

Буллинг (bullying, от англ. bully - хулиган, драчун, задира, грубиян) определяется как притеснение, дискриминация, травля.

Буллинг - это длительное физическое или психическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, не способного защитить себя в данной ситуации. Это форма жестокого обращения, когда физически или психически сильный индивид или группа таковых получает удовольствие, причиняя боль или насмехаясь, добиваясь покорности и уступок, завладевая имуществом более слабого. Пострадавшие склонны испытывать стыд и неуверенность в себе, но предпочитают не сообщать об издевательствах и унижениях.

Формы школьного буллинга могут быть различными:

- * систематические насмешки,
- * вымогательство,
- * физические и психические унижения,
- * различного вида издевательства,
- * бойкот и игнорирование,
- * порча личных вещей и др.

Существуют основные типы буллинга:

- **Физический.** Он проявляется побоями, иногда даже намеренным членовредительством.
- **Поведенческий.** Это бойкот, сплетни (распространение заведомо ложных слухов,

выставляющих жертву в невыгодном свете), игнорирование, изоляция в коллективе, интриги, шантаж, вымогательства, создание неприятностей (кража и порча личных вещей).

- **Вербальная агрессия.** Выражается в постоянных насмешках, подколах, оскорблениях, окриках и даже проклятиях.
- **Кибербуллинг.** Самое последнее, но очень популярное среди подростков. Проявляется в травле при помощи социальных сетей или посылании оскорблений на электронный адрес. Сюда входит съемка и выкладывание неприглядного видео в общий доступ.

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

- тревожные, несчастные, с низкой самооценкой, не уверенные в себе;
- не имеющие ни одного близкого друга, предпочитающие общение со взрослыми людьми;
- пугливые, чувствительные, замкнутые и застенчивые;
- склонные к депрессии и чаще сверстников думающие о самоубийстве;
- мальчики, физически слабее, чем ровесники.

Рекомендации учителям

Педагогам нужно создавать в классе полную нетерпимость к любым актам насилия. При этом крайне важно осуществлять наблюдение за всеми возможными местами свершения буллинга,

это могут быть класс, коридор, столовые и пр. Кроме того крайне важную роль играет проведение соответствующей воспитательной работы в классах, используя режим свободной дискуссии.

Особенности работы с агрессорами

Нужно учитывать, что при работе с буллерами (агрессорами) разрешается критиковать, а также корректировать поведение, но ни в коем случае не переходить на личности.

Санкции являются отличным средством, чтобы дать ребенку понять, чем может быть чреват его свободный выбор.

Неэффективные методы преодоления буллинга (что не надо делать)

- Переадресовать проблему родителям
- Провести мероприятие, акцию – вообще что-либо единовременное и краткосрочное
- Отправлять участников (жертву и буллера) к директору, требовать от буллера извинений
- Рекомендовать жертве не обращать внимания
- Неэффективный вызов жалости,
- Определение проблемы травли как личной проблемы жертвы,
- Долгие объяснения случившегося,
- Признание правомерности правил игры «бей или ударят», обвинения или наказания.

- Последнее — пример насилия уже со стороны учителей, поскольку наказывать можно, но в очень крайнем случае.

Эффективные методы включают:

- **Разговор с детьми младшего школьного возраста, порицание.** До 12 лет проблему буллинга в школе решить проще, чем со старшими детьми. В этом возрасте у школьников еще не сформированы моральные принципы, и они опираются на мнение учителя. Достаточно будет провести беседы со всеми участниками травли, показать неприглядность поведения агрессоров и выказать собственное негативное отношение к происходящему.
- **Влияние на агрессора извне.** После 12 лет моральные убеждения уже сформировались, и их будет не так просто изменить. Личность и авторитет взрослого отходят на второй план, а на первый выходит референтная группа ровесников. Поэтому действовать придется тонко, исподволь формируя общественное мнение.
- **Привлечение авторитетного союзника.** Сначала надо попробовать переубедить, объяснить недопустимость и неэффективность буллинга. Разговаривать с классом должен авторитетный для детей педагог или взрослый, потому что здесь все зависит от силы убеждения и внутренней веры в то, что говорится. Иначе все пролетит мимо ушей. Дети должны уважать этого человека, прислушиваться к нему. Если придет такой же по значимости для них учитель, вся беседа не будет иметь смысла.

План беседы с детьми должен содержать такие ключевые моменты:

1. Прямота. Называем проблему своим именем — это травля, гнобление. Не стоит ходить вокруг да около, дети этого не любят. Объясните, что травля — это проблема класса, а не конкретного человека. Насилие похоже на инфекционную болезнь, которой заболел коллектив, и нужно всем заботиться о здоровье внутри их группы. Отношения стоит содержать в чистоте так же, как лицо и одежду.

2. Смена ролей. Приведите пример таким образом, чтобы каждый почувствовал себя на месте жертвы. Этот метод можно применить наедине с агрессором или с учителями, если они не понимают серьезности происходящего: «Представь себе, что ты заходишь в класс, здороваешься, а от тебя все отворачиваются, что ты почувствуешь?» Объясните, что люди разные, и у каждого человека имеются особенности, которые могут раздражать других.

3. Введение новых правил поведения и ответственность. Предложите обучающимся, иницирующим насилие, взять на себя ответственность за новшества. Это поможет им сохранить лицо и выйти из деструктивной позиции. Что касается изменений, то они могут коснуться досуга в свободное школьное или внешкольное время.

4. Помощь специалиста. Пригласите психолога, чтобы провел специальные психологические игры, дающие возможность почувствовать себя на месте жертвы и осознать недопустимость буллинга.

Муниципальное автономное
общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2»



Памятка для педагога " Школьный буллинг "

педагог-психолог
Сакина Т.А.