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	АГРЕССИВНЫЕ
им свойственна отрицательная «Я-концепция», часто представляют себя неудачниками, глупыми, стыдливыми 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.**	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 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 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 сложившийся 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. Ктотова – 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 неравнодушных.- М.: ФИРО 2011



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