

## **РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ «БУЛЛИНГ – ЖЕСТОКОСТЬ В ДЕТСКОЙ СРЕДЕ»**

Цель – актуализировать знания родителей по проблеме буллинга в школе.

Задачи:

1. Познакомить родителей с понятием «буллинг».
2. Формировать активную педагогическую позицию родителей.

Добрый вечер, уважаемые родители. Сегодня на нашей встрече мы поговорим о буллинге в школе.

Практически в каждом классе есть дети, которые являются объектами насмешек и открытых издевательств со стороны некоторых, а иногда и всех учеников класса. Однако именно в последние 30 лет психологи и педагоги бьют тревогу: настолько частым, жестоко проявляемым становится это явление. Школьная травля стала еще более травматичной, циничной, жестокой из-за того, что ее сцены теперь легко записываются на видео и распространяются по школе или в Интернете.

**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).

Многочисленные исследования доказывают, что последствия буллинга могут быть очень тяжелыми для становления личности школьника и дальнейшей судьбы всех участников этой ситуации: и буллеров (преследователей), и жертв, и зрителей. Пострадавшие чаще всего испытывают стыд и неуверенность в себе, но предпочитают не сообщать об издевательствах.

«Ученик подвергается буллингу, когда в течение времени по отношению к нему осуществляются агрессивные действия со стороны одного или нескольких лиц, но по разным причинам не может ответить на агрессию» (Д. Олвеус – норвежский ученый, один из основоположников исследования буллинга в западной психологии).

Четыре признака буллинга:

- неравенство сил;
- агрессия;
- повторяемость инцидента в течение продолжительного времени;
- впечатлительность жертвы (острая эмоциональная реакция).

Не любая ссора является буллингом. Обычные конфликты возникают и разрешаются, проходят. В случае буллинга сохраняется постоянная враждебность, чаще всего по отношению к отдельному ребенку, возникает длительный конфликт. Единичные или даже повторяющиеся случаи проявления нахальства или наглости еще не являются буллингом.

Нужна длительность и систематичность.

Буллинг ассиметричен. Буллинг представляет собой ассиметричные отношения. Его отличительными признаками являются власть и беспомощность, а также произвол того, кто обладает властью.

Буллинг осуществляется преднамеренно. Буллинг – это преднамеренное и коварное (исполненное скрытой злобы) нападение на социальный статус и душевное здоровье человека, который выбран целью.

Виды буллинга

Буллинг оставляет глубокий след в жизни жертв и отражается на эмоциональном и социальном развитии, на школьной адаптации, может иметь тяжелые психологические последствия. Дети, которые подверглись травле, получают тяжелую психологическую травму. Не имеет значения, какой буллинг способствовал этому – физический или психологический.

Даже через много лет на тренингах люди, вспоминая, как их травили в школе, часто плачут и болезненно вспоминают свои переживания. Это одна из самых сильных эмоциональных травм для ребенка. Поэтому ребенку необходима помощь.

Буллинг оказывает влияние не только на жертву, но и на агрессора, и на зрителей. Жертвы буллинга испытывают сложности со здоровьем и успеваемостью, в три раза чаще сверстников имеют симптомы тревожно-депрессивных расстройств, апатию, головные боли и энурез, совершают попытки суицида.

Взрослые, которые были в детстве жертвами буллинга, чаще склонны к депрессии и проявляют более низкий уровень самооценки, страдают от социальной тревожности, одиночества и беспокойства. У школьных «агрессоров» буллинга во взрослом возрасте может возникать чувство вины, развивается высокий риск попасть в криминальные группировки.

Оказавшись в роли жертвы буллинга, ребенок получает огромное количество психических травм, которые неизбежно сказываются на его дальнейшей жизни.

□ Даже единичный случай буллинга оставляет глубокий эмоциональный шрам, требующий специальной работы психолога. Ребенок становится агрессивным и тревожным, что переходит и во взрослый возраст. У него появляются трудности в поведении. Они чаще других подвержены депрессиям и заканчивают жизнь самоубийством.

□ Шансы стать жертвами моббинга на рабочем месте у людей, переживших буллинг в детстве, вырастают многократно. Мировая статистика утверждает, что взрослые, перенесшие издевательства в детстве, в большинстве своем остаются одинокими на всю жизнь, им тяжелее подниматься по карьерной лестнице. Поэтому они чаще других выбирают надомную или обособленную работу. Больше общаются в социальных сетях, чем в реальном мире.

□ Близким результатом буллинга очень часто бывают физические недомогания. Известны случаи, когда у мальчиков от стресса и бессилия начинались серьезные проблемы с сердцем. Девочки-подростки подвержены другому несчастью: насмешки и оскорбления приводят их к анорексии или булимии. Возможны расстройства сна и перерастание травмы в психосоматику. Например, подросток страдает от болей в почках, но обследования и анализы ничего не показывают. Болевой синдром уходит только после работы психолога. Применение физического насилия над детьми уголовно наказуемо. Синяки и ссадины можно зафиксировать в больнице, где их происхождение записывается со слов ребенка. Больница обязана передать информацию в полицию, а полиция – отреагировать. На беседу вызываются родители буллера, а школе придется объяснить, как они допустили данную ситуацию.

Травля – это развращающий опыт для зачинщиков. В будущем у них меньше шансов на успешную самореализацию и на хорошие отношения в семье, с друзьями и коллегами.

