

**О ПРОБЛЕМЕ
БУЛЛИНГА
В ДЕТСКОЙ
И ПОДРОСТКОВОЙ
СРЕДЕ**



Проблема буллинга - современная, остросоциальная. На нее нельзя закрывать глаза, ведь жестокость этих проявлений порой переходит все допустимые границы. Сегодня масштабы этого явления становятся все заметнее!

Буллинг - агрессивное преследование одного из членов коллектива со стороны другого, но также часто группы лиц, не обязательно из одного формального или признаваемого другими коллектива. Травлю организует один (лидер), иногда с сообщниками, а большинство остаются свидетелями. При травле жертва оказывается не в состоянии защитить себя от нападок, таким образом, травля отличается от конфликта, где силы сторон примерно равны.

Исследователи выделяют среди причин буллинга высокий уровень недоверия в обществе (подростки воспринимают мир как враждебную среду), нападки со стороны родителей и педагогов, проблемы в семье, возрастные кризисы (подростковые бунты), трудности с учебой и общением, а также вредные привычки (курение, алкоголизм и пр.).

ВИДЫ БУЛЛИНГА:

- ▶ **физический** - непосредственные физические действия в отношении жертвы (толчки, пинки, побои);
- ▶ **вербальный** - угрозы, оскорбления, насмешки, унижение;
- ▶ **социально-психологический** - буллинг, направленный на социальное исключение или изоляцию (сплетни, слухи, игнорирование, бойкот, манипуляции);
- ▶ **экономический** - вымогательство или прямой отбор денег, вещей, порча одежды;
- ▶ **кибербуллинг** - травля в интернете через социальные сети, электронную почту.

Кибербуллинг предполагает распространение слухов и ложной информации, взлом личных страниц, отправку негативных сообщений и комментариев. Является самым молодым и самым опасным видом буллинга, поскольку от него сложно защититься и найти источники, откуда исходит угроза.

Профилактика буллинга является первостепенной задачей, над которой работает система образования. Однако, несмотря на все усилия, педагогам не справиться с проблемой травли - необходим системный подход, помощь мам и пап учеников.

Пожалуй, самая главная задача - это создать атмосферу нетерпимости к проявлениям травли, принять действенные правила против буллинга. Особенно важно, чтобы эти правила принимались за аксиому всеми - и учителями, и учениками, и их родителями.

Психологическая обстановка в семье во многом определяет вовлеченность ребенка в школьную травлю.

Если родители подавляют или запугивают детей, либо это могут делать старшие бра-



тья/сестры, тогда такую модель отношений дети могут перенести в школу, стремясь возглавить властную иерархию.

Жертвой буллинга может стать абсолютно любой ребенок, вне зависимости от благополучности семьи, уровня развития. Поэтому важно, чтобы взрослые не оставляли без внимания случаи травли, даже если агрессия (пока) не направлена на их детей.

Стоит отметить, что зачастую сами дети занимают по отношению к буллингу пассивную позицию. Они считают, что любые действия, скорее, ухудшат ситуацию.

Позиция родителей к проявлениям буллинга очень значима для детей, в том числе и для подростков, которые, невзирая на собственный нигилизм, доверяют мнению мамы и папы и считают его авторитетным, ждут их оценки тех или иных действий.

Очень эффективно, когда родители поддерживают (искренне) участие ребенка в мероприятиях образовательного учреждения, которые развивают у детей социальную и коммуникативную компетенции, способность уважать мнение других людей и уметь объяснить свою позицию, эффективно сотрудничать в коллективе.



ПРОФИЛАКТИКА ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ

❶ Контролируйте, на какие сайты заходит ребенок - для этого есть специальные программы родительского контроля.

❷ Ограничивайте время проведения в интернете - скажем, часа в день вполне достаточно. Напоминайте ребенку, что социальные сети помогают контактировать на расстоянии, но не заменяют реальных встреч с друзьями и живого общения.

❸ Хорошо бы рассказать детям о гигиене поведения в соцсетях еще до того, как они заведут свою страницу.

