

О профилактике школьного буллинга в подростковой среде «Дружить ЗДОРОВО!»

Существуют следующие виды буллинга:

1. Физическое насилие: избиение, побои, толчки, шлепки, удары, подзатыльники, пинки.
2. Эмоциональное насилие (психологическое): угрозы, насмешки, присвоение обидных кличек, бесконечные замечания, критика, необъективные оценки со стороны учителей, высмеивание, оскорбление, унижение ученика в присутствии других детей, принуждение делать что-то, чего ребенок делать не хочет.
3. Дискриминация. Нецензурная брань. Умышленное доведение человека до стресса, срыва.
4. Сексуальное насилие Сексуальное насилие, или совращение – использование ребенка (мальчика или девочки) взрослым или другим ребенком для удовлетворения сексуальных потребностей, или для получения выгоды.
5. Экономическое насилие: порча и отнятие личных вещей. Вымогательство. Отбирание денег. Повреждение имущества.
6. Кибербуллинг - использование телефона:
 1. Систематически осуществляются анонимные звонки и отправляются оскорбляющего или угрожающего рода сообщения.
 2. Съёмка компрометирующих фото- и видеоматериалов, публикация их в сети Интернет.
 3. Использование E-mail:
 - Рассылка злых и негативных сообщений в социальных сетях
 - Написание обидных комментариев к фотографиям, к видео, на стене пользователя, в сообществах.
 - Распространение непристойного видео и фото.
 - Взлом чужого аккаунта, редактирование его с целью очернить другого человека.
 - Намеренное создание группы, для выражения ненависти и травли определенного человека.
 - Создание фальшивого профиля для третирования другого человека.
 - Публикация в Интернет непристойного, компрометирующего, позорящего другого человека видео.

Отличительные признаки травли:

- если кого-то из детей в классе не любят, у него нет друзей, его неохотно принимают в игру, но насилия в его адрес нет, это не травля, а непопулярность. При непопулярности человеку может быть обидно, грустно и одиноко. При травле ему страшно, он чувствует себя не в безопасности;
- если дети поругались или даже подрались, при этом сегодня этот стукнул того, а завтра наоборот, или только что они дрались, а теперь вместе играют в футбол, если они взаимодействуют на равных, это не травля, это конфликты. Вовсе избежать ссор и даже драк невозможно, и не стоит ставить

такую цель, детям нужно научиться управляться со своей агрессией, отстаивать свои права, ссориться и мириться. При травле нет смены ролей, нет равенства сторон конфликта, при травле одни всегда нападают, а другие всегда страдают;

- если один ребенок кого-то задирает, обижает, дразнит, а остальные его в этом не поддерживают, осуждают его действия, сочувствуют пострадавшим от нападков, это не травля, это проблема с агрессивным поведением конкретного ребенка.

Причины возникновения буллинга в образовательном учреждении:

Существует целый ряд факторов, способствующих процветанию буллинга в детских коллективах. Во многом развитию этого явления способствуют воспитание в семье и микроклимат того образовательного учреждения, куда попадают дети для получения образования. Отсутствие контроля за поведением детей в перемены, свободное время. Проблемы с успеваемостью и приклеивание ярлыков (учителя и родители говорят, что ребёнок неисправим, плохо воспитан, или глуп). Для неуспевающих учеников агрессивное поведение является одним из средств, при помощи которых они компенсируют свою неуспеваемость.

Цель буллинга - за агрессивным поведением скрыть свою неполноценность. В ситуации травли всегда есть: "Агрессор" – человек, который преследует и запугивает жертву. "Жертва" – человек, который подвергается агрессии. "Защитник" – человек, находящийся на стороне жертвы и пытающийся оградить её от агрессии. "Последователи" – люди, находящиеся на стороне агрессора, непосредственно не участвующий в издевательствах, но и не препятствующий им. "Наблюдатель" – человек, знающий о деталях агрессивного взаимодействия, издевательствах, но соблюдающий нейтралитет.

Часто буллерами становятся:

- дети, воспитываемые родителями-одиночками;
- дети из семей, в которых у матери отмечается негативное отношение к жизни;
- дети из властных и авторитарных семей;
- дети из конфликтных семей;
- дети с низкой устойчивостью к стрессу;
- дети с низкой успеваемостью.

