

Буллинг

Как распознать и предотвратить





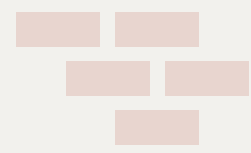
Буллинг

Переводится с английского как «запугивание». Его синоним в русском языке — травля. Это агрессивное поведение какого-то человека или группы, которое нарушает права других людей. Цель у буллинга одна: подавить индивидуальность жертвы.

Травля

Вид группового эмоционального и/или физического насилия. Подвергая человека травле, над ним смеются, издеваются, его подчеркнуто игнорируют, оскорбляют, унижают, толкают, бьют, удерживают силой, отнимают, прячут и портят его вещи и т. д., причем все это делается систематически, группой или агрессором при поддержке группы. Травле может подвергнуться любой студент, вне зависимости от его статуса, внешности и других факторов.

В большинстве случаев жертва никому не рассказывает о буллинге, особенно если у неё нет физических доказательств травли. То есть учащийся сам не понимает, что происходит. Он думает: «Я кому-то не нравлюсь», «Дело во мне», «Я сам заслужил такое обращение».

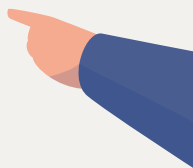
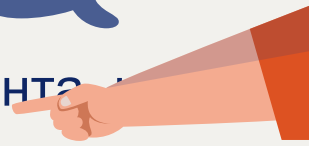


У буллинга есть два варианта развития:

1. один студент травит другого, а остальные являются зрителями и молчаливо на это смотрят;



2. студент или группа учащихся начинают травить другого студента и к ним присоединяется большинство учащихся.



Важно помнить, что жертва буллинга в студенческой среде не виновата в том, что ее обижают. Это проблема агрессора, а не жертвы.



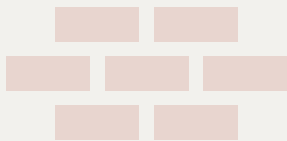
Кибербуллинг

(виды травли в сети Интернет):

- Троллинг - провокативные сообщения или комментарии, которые должны вызвать негативные эмоции;
- Хейтинг - агрессивные нападки личного характера или критика;
- Киберсталкинг (киберпреследование) - сообщения с угрозами, сбор личных данных;
- Секстинг - рассылка личных фото или видео, чаще интимного характера, с целью навредить или подорвать чью-то репутацию.



Ответьте на вопросы:
Каково будет ваше
самочувствие?
Как долго вы сможете
выдержать это?



Чем отличается травля от конфликта и непопулярности?

Если кого-то из учащихся в группе не любят, у него нет друзей, его неохотно принимают, 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.

Никто не может обещать каждому студенту в группе, что он будет всем нравиться. Но безопасность, физическую и психологическую, колледж обязан обеспечить каждому ученику.

Чем отличается травля от конфликта и непопулярности?

Если учащиеся поругались или даже подрались, при этом сегодня один стукнул того, а завтра наоборот, или только что они дрались, а теперь вместе с интересом обсуждают что-либо, если они взаимодействуют на равных, это не травля, это конфликты.

При травле нет смены ролей, нет равенства сторон конфликта, при травле одни всегда нападают, а другие всегда страдают. Травля не учит никого ничему хорошему, она не помогает развитию детей, а препятствует.

Распространение буллинга

87% взрослых сталкивались в детстве с травлей



из них были
жертвами



признались
в напаках

#SOS_ПРОТИВ_БУЛЛИНГА
sos-dd.ru/bullying

Чем сопровождалась травля?



насмешки,
присвоение кличек



унижения
в присутствии
других



порча и
отнимание вещей



угрозы

#SOS_ПРОТИВ_БУЛЛИНГА
sos-dd.ru/bullying

Дети не всегда рассказывают

Сколько детей столкнулись с буллингом?



опрошенных родителей сообщили, что их дети рассказывают им о травле



уверены, что их дети сталкивались с буллингом

Половина опрошенных детей сообщили, что зачинщики донимали их самих, одноклассников или их друзей.



столкнулись с буллингом



признались, что нападали сами

Кому дети чаще всего рассказывают о буллинге?

В половине случаев дети рассказывают о проблемах с одноклассниками своим близким людям.



маме, папе,
бабушкам и
дедушкам



учителям



не рассказывают никому

Как ведут себя учителя?

В большинстве случаев (66%) учителя, узнав о проблеме, помогали её решить, но в 33% случаев – никак не реагировали.



только **12%** учителей знают о том,
что происходит между учениками

Последствиями для жертвы травли могут быть:

- Трудности в учебе, невозможность сосредоточиться из-за постоянного стресса
- Постоянные пропуски занятий, так как идти на учебу страшно и находиться там мучительно
- Устойчиво сниженная самооценка, неверие в свои силы, искаженный образ себя как «ущербного», «не такого, как надо»
- Тревожные расстройства, в том числе стойкие и тяжелые формы
- Депрессивные расстройства, в том числе стойкие и тяжелые формы
- Социальные невроты, социофобия, сложности с общением, с завязыванием и поддержанием социальных связей, которые будут оставаться долгие годы после окончания обучения. Иногда эти проблемы не проходят без психотерапевтического лечения
- Суицидальные мысли и попытки, которые отмечаются у жертв травли в 5 раз чаще, чем у остальных учащихся

Стадии буллинга:

- Образование буллинг- группировки (Либо же возникает один зачинщик, далее возможно присоединение некоторых членов группы)
- Развитие ситуации - действия становятся регулярными, жертва перестает сопротивляться
- Закрепляется статус жерты, жертва полностью деморализована
- Изгнание – жертва стремится избегать посещения колледжа

Спираль буллинга – путь жертвы:

- Первая фаза — пострадавший активно сопротивляется, ищет поддержку.
- Вторая фаза — разнообразные по силе и качеству эмоциональные переживания жертвы.
- Третья фаза — ощущение неизбежности, непреодолимости ситуации.

Мифы о буллинге

Миф 1. Буллинг — это своеобразная «инициация», через которую должен пройти каждый член коллектива.

Миф 2. Буллинг — это непростой опыт, который закаляет характер.

Миф 3. Если не акцентировать внимание на ситуации травли (замалчивать, скрывать), она утихнет сама собой.

Миф 4. Жертва сама виновата в травле: она провоцирует людей на жестокое обращение с собой. Если жертва захочет, она сама сможет прекратить буллинг.

Миф 5. Если кому-то помогать в ситуации травли, так это жертве.

Практические рекомендации

Не стоит обвинять ученика – жертву буллинга в том, что он «вёл себя не так», «сам спровоцировал», и тем более закрывать глаза на ситуацию, говоря, что дети так «просто играют». Травля – это коллективное насилие, издевательство над личностью. Это намеренное и систематичное причинение вреда.

Старайтесь не провоцировать возникновение буллинга: избегайте появления любимчиков и изгоев. Оценивайте поступки, а не детей.

Главная рекомендация педагогам и кураторам – наблюдать и не молчать. Травля появляется там, где есть равнодушие.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!