

# Профилактика буллинга в школьной среде



Буллинг - длительное физическое или психическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, который не способен защитить себя в данной ситуации.

Буллинг (И. Кон) - запугивание, унижение, травля, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе.

# Признаки буллинга

- Длительность
- Регулярность
- Неравенство сил
- Умышленность

# *Причины буллинга в образовательном учреждении*

- отсутствие контроля
- равнодушие как установка педагогов;
- несформированность детского коллектива;
- отсутствие системы профилактики в ОУ;
- позиция безразличия в отношении насилия со стороны сверстников
- недостаточная сформированность коммуникативных и личностных качеств ряда учеников;
- отсутствие возможности реализовать лидерские качества;
- семейное неблагополучие

# Виды буллинга:

## Физический буллинг:

- *умышленные толчки;*
- *удары, пинки;*
- *побои, увечья;*
- *нанесение иных телесных повреждений;*
- *сексуальное насилие*

# Психологический буллинг

- *словесные оскорбления или угрозы - преследование;*
- *запугивания*
- *обидные жесты или действия*
- *изоляция*
- *пассивное неприятие*
- *вымогательство*
- *шантаж;*
- *повреждение и иные действия с имуществом*

# Кибербуллинг

- *съёмка;*
- *выкладывание неприглядного видео в общий доступ;*
- *оскорбления и запугивания через социальные сети;*
- *взламывание страницы в социальных сетях жертвы и размещение оскорблений и унижительной информации;*
- *создание поддельных страниц на имя жертвы, где размещается унижительный контент,*

# Роли

- *Агрессор (инициатор)*
- *Жертва*
- *Защитники (пассивные или активные)*
- *Преследователи (помощники)*
- *Нейтральные наблюдатели*

# Жертва

- *необычная внешность*
- *энурез или энкопорез*
- *неумение за себя постоять, слабость, незаметность*
- *неопрятность в одежде*
- *частые пропуски занятий;*
- *неуспешность в учебе;*
- *гиперопека*
- *необщительность, замкнутость;*
- *высокая тревожность;*
- *возможно, агрессивность;*
- *«заумный» вид и манеры*

# Агрессор

- *высокая агрессивность;*
- *большая потребность во власти и подчинении других;*
- *активность, лидерство;*
- *стремление быть в центре внимания;*
- *нарцисцизм;*
- *импульсивность*
- *склонность к жестокости и садизму;*
- *отсутствие сочувствия, жалости и эмпатии к людям;*
- *ценность "правды", "справедливости" или "возмездия" как высшей цели, оправдывающей средства;*
- *в прошлом возможно подвергались жестоким физическим наказаниям или унижениям*

# Преследователи (помощники)

- *страх перед группой*
- *потребность в самоутверждении, при этом недостаток энергии для собственной инициативы в этом направлении;*
- *зависимость от мнения других*
- *склонность к снятию с себя ответственности*
- *дефицит духовности,*
- *низкая способность к эмпатии, сочувствию, жалости*
- *садистический радикал*

# Наблюдатели

- *страх предъявляться группе;*
- *обесценивание, как ведущая психологическая защита*
- *высокая терпимость к собственному дискомфорту;*
- *типичная реакция на стресс в форме "замри" (а не "бей" или "беги");*
- *возможно, уже был опыт участия в травле в этой роли (или в роли жертвы);*
- *убеждённость, что защита жертвы травли всегда приводит к обращению травли на защитника;*
- *склонность «не высовываться» - в идеале, никогда («тихоня»)*

# Последствия буллинга

## Жертва

- эмоциональное напряжение;
- постоянный стресс;
- физические заболевания;
- депрессия;
- страх перед школой;
- суицид

# Агрессор и преследователи

- *формирование асоциальных черт личности;*
- *наступление ответственности по закону;*
- *формирование отрицательных личностных качеств, нарушающих общение;*
- *осуждение и неприятие общества (могут сами стать отверженными)*

# Наблюдатели

- испытывая различные противоречивые чувства, не могут их отреагировать в силу страха (сами жертвы);
- эмоциональное напряжение, постоянный стресс;
- формирование отрицательных личностных качеств, нарушающих общение

# Сигналы буллинга

- притворяются больными;
- боятся одни идти в школу и домой, опаздывают;
- поведение и характер меняются;
- явные симптомы страха (нарушениях сна, аппетита, ночной крик, энурез, заикание, нервный тик);
- частые просьбы дать денег, воровство;
- снижение качества учебы, потеря интереса к любимым занятиям;
- постоянные ссадины, синяки и другие травмы;
- молчаливость, нежелание идти на разговор;
- отстраненность от взрослых и других детей;
- негативизм при обсуждении темы буллинга;
- агрессивность к взрослым и детям;
- напряженность и страх при появлении ровесников;
- обидчивость и раздражительность;
- грусть, печаль и неустойчивое настроение;
- суицидальные намерения и как крайняя степень – суицид.

