

ПРЕДИСЛОВИЕ

Я никогда этого не забуду...
Понедельник: у меня забрали деньги.
Вторник: обо мне раззвонили по всей школе.
Среда: мне разорвали форму.
Четверг: все болит и идет кровь.
Пятница: все кончено.
Суббота: свобода.

Это последние записи в дневнике
13-летнего Виджая Синга.
В воскресенье его нашли дома повесившимся.

Нейл Марр и Тим Филд,
социальные психологи

Агрессивное преследование одного из членов коллектива (особенно коллектива школьников и студентов) со стороны остальных его членов либо их части, или травля, — жизненно важная тема, а мы ее упорно игнорируем, подвергая наших детей тем самым смертельному риску. Этого делать нельзя! Нельзя относиться к травле как к чему-то малозначимому, а то и вовсе отрицать сам факт ее существования. Тысячи детей ежедневно идут на занятия, испытывая тревогу и страх. Многие притворяются больными, чтобы остаться дома, потому что боятся нападения по дороге в школу, на школьном дворе, в коридорах, раздевалке и в туалете. Дети, которых травят, беспрестанно думают о том, как этого избежать. Собственно на учебу, здоровый и интересный досуг и даже на попытки установить нормальные отношения со сверстниками вне школы у них остается мало сил.

Травля губительна не только для жертвы. Некоторые дети, которые сизмала проявляли склонность к решению любого вопроса с позиции силы, подрастая, используют эту модель поведения и дальше, только теперь к физической агрессии добавляется и эмоциональная, в частности выражающаяся в расовой ненависти. Став взрослыми, многие

из них продолжают вести себя так же, что увеличивает риск насилия уже над их собственными детьми. Они не умеют ладить с людьми, и это часто приводит к потере работы. Порой дело заканчивается совсем плохо — они оказываются на скамье подсудимых.

Свидетели травли на самом деле никогда не остаются ни при чем, на них эта ситуация тоже сильно влияет. Позиция «ничего не слышу, ничего не вижу», то есть невмешательство, никогда не идет на пользу развитию личности. Правда, если муки совести не будут давать покоя, свидетель травли может в конце концов решить заступиться за жертву.

Психологи едины во мнении: чтобы прекратить издевательства, просто установить факт травли недостаточно. Даже остановить ее — еще полдела. И профессионально проконсультировать обе стороны тоже не значит решить проблему. Нужно понять, почему и как эти дети стали объектами травли, или сами травили кого-то, или и то и другое вместе (такое тоже подчас случается), а также разобраться в том, какой была роль свидетелей. Необходимо проанализировать психологический и социокультурный климат в семье, в школе либо иной группе, где возникла травля. Важны обстоятельства, среда, которая позволила агрессору добиться одобрения свидетелей травли и запугать тех, кто готов был бы оказать ему сопротивление и даже защитить жертву, но не сумел.

Самая, что называется, убийственная ситуация такова: агрессор добивается от жертвы того, чего хочет; жертва боится об этом рассказать; свидетели либо участвуют в травле, либо молча выбирают для себя ту самую позицию «ничего не слышу, ничего не вижу»; взрослые считают, что дети просто дразнятся, а не измываются — обычное дело, сорванцы всегда так делают, упорно не желая видеть, что это агрессивность совсем иного рода.

Если ситуацию не изменить в корне, последствия, как мы много раз убеждались, могут быть очень и очень печальными. Ребенок, доведенный до отчаяния, не получая ни от кого помощи, убежденный, что никто его не защитит, может озлобиться и впоследствии отомстить даже не тем, кто его травил, а, так сказать, обществу. Кто-то может поступить так, как Виджай Синг, и наложить на себя руки. Иного выхода они просто не видят, но и выносить мучения дальше не могут... Такие трагедии случаются по обе стороны Атлантики и других океанов

тоже...

Январь 1995, Белфаст, Ирландия. Мария Макговерн умерла, выпив смертельную дозу снотворного. Ее дневник — хроника ежедневной травли и измывательств со стороны одноклассников.

Апрель 1997, Нанаймо, Британская Колумбия (Канада). Ученик четвертого класса ударил ножом своего одноклассника, который постоянно его травил. Из показаний матери нападавшего: «Это длилось почти год. Мой сын перестал заниматься спортом, стал хуже учиться и вообще не хотел ходить в школу... Он был затравлен. Спокойно он мог себя чувствовать только дома». После инцидента мальчика и его родных обязали пройти курс психотерапии, чтобы научиться управлять своим гневом. Никаких дисциплинарных взысканий тем, кто участвовал в травле, школа не вынесла.

Август 1997, Инверкаргилл, Новая Зеландия. 15-летний Мэтт Рудденклау покончил с собой. В полицейском отчете записано: «На протяжении нескольких месяцев подвергался травле и унижениям — это и стало причиной самоубийства».

Ноябрь 1997, Виктория, Британская Колумбия. Девочки-подростки заманили 14-летнюю Рину Вирк на побережье и жестоко избили. Ей сломали руку, шею и позвоночник, а потом сбросили в ущелье. Рина всеми силами старалась завоевать любовь сверстников, но безуспешно — ее постоянно высмеивали и унижали за смуглую кожу и избыточный вес. Самое чудовищное, что многие школьники знали об этой бесконечной травле, и лишь после ее смерти кто-то наконец сообщил об этом в полицию.

Одна из девочек, которые заманили Рину туда, где ее убили, получила год тюрьмы, вторая — год условно. Ровесница Рины сказала, что та ее бесила, а еще распускала о ней сплетни, а 16-летняя преступница — что она разозлилась, так как думала, что у Рины отношения с ее парнем.

