

# Социальное отторжение: модель и практика преодоления

**В** канун 2020 года вышла в свет книга израильского психотерапевта и школьного психолога Яэль Авраам под названием «Почему со мной никто не дружит. Психологическая помощь изгоям» [1]. Эта книга посвящена феномену социальной изоляции как проблемы современной подростковой среды. Книга выгодно отличается от многих других, рассматривающих явление школьного насилия. Во-первых, автор щедро делится своим опытом успешной психотерапевтической работы с подростками — социальными изгоями. Во-вторых, модели психотерапевтической практики выстроены с учетом дифференциации причин социального отторжения. В-третьих, аргументированы цель, логика, последовательность этапов психотерапии в каждой модели: индивидуальной, групповой, интегративной, работе с родителями. В-четвертых, представлены конкретные случаи психотерапии подростков с изложением сюжета, его анализа и практики психологической помощи.

## **Определение понятий: социальное отторжение, буллинг-структура**

Представленный Яэль Авраам текст позволил уточнить определение социального отторжения как явления, имеющего место в современных образо-



**Валентина Ивановна СЛЕПКОВА,**  
доцент кафедры  
социальной  
и семейной  
психологии,  
кандидат  
психологических  
наук

вательных учреждениях. Социальное отторжение можно рассматривать как особый вид социальной травли, имеющий как общие признаки с ситуациями школьного буллинга, так и отличительные характеристики.

*Социальное отторжение* — это оскорбительное, унижающее поведение, направленное против одного человека. Такое оскорбительное отношение является длительным, систематическим, повторяющимся. Это не разовое действие. Оно имеет характер осознанных, целенаправленных, преднамеренных действий.

*Цель:* унижить, оскорбить, изолировать от группы, одновременно подтвердить свое превосходство, повысить собственный социальный статус, учреждая, демонстрируя таким образом дисбаланс власти между оскорбителями и отвергаемым.

Перечисленные характеристики присущи разным видам школьной травли [3; 4; 5].

Социальное отторжение отличается от других видов буллинга, прежде всего, по своей структуре и комбинации используемых средств отторжения. Пример классической буллинг-структуры предложен пионером изучения школьной травли Дэном Олвеусом. Он выделяет 8 ролевых позиций:

- агрессор — планирует, инициирует, вовлекает других в травлю;
- приспешники — постоянно рядом с агрессором, но без него травлю не начинают;
- активные сторонники — поддерживают агрессора, заискивают перед ним;
- пассивные сторонники — для них ситуация травли является развлечением, средством «зарядки» позитивными эмоциями;
- пассивные свидетели — выполняют роли наблюдателей, считают, что не стоит вмешиваться;
- потенциальные защитники — не одобряют травлю, но по разным мотивам не считают нужным вмешиваться;
- защитники — те, кто помогает или пытается помочь жертве;
- жертва — объект травли [5].

### **Ролевая дифференциация социального отторжения**

При социальном отторжении роли жестко дифференцированы, ролевая структура класса ригидная. Четко очерчены 3 ролевые позиции: обидчики, наблюдатели и отторгаемый. В роли обидчика выступает группа, включающая в себя инициатора, его активных и пассивных сторонников, свидетелей. Внутри группового агрессора может

происходить обмен ролями: в роли инициатора могут выступать приспешники и сторонники, в то время как другие (агрессор, наблюдатели) получают удовольствие от унижающих действий одноклассников, поддерживая друг друга, наслаждаясь чувством «товарищества», принадлежности к «избранным». Они не только со-участвуют в травле, они вносят свои предложения, изобретают изощренные способы унижения. При такой групповой динамике равнодушные и защитники не проявляют себя, превращаясь фактически в сторонних наблюдателей.

Создается *социальная сеть поддержки агрессора* — бесчеловечная, циничная, порочная.

Действия, приводящие к отторжению отдельных детей от участия в социальной жизни класса и в целом от подростковой среды, разнообразны, сочетают в себе физическое, вербальное и невербальное насилие.

