

**Рубрика «Методология и технология профессионального образования»**

## **Профилактика агрессии в физкультурно-спортивных организациях. Антибуллинговые программы**

---

### **Аннотация:**

Представлен материал, раскрывающий проблему травли в детских и юношеских коллективах, к которым относятся образовательные и физкультурно-спортивные организации. Буллинг повышает риск агрессии, насилия, суицидальных действий, приводит к эмоциональным и невротическим расстройствам. Показано, что акцент воспитательной работы должен быть направлен на формирование позитивного социального благополучия, личностных качеств занимающихся, выработке коммуникативных навыков для адаптации в коллективе, преодоления поведенческих девиаций, правонарушений, агрессивных и насильственных действий, вовлечение занимающихся в досуговую деятельность. При работе с детским коллективом нужно выработать такую линию поведения или свод правил, которые обеспечат психологическую безопасность для каждого ребенка/подростка, это позволит выстроить доверительные отношения между членами детского коллектива их наставниками и родителями. В рамках профилактических мероприятий по предотвращению агрессии и травли, необходимо создать условия группового взаимодействия, в котором каждый участник будет знать, что ему есть к кому обратиться, что его понимают и, помощь, на которую он рассчитывает, будет оказана своевременно.

---

**Ключевые слова:** Агрессия, Буллинг, Дети, Подростки, Родители, Травля, Тренеры, Физкультурно-спортивная организация

---

**Информация об авторах:**

**Новичкова Наталья Геннадьевна** – кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физического воспитания Уральского государственного университета физической культуры.  
e-mail: novichkova.82@mail.ru

---

**Актуальность.** В системе образования и воспитания среди детей, подростков существует достаточно большое количество проблем: высокий уровень тревожности, завышенная или заниженная самооценка, агрессия, различные проявления деструктивного характера, поведенческие девиации. Среди такого круга проблем, существует не менее актуальная проблема буллинга. В недалеком прошлом термин «буллинг» существовал как обыденное понятие, не обоснованное научными фактами, в последние годы этот термин приобрел статус международного который сочетает в себе комплекс социальных, психологических, а также педагогических проблем, встречается как в детских, так и во взрослых коллективах [3, 8, 9, 10]. В ряде литературных источников буллинг – это массовое явление, которому отводится особое внимание среди специалистов различных областей. Тот факт, что понятие «буллинг» выделилось в самостоятельный термин говорит о распространенности данного явления, за которым стоит ряд неразрешенных проблем [1].

Термин «буллинг» произошел от английского слова «bully», что в переводе означает физический или психологический террор, запугивание [7]. Проблема травли среди детей и подростков – является одной из распространенных проблем в детских и юношеских коллективах к таким коллективам также относятся образовательные и физкультурно-спортивные организации. Буллинг повышает риск агрессии, насилия, суицидальных действий, приводит к эмоциональным и невротическим расстройствам [2].

**Цель исследования** – провести теоретический анализ проблемы агрессии, буллинга в организациях физкультурно-спортивной направленности.

**Результаты исследования.** Двигательная активность, занятия физической культурой и спортом способствуют не только положительному воздействию на организм занимающихся, но и являются неотъемлемой частью процесса воспитания. Так как в рамках совместных занятий, мероприятий физкультурно-спортивного характера раскрываются индивидуальные особенности каждого занимающегося, формируются ценностные отношения, воспитываются волевые качества. Но, если коснуться соревновательной деятельности, в которой явно прослеживается «дух»

соперничества, командные действия игроков, лидерские качества, то можно увидеть, что со всем этим могут развиваться стрессовые ситуации, конфликты между игроками (своей команды и команды соперника), проявления агрессии. Такое поведение, элементом которого является спортивная агрессия, вполне приемлемо в рамках соревнований, но если этого выходит за пределы соревновательной деятельности, то такие моменты, впоследствии, могут привести к травле отдельных участников спортивного коллектива.

