

## Студенческий буллинг

Студенческий буллинг – это форма психологического и физического насилия, которая проявляется среди студентов высших учебных заведений, колледжей и не только. Данная негативная черта свойственна даже школьникам и детям младшего возраста. Она может оказывать серьезное негативное воздействие на психологическое состояние пострадавшего, а также негативно сказываться на его успеваемости и самооценке. В данной статье мы рассмотрим особенности студенческого буллинга, его последствия для жертв и способы его предотвращения.

Студенческий буллинг — это форма агрессивного поведения, которая распространена среди учащихся всех возрастов и может привести к негативным последствиям для всех участников. Особенностью этого явления является то, что оно происходит в образовательной среде, где индивиды проводят большую часть своего времени. Одна из основных особенностей студенческого буллинга заключается в том, что он может проявляться как физические действия (нападение, драки), так и психологические (оскорбления, унижения). Как правило, он начинается с маленьких актов насилия или притеснений и постепенно эскалирует до серьезных конфликтов. Одной из особенностей студенческого буллинга является то, что он часто скрыт от глаз преподавателей и других авторитетных лиц в учебном заведении. Это связано со спецификой общения студентов между собой и тем фактом, что многие случаи буллинга происходят за пределами аудитории или коридоров колледжей и университетов. В связи с этим, необходимы дополнительные усилия для выявления и предотвращения подобного поведения.



Существует несколько типов студенческого буллинга. Это:

- 1. Физический буллинг** — это вид агрессии, при котором один или несколько студентов физически нападают на другого: толкают его, избивают или запугивают. Такие действия могут вызывать серьезные травмы и влиять на физическое здоровье пострадавшего.
- 2. Вербальный буллинг** — это форма агрессии, при которой участники используют унижительные речевые высказывания, оскорбления или пренебрежение в отношении своих товарищей. Такие действия могут нанести значительный психологический ущерб и вызвать чувство страха и неприязни.
- 3. Социальный буллинг** — это вид агрессии, основанный на исключении или изоляции индивида из общественной группы. Это может происходить через сплетни, распространение ложных слухов или отвержение социального контакта с жертвой буллинга.
- 4. Кибербуллинг** — это форма электронного пестования через использование интернет-технологий (социальные сети, сообщения). Кибербуллинг может быть осуществлен как анонимными пользователями, так и теми, кого потерпевший знает лично. Важно понимать, что все типы студенческого буллинга имеют серьезные последствия для жизни и здоровья студентов. Они могут привести к нарушению психического благополучия, снижению самооценки,

депрессии и даже самоубийствам. Чтобы предотвратить студенческий буллинг и помочь его жертвам, необходимы специальные программы профилактики и вмешательства. Эти меры должны включать в себя обучение студентов навыкам эмпатии, коммуникации и управления конфликтами. Также необходима поддержка со стороны администрации учебных заведений для создания безопасной образовательной среды.

### **Причины возникновения студенческого буллинга**

Для того чтобы успешно бороться с этим явлением, необходимо понять его причины и особенности. Одной из главных причин возникновения студенческого буллинга является недостаток социальной адаптации. В университете молодые люди встречаются с новыми обстоятельствами: они должны самостоятельно находить друзей, строить отношения с одногруппниками и преподавателями. Некоторые лица испытывают сложности в таких социальных ситуациях, что может привести к формированию конфликтов и агрессии.



Большое значение имеет также конкурентная обстановка в университете. Студентам приходится соревноваться друг с другом за хорошие оценки, лучшие места в списке успеваемости или возможность получить стипендию. Это создает напряжение и стресс, который часто проявляется через насмешки или ущемление

достоинства других студентов. Неразрешенные конфликты и проблемы в личной жизни также могут стать факторами, способствующими возникновению буллинга. Индивиды, испытывающие стресс или депрессию, могут обращать свое негативное эмоциональное состояние на других людей. Это может проявляться в форме издевательств или унижений. Отсутствие адекватного контроля со стороны учебных заведений также является одной из причин возникновения буллинга среди студентов. Если школа или колледж не предоставляет достаточный надзор за поведением студентов и не реагирует на случаи хулиганства, это создает благоприятную среду для развития агрессии и насилия. Однако следует отметить, что каждый случай буллинга имеет свою индивидуальную причину, и часто она сложно определить. Причинами могут быть как личностные особенности самого студента-булли (например, низкая самооценка), так и его жизненная ситуация (переезд в новый город, проблемы в семье). Осознание основных причин возникновения студенческого буллинга является первым шагом на пути к его преодолению и профилактике. Предоставление студентам достаточного количества социальной поддержки и адекватного надзора со стороны учебных заведений может значительно снизить вероятность возникновения буллинга. Также необходимо проводить образовательные программы, которые будут направлены на формирование толерантности, эмпатии и конструктивных межличностных отношений у студентов.

### **Признаки студенческого буллинга**

Один из наиболее распространенных признаков рассматриваемого феномена — это постоянное унижение или оскорбление одного или нескольких студентов со стороны других. Например, это могут быть грубые комментарии, насмешки или даже физическая агрессия. Часто жертва буллинга чувствует себя некомфортно и беспомощно перед нападением со стороны своих товарищей.



