

Как предотвратить буллинг

(советы психолога)

- Не пытаться выделяться среди других, если нет для этого повода.
- Не хвастаться - не своими успехами, не своими родителями, не своими электронными игрушками.
- Не зазнаваться.
- Не задираться.
- Не показывать свое превосходство над другими.
- Не демонстрировать свою элитарность.
- Не ябедничать.
- Не подлизываться к учителям.
- Не игнорировать «решения» класса, если они не противоречат нравственным нормам человека, не плыть против течения своего «коллектива».
- Не давать повода для унижения чувства собственного достоинства.
- Не демонстрировать свою физическую силу.
- Найти общий язык с каждым учеником в своём классе.
- Отыскать себе друга среди ровесников. Еще лучше не одного, а сразу несколько настоящих друзей.
- Приглашать одноклассников в гости.
- Не пытаться всегда побеждать в своих спорах с ровесниками.
- Научиться проигрывать и уступать, если он, в самом деле, не прав.
- Научиться уважать мнение своих одноклассников.

БУЛЛИНГ - проблема, которая может коснуться каждого!

В переводе с английского языка буллинг (bullying) означает травлю, запугивание, третиование.



«Группа риска»

Исследователи выделяют три главных фактора, позволяющих выявить детей группы риска по буллингу.

1. «Множественный стресс», подразумевающий под собой то, что дети – изгои и жертвы имеют множество проблем: от социального неблагополучия и конфликтов в семье, вплоть до плохого здоровья, затрудненной коммуникации со сверстниками и несовершенства компенсаторных возможностей.

2. «Провоцирующие особенности жертвы». Под такими особенностями подразумеваются даже «необычная» манера речи, умение держать себя в детском коллективе, и вообще все «необычное» в ровеснике с точки зрения его одноклассников.

3. «Стигматизация - расовые (национальные) и физические особенности ребенка». Так как дети изгои и жертвы школьного буллинга чаще всего скрывают свои проблемы от собственных родителей, и об этом их мамы и папы в основном узнают лишь во время экстремальных и кризисных ситуаций, завершающихся даже суицидальными попытками ребенка, родителям необходимо знать, какие особенности поведения детей должны заставить задуматься их о том - не является ли их ребенок жертвой школьной дедовщины

Виды буллинга в учебном заведении.

Буллинг является разновидностью насилия и, в свою очередь, также может выражаться по-разному, т.е. имеет свои виды:

1. Физический буллинг – умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных повреждений и др.;

2. Психологический буллинг – насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональная неуверенность. К этой форме можно отнести:

- вербальный буллинг, где орудием служит голос (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, дразнение, распространение обидных слухов и т.д.);
- обидные жесты или действия (например, плевки в жертву либо в её направлении);
- запугивание (использование агрессивного языка тела и интонаций голоса для того, чтобы заставить жертву совершать или не совершать что-либо);
- изоляция (жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью учеников или всем классом);
- вымогательство (денег, еды, иных вещей, принуждение что-либо украсть);
- повреждение и иные действия с имуществом (воровство, грабёж, прятанье личных вещей жертвы);
- кибербуллинг – унижение с помощью мобильных телефонов, Интернета, иных электронных устройств (пересылка неоднозначных изображений и фотографий, обзывание, распространение слухов и др.).

Буллинг – в основном латентный для окружающих процесс, но дети, которые подверглись травле, получают психологическую травму различной степени тяжести, что приводит к тяжёлым последствиям вплоть до самоубийства. И не имеет значения, имел место физический буллинг или психологический.

