

Яэль Авраам

# ПОЧЕМУ СО МНОЙ НИКТО НЕ ДРУЖИТ?

Помощь детям,  
которых отвергают  
сверстники





Яэль Авраам

**Почему со мной никто не  
дружит? Помощь детям,  
которых отвергают сверстники**

«Генезис»

2018

УДК 159.922.7  
ББК 88.4

**Авраам Я.**

Почему со мной никто не дружит? Помощь детям, которых отвергают сверстники / Я. Авраам — «Генезис», 2018

ISBN 978-5-98563-685-7

Как мы можем помочь страдающим от одиночества детям – главный вопрос, на который отвечает книга израильского психолога Яэль Авраам. Эта книга – результат одиннадцатилетней терапевтической работы Яэль с людьми, страдающими от того, что окружающие (прежде всего сверстники) их отторгают. В книге подробно описаны программы и техники индивидуальной и групповой работы с детьми, рассказывается, чем могут помочь им педагоги и родители. Основной посыл книги Яэль Авраам: группа может жить без «козлов отпущения», но это требует усилий и от детей, и от их родителей. Издание адресовано психологам, учителям и родителям.

УДК 159.922.7  
ББК 88.4

ISBN 978-5-98563-685-7

© Авраам Я., 2018  
© Генезис, 2018

## Содержание

Предисловие переводчика	6
Благодарности	9
Введение	10
Часть 1. Феномен социального отторжения	14
Конец ознакомительного фрагмента.	17

**Яэль Авраам**  
**Почему со мной никто не дружит? Помощь**  
**детям, которых отвергают сверстники**

© Я. Авраам, 2018

© Г. Кац, перевод, 2019

© Издательство «Генезис», 2020

## Предисловие переводчика

Книга, которую вы держите в руках, создана для русскоязычного читателя благодаря давней дружбе. «Ах, и здесь связи?!» – скажете вы. Да, именно так – те связи между людьми, которые рождаются из симпатии, питаются радостью общения и, оставаясь в русле дружеских привязанностей, перетекают в профессиональное сотрудничество.

С директором издательства «Генезис» Екатериной Мухаматулиной мы дружим много лет – более 35! Когда-то мы вместе учились на факультете психологии МГУ и были так похожи и неразлучны, что преподаватели иногда нас путали. Многочасовые сидения в читалке, рабочий труд «на картошке», экзамены и зачеты, авантурные поездки и приключения... Сколько воспоминаний! Обнаружив этот нескончаемый источник радости, захотелось продолжать из него черпать, используя работу как повод для общения. Так возникла наша совместная деятельность – написанная в соавторстве с Катей книжка, придуманные вместе метафорические карты, а теперь – совместное издание (я переводчик, Катя – редактор) замечательной книги «Почему со мной никто не дружит?». Требовательность и щепетильность Кати в роли редактора книжки иногда бесили, но, безусловно, результат оправдал часы ее бдения над моим не всегда ловким переводом текста с иврита.

Мне необычайно приятно представить вам и другую мою подругу и наставницу (хотя она младше меня по возрасту, да и дружба наша «моложе» – ей всего лишь 20 лет). Яэль Авраам – гений дружбы, всегда помогающая, всегда заботящаяся. Неслучайно она выбрала основной темой своей специализации помощь детям, у которых с дружбой не складывается – по разным причинам, об этом вы прочтете в книжке. Последние 10 лет Яэль изучала литературу, читала лекции, готовила израильских психологов к проведению терапевтических групп, занималась психотерапией в своей частной клинике. И когда израильское психологическое сообщество в один голос потребовало от нее собрать наконец-то весь накопленный материал в книжку, любящий муж забрал Яэль на свою родину, в румынскую деревню, готовил ей завтраки и обеды, и в результате два года назад Яэль вернулась в Израиль с черновиком этой книги.

В Израиле книга вышла в сентябре 2018 года, и ее популярность превзошла все ожидания: одно издание следовало за другим, а в настоящее время вышло уже пятое, дополненное.

Я постаралась заполнить книгу еще в виде черновика, чтобы засесть за перевод ее на русский язык. Это казалось мне очень важным, поскольку я убеждена, что проблема отвержения универсальна для детей всех стран и, стало быть, замечательная книга Яэль нужна не только в Израиле, но и в России. Нужна психологам, учителям и родителям.

