

Информация для учителей

ШКОЛЬНЫЙ БУЛЛИНГ ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И ПОМОЩЬ



Что такое буллинг?

Буллинг - это агрессия одних детей против других, происходящая чаще всего при неравенстве сил, агрессия имеет тенденцию повторяться, при этом ответ жертвы показывает, как сильно она задета происходящим. Относительно новый термин, обозначающий детскую жестокость.

*Заметное звучание проблема буллинга приобретает в подростковом возрасте в силу сложности и противоречивости особенностей растущих детей, внутренних и внешних условий их развития. Именно в это время, усвоив определенные паттерны поведения, например поведение «жертвы», подросток может следовать им всю последующую жизнь. При этом ситуация буллинга негативно влияет не только на «жертв», но и на «агрессоров», т.к. если проявление агрессии оказывается эффективным, то это может закрепиться в качестве стиля поведения в будущем. **Профилактика буллинга поможет снизить масштабы данного негативного явления, сократить количество вовлеченных в него «агрессоров» и «жертв».***



В ситуации травли всегда есть:

«Агрессор» - человек, который запугивает и преследует жертву.

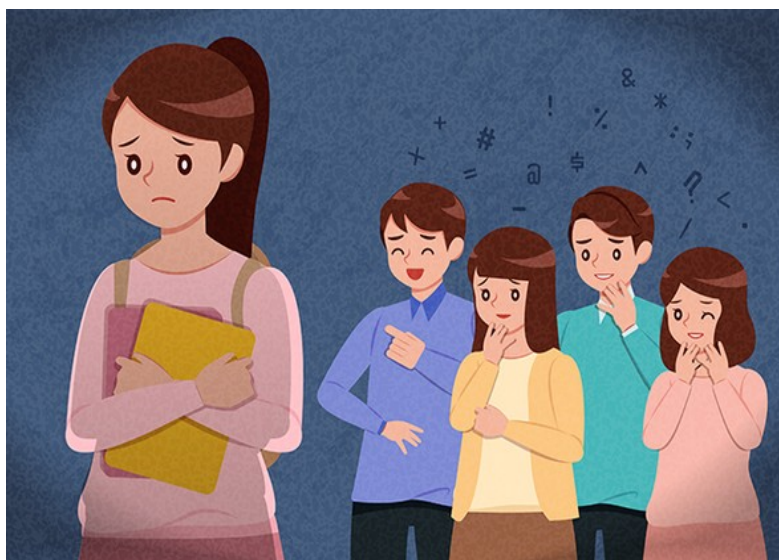
«Жертва» - человек, который подвергается агрессии.

«Защитник» - человек, находящийся на стороне жертвы и пытающийся оградить её от агрессии.

«Преследователи» - люди, участвующие в травле, начатой агрессором.

«Сторонники» - люди, находящиеся на стороне агрессора, непосредственно не участвующие в издевательствах, но и не препятствующие им

«Наблюдатель» - человек, знающий о деталях агрессивного взаимодействия, но соблюдающий нейтралитет.



Школьный буллинг можно разделить на две основные формы:

Физический буллинг - умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных повреждений.

Психологический буллинг - насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональная неуверенность. К этой форме можно отнести:

- *вербальный буллинг* (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, дразнение, распространение обидных слухов);
- *обидные жесты или действия* (например, плевок 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* - новая разновидность школьного буллинга - 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.).

Последствия буллинга



К последствиям травли относят нарушение социальной адаптации, высокий уровень тревоги, депрессии и суицидального мышления у жертв. Также для учащихся характерны низкая самооценка, чувство одиночества и изоляции. Трудности с концентрацией внимания и отказ посещать школу приводят к снижению академической успеваемости. Часто у жертв возникают психосоматические симптомы, такие как головные боли, боли в животе и др. Крайним вариантом выхода из ситуации травли является суицид.

Дети, являющиеся агрессорами, тоже сталкиваются с негативными последствиями: они имеют серьезные проблемы с успеваемостью, они усваивают, что подобными методами можно управлять окружающими. Хотя наблюдатели и не реагируют, но они, очевидно, тоже находятся под впечатлением от увиденного: они часто испытывают страх, находясь в школе, чувствуют себя беспомощными, потому что не могут остановить буллинг, могут также испытывать чувство вины из-за своего бездействия или из-за того, что они присоединились к буллерам. Это постепенно ухудшает школьные отношения, нормы незаметно меняются, в результате жертв больше не считают заслуживающими сочувствия атмосфера становится отчужденной и жестокой, - все эти факторы усложняют процесс искоренение буллинга в школе.

О классе в котором происходит травля, нельзя говорить, как о коллективе.

Объединение произошло не благодаря взаимной симпатии или общим интересам, а по необходимости. В такой группе нет динамики, отношения не развиваются. Сама ситуация травли приводит к искажению формирования личности детей. Именно достойное положение в группе сверстников, дающее ребёнку и подростку моральное удовлетворение, - основное условие для нормального психического развития.