Январь 1999, Манчестер, Англия. Восемилетняя Мэри Бентхэм повесилась в своей комнате на скакалке, потому что не могла больше терпеть издевательства в школе. Это самая младшая по возрасту в Британии самоубийца — жертва травли.

Апрель 1999, Литлтон, Колорадо (США). Эрик Харрис и Дилан Клиболд явились в школу с двумя обрезам, сделанными из

дробовиков, и самодельными бомбами. Они убили 12 одноклассников и учителя. Ранения получили 23 человека. Харрис и Клиболд покончили с собой на месте преступления.

Впоследствии выяснилось, что обоих в школе унижали и травили. Аноним из числа одноклассников, в частности, рассказал следующее: «Один раз их окружили в коридоре и стали обливать кетчупом. А еще обзывали их педиками. Учителя все это видели, но не вмешались. Парни так и ходили весь день, перемазанные этим кетчупом, и домой так пошли».

Из предсмертной записки Эрика ясно, что он и Дилан чувствовали себя изгоями и мечтали о том, чтобы пришел час расплаты. Он и пришел...

Апрель 1999, Табер, Альберта (Канада). 14-летний подросток, находящийся на домашнем обучении (в последнее время он учился дистанционно, потому что боялся ходить в школу), застрелил одного учащегося и тяжело ранил другого. Потом он бросил пистолет на пол (все произошло в вестибюле школы) и сдался полиции. Одноклассники на условиях анонимности подтвердили, что его в школе травили и унижали. Один из них сказал: «В раздевалке этого парня часто зажимали, пытались вызвать на драку. Он не отвечал, просто молча терпел. Все знали, что он не ответит». Многих это забавляло, и они смеялись над несчастным, вместо того чтобы заступиться за него.

Март 2000, Суррей, Британская Колумбия. 14-летний мальчик разбился насмерть, прыгнув с моста на реке Фрейзер. Своим родным он оставил письмо — на пяти страницах подробно описал все издевательства и мучения, которые довели его до рокового решения. «В школе все меня дразнили. Все в классе, даже мои друзья, надо мной смеялись. Они постоянно называли меня уродом». Мать сказала, что одним из желаний ее сына было, чтобы люди перестали мучить друг друга и поняли, как больно ранят насмешки.

Друзья мальчика говорили, что пытались прекратить издевательства, но не смогли это сделать. «Всех обижают... Мы за него заступались, но никто не понял, что дело зашло уже слишком далеко...»

Сам мальчик в своем предсмертном письме это опровергает: «Друзья никогда за меня не вступались. Они просто смеялись».

Ноябрь 2000, Абботсфорд, Британская Колумбия. 14-летняя девочка

повесилась у себя в комнате на собачьем поводке. Она оставила записку, в которой назвала трех учениц, которые ее «убили» своей травлей. «Если я обращусь за помощью, будет только хуже. Они всегда ищут, кого еще можно начать гнобить, и они самые крутые. Если я на них пожалуюсь, всех трех исключат, но тогда их уже ничего не остановит...» Этих учениц действительно исключили из школы, а потом возбудили против них административное дело.

Январь 2001, Хольок, Колорадо (США). 14-летняя девочка застрелилась дома из отцовского ружья. Ее родители подали иск против руководства школы за то, что они не смогли предвидеть последствия сексуальных домогательств по отношению к их дочери. Кроме того, они обвинили учебное заведение в том, что оно не обеспечило безопасную, спокойную атмосферу для учебы.

В материалах судебного дела сказано, что, когда погибшей девочке было 12 лет, ее изнасиловал 16-летний учащийся — спортсмен и всеобщий любимец, из числа тех, кого принято называть лидерами. Он был признан виновным в сексуальном насилии, но, сам будучи несовершеннолетним, получил четыре года условно.

Родители девочки обвиняли руководство школы в том, что администрация даже не пыталась остановить ни других учеников, ни учителей, которые травили и унижали их дочь. На суде они, в частности, говорили о том, что один из преподавателей — учитель физкультуры и тренер баскетбольной команды, который чуть ли не открыто защищал насильника, велел девочке стоять в зале рядом с ним, несмотря на то что суд запретил парню приближаться к ней. Руководство школы какую бы то ни было свою вину отрицало.

Март 2001, Санти, Калифорния (США). 15-летний подросток принес в школу пистолет и застрелил двоих одноклассников. Тринадцать других учеников и несколько взрослых получили ранения.

Друзья говорили, что он постоянно был, что называется, на взводе. А еще он был такой тощий, что некоторые дразнили его анорексиком. Старший брат мальчика сказал, что того действительно часто обзывали: «Он был очень лопухий и на самом деле совсем худой. Над ним из-за этого потешались и издевались. Так было всегда...»

Один из одноклассников сказанное подтвердил: «Его вечно дразнили. Он был тощий и мелкий. Все думали, что он еще и тупой. Недавно у

него украли два скейтборда подряд». Второй признался: «Мы все время на него наезжали. В смысле, дразнили. Я сам однажды назвал его тощим педрилой».

Март 2001, Вильямспорт, Пенсильвания (США). Ученица восьмого класса принесла в школу отцовский пистолет и выстрелила из него в свою подругу. Ей показалось, что та отвернулась от нее и примкнула к группе ее мучителей. К счастью, девочка осталась жива.

