58 pages. ISBN 978 92 890 5500 0. <https://www.euro.who.int/en/health-topics/Life-stages/child-and-adolescent-health/health-behaviour-in-school-aged-children-hbsc/publications/2020/spotlight-on-adolescent-health-and-well-being.-findings-from-the-20172018-health-behaviour-in-school-aged-children-hbsc-survey-in-europe-and-canada.-international-report.-volume-1.-key-findings> (vizitat 16.04.2020).

#### MOTIVAȚIA PENTRU DEZVOLTAREA PERSONALĂ CA FACTOR AL SATISFACȚIEI DE VIAȚĂ LA ADOLESCENȚI

*Pleșca Maria, dr., conf. univ.,  
UPS „Ion Creangă” din Chișinău*

**CZU: 159.922.8:159.947.5**

#### Abstract

The article addresses the issue of motivation for self-esteem and life satisfaction in adolescents. The study has shown that the more self-esteem of adolescents is based on their own achievements, obtained through their own efforts, the greater their satisfaction with life, this kind of self-esteem is conditioned by intrinsic school motivation and by perseverance. The results also indicate that self-esteem, based on the recognition of an individual's competence by other people, depends on the level of life satisfaction and the motivation of respect from parents. The third type of self-