# Алгоритм действий педагога

- *Обратить внимание на признаки буллинга*
- *Поговорить с «жертвой» с целью выяснения обстоятельств.*
- *Занять четкую, недвусмысленную позицию.*
- *Разговор с группой.*
- *Проинформировать педагогический коллектив*
- *В особо сложных случаях обратиться за помощью извне*
- *Поставить в известность родителей*

# Алгоритм действий администрации и психологической службы

- *Получение сообщения о сложившейся ситуации*
- *Принятие решения о неотложности реагирования*
- *Сбор соответствующей информации и психологическое обследование.*
- *Принятие комплексных мер для стабилизации ситуации*
- *Определение, кто и как будет контролировать ситуацию в дальнейшем.*

# Рекомендации по проведению интервью с детьми – участниками буллинга

- Используйте открытые вопросы, избегайте вопросов, на которые можно дать односложный ответ;
- Если ребенок говорит фрагментарно, недостаточно подробно, можно возвращаться к тому или иному эпизоду отдельно. При этом надо избегать концентрации на самых травматических моментах;
- Дайте ребенку эмоционально отреагировать произошедшее;
- Используйте простые слова, избегайте специальных терминов, грамматически сложных вопросов;
- Избегайте вопросов «почему?»;
- Вместо местоимений используйте имена собственные и названия мест;
- Свяжите вопросы относительно времени с конкретными событиями и занятиями ребенка;

## Если Вы – первый человек, кому ребенок рассказал о травле:

- Сохраняйте спокойствие, скажите ребенку, что вы ему верите и, что он поступил правильно, рассказав Вам о насилии;
- Выслушайте его рассказ внимательно, проявите терпение, постарайтесь сдержать свои эмоции;
- Скажите ребенку, что произошедшее с ним – это не его вина;
- Заверьте ребенка в том, что Вы сделаете все возможное, чтобы обеспечить его безопасность.

# Рекомендации для проведения беседы с ребенком-агрессором.

- Получить информацию об обстоятельствах случая. (Что произошло? О чем ты думал, когда это делал? Что ты думаешь об этом после, сейчас? На кого повлияло то, что ты сделал? Каким образом? Как ты считаешь, что тебе необходимо сделать, чтобы исправить ситуацию? Как можно сделать так, чтобы подобная ситуация не повторилась?)
- Попытаться выяснить его мотив к изменениям. (Что для него важно. Для чего он будет менять свое поведение.)
- Говорить о последствиях для агрессора, а не для жертвы. (детям-агрессорам трудно сопереживать и проявлять эмпатию).
- Задавать больше открытых вопросов (начинаются с вопросительных слов, требуют развернутого ответа, а не только «да-нет»):
- Вместо вопроса «почему?» (заставляет ребенка оправдываться) использовать вопросы «зачем?», «чего ты хотел, когда это делал?», (проясняет мотивацию ребенка)
- Задавать вопросы по одному, давать ребенку время на обдумывание ответа.
- Важно, чтобы ребенок признал, какие именно действия он совершал в отношении жертвы: «Что конкретно ты делал NN?».
- Предложить ребенку письменно описать все случившееся, предпочтительно отразить это в заявлении.

# Алгоритм работы с детским КОЛЛЕКТИВОМ

1. *Взрослый, взявший на себя ответственность, должен поговорить с группой и назвать явление (ТРАВЛЯ)*
2. *Использовать приём «описание ситуации с точки зрения жертвы».*
3. *Дать однозначную оценку*
4. *Обозначить травлю как проблему группы, избегая обвинений в конкретный адрес*
5. *Активизировать моральное чувство и сформулировать выбор*
6. *Сформулировать позитивные правила жизни в группе и заключить контракт.*
7. *Мониторинг и поддержка позитивных изменений*
8. *Гармонизировать иерархию*