Буллеры – это:

- активные, общительные дети, претендующие на роль лидера в классе;
- агрессивные дети, использующие для самоутверждения безответную жертву;
- дети, стремящиеся быть в центре внимания;
- дети высокомерные, делящие всех на "своих" и "чужих" (что является результатом соответствующего семейного воспитания);
- максималисты, не желающие идти на компромиссы;
- дети со слабым самоконтролем, которые не научились брать на себя ответственность за свое поведение;

- дети, не обученные другим, лучшим способам поведения, т.е. не воспитанные.

Для буллеров характерны:

- импульсивность; - раздражительность;
- эмоциональная неустойчивость; - завышенная самооценка;
- враждебность (агрессивность);
- отсутствие коммуникативных навыков при внешнем соблюдении общепринятых норм и правил;
- склонность ко лжи или жульничеству;
- на уроке постоянно привлекает к себе внимание, вступает в пререкания с педагогом при получении отрицательной отметки, вспыльчив и груб;
- манипулирует кругом друзей и знакомых, многие дети его боятся или заискивают перед ним;
- на его поведение поступают жалобы, как от детей, так и взрослых;
- не может обуздать свой нрав, так, как это умеют делать его ровесники;
- прогуливает школу, часто бывает в компании сверстников из других школ, районов;
- входит в состав небольшой девиантной группы, терроризирующей класс или школу;
- спекулирует на непонимании, враждебном социуме, избегает общественно-полезной деятельности, поскольку это может быть истолковано как признак слабости.

Довольно часто к буллингу присоединяется группа преследователей, с которыми буллер осуществляет свою агрессию.

Жертвы буллинга.

Типичных жертв школьного террора нет. Любой ребёнок может быть изгоем, имеющий: физические недостатки – носящие очки, со сниженным слухом или с двигательными нарушениями (например, при ДЦП), то есть те, кто не может защитить себя, физически слабее своих ровесников; особенности поведения – замкнутые, чувствительные, застенчивые, тревожные или дети с импульсивным поведением. Гиперактивные дети бывают слишком назойливыми и общительными: влезают в чужие разговоры, игры, навязывают свое мнение, нетерпеливы в ожидании своей очереди в игре. По этим причинам они часто вызывают раздражение и негодование в среде сверстников; особенности внешности – все то, что выделяет ребенка по внешнему виду из общей массы, может стать объектом для насмешек: рыжие волосы, веснушки, оттопыренные уши, кривые ноги, особенная форма головы, вес тела (полнота или худоба); плохие социальные навыки – недостаточный опыт общения и самовыражения. Такие дети не могут защищаться от насилия, насмешек и обид, часто не имеют ни одного близкого друга и успешнее общаются со взрослыми, чем со сверстниками; страх перед школой – неуспеваемость в учебе часто формирует у детей отрицательное отношение к школе, страх посещения отдельных предметов, что воспринимается окружающими как повышенная тревожность, неуверенность; отсутствие опыта жизни в коллективе (домашние дети) – не

имеющие опыта взаимодействия в детском коллективе до школы, могут не обладать навыками, позволяющими справляться с проблемами в общении; особенности здоровья – существует масса расстройств, которые вызывают насмешки и издевательства сверстников: эпилепсия, тики, заикание, нарушения речи и другие болезненные состояния; низкий интеллект и трудности в обучении – слабые способности могут являться причиной низкой обучаемости ребенка. Плохая успеваемость формирует низкую самооценку: "Я не справлюсь", "Я хуже других" и т. д. Низкая самооценка может способствовать в одном случае формированию роли жертвы, а в другом – насильственному поведению как варианту компенсации. Поэтому ребенок с низким уровнем интеллекта и трудностями в обучении может стать как жертвой школьного насилия, так и насильником. Самое страшное, что регулярные издевательства способны спровоцировать попытку самоубийства или покушение на кого-то из преследователей. Травля наносит непоправимый ущерб не только психике жертвы. Не менее вредна ситуация травли для наблюдателей. Они рискуют, так и остаться безвольными пешками в руках более сильных и предприимчивых. А решение, принятое под влиянием большинства, вопреки голосу совести, и постоянный страх оказаться на месте жертвы способствуют снижению самооценки, потере уважения к себе. Агрессоров же развращает безнаказанность, они усваивают, что подобными методами можно управлять окружающими.

Рекомендации, которые помогут в выявлении буллинга и противодействии ему в учреждениях образования.

