

We take matters of bullying very seriously, Mrs. Braverman.
Мы относимся к вопросам травли очень серьезно, миссис Брейверман.
Из сериала «Родители». Режиссер Лоуренс Триллинг и др.

Даже знаменитый «мальчик, который выжил» являлся объектом издевательств со стороны Драко Малфоя. Гарри Поттер едва не стал изгоем среди юных волшебников на которых давил своим авторитетом богатства и чистотой крови Драко. Что же помогло внешне слабому мальчику в очках избежать изоляции? Правильное построение своего окружения: равнодушные педагоги, искренние друзья и близкие, которые помогли осознать причины поведения Малфоя и выстроить объективное самовосприятие в школьном коллективе. О последнем и следует подумать всем нам – педагогам, родителям, детям.

Понятие.

Буллинг есть агрессивное поведение в отношении конкретного человека, проявляющееся в насилии, травле, преследовании. Признается как психологически жестокое избиение человека, при этом менее радикальные действия, такие как сплетни, обзывания, жестокие шутки не относятся к данному виду насилия и называются моббингом. Буллинг является как осознанной, так и неосознанной агрессией с повторяющимися актами насилия, единичные случаи ссор или игнорирования нельзя причислять к данному явлению. Но к буллингу относятся эпизоды регулярного физического избиения или мероприятия, способные довести до суицида или вызвать его попытку.

Условия для буллинга.

Буллинг является частью действительности, социальным явлением, которая возникает в тех коллективах, где личность обесценивается, а потребности в признании, принятии и понимании подвергаются существенной депривации. Последнее является состоянием психики индивидов, спровоцированное потерей возможности удовлетворения основополагающих жизненных потребностей.

В сложных и порой невыносимых для личности условиях вначале развивается апатия, которая со временем сменяется агрессией, как неосознаваемой попыткой сопротивления. Если человек воспитывается и находится в условиях, где ценность человеческого достоинства всегда выше соблюдения формальных правил и не существует директивных необоснованных запретов вероятность стать буллером или жертвой стремится к нулю.

Компоненты буллинга.

Буллинг включает четыре главных компонента:

- это агрессивное и негативное поведение;
- оно осуществляется регулярно;
- оно происходит в отношениях, участники которых обладают неодинаковой властью;
- это поведение является умышленным.

Формы буллинга.

Школьный буллинг можно разделить на две основные формы:

1. Физический школьный буллинг - умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных повреждений и др.;
2. Психологический школьный буллинг - насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональная неуверенность.

К этой форме можно отнести:

- вербальный буллинг, где орудием служит голос (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, дразнение, распространение обидных слухов и т.д.);
- обидные жесты или действия (например, плевок в жертву либо в её направлении); запугивание (использование агрессивного языка тела и интонаций голоса для того, чтобы заставить жертву совершать или не совершать что-либо);
- изоляция (жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью учеников или всем классом);
- вымогательство (денег, еды, иных вещей, принуждение что-либо украсть);
- повреждение и иные действия с имуществом (воровство, грабёж, прятанье личных вещей жертвы);

Новая разновидность школьного буллинга - кибербуллинг – жертва получает оскорбления на свой электронный адрес, унижения с помощью мобильных телефонов или через другие электронные устройства (пересылка неоднозначных изображений и фотографий, обзывание, распространение слухов и др.).

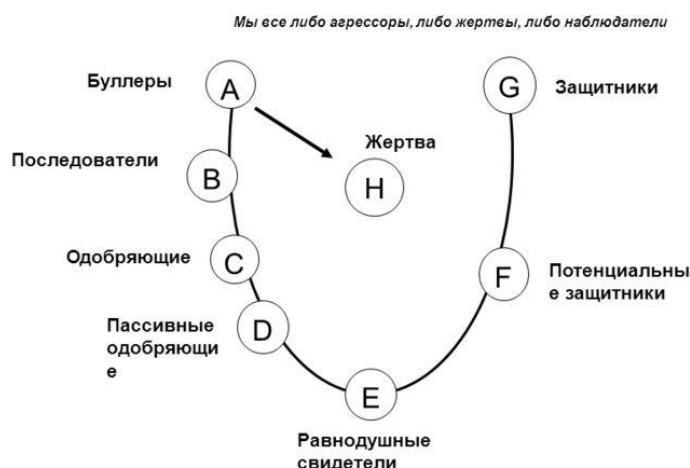
Процесс буллинга имеет свои возрастные, половые (гендерные) и иные психологические закономерности. По наблюдениям психологов у мальчиков буллинг сильнее всего выражен в начале учебного года, когда мальчики энергично борются за место в групповой иерархии, позже, когда этот процесс завершен и иерархия оформлена, буллинг ослабевает.

