

БУЛЛИНГ В ШКОЛЕ

(памятка для родителей)

Буллинг (bullying, от англ. bully - хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник) – длительный процесс сознательного жестокого отношения, физического, словесного и (или) психологического преследования со стороны одного или группы детей к другому ребенку (другим детям).

Буллинг – это систематическая травля более слабого ученика более сильным одноклассником (или коллективно).

Травля – это не игра, это насилие, а насилие может быть как физическим, так и психологическим. Если группа детей постоянно обзывает, высмеивает, дразнит одного и того же ребенка – это буллинг. Если кого-то постоянно игнорируют, не слышат, отказываются сидеть за одной партой или стоять рядом – это тоже буллинг. В настоящее время при травле все чаще используют интернет-технологии: смартфоны, приложения, мессенджеры и социальные сети – и буллинг превращается в кибербуллинг.

Многочисленные исследования доказывают, что буллинг имеет очень тяжелые последствия для становления личности и дальнейшей судьбы всех участников этой ситуации – и буллеров (преследователей), и жертв, и зрителей.

Как догадаться, что ребенок может быть буллером (преследователем)?

Вот сигналы, на которые следует обратить внимание.

- Ваш ребенок: - вспыльчив, неуравновешен (дерётся, обзывается, ябедничает, кусается).
- Приносит домой дорогие безделушки, имеет собственные деньги, не объясняя причину их появления.
- Группируется со старшими подростками.
- Проявляет жестокие наклонности.
- В мгновение ока переходит от довольства к злобе.
- В игре навязывает друзьям свои правила.
- Злопамятен на мелкие обиды, вместо того, чтобы забывать их.
- Игнорирует указания и легко раздражается.
- Ведет себя так, будто ищет повод к ссоре.
- Не уважает родителей или не считается с ними, особенно с мамами.

ЕСЛИ ВЫ УЗНАЛИ О ТОМ, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК ЯВЛЯЕТСЯ ПРЕСЛЕДОВАТЕЛЕМ

1. Преследователь не является плохим ребенком, а вы не являетесь плохим родителем. Преследователю нужно помочь и разъяснить, какой вред он причиняет своим поведением другим детям. Если вы чувствуете, что для поддержки своего ребенка вам

нужен совет, то смело обращайтесь к специалисту по поддержке в школе или каком-либо консультационном центре.

2. Для изменения поведения преследователя ему нужно четко объяснить недопустимость травли. Поведение, целью которого является травля, в любом случае недопустимо и должно прекратиться. Даже в том случае, если преследователь отличается очень хорошими или даже исключительными умениями, навыками, знаниями или поведением с другими людьми.

3. Травля не является естественной частью взросления. Дети, которые становятся жертвами травли, не становятся сильнее от этого опыта и не развиваются более успешно. Наоборот, травля может причинить жертве необратимый вред. Преследователи, в поведение которых не вмешивались, склонны в дальнейшей жизни чаще проявлять пренебрежение в отношениях с другими людьми или причинять противоправный ущерб.

4. Преследователем часто руководит страх, что его статус в классе или группе является неустойчивым. Он считает, что травля или ее организация помогают ему сохранить статус среди сверстников или завоевать их расположение. Зависимость от оценки сверстников является неизбежной возрастной особенностью, особенно сильно выраженной в переломном возрасте. Своим причиняющим вред поведением преследователь может пытаться отвлечь внимание от его собственных возможных «недостатков», таких как неуверенность, страх, чувство никчемности или неумение справляться со сложными ситуациями.

5. Поведение преследователя «поддерживается» зрителями, т.е. людьми, от мнения которых он зависит или мнение которых для него важно. Поэтому недостаточно просто осудить поведение, принимающее форму травли, – необходимо также обратиться к школе, чтобы совместно найти решения.

6. Крайне важно осуждать любое насилие или унижающее поведение. При этом необходимо учитывать, что ребенок классифицирует поведение как «правильное» и «неправильное» не столько на основе слов, сколько на основе реальности, которую он ежедневно видит и испытывает. Если дома говорят одно, а поступают по-другому, то дети склонны исходить из конкретного поведения, а не из слов. Например, если ребенка физически наказывают дома (что запрещено), то он может сделать из этого вывод, что бить разрешено. В таком случае слова родителя, что других бить нельзя, кажутся ребенку лицемерными.

Как догадаться, что ребенок – жертва буллинга?

Вот сигналы, на которые следует обратить внимание.

