ИНОВАТИВНИ ПОДХОДИ ЗА СПРАВЯНЕ С ТОРМОЗА В УЧИЛИЩЕ: ТЕОРЕТИЧНИ ОСНОВИ И МОДЕЛИ

Нели Георгиева Пеева
ОУ „Атанас Манчев“, гр. Айтос

INNOVATIVE APPROACHES TO ADDRESSING BULLYING IN SCHOOLS: THEORETICAL FOUNDATIONS AND MODELS

Neli Georgieva Peeva
Atanas Manchev Primary School, city of Aytos

Abstract: *Bullying in schools is a serious problem that leaves deep traces not only on the psychological and emotional well-being of students but also on the overall atmosphere within the school community. This article examines the main characteristics and forms of school bullying, as well as its consequences for children. This issue requires a comprehensive approach that includes both preventive and intervention measures to ensure a safe and supportive environment for all students. Established international models and best practices for addressing the problem are presented, such as KiVa, Olweus, and the No Blame Approach, along with innovative methods applied in Bulgaria – such as the introduction of student mediators, the use of technological solutions, and partnerships with non-governmental organizations. The goal is to highlight possibilities for creating a more favorable school environment where every child feels accepted and protected.*

Keywords: *school bullying, prevention, innovative approaches, emotional intelligence, school environment*

Актуалност на темата

Проблемът с насилието и тормоза в училище е изключително актуален, тъй като пряко засяга емоционалното състояние и психичното здраве на децата. През последните години той се задълбочава и променя – агресията между ученици вече не се ограничава само до физически и вербални прояви, а често се пренася и онлайн – в социалните мрежи, чатове и платформи за споделяне на съдържание. Това я прави още по-интензивна и по-трудна за установяване и контрол. За съжаление, тормозът вече не е единично явление, а част от ежедневието в много училища.

Както основателно отбелязва доцент д-р Мария Дишкова, ако преди подобни прояви на агресия се виждаха предимно в сцени от американски филми, днес те са част

от реалността, белязана от липса на уважение към училището, отслабване на ценностите и нарастващо напрежение в ученическата среда [1].

Все по-ясно е, че превенцията не търпи отлагане. Училището трябва да бъде място, където всяко дете се чувства сигурно, прието и спокойно. За да се случи това, е нужна съвместна работа от страна на учителите, ръководството и цялата училищна общност. Необходимо е да се търсят и прилагат нови и ефективни решения, които не просто реагират при инциденти, а изграждат среда на взаимно уважение, емпатия и съпричастност.

Семейството също играе ключова роля в този процес. Когато липсва стабилна и подкрепяща домашна среда и децата се формират под влияние на онлайн културата – например чрез платформи като TikTok – рискът от проява на агресивно поведение се увеличава. Затова превенцията трябва да бъде споделена отговорност.

Теоретични основи за разбиране на тормоза в училище

Тормозът в училище е проблем, който засяга много деца и може да се прояви в различни форми. Най-общо, това е повтарящо се и умишлено поведение, което причинява болка или страдание на друг човек. То може да бъде физическо, вербално, или по-скрито – например чрез изключване от групата или разпространяване на слухове. Важно е да се подчертае, че тормозът не е просто еднократен конфликт между ученици, а системен модел на поведение, който кара жертвата да се чувства безпомощна.

Както отбелязва Дан Олвеус – един от първите изследователи в тази област – училищният тормоз представлява „негативно действие, което е умишлено, повтарящо се и включва дисбаланс на силите между извършителя и жертвата.“ [2][1].

Формите на тормоза са разнообразни – физически (бутане и удряне), словесни (обиди, подигравки), емоционални (изолиране, слухове), както и дигитални – чрез социални мрежи, чатове, разпространяване на клюки или дори кражба на онлайн самоличност [3].

Според проф. Пламен Калчев училищният тормоз е системна, злонамерена форма на агресия с траен характер, при която един или повече ученици използват сила или власт срещу по-слаб, който не може да се защити ефективно [4].

Проф. Румен Стаматов подчертава, че агресията не е нещо ново при децата, а тенденция, която се засилва. Насилието, жестокостта и бруталността, които се упражняват както върху деца, така и от тях, се увеличават с времето. Безразличието към насилието и липсата на чувствителност към болката и страданието стават все по-често обществено притеснение [5]. Затова проблемът не може да бъде пренебрегнат и изисква съвместна работа между училището и семейството.

Американският психолог Даниел Голман в своята книга „Емоционална интелигентност“ разказва за момче на име Джими, което проявява агресия още в началните класове. Според него подобно поведение в ранна възраст често води до сериозни проблеми в бъдеще – почти половината от тези деца проявяват престъпно поведение като тийнейджъри [6]. Това идва да покаже, че агресията не е безобидна фаза на развитието, а е ранен сигнал за бъдещи рискове, който изисква навременна и целенасочена намеса.