Ноябрь 2001, Токио, Япония. Ученик начальной школы ударил ножом своего обидчика, чтобы положить конец издевательствам, длившимся несколько месяцев подряд.

Апрель 2002, Галифакс, Новая Шотландия (Канада). 14-летний подросток застрелился у себя в комнате. На вид вполне благополучный, общительный мальчик оставил предсмертную записку, где написал, что не может больше выносить травлю сверстников. Впоследствии было установлено, что по отношению к нему имели место вымогательство, угрозы и побои.

Октябрь 2011, Оцу, Япония. 13-летний мальчик выбросился из окна и разбился насмерть. Этому предшествовала планомерная травля в школе: его заставляли есть бумагу и мертвых жуков, связывали и затыкали кляпом рот, а также вынуждали «репетировать» самоубийство. Непосредственно перед смертью он отправил своим мучителям сообщения: «Я собираюсь умереть». Ответы можно свести к общей формуле: «Туда тебе и дорога».

После того как вышло первое издание этой моей книги, прошло более десяти лет. Как ни прискорбно, этот список можно продолжить. Он займет много страниц, где будут описаны подробности таких случаев, происходящих во всем мире... Вот мартиролог лишь последних нескольких месяцев. 14-летний подросток повесился, 19-летняя девушка прыгнула с моста, 13-летний мальчик застрелился, а другой его ровесник выпил смертельную дозу снотворного, 17-летнюю девушку нашли в петле, а еще покончили с собой два 11-летних мальчика. В школах США было 74 инцидента со стрельбой — уже после трагедии 14 декабря 2012 года, когда 20-летний Адам Питер Лэнза застрелил в начальной школе «Сэнди-Хук» (Ньютаун, Коннектикут) 20 детей 6–7 лет и шестерых взрослых. А перед этим Лэнза убил свою мать...

Из этих 74 нападений в десяти случаях стрелявшие (все мальчики) оставили записки, где сообщали о травле и унижениях со стороны сверстников. Сие никак их не оправдывает, но это те обстоятельства, которые требуют тщательного изучения.

У всех этих дел есть общие детали: травля велась долго и целенаправленно и в большинстве случаев не вызывала ни отпора, ни протеста, ни возмущения. Словом, никто ни во что не вмешивался. Нас потрясает финал этих трагедий, но очень редко — те события, которые к нему привели. Вывод: этих ужасных последствий можно было не допустить. Травля — это, как говорят психологи, наученное поведение. Если ему можно научить, значит, его можно изучить и его можно изменить.

У вашего ребенка давняя острая проблема в отношениях со сверстниками? Или вас недавно начали беспокоить какие-то нюансы его собственного поведения? А может быть, вы заметили тревожные признаки в поведении его друзей? Тогда моя книга, надеюсь, сможет вам помочь.

Мы не можем жить только для себя. Фибрами своей души мы соединены с нашими братьями; по этим ниточкам идет связь. То, что делаем мы, — причина, обратный отклик — следствие.

*Герман Мелвилл, писатель и моряк,
автор романа «Моби Дик»*

I

Агрессор, жертва и свидетели, которые якобы ни
при чем

Порой я удивляюсь, нередко мне бывает противно, а иногда меня просто поражает, как люди относятся к теме травли, как они воспринимают агрессора, жертву и молчаливых свидетелей происходящего.

Современное общество не умеет решать эту проблему мирно, но эффективно... Кричащие заголовки в ленте новостей — тому подтверждение. И очень часто кто-то переходит черту, и жертва превращается в агрессора. Заявления, что ее муки — унижение, остракизм и физическое насилие — оправдывают ответную месть и жестокость, разрушают общество.

Это тот случай, когда лекарство хуже, чем сама болезнь.

Диана Ривз, актриса

ПЕРСОНАЖИ ТРАГЕДИИ

Весь мир — театр.
В нем женщины, мужчины — все актеры.
У них свои есть выходы, уходы,
И каждый не одну играет роль...

*У. Шекспир («Как вам это понравится»)*¹

Актер — профессиональный исполнитель ролей в театральных постановках и кино².

Характерный актер — внешне своеобразный актер, исполняющий ярко выраженные в сословном, бытовом или ином плане роли, имеющий очевидное [амплуа](#).

Амплуа — определенный род [ролей](#), соответствующих внешним и внутренним данным актера. После того как он сыграет несколько похожих ролей, актер начинает ассоциироваться со своими персонажами и его уже редко зовут на роли иного плана.

Итак, в драме, о которой мы говорим, есть сложившиеся амплуа.

Агрессор, жертва и свидетель, который якобы ни при чем, — три персонажа трагедии, которая каждый день разыгрывается дома, в школе, на игровой площадке, улице и даже на работе. Как показывают примеры из моего предисловия, травля может иметь губительные последствия или стать причиной суицида. Ребенок, играющий роль агрессора, разговаривает, ведет себя, действует и даже подчас одевается в соответствии со своим амплуа. Жертвы и свидетели, которые якобы ни при чем, тоже часто «в образе». Один из предметов моего исследования в этой книге — позы, слова, поступки, сюжетные комбинации и последствия такой, с позволения сказать, игры.

Начнем с самых маленьких ребяташек. Они могут перепробовать все эти роли и каждую сыграть относительно легко, чтобы потом отказаться

от амплуа агрессора и жертвы и сделаться свидетелем, который якобы ни при чем. Некоторые играют и агрессора, и жертву, без труда переходя из одного образа в другой. Иногда случается, что ребенок становится заложником своего амплуа и уже не может из него выйти — избавиться от роли, в которой добился изрядного мастерства. Это, безусловно, лишает его шансов развивать полезные социальные навыки и строить хорошие, уважительные отношения с окружающими.

