

Буллинг, моббинг

Буллинг (от англ. bully – хулиган, драчун, насильник) – психологический террор, избиение, травля одного человека другим. Действия менее радикальные – обзывания, непристойные шутки, сплетни – называют моббингом. **Характерная черта: неравенство сил агрессора и жертвы.** Одни участвуют в этом процессе непосредственно, в качестве агрессора или жертвы. Другие — большинство — пассивно, как очевидцы и свидетели. Люди привыкли думать, что организаторами и исполнителями школьного насилия (булли) становятся физически сильные, но интеллектуально неразвитые дети из «неблагополучных» семей, пытающиеся таким образом компенсировать свою ущербность. На самом деле в этой группе могут оказаться дети из внешне благополучных семей. Ущербность агрессора проявляется скорее на нравственном уровне. В роли жертвы может оказаться практически любой. Группа может затравить даже физически и интеллектуально сильного ребёнка, но чаще всего, жертву выбирают из «детей-изгоев» и «не таких как все». Критерий может быть почти любой, достаточно прицепить ярлык: тупой или сильно умный, наглый или тихоня, «быдло» или «мажор», коротышка или дылда, не так разговаривает, не так одевается, «батан», «гомик», «рыжий», «чурка»... Последствия буллинга сказываются на жизни человека в течение десятилетий, школьное насилие ломает личность жертвы и его агрессора. **Сами дети часто скрывают, что их преследуют и травят одноклассники: обращайтесь внимание на тревожные «звоночки».** **Нужно безотлагательно выяснить, всё ли в порядке, если ребёнок:** постоянно находится в подавленном настроении; стал получать низкие оценки; ищет предлоги, чтобы не идти в школу; по дороге в школу или домой выбирает обходные маршруты; приходит домой с испорченной или грязной одеждой, порванными учебниками и тетрадями; то и дело «теряет» вещи и карманные деньги; отказывается выходить играть во двор; часто приходит домой с синяками и ссадинами; не встречается с одноклассниками, не приглашает их домой и не ходит в гости; замкнут или вспыльчив, срывает зло на младших братьях и сестрах.

Ничуть не лучше, если ваш ребёнок сам участвует в насилии и тем более является заводилой. Большинство из таких детей растут одиночками, так как дружба, основанная на страхе, не бывает искренней и прочной. Сам школьный тиран почти всегда это чувствует и нередко страдает от этого. Зная это, родителям стоит внимательнее следить за тем, чтобы их ребёнок не стал жертвой буллинга.

В ситуации буллинга нельзя надеяться на то, что дети сами разберутся, бездействие только позволит развязать руки агрессорам, они почувствуют свою вседозволенность и еще больше станут издеваться над ребенком!

Документируйте даты и время инцидентов, связанных с издевательствами, соответствующую реакцию вовлеченных лиц и действия, которые были предприняты. Не обращайтесь к родителям хулигана (хулиганов), чтобы разрешить проблему самостоятельно.

Если ситуация поворачивается таким образом, что ребенку действительно угрожает физическое насилие со стороны сверстников, то необходимо принимать экстренные меры, обращаться к классному руководителю, директору, который вызовет родителей обидчиков.

Обратитесь в местные правоохранительные органы, если физическое насилие над вашим ребенком продолжается и вам нужна дополнительная помощь за пределами школы. Существуют законы о борьбе с запугиванием и домогательствами, которые предполагают оперативные корректирующие действия

Родителям нужно усвоить для себя, что травля — это насилие, и ответствен за неё не ребёнок, каким бы «нестандартным» он ни был!

Ребенок должен видеть в своих родителях поддержку и опору. Проводите с ним больше времени, разговаривайте с ребенком, делитесь своим опытом, относитесь к его проблемам с уважением.

Сосредоточьтесь на развитии талантов и интересов ребенка и внешкольным мероприятиям, чтобы он мог строить взаимоотношения вне школы, где может ощутить свою значимость

Ребенок должен знать, что у него есть люди, которые его любят. Помогите ему искать положительные моменты в жизни.

Разъясните ребенку, что в нем нет вины, в том, что он стал жертвой буллинга.

Обратитесь за помощью к психологу. Попрактикуйтесь с ребенком, как нужно правильно общаться с агрессивно настроенными личностями. Научите его навыкам саморегуляции.

Профилактика буллинга

Взрослые (родители, учителя) должны прививать уважение к личности через собственный пример: посредством своего уважительного отношения к ребенку и к другим людям.

В школе и дома должны соблюдаться твердые рамки и ограничения неприемлемого поведения.

Исключить физические наказания за неприемлемое поведение.

У ребенка в близком окружении должны быть люди, которые обладают для него

авторитетом и представляют собой пример для подражания (с общепринятыми моральными ценностями).

В младшем школьном возрасте эффективна по воздействию беседа учителя с учениками. В этом возрасте взрослый еще пользуется непререкаемым авторитетом.

После 12 лет важно мнение ровесников в первую очередь, а не взрослых, поэтому воздействовать на ситуацию необходимо через формирование общественного мнения.

Привлекать авторитетного взрослого для проведения беседы с подростками.