Травля – это очень травматичный опыт для свидетелей, они испытывают мучительный внутренний конфликт, поскольку уже чувствуют, что происходящее аморально, но еще не имеют сил осознать, что именно не так, и не могут найти выход из ситуации. Кроме того, они боятся, что, заступившись за жертву, сами станут жертвой, поэтому подыгрывают агрессору, стараясь не чувствовать стыд и унижение. Их представление о себе как «хороших людей» сильно страдает.

Ситуация травли в классе и в школе погружает в стресс всех детей, ведь если у нас так можно, если травля в порядке вещей, часть обычной жизни, значит нельзя быть уверенным, что завтра этого не сделают со мной, нельзя расслабиться ни на минуту. Стресс истощает детскую психику, не дает сосредоточенно работать, не оставляет места учебной мотивации, любознательности, развитию способностей, творчеству.

Травля в классе, с которой взрослые не знают, как справиться, дает педагогу опыт бессилия, отчаяния, заставляет усомниться в своих способностях и даже в призвании, а кого-то подталкивает к профдеформации, заставляя во всем обвинять детей или их семьи, а то и начать использовать групповое давление для наказания нарушителей порядка.

Последствия травли крайне опасны для школы в целом, поскольку увеличивается риск насилия отчаявшейся жертвы над собой или над мучителями и свидетелями. Иногда к насилию прибегают родители, отчаявшиеся иначе защитить своего ребенка. Как показывает опыт, в основе почти каждого случая вспышки насилия в школе лежит история травли.

Несколько лет взрослые ничего не хотели замечать или ничего не смогли сделать, поэтому в школе появляется подросток с битой, топором или травматом.

Если в школе есть травля, страдают все. И бороться с ней нужно всем вместе.

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 вещи, имеет собственные деньги, не объясняя причину их появления;
- дружит со старшими подростками;
- проявляет жестокие наклонности;
- резкая смена настроения;
- в игре навязывает друзьям свои правила;
- злопамятен;
- игнорирует замечания и легко раздражается;
- ведет себя так, будто ищет повод к ссоре;
- не уважает родителей или не считается с ними, особенно с мамами.

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, 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, с испорченными вещами;
- выбирает нестандартную дорогу в школу.

Будьте внимательны к своему ребенку, стремитесь к доверительным отношениям с ним, поддерживаете его в трудных ситуациях, обращаетесь за помощью к педагогам, психологам и руководителям школы!

Проводится работа по снижению агрессивных и враждебных реакций, улучшению межличностных и межгрупповых отношений, формированию навыков разрешения конфликтов, правильной реакции в конфликтах, развитию толерантности, апатии.

Задача родителей состоит в том, чтобы дать понять ребенку, что насилие не имеет шансов на продолжение. Чувствуя родительскую защиту, дети с удовольствием переключают внимание на другие ситуации жизни.

Важно понять, что пассивная позиция жертвы при буллинге, только усугубляет ситуацию. Родителям необходимо занять активную позицию.

Если вы узнали о том, что ваш ребенок – жертва травли, не оставайтесь в стороне, не оставляйте его один на один со своей проблемой.

Поддержите его, проясните историю событий, узнайте с чего все началось.

Вместе с ребенком подумайте, что могло быть причиной начала этой травли.

Если, например, ребенок пострадал по причине своей замкнутости, застенчивости, то возможно использовать это как мотивацию для изменений. Ребенку необходимо обрести уверенность и научиться постоять за себя. Помогут в этом различные секции или кружки, где ребенок может обрести уверенность, повысить самооценку, найти друзей.

Обратитесь к школьному психологу. Необходимо помочь ребенку найти внутренние и внешние ресурсы в этой ситуации. При обращении к школьному психологу с буллером будет также проведена работа. С согласия ребенка можно поставить в известность классного руководителя. Так, авторитетный классный руководитель может грамотно распределить полномочия и обязанности в классе, помочь иначе реализоваться детям, которые осуществляют травлю.

Сообща, вместе с ребенком надо разобрать варианты возможных выходов из ситуации. Необходимо вести дневник, систематически записывать ситуации, связанные с буллингом. Целесообразно поговорить с обидчиком один на один, прояснить причины его поведения, попытаться наладить с ним отношения.

Стоит ли уходить из школы? Если ситуация не запущена, то дайте ребенку возможность самому её решить, естественно при поддержке родителей и педагогов. При серьезно нанесенном ущербе психике ребенка лучше сменить школу или класс. Но помните! Если не помочь ребенку вырасти из жертвы, то ситуация может повториться!

### ИНФОРМАЦИОННАЯ ПАМЯТКА УЧИТЕЛЮ «КАК ПРЕДОТВРАТИТЬ И ПРЕОДОЛЕТЬ ШКОЛЬНЫЙ БУЛЛИНГ»

Информационная памятка может использоваться для лекций, составления информационных буклетов, бесед и других форм работы с педагогическим коллективом.

Буллинг – длительный процесс сознательного жестокого отношения, физического и (или) психического, со стороны одного или группы детей к другому ребенку (другим детям). Это разрушительное поведение «сильных», направленное на «слабых» с целью получения «удовольствия» от наносимого «слабым» материального и морального ущерба.

Буллинг включает эмоциональное (насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания, необъективные оценки, публичное унижение, отторжение, изоляция, отказ от общения с жертвой) и физическое насилие (избиение, нанесение ударов, шлепки, подзатыльники, порча и отнятие вещей), которые вызывают травматические переживания у жертвы.

Жертвой обычно становится тот, кто чем-то отличается от других.