Оказалось, что переводить профессиональную литературу на другой, хотя и родной, язык не так просто, как кажется. К счастью, я люблю осваивать новые навыки и вообще учиться. Разумеется, работая психологом на чужом языке в течение 20 лет, я обратила внимание на различие в психологических терминах. И в русском, и в иврите есть понятия, которых попросту нет в другом языке. В жизни и работе я смирилась с этой потерей, но при переводе книги проблем возникало множество. Что делать, когда надо не объяснять феномен «на пальцах», с помощью аналогий и примеров, а найти существенно близкое по смыслу Слово? Так, я очень долго не могла найти русский аналог ивритскому термину, описывающему явление неприятия, отталкивания, не-дружбы детей, родителей или учителей с какими-то конкретными детьми, часто выполняющими в группе роль «козла отпущения». В конце концов слово подсказал мне сын: феномен, описанный в книге, я назвала *отторжением*. Слово не очень научное, и я продолжала советоваться с коллегами, владеющими и русским, и ивритом. Увы, мы не подобрали более подходящего аналога ивритскому термину. Поэтому в книге вы на каждой странице будете встречать термин «социальное отторжение», иногда в чисто редакторских целях заменяемый на «отвержение».

«Наши», «своя компания», с одной стороны, и «чужой», «неполноценный», недостойный дружбы – с другой. Хотя бы раз в жизни все мы были по ту или иную сторону этих баррикад. Принадлежность к лагерю популярных, уверенных в себе, насмешливых Королей и Королев класса или к лагерю Одиночек и Изгоев – смыслообразующее переживание, запоминающееся на всю жизнь и влияющее на будущие жизненные выборы. Будучи уже взрослыми, люди жаждут ответов на вопросы: почему я не могу забыть, как меня обижали сверстники? Как мне избавиться от чувства вины за то, что я изводил свою одноклассницу? Чем мы можем помочь страдающим от одиночества детям?

Невыносимо больно нам, взрослым, с высоты нашей зрелости наблюдать за малышами, стоящими в стороне от общей игры; за подростками, не имеющими возможности подойти к хохочущей компании одноклассников. Разумеется, большинство детей общаются со сверстниками с той же легкостью, что дышат. Но есть и те, кто задыхается от нехватки кислорода, который дают дружба и внимание сверстников. Из года в год я поражаюсь тому, насколько этим мальчикам и девочкам не хватает знаний и умений самых, казалось бы, элементарных: соблюдать адекватное расстояние при общении с другим человеком, смотреть на него, уметь слушать и задавать вопросы, хвалить и благодарить. Очевидно, что в таких случаях требуется специальная помощь психологов, и Яэль Авраам предлагает им специально разработанную ею программу работы.

В течение 8 лет я вела психотерапевтические группы по придуманной Яэль программе. Это были и смешанные (мальчики и девочки) группы для школьников, и группы, состоящие из одних девочек (самые сложные!). Последние четыре года с моей коллегой Фаней Мильберг я веду группы для первоклассников с задержкой развития. И каждый раз я не перестаю удивляться тому, насколько важно для человека – кем бы он ни был: мальчиком, девочкой, учеником престижной школы или дошкольником, посещающим специальный детский сад, – быть принятым в компанию других детей. И каждый раз я радуюсь, что могу ему помочь.

Не всем можно помочь за 12 встреч, конечно. Иногда проблема ребенка не только в отсутствии у него конкретных коммуникативных умений. Он может жить в холодной нарциссической атмосфере, он может получать от родителей двойные послания, приводящие его одновременно к высокомерию и жуткой неуверенности, он может быть вынужденным проводить почти все свое время в среде, где принято травить неудачника... Понятно, что такие случаи требуют сотрудничества с педагогами и глубокой терапевтической работы не только с самим ребенком, но и с его родителями. Но несмотря на то, что помочь можно не всем, многим мы все-таки очень помогли. В терапевтических группах дети проделывают грандиозную работу над собой: надо видеть, как расправляются их плечи, как смелеет их взгляд, как они начинают болтать друг с другом на переменах, как веселеют, присоединяясь к играющим сверстникам... Я просто влюблена в наши группы по развитию навыков общения и убеждена, что описанная в книге программа Яэль работает. И потому мне очень хочется поделиться ею со своими русскоязычными коллегами.