Добри практики и иновативни стратегии срещу училищния тормоз в световен мащаб

Училищният тормоз засяга деца от различни възрасти по целия свят. В отговор на това множество държави и организации разработват и прилагат доказани интервенции и програми, насочени към превенция и справяне с агресивното поведение сред учениците. Тези добри практики предлагат ефективни решения, които могат да бъдат адаптирани към спецификите и нуждите на българската образователна среда, за да се създаде по-безопасна и подкрепяща училищна атмосфера.

1. **Програма KiVa (Финландия)**

KiVa е програма за превенция и справяне с училищния тормоз, разработена в Университета в Турку, Финландия. Резултатите от прилагането ѝ показват значително намаляване на случаите на тормоз и подобряване на училищния климат. Моделът стъпва върху три основни елемента – превенция, интервенция и мониторинг [7].

2. **Програма Olweus (Норвегия, САЩ, Швеция)**

Програмата на проф. Дан Олвеус – пионер в изследванията за ученическия тормоз – е една от най-широко прилаганите и изследвани в световен мащаб. Тя представлява цялостен подход, насочен към трайно подобряване на училищната среда чрез действия

на ниво училище, класна стая, индивидуална подкрепа и работа в общността. Основните ѝ цели са да намали и предотврати тормоза, както и да създаде по-здравословни взаимоотношенията между учениците. Данните показват значително понижение на случаите на тормоз, по-добър социален климат в класовете и спад в асоциални прояви като вандализъм и бягство от училище [8].

3. **No Blame Approach (Германия, Великобритания)**

Този подход е насочен към възстановяване на взаимоотношенията, без да се търси виновник или да се налагат наказания. Вместо това цялата група ученици се ангажира с подкрепа на жертвата и промяна в поведението на извършителя. Подходът залага на доверието и способностите на децата да намерят ефективни решения и се прилага успешно във всички видове училища и възрастови групи [9].

4. **Възстановително правосъдие (САЩ, Канада, Австралия)**

Тази стратегия въвежда практики на възстановителен диалог след инцидент, при които срещите между жертвата, извършителя и общността помагат за осъзнаване на последиците от поведението и възстановяване на доверието [10]. В съвременната практика се прилагат различни варианти на възстановителен диалог и техники, които подпомагат решаването на конфликти и възстановяване на отношенията[2].

5. **Проект RADA- европейска инициатива за превенцията на тормоза**

Проектът „Рада“ е насочен към подкрепа на жертви на домашно насилие чрез предоставяне на информация и помощ с мобилно приложение и публични кампании. Освен това включва инициативи в училищна среда, които развиват социално-емоционални умения. Чрез образователни материали и кампании се повишава и осведомеността за домашното насилие [11].

Иновативни стратегии, прилагани в България чрез неправителствени организации и проекти

В България също се прилагат съвременни и ангажиращи подходи за справяне с тормоза, често в партньорство с гражданския сектор.

1. **Технологични решения**

Някои организации разработват и поддържат платформи за анонимни сигнали, достъп до психологическа помощ и образователни ресурси. Сред тях са „Билитис“ [12], „Сафенет“ [13], Фондация „Анимус“ [14], както и Националната мрежа за децата [15].

2. Училищни медиатори и свидетели

Фондация „Партньори – България“ организира обучения за ученици- медиатори, които помагат решаването на конфликти между връстници [16]. Прилага се и методът „Bystander Intervention“, при който свидетелите на тормоз се учат как да реагират адекватно и подкрепящо [17].

3. Превантивни механизми чрез изкуство и филми

Прожекции на образователни филми като „Прасето“[3] се използват като средство за предизвикване на емоции и дискусии по темата за насилието. Подобни инициативи стимулират емпатия и изграждат чувствителност към проблема [18].

Модели за превенция и училищна интервенция

Справянето с тормоза изисква системен и устойчив подход с активното участие на цялата училищна общност. Моделът включва следните ключови елементи:

- Подготовка и обучение на учителите за разпознаване на рискови сигнали и позитивна дисциплина.
- Дейности с учениците – ролеви игри, тематични филми, проекти, развиващи емоционалната интелигентност и емпатия.
- Работа с родители чрез срещи и съвместни инициативи.
- Ясни училищни правила и подкрепа при инциденти.
- Надграждане и устойчивост чрез интегриране в училищната култура.

В Основно училище „Атанас Манчев“ в Айтос моделът се реализира в пет етапа: подготовка, диагностика чрез анкета, провеждане на дейности (седмица „Мисия Доброта“, „Дърво на добротата“, образователен филм, изложба, ролеви игри), включване на общността и осигуряване на устойчивост чрез годишния план.

Изводи и препоръки

Тормозът е сериозен проблем, изискващ цялостен подход и ангажираност на всички в училището. Ефективните модели насърчават емпатия, диалог и сътрудничество, като акцентират върху превенцията и подобряване на училищния климат.