Тема амплуа тесно связана с проблемой навешивания ярлыков. Как бывшей учительнице, мне неоднократно доводилось видеть, насколько легко, удобно и при этом совершенно непродуктивно использовать языковые клише, то есть речевые стереотипы, готовые обороты, легко воспроизводимые в определенных условиях и контекстах в качестве стандарта, как подручное средство для постановки социального диагноза. Такие ярлыки действительно словно прикрепляют к детям, сводя всю их сущность чуть ли не к одному-единственному проявлению. Что далеко ходить за примерами? Ребенок с сахарным диабетом — *диабетик*, с эпилепсией — *эпилептик*, с астмой — *астматик*, а имеющий проблемы в учебе — *проблемный*.

Вот еще! Давать себе труд произнести чуть более длинное словосочетание: *девочка, у которой эпилепсия; мальчик, у которого есть проблемы с восприятием знаний*.

Лучше бы мы, взрослые, не жалели сил на то, чтобы сказать несколько лишних слов! Это будет означать, что мы не определяем суть человека, исходя из его болезни или ограниченных возможностей.

Так почему психологи используют термины *агрессор, жертва и свидетель, который якобы ни при чем?*

Впрочем, некоторые специалисты против этого возражают — говорят, что таким образом за участниками травли закрепляются определенные амплуа, что мешает им отказаться от отрицательных ролей. Они предлагают свои определения: *тот, кто травит; тот, кого травят; тот, кто за этим наблюдает*, и призывают сосредоточиться на изменениях в поведении и первых, и вторых, и третьих. Акцент в этом случае делается на том, что избранной роли есть альтернатива.

Есть и такие, кто, наоборот, намеренно подчеркивает ролевые типажи.

Третий подход подразумевает использование терминов, помогающих

четко определять роли и поведенческие характеристики их исполнителей. Я сторонница именно этого подхода. Каждый раз, применяя один из терминов — агрессор, жертва или свидетель, который якобы ни при чем, — я говорю о временной роли, исполняемой ребенком в данный момент, в данной конкретной сцене данного акта длинной пьесы. Этот термин никак не призван навеки закрепиться за ним и дать ему исчерпывающую характеристику. Цель в том, чтобы как можно лучше понять суть этих ролей и увидеть, насколько взаимодействие участников такой ролевой игры, хотя, к сожалению, и привычное для нашего общества, нездорово, ненормально и, безусловно, не нужно. Нет сомнений в том, что такие взаимоотношения губительны и для ребенка, исполняющего любую из трех ролей в этой драме, и для социума в целом.

Осознав, каковы эти роли, мы сможем переписать весь сценарий. Это будет другой сюжет — без притворства и насилия. И персонажи появятся другие. Мы сможем трансформировать стремление агрессора доминировать и все контролировать в позитивные лидерские качества. А миролюбивое, трепетное отношение к жизни, характерное для жертвы, осознать как ее достоинство, которое можно считать сильной чертой. И ампула свидетеля, который якобы ни при чем, сменится на роль мужественного участника, готового дать отпор, или защитника, то есть того, кто не побоится вступить за слабого, смело сказать, что думает, и бороться с несправедливостью.

Давайте примем как факт, что наши дети не просто исполняют роли в пьесе, они их проживают на самом деле. Они не могут прийти после «спектакля» домой и там стать, что называется, самими собой, потому что дом — часть сцены. Но сценарий можно переписать, создать новые роли, изменить сюжет и декорации! Тогда не надо будет бояться, что финал окажется трагическим. Однако маленькие актеры сами с этим не справятся. Нам, взрослым, нужно встать с кресел в зрительном зале — мы не можем себе позволить быть равнодушной, невнимательной, скучающей, встревоженной и даже глубоко огорченной публикой. Мы не можем уйти, опустить занавес или отправить их на гастроли. Не можем просто изгнать агрессора и печалиться о жертве. Нашим детям нужна новая пьеса, и мы, взрослые, должны принять активное участие в ее написании. Но прежде чем начнем ее переписывать, нам необходимо

проанализировать и понять исходную драму.

СЦЕНЫ ИЗ ТРАГЕДИИ

«Агрессор, жертва и свидетель, который якобы ни при чем» — пьеса, у которой много разных интерпретаций, но сюжетные ходы в ней неизменны. Ее играют разные труппы, актеры одеты сообразно времени и месту, и в их репликах всегда есть импровизация.

Конечно, имеются и константы, причем всегда негативные.

- Окружение, которое поддерживает и одобряет безоговорочное подчинение любой власти; жестокость, ставшая обыденной, когда слова «Я сказал!» — это закон; пренебрежение теми, кого считают не заслуживающими внимания, и унижение их.
- Социальные нормы, при которых агрессора поощряют, а жертву осуждают.
- Педагоги и директора школ, притворяющиеся, что в их учебных заведениях нет проблемы травли; школы с отработанной внутренней иерархией группировок; школы, где и в помине нет политики, нацеленной на противодействие травле, — жертве там попросту не к кому обратиться за помощью.
- Родители, которые преподают первые уроки травли дома.
- Взрослые, которые не замечают — или предпочитают не замечать — страдания и слезы детей, подвергающихся травле.

Акт I. Рекогносцировка

Агрессор изучает площадку, на которой будет разыгрываться спектакль, разглядывает других персонажей, стараясь определить потенциальную мишень, и публику, чтобы понять, насколько ей не все равно.

