



## Школьный буллинг: что это такое и как с ним бороться?

Буллинг — английский аналог слова «травля». Это намеренная, постоянная травля, при которой явно прослеживается неравенство сил обидчика и агрессора; террор любого вида: психологический, физический, открытый и незаметный.

Зачастую обнаружение и решение проблемы зависит от родителей, учителей, школьного психолога — в одиночку детям крайне сложно справиться с агрессией, направленной против них. При этом травля сказывается на личностном развитии, а ее последствия могут дать о себе знать и во взрослом возрасте.

Что такое буллинг, как его распознать и как вести себя, если ребёнок подвергся насилию или сам стал агрессором.

Практически в каждом классе есть ученики, которые становятся объектами насмешек и открытых издевательств. Школьная травля не является чем-то уходящим-приходящим: боль и унижения часто продолжаются по несколько лет, а то и до окончания школы. Самое главное, что проблема в том, что в группе риска может оказаться практически любой. Что же это за явление такое, в котором учащегося называли раньше «белой вороной», «козлом отпущения», жертвой «школьной дедовщины» а теперь жертвами буллинга?

Буллинг — явление массовое. В некоторых случаях издеательства носят ситуативный характер, но иногда систематическая травля со стороны одноклассников приводит к фатальному исходу.

Мотивацией к буллингу могут выступать чувство неприязни, нейтрализация соперника, восстановление справедливости, борьба за власть, подчинение лидеру, зависть, самоутверждение, месть, и даже удовлетворения садистских потребностей отдельных личностей.

Формы школьного буллинга могут быть различными: систематические насмешки, вымогательство, физические и психические унижения, различного вида издеательства, бойкот и игнорирование, порча личных вещей и др.

Булли (зачинщики травли) чрезвычайно изобретательны.

Существуют **основные типы буллинга**:

1. «косвенный»-социальная агрессия ;

2. «физический»-непосредственный-агрессия с физическим насилием;
3. поведенческий-- преследователь вынуждает жертву перенести 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. словестный-унижение непристойными словами, обзываниями, кличками.

Новая разновидность школьного буллинга - **кибербуллинг** - жертва получает оскорбления на свой электронный адрес или через другие электронные устройства.

Типы буллинга связаны с социальным статусом ученика-жертвы. Отверженность ребёнка в школе проявляется актами насилия или травли, а также неприятием и игнорированием его. Неприятие существует двух видов: пассивным и активным. Игнорирование и неприятие показывает ребёнку, что он лишний в этом коллективе, а если нужен, то только в виде «козла отпущения».

В школьном буллинге чаще всего участвует целая группа детей.

Агрессивный или гиперактивный школьник, предчувствуя возможность стать жертвой буллинга, сам становится его инициатором. Типичных жертв школьного террора нет. Любой ребёнок может быть изгоем.

Чаще всего **жертвами буллинга** становятся:

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;
5. мальчики, физически слабее, чем ровесники.

Три главных фактора, помогающих найти детей **группы риска по буллингу**:

1. «Провоцирующие особенности жертвы»- всё чем отличается.
2. «Множественный стресс» - и дети изгой, и жертвы имеют множество проблем: от социального неблагополучия и конфликтов в семье, до плохого здоровья, затруднений коммуникации со сверстниками;
3. «Стигматизация» - национальные и физические особенности ребёнка.

Жертвы буллинга чаще всего скрывают свои проблемы от взрослых. Только во время кризисных и экстремальных ситуаций, суицидальных попытках, родственники узнают правду. Как же узнать по поведению вашего ребёнка, если какие-то признаки школьной дедовщины?

#### **Особенности поведения жертв буллинга дома:**

1. Ребёнок неохотно идёт в школу и очень рад любой возможностью не ходить туда.
2. Возвращается из школы подавленным.
3. Часто плачет без очевидных причин.
4. Никогда не вспоминает никого из одноклассников.
5. Одинок.
6. Очень мало говорит о своей школьной жизни.
7. Его никто не приглашает в гости, на дни рождения, и он никого не хочет позвать к себе.

Родители должны обратить внимание на изменение в поведении ребёнка (агрессивность, обидчивость, раздражительность). Школьник не хочет поддерживать разговоры о дедовщине в школе-не желает вспоминать о насилии. К сожалению, ужас и страх, перенесённый таким ребёнком, может преследовать его долгие годы, проявляясь в постстрессовых расстройствах.

Сторонние наблюдатели буллинга-дети и взрослые, боящиеся вмешиваться, показывают при этом своё бессилие или безразличие. К сожалению такими наблюдателями, крайне редко, но бывают и педагоги, считая что невмешательство способствует взрослению ребёнка и приобретению им опыта мужественности. И это совершенно неправильно, так как при невмешательстве в школьный буллинг - он расцветает. Если же предотвращать это - террор уже в зачатке чахнет после единичной попытки.

#### **Как предупреждать буллинг?**

Чрезвычайно важно для школы посвящать время определению буллинга в школьном сообществе; необходимо, чтобы формирование ясного, согласованного и понятного представления о феномене буллинга и его последствиях у всех участников сообщества предшествовало внедрению технологий по прекращению и предотвращению буллинга.

#### **Ключевые принципы эффективного противостояния травле на уровне школы.**

1. Ясная и четкая руководящая позиция взрослых (учителей, администраторов, других сотрудников школы). Она выражается в том, что взрослые не передают детям полностью ответственность за эффективное разрешение сложных ситуаций в отношениях в классе, хотя

поддерживают детские инициативы в этом направлении; взрослые подают личный пример поведения, основанного на уважении и интересе к людям и не включающего обидные и унижающие практики общения; они ясно транслируют свою позицию, обозначая критерии соответствия поведения; они выражают эту позицию в реагировании на поступки других – поддерживая позитивное и вмешиваясь и пресекая нежелательное поведение. Позиция взрослых не должна быть деспотичной в высказывании оценок поведения, но она должна быть четкой, понятной и избегать неопределенности.

2. Последовательность, согласованность, непротиворечивость; сотрудничество для достижения общей цели. Работа по прекращению и предупреждению травли эффективна, когда учителя придерживаются ясных принципов и транслируют ценность уважительного отношения не только на словах, но и в поступках, и на уроках, и между ними, в школе и на улице, и в учебное время, и в группе продленного дня; когда руководство школы принимает важность противостояния буллингу и поддерживает мероприятия в рамках этой задачи; когда тематические мероприятия для детей по повышению осознанности и развитию навыков конструктивного общения своим посланием не противоречат основным практикам общения в школе. Несогласованность действия и позиций участников ведет к повышению неопределенности и напряжения и снижению взаимного доверия у участников школьного сообщества.

3. Разработка правил, процедур и приемов работы. Процесс работы должен быть упорядочен – как во времени (нужно планирование и последовательность в проведении мероприятий как с детьми, так и с сотрудниками школы, и с родителями учеников), так и в поведении. Эффективная позиция учителя включает в себя: приоритет обучения (над социально-психологическими процессами в классе, соблюдением нормативов и пр.), любознательность и методическую компетентность учителя; выстраивание отношений с учениками, когда каждый ребенок получает возможность быть услышанным учителем, когда учитель проявляет заботу и внимание к детям, оказывает им поддержку; установление границ и четкое разъяснение того, что является неприемлемым (без враждебности, возможно, с юмором, без длительных разбирательств); постепенное делегирование ответственности за прекращение буллинга ученикам, выращивание у детей инициативы контроля за безопасностью своих соучеников, что особенно важно в ситуациях, когда учитель отсутствует.