

Профилактика буллинга

Буллинг – форма психологического насилия в образовательной среде. Что означает слово «буллинг», как он проявляется в стенах школы, каковы его последствия? В статье рассматриваются основные понятия и приводится план профилактических мероприятий.

Атмосфера в классе влияет как на освоение обучающимися учебной программы, так и на общую успеваемость, учебную мотивацию и т. п. Удовлетворенность обучающихся взаимоотношениями в классном коллективе, отсутствие «изолированных», «изгоев» – прямой показатель успешности воспитательных усилий педагога.

Образовательная среда не всегда комфортна, в ней присутствуют факторы, оказывающие негативное влияние на психическое развитие обучающихся. Одним из таких факторов является буллинг.

Буллинг (травля одноклассниками) – социальное явление, без которого не строится ни один детский коллектив. В любом классе есть лидер, «среднячки» и «слабое звено» – тот, кто становится объектом насмешек. Если ребенок по каким-то причинам выпадает из общей массы, рядом обязательно найдется тот, кто захочет самоутвердиться за его счет.

В детском коллективе буллинг зачастую является результатом незанятости подростков. Предпосылки:

- зависть, желание унижить жертву ради удовлетворения своих амбиций, для развлечения, самоутверждения;
- желание подчинить, контролировать кого-то;
- виктимность жертвы.

Виктимность – особенности личности и поведения индивида, навлекающие на него агрессию со стороны других людей, такие как покорность, внушаемость, неумение постоять за себя, неосторожность, доверчивость, легкомыслие, недифференцированная общительность, а также психические расстройства.

Последствия травли одноклассниками могут быть самыми плачевными. Ребенок привыкает считать себя неудачником и, как правило, не достигает успеха в жизни. Отсутствие навыка общения в коллективе делает его нелюдимым и замкнутым. Такие люди эмоционально неустойчивы, порой психически нестабильны.

Буллинг – скрытый процесс. Всем известно о его существовании, при столкновении с ним каждый пытается что-то предпринять. Однако никто не знает, сколько связанных с травлей страданий ежедневно испытывают школьники. Жертвами издевательств становятся ученики с умственными и физическими недостатками. Нередки случаи самоубийств и даже убийств.

За термином «буллинг» стоит неприятие, отвержение человека другими членами социальной группы, сопровождающееся психологическими (а в экстремальных случаях и физическими) нападениями, издевательствами, игнорированием.

Травля в школе – явление распространенное. Для его предотвращения, разрешения конфликта и устранения последствий необходимо слаженное взаимодействие окружения ребенка и всех вовлеченных в образовательную деятельность лиц.

Психолого-педагогические аспекты профилактики буллинга

Для определения ситуации буллинга и его последствий необходимо собрать информацию и провести клинико-психологическое обследование. Опрашиваются пострадавший,

возможные участники издевательств над жертвой и свидетели. Тщательным образом проводится анализ полученной информации. В результате анализа проясняются следующие аспекты:

Типы агрессоров:

- Нигилист – чаще мальчик, чем девочка. Это логик по типу мышления. Патологическая безэмоциональность – его отличительная черта. Слышит только себя и считается только с собственным мнением. Придумывает для других язвительные и унижительные прозвища
 - Компенсатор – недостаток знаний и способностей к учению восполняет проявлением власти, ложью, грубостью. Любит измываться над слабыми и незащищенными. Нанесенные ему обиды помнит долго, всегда пытается взять реванш. Единственная возможность борьбы с таким буллером – завоевать поддержку коллектива. Как только он понимает, что жертву поддерживают другие, накал его агрессии снижается.
 - Комбинатор – жестокий подросток с развитым интеллектом. Ему нравится манипулировать другими, цинично сталкивая одноклассников между собой, оставаясь при этом в стороне. Искреннее общение с таким буллером в любой момент может обернуться внезапным и очень болезненным ударом.
- реальность буллинга;
 - его длительность;
 - характер (физический, психологический, смешанный);
 - основные проявления;
 - участники (инициаторы и исполнители);
 - их мотивация;
 - свидетели и их отношение к происходящему;
 - поведение жертвы (пострадавшего);
 - динамика происходящего;
 - прочие важные для диагностики обстоятельства.

Первичная профилактика реализуется по трем направлениям:

1. Создание условий недопущения буллинга.
2. Скорейшее и грамотное разобщение ребенка со стрессовыми воздействиями.
3. Укрепление защитных сил организма в противостоянии травле как для условно здоровых детей, так и для уже имеющих соматическую или психическую патологию.

На первом этапе следует признать наличие проблемы и осознать ее масштаб.

На втором – определить проблему (ее суть, серьезность, частоту возникновения, длительность, состояние жертвы, участников, свидетелей). Контролируются агрессивные намерения обидчиков и состояние жертвы. Вырабатывается план действий.

