

БУЛЛИНГ В ШКОЛЕ: ПОНЯТИЕ, ПРИЧИНЫ И СПОСОБЫ БОРЬБЫ.

Оглавление

1. Что такое буллинг

2. Буллинг в школе

- Кто участвует в школьном буллинге
- Кто становится жертвой буллинга в школе
- Кто такой буллер

1. Что делать, если ребенок стал жертвой буллинга

- Как распознать буллинг и чем он опасен

2. Как бороться с буллингом. Советы психолога

- Что делать родителям
- Что делать учителю
- Профилактика буллинга в школе
- Что делать ребенку
- Что делать, если твой ребенок буллер
- Буллинг и ответственность

Что такое буллинг

Буллинг (bullying, bully – терроризировать) - довольно распространенное явление, подтверждающее свою актуальность в современном обществе.

Если говорить простым языком, значение слова буллинг - террор, он бывает физическим, психологическим и предполагает насилие, избиение, одним хулиганом или группой людей. Основные характеристики такого поведения:

- злой умысел агрессора и жесткое отношение к жертве;
- неравное распределение сил.

Давайте более подробно разберемся в сути буллинга - что это такое, его причины, формы проявления, последствия, как действовать родителям и учителям, если стал известен факт травли.

В России проблема травли существует еще со времен Советского Союза. Яркий пример буллинга в школе - фильм «Чучело», снятый в 1984 году. Если раньше о такой проблеме не принято было говорить, то сегодня факты травли всплывают достаточно часто.

Термин «буллинг» появился в прошлом веке, но широкое распространение он получил лишь недавно благодаря психологу из Норвегии Дану Ольвеусу. Профессор проводил исследования в школах Швеции, Норвегии и результаты оказались неутешительными:

- 15% школьников регулярно испытывают на себе проявления агрессии;
- 9% детей называют себя жертвами;
- 7% школьников позиционируют себя как агрессор;
- 2% детей считают себя и жертвами, и агрессорами.

Буллинг в школе

Факты буллинга чаще фиксируются в детских коллективах, а именно, в школе. Отчасти это происходит потому, что дети не всегда понимают последствия своих действий, прежде всего, из-за плохого воспитания. Если предотвратить агрессию в коллективе детей, в будущем можно избежать серьезных

последствий, вот почему психологи уделяют особое внимание проблеме травли именно в школах. Например, в некоторых странах у входа в учебное заведение висит объявление, которое запрещает обзывать, унижать детей. Эти правила принимает вся школа – ученики, родители, педагоги.

Если в школе не ввести такие правила, агрессивные дети сами установят свои собственные правила, а это означает травлю других детей. Кроме этого, психологи рекомендуют родителям и учителям проводить совместные с детьми тематические мероприятия.

Кто участвует в школьном буллинге

Главная особенность современного буллинга заключается в том, что основные его участники – пользователи социальных сетей, блогеры, то есть, люди, которые много времени проводят в Интернете. Сегодня под вымышленным ником можно написать любому человеку самые неприятные вещи. Подростки этим пользуются, они уверены в собственной безнаказанности, в результате в сети Интернет появляются оскорбительные посты, фото, неприличные видео.

Еще один факт, на который обращают внимание психологи, - участие в травле девочек. Если раньше агрессорами были преимущественно мальчики, сегодня девочки также активные участницы агрессивных нападков.

К сожалению, в роли жертвы могут оказаться и учителя, дети-агрессоры часто переносят свои негативные эмоции на преподавателя, могут оскорбить его прямо на уроке, плюнуть в него, ударить.

Кто становится жертвой буллинга в школе

В младшей школе чаще всего случаются факты прямого прессинга, когда ребенка дразнят, бьют, умышленно портят вещи, сплетничают, объявляют бойкот. В старшей школе используются более жестокие методы травли – комментарии с сексуальным подтекстом, жесткие прозвища, угрозы, неприличные жесты.

