

*Рассудова Людмила Анатольевна*

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Омский государственный педагогический университет»

г. Омск, Омская область

## **САМООЦЕНКА КАК ФАКТОР РИСКА ВОЗНИКНОВЕНИЯ БУЛЛИНГА В КОЛЛЕКТИВЕ ПОДРОСТКОВ**

*Аннотация:* в статье раскрывается взаимосвязь самооценки и риска возникновения буллинга у подростков. Описываются особенности подросткового буллинга и специфические изменения самооценки в этом возрасте. Приводятся данные эмпирического исследования, в том числе корреляционного анализа, свидетельствующие о связи неадекватно заниженной самооценки подростков с ролью жертвы, а неадекватно завышенной – с ролью инициатора буллинга. Сделаны выводы о необходимости такого направления профилактической работы, как коррекция неадекватной самооценки подростков.

*Ключевые слова:* буллинг, самооценка, подростковый коллектив, подростковый возраст.

Буллинг среди подростков становится одной из самых актуальных проблем психолого-педагогической науки и практики. Подростковый буллинг может иметь отсроченные последствия, которые проявляются в изменении поведения на последующих возрастных этапах. Так, например, усвоенная в подростковом возрасте позиция жертвы или агрессора может влиять на то, какие стратегии разрешения конфликтных ситуаций выбирает взрослый человек.

Современные исследователи предлагают разные определения буллинга: О.Л. Глазман видит в буллинге шаблон группового взаимодействия [1], Е. Роланд подчеркивает, что буллинг является долговременным насилием, которому жертва не может противостоять [4], Х. Леман трактует это явление как коммуникативную ситуацию [3], и т. д. Общими чертами буллинга, которые выделяют все исследователи, можно считать неспособность жертвы противостоять обидчику, неоднократность столкновений, умышленность в нанесении вреда.

Нельзя не упомянуть, что участниками буллинга являются не только обидчик и жертва. Выделяют еще и такие роли, как помощники обидчика, которые подражают ему, защитники жертвы, которые обычно пользуются авторитетом в коллективе и сами буллингу не подвергаются, и наблюдатели, которые не вмешиваются в ситуацию и не выступают ни на стороне жертвы, ни на стороне обидчика.

Именно в подростковом возрасте буллинг может использоваться как своеобразное средство эмоциональной разрядки при неблагоприятном прохождении подросткового кризиса. Кроме этого, для подростков характерно перенесение буллинга в интернет-среду, что может проявляться как в форме преследования и травли жертвы в Интернете, так и в форме распространения видеоматериалов, свидетельствующих об унижении жертвы в реальности.

Профилактика буллинга в подростковом коллективе требует, прежде всего, выявления факторов, способствующих риску его возникновения. Одним из наиболее важных таких факторов является самооценка личности, которая в подростковом периоде претерпевает существенные изменения. Неустойчивость и ситуативный характер самооценки подростков связаны с их повышенной чувствительностью к внешней социальной оценке, неудовлетворенностью собой и своими достижениями, фиксацией на своих, зачастую мнимых, недостатках [2]. Неадекватно завышенная или заниженная самооценка может приводить к вовлечению подростка в ситуацию буллинга. Это позволило нам определить целью своего исследования выявление взаимосвязи самооценки и риска возникновения буллинга в подростковом коллективе.

Эмпирическое исследование было проведено в г. Омске на базе гимназии №84, участие в исследовании приняли 25 подростков в возрасте 14–15 лет. В качестве диагностического инструментария были выбраны тест «Выявление буллинг-структуры» Е.Г. Норкина и методика «Исследование самооценки» Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан.

Перейдем к анализу результатов диагностики самооценки испытуемых. 16% подростков, принимавших участие в исследовании, имеют неадекватно занижен-

ную самооценку, то есть проявляют излишнюю критичность к себе, частое недовольство своими поступками, словами, внешним видом. Большинство участников исследования (72%) имеют адекватную самооценку, что означает наличие у них близкого к реальности представления о своих сильных и слабых сторонах, способности признавать как свои достижения, так и ошибки. Для 12% подростков характерна неадекватно завышенная самооценка, что свидетельствует об их склонности переоценивать собственные способности и результаты деятельности, нечувствительности к своим неудачам и ошибкам. Итак, в данном подростковом коллективе преобладает адекватная самооценка, что можно объяснить тем, что к 14–15 годам значительная часть подростков уже прошла возрастной кризис, и их представления о себе становятся более полными и реалистичными. Вместе с тем, в коллективе выявлены учащиеся с неадекватной самооценкой, что может говорить об их личностной незрелости и неблагоприятном прохождении кризиса.

