

Буллинг



Буллинг

(от англ. bullying – запугивание, физический и/или психологический террор в отношении ребенка со стороны группы одноклассников), – это форма жестокого обращения, когда физически или психически сильный индивид или группа получает удовольствие, причиняя физическую или психологическую боль более слабому в данной ситуации человеку.

Признаки буллинга:

- ▶ **Неравенство сил.**
- ▶ **Повторяемость.**
- ▶ **Неадекватно высокая чувствительность жертвы.**

Особенности буллинга:

- ▶ **Асимметричность.**
- ▶ **Преднамеренность.**
- ▶ **Регулярность.**
- ▶ **Неравенство сил.**
- ▶ **Групповой процесс (затрагивает широкий круг участников).**
- ▶ **Не заканчивается сам по себе.**
- ▶ **Негативное психологическое воздействие на всех участников.**

Цель буллинга: Затравить жертву, вызвать у нее страх, деморализовать, унизить, подчинить.



Виды буллинга:

- ▶ **Скрытый буллинг.**
- ▶ **Прямой буллинг:**
физический, сексуальный,
психологический.

Формы прямого буллинга:

- 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, плевки 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).
- 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.).

Роли участников буллинга:

- **Лидирующий нападающий.**
- **Дети, участвующие в травле.**
- **Ребенок жертва.**
- **Свидетели, подкрепляющие травлю.**
- **Свидетели –аутсайдеры.**
- **Защитники.**

Типы отвергаемых детей, **которые чаще всего подвергаются нападкам:**

- 1. «Любимчик».**
- 2. «Прилипала».**
- 3. «Шут» или «козел отпущения».**
- 4. Озлобленные.**
- 5. Непопулярные.**

Жертвой буллинга может стать любой ученик.

Возможные роли непопулярных школьников: «Шут», «Козел отпущения», «Покорная жертва», «Раб», «Белая ворона» «Озлобленные», «Непопулярные», «Агрессоры»: агрессор-нападающий, отвергаемый агрессор, «Ябеды».

ПОКОРНЫЕ

- им свойственна отрицательная «Я-концепция», часто представляют себя неудачниками, глупыми, стыдливými и непривлекательными людьми;
- могут находиться в одиночестве, не проявлять агрессии и отдаляться от группы школьников.
- страдают от низкого чувства собственного достоинства;
- интроверты, с плохо развитыми коммуникативными навыками.

АГРЕССИВНЫЕ

- сверхагрессивные и эмоционально нестабильные;
- легко раздражаются и впадают в состояние гнева, поддаются провокациям;
- не способны правильно интерпретировать намерения или высказывания;
- не используют агрессию в качестве инструмента для достижения цели;
- используют агрессию в качестве мести.

Выявление и диагностика буллинга

▶ В школе:

- ▶ **Первичные признаки: регулярные насмешки, высмеивания, участник драк, синяки.**
- ▶ **Вторичные признаки: одиночество, расстроен, депрессивен, часто плачет, ухудшение успеваемости.**

Выявление и диагностика буллинга

▶ Дома:

- ▶ **Первичные признаки:** возвращается с порванной одеждой и учебниками, есть синяки, порезы, царапины.
- ▶ **Вторичные признаки:** никогда не приводит домой сверстников, редко проводит время в гостях у одноклассников, нет ни одного друга с которым можно провести время, выглядит несчастным, плохо спит, не хочет идти в школу, требует или крадет деньги у родителей .

Последствия травмы для детей - жертв:

- ▶ Аффективные нарушения.
- ▶ Соматические нарушения.
- ▶ Когнитивные нарушения.
- ▶ Нарушение школьной адаптации.
- ▶ Поведенческие нарушения.
- ▶ Суицидные мысли и попытки.

Профилактика и предотвращение буллинга

- ▶ Информирование взрослых о проблеме буллинга, его механизмах и последствиях.
- ▶ Единые правила в отношении буллинга и скоординированные мероприятия по профилактике.
- ▶ Обучение педагогов.
- ▶ Групповые занятия с детьми.
- ▶ Оказание помощи жертвам буллинга.
- ▶ Взаимодействие с родителями.

Правила профилактики буллинга и суицида:

- ▶ Не игнорировать, не преуменьшать значение.
- ▶ Занять четкую и недвусмысленную позицию.
- ▶ Разговор с буллером.
- ▶ Разговор с жертвой буллинга.

Как понять родителям, что ребёнок стал жертвой буллинга?

Если ваш ребёнок:

- ▶ **неохотно идёт в школу и рад любой возможности не ходить туда;**
- ▶ **возвращается из школы подавленным;**
- ▶ **часто плачет без очевидных причин;**
- ▶ **никогда не вспоминает никого из своих одноклассников;**
- ▶ **очень мало говорит о своей школьной жизни;**
- ▶ **одинок, его никто не приглашает в гости, на дни рождения, , и он никого не хочет позвать к себе.**

В этом случае, возможно, ваш ребёнок стал объектом буллинга.

Как помочь своему ребёнку, ставшему жертвой школьного буллинга.

- Понять истинную причину происшедшего с ним;
- Убедиться, что ваш ребёнок действительно стал жертвой школьного буллинга;
- Сообщить об этом учителю и школьному психологу;
- Сообща найти пути выхода из сложившейся ситуации;
- Если ребёнок был сильно напуган и потрясён случившимся, не отправлять его на следующий день в школу;
- При сильно пережитом стрессе попытаться перевести ребёнка в другой класс или даже в другую школу;
- В случае развития посттравматического стрессового синдрома немедленно обратиться к специалистам;
- Ни в коем случае не игнорировать случившееся с ребёнком и не пускать всё на самотёк.
- Успокоить и поддержать ребенка словами: «Хорошо, что ты мне сказал. Ты правильно сделал»; «Я тебе верю»; «Ты в этом не виноват»; «Ты не один попал в такую ситуацию, это случается и с другими детьми»; «Мне жаль, что с тобой это случилось».

Список использованных источников.

- ▶ Алексеева И.А. Травля в школе: причины, последствия, помощь. [Электрон. ресурс] – Режим доступа: <http://psy.su/feed/2510/>
- ▶ Баркан Алла. Дедовщина в школе или школьный буллинг. [Электрон. ресурс] – Режим доступа: http://abarkan.ucoz.com/publ/dedovshhina_v_shkole_ili_shkolnyj_bulling/1-1-0-18
- ▶ Буллинг в школе: причины, последствия, помощь/ сост. Н.В. Котова – Минск: Красико-Принт, 2015. – 96 с.
- ▶ Кравцова М.М. Дети-изгои. Психологическая работа с проблемой. – (Психолог в школе). – М.: Генезис, 2005. – 111 с.
- ▶ Методические рекомендации по предотвращению буллинга (травли среди сверстников) в детских коллективах /Сост. А.Е. Довиденко и др. –Екатеринбург: «Семья детям», 2014.
- ▶ Кривцова С.В. Буллинг в школе VS сплочение равнодушных.- М.: ФИРО 2011



**Разрешение проблемы буллинга
в наших руках. Удачи НАМ!!!**