Правила поведения просты:

❶ не выкладывать в интернет личные данные, которые могут привести к злоупотреблению злоумышленниками;

❷ нельзя откровенничать в Сети. Ребенок должен понимать, что чрезмерная открытость в публичном пространстве приведет к тому, что на его чувствах могут сыграть злоумышленники;

❸ закрыть доступ. Страница должна быть открыта только для друзей;

❹ держать пароли в тайне;

❺ развивать критическое мышление. Научите ребенка любую информацию перепроверять, сличать несколько источников, читать серьезную литературу, пользоваться энциклопедиями и другими надежными источниками;

❻ отличать соцсети от реальности;

❼ нельзя использовать общение в соцсетях для того, чтобы обидеть или оскорбить кого-то.



Если ребенок стал жертвой, но не говорит об этом напрямую, как распознать, что ваш ребенок подвергается насилию в школе?

Тревожными звоночками также станут изменения в поведении ребенка:

- ▶ потеря аппетита, нарушение сна, депрессия, беспричинные слезы и эмоциональные всплески, отказ ходить в школу, снижение успеваемости, резкое ухудшение состояния здоровья;

- ▶ отсутствие друзей и рассказов о них. Симптомом может быть и то, что ребенок не ходит ни к кому в гости и не приглашает домой никого, у него часто пропадают вещи и деньги, которые он якобы теряет;

- ▶ бесконечные синяки, царапины, порезы, вывихи и прочие физические свидетельства, испачканная и порванная одежда.

И, конечно же, необходимо поговорить с сыном или дочерью. К непростому разговору следует подготовиться. Психологи предлагают фразы, которые помогут начать диалог с ребенком.

- ✓ **«Я тебе верю».** Это даст ребенку понять, что вместе вы справитесь с проблемой.

- ✓ **«Мне жаль, что с тобой это случилось».** Это сигнал, что вы разделяете его чувства.

- ✓ **«Это не твоя вина».** Покажите ребенку, что в этой ситуации он не одинок, многие его сверстники сталкиваются с разными вариантами запугивания и агрессии.

- ✓ **«Хорошо, что ты мне об этом сказал».** Докажите, что ребенок правильно сделал, обратившись к вам.

- ✓ **«Я люблю тебя и постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность».** Эта фраза позволит ощутить защиту и с надеждой посмотреть в будущее.



КАК ВЕСТИ СЕБЯ РОДИТЕЛЯМ, ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК - ЖЕРТВА БУЛЛИНГА?



1. Заручитесь поддержкой классного руководителя и педагогов. Объясните им положение вещей и попытайтесь добраться до сути конфликта.

2. Чтобы не быть голословным, соберите доказательства травли: диктофонные записи реальных угроз и оскорблений, скриншоты, подтверждающие кибербуллинг (посты, SMS, распечатки звонков, сообщения в социальных сетях).

3. Если же есть реальная угроза жизни, здоровью или благополучию, то вместе со всеми собранными доказательствами нужно направиться в образовательное учреждение. Следующий уровень - правоохранительные органы.

4. Формируйте буферную зону. Помогите ребенку укреплять уже имеющиеся связи и строить новые, заводить друзей, которые могли бы прийти ему на помощь в беде, встать на его сторону или хотя бы сообщить учителям и взрослым о том, что происходит.

ЗАДАЧА РОДИТЕЛЕЙ

Защитить и поддержать ребенка, столкнувшегося с ситуацией травли, и научить его правильному, здоровому общению с окружающими людьми. Ребенок должен научиться говорить «нет», не поддаваться на провокации и манипуляции товарищей, знать, что в свои проблемы иногда правильнее посвятить взрослых, чем разбираться самостоятельно, и быть уверенным, что родные не отмахнутся от него, а помогут и поддержат в трудную минуту.

***Важнейший ресурс ребенка -
это родительская любовь и внимание, доверительное общение,
эмоциональный контакт,
умение открыто обсуждать возникающие
каждодневные трудности ребенка!***