На третьем – реализуется выработанный план.

Вторичная профилактика сводится к своевременному выявлению у подростков патологических последствий буллинга и оказанию квалифицированной комплексной помощи.

Третичная профилактика предполагает реабилитацию детей и подростков с тяжелыми формами последствий травли. Острый психоз и суицидальное поведение – поводы для

экстренной госпитализации. При выявлении признаков тяжелого душевного расстройства необходимо экстренно убеждать родителей проконсультировать ребенка у психиатра.

Кто становится буллером?

Буллерами зачастую становятся дети, растущие без запретов, не знающие, что такое авторитет родителей. В то же время им очень не хватает внимания и уважения взрослых. Тоска по этим чувствам вызывает агрессию, которая какое-то время подавляется: ребенок не может выплеснуть ее на родителей. Тогда он начинает искать подходящую мишень. В школе со строгими правилами, в атмосфере взаимного уважения такой обучающийся обычно контролирует поведение. Но при возможности безнаказанно проявлять свою власть и силу у него загораются глаза. Большинство буллеров – это дети с ярко выраженными нарциссическими чертами характера. Они растут без внутреннего ощущения собственного достоинства, и поэтому им все время приходится самоутверждаться за счет других людей.

Как распознать нарциссические черты в своем ребенке?

Эгоизм, стремление в любой ситуации получить лучшее, как правило, заметны уже в 5 лет. Например, ребенок хватается лучший кусок со стола, причем делает это спокойно и уверенно. К сожалению, в обществе, нацеленном на внешний успех и потребление, желание ребенка быть во всем первым для многих родителей становится поводом для гордости. Кроме того, родители буллера нередко столь же нарциссичны, как и их ребенок. Они могут жестоко его наказать, но тот сорвет зло на очередной жертве. Примерно 50% агрессоров одновременно сами являются жертвой – в своей семье или в другом коллективе.

Профилактические мероприятия

Если проявления буллинга вовремя не пресекаются, то со временем они становятся все более опасными. Реакция школьного сообщества на случаи насилия – важный аспект в решении проблемы.

Одномоментно и навсегда искоренить проблему буллинга невозможно. Однако если ею будут вплотную и серьезно заниматься все участники образовательного процесса, то высока вероятность избежать многих конфликтов.

Ключевые слова, раскрывающие сущность профилактики буллинга: предохранение, предупреждение, предостережение, устранение и контроль. Профилактическая работа предполагает изменение социальной, семейной, личностной ситуации обучающегося путем применения специальных педагогических и воспитательных мер, способствующих улучшению качества его жизни и поведения.

Необходимо организовывать классные часы, основными идеями которых будут темы об уважительном и толерантном отношении к окружающим людям. Социально-психологическая служба должна проводить с классами тренинги на сплочение классного коллектива, развитие терпимости, эмпатийного мышления по отношению к окружающим.

Основная цель профилактических мероприятий направлена на то, чтобы помочь ребенку совладать со стрессовой ситуацией и агрессией.

Задачи профилактики буллинга:

- подготовка учителей для работы с трудными детьми;
- содействие улучшению социального самочувствия;
- психолого-педагогическое просвещение родителей;
- устранение психотравмирующей и социально опасной ситуации;

- снижение риска злоупотребления токсическими веществами, наркотиками и алкоголем;
- развитие и формирование самостоятельности и социальной компетентности;
- изменение представлений о самом себе и об отношениях с окружающими.

Объединение профилактических мероприятий в единую систему (см. приложение) позволит создать в образовательной организации (далее – ОО) безопасное психологическое пространство. В основном меры сводятся к формированию определенных установок у каждого отдельного ученика, а также введению правил и норм, направленных против буллинга.

Ты свидетель или жертва травли — как поступить

1 Не мирись с тем, что тебя постоянно обзывают, унижают и высмеивают

Если тебе угрожают, отбирают или портят твои вещи, бьют, ставят в унижительное положение – это травля. Все эти действия запрещает и наказывает закон.

2 Вмешайся, если видишь травлю

Если можешь, скажи зачинщикам, чтобы они прекратили. Если не можешь, позови любого учителя. Сообщи родителям. Если не остановить травлю, ее жертвой может оказаться каждый. Травля – это беда всего класса.

3 Поддержи того, кого травят

Скажи жертве издевательств, что ты против травли. Помогут даже мелочи: здоровайся с ним, предложи подойти к взрослым, посоветуй искать помощи.

4 Не вини себя, если тебя травят

Никакие особенности поведения или личные качества человека не оправдывают травлю. Если кто-то тебя убеждает, что взрослым говорить нельзя, знай – это манипуляция, чтобы издеваться над тобой и дальше.

