



**Информационно-просветительский материал
классным руководителям, родителям
(законным представителям) и студентам:
«Буллинг – старая проблема в новой интерпретации»**

Буллинг (от англ. bully – хулиган, драчун, насильник) – психологический террор, избиение, травля одного человека другим. Действия менее радикальные – обзывания, непристойные шутки, сплетни – называют **моббингом**.

Основные их признаки:

- неравенство сил агрессора и жертвы.
- повторяемость насилия.
- острая эмоциональная реакция жертвы.

Травля, агрессивное преследование одного другим, – это явление с долгой историей. Но сегодня его масштабы становятся все заметнее. У подростков 11–17 лет в ходу сплетни, унижительные шутки, бойкот. Боль, одиночество, чувство безысходности – чувства, которые испытывает жертва преследования.

***Сам процесс буллинга происходит только при совпадении таких факторов:
Беззащитность.***

Если избивают в туалете старшие ребята, и никто не реагирует, издевательства будут продолжаться и дальше. Физически слабые мальчики также подвергаются повышенным нападкам со стороны более сильных сверстников. Но при жёсткой реакции родителей и педагогов случаи буллинга не повторяются. Поэтому буллеры поступают мудро: они или выбирают беззащитную жертву, или последовательно уничтожают к ней симпатии окружающих.

Неготовность биться «на смерть».

Буллеры — трусы. Именно поэтому они выбирают для нападок более слабых, тех, кто гарантированно не сможет ответить. Жертва не даёт отпор агрессору по нескольким

причинам: явному перевесу сил, страху получить в ответ ещё большую агрессию или потому, что не хочет быть «плохой». Некоторые дети не защищаются из-за установки родителей «драться — это плохо». Если их переубедить и доказать, что защищать себя можно и нужно, ситуация становится менее трагичной.

Низкая самооценка.

В голове жертвы прочно сидит недовольство собой или вина. Особенно ярко это проявляется с детьми, у которых действительно имеются те или иные особенности развития: гиперактивность, синдром дефицита внимания, заикание. В зоне риска и ребята, которых не поддерживает семья, где нет доверительных отношений с родными, малыш предоставлен по большей части сам себе и улице.

Высокая агрессивность.

Иногда жертвами становятся дети задиристые, эмоционально и болезненно реагирующие на любое замечание или просьбу. Здесь агрессивность носит реактивный характер и идёт от высокой возбудимости и беззащитности.



Психологические и социальные проблемы.

Одиночество, социальное неблагополучие, депрессивность, неумение общаться с ровесниками, комплекс неполноценности, глубинное убеждение в негативной картине мира, насилие в собственной семье, пассивная покорность насилию — вот предпосылки для того, что ребёнок окажется в роли жертвы в учебном заведении. Пугливость, тревожность, чувствительность и мнительность, как индивидуальные черты характера, делают ребёнка беззащитным, привлекают агрессора.

Общей чертой всех буллеров являются внешне выраженные нарциссические черты. Нарциссы зациклены на себе, но не имеют внутренней опоры. Они нуждаются в уважении и поддержке, но не получают её от родителей. Зачастую у такого ребёнка фиксируют плохие отношения с мамой, он может воспитываться в социально неблагополучной семье. Поэтому добиваются от окружающих признания путем насилия и террора. Кроме того, буллерам характерны:

1. Неуравновешенность, самовлюблённость. Вспыльчивость, импульсивность и невыдержанный характер с чрезмерно задранной самооценкой. Любые стимулы, которые

могут понизить мнение о себе, воспринимаются как личная угроза и требуют немедленного действия. Авторитет поднимается не за счёт личных достижений, а путем унижения других. Девочки чаще действуют исподтишка, науськивая окружающих. Они нечувствительны к страданиям других и таким образом просто развлекаются. Иногда буллинг для них — это инструмент для борьбы с соперницами. При этом жертва необязательно должна бросать вызов явно. Достаточно быть красивее и успешнее

2. Чрезмерная злоба, враждебность, желание «почесать кулаки».

Нападающий — всегда поклонник культа силы и насилия, закон джунглей для него свят. Социальные нормы и правила размыты и необязательны к исполнению. Испытывает презрение к более слабым. Физическое развитие в норме или выше. Все вопросы решает при помощи конфликтов, крика, шантажа, физических угроз и побоев. Часто лжёт. Присутствуют садистские наклонности.

3. Возвышенное положение в обществе. Девочки-зачинщицы буллинга обладают высоким социальным авторитетом. Они уверены в своей внешности и никогда не испытывали чувства неловкости из-за того, что у них чего-то нет. Родители потакают всем капризам и часто в присутствии ребёнка высказывают презрение к окружающим. Отношение к миру меркантильное, к людям — потребительское. Мальчики же из богатых семей ни в чём не знают отказа, на все их проделки родители закрывают глаза, предпочитая откупаться солидной суммой, чем проводить время вместе. Ребёнок с детства привыкает, что всё покупается и продаётся, а любое его действие не влечёт последствий, кроме как немного опустевшего семейного счёта. Таких детей чаще всего называют мажорами.

Как и любое внешнее воздействие, перенесённые травмы обязательно отразятся на дальнейшей жизни. Причем, не стоит думать, что для агрессора манера его поведения останется безнаказанной.

