

Памятка для педагогов профилактика скулшутинга, «колумбайна» и буллинга в колледже

Скулшутинг – это вооруженное нападение учащегося или стороннего человека, проникших в школу с оружием, на школьников внутри учебного заведения. Несмотря на то, что в России об этом явлении заговорили совсем недавно, за рубежом случаи стрельбы в колледже известны с начала XX века. Еще в 1927 году в США в результате массового расстрела в колледже погибли 44 человека, 56 получили тяжелые травмы. С тех пор можно проследить четкую тенденцию: случаи стрельбы в школе получают свое распространение на территории всего мира. В России с 2014-го года началось и у нас: Москва, Ивантеевка, Брянск, Благовещенск, Пермь, Башкирия, Бурятия, Керчь, Казань...

Первый в России громкий случай вооруженного нападения подростка на педагога произошел в 2014 году, когда ученик московской школы застрелил учителя и полицейского, прибывшего на место происшествия, а также взял в заложники одноклассников.

После этого СМИ стали всё чаще писать о стрельбе в школах, а в 2018 году случилось два инцидента за одну неделю. Сначала в Перми двое подростков ранили холодным оружием 15 человек в колледже, затем в Улан-Удэ вооруженный топором школьник нанес травмы учительнице и нескольким ученикам, а также поджег классную комнату.

Был такой случай и в Саратовской области в г. Вольске. 28.05.2019г. 14-летний ученик Пулькин Д. пришёл в школу с 2 бутылками коктейля Молотова и топором. Он нанёс удар топором по голове 12-летней ученицы.

Стоит заметить, что в России нападения чаще совершаются с использованием холодного оружия. Это объясняется тем, что в нашей стране огнестрельное оружие не легализовано – нож подростку достать проще, чем пистолет. После таких вопиющих случаев в прессе появилось новое определение – «субкультура Колумбайн».

«Колумбайн» – это название школы в США, в которой в 1999 году произошло самое громкое вооруженное нападение учеников на своих одноклассников. Тогда в результате стрельбы погибли 13 человек. Этот случай получил широкий общественный резонанс.

Синдром Вертера – научное название подражательных убийств и самоубийств. Давно известна закономерность: как только случается громкое, вопиющее, необычное убийство или самоубийство, тут же начинается волна точно таких же подражательных. Подростки наиболее подвержены влиянию, поэтому часто совершают поступки, аналогичные тем, о которых прочитали в книге или журнале, узнали из Интернета. Именно по этой причине субкультура «Колумбайн» так быстро набрала обороты и получила немалое количество последователей.

Скулшутинг набирает популярность в России в соцсетях среди школьников, словно занимая место «групп смерти» и «синих китов». Каковы же причины совершения детьми скулшутинга? Что же происходит с детьми, почему они берут в руки оружие и идут расстреливать одноклассников? Для того, чтобы человек совершил противоправное действие, направленное против жизни и здоровья себя или окружающих, он должен находиться в особом состоянии, которое обусловлено влиянием внешних и внутренних факторов.

Среди внешних факторов можно выделить:

- отсутствие внимания родителей к ребенку;
- ссоры с членами семьи;
- смерть родственников и друзей;
- доступ ребенка к огнестрельному и холодному оружию в доме;
- интерес ребенка к компьютерным играм, в которых присутствуют сцены насилия, а также его доступ к сайтам и группам в сети Интернет, пропагандирующим идеологию скулшутинга,

- трудности ребенка в общении со сверстниками, конфликты с ними и педагогами;
- буллинг (травля) – агрессивное преследование одного из членов коллектива (особенно коллектива школьников) со стороны других членов коллектива или его части.

К внутренним факторам следует отнести:

- депрессивное состояние ребенка;
- внушаемость и ведомость ребенка;
- психические отклонения у ребенка.