Мальчики и девочки пользуются разными формами буллинга. При этом, особенно опасен, по утверждению психологов, буллинг со стороны девочек. Мальчики, избирая какого-то ребенка «козлом отпущения», демонстрируют только лишь свое физическое превосходство, то девочки начинают против своих жертв настоящую психологическую войну.

Сплетни, вербальные оскорбления и бойкоты являются наиболее часто встречающимися формами буллинга среди девочек. Повторяющиеся оскорбительные действия могут нанести вред физическому и эмоциональному развитию ребенка, против которого это направлено. Психологи обнаружили, что у детей, подвергшихся отвержению со стороны группы девочек, в будущем наблюдаются трудности в построении отношений, они склонны к гиперопеке собственных детей и часто становятся жертвами буллинга на рабочем месте.

Участники буллинга.
Буллеры (придумывают и возглавляют издевательства).
Наблюдатели (вроде в стороне от конфликта, но всё равно одобряют либо осуждают агрессоров).
Жертва.

Участники ситуации травли



Кто есть буллер?

Травля начинается, как правило, усилиями одного человека, который желает укрепить авторитет в кругу сверстников. Позже объект буллинга становится жертвой все большего количества сверстников и старшеклассников.

Почему же дети начинают травить более слабых сверстников?

Часто буллеры бывают из неблагополучных семей и пытаются выместить осознанное и неосознанное зло и обиды, накапливаемое в семье, на ком-то другом. Таким образом они восстанавливают чувство собственного достоинства.

Также нередки случаи, когда инициатором травли являются дети, которым все дозволено в семье. Слабость или же отсутствие родительского контроля и порицаний за серьезные провинности дают возможность ребенку чувствовать себя всемогущим. В итоге данный ребенок позволяет себе задира́ть других детей. Страх перед ответственностью для него не существует.

Буллерами могут быть и популярные дети в классе и их ближайшее окружение. При этом такие популярные дети могут быть отличниками и иметь положительный имидж. Травлей и давлением других детей они укрепляют свой и без того высокий авторитет в классе. В попытках доказать свой авторитет и иметь возможность общаться с популярными людьми школы некоторые асоциальные дети также начинают травить более слабых сверстников или учеников младших классов.

Кто есть жертва?

Продолжая рассматривать такое понятие, как буллинг, что это и каковы его причины, стоит упомянуть, кто наиболее подвержен этому. Стать объектом насмешек и издевок может каждый ребенок, особенно если у него имеются:

- физические недостатки;
- нетипичная для региона внешность: цвет волос и кожи, разрез глаз;
- проблемы со здоровьем;
- плохое зрение, вынуждающее школьника носить очки;
- плохая или слишком хорошая успеваемость;
- отсутствие модной одежды и дорогих гаджетов;
- неполная семья;
- низкий уровень дохода родителей.

Признаки столкновения ребенка с буллингом.

- порванная или испорченная одежда и обувь
- синяки и царапины, которые ребенок не может объяснить;
- нелепые отговорки на вопросы, откуда взялись телесные повреждения;
- сломанная техника, пропавшие вещи, быстрое исчезновение карманных денег;
- ребенок старается всеми правдами и неправдами избежать похода в школу, врет о плохом самочувствии;
- плохой аппетит, пропуск обедов в школе;
- бессонница и кошмары по ночам;
- нервный тик;
- энурез;
- низкая успеваемость, отсутствие интереса к учебе;
- постоянная подавленность, отсутствие друзей, низкая самооценка и социальная активность;
- попытки суицида;
- побег из дома.

Действия родителей жертвы

Прежде всего, нужно установить контакт с ребенком. Но если этого не происходит, а у вас имеются определенные подозрения, стоит попробовать самим начать разговор.