Признаки буллинга:

- *кого-то зажимают в углу помещения, а когда взрослый подходит к группе детей они замолкают, разбегаются, резко меняют деятельность (могут «обнять» жертву, как будто всё в порядке);*
- *ребёнок стал хуже учиться;*
- *школьные принадлежности ребёнка бывают часто разбросаны по классу или спрятаны;*
- *на уроках ученик ведёт себя боязливо, скрытно, когда отвечает в классе могут распространяться смех, шум, помехи, комментарии;*
- *школьника постоянно обзывают, дразнят, дают обидные прозвища;*
- *во время перемены ребёнок держится в стороне от других школьников, скрывается, убегает от сверстников или старших учеников, старается находиться недалеко от взрослых и учителей;*
- *признаки насилия на теле или лице у школьника (ссадины, синяки, порезы, бледное или красное лицо), а также разорванная, испачканная одежда;*
- *ребёнок может трястись от испуга, страха, плакать;*
- *один из учеников не выбирается другими во время групповых игр, занятий, то есть находится в изоляции.*

В случае возникновения в классе буллинга учителю необходимо:

- Остаться спокойным и контролировать ситуацию в случае обнаружения буллинга в классном коллективе;
- Отнестись к случаю или рассказу о буллинге серьёзно;
- Оказать поддержку потерпевшему. Скажите ребёнку: я тебе верю, мне жаль что с тобой это случилось (это поможет ребёнку понять что вы пытаетесь понять его чувства), это не твоя вина (дайте ребёнку понять что он не одинок в подобной ситуации), я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность;
- Показать обидчику (агрессору, буллеру) своё отношение к ситуации. Дать возможность оценить ситуацию обидчику с точки зрения потерпевшего (т.е поставить себя на место жертвы), а также объяснить, каковы психологические последствия для жертвы в этой ситуации. Для того чтобы по возможности сам агрессор изменил свою позицию в отношении происходящего;
- Обсудить с ребятами в классе случай буллинга. Проведите разъясняющий разговор в классе. Вы можете не называть имен, но и так все и все поймут. Такой разговор лишит ситуацию насилия «тайны», сделает ее явной для всех, поможет разрешить конфликтную ситуацию, вместе обсудить имеющиеся правила против буллинга или выработать новые. Проинформировать педагогический коллектив, чтобы он знал о случае буллинга и мог взять ситуацию под контроль. В особо трудных случаях необходимо обратиться за помощью в комиссию по делам несовершеннолетних, центр психологического консультирования!



Привлекаем родителей для борьбы с буллингом

Несмотря на все усилия, педагогам не справиться с проблемой травли в одиночку – необходима помощь мам и пап учеников. Желательно всех, в первую очередь родителей агрессоров и жертв.

Для детей, ставших жертвами буллинга, характерно следующее:

- притворяются больными, чтобы избежать похода в школу;
- молчаливость, нежелание идти на разговор;
- боятся идти в школу и домой, просят проводить их на уроки, часто опаздывают;
- постоянные ссадины, синяки и другие травмы;
- снижение качества учебы, потеря интереса к любимым занятиям;
- явные симптомы страха: нарушение сна, аппетита, энурез, заикание, нервный тик, нелюдимость и скрытность;
- частые просьбы дать денег, воровство;
- суицидальные намерения (в крайней степени — суицид).

Если данные симптомы отмечаются постоянно, то стоит заподозрить неладное и провести небольшое следствие для установления причин, вызвавших изменение в поведении ребёнка.



План мероприятий по профилактике

Необходимо создать в классе такой психологический микроклимат, чтобы каждый ученик чувствовал себя в коллективе сверстников комфортно, спокойно и безопасно. Этому поможет работа в группах на доверие и взаимовыручку, объединяющие игры и разминки на переменах. В работе с учениками старших классов нужно делать поправку на их стремление к независимости. План мероприятий по профилактике буллинга должен включать в себя:

- совместную с детьми разработку и утверждение правил общения, которые отвечают принятым социальным нормам и делают учебный процесс эффективным;
- классные часы;
- беседы психолога с детьми, психологические тренинги, ролевые игры;
- создание кружков, клубов или студий, где могли бы реализовать себя дети с самыми разными склонностями;
- общешкольные квесты, конкурсы;
- мероприятия, способствующие сплочению детей;
- участие в благотворительных акциях домов престарелых, детских интернатов;
- чтение и обсуждение книг, где поднимается проблема травли, просмотр и обсуждение кинолент и презентаций на аналогичную тему;
- написание сочинений, эссе, изложений с элементами сочинения;
- театрализованные постановки;

Каждое из этих мероприятий должно развивать у детей социальную и коммуникативную компетенции, то есть способность уважать мнение других людей и уметь объяснить свою позицию, эффективно сотрудничать в коллективе, побуждать детей к сотрудничеству и дружбе.

