

«Школьная травля, как один из подводных камней школьной жизни»



Подготовила:
Педагог-психолог
Кузьмичева Е.Н.

Вопросы:

- что такое буллинг;
- кибербуллинг;
- как с этим бороться;
- как помочь своему ребёнку, попавшему в ситуацию травли как в качестве жертвы, так и в качестве обидчика, и в качестве свидетеля.

Буллинг

(bullying, от англ. bully - хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник)

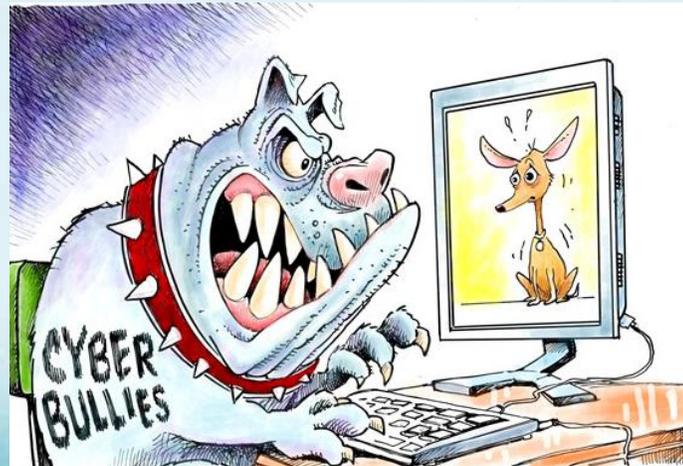
Буллинг – это длительное физическое или психическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, не способного защитить себя в данной ситуации.

Типы буллинга:

1. «косвенный»-социальная агрессия;
2. «физический»-непосредственный -агрессия с физическим насилием;
3. «поведенческий»- преследователь вынуждает жертву переносить оскорбительные и унижающие для неё чувства собственного достоинства; вербальная агрессия: сплетни, интриги, вымогательства, шантаж; возможны бойкоты жертве, различные «пакости» (похищение тетрадей с домашней работой)
4. «словесный»-унижение непристойными словами, обзывания кличками;
5. «кибербуллинг» -жертва получает оскорбления на свой электронный адрес или через другие электронные устройства.

Кибербуллинг

кибербуллинг (от англ. – cyberbulling) или интернет буллинг – травля в интернете через социальные сети, электронную почту. 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 очень сложно защититься и найти источники, откуда исходит угроза.



Причины и мотивы буллинга

- педагогические;
- психологические;
- семейные.
- зависть;
- месть;
- самоутверждение в классном коллективе;
- желание нейтрализовать соперника.



Как определить, что Ваш ребёнок стал жертвой травли?

- Ребёнок негативно относится к школе, использует любую возможность, чтобы туда не ходить;
- возвращается из школы подавленный;
- часто плачет без очевидной причины;
- ничего не рассказывает об одноклассниках и школьной жизни;
- нарушение сна и аппетита;
- синяки и ссадины на лице или теле, порванная одежда.



Кто участвует в травле?



Жертва

- Повод для травли может быть совершенно любой. Чаще всего жертвами становятся дети:
- с физическими недостатками или особенностями развития (сниженный слух или зрение, ДЦП и др.);
- неуверенные в себе, замкнутые, с повышенной тревожностью и низкой самооценкой;
- с особенностями внешности (веснушки, полнота/худоба и др.);
- с низким интеллектом и проблемами в учебе;
- «любимчики» учителей или, наоборот, изгои.
- Что объединяет всех жертв, так это невозможность противостоять обидчику, защитить себя, дать отпор.

Буллер

Потенциальный буллер – это человек:

- с низкой самооценкой, которую он стремится поднять за счёт унижения других;
- стремящийся быть в центре внимания любой ценой;
- агрессивный, жестокий, склонный к доминированию и манипулированию;
- чаще с проблемами в семейных и детско-родительских отношениях.

Агрессорами могут быть дети как из неблагополучных семей, так и из семей с высоким материальным положением

Наблюдатели

Это самая большая категория участников школьного буллинга. Наблюдатели – это те люди, которые оказываются вовлечены в ситуацию травли. Здесь, как правило, три варианта развития событий.

Либо наблюдатель встаёт на защиту жертвы, сам оказываясь под ударом и рискуя стать новой жертвой (вспомните мальчика из фильма «Чучело», защищавшего Лену Бессольцеву).

Либо наблюдатель занимает пассивную позицию, никак вмешиваясь в конфликт.

И третий вариант, когда наблюдатель активно поощряет агрессора и спустя какое-то время присоединяется к нему.

Чаще всего жертвами буллинга становятся дети (по мнению психолога Дана Ольвеуса):

1. тревожные, несчастные, с низкой самооценкой, не уверенные в себе
2. не имеющие ни одного близкого друга, предпочитающие общение со взрослыми людьми
3. пугливые, чувствительные, замкнутые и застенчивые
4. склонные к депрессии и чаще сверстников думающие о самоубийстве

Влияние буллинга на его участников и последствия

Что получают наблюдатели буллинга? Стыд и чувство вины за то, что не помогли жертве, проявили слабость.

И, конечно, самая тяжелая психологическая травма наносится жертве буллинга. Даже через много лет, будучи уже взрослыми, жертвы помнят все свои болезненные переживания, связанные с травлей.

Психологи отмечают, что школьный буллинг сравним по тяжести последствий для психики с семейным насилием.

У жертвы травли начинают проявляться психосоматические расстройства: частые головные боли, проблемы со сном и аппетитом, могут обостриться хронические заболевания.

Плюс к этому – депрессивные расстройства, повышенная тревожность, невротические проявления.

И самые серьезные реакции на буллинг – это когда ребёнок больше не может терпеть насмешки и издевательства и решает отомстить обидчикам с применением



Рекомендации родителям



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).

Прежде всего, понять истинную причину произошедшего 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.

Спасибо за внимание!