- Ваш ребенок: - не приводит домой кого-либо из одноклассников или сверстников и постоянно проводит свободное время дома в полном одиночестве.
- Не имеет близких приятелей, с которыми проводят досуг (спорт, компьютерные игры, музыка, долгие беседы по телефону).

- Одноклассники редко приглашают его на дни рождения, праздники, или он сам никого не приглашает к себе, потому что боится, что никто не придёт.
- По утрам часто жалуется на головные боли, расстройство в желудке или придумывает какие-либо причины, чтобы не идти в школу; - задумчив, замкнут, ест без аппетита, беспокойно спит, плачет или кричит во сне.
- У него наблюдается пессимистичное настроение, может говорить о том, что боится ходить в школу или покончит жизнь самоубийством.
- В его поведении просматриваются резкие перемены в настроении.
- Злость, обиду, раздражение вымещает на родителях, родственниках, более слабых объектах (младшие братья и сестры, домашние животные).
- Выпрашивает или тайно берет деньги, внятно не объясняя причину своего проступка (особую тревогу стоит проявлять в том случае, когда исчезают крупные суммы денег, дорогие вещи, украшения – деньги могут быть использованы на откуп от вымогателей, покупку алкоголя, наркотиков).
- Приходит домой с мелкими ссадинами, ушибами, его вещи выглядят так, словно кто-то ими вытирал пол; книги, тетради, школьная сумка находятся в аварийном состоянии.
- Выбирает нестандартную дорогу в школу.

ЕСЛИ ВЫ УЗНАЛИ О ТОМ, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК СТАЛ ЖЕРТВОЙ ТРАВЛИ

1. Помните, что травлю ничто не оправдывает! Никакое поведение, характер, национальность, строение тела, цвет волос, имущественное положение, навыки и знания или их отсутствие, одежда или привычки не оправдывают травлю.

2. Ребенок, который стал жертвой травли, не обязательно готов об этом говорить. Такая беседа заставляет ребенка вновь пережить неприятный опыт, поэтому при разговоре с ним нужно проявить максимальную деликатность.

3. Не принижайте значение происшедшего и воздерживайтесь от иронии, не предлагайте наобум решений и не обвиняйте. Избегайте таких фраз, как «Ничего страшного, справишься, пустяки!», «Ты уже не такой маленький, чтобы самому с этим не справиться!», «Ну и не общайся с ними!», «Не будь маменькиным сынком!» и т.п. Для ребенка очень важны его сверстники, и ему важно чувствовать их одобрение.

4. Только сам ребенок может оценить, чувствует ли он себя хорошо и в безопасности или что чье-то поведение несет для него угрозу. Событие, маловажное с точки зрения родителя, может казаться ребенку непреодолимо тяжелым переживанием.

5. Ответственность за случаи травли несут не только школа и учителя. Хотя родителям может казаться, что учителя могут или должны уметь контролировать все происходящее в школе, на практике это все-таки невозможно. В течение дня все равно возникают ситуации травли, которых работники школы не видят и им не становится о них известно.

6. Занимаясь проблемой травли, осознавайте страх ребенка. Ребенок может обоснованно чувствовать неспособность родителей и учителей окончательно и сразу

решить проблему, потому что ребенок не всегда находится в их обществе. Также имеется риск того, что откровенный рассказ ребенка о его проблеме подвергнется осуждению со стороны сверстников.

7. У всех есть право и обязанность незамедлительно остановить травлю. Конфликты могут возникать между любыми детьми, но травля как систематическое выражение пренебрежения и причинение кому-то вреда является совершенно недопустимой.

8. Учитывайте возможность того, что ребенок не рассказал о травле учителю, что он не рассказывает вам все или искажает детали. Ребенку может казаться, что в определенной ситуации он сам дал повод для травли, или проявил недопустимую беспомощность, или что сокрытие правды позволит ему избежать осуждения сверстников и родителей.

9. В качестве родителя вы не можете требовать от ребенка, чтобы он пользовался популярностью в классе, но у вас есть основания предполагать, что если ребенок относится с уважением к другим людям, то и к нему относятся с уважением. Кроме того, вы можете исходить из того, что работники школы готовы сотрудничать с родителями для выработки у детей уважительного и внушающего чувство безопасности отношения ко всем людям.

Будьте внимательны к своему ребенку! Стремитесь к доверительным отношениям с ним! Поддерживайте его в трудных ситуациях! Обращайтесь за помощью к педагогам, психологам и руководителям школы!