Еще один признак — это систематичность происходящего. Если подобные инциденты повторяются с определенной периодичностью, то можно говорить о том, что речь идет о студенческом буллинге. Это может быть как ежедневное пристрастие к злоупотреблению властью, так и еженедельные нападки на одного или нескольких студентов. Также следует обратить внимание на изменение поведения жертвы. Часто лица, подвергающиеся такому давлению, начинают проявлять признаки тревожности, депрессии или даже суицидальных намерений. Они могут отказываться ходить в учебное заведение или терять интерес к учебе. Более того, они часто испытывают сложности с концентрацией и имеют проблемы со здоровьем из-за постоянного стресса. Еще один симптом — это формирование группировок или кланов, которые организуют нападения на отдельных студентов. Некоторые студенты могут быть запуганы такими группами и бояться высказывать свое мнение или защищать других.

### **Психологические последствия студенческого буллинга и его влияние на академическую успеваемость**

Психологические последствия «студенческой травли» его влияние на академическую успеваемость могут быть серьезными и иметь долгосрочные последствия для пострадавших студентов. Отрицательное воздействие такого негативного опыта может

привести к снижению уровня самооценки, тревожности, депрессии и социальной изоляции.

Одно из главных последствий — это снижение уровня самооценки. Когда индивид постоянно подвергается унижениям, оскорблениям и пристрастию со стороны сверстников или однокурсников, он начинает верить в свое неполноценное положение. Это может привести к развитию комплекса неполноценности и неуверенности в себе, что отрицательно сказывается на его способности достигать успеха в учебе. Тревожность является еще одним психологическим следствием описываемого феномена. Постоянная тревожность может вызывать затруднения при концентрации на учебном процессе, что негативно сказывается на академической успеваемости. Студенты, страдающие от тревожности, могут испытывать затруднения при выполнении заданий или тестов из-за постоянного беспокойства и нервозности. Депрессия — еще одна серьезная психологическая проблема, связанная со студенческой травлей. Пострадавшие могут испытывать чувство отчаяния, безнадежности и потери интереса к учебе. Депрессия может значительно снизить мотивацию и привести к длительным периодам неспособности сосредоточиться на учебных заданиях. Социальная изоляция также является распространенным результатом студенческого давления. Если индивид постоянно подвергается насмешкам и отвержению со стороны сверстников или однокурсников, он может начать избегать общественных мест и социальных контактов. Это может привести к ощущению одиночества и отсутствия поддержки в учебном процессе. Все эти психологические последствия сказываются на академической успеваемости пострадавших студентов. Снижение самооценки, тревожность, депрессия и социальная изоляция могут привести к затруднениям в учебном процессе, отсутствию мотивации и низким оценкам. Это может повлиять на будущую карьеру студента и его возможности для достижения успеха в жизни.

Способы преодоления студенческого буллинга: роли студентов, преподавателей и администрации

Способы преодоления студенческого буллинга могут быть эффективными только при активном участии всех заинтересованных сторон — студентов, преподавателей и администрации. Каждая из этих групп выполняет свою роль в процессе предотвращения и разрешения конфликтов.

Важную роль играют сами студенты. Они должны осознать серьезность проблемы и не оставаться равнодушными к случаям «травли и давления». В первую очередь, индивидам следует обратиться за помощью к доверенным лицам или специалистам в своем учебном заведении, таким как психологи или социальные работники. Они смогут предложить поддержку и консультацию по поводу того, как правильно реагировать на подобные проявления. Кроме того, студенты могут создать различные сообщества или клубы для поддержки жертв буллинга. Это позволит пострадавшим чувствовать себя в безопасности и иметь возможность разделить свой опыт с людьми, которые понимают их ситуацию, сталкивались с подобным явлением. Такие сообщества также могут проводить образовательные мероприятия, направленные на просвещение о буллинге и его последствиях. Преподаватели также играют важную роль в предотвращении студенческого буллинга. Они должны быть осведомлены о происходящих конфликтах и немедленно реагировать на любые проявления агрессии или унижения. Педагоги могут провести открытые диалоги со своими студентами, где было бы возможно высказаться по поводу конфликтных ситуаций и найти пути разрешения проблемы. Однако не всегда достаточно только общения с жертвами «психологического или иного давления». Иногда требуются серьезные действия со стороны администрации учебного заведения. Администрация должна иметь четкие правила и политику относительно буллинга, которые будут строго исполняться. Должны быть предусмотрены механизмы подачи жалоб, а также штрафы для нарушителей. Кроме того,

администрация может проводить обучающие программы для студентов и преподавателей, направленные на профилактику подобных явлений. Важно включать в эти программы информацию о том, как распознавать признаки буллинга и реагировать на него. Преодоление и профилактика студенческого буллинга требуют комплексного подхода. Важно создать безопасную и дружелюбную среду в учебном заведении, где каждый студент будет чувствовать себя защищенным и уважаемым. Подобное отношение должно быть пропагандировано как со стороны администрации, так и со стороны преподавателей, которые играют ключевую роль в формировании атмосферы в классе или группе. В целом, способы преодоления студенческого буллинга связаны с активным участием всех заинтересованных сторон. Студентам следует обращаться за помощью и создавать сообщества поддержки. Преподаватели должны быть осведомлены о проблеме и готовы к диалогу с участниками конфликта. Администрация должна иметь четкие правила и политику относительно буллинга, а также проводить профилактические программы. Только совместными усилиями можно создать безопасную и комфортную образовательную среду для всех студентов.

### **Дорогие студенты!**

Вы только начинаете жить, а в современной жизни можно встретить не только хорошее, но и много злого, жестокого, неправильного. Учитесь быть сильнее зла, говорить «нет», когда вас заставляют сделать что-то нехорошее, давать отпор обидчику, не теряя при этом собственного достоинства. Найдите себе друзей по интересам, общайтесь с теми, кто будет уважать и ценить вас.