Особенности аккаунта «Колумбайнера» в социальных сетях

Содержит фото- и видеоматериалы следующего содержания:

- суицидальная тематика;
- чрезмерной жестокости и агрессии;
- увлечение оружием;
- расизм;
- нацизм;
- сатанизм;
- серийные убийцы.

Последовательность действий преступления типичного «Колумбайнера» при подготовке и совершении преступления

Важной деталью субкультуры «Колумбайн» является максимально точное воспроизведение преступления Клиболда и Харриса, а также Бекмансурова и Галявиева, по следующему алгоритму:

- изучить материалы по субкультуре «Колумбайн» — посмотреть культовые фильмы, прочитать культовые книги, подписаться на тематические ресурсы;
- приобрести характерную одежду и экипировку — берцы, черный план или куртку, тактические перчатки и разгрузку, футболку или маску с надписью типа «Natural Selection» (естественный отбор), «Wrath» (гнев), «Hate» (ненависть), «Бог»;
- выбрать объект для атаки (обычно это среднее учебное заведение, где учится или учился «Колумбайнер», однако случаются атаки и на высшие учебные заведения);
- попробовать найти сообщника;
- составить план атаки, изучить расписание дня и план помещений;
- приобрести огнестрельное оружие (в случае России ритуальное значение приобрели гладкоствольные помповые ружья) и собрать самодельное взрывное устройство (СВУ);
- перед атакой разместить в сети манифест (обращение, заявление, видеоролик) или же оставить дневник с пояснением своих мотивов; допустимо также сообщить о планах атаки знакомым;
- атаковать следует с утра, желательно во время начала второго урока или второй пары;
- совершать убийства в коридорах и незапертых классах, для усиления паники следует использовать СВУ;
- после расстрела совершить самоубийство.

Мотивация поведения «Колумбайнеров»:

1. Обида, желание мести.

Обида и желание мести связаны с отношениями в среде сверстников. Обиды подростков могли быть связаны и с нереализованной жадой признания в сочетании с низкой самооценкой и пессимизмом по поводу своего будущего. Большая часть стрелков считали себя жертвами издевательств или преследований, при этом им редко угрожали напрямую.

2. Фантазии с насильственным содержанием.

Часто эти фантазии «вызревают» несколько лет, прежде чем реализуются. К фантазиям нередко добавлялось представление о праве решать судьбу других людей. Ближе к

совершению действий мысли и планы

«Колумбайнеров» все больше начинают проявляться в разговорах с друзьями и в социальных сетях. Это распространенный и очень важный сигнал, который не должен быть пропущен. Уходит «вглубь себя», сосредоточивается на техническом планировании акта.

3. Отсутствие дружеских отношений.

Эти подростки являются одиночками. В некоторых случаях такие лица были коммуникабельны и даже популярны среди сверстников.

4. Желание подражать широко известными преступлениям.

Подростки могут быть очарованы и воодушевлены боевиками из

«Колумбайна», часто носят аналогичную одежду и выбирают то же оружие, что у их героев. Подростки хотят быть «круче», превзойти своих предшественников (например, убить больше человек)

Психологические особенности подростков, склонных к «колумбайну»

I группа. Подростки, склонные к депрессии.

Наличие у подростка высказываний об отсутствии смысла жизни, собственной малоценности указывает на депрессию, которая может предшествовать идеям убийства и самоубийства.

Депрессия может развиваться вне связи с какими-то видимыми причинами, на фоне полного физического и социального благополучия. Возникновение этих разновидностей депрессий, как правило, связано с биологическими, внутренними факторами.

Возникновению психогенной депрессии предшествуют отрицательные жизненные события, которые могут носить острый либо хронический характер. К острым стрессам относятся: развод родителей, смерть одного из родителей, ссора с близкими людьми, конфликты со сверстниками.

В подростковом возрасте встречаются разные варианты депрессий:

Апатическая депрессия - состояние, для которого характерно снижение и утрата заинтересованности в жизни с затруднением или невозможностью выполнять умственную и физическую нагрузку в результате отсутствия желания, мотивации, стремления к какому-либо виду деятельности, снижения побуждений к психической активности.