В этот период мальчики чаще девочек принимают участие в таких конфликтах, при этом они становятся не только агрессорами, но и жертвами. В адрес мальчиков и девочек применяют разные формы травли. У мальчиков отбирают деньги, им угрожают физической расправой, заставляют что-то делать. А вот девочки зачастую становятся жертвами сплетен, непристойных комментариев.

Жертвы, как правило, чувствительные, тревожные, физически слабые, с заниженной самооценкой. У таких детей мало друзей, они больше времени проводят со взрослыми. Предпосылкой для травли может стать замкнутость ребенка, его неумение общаться со сверстниками.

В группу риска также входят дети с лишним весом, эпилепсией, диабетом, сложностями в обучении.

Часто после травли у ребенка появляются проблемы со здоровьем, снижается успеваемость, жертва жалуется на головные боли, возможны попытки суицида.

Кто такой буллер

Типичный агрессор или преследователь – это ребенок импульсивный, склонный самоутверждаться за счет более слабых. Такие дети нарочито открыто демонстрируют грубость, не проявляют сострадание, не подчиняются никаким правилам. Они кажутся одиночками, которым не хватает социальных навыков, но это ошибочное мнение. Зачастую такие дети находятся достаточно высоко относительно социальной лестницы, у них много сообщников. Кроме этого, такие дети обладают отлично развитым эмоциональным интеллектом, быстро и четко распознают эмоции других детей, это позволяет им управлять окружающими и даже взрослыми.

Статистика показывает, что 3% детей совмещают роль агрессора и жертвы. Они одновременно ведут себя агрессивно и при этом провоцируют других детей на агрессию. Их характеристики – гиперактивность, неуклюжесть, невысокий уровень самоконтроля, неспособность сосредоточиться на учебе, вспыльчивость.

Что делать, если ребенок стал жертвой буллинга

Родители должны понимать, что далеко не каждый ребенок может найти в себе силы рассказать родителям о происходящем в школе. Чем старше ребенок, тем сложнее ему поговорить со взрослыми откровенно и открыто.

Искренне проявляйте интерес к делам ребенка, но не переусердствуйте, он не должен ощущать гиперопеку. Если появились подозрения относительно неправильного поведения по отношению к вашему ребенку, посетите школу и поговорите с учителями, проясните ситуацию. Понаблюдайте за ребенком – как он ведет себя на праздниках, в общении с друзьями, проявляет

инициативу или замкнутый. Если вы заметили какие-то отклонения, обратитесь к психологу.

Как распознать буллинг и чем он опасен

Для буллинга есть характерные симптомы, их ни в коем случае нельзя игнорировать, поскольку в будущем они могут трансформироваться в серьезные психологические проблемы:

- ребенок отказывается идти в школу, ищет любую причину, чтобы прогулять;
- из школы приходит в плохом, подавленном состоянии;
- плачет без причины на это;
- отказывается говорить об одноклассниках, событиях в школе;
- теряет, когда нужно кому-то позвонить, чтобы узнать уроки;
- ребенок выглядит одиноким, не посещает дни рождения других детей, вечеринки.

Для выявления буллинга в школе используют Опросник Д. Олвеуса «Буллинг». (приложение № 1)

Как бороться с буллингом. Советы психолога

1. Попытаться понять настоящую причину происходящих перемен с ребенком.
2. Убедиться, что факты буллинга действительно имеют место быть.
3. Обязательно сообщить учителю и психологу о фактах травли и вместе с ними найти решение проблемы.

4. После сильного стресса позволить ребенку не ходить в школу 1-2 дня.
5. При необходимости сменить класс или школу.
6. Если у ребенка проявляется посттравматический стрессовый синдром, потребуется помощь психолога.
7. Нельзя игнорировать настроение ребенка и пускать ситуацию на самотек, поддержите ребенка, похвалите за то, что он сказал правду и не скрыл ее.

Что делать учителю

Прежде всего, нельзя игнорировать такую ситуацию, к ней необходимо отнестись особенно внимательно. Психологи рекомендуют поступить следующим образом.