Каждый человек, который пытается или старается быть лидером в команде, желает самоутвердиться на фоне другого участника по команде, поэтому травля может начаться со слабого, при этом буллинг может проявляться не только в процессе тренировочных занятий или соревновательной деятельности, такое активное явление наблюдается и за пределами совместной деятельности детско-юношеской спортивной школы. «Жертве» буллинга, в некоторых ситуациях, с трудом дается поменять свой статус, поэтому со стороны более сильного сверстника «жертва» подвергается постоянным нападениям [4].

Существует очень много примеров последствий агрессии и буллинга в спортивной среде, самые явные его проявления – это нарастающая неуверенность в себе, снижение самооценки, повышенный уровень тревожности.

Тренеры-преподаватели, родители должны в своевременном порядке пресекать проявление агрессивных действий и насилия среди коллектива детей.

В этом плане основой воспитательной работы в детско-юношеской спортивной школе является совместное участие детей и родителей в общих мероприятиях и соревнованиях согласно годовому плану работы школы. Такого рода мероприятия позволяют определить позицию спортсменов в общей системе воспитательного процесса и будут способствовать:

1. развитию межличностного общения в системе: тренер-спортсмены-родители;
2. повышению уровня общительности каждого занимающегося;
3. раскрытию индивидуальных способностей занимающихся, направленных на общий результат в команде;
4. поможет рассматривать команду как часть дружной семьи;

5. формировать чувство ответственности за свои действия, чувство коллективизма у каждого спортсмена.

Разнообразные формы групповых, индивидуальных тренировочных и теоретических занятий, будут являться приоритетным направлением в организации и реализации воспитательной работы детско-юношеской спортивной школы.

Воспитательная работа, в детско-юношеской спортивной школе, должна осуществляться с воспитанниками всех возрастных групп с учетом их физических, психологических, интеллектуальных особенностей, комплексы таких мероприятий будут оказывать воспитательное воздействие на отдельно взятую личность и коллектив в целом.

В свободное времяпрепровождение, на учебно-тренировочных сборах, соревнованиях, в спортивно-оздоровительных лагерях, а также в процессе учебно-тренировочных занятий, тренер-преподаватель, используя различные средства воспитательного воздействия, мероприятия воспитательного характера, как раз таки и будет осуществлять воспитательную работу, направленность которой и будет состоять в том, чтобы избегать конфликтных ситуаций, агрессивного и асоциального поведения, буллинга среди подрастающего поколения.

### **Возможные мероприятия в рамках антибуллинговой программы для тренеров:**

1. Проведение обучающих семинаров, мастер-классов, круглых столов, посвященных способам работы с ситуациями травли.
2. Проведение тренерских советов, посвященных выработке единой позиции ДЮСШ в отношении травли и способов фиксации инцидентов травли.
3. Проведение групповых встреч для психологов и тренеров с целью обмена опытом работы со случаями травли, обмена методическими материалами, которые можно использовать тренерам со своими воспитанниками в свободное от тренировок и соревнований время, посвященных профилактике травли и поддержки, в случае необходимости.
4. Просветительская работа с родителями, посвященная информированию о травле, ее видах и способах вмешательства, если наблюдают такое поведение.

5. Проведение родительских собраний с примерной тематикой «Агрессия среди детей», «Как разговаривать с ребенком о травле?», «Что делать, если ребенок стал объектом травли?», «Профилактика агрессии, буллинга».

Только совместными усилиями, профилактическими действиями можно решить эту проблему. Также необходимо научить ребенка действовать самостоятельно, если он почувствовал какие-либо нападки или оказался жертвой травли.