Дисфорическая депрессия характеризуется мрачным, угрюмым настроением с вспыльчивостью, озлобленностью и ожесточенным отчаянием. Со слов подростков, их возмущает, «бесит» решительно всё, они

«ненавидят всех и вся», понимая в то же время, что для такого отношения нет серьёзных объективных оснований, и они нередко обвиняют себя в бессердечии, чуждости, невыносимом для окружающих собственном поведении.

При заторможенной депрессии преобладают замедленность и затрудненность мышления при отсутствии или слабой выраженности торможения в двигательной сфере и неярко выраженной депрессивного настроения. Отмечается резкое падение успеваемости, связанное с утратой способности к восприятию новых сведений, субъективным ощущением потери памяти, трудностями воспроизведения нового материала и сосредоточения внимания. На этом фоне появляются нерезко выраженные идеи несостоятельности, самоуничтожения, страх школы, иногда с полным отказом от ее посещения.

Депрессия в тяжелых случаях может привести к суицидальным мыслям и попыткам. Суицидальное поведение встречается в подростковом возрасте часто. В последние годы среди лиц юношеского возраста стремительно растет число суицидов, связанных с депрессией. Особенности пубертатного периода, такие как эмоциональная лабильность, неустойчивая самооценка, трудности самоидентификации, коммуникативные проблемы, эгоцентризм делают подростка легко уязвимым, ранимым. В юношеском возрасте совершаются разного рода суицидальные попытки, в значительной мере демонстративного характера.

Ранняя диагностика и лечение депрессии является единственной возможностью

предупредить первичную суицидальную попытку и предотвратить ее повторение!

Депрессия часто сопровождается поведенческими расстройствами. В поведении прежде общительные, живые и разговорчивые, подростки становятся одинокими, замкнутыми, теряют интерес к прежним увлечениям. Возникают трудности в социальном взаимодействии, прогулы в колледже и избегание мероприятий.

Депрессия может меняться на состояние с повышенной активностью, что предполагает вероятность перехода в маниакальное состояние. Подростки начинают вычурно одеваться, красят волосы в яркие цвета. Для подростков в маниакальном состоянии характерны веселость, отвлекаемость, изменчивость внимания, поверхностность суждений и оценок, оптимистическое отношение к своему настоящему и будущему; хорошее расположение духа, чувство необычайной бодрости, прилив сил, отсутствие утомляемости. Стремление к деятельности сопровождается отсутствием завершения начатых дел, бездумной и беспорядочной тратой денег. У таких школьников ускоряется темп мышления, они становятся многословны, нарушается внимание (внимание ни на чем не задерживается надолго, нередко подросток комментирует все, что попадает в поле зрения). Свойственна также переоценка собственной личности. Иногда маниакальное состояние характеризуется преобладанием раздражительности, гневливости, придирчивости вплоть до возникновения возбуждения со злобой, яростью, разрушительными тенденциями, агрессией.

II группа. Замкнутые и необщительные подростки

Замкнутость как черта характера проявляется молчаливостью, формальным контактом с окружающими, отсутствием близких друзей. Подростки предпочитают быть сами по себе, выбирая деятельность и хобби, которые не требуют взаимодействия с другими людьми (например, компьютерные игры). Контакты с окружающими сопряжены для них с чувством неловкости, напряжением. Не умея проникнуть в чужие переживания, угадать желания других, почувствовать неприязненное отношение к себе или, наоборот, симпатию и расположение, уловить тот момент, когда не надо навязывать свое присутствие и когда, наоборот, надо выслушать, посочувствовать, они подвергаются насмешкам и даже жестоким преследованиям со стороны других подростков. Такие школьники ранимы, чувствительны к замечаниям, насмешкам. Им трудно объяснять свою точку зрения, так как люди их не понимают, не согласны с ними. Некоторых из этих подростков отличает самостоятельное, нестандартное, небанальное, возможно, творческое мышление. Такие подростки, не будучи склонны к групповой преступной деятельности, могут совершать серьезные правонарушения «во имя группы», желая, чтобы «группа признала их своими». Они, как правило действуют в одиночку, умеют скрывать свои поступки, не ищут сообщников, хорошо обдумывают свои действия.

