

Людмила Петрановская: Пусть педагоги представят, что это их травят в коллективе

Психолог Людмила Петрановская о причинах школьной травли, почему не нужно запугивать детей экзаменами и как легко педагогу прекратить буллинг - на круглом столе "Климат в российских школах. Откуда берётся детская агрессия и как работает буллинг?", который прошел 15 февраля на XV Международной научно-практической конференции "Тенденции развития образования".

"Когда говоришь, что ребенок в школе должен быть счастлив – люди крутят пальцем у виска. Хотя с точки зрения психологии это не какое-то пожелание, это совершенно прагматичная вещь. Говоря умными словами, миелинизация нервных волокон происходит в состоянии покоя. Освоение чего-то нового происходит только тогда, когда мы не в стрессе. В стрессе мы не учимся. Это два принципиально разных состояния психики: состояние стресса, когда все силы тратятся на выживание и на прекращение состояния угрозы, и состояние развития, поисковой, познавательной активности, когда хочется попробовать что-то новое, развиваться, вырасти и так далее. Это два разных состояния, даже физиологически разных. Откуда в нашей школе появилась мысль, что если ребенка довести до состояния постоянной паники, ужаса перед ЕГЭ, контрольной, чем-то еще, то он от этого будет гораздо лучше учиться – это для меня непостижимая загадка. Некоторые учителя даже с претензией говорят: «Я смотрю, ваши дети совсем не беспокоятся из-за предстоящих экзаменов». Еще нервный тик не у всех – безобразие, недоработка. Для среднестатистического школьника пребывание в школе – это смена двух состояний, безнадёжной скуки и ужаса. Ему либо страшно, либо скучно. И редко что-то другое, если мы не берем отдельные прекрасные оазисы, а среднестатистически так и есть. Чем ребенку страшнее, чем больше стресс, тем меньше шансов, что он чему-то там научится, просто потому, что мозг в это время не способен учиться.

Когда скандинавы проводили исследования, оказалось примерно 5% детей в школе подвергаются буллингу, травле с серьезными последствиями. У них 5% это 40 тысяч, они пришли в ужас, и целые три года их король и премьер-министр не вылезали из телевизора со словами «Давайте защитим наших детей от травли». Если посчитаем в России, это будет примерно миллион детей. Представьте, миллион детей каждый день идут в школу как на казнь. И если этого станет на 5% меньше, это очень много. Это совершенно нецененный масштаб проблемы, нецененные последствия. К сожалению, я с этим столкнулась и как родитель в свое время, и последствия очень длительные. Мне даже попадались исследования, которые говорят, что у школьной травли последствия могут быть более тяжелые, чем у семейного насилия. Мы "социальные зверушки", мы зависим от группы, и когда группа нас изгоняет, отвергает, угрожает нам, в ход идут очень древние инстинкты, вызывающие сильный стресс с серьезными последствиями.

Тут мы натываемся на еще одну большую проблему – школа не воспринимает тот факт, что учитель работает с группой. Вся эта классно-урочная система, которую не дети придумали – они об этом не просили, это нам так удобно организовать школьный процесс – мы их делим на классы принудительно, они не выбирают, куда идти. И после этого класс становится группой, и мы должны видеть группу, видеть групповую динамику, групповой процесс.

Моя основная работа – тренер, я тот, кто обучает тренеров. Когда человек работает тренером для взрослых, он идет в группу с пониманием, что это его ответственность: чтобы им было интересно, чтобы его слушали, чтобы не отвлекались, чтобы вышли с тренинга, получив результат. Если какой-то тренер начнет у меня спрашивать, почему это участники его не уважают, что за безобразные слушатели пошли, и где вообще их мотивация, почему им дома не объяснили, что они должны меня слушать, – я решу, что он профнепригоден, и не буду с ним сотрудничать. Это твоя ответственность. Сделай так, чтобы это все было. Ты за этим сюда пришел, это твоя работа.

К сожалению, в школе совершенно нет этого восприятия, что человек работает с группой, и он отвечает за группу, за отношения в ней. А у группы есть своя динамика, свои правила. Это живой организм. Кто-то это чувствует, одаренные педагоги делают это интуитивно. Но вообще-то это ремесло, работать с группой учат, этому можно научиться.

Что такое буллинг? Это патологическая, дисфункциональная групповая динамика. Что такое функциональная группа? Это когда люди объединились, и всем от этого лучше, чем если бы они были сами по себе. Они вместе что-то достигают, получают какой-то профит, чувствуют себя защищенно или интересно, или весело, или что-то еще. И им в группе лучше, чем не в группе. Дисфункциональная группа – это группа, от принадлежности к которой человек только теряет. Это еще один момент, который часто не учитывается, – что от травли, от буллинга страдают все. Страдают жертвы – понятно. И страдают агрессоры и свидетели.