Оказавшись в роли жертвы буллинга, ребёнок получает огромное количество психических травм, которые неизбежно сказываются на его дальнейшей жизни:



Расстройства психики. Даже единичный случай буллинга оставляет глубокий эмоциональный шрам, требующий специальной работы психолога. Ребёнок становится агрессивным и тревожным, что переходит и во взрослый возраст. У него появляются трудности в поведении. Они чаще других подвержены депрессиям и заканчивают жизнь самоубийством.

Сложности во взаимоотношениях. Шансы стать жертвами моббинга на рабочем месте у людей, переживших буллинг в детстве, вырастают многократно. Мировая статистика утверждает, что взрослые, перенесшие издевательства в детстве, в большинстве своём остаются одинокими на всю жизнь, им тяжелее подниматься по карьерной лестнице. Поэтому они чаще других выбирают надомную или обособленную работу. Больше общаются в социальных сетях, чем в реальном мире.

Болезни. Близким результатом буллинга очень часто бывают физические недомогания. Известны случаи, когда у мальчиков от стресса и бессилия начинались серьёзные проблемы с сердцем. Девочки-подростки подвержены другому несчастью: насмешки и оскорбления приводят их к анорексии или булимии. Возможны расстройства сна и перерастание травмы в психосоматику. Например, подросток страдает от болей в почках, но обследования и анализы ничего не показывают. Болевой синдром уходит только после работы психолога.

Агрессор меньше страдает от последствий буллинга, чем жертва, но всё же бесследно это не проходит и для него:



Неблагоприятное будущее. Примитивные асоциальные способы поведения перестают действовать во взрослом мире, и буллеры оказываются на помойке жизни. В то время, как их жертвы, заучки и ботаны, заканчивают университеты, получают хорошую работу и обеспеченную жизнь, дорога их мучителей заканчивается в тюремной камере. В лучшем случае они прозябают на низкоквалифицированной малооплачиваемой работе и с завистью смотрят на своих бывших школьных товарищей.

Проблемы во взаимоотношениях. Дети, которые умудрялись сочетать буллинг с высоким социальным статусом, становятся диктаторами в семье и сущим наказанием на работе. Это сплетники и интриганы. Они плетут сети более успешным коллегам, подсиживают, ставят подножки и идут к своей цели «по трупам». Многие из них достигают высоких результатов в карьере. Поэтому рано или поздно наживают смертельных врагов, а остальные их недолюбливают и боятся.

Террор в семье. Даже если уже во взрослой жизни они успешны, то окружающим с ними неуютно. Развлекаться чужими несчастьями остаётся их хобби на всю жизнь. Они не умеют выстраивать теплые отношения с детьми, с любимыми, часто просто копируя поведение своих родителей.

Опыт насилия деструктивен для личности насильника. У него разрушаются механизмы формирования близости с другими людьми, и он никогда не сможет создать доверительных тёплых отношений с партнёрами, даже с собственными детьми всегда будет на расстоянии.

Кто чаще всего становится жертвой травли?

Им может стать любой обучающийся, даже сильный, способный противостоять давлению группы одноклассников или одноклассников. Но некоторые дети невольно провоцируют сверстников и чаще других становятся жертвами травли. Среди них – те, кто необычно одет или «странно» ведёт себя; кто неряшлив, неопрятен. Или мальчики и девочки, которые не могут дать отпор, или очень чувствительные дети – их нетрудно вывести из себя, заставить рыдать. Обучающиеся, которые легче ладят со взрослыми, чем с одноклассниками, по любому поводу жалуются педагогу и ходят за ним «хвостиком», тоже вызовут скорее раздражение, чем симпатию класса или группы. Часто жертвой буллинга становится новенький в классе или группе, отличающийся от остальных, – например, более открытый, инициативный, честный. И дети отвергают «чужака».

А кто становится буллером?

Эти дети растут без запретов, не знают, что такое авторитет родителей. И в то же время им очень не хватает внимания и уважения взрослых. Тоска по этим чувствам вызывает у них сильную агрессию, которая какое-то время подавляется: ребёнок не может выплеснуть её на родителей, он ищет себе подходящую мишень. В учебном заведении со строгими правилами, в атмосфере взаимного уважения такому ребёнку легче контролировать своё 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, самооценности, и поэтому им всё время приходится самоутверждаться за счёт других людей, доказывать собственное превосходство.



Действия педагога.

Не игнорировать, не преуменьшать значение. Если в учебном заведении пришли к общему пониманию и соглашению о том, что буллинг является проявлением насилия, то

тогда даже у тех, кто не является прямыми участниками, повышается восприимчивость к ситуациям буллинга и появляется способность адекватно реагировать.

Занять позицию. Если педагогу стало известно о случае буллинга, или он стал свидетелем такого случая, он должен занять ясную и недвусмысленную позицию и попытаться добиться того, чтобы по меньшей мере «наблюдатели», а по возможности и сам буллер также изменили свою позицию в отношении происходящего, а также объяснить им, каковы психологические последствия для жертвы в этой ситуации.

Подготовила заместитель директора по ВР Алексеева К.С.

*(использована информация педагога-психолога
Усановой В.П.)*