III группа. Подростки, склонные к переоценке своей личности и самолюбованию (нарциссические личности)

Одна из главных характеристик таких личностей - чередование ощущений собственной грандиозности и собственной ущербности. Они стараются казаться лучше, чем есть, для того, чтобы произвести благоприятное впечатление на других. Критику воспринимают очень болезненно и пытаются избежать ее всеми способами. Защищаясь от ощущения своей незначительности, используют тщеславие, презрение, высокомерие. Проблемы межличностного общения обычно проявляются в виде невозможности создавать и поддерживать близкие отношения и/или как чувство безразличия к другим (человек не в состоянии сопереживать ближнему). Для таких личностей скушшутинг может быть подтверждением их значимости и превосходства над другими.

IV группа. Подозрительные и недоверчивые подростки

Такие подростки с подозрительностью относятся к окружающим. Считают, что другие намерены причинить им вред или обмануть их, даже при отсутствии или недостаточной обоснованности этих чувств. Бурно реагируют на критику, постоянно кем-то или чем-то

недовольны, злопамятны и мстительны. Они склонны искажать факты, расценивать нейтральные или даже дружеские действия как враждебные. Происходящие события в жизни нередко связывают с заговорами, собственной ответственности и участия в причинно-следственных связях не видят. У них просматриваются тенденции к эгоцентризму. На промахи и неудачи реагируют очень ярко. Эти подростки честолюбивы, заносчивы и самонадеянны, не умеют прощать обиды, ревнивы и несговорчивы, прямолинейны, склонны переоценивать свои возможности и способности. Любят отстаивать свою правоту, но действительно правыми бывают не всегда.

V группа. Подростки, склонные к асоциальному поведению

Такие подростки имеют очень высокое мнение о себе, могут быть очень упрямы, самоуверенны и высокомерны. Могут также быть обаятельными, разговорчивыми и мягкими на словах в попытках заполучить желаемое. Часто разглагольствуют о «деспотическом режиме», «моральном угнетении», «пропасти между поколениями». Могут обманывать или манипулировать людьми, чтобы заполучить желаемое. Эти подростки часто раздражаются и физически агрессивны. Раскаяние за совершенные действия отсутствует. Могут рационализировать свои действия, обвиняя тех, кого они обидели («они это заслужили») или утверждать, что такова жизнь. Они не испытывают угрызений совести и любой ценой делают то, что лучше для них самих. У них наблюдается недостаток эмпатии и равнодушие. Они могут пренебрегать чувствами и правами других, быть равнодушными к их страданиям.

Безусловно, педагог не может и не должен диагностировать психические расстройства, но изменившееся поведение подростка, он зачастую может заметить первым и поставить в известность психолога колледжа и родителей, тем самым предупредить трагическое развитие событий.

Остановимся более подробнее на одном из внешних факторе, это буллинг.

Буллинг – это использование преимуществ в силе, чтобы причинить физический, эмоциональный или интеллектуальный вред, это сознательное, продолжительное насилие со стороны индивида или группы в отношении человека, который не способен себя защитить. Самым распространенным и актуальным на сегодняшний день является кибербуллинг – это термин, относящийся к множеству форм преследования с использованием цифровых технологий, унижение с помощью мобильных телефонов, интернета, иных электронных устройств. Буллинг в колледже проявляется через различные формы физических или психических унижений, переживаемых детьми, со стороны других детей.