1. Обязательно поговорите с детьми, объясните, что травля – это недостойно и недопустимо, расскажите, что испытывают жертвы, ни в коем случае не вступайте в пререкания с агрессором, максимально честно ответьте на все вопросы.
2. Аналогичную беседу проведите с родителями. Донесите до них важность ситуации, ведь сами дети вряд ли расскажут взрослым о том, что происходит.
3. Привлеките школьного психолога – он обязательно должен знать о происходящем. Он может помочь справиться с ситуацией.
4. Поставьте в известность администрацию школы.
5. Учитель в школе должен стать другом для ребенка, поскольку дома его поддерживают родители, а в школе такой защитой должен стать педагог. Это добавит уверенности ребенку.

Профилактика буллинга в школе

В процесс профилактики должны быть вовлечены все – от директора школы до классного руководителя.

Администрация школы должна принять антибуллингую политику, регулярно проводить педсоветы, направленные на профилактику травли, доносить информацию до родителей.

Классный руководитель должен внимательно следить за коллективом, отслеживать группировки, уделять внимание изгоям, «белыми воронам». Общаться с другими учителями, которые обучают детей, чтобы своевременно заметить изменения. Необходимо беседовать с родителями и проводить работу с детьми.

Возможные мероприятия по буллингу:

- тематические классные часы;
- создание различных кружков, студий, куда могли бы прийти дети с разными увлечениями;
- развлекательные мероприятия – КВН, квесты, конкурсы, выставки;
- участие в благотворительных акциях;
- тематические задания – написания сочинений, эссе, изложений;
- участие в театрализованных постановках;
- психологические тренинги.

При формировании плана профилактических мероприятий, прежде всего, нужно учитывать возраст детей. Ученикам младших классов лучше показать мультики «Гадкий утенок» или «Дамбо», а для учащихся средних классов подойдет фильм «Чучело» или «Чарли шоколадная фабрика».

К профилактическим мероприятиям обязательно нужно привлекать родителей, поскольку при всех усилиях решить вопрос в одиночку не получится. Наибольшей эффективностью такие мероприятия отличаются в младшей школе – в этом возрасте родители первыми замечают малейшие изменения в поведении ребенка, а дети в свою очередь доверяют маме и папе. А вот подростки склонны доверять своим сверстникам и делиться с ними самым сокровенным.

Что делать ребенку

Психологи дают конкретные рекомендации подросткам, которые оказались в непростой ситуации.

1. Игнорируйте агрессора, иногда это срабатывает – обидчик переключается на другого человека.
2. Найдите друзей – в численности ваше превосходство, общайтесь только с теми, с кем вам комфортно. Проводите больше времени именно с ними, во время обедов, на переменах.
3. Знакомьтесь с новыми людьми, с которыми у вас схожие интересы. Расширяйте круг общения.
4. Не бойтесь говорить о проблеме – расскажите о ней друзьям, родителям, психологу. Так гораздо проще бороться с трудностями, страхом, отчаянием, а также контролировать эмоции.
5. Учитесь постоять за себя, старайтесь не давать себя в обиду. Как правило, агрессор выбирает в жертву человека, который не в состоянии дать отпор. Подготовьте несколько моделей поведения на случай, когда на вас будут нападать.
6. Любое авторитетное лицо, которому вы доверяете, должно вмешаться и быть в курсе ситуации.

Учитесь уверенности в себе, это отпугивает агрессоров, которые всегда хотят самоутвердиться за счет более слабых. Не думайте, что единственная причина издевательств – вы сами. Часто на такое поведение агрессоров толкают проблемы в семье и таким образом они снимают эмоциональное напряжение.

Что делать, если твой ребенок буллер

Ребенок-буллер – это серьезная психологическая проблема не только для окружающих, но и для родителей этого ребенка. Прежде всего, нужно понять – откуда взялась такая агрессия, с чем связано такое поведение. Это может быть влияние грубой, жестокой модели поведения в семье, друзей, информационного поля. Если родители грубо выражаются, могут ударить животное, ребенок повторяет это поведение, для него это норма. Если так поступают родители, которые для него авторитет, значит, также может поступить и он.