Мне попадались длительные исследования, которые говорят, что травма свидетеля может быть тоже очень длительной. Те дети, которые сами не являются объектом травли, но просто видят это, испытывают такой мучительный внутренний конфликт, из которого не находят выхода, не находят помощи, ни с кем не могут про это поговорить, и часто это достаточно тяжело переживается. И у них у самих страх, что они окажутся на этом месте. Его самого никто не трогает, но он видит, что обижают соседа по парте, и понимает, что тут такие правила, что завтра это может случиться с ним. Это часто недооценивают педагоги и родители. Когда в классе есть травля – в этот момент все дети пострадали, не только жертва.

Дисфункциональность группы – это как болезнь. Если группа этим заболела, заболела травлей, то если вы вытащите ребенка, которого травят, с большой вероятностью через неделю на этом месте окажется другой. Группа уже натренировалась на дисфункцию, она будет это продолжать. Это то, что совершенно не осознается, и очень часто проблема агрессии сводится к проблеме личности. Вот эти дети, у них какие-то обстоятельства дома, что-то у них с характером, поэтому они травят. У этих детей тоже такой характер, с ним не дружат, как-то его не любят, что поделать.

Но проблема буллинга, травли – это не проблема личности, а проблема группы. Очень многие родители замечают, и я в свое время замечала, когда мой ребенок был в такой ситуации, что те же самые дети, которые в классе могут очень жестоко травить ребенка, оказавшись с этим же ребенком вне класса, например, в очереди в детскую поликлинику, могут два часа душа в душу играть, как лучшие друзья. Никакого напряжения. Когда они же оказываются в группе, у них индивидуальный мозг отшибает, их подминает групповая дисфункция.

Часто, когда потом разговариваешь с детьми, которые участвовали в травле, ребенок говорит: «Я вообще не понимаю, что на меня нашло. Сам не знаю, как так получилось. Я вообще-то неплохо к нему отношусь, и не понимаю, как так вышло, что я вместе со всеми улюлюкал, кидал его шапку или что-то еще». Это мощная динамика, мощная энергия, перед которой дети беззащитны, как минимум до подросткового возраста. Некоторые дети после 12-13 лет имеют достаточно ресурса внутреннего, чтобы сказать – нет, мне это не нравится, я в этом не участвую. Некоторые. Это тяжелая нагрузка, они за это свою цену платят. Но если мы говорим про детей младше, они вообще ничего не могут этому противопоставить. Они обнаруживают себя уже в процессе. Кто, спрашивается, должен за это отвечать? Ответственность взрослых, чтобы этого с ними не случилось. Наша обязанность сделать так, чтобы этого не было.

Тут, прежде всего, важно с заблуждениями работать. Например, заблуждение, когда путают травлю и конфликт – говорят: «Ну, они дерутся». Извините, они дерутся все время в разном составе и с разным исходом, или «они дерутся» называется, когда вот эти дети каждый божий день в туалете метелят вот этого ногами? Это не называется «они дерутся», это по-другому называется. Или известные европейские идеи, вроде нулевой толерантности к насилию, когда мальчикам запрещают друг друга кулаком в бок пихнуть под тем предлогом, что это профилактика травли. Это не профилактика травли, это как показало исследование коллег, даже может и наоборот. Подавленная агрессия только провоцирует слив ее на слабого. Нормально совершенно, что дети возятся, как щенки, в том числе, физически толкают, когда-то и обмениваются тычками, оплеухами – ничего страшного, пока это все на равных и без жестокости, подрались – помирились, вместе пошли играть. Проблемы начинаются тогда, когда все на одного, когда получают удовольствие от насилия – это не

то же самое, что поддаться, совершенно. Учителя действительно часто не понимают, насколько тяжело страдают дети. Им кажется, ну, да, как-то с ним в классе не дружат. То, что испытывает ребенок при этом, когда начинаешь им рассказывать, у них глаза становятся круглыми. Хотя всегда можно понять – примерив на себя. Достаточно представить себе, что жизнь педагога в школе организована так: когда он приходит в школу, никто из коллег с ним не здоровается, когда он идет по коридору, все переходят на другую сторону. Он заходит в учительскую, все разом замолкают и меряют его взглядами, перекидываясь обидными словами. Он приходит на педсовет, садится на свой стул, по два человека с каждой стороны встают и демонстративно пересаживаются. Он приготовил запись на доске для самостоятельной работы, а в последний момент обнаруживает, что она стерта, вместо этого там нарисована неприличная картинка и написано матерное слово. Он начинает искать классный журнал, обнаруживает, что его нет, а потом находит его в унитазе. Вопрос к педагогам: сколько вы бы так выдержали? Через сколько дней вы бы бились в истерику, имели сердечный приступ, написали заявление об увольнении? Когда мы примеряем такой ад на себя, мы понимаем, что мы бы уже через неделю захотели бы удавиться, потому что это невыносимо. Только разница в том, что ребенок не может написать заявление об увольнении, и никто всерьез его проблемы не воспринимает. «Ну, да, ну, такие нынче дети. Чего-то они его не любят».