Конечно, книга эта адресована прежде всего психологам, но учителя и родители тоже найдут для себя немало ценной информации и, возможно, взглянут на некоторые вещи по-другому. Реально ли, работая только с ребенком, изменить его социальное положение, или это бессмысленно без подключения окружающих – других детей, педагогов, родителей? Действительно ли в группе всегда должен быть «козел отпущения» и откуда вообще взялся этот термин? Что такое сензитивность к отторжению и почему она так тяжело переживается? Что это за дети – раз за разом попадающие в группу «отверженных», и есть ли какие-то общие черты у их родителей?

На подобного рода вопросы вы найдете ответы в книге Яэль Авраам. И кем бы вы ни являлись – психологом, учителем или родителем отторгаемого сверстниками ребенка, я желаю вам мужества и мудрости. А всем российским детям я желаю крепких дружб и верных друзей, которые останутся с ними на всю жизнь!

*С самыми дружескими намерениями и пожеланиями, переводчик-любитель  
Галя Кац*

*Ребенок, не сомневающийся в любви родителей к нему, всю жизнь несет  
с собой чувство триумфа и ту уверенность в успехе, которая часто приводит  
к успеху реальному.*

*Зигмунд Фрейд*

Эта книга посвящается моим дорогим родителям.

Моему дорогому отцу, Авиноаму Цадоку, который сопровождал первые шаги создания книги, гордился ею, но так и не увидел ее выхода в свет.

И моей чудесной маме, Нили Цадок, – с пожеланием долгих лет жизни.

Я всегда знала, что они любят меня.



## Благодарности

Мне бы хотелось поблагодарить сайт «Психология иврит» за публикацию моих статей, которые частично использованы в этой книге. Отзывы, которые я получила на эти публикации, заставили меня обобщить результаты моих исследований и терапевтической работы и написать эту книгу.

Я очень благодарна доктору Орит Альфи – начальнику Психологической образовательной службы города Беэр-Шевы и моей замечательной подруге – за ее мудрые замечания в процессе создания книги и за моральную поддержку.

Благодарю своих клиентов – детей и взрослых, поделившихся со мной своей болью, позволивших мне быть свидетелем и помощником в непростом деле их социальной адаптации. Спасибо им за то, что они смело следовали моим рекомендациям на «поле боя», как могли, противостояли попыткам отторгнуть их, тем самым доказав, что всегда можно найти новые, не исследованные ранее дороги к кругу друзей. (Важное замечание – имена и фамилии клиентов изменены.)

Невозможно не поблагодарить моих многочисленных учеников-психологов (и, в частности, психологов Психологической службы города Беэр-Шевы), которые в течение многих лет воплощали в жизнь придуманные мной терапевтические подходы, на деле доказав, что, подходя к работе творчески, мы поможем каждому ребенку ощутить себя желанным в среде сверстников.

Спасибо моим дорогим детям – Ювалю, Ноа и Боазу. Вы всегда в моем сердце, и вы – мое главное достижение в жизни.

Мой любимый муж Ури, ты настоящий друг, ты мой первый читатель, поддерживающий все мои начинания и верящий в меня.

## Введение

*Ты скроена не из того материала,  
Что королева класса.  
И не то чтобы с тобой не было весело,  
Или ты была бы неостроумна,  
Или некрасива...  
Но вот тыходишь в класс,  
На всякий случай обняв саму себя,  
И думаешь, что никто не захочет сесть рядом.  
Поэтому ты садишься возле стены.  
Ты опираешься о стену,  
Выстроенную наполовину из твоих обид,  
Наполовину из уверенности в своей  
исключительности.  
А вдруг они любят тебя,  
Хоть ты и не опознаешь этих знаков?  
Твои глаза наполняются слезами...  
Или это мои глаза?  
Это мое старое, такое знакомое одиночество,  
Это мой архив дежавю.  
Я обещаю тебе, родная:  
Когда ты вырастешь,  
Ты выберешь себе другой класс.*

*Сагит Арбель Алон*

Кто из нас не хранит в памяти имена одноклассников, детей со двора или из спортивной секции, с которыми никто не хотел дружить? Детей, словно проклятых или прокаженных, к которым мы не приближались, чьи имена, фамилии, лица навсегда остались с нами? Вы помните, как их дразнили, издевались над ними, насмехались и как они реагировали?