С целью повышения эффективности работы по предупреждению ситуации буллинга в образовательной организации следует планировать и осуществлять работу, учитывая следующие принципы:

1. Принцип взаимодействия. Для осуществления эффективной помощи работа строится на совместном планировании и взаимодействии специалистов образовательного учреждения.
2. Принцип системности. Предполагает последовательную, систематическую работу по сбору информации, разработке индивидуальных программ сопровождения каждого учащегося и отслеживание динамики развития.
3. Принцип лонгитюдности. Необходимым условием является изучение динамики, и оценка эффективности проведенной работы.

С целью профилактики буллинга в любой образовательной организации должна быть реализована профилактическая работа направленная на:

- снижение агрессивных и враждебных реакций;
- оптимизацию межличностных и межгрупповых отношений;
- формирование навыков конструктивного реагирования в конфликте;
- развитие толерантности, эмпатии.

Профилактика буллинга в колледже должна проводиться на 3х уровнях: групповом, индивидуально, включать мероприятия самого разного характера такие, как:

- совместную с подростками разработку и утверждение правил общения, которые отвечают принятым социальным нормам и делают учебный процесс эффективным;
- классные часы;
- беседы психолога со студентами;
- создание кружков, клубов или студий, где могли бы реализовать себя подростки с самыми разными склонностями;
- общеколледжные квесты, конкурсы, выставки достижений и т. д.;
- мероприятия, способствующие сплочению студентов;
- участие в благотворительных акциях;
- чтение и обсуждение книг, где поднимается проблема травли;
- просмотр и обсуждение кинолент на аналогичную тему;
- написание сочинений, эссе, изложений с элементами сочинения;
- театрализованные постановки;
- психологические тренинги, ролевые игры.

Каждое из этих мероприятий должно развивать у подростков социальную и коммуникативную компетенции, то есть способность уважать мнение других людей и уметь объяснить свою позицию, эффективно сотрудничать в коллективе.

Например, на классном часе по профилактике буллинга в колледже можно показать презентацию или социальный ролик на тему травли и затем обсудить его со студентами.

Необходимо вовлекать родителей в работу по профилактике буллинга.

Существуют определенные технологии привлечения родителей к профилактике буллинга. Начнем с того, что некоторые родители, как это ни странно, до сих пор не знакомы с проблемой травли либо не считают ее чем-то серьезным. Поэтому в первую очередь нужно создать правильное информационное поле. Для этого необходимы:

- родительские собрания на тему травли, кибербуллинга, суицидов, жесткого обращения с ребенком в семье;
- индивидуальные беседы с родителями зачинщиков и детей-изгоев;
- тренинги;
- консультации на тему стилей воспитания, семейных конфликтов, психологических особенностей детей разного возраста.

Есть взрослые (родители агрессоров и наблюдателей), которые из эгоизма, черствости или трусости выбирают равнодушное отношение к ситуации и не пытаются ее изменить. Необходимо донести до таких мам и пап, что позиция «Моя хата с краю» здесь опасна хотя бы потому, что профилактика скулшутинга и буллинга идут рука об руку и однажды может случиться так, что не поздоровится именно их ребенку. В новостях то и дело мелькают сюжеты о том, как доведенный до отчаяния подросток расправляется с обидчиками, а попутно и с невиновными людьми, которые случайно оказались рядом, то есть о скулшутинге.

Профилактика депрессивных состояний у подростков

Депрессия (от лат. *deprimo* — «давить», «подавить»)

Депрессия — это психическое расстройство, характеризующееся депрессивной триадой: снижением настроения, утратой способности переживать радость, нарушениями мышления (негативные суждения, пессимистический взгляд на происходящее и т. д.) и

двигательной заторможенностью.

- Депрессия у детей и подростков имеет многочисленные и устойчивые симптомы, выражающиеся в ухудшении настроения, поведения, мышления, физического состояния организма, а также в негативном изменении жизненных установок.
- В течение долгого времени существовало ошибочное убеждение в том, что у детей не существует депрессии, сравнимой по форме с депрессией у взрослых.
- В настоящее время известно, что депрессия у детей и подростков часто встречающаяся, не всегда распознаваемое тяжелое расстройство, распространенность которого постоянно увеличивается.