Если говорить про то, что нужно сделать, и как на это влиять, мне кажется, что первая важная задача – это просто осознание того, что происходит с детьми, осознание цены вопроса, осознание, что это не пустяк, это действительно очень серьезно. И понимание того, как действительно все это связано с отношениями в коллективе, с тем, как устроена сама школа. Есть такое понятие как параллелизм систем. Если в какой-то школе директор может грубо разговаривать с учителями, в этой школе будут ученики больше хамить учителям, потому что человек выходит из кабинета директора с лицом человека, с которым можно так разговаривать. Неосознанно, на невербалике это считывается. Если с директором школы чиновник из департамента образования разговаривает хамски, в школе будет больше агрессии. Это параллелизм систем. Если так можно на одном этаже системы, будет можно на всех под ним. Правила задаются. Если так можно, то все ходят с лицами людей, с которыми так можно. Если все ходят с лицами людей, с которыми так можно, дети считывают это и считают, что так можно.

Я не знаю, как это сделать безопасно для школ, но надо думать о каких-то исследованиях атмосферы в школьном коллективе. Я абсолютно согласна, что часто учитель является провокатором. Поскольку я с приемными родителями много работала, то приемные дети часто оказываются в ситуации буллинга, и я этих историй наслушалась сотни. И могу сказать, что в начальной школе в 90% случаев инициатором буллинга является учитель, очень часто не осознавая этого. В начальной школе дети очень доверяют педагогу, у них включено поведение следования, они ему смотрят наставнику в рот, и если учитель про какого-то ребенка, который ему не нравится, не симпатичен, раздражает, мешает, никак не сообразит, что от него требуется, проблемы создает, дает послания, что вот лучше бы его тут не было... Иногда осознанно и демонстративно – тогда это уже, мягко говоря, не профессиональное поведение, а иногда даже не понимая этого. Просто так закатывает глаза, просто так вздыхает, давая понять группе, что этот человек вредит группе, без него мы бы жили лучше, без него наша группа была бы успешнее, он тянет класс назад. А дети гиперлояльные, и, естественно, в этой ситуации это инстинктивное поведение, почти этология, даже не психология: нужно выгнать того, кто нам мешает, нужно поставить его на место и так далее. И запускается травля, а потом: «Ой, они почему-то с ним не дружат, даже не знаю, что делать». Это очень важно отслеживать и учить этому педагогов.

На самом деле при всей болезненности этой проблемы, при том, что она распространена повсеместно почти, при понимании, что это работа на годы, потому что очень много факторов всяких и разных, при этом, как ни странно, при желании улучшение наступает довольно быстро. Я много раз это наблюдала и слышала от родителей. Ребенок страдал два года от травли в классе. Сменился учитель

по независящим обстоятельствам – в декрет ушла одна, пришла другая, у которой были другие представления о том, как нормально строить отношения в ее классе. Она не проводила какую-то специальную работу по преодолению буллинга, она просто увидела пару раз и дала прямые и косвенные послания: «Что это, дети, у вас происходит? Разве это правильно? У нас так не будет. Мы так друг с другом обращаться не станем». Проходит две недели, мама говорит: «Волшебное превращение – ребенок перестал плакать, ребенок перестал температурировать перед каждым выходом в школу, у него появились внезапно друзья, вдруг оказалось, с ним дружат». Ребенок не изменился вообще ни в одном месте, как вы понимаете, просто пришел другой взрослый, который задал другие правила игры. Эти лояльные второклассники, они тут же, как зайки, подстроились под авторитетного взрослого, и что от них хотели, они тут же выдали на-гора. После этого оставшиеся два года в начальной школе прекрасно ребенок жил, никаких проблем не было, и никаким изгоем он себя не чувствовал. За две недели без всяких особенных усилий – просто пришёл другой взрослый и дал другой синхронизирующий импульс. Тут, с одной стороны, очень большая проблема, а с другой стороны - при желании и правильном подходе улучшение наступает достаточно быстро. В лучших случаях хороший результат достигается на глазах – было бы желание и было бы понимание. В понимании главное – это ответственность взрослого. До тех пор, пока мы начинаем искать ответственность в детях или в семьях... Сейчас были эти случаи в школе с инцидентами с насилием, мне телефоны оборвали СМИ, всегда вопрос: расскажите нам, как разлита агрессия в обществе? Виновата ментальность? Низкая духовность? Кризис семейных ценностей? Конечно, всегда удобно сказать слово «ментальность» и ничего не делать. Но на самом деле это просто профессионализм, просто работа с детьми, просто правильное распределение ответственности и правильная постановка целей, и всё. Я очень рада, что исследования ведутся, что вообще в этом году тема школьной травли возникла, наконец-таки, зазвучала громко. Мне кажется, что если мы начали наводить резкость и говорить, то и результат будет, просто даже от изменения отношения.