*Я выросла в кибуце в те времена, когда дети содержались в детском доме, а не жили в семьях вместе с родителями. Мы вместе ели, вместе спали, вместе принимали душ. Все было общее, и мы почти все время были вместе. В нашем классе училась девочка, несколько непохожая на остальных. Собственно, она росла быстрее других, была самой высокой в классе. Не знаю почему, но воспитатели не любили ее, и эта их неприязнь передалась и нам, детям. Случай, который не выходит из моей памяти, произошел, когда мы учились в пятом классе. Я возвращалась с дежурства по кухне и услышала, как дети из моего класса, и более младшие хохочут и кричат: «У нее менструация! У нее менструация!» Оказалось, что эта девочка впервые обнаружила кровь на трусиках и не знала, что это, испугалась, не понимала, что теперь делать. (Стоит сказать, что воспитатели и учителя никогда не говорили с нами о половом развитии, никто не объяснял, чего ожидать девочкам в подростковом возрасте и как следует себя вести.) Девочка просто бросила испачканные в крови трусики в корзину для стирки, как это было принято в детском доме, и отправилась в душ. Воспитатель, обнаружившая в корзине трусы со следами крови, достала их, в гневе кинула на пол в душевой комнате и начала ругать девочку за «плохое поведение». Картина, врезавшаяся мне в память и не дающая мне покоя: несчастная, забитая в угол высокая неуклюжая девочка, завернувшаяся*

*в полотенце и рыдающая от безысходности...* (Рассказывает Сара, 60 лет, в настоящее время консультант в школе.)

Подобные случаи задерживаются в памяти, будучи эмоционально ярко окрашенными, и всплывают вне зависимости от того, были ли мы активными или пассивными участниками событий, обиженными или обидчиками, отверженными или отвергающими.

*Учился в моем классе мальчик по имени Даниэль. Он был какой-то другой, отличался от всех нас. На переменах он всегда ел бананы, причем переспевшие. Мои одноклассники просто обожали его дразнить и доводить до белого каления. Когда мы выводили его из себя окончательно, он кусал свою ладонь и кричал. Детей это забавляло, и они снова и снова проделывали это: дразнили его – он кусал свою руку и кричал. Помню, как-то раз мы нарисовали на доске карикатуру и подписали: «Даниэль – осел!» Удивительное дело: столько лет прошло с тех пор, и я не помню имен ни одного из мальчишек моего класса, кроме Даниэля! (Рассказывает Йонатан, преподаватель, 65 лет.)*

Парадоксально, не правда ли? Мы помним имя того, кто когда-то обладал для нас нулевой ценностью, был никем. Почему же с годами он занял важное место в наших воспоминаниях, обрел смысл – почему так происходит?

*Я помню одного мальчика из нашего микрорайона. Он был моего возраста, но не учился вместе со всеми в школе, а подрабатывал. Всякий раз, когда он пересекал наш двор, ребята дразнили его, кидали в него камнями и кричали: «Сумасшедшая жаба!» Обычно он стремительно убегал, но иногда останавливался и в ответ на наши крики сам кидал в нас камнями... (Рассказывает Нахмия, 75 лет, в настоящее время он на пенсии, но работает в школе в качестве волонтера.)*

Взрослые, которых просили рассказать о значимых для них школьных впечатлениях, почти всегда говорили о травматическом влиянии подобных случаев, о том, что какие-то из них стали поворотными моментами в их жизни (McDougall et al., 2001). Сила переживаемых в данный момент эмоций и яркая окрашенность рассказов о произошедшем давным-давно свидетельствуют о том, что подобные воспоминания являются для человека смыслообразующими и формирующими его самооценку. Согласно исследованию Дж. Сингер и коллег (Singer et al., 2012), именно такие воспоминания, содержащие яркие впечатления и несущие моральный посыл в конкретной или символической форме, влияют на последующее формирование личности, на цели, которые человек ставит перед собой во взрослой жизни. Пиллемер (Pillemer, 2001) утверждает, что эти воспоминания не остаются статичными, они не лежат в закромах нашей памяти как нечто неподвижное – напротив, они продолжают активно влиять на нашу жизнь и в какой-то степени изменяются сами. Когда мы встречаемся во взрослой жизни с событиями, похожими на те, что происходили с нами в детстве, мы пересматриваем свои воспоминания и переоцениваем их заново.

