Вешникова Марина Юрьевна
студентка
Научный руководитель
Шелиспанская Эллада Владимировна
канд. пед. наук, канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого»
г. Тула, Тульская область

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ВИКТИМНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ, ПЕРЕЖИВШИХ ШКОЛЬНУЮ ТРАВЛЮ

Аннотация: *статья посвящена проблеме школьной травли и её влиянию на личность подростка. Основное внимание уделено механизмам закрепления уязвимых поведенческих паттернов, включая снижение самооценки, неспособность в отстаивании личных границ, повышенную настороженность и избегание конфликтов. Показано, что последствия травли могут сохраняться длительное время и проявляться в новых ситуациях даже при отсутствии прямой угрозы, существенно ограничивая социальную и учебную активность подростка.*

Ключевые слова: *школьная травля, виктимность, подростки, самооценка, виктимное поведение.*

Отношения со сверстниками приобретают особое значение, а принадлежность к определенной социальной группе часто становится одним из главных условий эмоционального благополучия подростка. Систематические унижения, оскорбления, угрозы и исключение из коллектива могут оказывать существенное влияние на формирование личности и дальнейшее поведение ребёнка.

Школьная травля отличается от обычного конфликта тем, что предполагает повторяющееся агрессивное поведение, направленное против одного человека или группы людей, при котором пострадавшему трудно самостоятельно прекра-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

тить происходящее. Травля может выражаться в физических действиях, словесных оскорблениях, распространении слухов, высмеивании внешности, намеренном игнорировании, исключении из совместной деятельности и преследовании в социальных сетях. У подростков, переживших школьную травлю, может проявляться виктимное поведение, к примеру в неспособности отстоять личные границы, стремлении избегать конфликт любой ценой, чрезмерном подчинении требованиям окружающих, страхе обращаться за помощью или повышенной настороженности по отношению к другим людям. Виктимное поведение представляет собой поведение, когда жертва бессознательно или сознательно проявляет психологические импульсы (т.е. паттерны и модели поведения), которые оказывают воздействие на криминогенную личность и её склонность к совершению преступления [1, с. 180].

Виктимизация обозначает процесс, в ходе которого человек становится жертвой негативного воздействия, а также последствия пережитого опыта. В школьной среде она может включать не только непосредственные эпизоды травли, но и постепенное изменение отношения подростка к себе, окружающим и собственным возможностям. Если ребёнок регулярно слышит оскорбления, подвергается насмешкам или сталкивается с демонстративным отвержением, он может начать воспринимать подобное отношение как закономерное и даже заслуженное. Именно поэтому последствия травли нередко сохраняются и после того, как она прекращается. Одним из наиболее распространённых проявлений виктимного поведения после школьной травли является снижение самооценки. В подростковом возрасте мнение сверстников часто оказывает значительное влияние на представление человека о собственной внешности, способностях и социальной значимости. Если подросток постоянно сталкивается с унижением, он может постепенно усвоить негативные оценки окружающих. В результате формируется убеждение, что он хуже других, не заслуживает уважения или не способен самостоятельно изменить своё положение. Низкая самооценка может отражаться на учебной деятельности и социальной активности. Постепенно уменьшается количество ситуаций, в которых подросток мог бы получить положительный опыт,

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

почувствовать собственную компетентность и укрепить уверенность в себе. Таким образом, последствия травли способны распространяться на различные сферы жизни и препятствовать полноценной социальной адаптации. Также одним из проявлений виктимного поведения после пережитой травли, является повышенная тревожность и ожидание угрозы [2, с. 54]. При этом подросток, которому приходилось испытывать на себе постоянный стресс от угроз со стороны сверстников, не может так легко восстановить доверие к миру и отказаться от переживаний по любому поводу. Это заставляет его заранее «защищаться»: он старается не привлекать к себе внимания, избегать потенциально напряжённых ситуаций и подавлять собственные потребности ради сохранения иллюзии безопасности. В результате формируется замкнутый круг: чем сильнее подросток старается не стать мишенью, тем заметнее становится его уязвимость, а значит, тем выше риск повторной виктимизации.

Одним из самых тяжёлых проявлений является «фокус» на других в ущерб себе, когда подросток начинает слишком много ориентироваться на потребности окружающих и пытаться «подстроиться». Они стараются не возражать, не отказывать в просьбах и не сообщать окружающим о том, что определённые действия причиняют им дискомфорт. Такое поведение может быть связано с опытом, в котором попытки сопротивления сопровождались усилением агрессии или дополнительными унижениями.

Подобная стратегия может временно снизить риск открытого конфликта, но одновременно усилить зависимость пострадавшего от поведения других людей. Помимо перечисленных особенностей, опыт травли часто приводит к тому, что у подростка начинаются проблемы с доверием и он с опаской относится ко всем окружающим. Ему сложно открыться новым людям из-за подозрений о скрытых умыслах там, где их нет. Именно доверие разрушает опасение быть осмеянным или остаться в изоляции, позволяет открыться, показать свои истинные чувства и мысли [3, с. 54]. Подросток, неоднократно сталкивавшийся с агрессией, может постоянно ожидать негативного отношения со стороны окружающих. Он внима-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

тельно следит за выражением лиц одноклассников, интонацией их речи, сообщениями в социальных сетях и любыми изменениями в поведении сверстников. Даже нейтральное замечание может восприниматься болезненно.

Таким образом, проявления виктимного поведения у подростков, переживших школьную травлю – это не статичная характеристика личности, а динамичный результат, который сформировался в тесной связи с возрастными особенностями, закономерностями развития и социальными условиями. Уязвимые поведенческие паттерны – будь то избегание конфликтов, неспособность отстаивать границы или повышенная настороженность – являются не проявлением «слабости», а следствием пережитого опыта. Понимание этих механизмов позволяет точнее выявлять скрытые признаки виктимизации и выстраивать меры поддержки и профилактики, ориентированные на реальные потребности подростка.

Список литературы

1. Барыбина, А. И. Виктимность как социально-психологическая проблема / А. И. Барыбина // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2024. – № 5–4 (92). – С. 180–183.

2. Чупракова, Н. Н. Тревожность у детей и подростков: пути решения проблемы / Н. Н. Чупракова // Sciences of Europe. – 2020. – С. 51–55.

3. Лукашенко, Д. В. Необходимость формирования толерантности и доверия в подростковом возрасте / Д. В. Лукашенко // Российский научный вестник. – 2026. – С. 54–57.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)