### **Е. Морозова, предлагает правила, которые нужно объяснить спортсмену, который столкнулся с проблемой буллинга:**

1. Обязательно рассказать кому-нибудь о том, что происходит – тренеру, родителям, близкому другу. Это очень важный шаг в борьбе с буллингом. Рассказывая кому-то о том, что происходит, вы включаете еще кого-то в ситуацию и повышаете вероятность, что кто-то может вмешаться, если самостоятельно справиться не получается.
2. Игнорировать агрессора и воздержаться от общения с ним (ними). Часто это срабатывает. Игнорированием вы можете лишить агрессора власти, которую он получает в ответ на вашу реакцию, и он перестает вас обижать.
3. Важно знать, что несмотря ни на что, вы никогда не останетесь с этим один на один. Вокруг вас много людей, которые могут помочь – дать отпор агрессору или поддержать во время матча.
4. Что бы вы ни делали, просто помните, что делать что-то всегда лучше, чем бездействовать [6].

### **Как не оказаться в ситуации травли?**

1. Стараться не ввязываться в конфликты из-за пустяков. Если это невозможно, то нужно вести цивилизованные переговоры – обсудить ситуацию с ребятами, постараться прийти к компромиссу (когда все стороны конфликта идут на уступки, внимательно выслушивают, принимают позицию другого человека).
2. Если предлагают стать участником травли (вместе дразнить, оскорблять, издеваться над кем-то) ни в коем случае не соглашаться! Тем более, однажды в такой ситуации можешь оказаться сам.
3. Стараться не обижать других, не грубить, поступать так, как кажется самому, как поступают хорошие, добрые люди.

4. Стараться постоянно укреплять самооценку и вести себя уверенно. Нужно стараться искать свои сильные стороны и развивать их. Это сделает психологически сильнее.
5. Обзавестись друзьями и приятелями. Чем больше хороших знакомых, чем дружнее коллектив (класс, секция), тем меньше вероятность, что в такой компании возникнет травля [5].

### **Рекомендации для тренерского состава при возникновении буллинга в команде.**

1. Не предавать возникновению буллинга «шуточного», «самопроходящего» значения. Необходимо сразу реагировать на малейшие предпосылки к возникновению агрессии, нападкам в команде спортсменов.
2. Выбрать активную позицию для решения возникшей проблемы. В случае, когда тренер видит, понимает, что в команде его воспитанников проявляется травля между отдельными членами детского коллектива, нужно разобраться в сложившейся ситуации, выяснить причины, выявить «агрессора» и, начать действовать.
3. Диалог с инициатором буллинга. Когда удалось установить обидчика, необходимо провести индивидуальную беседу с ним, установить, что его сподвигло с такого рода действиям, объяснить последствия действий, дать понять, что ситуация находится под контролем.
4. Диалог с «жертвой». С ребенком, который подвергся насилию, травле в команде, также необходимо провести индивидуальную беседу с выявлением всех обстоятельств. Заручиться перед таким ребенком, что он не одинок, что проблема решается, дать ему поверить в собственные силы, возможности, способности, которыми он обладает и, которые необходимы для достижения общего командного результата.
5. Разговор со всей командой. В процессе разговора со всеми членами спортивной команды, можно выявить помощников инициатора, защитников «жертвы», наблюдателей. В общем и целом, увидеть общую картину происходящего, вместе устранить конфликтную ситуацию, выработать правила поведения, которые будут едины для каждого занимающегося. Дать понять другим, что такие ситуации не будут игнорироваться, будут решаться не только тренером команды, но и с привлечением других специалистов детско-юношеской спортивной школы, а также специалистами из вне.
6. Беседы с родителями (законными представителями) участников буллинга. Родители (или законные представители) детей/подростков

должны быть в курсе происходящего. Необходимо провести отдельные беседы с родителями каждого из участников травли: разъяснить сложившуюся ситуацию, объяснить о том, как они (родители) должны действовать, о чем можно и нужно разговаривать с ребенком, ну и если необходима помощь психолога, то незамедлительно прибегнуть к ней.

7. Поставить в курс руководство ДЮСШ и тренерский состав. На тренерских советах нужно обсудить проблему, которая возникла в команде, обсудить стратегию поведения, продумать профилактическую работу, план воспитательных мероприятий для всех воспитанников ДЮСШ.