*Я вспоминаю одну девочку, которая была моей одноклассницей... Неухоженная, неряшливая, она всегда была в стороне. Никто не хотел с ней играть. Она вечно плакала. Как-то раз ее мама пришла в школу, что дало нам дополнительный повод насмехаться над несчастной. В учебе она была слаба, да к тому же никогда не выполняла домашние задания. Учителя часто кричали на нее за это, задавая и нам, детям, тон общения с этой неумехой. Можно сказать, что учителя были активными обидчиками, даже лидерами в отторжении бедняжки от общества. Когда я думаю о ней сегодня, мне становится невыносимо грустно. Я работаю*

*учителем и вижу защиту детей от социальной изоляции, от обид сверстников и взрослых одной из основных своих задач. Когда я выступаю перед родителями своих учеников, я всегда говорю, насколько социальная адаптация ребенка важна для него, как важно уметь дружить, быть внутри группы, быть принятым. Когда я говорю об этом, образ несчастной девочки из моего детства стоит у меня перед глазами. (Рассказывает Сигалит, 35 лет, учитель.)*

Встречаясь с учителями, психологами, психиатрами и психотерапевтами всех мастей, я многократно отмечала, насколько важными для самоопределения этих людей оказались важны детские воспоминания о детях, с которыми никто «не водился». Многие участники групп рассказывали, что они стыдятся своего поведения, до сих пор испытывают чувство вины, думают об этих девочках и мальчиках, гадают о том, что произошло с ними в дальнейшем. Эти воспоминания в конечном итоге стали поворотными в их выборе профессии.

*Когда я училась в четвертом классе, была у нас девочка по имени Рухама, темнокожая и очень высокая. У нее не было ни одной подружки, и никто не хотел сидеть с ней за одной партой. Она всегда сидела одна. Однажды классный руководитель попросил, чтобы кто-нибудь добровольно вызвался сесть рядом с Рухамой. Никто не захотел этого, а один мальчик из разряда популярных поднял руку и сказал: «Видите ли, никто не хочет сидеть рядом с этой вонючкой». Класс взорвался хохотом. Помню, как Рухама расплакалась, покраснела и выбежала из класса. Ни один человек не встал, чтобы защитить ее. Ни один, включая меня! И сегодня, когда я вижу детей, напоминающих мне Рухаму, я беспокоюсь о том, чтобы ни один из них не чувствовал себя так, как она... Я думаю о том, почему я участвовала в этой кампании по травле? Я чувствую себя виноватой. (Рассказывает Ханит, психолог, 45 лет.)*

Взрослые люди, пережившие в детстве эпизоды социального отторжения и изоляции, рассказывают о том, как этот опыт влияет на них до сих пор.

*До сегодняшнего дня я задаюсь вопросом – как это объяснить? Почему они не хотели со мной дружить? Почему отдалялись от меня? Почему относились ко мне так, как будто меня нет рядом с ними? Сегодня, когда я директор школы, я вспоминаю своих бывших одноклассников и говорю себе: «Ты – королева класса. Да, это именно ты!» И я обещаю себе и им, что мое положение отвергнутой никогда не вернется, я этого не позволю. Я смотрю на своих детей – дочку и сына – и вижу, насколько они прекрасны и любимы... Они еще малы, но моя тревога о том, чтобы они не повторили мой путь, страх того, что им придется страдать, очень велики. Я не позволю этому случиться. Иногда я смотрю на них, особенно на сына, и думаю, что, возможно, у него есть шанс стать лидером. (Рассказывает Исраэла, директор школы, 41 год.)*

...Многие годы я работаю школьным психологом. Сотни, тысячи бесед с учителями, консультантами, родителями. Всякий раз, когда речь идет о феномене социального отторжения, я физически ощущаю безысходность, которую переживают мои клиенты. Кажется, что основная мысль, которая овладевает ими, это: «Сделать ничего нельзя», «Нет сил». Люди никак не могут увидеть выход из ситуации, их охватывает оцепенение, они теряют всяческую уверенность в себе. Многие говорят: «Это нормально для группы – выбрать кого-нибудь “козлом отпущения”». Если бы не я, то им был бы кто-то другой». Я так не считаю.