Потенциальная жертва в это время может играть с мячом возле школьной стены, не подозревая, что агрессор за ней наблюдает.

Остальные бросают мяч в баскетбольную корзину, смеются, подначивают друг друга — они друзья, они все вместе. Все они

потенциальные свидетели, которые якобы ни при чем. Не особо об этом задумываясь, такая группа воспроизводит глубоко укоренившуюся схему «мы ни за кого, сами по себе».

Акт II. Пробная попытка

Агрессор будто бы случайно задевает выбранную мишень и наблюдает за реакцией — и ее, и всех остальных. Потом звучит брань, грязные слова — агрессор обезличивает свою будущую жертву и унижает ее.

Объект нападок пожимает плечами. Ему неловко, внутри зарождается страх, но что делать, он не знает.

Свидетели, которые якобы ни при чем, либо отворачиваются, либо смеются, выражая тем самым молчаливое или явное одобрение агрессору. Для некоторых это вообще повод развлечься.

Акт III. Действия

Теперь агрессор уже расценивает объект травли как нечто жалкое и презираемое, а никак не равного себе сверстника. Он толкает намеченную жертву, отбирает мяч и швыряет его в дальний угол школьного двора.

Жертва проклинает себя за то, что подверглась нападению, мысленно ругаясь («Я болван, что не ушел сразу...»), и попутно пытается увериться, что агрессор вовсе не хотел ее оскорбить.

Некоторые свидетели, которые якобы ни при чем, притворяются, что ничего не видят и не слышат, отходят подальше. Им совестно, что не остановили хулигана, но они боятся, ощущают себя беспомощными и опасаются, как бы не оказаться его следующими жертвами. А есть и такие, кто поощрительно гогочет или присоединяется к агрессору. Они обзывают жертву и пасуют ее мяч друг другу. Эта нарочитая грубость и обезличивание обижаемого позволяет и заводиле, и свидетелям, которые якобы ни при чем, перейти к более жестоким актам унижений и насилия.

Акт IV. Поощрение

Теперь агрессор постоянно ищет новые возможности, чтобы унижить и

помучить жертву. Он делается все более физически активен и угрожает все более страшными вещами, чтобы вселить в жертву ужас. Помыкая ею, он чувствует себя могучим. Это доставляет ему огромное удовольствие.

Жертва все время изыскивает способы избежать встреч с агрессором. Об уроках несчастный уже не думает, он даже чувствует себя плохо, находит причины, чтобы не появляться на школьном дворе, в столовой и в туалете. Ощущение беспомощности и безнадежности у жертвы нарастает.

Свидетели, которые якобы ни при чем, поделились на два лагеря. Одни держатся от хулигана подальше, избегая любой конфронтации, другие присоединились к нему. Первая группа агрессора боится, вторая его одобряет и считает крутым, и обе убеждают себя, что с ними ничего подобного произойти не может — жертва сама виновата. Это слизняк, и вообще он не из наших! Какое нам до него дело?

Акт V. Тупик

Агрессор продолжает мучить свою жертву все более изощренно. Он уже вжился в амплуа тирана, уже не способен к нормальным человеческим отношениям, не может увидеть ситуацию глазами другого, чужд сострадания, симпатии и эмпатии. Себе он кажется могучим и всеми любимым — и действительно, некоторые подростки (и взрослые тоже...) считают, что у него отличные качества лидера и вообще он славный парень. Основа его поведения — нетерпимость ко всему, что отличается от его представлений, и радость от подавления других.

В условиях постоянной травли у жертвы появляются первые признаки депрессии. Впрочем, несчастный может начать огрызаться на тех, кто его преследует. Тогда взрослые на него ставят клеймо — *проблемный ребенок*. Он часто пропускает занятия и не может сконцентрироваться на уроках, а значит, учится все хуже — еще один повод для осуждения и давления. Не в силах найти способ конструктивно уладить ситуацию, жертва много размышляет о мести. Может примкнуть к группке других изгоев и вынашивать планы возмездия вместе с ними, а может полностью замкнуться и страдать в одиночку. И при этом жертва постепенно становится все больше похожей на того карикатурного

уродца, каким выставляет ее агрессор.

Свидетели, которые якобы ни при чем, выбирают один из четырех вариантов поведения:

1. По-прежнему не решаются противостоять агрессору и винят обижаемого в том, что стал объектом травли;

2. Присоединяются к мучителю, переходя от роли свидетеля к роли агрессора либо его активного приспешника;

3. Не видя, чтобы кто-то готов был вмешаться, пожимают плечами и говорят себе, что ничем помочь не могут;

4. Убеждают себя в том, что это не их проблема и потому им на все наплевать.

Последнее хуже всего.

Акт VI. Финал

Агрессор не всегда будет оставаться ребенком. Он станет взрослым, но внятное осознание своего «я» у него, скорее всего, не сложится либо будет искажено. Такие люди плохо социально адаптированы, вспыльчивы, во всем видят провокацию. Травля становится базовым принципом их общения в семье, на работе, в социуме в целом. Такие отношения они считают нормой, рационализируя и оправдывая ее необходимость.

Агрессоры, занимающие видное положение и солидные посты, всегда находят поддержку у тех, чьи моральные нормы близки данной модели. А это, в свою очередь, у агрессоров — лишний повод для гордости и высокомерия, ощущения собственного превосходства, и теперь они ото всех ждут похвал и безоговорочного подчинения. Такие персонажи нередко занимают высшие посты в студенческом сообществе, на работе, в бизнесе и в политике и травят (да, травят!), без всяких для себя последствий, тех, кого считают зависящими от себя, либо тех, в ком видят угрозу своей власти.