По используемым средствам социальное отвержение — это сочетанный буллинг. Для того чтобы изолировать, исключить, не подпустить жертву к своей группе, используются средства, характерные как для физического, так и для вербального буллинга и кибербуллинга. Яэль Авраам отмечает, что детей дразнят, бьют, издеваются, провоцируют на драки или саморазрушение, прибегают к сплетням, лживым наговорам, бойкотам, запрету на участие в дружеских мероприятиях и вечеринках, с ними не хотят сидеть, на них кричат, их не приглашают на дни рождения и в совместные походы [1].

Отторгаемые подростки имеют два статуса социального отторжения: отвергаемые и «невидимые». Отвергаемые подвергаются активным действиям со стороны сверстников. На них направлена «осязаемая» агрессия. «Невидимые» — это те, кого не замечают сверстники, они просто не существу-

ют для других. Их не слышат и не слушают. Не видят ни их присутствия, ни их отсутствия. Они — как брошенные дети, никому не интересны и никому не нужны.

Психологам хорошо известны методы определения социометрического статуса школьников в классе. Автор же приводит фрагмент из книги Давида Гроссмана «Как-то лошадь зашла в бар» [2] в качестве оригинального теста измерения значимости подростка для группы.

### **Диагностика социального отторжения: «метод шнурка»**

Главный персонаж романа Д. Гроссмана Довале, постоянно чувствующий себя ненужным, неинтересным, отвергаемым подростком, рассказывает о своем точном научном методе, позволяющем узнать, какой ребенок популярен, а какой — нет. Он называет этот метод «шнурок от ботинок». Как он работает? Представьте группу детей, возвращающихся из школы. Идут, хохочут, шутят, болтают, кричат. Обыкновенные дети. Один нагнулся, чтобы завязать шнурок. Сейчас внимание! Если вся группа, даже те, кто шел впереди, остановились и ждут его — значит он в порядке! Он внутри, он «принят», он свой. А что если наоборот? Шнурок развязался у Довале. Никто не заметил, все пошли дальше. Значит он — никчемный, никому не нужный [2].

### **Теоретические позиции кризисного вмешательства в ситуацию социального отторжения**

Несмотря на различие в социальном статусе, отвергаемые и «невидимые»



подростки страдают от социальной изоляции, они нуждаются в психологической помощи и поддержке.

Каждая ситуация социального отторжения имеет свою структуру: в ней есть участники и взаимодействие между ними. Есть те, кто отторгает, есть тот, кого изолируют, есть одноклассники, сверстники. Есть учителя, члены семьи и, конечно же, имеет важное значение та система ценностей, которая принята в образовательном учреждении. Говоря о психологическом вмешательстве, необходимо учитывать все перечисленные компоненты системы и «вклад» каждого в создавшуюся ситуацию. Иначе говоря, психологическое вмешательство должно быть многовекторным.

Яэль Авраам отмечает, что явление социального отторжения многомерно. Соответственно, и терапия обязана быть многосторонней, направленной на различные стороны и охватывающей все относящиеся к делу сферы [1]. Таким образом, нельзя разделять «участников явления». При этом теоретический анализ концепций социального отторжения, богатый опыт психотерапевтической работы позволяет автору показать, что в каждом конкретном случае в системе имеется слабое звено, с которого целесообразно начинать психотерапию, уделив первостепенное внимание.

Автор выделяет четыре теоретические позиции, акцентирующие внимание на доминирующем аспекте системы, запускающем и поддерживающем механизм социального отторжения:

1) теории, объясняющие социальное отторжение социальной некомпетентностью подростка;

2) теории, возлагающие ответственность на динамические процессы в группе, к которой принадлежит ребенок;

3) теории, отмечающие первостепенную значимость межличностных отношений в семье, с родителями, сиблингами;

4) теории, обращающие внимание на организацию школьной системы, ценностей школы, ценностей конкретного учителя.

