
Буллинг



Памятка для педагогов

Буллинг(англ. bullying, от bully — хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник) — это систематическое, регулярно повторяющееся насилие, травля со стороны одного школьника, подростка или группы подростков в отношении отдельного подростка, который не может себя защитить.

Буллинг- это психологический террор он всегда преследует цель — затравить жертву, вызвать у нее страх, деморализовать, унижить, подчинить. Обидчики дают ребенку неприятные прозвища, обзывают, бойкотируют, угрожают, отбирают личные вещи или намеренно портят их, бьют или пинают, заставляют делать неприглядные и оскорбляющие достоинство действия, распространяют лживые сведения, сплетни и слухи, исключают ребенка из круга общения, совместных занятий, общения, игнорируют и т.д.

Буллинг не зависит от пола, роста, национальности или предпочтений. Повод может быть самым разным. Поэтому пострадать от буллинга может любой подросток. При этом зачастую могут даже отсутствовать какие-либо конкретные основания для агрессии. Объектом буллинга чаще всего выбирают тех, кто отличается от других детей и не может себя защитить.

Чем отличается моббинг от буллинга?По сути моббинг и буллинг схожие понятия — это травля. В то же время буллинг отличается от моббинг-буллинга тем, что в роли преследователя выступает не группа подростков, а конкретный подросток, который имеет авторитет.

Интернет-травля может осуществляться также через показ и отправление резких, грубых или жестоких текстовых сообщений, передразнивание жертвы в режиме онлайн, размещение в открытом доступе личной информации, фото или видео с целью причинения вреда или смущения жертвы; создание фальшивой учетной записи в социальных сетях, электронной почты, вебстраницы для преследования и издевательств над другими от имени жертвы и т.д.

Интернет-травля отличается от других видов насилия тем, что позволяет обидчику сохранить анонимность и вероятность быть непойманным.



Последствия буллинга

Последствия травли печальны: жестокое обращение деформирует психику ребенка и может быть причиной патологических нарушений, возникновения социально опасных форм поведения насильственного, суицидального и зависимого характера. Подростки, подвергшиеся моббингу и буллингу думают, что вся проблема в них, что они виноваты в том, что с ними так обращаются, и поэтому комплексуют.

Полученные в школьном возрасте психологические травмы могут обернуться вполне серьёзными взрослыми проблемами. Психологи считают, что травля в школьные годы не проходит бесследно для всех ее участников и её последствия сказываются почти на протяжении всей жизни человека. У зачинщиков и преследователей формируются асоциальные черты, они склонны к зависимостям, подвержены чрезмерной тревожности и депрессиям.

На что стоит обратить внимание взрослому?

Часто случается так, что подростку стыдно или просто не хочется рассказывать родителям/педагогам о том, что его преследуют сверстники. Насторожить должны такие проявления в поведении ребенка/подростка, как:

- страх и нежелание идти в колледж, поиск любой возможности не ходить на занятия,
- возвращение подростка из колледжа подавленным;
- частый плач без очевидных причин;
- подросток никогда не вспоминает никого из одноклассников;
- очень мало говорит о своей студенческой жизни, одинок;
- его никто не приглашает в гости, на дни рождения, и он никого не хочет позвать к себе.

Помимо этого, родители/педагоги должны обратить также внимание и на изменения в поведении их ребенка, ставшего вдруг агрессивным, обидчивым, раздражительным и даже нелюдимым, не желающим поддерживать разговоры.

Прекратить буллинг можно только всеобщим «нет». «Нет» преподавателей, родителей и самих учащихся.



КАК ПОМОЧЬ ПОДРОСТКУ НЕ СТАТЬ ЖЕРТВОЙ БУЛЛИНГА

Прежде всего, родителям и педагогам надо знать:

- что никакой гарантии, что их ребенок не попадет в группу риска по «дедовщине», у них нет. Поэтому любого ребенка, начиная с первого класса, необходимо предупредить, что его могут дразнить и высмеивать одноклассники, и не только дразнить, но и даже бить.

Если же в самом деле что-либо из этого с ним вдруг произойдет, **он тут же, немедленно, должен рассказать об этом учителю и родителям.**

Для того чтобы как-то предотвратить попадание ребенка в группу риска по школьному буллингу, посоветуйте ему:

- не пытаться выделяться среди других, если нет для этого повода.
- не хвастаться ни своими успехами, ни своими родителями, ни своими электронными игрушками.
- не зазнаваться и не задиаться.
- не показывать свое превосходство над другими.
- не демонстрировать свою элитарность.
- не ябедничать и не подлизываться к учителям.

не игнорировать «решения» класса, если они не противоречат нравственным нормам человека, короче говоря, не плыть против течения своего «коллектива».

- не давать повода для унижения чувства собственного достоинства.
- не демонстрировать свою физическую силу'.

- не взывать к жалости окружающих в связи со своими хроническими заболеваниями или какими-то физическими дефектами. Не показывать свою слабость.

Посоветуйте еще также ему:

- найти общий язык с каждым учеником в своём классе.

-

Если студент подтвердил Вам в разговоре, что он *жертва* буллинга.

- ***Я тебе верю*** (это поможет ребенку понять, что Вы в состоянии помочь ему с его проблемой).
- ***Мне жаль, что с тобой это случилось*** (это поможет ребенку понять, что Вы пытаетесь понять его чувства).
- ***Это не твоя вина.*** (дайте понять ребенку, что он не одинок в подобной ситуации: многие его сверстники сталкиваются с разными вариантами запугивания или агрессии в тот или иной момент взросления).
- ***Хорошо, что ты мне об этом сказал*** (это поможет ребенку понять, что он правильно сделал, обратившись за помощью и поддержкой).
- ***Я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность*** (это поможет ребенку с надеждой посмотреть в будущее и ощутить защиту).