Жертва все больше погружается в депрессию и/или переполняется гневом. Жертва злится на себя, на агрессора, на свидетелей, которые якобы ни при чем, и на взрослых, не желающих или не могущих ей помочь. Взрослым жертва уже не верит, из адекватного общения со

сверстниками она исключена, а все ее время уходит на то, чтобы как-то справиться с болью. Гнев, дошедший до предела, может выплеснуться на агрессора, на его приспешников, на тех, кто был рядом и ничего не предпринял, и на взрослых, которые не смогли защитить. При ином сценарии жертва может направить агрессию на себя и свести счеты с жизнью, чтобы прекратить собственные мучения. Третий вариант, так, к сожалению, знакомый нам сегодня, представляет собой комбинацию двух первых, когда ставший объектом травли сначала направляет ярость вовне, и тогда нередко гибнут невинные люди, а потом либо сам убивает себя, либо его убивают полицейские.

Свидетели, которые якобы ни при чем, могут ощущать себя виноватыми в том, что не вмешались, а могут настолько очерстветь душой и примириться с идеей насилия, что начнут расценивать травлю как неизбежную часть детских отношений. Ничего страшного, зато это закаляет характер.

Сцена опустела? Да, но она готова для нового спектакля.

На бис

Не успел упасть занавес, как агрессор и его дружки требуют повторить все на бис. Да, это не детальное воспроизведение той же ситуации, а ее «новое прочтение», интерпретация. Начинаются разговоры о том, что жертва сама виновата — были личные проблемы, и все произошло исключительно по ее вине. В случае расовой травли очень часто объект травли объявляют уж больно чувствительным: «Ну прям слова ему не скажи!..» В случае травли сексуальной обычно говорят о провокативном поведении жертвы: «Сама напрашивалась!..»

Наряду с физической травля может быть словесной — или сплетни, или клевета. Причин, по которым ребенок становится объектом травли, много: этническая, национальная принадлежность, пол, сексуальная ориентация, религия, физические особенности, умственные способности, вес, рост, уровень благосостояния его семьи — выбор огромен, и каждый раз получается новая пьеса с неизменным сюжетом, одинаковым числом актов и трагическим финалом.

Эта трагедия уже слишком долго не сходит со сцены...

В следующих главах части I мы обсудим, что можно считать травлей, а что таковой не является. Поговорим о скрытой статистике — в контексте нашего «театра», стало быть, закулисной. Обсудим и главные персонажи — их грим и костюмы, реплики и поступки, а также взаимное влияние друг на друга, круг насилия, который они образуют, и опасные мифы, поддерживающие его. В части II речь пойдет о том, как дом, школа и социум в целом становятся режиссерами травли и помогают распределению ролей. И самое главное — мы рассмотрим и то, как все три персонажа могут разорвать этот круг насилия и создать новое общество, где будет больше доброты и взаимоуважения.

Штука в том, что мы любим искать несложные объяснения, которые создают иллюзию, будто есть простые решения... Если посмотреть на школьное насилие, то ясно, что здесь целый букет причин — насилие в семье, криминальные сводки по телевизору, травля, культура, которая проповедует насилие как способ добиться желаемого. Очень похоже, что нынешняя ситуация — результат соединения в единое целое всех этих факторов.

Говард Спивак,
педиатр, профессор медицины

¹ Пер. Т. Щепкиной-Куперник.

² Тем не менее у слова «актер» есть и другое значение. Так называют человека, показывающего себя не таким, каков он есть на самом деле, притворщика. — *Примеч. ред.*

ЗАКУЛИСНАЯ СТАТИСТИКА

Я делаю все, что могу. Работаю с экспертами, изучаю статистику, ищу способы, как добиться того, чтобы быть добрыми и любящими стало круто. Или хотя бы нормально.

Леди Гага

В исследовании, проведенном Фондом семьи Генри Дж. Кайзера (*Henry J. Kaiser Family Foundation*) совместно с *Nickelodeon TV* — одним из самых популярных развлекательных детских каналов в мире, есть сведения о том, что три четверти опрошенных учеников младших классов знают о регулярной травле, происходящей в их школе. 86 % детей в возрасте от 12 до 15 лет признались, что их в школе дразнят или еще как-либо издеваются над ними. Больше половины 8–11-летних сказали, что травля — это большая проблема в школе. «Дети этого сильно боятся. И они сталкиваются с этим каждый день», — подчеркивает Лорен Ашер, сотрудница Фонда семьи Генри Дж. Кайзера.

В 1991 году доктор Дебра Дж. Пеплер и ее коллеги из исследовательского центра при Йоркском университете (Торонто, Канада), который занимается, в частности, проблемами насилия в семье и в обществе, провели опрос среди 211 учеников 4–8-х классов, их учителей и родителей. Вот некоторые данные доклада, сделанного этими специалистами:

- 35 % детей непосредственно участвовали в инцидентах, связанных с травлей;
- 38 % детей из группы так называемых требующих специального подхода подвергались травле (среди детей, которых посчитали обычными, таких было 18 %);

- 24 % детей признали, что травля по расовому признаку — частое явление.

При этом 23 % учеников, подвергавшихся травле, и 71 % учителей сообщили, что педагоги подобные инциденты пресекают — часто или почти всегда.