1. Начните с точного определения буллинга. Помните, что понятие буллинг не аналогично таким понятиям, как агрессия или насилие. Однако последние могут быть элементами этого комплексного явления. Буллинг — это разрушительное поведение более «сильных», направленное на более «слабых». Это не ссоры и драки, в которых участвуют школьники, обладающие одинаковым авторитетом. Буллинг не бывает справедливым, так как «сильный» получает «удовольствие» от нанесенного ущерба (материального и морального) «слабому».
2. Установите формы буллинга, которые имеют место. Можно вести дневник наблюдений за поведением членов школьного сообщества, которые, на ваш взгляд, склонны к проявлению физического или психологического насилия. Включить в него можно также педагогов и родителей. Прежде всего, необходимо понять, где находится «силовой» дисбаланс.
3. Полезно также составить и использовать короткие анкеты, на вопросы которых смогли бы анонимно ответить все члены школьного сообщества, включая родителей. Это поможет оценить ситуацию и определить, какие меры необходимо предпринять. Наблюдения дадут возможность оценить масштаб буллинга и проанализировать его причины. Вы также сможете определить, какие меры нужно предпринять, чтобы дети чувствовали себя защищенными в школе. Анализ анкет поможет понять, где, в каких местах школьники сталкиваются с буллингом и как они реагируют на него, кто из

них заинтересован, нуждается в помощи, кто заинтересован, а кто нет в борьбе с этим явлением. Вы также узнаете реакцию школьного персонала и родителей на буллинг, и, более того, какие дополнительные внешние силы, на их взгляд, следует привлечь для решения проблемы.

4. К организации действий следует приступать после исследования проблемы насилия в учреждении образования с помощью анкет, изучения специальной литературы и видеозаписей. Меры по борьбе с буллингом могут быть различными.

5. Обсуждение проблемы, беседы с детьми как индивидуальные, так и в группе очень важны и полезны. Большинство детей презирает «обидчиков», поэтому ваша задача заключается в том, чтобы доказать, что решение проблемы, прежде всего в их интересах. Следующий шаг — обращение к чувствам ребёнка, моральная оценка действий «обидчиков». Это увеличивает вероятность того, что они будут на стороне «жертвы» и попытаются помочь. Не менее важно грамотно построить разговоры с детьми, пострадавшими от насилия. Цель бесед с ними — вовлечь в игры или дружеские отношения с другими детьми. Обсудите с детьми, почему в вашем образовательном учреждении возможно насилие и что нужно сделать, чтобы его предотвратить; предложите учащимся написать об известном им конфликте, который произошёл в школе. С их разрешения зачитайте его, и предложите им дать определение буллингу. Особое внимание обратите на предложения детей по его предотвращению, подчёркивая наиболее реальные из них. Предложите тему для обсуждения, например, как свидетели насилия должны себя вести, чтобы помочь «жертве», «обидчику».

6. Не исключайте из поля зрения «обидчиков». Обязательно беседуйте не только с виновными, но с их родителями, даже если это сложно сделать. Буллинг — явление не «криминальное», но, тем не менее, его проявления, если не будут своевременно пресечены, становятся все более опасными. Реакция школьного сообщества на случаи насилия — важный аспект в решении этой проблемы. Работа с виновными может быть различной. Иногда с ними устанавливают контакты и беседуют индивидуально — без угроз. Но зачастую используется такой подход: учитель или психолог, работая с жертвами, приглашают виновных принять участие в решении ситуации. Этот подход достаточно эффективен — особенно если ребенок проявляет постоянную склонность к насилию.

7. Помогите ребенку, который стал жертвой, самому решить проблему, конечно с помощью других. Педагогам следует определить тех детей, чье поведение провоцирует насилие и помочь преодолеть свои проблемы, например, неуверенность в себе. В работе с такими детьми полезно смоделировать ситуацию, в которой они находились, и помочь им ее преодолеть.

8. Конструктивно работайте с родителями. Обсуждайте с ними причины буллинга. При разговоре с родителями виновных важна сдержанность в оценке. Ведь чаще всего виновные в ситуациях буллинга дети из неблагополучных семей. Беседуя с родителями жертв, не следует занимать

позицию защиты «мундира», т.е. защищать школьную репутацию, а не ребенка, который стал жертвой. Если же разговор будет о том, что можно и нужно сделать, чтобы изменить ситуацию, вы сможете решить эту проблему вместе.