Обратимся к эмпирическим данным, полученным с помощью методики Е.Г. Норкина. Оказалось, что в данном коллективе подростков 20% учащихся выступают в роли инициаторов буллинга, то есть могут проявлять агрессивное поведение и насилие в отношении жертв. Роль помощника инициатора свойственна лишь 4% испытуемых (то есть одному человеку). Такой подросток подражает поведению инициаторов, стремится заслужить их одобрение и в ситуации буллинга оказывает им всяческую поддержку. Еще для одного человека в коллективе характерна роль наблюдателя, предполагающая невмешательство и отсутствие определенной позиции в ситуации буллинга.

28% испытуемых выбирают роль защитника жертвы, то есть ясно обозначают свою позицию неприятия и неодобрения травли. Защитники могут как пытаться прекратить травлю и преследование со стороны инициатора и его помощников, так и оказывать помощь жертве, успокаивая и поддерживая ее.

Наиболее распространенной в данном коллективе подростков оказалась роль жертвы, свойственная 44% испытуемых. Эти учащиеся, сталкиваясь с раз-

личными проявлениями травли и насилия, постоянно чувствуют себя незащищенными, уязвимыми, беспомощными. Они могут переживать одиночеству и тревогу, испытывать ощущение социальной изоляции.

Можно видеть, что в коллективе примерно равно количество инициаторов буллинга и их помощников и количество защитников жертвы. Это может приводить к осложнению межличностных отношений в связи с постоянным неодобрением и недовольством одной части коллектива действиями и поступками другой части. Тревожным, на наш взгляд, признаком можно считать и то, что почти половина подростков в коллективе находится в роли жертвы, подвергаясь насмешкам, издевательствам, преследованию.

Для выявления взаимосвязи между самооценкой и риском возникновения буллинга мы применили корреляционный коэффициент Пирсона, позволивший выявить две значимые корреляционные связи. Заметная положительная связь ( $r = 0,65$ ) существует между неадекватно заниженной самооценкой и ролью жертвы. Искаженное представление о себе подростков с такой самооценкой, их готовность увидеть свою вину даже там, где ее нет, склонность преувеличивать свои ошибки и преуменьшать достижения ведет к тому, что, столкнувшись с насмешкой, унижением или любым другим проявлением буллинга, они полагают, что вполне заслужили это, сами во сем виноваты и т. д. Помимо этого, нами выявлена умеренная положительная связь ( $r = 0,45$ ) неадекватно завышенной самооценки и роли инициатора буллинга. Подобная самооценка у подростков зачастую связана с нетерпимостью критики, стремлением к признанию остальными членами коллектива, бескомпромиссностью. В результате они могут начать самоутверждаться за счет жертв, реализуя таким образом свою потребность быть в центре внимания и занимать лидирующие позиции.

Таким образом, проведенное нами исследование выявило наличие определенного психологического неблагополучия в подростковом коллективе. Значительная часть подростков, находясь в роли жертвы, часто испытывает различные негативные эмоции и страдает от конфликтных отношений со сверстниками. Следует особо отметить, что среди испытуемых количество жертв больше, чем

количество подростков с неадекватной самооценкой. То есть часть подростков с адекватной самооценкой, тем не менее, находится в роли жертвы. В целом, в данном коллективе могут встречаться признаки враждебности, нетерпимости и нарушения психологических границ личности.

Можно сделать вывод о том, что неадекватно заниженная или завышенная самооценка повышает риск возникновения буллинга в подростковом коллективе, способствуя, соответственно, формированию роли жертвы или инициатора преследования и травли. Следовательно, одним из действенных направлений психологической работы по профилактике буллинга может быть коррекция неадекватной самооценки подростков, направленная на формирование устойчивых, реалистичных представлений о себе, о своих способностях и возможностях. Важно научить подростков правильно оценивать свои сильные и слабые стороны, признавать как свои ошибки, так и достижения, верить в свои силы и считаться с мнением и чувствами других людей. Вместе с тем, самооценка является не единственным, хоть и важным фактором риска возникновения буллинга. Следует также обращать внимание на особенности эмоционального интеллекта, сформированность коммуникативных навыков подростков, специфику их семейных взаимоотношений и др.

### *Список литературы*

1. Глазман О.Л. Психологические особенности участников буллинга / О.Л. Глазман // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. – 2009. – №105. – С. 159–165. EDN KHONQT
2. Губанова Г.Ф. Особенности развития самооценки подростков в процессе межличностного общения / Г.Ф. Губанова, Е.А. Денисова, В.М. Кильнесов // Проблемы современного педагогического образования. – 2023. – №80–2. – С. 347–350. EDN BOXSAO
3. Leymann H. Der neue Mobbingbericht – Erfahrungen und Initiativen, Auswege und Hilfsangebote. Hamburg: Rowohlt, 1995. – 197 p.
4. Roland E. Bullying. Fn International Persprctive. London: David Fulton Publishers, 1989. – 166 p.