Основные причины депрессии

Существует ряд факторов, которые могут повысить вероятность развития депрессии, в том числе:

- Физическое, сексуальное или эмоциональное насилие может привести к депрессии в настоящем и в дальнейшей жизни.
- Некоторые лекарственные средства. Например, некоторые препараты для лечения высокого кровяного давления, такие как бета-блокаторы или резерпин, могут увеличить риск развития депрессии.
- Конфликты. Депрессия может быть результатом личных конфликтов или споров с членами семьи или друзьями.
- Смерть или утрата. Грусть и печаль от смерти или потери близкого человека также могут увеличить риск развития депрессии.
- Генетика. Наследственная предрасположенность к депрессии увеличивает риск её развития. Возможно, депрессия передаётся от поколения к поколению, но достоверно этого не известно.
- Важные события. Даже хорошие события, такие как новое место учебы, места жительства, брак родителей, могут привести к депрессии. Таким же образом могут повлиять и плохая школьная успеваемость, развод родителей.
- Другие личные проблемы. Такие проблемы, как социальная изоляция в связи с другими психическими заболеваниями или изгнание из семейной или социальной группы, могут привести к депрессии. А также недовольство своей внешностью, недовольство собой как личностью, развитие чувства неполноценности и неадекватности.
- Серьёзные заболевания. Иногда депрессия развивается в связи с развитием другого заболевания или является реакцией на него.
- Злоупотребления психоактивными веществами. Около 30% людей, злоупотребляющих этими веществами, имеют серьёзную клиническую депрессию.

Симптомы депрессии у подростков

При депрессии наблюдается, как правило, характерная триада симптомов: угнетенное, тоскливое настроение, заторможенность мыслительных процессов, скованность двигательной сферы или двигательным возбуждением, беспокойством, ажитацией.

Возможные проявления депрессии у подростков:

- Апатия
- Усталость или жалобы на боли, в том числе в голове, животе, пояснице
- Трудности с концентрацией
- Трудности с принятием решений
- Чрезмерные чувства вины

- Идеи самообвинения, самоуничтожения, неполноценности
- Безответственное поведение - например, опоздания, забывания, пропуски занятий
- Потеря интереса к пище или импульсивное переедание, что приводит к быстрым изменениям веса
- Потеря памяти
- Мысли о смерти
- Агрессивное поведение
- Печаль, тревога или чувство безнадежности
- Бессонница ночью и сон в течение дня
- Резкое падение успеваемости. Отстранение от друзей
- Употребление алкоголя или наркотиков, беспорядочные половые связи

Профилактика депрессии

Профилактика депрессий у обучающихся является важной для профилактики суицидов. Если мы видим, что у ребёнка сниженное настроение, то прибегаем к следующим мерам:

1. Разговариваем с ребенком, задаём ему вопросы о его состоянии, стараемся, чтобы разговор по душам не превратился в нравоучение, проводим беседы о планах на будущее. Внушаем подростку оптимистический настрой, вселяем уверенность, показываем, что он способен добиваться поставленных целей. Пытаемся не обвинять ребенка в «вечно недовольном виде», показываем ему позитивные стороны и ресурсы его личности. Не сравниваем с другими ребятами – более успешными, бодрыми, добродушными, т.к. эти сравнения могут усугубить низкую самооценку подростка.
2. Так же мы стараемся, чтобы у подростков было мало свободного времени: привлекаем к участию в общественно полезном труде, к подготовке и проведению общешкольных мероприятий (выставки поделок из природного материала, конкурсы рисунков, смотр художественной самодеятельности, конкурс-смотр сказок, концерты). Стремимся, чтобы наши подростки посещали спортивные секции и кружки.
3. Соблюдение режима дня. Следим за тем, чтобы подростки достаточно времени находились на свежем воздухе, занимались подвижными видами спорта.
4. Обращаемся за консультацией к специалистам: психологу, социальному педагогу.