

ПОДРОСТКОВЫЙ БУЛЛИНГ. КАК НЕ СТАТЬ ЖЕРТВОЙ? СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ.



Педагог-психолог: Боярских Ю.С.

Определение «буллинга» - школьной травли

И. Н. Кон: «буллинг – это запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе».





Виды буллинга:

❖ Психологическое (моральное) насилие:

вербальный насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания и необъективные оценки, высмеивание, унижение в присутствии других детей, угрозы физической расправы, шантаж, угроза пожаловаться взрослым, перестать дружить, вымогательство, доносительство, клевета на жертву, придирки, оскорбления, обзывательства, дразнилки.

❖ **Социальное исключение:** бойкот, отторжение, изоляция, отказ от общения с жертвой (с ребенком отказываются играть, заниматься, не хотят с ним сидеть за одной партой и т.д.);

❖ **Кибербуллинг** – очень популярное среди подростков. Проявляется в травле при помощи социальных сетей или посылании оскорблений на электронный адрес. Сюда входит съемка и выкладывание неприглядного видео, фотографий, оскорбительных текстов в общий доступ.

❖ **Физическое насилие:** избиение, нанесение удара, подзатыльники, порча и отнимание вещей, воровство.

❖ **Сексуальное насилие.**

❖ **Экономическое насилие:** порча имущества, отбирание денег, вымогательство.

БУЛЛИНГ УЧИТЕЛЕЙ:

❖ **Открытая и скрытая травля**
Открытой травлей считают порчу личных вещей или физическое насилие, то есть в таком случае факт нарушения прав можно задокументировать.

К скрытым формам относится обсуждение личной жизни или внешнего вида учителя между собой в его присутствии, напряжение, которое учитель ощущает в классе, когда раздаётся смех вроде бы без повода.



Травля учителей родителями:

С одной стороны, защищать ребёнка во что бы то ни стало — хорошее намерение, но с другой, так родители могут инициировать травлю, не осознавая этого. Всё потому, что это намерение основано не на уверенности, а на тревожности и недоверии.

Распределение ролей в буллинге:

Активное участие в буллинге всегда принимают три группы детей: жертва, агрессор и наблюдатели, защитники.

Травля начинается одним человеком, обычно он лидер в классе, успешный в учебе или же, наоборот, агрессивный неуч.

Наблюдатели, как правило, не испытывают удовольствия от буллинга, но вынуждены или включаться, или молчать из страха, что сами окажутся в роли жертвы.

Косвенные участники буллинга:

- Родители.
- Опекуны.
- Учителя.
- СМИ.

Защитники - это более смелые дети, которые встают на защиту жертвы.

Инициаторы травли – буллеры:

Цель буллеров: самоутвердиться, обрести авторитет в коллективе, они стремятся к вниманию, желают занять роль лидера класса.

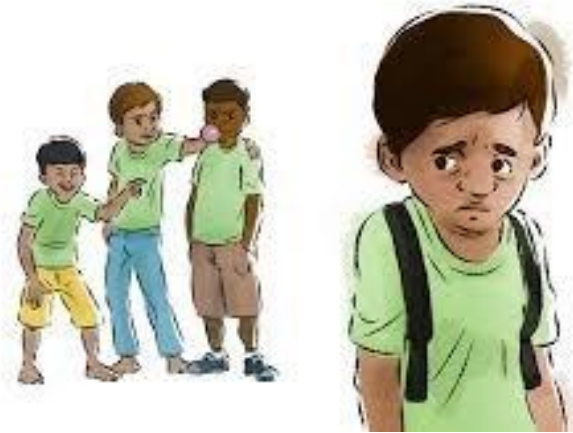
Авторитет буллеров поднимается не за счет личных достижений, а путем унижения других.

Девочки: действуют исподтишка, науськивая окружающих. Обладают злобой, враждебностью. Они уверены в своей внешности и никогда не испытывали чувства неловкости из-за того, что у них чего-то нет.

Мальчики: чаще всего из обеспеченных семей, ни в чем не знают отказа, на все их проделки родители закрывают глаза. Ребенок с детства привыкает, что все покупается и продается, а любое его действие не влечет последствий. Также из семей, где метод воспитания – жестокость и насилие.

Жертвы или объекты буллинга:

Часто становятся робкие, тихие дети, нередко физически слабые, дети с нестандартной внешностью, дети с заниженной или наоборот с завышенной самооценкой, новенькие, чувствительные, не способные постоять за себя, продемонстрировать уверенность, отстоять ее



Иногда жертвами становятся дети задиристые, эмоционально и болезненно реагирующие на любое замечание или просьбу.

Последствия буллинга

- психические травмы;
- расстройства психики;
- ассоциальное поведение;
- тревожные расстройства;
- ребенок становится агрессивным и тревожным;
- появляются трудности в поведении;
- подвержены депрессиям;
- риск суицида.



Психологические рекомендации жертвам буллинга:

- Сообщить о ситуации родителям, классному руководителю, школьному психологу: сообщить пути выхода из сложившейся ситуации.
- Повышать самооценку, уверенность в своих силах: -Посмотри в зеркало. Улыбнись себе! Говорите о себе только в позитивном ключе.
- Не зацкливайтесь на своих физических изъянах. Они есть у всех! Помните, что большинство окружающих вас людей этих недостатков не замечают, либо не догадываются об их существовании.
- Избегайте ситуаций, в которых вы чувствуете дискомфорт, и людей, с которыми вам не хочется общаться.



Скажите ребенку:

- 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 люблю тебя и постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность** (это поможет ребенку с надеждой посмотреть в будущее и ощутить защиту).

Как повысить авторитет своего ребёнка



- ❖ Научить не бояться своих одноклассников, у которых тоже есть проблемы;
- ❖ Наладить контакты с родителями и учителями и с одноклассниками;
- ❖ участвовать в классных мероприятиях, в которые вовлекаются и родители.