Опишите, какие конкретные перемены в поведении замечаете, но не давайте оценок, избегайте сарказма и поучений («дай сдачи» и т.п.). Дайте понять ребенку, что поддержите его и поможетете решить проблему.

Рекомендуемые фразы, которые помогут Вам начать диалог:

- «Я тебе верю». Это даст ребёнку понять, что вместе вы справитесь с проблемой.
- «Мне жаль, что с тобой это случилось». Это сигнал, что вы разделяете его чувства.
- «Это не твоя вина». Покажите ребёнку, что в этой ситуации он не одинок, многие его сверстники сталкиваются с разными вариантами запугивания и агрессии.
- «Хорошо, что ты мне об этом сказал». Докажите, что ребёнок правильно сделал, обратившись к вам.
- «Я люблю тебя и постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность». Эта фраза позволит ощутить защиту и с надеждой посмотреть в будущее.

Если вы заметили, что у ваших детей проблемы со сверстниками, нужно первым делом уведомить руководство школы. Возможно, учителя гораздо более осведомлены касательно сложившейся ситуации и помогут узнать обстоятельства конфликта.

Также нужно пообщаться и с родителями обидчика наедине, но обязательно стоит собрать доказательства травли — скриншоты угроз в социальных сетях, диктофонные записи, свидетельства друзей и одноклассников. Здесь важен и правовой аспект. Вполне возможно, что родители задиры займут противодействующую позицию. С имеющимися доказательствами возможно придется обращаться в соответствующие органы. Не следует разговаривать с задирой самим наедине. Это может быть преподнесено его родителями как нарушение прав ребенка.

В большинстве случаев конфликт можно разрешить, если доказать родителям обидчиков, что их дети поступают плохо. Если ребенка избили, обязательно следует обратиться в правоохранительные органы по месту жительства, снять побои и предоставить собранные доказательства травли.

Действия родителей буллера.

Чаще всего буллерами становятся дети, подвергающиеся насилию в семье, а также пережившие психотравмирующие моменты в прошлом. Но бывают случаи, когда буллер обладает высокой самооценкой вкупе со сниженной эмпатией и вполне осознаёт свои действия.

Если Ваш ребенок обижает других детей, первым делом нужно остановить его и создать условия, в которых он пересмотрит свое поведение. Суровые наказания лишь усугубят ситуацию, так как это станет причиной потери доверия ребенка к родителям.

Важно заменить желание унижать и избивать других на стремление быть более сдержанным и добрым к людям. Сфокусируйтесь на том, что привело ребенка к такому поведению и устраните все эти факторы. Нужно поговорить с детьми об их действиях и узнать, что побуждает их действовать так жестоко.

Но при этом нужно дать понять ребенку, что вы его любите и готовы простить, если он изменит свое поведение. Вознаграждайте за хорошее поведение и поддерживайте на пути к исправлению.

Обращение за помощью к психологу также будет эффективным. Специалист выявит основные причины, по которым ребенок задирает других детей и поможет ему исправиться.

Важно максимально быстро обеспечить ситуацию и внешние условия, препятствующие возникновению буллингу. В семье необходимо уделять достаточно внимания и обучать ребенка мирному взаимодействию. Также важно привить чувствительность к допустимому формату обращения и укоренить внутреннюю силу при самозащите.

Школьная система нуждается в переориентации своих ценностей с усвоения материала на личность каждого ученика. Психологический климат в классе, взаимопомощь учеников играют важную роль в профилактике буллинга. Сплочение коллектива, проведение классных часов с основами психологии и тренингами социальной коммуникации способствуют личностному развитию и укреплению позиции каждого ребенка.

Для прохождения онлайн – тестирования - оценки знаний для **получения свидетельства об участии в веб-семинаре** перейдите – <https://forms.gle/fPnyjR6AvEWQKBdN6>

Полезные материалы:

<https://ktonanovenkogo.ru/voprosy-i-otvety/bulling-shkole-kiberbulling-cto-eto-takoe.html>

<https://externat.foxford.ru/polezno-znat/shkolnyy-bulling>

<https://www.b17.ru/blog/71131/>

<https://psihomed.com/bulling/>