Мой стиль - безопасный интернет

КИБЕРБУЛЛИНГ

– одна из форм преследования, травли, запугивания, насилия при помощи информационно-коммуникационных технологий

Безопасный интернет
8 800 25 000 15

Подробнее о правилах безопасности:
<https://kids.kaspersky.ru>
ПомощьРядом.РФ
ДетиОнлайн. Линия помощи

Что делать?

Игнорируй обидчика

Чем эмоциональней ты реагируешь, тем активней травля. Ведь она организована именно ради того, чтобы развлечься, наблюдая за твоей реакцией. Разочаруй обидчика!



Измени свои настройки в социальных сетях

- внеси обидчика в «черный список»;
- создай новые учтеные записи;
- удали из списка друзей тех, кого не знаешь, кто не нравится;
- не выкладывай фото и видео, содержащее хотя бы малейший намек на возможность высмеивать тебя



Обратись за помощью к родителям

Не следует жить с проблемой один на один – поговори с родителями, или другими взрослыми, которым ты доверяешь. Они могут тебя поддержать, а также обратиться в правоохранительные органы и суд



Обратись в администрацию ресурса

- укажи дату и время факта кибербуллинга;
- приложи скриншот сообщения (диалога, изображения);
- сделай ссылку на профиль обидчика и на страницу с его сообщением



Контакты для писем в службу поддержки сайтов:

YouTube: <https://www.youtube.com/reportabuse>,
почта пресс службы гугла (владелец) press@google.com
Instagram: support@instagram.com или fb: <https://www.facebook.com/Instagramru>
Вконтакте: <http://vk.com/support>
Facebook: <http://ru-ru.facebook.com/help/168009843260943>
Twitter: <https://support.twitter.com/articles/117063-blocking-users-on-twitter>
Одноклассники: <https://ok.ru/help/8/28/3612>



Юридическая ответственность за травлю Статьи Уголовного кодекса

С 14 лет

Статья 111.п.1 Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью
Статья 112. п.1 Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью
Статья 163. Вымогательство

С 16 лет

Статья 110. Доведение до самоубийства
Статья 110.1. Склонение к совершению самоубийства или содействие совершению самоубийства
Статья 128.1. Клевета
Статья 282. Возбуждение ненависти либо вражды, а равно унижение человеческого достоинства

Памятка для родителей

Безопасный интернет детям 8 800 25 000 15

Моего ребенка травят в интернете

Изменения в поведении ребенка

- реже находится в интернете;
- проявляет беспокойство после получения электронных сообщений, телефонных звонков;
- скрывает, избегает вопросов или обсуждений;
- часто уединяется;
- не посещает запланированных мероприятий, пропускает школу;
- настроен пессимистично по поводу своего будущего

Кибербуллинг – намеренные оскорбления, угрозы и обнаружение компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации

Подробнее:
<https://kids.kaspersky.ru>
<http://detionline.com>

Контроль над ситуацией. Что делать?

1. Поговорите с ребенком

- Оцените ситуацию, получите ответы на вопросы:**
- что именно беспокоит ребенка;
 - как долго продолжается травля;
 - как себя чувствует ребенок;
 - кто из друзей (одноклассников, знакомых) ребенка знает о фактах травли;
 - встречал ли ребенок киберхулигана в реальной жизни

2. Эмоционально поддержите ребенка

- избегайте нотаций, критики;
- убедите, что в травле нет вины ребенка;
- обратите внимание на множество интересных вещей кроме Интернета: реальное общение, подвижные игры, спорт, творчество, волонтерство и т.д.

3. Подайте жалобу модератору (администратору) сайта

- Адреса для получения подробной информации:**
- Вконтакте: <http://vk.com/support>
 - Facebook: <http://ru-ru.facebook.com/help/168009843260943>
 - Instagram: <https://help.instagram.com/454180787965921>
 - Twitter: <https://support.twitter.com/articles/117063-blocking-users-on-twitter>
 - Одноклассники: <https://ok.ru/help/8/28/3612>

4. Измените настройки профиля ребенка в социальных сетях

- удалите личную информацию (адрес, номер телефона и др.);
- измените имя ребенка, его профильное изображение;
- измените адрес электронной почты, профиль, учетные записи.

5. Обратитесь в правоохранительные органы

- Юридическая ответственность за травлю
Уголовный кодекс РФ:**
- Статья 110. Доведение до самоубийства
Статья 110.1. Склонение к совершению самоубийства или содействие совершению самоубийства
Статья 111.п.1 Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью
Статья 112. п.1 Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью
Статья 128.1. Клевета, Статья 163. Вымогательство
Статья 282. Возбуждение ненависти либо вражды, а равно унижение человеческого достоинства