Начните с формирования здорового микроклимата дома, больше позитива, доброжелательности, решайте конфликты мягко. Покажите ребенку на собственном примере – как нужно поступать в конфликтных ситуациях, общаться.

Приглашайте друзей ребенка чаще в гости, наблюдайте за ними, но делайте это ненавязчиво, слушайте, какие темы они обсуждают, о чем говорят, как выражают мысли. Отслеживайте, какие сериалы и мультфильмы смотрит ребенок, какие книги читает, в каких социальных сетях бывает. Направьте агрессию ребенка в мирное русло – найдите для него хобби, спортивное увлечение, чаще гуляйте с ним, предлагайте успокаивающие занятия. Организуйте в доме место, где ребенок сможет побыть один и отдохнуть или может быть выплеснуть энергию.

Если стал известен факт буллинга со стороны вашего ребенка, сразу пресеките это, выскажите свою четкую позицию, что вы не одобряете этого. От родителей должен поступить однозначный сигнал – насилие недопустимо.

Буллинг и ответственность

Сложнее всего привлечь к ответственности детей младше 14 лет, в этом случае ответственность возлагается на родителей. После 14 лет для агрессора наступает криминальная ответственность, но лишь по некоторым статьям Уголовного кодекса. А вот с 16 лет ребенка можно привлечь к ответственности в полной мере. Главное – обратиться за помощью к юристу и собрать доказательную базу, которая сможет остановить негативные действия.

Приложение № 1

Опросник Д. Олвеуса «Буллинг»

Цель: Выявление распространенности и специфики буллинга в образовательной среде.

Описание: Измеряет два отдельных аспекта: проявления буллинга и подверженность ему.

Прямой активный буллинг – проявления физической (умышленные толчки, удары, пинки, побои, нанесение иных телесных повреждений, кража или

порча вещей, обидные жесты) и вербальной (оскорбления, угрозы, запугивание) агрессии;

Косвенный активный буллинг – проявления изоляции (социальной депривации): сплетни, заговоры, бойкоты, игнорирование просьб;

Прямой пассивный буллинг (виктимизация) – подверженность физической и вербальной агрессии;

Косвенная виктимизация (косвенный пассивный буллинг) - подверженность социальной депривации.

Предлагались варианты ответа, за которые потом присваивались баллы:

- никогда не было – 0 баллов;
- было раз или два – 1 балл;
- бывает иногда – 2 балла;
- бывает раз в неделю – 3 балла;
- бывает несколько раз в неделю – 4 балла.

Ключ к опроснику:

- активный буллинг (проявление агрессии):

1, 3, 5, 6 – прямой буллинг, а 2 и 4 – косвенный буллинг;

- для выявления виктимизации (пассивный буллинг, т.е. подверженность агрессии): 7, 10, 11, 13 – прямая виктимизация, а 8, 9, 12 – косвенная виктимизация

Обработка результата:

Полученные баллы группируются в соответствии с ключом и подсчитывается количество баллов по каждой шкале. Сумма баллов делится на количество вопросов в данной шкале.

Показатель выраженности проявлений активного и пассивного буллинга колеблется в диапазоне от 0 до 4:

0 - 1 балл – показатель слабо выражен;

более 1 балла- менее 3 баллов – умеренно выражен (эпизодически);

3 - 4 балла – ярко выражен (регулярно, систематически)

Инструкция: Внимательно прочитайте утверждения, выберите вариант ответа и отметьте его любым знаком:

	Никогда не было	Было раз или два	Бывает иногда	Бывает раз в неделю	Бывает несколько раз в неделю
1. я кого-то обзвал					
2. я с кем-то специально не разговаривал					
3. я нанес кому-то физический вред, например, толкнул или дарил					
4. я распространял о ком-то сплетни.					
5. я угрожал					
6. я украл или испортил чьи-то вещи					
7. меня обзывали					
8. обо мне распространяли сплетни					
9. никто не хочет сидеть со мной или проводить свободное время					
10. у меня украли вещи					
11. мне нанесли физический вред (удары, толкнули)					
12. никто не говорит со мной					
13. мне угрожали					