В таблице 1 представлены примерные формы, средства, и методы воспитательной работы, которые можно использовать в физкультурно-спортивных организациях и детско-юношеских спортивных школах.

**Таблица 1 - Формы и средства, методы воспитательной работы**

Формы воспитательной работы		Средства воспитательной работы
Коллективные	Индивидуальные	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– собрания;</li> <li>– праздники;</li> <li>– организованные встречи со знаменитыми спортсменами;</li> <li>– встречи с представителями органов власти; – встречи с представителями общественных организаций;</li> <li>– сборы, походы;</li> <li>– соревнования с различными командами;</li> <li>– соревнования с участием родителей;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– беседы (индивидуальные, групповые, коллективные) с обменом мнениями, поиском решений проблемы;</li> <li>– собеседования с детьми, родителями;</li> <li>– поручения (индивидуальные, групповые);</li> <li>– совет;</li> <li>– помощь;</li> <li>– анкетирование (детей, родителей);</li> <li>– тестирование.</li> </ul>	<p>Материально-технические средства:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использование различного оборудования и инвентаря;</li> <li>– использование видео и аудиоаппаратуры;</li> <li>– оформление стендов на разнообразные тематики;</li> <li>– оформление спортивных залов, площадок, кортов.</li> </ul>

Методы, используемые в процессе воспитательной работы:

- вербальные: сообщение информации, беседа, рассказ;
- наглядные: демонстрация и разбор игровых моментов, презентации, выставки, посещение музеев, организация экскурсий;
- педагогические методы: личный пример тренера, поощрение, убеждение, наказания (в крайних случаях);
- практические методы: сбор информации, материалов для оформления стендов, выставок (по виду спорта), оформление плакатов.

В таблице 2 представлена профилактическая работа, которая может быть организована со всеми участниками тренировочного процесса: тренерами, воспитанниками, родителями.

### **Таблица 2 - Профилактическая работа в детско-юношеской спортивной школе**

#### Работа с тренерами-преподавателями

1. Работа с сайтом ДЮСШ, размещение необходимой информации.
2. Организация работы по здоровьесберегающим компонентам, формированию ценностных ориентаций.
3. Разработка плана воспитательной, просветительской, профилактической работы среди детей и подростков.
4. Изучение информации по работе с детьми, находящимися в группе риска.
5. Вовлечение воспитанников в спортивную, общественно-полезную, досуговую деятельность.
6. Организация встреч со знаменитыми спортсменами по виду спорта.

#### Работа со спортсменами



1. Проведение тематических бесед: «Профилактика конфликтных ситуаций», «Позитивное разрешение конфликтов», «Последствия противоправного поведения», «Быть счастливым – значит быть здоровым», «Роль двигательной активности человека», «Роль сна в сохранении здоровья», «Наш дружный коллектив», «культура питания», «Основы самомассажа», «Гармония природы и здоровья человека», «Культура питания», «Спорт – против наркотиков» и др.
2. Проведение индивидуальных профилактических тематических бесед по формированию поведенческих аспектов.
3. Организация и проведение мероприятий с младшими воспитанниками спортивной школы.
4. Участие в мероприятиях, посвященных Дню открытых дверей спортивной школы.
5. Мероприятия, посвященные Международному дню отказа от курения, Всемирному дню борьбы со СПИДом, Дню здоровья.

#### Работа с родителями

1. Оказание консультативной помощи по вопросам социально-педагогической поддержки в преодолении негативных явлений.
2. Изучение интересов семей занимающихся.
3. Привлечение родителей к общественной жизни спортивной школы.
4. Участие в работе родительского комитета.
5. Дни открытых дверей для родителей.