Препоръчва се:

- Редовно обучение на учители и ученици за разпознаване и реакция при тормоз.
- Прилагане и адаптиране на международни програми (KiVa, Olweus, No Blame Approach).
- Активно включване на родители и общност в инициативи.
- Развиване на политики, фокусирани върху възстановяването на отношенията.
- Насърчава се участието на учениците в групи за решаване на конфликти и за творчески дейности.
- Използването на дигитални платформи за сигнализиране и подкрепа.

Справянето с тормоза не е еднократна кампания, а постоянен ангажимент, основан на култура на уважение и грижа. Важно е всяко дете да знае, че не е само. Следващата стъпка е фокус върху конкретни училищни дейности, които превръщат теорията в преживяване.

Литература

[1] М. Дишкова, Взаимодействие между образователни и социални институции за преодоляване на девиациите в поведението на децата, Бургас: Университет „Проф. д-р Асен Златаров“, 2017.

[2] D. Olweus, Bullying at School: What We Know and What We Can Do., Oxford: Blackwell Publishers, 1993.

[3] Wikipedia Contributors, „Тормоз - Уикипедия“ Wikimedia Foundation, 30 ноември 2024. [Онлайн]. Available: https://bg.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%BE%D0%B7. [Отваряно на 26 април 2025].

[4] П. Калчев, Тормозът от връстниците в училище Метод за оценка, София: Издателство Изток-Запад, 2015.

[5] Р. Стаматов, Детската агресия, Пловдив: Издателска къща "Хермес", 2008.

[6] Д. Голман, Емоционална интелигентност, София: Издателство "Изток-Запад", 2011.

[7] Университет в Турку (Turku University), „KiVa Antibullying Program - Let's stop bullying together!,“ [Онлайн]. Available: https://www.kivaprogram.net/. [Отваряно на 1 май 2025].

[8] Clemson University, „Olweus Bullying Prevention Program (OBPPP) (2003-2023),“ 2003-2023. [Онлайн]. Available: https://clemsonolweus.org/. [Отваряно на 2 май 2025].

[9] fairaend e.V., „No Blame Approach,“ [Онлайн]. Available: https://www.no-blame-approach.de/. [Отваряно на 2 май 2025].

[10] К. Пранис, Малка книга за модела на кръга Един нов/стар подход за изграждане на мирни отношения, София: Ла Конференс ООД, 2020.

[11] Zonta International, „"Проект Рада - Зонта България",“ 2023. [Онлайн]. Available: https://www.zontabulgaria.com/%D0%BF%D1%80%D0%BE%D0%B5%D0%BA%D1%82-%D1%80%D0%B0%D0%B4%D0%B0. [Отваряно на 2 май 2025].

[12] Фондация "Билитис", „Фондация Билитис,“ 2022. [Онлайн]. Available: https://bilitis.org/. [Отваряно на 3 май 2025].

[13] Национален център за безопасен интернет, „Национална телефонна линия за онлайн безопасност за деца – SafeNet.bg,“ [Онлайн]. Available: https://www.safenet.bg/. [Отваряно на 3 май 2025].

[14] Фондация "Асоциация Анимус", „Фондация "Асоциация Анимус" – Център за възстановяване, консултиране, психотерапия и психоанализа,“ [Онлайн]. Available: https://animusassociation.org/. [Отваряно на 3 май 2025].

[15] "Национална мрежа за деца", „Национална мрежа за деца,“ [Онлайн]. Available: https://nmd.bg/. [Отваряно на 3 май 2025].

[16] Фондация "Партньори – България", „Комплексна училищна програма за ефективна превенция и противодействие на агресията и тормоза в училище,“ януари

2019. [Онлайн]. Available: https://partnersbg.org/wp-content/uploads/2019/01/PBF-Model-program-BG.pdf. [Отваряно на 3 май 2025].

[17] T. R. University, „Bystander intervention training,“ [Онлайн]. Available: https://www.rockefeller.edu/education-and-training/bystander-intervention/. [Отваряно на 02 март 2025].

[18] Национална мрежа за деца, „Новият филм на Драго Шолев разказва за агресията в училище,“ 29 януари 2019. [Онлайн]. Available: https://tinyurl.com/y267r2wr. [Отваряно на 3 май 2025].

За контакт с автора:
Нели Георгиева Пеева
e-mail: nel_nel13@abv.bg

[1] https://cyfs.unl.edu/cyfsprojects/videoPPT/4be692cfe65fcc54603331b9a484208c/160613-BPC-Olweus.pdf

[2] https://core-docs.s3.amazonaws.com/documents/asset/uploaded_file/886379/Teaching_Restorative_Practices_w_Circles.pdf

[3] https://www.youtube.com/watch?v=2BHVFhVGXIM