Последний показатель совпал с данными опроса среди родителей. Взрослые, таким образом, явно недооценивают масштабы бедствия — их оценки происходящего сильно отличаются от того, что утверждают дети. Так было в 1991 году, когда опрос проходил, и с тех пор ситуация в этом смысле ничуть не изменилась.

Интересно выглядит и при этом обескураживает сравнение ответов учеников с теми, что дают представители школьной администрации. В докладе «Травля среди подростков в школе: отличия восприятия у учеников и преподавателей» (2007) приводятся такие цифры: 87 % учителей считают, что успешно пресекают травлю, 97 % утверждают, что вмешались бы, столкнувшись с чем-то подобным, но при этом лишь 21 % учеников, подвергавшихся травле, сообщили об этом кому-то из педагогов.

В 2011 году Национальная ассоциация образования (*National Education Association*) провела исследование, в рамках которого в связи с проблемой школьной травли были опрошены 5064 человека — 2163 учителя и 2901 сотрудник из числа вспомогательного персонала (ВП). По результатам этого исследования, первого полномасштабного национального проекта подобного рода, сделаны следующие выводы:

- 43 % респондентов считали травлю важной либо даже самой главной проблемой в школе, где работали;
- 62 % сообщили, что были свидетелями травли два раза или более за последний месяц.
- При этом преподаватели расценивали данную проблему как крайне серьезную, в отличие от ВП.
- 45 % учителей и 35 % ВП сообщили, что ученики обращались к ним по поводу травли в течение месяца, предшествующего

опросу;

- 16 % респондентов из обеих групп сказали, что к ним обращались родители, дети которых подверглись травле;
- 66 % преподающих в средней школе и 65 % работающих в городах признали, что случаи травли в их учебных заведениях нередки;
- 59 % преподающих в средней школе и 54 % работающих в городах воспринимают травлю как серьезную проблему.

Все школьные работники повсеместно сообщили, что словесная травля (59 %), социальная (50 %) и физическая (39 %) тревожит их больше, чем травля в социальных сетях (17 %).

При этом ученики сообщали учителям о словесной травле намного чаще, чем о травле в интернете или секстинге — пересылке личных фотографий, сообщений интимного содержания с помощью современных средств связи.

Учителя и ВП сообщили о случаях травли из-за веса (23 %), пола (20 %), сексуальной ориентации (18 %) и ограниченных способностей (12 %).

Сотрудники из числа вспомогательного персонала признали, что наименее комфортно чувствуют себя в случаях, когда травля возникает на почве сексуальной ориентации и гендерных проблем.

93 % сказали, что у них разработана и действует местная (региональная) программа предотвращения травли.

При этом соответствующую подготовку в рамках данной программы прошли только 55 % учителей и 46 % ВП.

В городских школах респонденты менее охотно говорили о наличии такой программы и желании пройти по ней подготовку (80 %).

80 % опрошенных сказали, что в их школе реализация программы дает хорошие результаты, и столько же полагают, что внедрить ее несложно.

42 % учителей и 27 % ВП заявили о своем участии в этой программе.

40 % респондентов принимали непосредственное участие в предотвращении издевательств.

98 % признали, что обязаны пресекать травлю, свидетелями которой

они стали.

Только 58 % сообщили, что в их школе принимают официальные меры по предотвращению издевательств (из их числа в старшей школе 51 %, в городах 47 %).

Самый низкий процент участия оказался в старшей школе (24 %).

Получается, что там, где это важнее всего, проблемой занимаются не так активно, как надо бы. И притом что большинство издевательств происходит не в классах, а в раздевалках, туалетах, столовой и на школьном дворе, сотрудники из числа вспомогательного персонала ничуть не меньше, чем учителя, должны уметь принимать *адекватные* меры и, главное, в полной мере понимать серьезность проблемы.

В 2009 году результаты своего исследования опубликовали специалисты из Варвикского университета (Великобритания). Они работали с 6437 детьми в возрасте от младшего дошкольного до 13 лет и выяснили следующее.

13,7 % детей регулярно подвергались травле. 5,2 % из числа 10-летних терпели насмешки, ругань и побои от сверстников. Из этого специалисты сделали очень тревожный вывод: у детей, которые становились мишенью для издевательств в школе, к десяти годам психотические симптомы наблюдаются в два раза чаще, чем у тех, кто этого избежал. У тех, кто подвергался травле на протяжении нескольких лет, вероятность возникновения таких симптомов к 12 годам в четыре раза больше, чем у их сверстников, живущих в спокойной, здоровой атмосфере. Руководитель данного проекта профессор Дитер Вольке говорит: «Наше исследование показало, что дети, ставшие жертвами травли, имеют серьезные проблемы с восприятием окружающего мира — у них возможны мании, тревожные мысли, галлюцинации и т. д. И при этом их понимание того, почему с ними такое происходит, весьма ограничено».

В мае 2013 года были опубликованы результаты исследования, проведенного учеными из Варвикского и Бристольского университетов, о взаимосвязи самоповреждений у подростков старшего возраста с травлей в детстве. Выяснилось, что дети, которых в младшей школе травил сверстники, намного чаще наносят себе раны и даже увечья,

чем те, кто травле не подвергался. За год, предшествовавший исследованию, из числа 16–17-летних подростков существенный вред своему здоровью нанесли 16,5 %. Из них 26,9 % сделали это потому, что хотели умереть ...

Комментируя результаты своей работы, профессор Вольке заметил: «Это еще раз подтверждает, что пора развенчать миф о школьной травле как о чем-то безобидном. Нам бы очень хотелось, чтобы педагоги и медицинские работники расспрашивали детей о том, не издеваются ли над ними — начиная от того, что их дразнят, и заканчивая физическим насилием. Узнать об этом на первых этапах травли очень важно».