#### **Выводы:**

1. Воспитательная работа имеет четкое планирование, проходит через все виды и формы деятельности работ любого образовательного, физкультурно-спортивного учреждения, в котором осуществляется. Акцент воспитательной работы направлен на формирование позитивного социального благополучия, личностных качеств занимающихся, выработке коммуникативных навыков для адаптации в коллективе, преодоления поведенческих девиаций, правонарушений, агрессивных и насильственных действий, вовлечение занимающихся в

досуговую деятельность.

2. При работе с детским коллективом нужно выработать такую линию поведения или свод правил, которые обеспечат психологическую безопасность для каждого ребенка/подростка, это позволит выстроить доверительные отношения между членами детского коллектива их наставниками и родителями. Поэтому в рамках профилактических мероприятий по предотвращению агрессии и травли, необходимо создать условия группового взаимодействия, в котором каждый участник будет знать, что ему есть к кому обратиться, что его понимают и, помощь, на которую он рассчитывает, будет оказана своевременно.

---

### **Список литературы:**

1. Буллинг в школе: практика оказания психологической помощи пострадавшим детям : учеб.-метод. пособие / авт.-сост. : О. В. Чурсинова, А. А. Ярошук. – Ставрополь : СКИРО ПК и ПРО, 2021. – 86 с.
2. Глазман, О. Л. Психологические особенности участников буллинга / О. Л. Глазман // Известия РГПУ им. А. И. Герцена. – 2009. – № 105. – С. 159–165.
3. Звягина, Е. В. Нейрофизиологический статус юных ватерполистов. Сообщение 3. Уровень агрессии / Е. В. Звягина, Н. П. Петрушкина // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2022. – № 3 (205). – С. 163-169.
4. Методические рекомендации по предотвращению буллинга в школьных коллективах (для классных руководителей) / авт.-сост. О. А. Драганова, Я. В. Пономарева, Т. Н. Давыдова. – Липецк : Г(О)БУ Центр «Семья», 2022 – 40 с.
5. Методический сборник «ПРОкаждого: травля – это не норма» / Г. Ю. Ярославова, Н. В. Сиврикова, Т. С. Воробьева и др. – Челябинск, 2022. – 105 с.
6. Морозова, Е. Как справиться с буллингом в спорте [Электронный ресурс] : официальный сайт. – URL : <https://tenchat.ru> (дата обращения 28.06.2023).
7. Петросянц, В. Р. Психологическая характеристика старшеклассников, участников буллинга в образовательной среде, и их жизнестойкость : автореф. дисс. ...канд. психол. наук: 19.00.07 / В. Р. Петросянц. – СПб., 2011. – 30 с.
8. Петрушкина, Н. П. Гендерный анализ уровня самооценки и агрессии у спортсменов, занимающихся пауэрлифтингом / Н. П. Петрушкина, Е. В.

Быков, О. И. Коломиец, А. О. Флегантов // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2018. – № 5 (159). – С. 210-215.

9. Петрушкина, Н. П. Уровень агрессии и нейродинамические характеристики спортсменов пубертатного возраста / Н. П. Петрушкина, О. И. Коломиец, Н. А. Симонова, Е. В. Жуковская Дж. Копкане Плачи // Психология. Психофизиология. – 2020 – Т. 13, № 4 –С. 108-115.
10. Rucska, A. Влияние агрессии по самооценке молодых российских и венгерских спортсменов / Rucska Andrea, Plachy Judit Korkáné, Коломиец О., Петрушкина Н., Быков Е., Oláh Csilla, Kiss-Tóth Emőke // Современные методы организации тренировочного процесса, оценки функционального состояния и восстановления спортсменов: Материалы Всероссийской научно-практической конференции (г. Челябинск, 24-25 октября 2017 г.) : в 2 т. / Под ред. д.м.н. проф. Е. В. Быкова. – Челябинск : УралГУФК, 2017. – Т. 1. – С. 225-232.

---

**Опубликовано:** 12 октября 2023

**Ссылка на статью:** <https://nsjuralgufk.ru/articles/50>