***Своей книгой я хочу сказать: не стоит опускать руки! Мы можем сделать так, что группы будут жить без «козлов отпущения».***

Эта книга – результат одиннадцатилетней терапевтической работы с людьми, страдающими от одиночества и социальной изоляции. В книге я представлю все возможные терапев-

тические вмешательства в ситуацию социального отторжения в детской среде, расскажу об индивидуальной и групповой работе с детьми, о работе с их учителями и родителями. Я верю в то, что пережитый ребенком опыт отторжения и изоляции не обязательно окажется определяющим в его судьбе, что в наших силах изменить и улучшить его социальную жизнь.

В книге три части.

*Первая часть* посвящена описанию явления социального отторжения.

Во *второй части* (она состоит из трех глав) речь идет о работе непосредственно с ребенком – в ней представлены разные виды помощи ребенку, переживающему социальное отторжение. В первой главе описаны содержание и формы индивидуальной работы, во второй главе – программа работы с группой. В третьей главе говорится об особом случае – феномене гиперчувствительности к отторжению и работе с детьми, обладающими этой личностной особенностью.

В *третьей части книги* (в ней также три главы) речь идет о помощи ребенку не напрямую, а через работу с его окружением. В первой главе говорится о роли и возможностях педагога в помощи отвергаемым детям. Во второй – о том, что могут делать родители и как помочь им самим. Третья глава посвящена работе с социальной средой в целом, в ней описан опыт комплексного терапевтического вмешательства, включающего школу, учителей, родителей, класс и самого отвергаемого ребенка.



## Часть 1. Феномен социального отторжения

*В детстве у меня был точный, можно сказать, научный метод измерения популярности ребенка. Я называю его методом индюка. Вот он. Представьте себе группу мальчишек, возвращающихся из школы. Идут, хохочут, шутят, болтают, кричат. Обыкновенные дети. Вдруг у кого-то развязывается индюк.*

*Сейчас внимание! Если вся группа, даже те, кто шел впереди, остановились и ждут его – значит, он в порядке. Он внутри группы, он «принят», он свой. А что, если наоборот? Если никто не заметил и все пошло дальше?*

*И если только в конце восьмого класса, на выпускном, вдруг кто-то спросит: «А что стало с этим, ну, который со индюком?», то знайте – это про меня.*

*Давид Гроссман*

Человечество считает важным помещать ребенка в среду сверстников. По отношению к израильской жизни это утверждение архиважно. Здесь ребенок зачастую проводит большую часть своей жизни – с детского сада и до армии – в группе детей своего возраста. В нашем обществе единению с группой придается большое значение. Выражения «Возлюби ближнего, как самого себя», «Скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты» человек слышит чуть ли не с рождения. И вместе с тем родители, учителя, педагоги и психологи постоянно и повсеместно встречаются с явлением социального отторжения: в школах, в классах, в детских группах, в социальных сетях, в летних лагерях и в спортивных секциях.

Важно различать два статуса социального отторжения: есть дети *отвергаемые* и дети «невидимые». Отвергаемые дети подвержены активному воздействию со стороны сверстников: с ними не хотят сидеть, их не принимают в игру, их не приглашают на дни рождения и вечеринки, с ними не хотят быть в одной группе. Бывает, что детей дразнят, провоцируют, издеваются над ними, обзывают, бьют. Другое дело – «невидимые» дети, «прозрачные». Их просто не замечают. Их не бьют, не обижают, они просто не существуют для окружающих их сверстников (Hetherington & Parke, 1999).

Одна из моих клиенток, ученица старших классов, как-то сказала мне: «Я незаметна, как воздух. Ни один человек в классе не обращает на меня внимания, словно меня нет, как будто я не существую. Собственно говоря, мое положение хуже, чем у воздуха. Когда у человека нет воздуха, он чувствует, что ему его не хватает, он задыхается. А если меня не будет, ни единая душа не заметит моего отсутствия».

Эта девочка-подросток пришла к такому выводу после того, как ее «забыли» в туалете во время школьной экскурсии. Автобус с одноклассниками и учительницей уехал после санитарной остановки, и никто не обратил внимания на то, что этой девочки в автобусе нет.