ЛИШНИЙ ВЕС. БЕЗОБРАЗНО НЕ ТЕЛО, А ТО, ЧТО ИЗ-ЗА НЕГО КОГО-ТО ТРАВЯТ

Расстроенная злыми комментариями в интернете по поводу ее веса, Джес Бейкер начала кампанию «Безобразно не тело, а травля». Она предложила людям обсудить сопровождающие их фотографии издевательские замечания. Джес пишет: «Я, может быть, уже и привыкла к той злобной чуши, которую строчат всякие недоумки, но многих она сильно задевает, ведь это отражает “общее мнение”: толстяки отвратительны, они не могут обуздать свой аппетит, не хотят вести активный образ жизни, а значит, заслуживают наказания. Нет, смерти! Меня эта дикая ненависть поражает».

Помимо известных всем серьезных эмоциональных и физических страданий, которые испытывают молодые люди с избыточным весом, существует, как показали разные социологические опросы, и еще одна проблема — преследование по этому признаку, то есть травля из-за веса. У нее есть даже профессиональный код — ТиВ. В 2012 году в США было проведено содержательное, глубокое исследование по данному вопросу. В рамках этой работы опрошены 362 подростка в возрасте 14–18 лет, проходившие курс снижения веса в двух медицинских центрах. Вот выводы этого исследования:

- 64 % детей сказали о травле из-за избыточной массы тела в школе (чем больше вес, тем выше вероятность издевательств);

- 78 % признались, что их травили по крайней мере в течение года;
- 36 % заявили о том, что подвергались травле пять лет;
- 92 % агрессоров были сверстниками своих жертв;
- 70 % агрессоров жертвы ранее считали своими друзьями;
- в 42 % случаев в травле принимали участие учителя физкультуры и тренеры;
- в 37 % случаев детей унижали и оскорбляли родители;
- в 27 % случаев это делали школьные учителя.

Чаще всего издевательства были вербальными (75–88 % случаев). Это, кстати, характерно для большинства случаев травли. На втором месте (74–82 %) то, что можно назвать оскорблением действиями, на третьем — травля в социальных сетях (59–61 %). На долю физического насилия пришлось 33–61 %.

Исследование, о котором мы говорим, показало, что дети, нуждающиеся в лечении от ожирения, постоянно подвергаются ТиВ: дома, в школе, во дворе и т. д., причем травля нередко продолжается даже после того, как оно успешно завершено и лишнего веса уже нет. Родителям и педагогам нужно всегда об этом помнить. Не только очевидно полные дети, но и те, кто, так сказать, на грани, должны постоянно быть в зоне их повышенного внимания.

В докладе, опубликованном по итогам этой работы, упомянуты три дополнительных стрессовых обстоятельства.

1. Полные подростки могут испытывать добавочный сильный психологический дистресс (депрессивные симптомы, мысли о самоубийстве, самоповреждения, попытки суицида), если к другим формам преследования добавляется травля в социальных сетях.

2. Больше трети подростков (37 %) говорили о ТиВ со стороны родителей, и это вызывает очень большую тревогу. Если детей унижают и оскорбляют не только в школе, но и в семье, проблема многократно усугубляется. У них не остается никакого прибежища, где можно было бы чувствовать себя в безопасности.

3. Подростки часто становятся мишенью из-за тех, с кем они общаются или ассоциируются. В этот круг входят сверстники, разделяющие общие интересы (74 %), избранники сердца (65 %), а

также члены семьи (32 %). Специалисты назвали это отраженной предвзятостью.

Важно отметить, что отраженная предвзятость характерна не только для ТиВ. Детей, имеющих братьев и сестер с ограниченными возможностями, сверстники могут травить даже за попытки заступиться за них. Подростки, чьи братья, сестры или друзья подвергаются сексуальной травле, тоже могут испытать на себе остракизм, поскольку клеймо изгоя подчас ставят на каждом, кто близок к жертве.

СЕКСУАЛЬНАЯ ТРАВЛЯ

Статистика по всем видам травли и ее воздействию на тех детей, которым довелось стать ее жертвами, отвратительна во всем мире. Она должна стать сигналом всем нам! Активное сопротивление травле нужно оказывать уже на самых ранних ее стадиях. А наиболее тревожная статистика у разного рода сексуальных издевательств ...

Сравнивая результаты исследования 1993 и 2001 годов, которые проводили в США разные общественные организации, их авторы отметили следующее: «Школьники очень часто говорят, что в их учебных заведениях уделяется много внимания проблеме сексуального харассмента и распространяется литература на этом вопросу. Семеро из десяти учащихся подтверждают, что в их школах он на контроле, и каждый третий упоминает о наличии такой литературы. Это существенно отличается от ситуации 1993 года, когда многие на заданные им вопросы отвечали либо отрицательно, либо говорили: “Я не знаю”».

Итак, информация о сексуальной травле сегодня доступна большинству школьников, но статистика отнюдь не утешительная — число учащихся, в той или иной форме подвергающихся ей, меньше не становится: « ...как и в 1993 году, за время обучения так или иначе сексуальному харассменту подвергались восемь из десяти учеников». Тот факт, что в 2001 году, судя по данным доклада, о сексуальных преследованиях сообщили больше мальчиков, чем это было в 1993 году, может быть показателем того, что им стало легче в этом признаться. Или того, что сексуальная травля становится все более