Литература в помощь:

1. С.В. Кривцова. Травля в школе — что делать. Методики антибуллинговой работы. М.: Федеральный институт развития образования, 2016.
2. Сабина Досани. 52 способа помочь ребенку выжить в школе. М.: ЗАО Центрполиграф, 2009.
3. Кристин Аудмайер. Все на одного. Как защитить ребенка от травли в школе. М.: Альпина Паблишер, 2016.
4. Руководство для родителей по профилактике буллинга. «Что делать если ваш ребенок вовлечен?» Лаборатория профилактики асоциального поведения Института образования НИУ «Высшая школа экономики» Фонд поддержки и сохранения культурных инициатив «Собрание» А.А. Реан, М.А. Новикова, И.А. Коновалов, Д.В. Молчанова.
https://edu.ruobr.ru/media/uploads/documents/rukovodstvo_dla_roditelej_pro_bulling_cto_delat_%2C_esli_vas_rebenok_vovlechen.pdf
5. Методичка для детей по вопросам профилактики буллинга (кибербуллинга). «Травли NET» Петрановская Л. В., благотворительный Фонд «Галчонок» (грант Президента РФ на развитие гражданского общества, предоставляемого Фондом Президентских Грантов), 2019г.
<https://www.dropbox.com/s/go4cpg0pe4ddt71/A6%20Методичка%20для%20ДЕТЕЙ.pdf>
6. Руководство для подростков про буллинг «Как не стать жертвой и почему не стоит нападать на других» Лаборатория профилактики асоциального поведения Института образования НИУ «Высшая школа экономики» Фонд поддержки и сохранения культурных инициатив «Собрание» А.А. Реан, М.А. Новикова, И.А. Коновалов, Д.В. Молчанова.
<https://razvitie.edusite.ru/ruk-buling.pdf>
7. Брошюра «Безопасность детей в интернете» Корпорация Microsoft Брошюра для педагогов и родителей по вопросам безопасного поведения в сети интернет (профилактика кибербуллинга).
http://xn--j1ajdw.xn--38-6kcadhwnl3cfdx.xn--p1ai/images/cms/data/bezopasnost_detej_v_internete.pdf
8. Алгоритм действий для родителей обучающихся по раннему выявлению и реагированию на деструктивное поведение несовершеннолетних, проявляющееся под воздействием информации негативного характера, распространяемой в сети Интернет АНО «Центр изучения и сетевого мониторинга молодежной среды» и ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2020. Методические рекомендации, включающие алгоритмы действий по раннему выявлению и реагированию на

деструктивное поведение несовершеннолетних, проявляющееся под воздействием информации негативного характера, распространяемой в сети Интернет.

https://mon.tatarstan.ru/rus/file/pub/pub_2510067.pdf

Полезные ссылки:

1. Сайт: ПомощьРядом. рф Психологическая помощь подросткам (12+) <https://pomoschryadom.ru/>
2. Сайт: Травлинет.рф На сайте представлена антибуллинговая программа для педагогов, информация для обучающихся, родителей <https://травлинет.рф/>
3. Сайт: Территория безопасности: как выжить в школе и вне ее? Антибуллинговая программа для педагогов, которая включает в себя серию тематических видеоуроков: для школьников, их родителей и педагогов. <http://safetyterritory.ru/>
4. Сайт: Каждый важен Психологическая помощь подросткам. Для педагогов на сайте размещена антибуллинговая программа «Каждый важен», профилактика травли в школе. Программа позволяет создать в классе систему ценностей, норм и правил, нетерпимых к проявлениям буллинга и любых форм насилия. <https://каждыйважен.рф>
5. Сайт: Комиссии по делам несовершенно летних и защите их прав Иркутской области (раздел «Безопасность детей») Родители, педагоги, обучающиеся. <https://irkobl.ru/sites/kdnizp/roditel/>
6. Сайт: неделя «Кибербезопасности» Обучающиеся 5-11 классы, родители, педагоги. <http://itprojects.narfu.ru/cybersecurity/schoolmaterials.php>
7. Подборка обучающих и развивающих видеоматериалов, которые помогут получить представление о приемлемых моделях поведения в Интернете Обучающиеся (5-9 классы) <http://i-deti.org/video/>
8. Центр безопасного интернета в России: подросткам. Обучающиеся (5-9 классы) <http://www.saferunet.ru/teenager/>
9. Онлайн-курс «Безопасность в Интернете» от Академии Яндекса Обучающиеся (6-9 классы) <https://stepik.org/course/191/>
10. База материалов в виде правил, презентаций, тестов и игр Обучающиеся (10-11 классы) <http://персональныеданные.дети/>
11. 15 правил безопасного поведения в интернете Родители, обучающиеся, педагоги. <https://www.uceba.ru/project/websafety>

Международный день борьбы против буллинга - 27 января