«Невидимые» дети страдают не меньше, чем активно отторгаемые, и в обоих случаях необходимо психологическое вмешательство широкого спектра (помощь родителей, учителей, консультанта или психолога школы).

Результаты исследования, проведенного Министерством образования Израиля в 2016 году, свидетельствуют о наличии эпизодов насилия в школе. В опросах участвовали 26 тыс. учеников с четвертого по двенадцатый классы. Опрос проводился с 2009 по 2015 год. Учитывались эпизоды насилия как прямого, физического, так и вербального – такого как сплетни, лживые наговоры, бойкоты, запреты на участие в дружеских мероприятиях и вечеринках и другие такого же рода действия, свидетельствующие об исключении отдельных детей из социальной жизни класса и детской среды в целом. Данные исследования показывают, что 23 %

детей 4–6 классов, 19 % учеников 7–9 классов и 15 % учеников 10–12 классов хотя бы один раз были жертвами социального отторжения. Социологические опросы показывают, что с возрастом количество учеников, подвергающихся социальному отторжению, уменьшается. Вместе с тем есть публикации, свидетельствующие о том, что детям, прошедшим через социальное отторжение в раннем возрасте, впоследствии трудно выйти из статуса отвергаемых (*Cillessen et al.*, 2000). У них появляются дополнительные трудности – эмоциональные, учебные: они не хотят ходить в школу, плохо усваивают академические знания, обычно у них снижается уровень успеваемости и возрастает риск того, что они бросят школу. Кроме того, мы наблюдаем снижение самооценки, склонность к одиночеству, избегание контактов с другими. У подростков возможно появление симптомов депрессии и тревожности, а в особо тяжелых случаях – склонности к суициду. У детей, прошедших через социальное отторжение, впоследствии наблюдаются трудности с установлением контактов со сверстниками, они труднее адаптируются в новой ситуации. Они проявляют скептицизм в отношении ценности дружеских связей, ощущают себя незащищенными, и даже во взрослом возрасте (40 лет и старше) у них не формируется чувство принадлежности к группе. В отдельных случаях речь может идти о посттравматическом синдроме, а в совсем крайних случаях развивается склонность к асоциальному поведению (*Segrin et al.*, 2016).

Таким образом, мало того, что явление социального отторжения распространено в детской среде довольно широко, – оно еще и на протяжении всей жизни человека влияет на него. Очевидно, что психологическое вмешательство в подобные ситуации совершенно необходимо, причем на уровне индивида, семьи, группы и общества.

Существует четыре основных теории, описывающие явление социального отторжения. Поскольку причину возникновения этого явления все теории видят по-разному, то и предлагаемые ими подходы выглядят по-разному.

**Подход № 1.** Акцент – на *социальной компетентности ребенка*. Центральным фактором, отвечающим за социально-психологическую адаптацию к группе, считаются личностные свойства ребенка, его поведенческие особенности (*Coie*, 1990; *Cillessen & Bellmore*, 2011). В рамках этого подхода терапия строится на развитии социальных навыков – как в ходе индивидуальной работы, так и в группе детей с похожими проблемами (см. Ч. 2, гл. 1, 2).

**Подход № 2.** Акцент – на *динамических процессах, происходящих в группе*. В этом случае ответственность за отторжение лежит именно на группе, а основным направлением психологического вмешательства является работа с группой, к которой принадлежит ребенок (*Mikami et al.*, 2005; *Mikami et al.*, 2010; *Segrin et al.*, 2016). Эту задачу могут выполнять педагоги (см. Ч. 3, гл. 1).

**Подход № 3.** Корень проблемы – в ранних отношениях с родителями и в семейной ситуации в настоящее время (*Bowlby*, 1988; *Shaver & Mikulincer*, 2013). В свете этого подхода психологическая работа направлена *на семейную систему*, на взаимодействие с сиблингами и родителями и на формирование новых продуктивных схем взаимоотношений с ними (*Diamond*, 2003). О том, что могут сделать родители и как помочь им в этом (см. Ч. 3, гл. 2).

