

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, унижить, подчинить.



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.**

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 травли 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 возможностью 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».



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