## **Стратегии психологического вмешательства**

Обозначение этих теоретических позиций важно для построения плана психологической помощи в каждом конкретном случае социального отторжения. Принятие той или иной концепции позволяет четко определить цель, этапы, мишени, средства психологического вмешательства.

### **Развитие социальных навыков**

Концепции, связывающие социальную изоляцию с дефицитом социальной

компетенции у подростка, представляют теоретическую основу для разработки модели индивидуальной помощи в развитии социальных навыков отторгаемому.

Яэль Авраам отмечает критерии социальной компетенции подростков:

- способность присоединиться к группе;
- находиться в группе, взаимодействовать с членами группы;
- получать удовольствие от общения;
- уметь закончить взаимодействие по собственному желанию без того, чтобы быть отвергнутым или втянутым во взаимодействие вопреки желанию подростка [1].

Основой социальной компетенции является наличие у подростка социальных навыков. *Социальные навыки* — это набор вербальных и невербальных реакций, которые влияют на восприятие нас другими и на восприятие нами других в процессе взаимодействия. Может наблюдаться дефицит как базисных, так и сложных (составных) социальных навыков, что приводит к тому, что подростку трудно адекватно интерпретировать сигналы коммуникации, идущие от членов группы.

Модель индивидуальной работы с отторгаемым направлена на развитие социальной компетенции, формирование способности адекватно воспринимать социальные ситуации, понимать как свои собственные чувства, ощущения и мысли, так и переживания другого.

Социальные навыки — это фундамент социальной компетенции.

Яэль Авраам выделяет три принципа, без принятия и соблюдения которых невозможно развитие социальной компетенции у детей. Автор концепции [1] называет их краеугольными камнями, на которых основываются как базисные,

так и более сложные, составные социальные навыки.

1. Социальное взаимодействие со сверстниками — это диалог.

2. Установление отношений со сверстниками включает в себя умение не только брать, но и способность отдавать.

3. Отношения со сверстниками — это отношения равных.

Следование первому принципу означает признание различий между людьми, и прежде всего — различия в потребностях. Диалогическое общение предполагает умение воспринимать и осознавать свои собственные потребности и воспринимать потребности другого (сверстника, одноклассника), при этом избегая собственных проекций: Я есть Я, Ты есть Ты. Диалог требует понимания себя и понимания другого. Диалог — это встреча потребностей, своего рода переговоры между потребностями двух разных людей.

Суть второго принципа состоит в том, что для достижения взаимопонимания, для возникновения отношений в переговорах между потребностями каждому придется чем-то поступиться. В отношениях со сверстниками присутствует необходимость отказаться реализовать свои потребности в полной мере. Яэль Авраам приводит притчу о веревке, которую она использует для объяснения подросткам этого принципа. Две веревки решили завязаться одна с другой. Для этого требуется, чтобы каждая из них потеряла некоторую часть своей длины. Если хотя бы одна из них захочет остаться целой, не отказавшись от всей своей длины, то им не удастся завязаться никогда [1].

В здоровых социальных отношениях присутствует диалектическая взаимосвязь между двумя противоположностями: потребностью принадлежать группе, быть ее частью, и потребностью оставаться в своих границах, сохранять свою индивидуальность.

Признание равенства со сверстниками — третий краеугольный камень в фундаменте социальной компетенции подростков. Дружеские, доброжелательные отношения невозможны без равноправия.

В работах, посвященных школьному насилию, в качестве ведущего признака травли называется дисбаланс силы и власти у обидчика и его жертвы. Между ними нет равенства. Действительно, отвергаемые дети чаще всего ощущают свою беспомощность, признают свою неполноценность, у них низкая самооценка. Однако очень важным является замечание автора о том, что отвергаемые подростки нередко переживают чувство превосходства над своими одноклассниками. В обоих случаях они не чувствуют себя равными другим. Отторгаемый подросток может считать себя более умным, более образованным, выше по социальному статусу родителей, обладающим особенными способностями и т. п. Он не такой как все.