**Подход № 4.** Основное внимание обращается на *организацию окружающей социальной среды*, на воспитательные цели и прививаемые детям ценности, на убеждения конкретного учителя и его отношение к социальному отторжению. Все это означает работу со школьной системой, с педагогическим коллективом в целом и классным руководителем в частности. Прояснение и осознание транслируемых детям ценностей позволяет избегать проявлений социального отторжения (*Donohue et al.*, 2003; *Mikami et al.*, 2011). Об опыте подобной работы (см. Ч. 3, гл. 3).

Совершенно ясно, что явление социального отторжения многомерно. Соответственно, и терапия обязана быть многосторонней, охватывающей все относящиеся к этой проблеме сферы. Нельзя выделять отдельных участников и работать только с ними, необходимо подхо-

дить к ситуации комплексно. Однако каждая глава этой книги – это акцентирование внимания только на одном участнике процесса, изложение только одного из терапевтических подходов к проблеме. А в заключительной, седьмой главе представлен интегративный, объединяющий подход.

Меня часто спрашивают: на чем следует сосредоточиться в первую очередь – на ребенке, на группе, на школе или на семье? Ребенок, группа или семья – с чего начинаем вмешательство? Кой (*Coie*, 1990), ведущий американский исследователь феномена социального отторжения, предложил модель двухэтапного развития этого явления. На первом этапе мы наблюдаем зарождение отторжения, а на втором – уже продолжительную, стабильную социальную изоляцию.

Поначалу ребенок переживает отдельные эпизоды социального отторжения в группе сверстников или в семье. Это эпизодический опыт, не ежедневный. Например, мальчика исключили из игры в футбол, потому что он нарушал правила, но вечером позвали на пиццу в ту же компанию ребят. Или девочку не приняли в игру на первой перемене, а на следующей позвали играть вместе. В семье ребенок может почувствовать себя отвергнутым матерью, которая лишила его похода в кино, но вечером она сядет вместе с ним смотреть любимую передачу. Или братья не подпустили его к компьютеру, зато вечером починили ему велосипед и т. д.

В том случае, когда ребенок переживает случаи отторжения эпизодически, следует начать психологическое вмешательство прежде всего с наблюдения за самим ребенком и его поведенческими особенностями. Кой предполагает, что если поведение ребенка и его эмоциональные реакции изменятся, то группа или семья отреагируют на эти изменения и будут готовы принять его. В ситуациях, когда отторжение только зарождается, когда ребенок переживает лишь единичные эпизоды, рекомендуется начинать с индивидуальной работы с ребенком, помогая ему увидеть свои особенности и развить коммуникативные навыки.

Если же ребенок находится на этапе продолжительного социального отторжения, характеризующегося тем, что он чувствует себя исключенным из жизни в течение многих дней, а иногда и лет, предлагается работать с группой. Только групповая динамика может повлиять на ситуацию: группа детей или семья меняют свое отношение к ребенку, и тогда он, в свою очередь, меняет свое поведение. В случаях продолжающегося, хронического отторжения изменения в поведении ребенка не влияют существенным образом на отношение к нему группы. Обычно группа связывает их с реакцией на какое-нибудь событие: «Не верьте, что он изменился, просто он получил хорошую оценку на контрольной! Поэтому он так мил к нам сегодня». Вместе с тем ситуативные изменения, вызванные реакцией на внешние события, группа связывает с внутренними качествами ребенка: «Видите, он такой всегда. У него такой характер!» (*Hymel*, 1986)

Группа приписывает отторгаемому ребенку отрицательные качества, и в случаях, когда его поведение может трактоваться двояко, группа всегда проинтерпретирует его как «плохое» (*Hymel et al.*, 1990; *Mikami et al.*, 2010). Так, например, если он, проходя по классу, случайно задевает и роняет рюкзак другого ученика, группа сочтет, что он сделал это намеренно, нарочно. Если такое случится с любым другим ребенком, все скажут: «Он же не хотел этого делать, это вышло случайно». То есть члены группы ищут подтверждения своим подозрениям в плохих намерениях отвергаемого ребенка и не замечают фактов, говорящих об обратном (*Mikami et al.*, 2005; *Peets et al.*, 2007). Исследования показывают, что в случаях хронического отторжения, когда отвергаемый ребенок получает исключительно индивидуальную психологическую помощь и даже если его поведение реально меняется, но при этом с группой никто никак не работает, то социальный статус клиента не только не улучшается, но может и ухудшиться (*Beelman et al.*

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.