Удивительно, но факт: отверженный ребенок часто чувствует по отношению к группе и то, и другое одновременно — и чувство неполноценности, и чувство превосходства. Так выглядит парадокс отношений притяжения — отторжения по отношению к группе: ребенок хочет принадлежать и превратиться в члена группы, к которой он чувствует презрение.

Осознание равноправия при наличии различий между людьми — важное основание для развития социальных способностей у отвергаемых детей.

### Круг социальной поддержки

Социальная компетенция — необходимое, но недостаточное условие успешной адаптации подростка в группе. Важное значение имеют динамические процессы, происходящие в группах, к которым принадлежит подросток: учебный класс, семья. Речь идет о готовности и способности окружения

поддержать прирост социальных навыков у отторгаемого, принять и одобрить изменения в личности подростка.

Ссылаясь на исследования Джона Койе (1990), ведущего американского исследователя проблемы социального отторжения, автор книги отмечает значимость и необходимость включения отторгаемых детей в круг социальной поддержки [1]. Социальная поддержка от учителей, одноклассников, родителей не только обеспечивает оптимальные психологические условия для формирования социальной компетенции у подростка, но и, что не менее важно, снижает опасность превращения эпизодических ситуаций отторжения в хроническую социальную изоляцию.

Для хронической социальной изоляции ребенка в семье или в школе характерна стереотипность и избирательность в восприятии поведения одного из членов группы: единичные, непреднамеренные ошибки отвергаемого трактуются как намеренные действия, а его позитивные достижения в социальном взаимодействии интерпретируются как случайные, связанные с благоприятными внешними условиями.

Жизнь подростка проходит в разных социальных группах, влияющих одна на другую, пересекающихся одна с другой. Социальное отторжение представляет собой многофакторный процесс, обнаруживающий себя во всех социальных взаимодействиях ребенка. Наличие отторгаемого в школьном классе или в семье — это не просто проблема самого подростка. Это симптом неблагополучия самой группы, к которой он принадлежит.

Многофакторность социального отторжения требует системного подхода к организации психологического вмешательства. Психологическое сопровождение образовательного процесса с целью устранения условий для социального отторжения детей может быть

результативным не только и не столько благодаря развитию социальной компетенции отторгаемых детей. Оно требует также специальной работы с учителями, родителями, учениками класса.

## **Почему надо читать книгу «Почему со мной никто не дружит. Психологическая помощь изгоям»**

Привлекательность книги Яэль Авраам состоит не только в том, что в ней раскрываются обстоятельства и механизмы социального отторжения, тем самым обозначая конкретные мишени психологического вмешательства. В ней представлены технологии, психологический инструментарий индивидуальной работы с отторгаемыми, учителями, администрацией, технологии групповой работы со школьным классом, с родителями отторгаемых детей. Иначе говоря, текст книги отвечает на вопросы: почему, что и как делать.

Все сказанное позволяет отнести эту книгу к разряду профессиональной литературы по проблеме социального отторжения и рекомендовать ее в качестве настольной рабочей книги школьного психолога.

## **ЛИТЕРАТУРА**

1. Авраам, Я. Почему со мной никто не дружит. Психологическая помощь изгоям / Я. Авраам. — М. : Генезис, 2020. — 232 с.
2. Гроссман, Д. Как-то лошадь входит в бар / Д. Гроссман. — М. : Эксмо, 2019. — 320 с.
3. Кривцова, С. В. Буллинг в школе vs сплоченность неравнодушных. Организационная культура ОУ для решения проблем дисциплины и противостояния насилию / С. В. Кривцова. — М. — 119 с.
4. Травля. Как искоренить насилие и создать общество, где будет больше доброты / под ред. Б. Колорозо. — М. : Азбука-Аттикус, 2015. — 563 с.
5. Olweus, D. The Olweus Bullying Prevention Programme: Design and implementation issues and a new national initiative in Norway. In P. K. Smith, D. Pepler, & K. Rigby (Eds.), *Bullying in schools: How successful can interventions be?* / D. Olweus, — Cambridge : Cambridge University Press, 2004. — P. 13—36.