

Буллинг (bullying, от английского слова «bully» — хулиган, драчун, насильник) — слово, которое сейчас используется во всем мире для обозначения травли. Это физическое и/или психологическое насилие, которому подвергается со стороны группы людей один человек.

Что случилось?

Школьный буллинг (или травля) у нас в стране ассоциируется с фильмом Ролана Быкова «Чучело» (1984), в котором героиня, школьница Лена Бессольцева, переживает жестокое преследование со стороны одноклассников. В этом фильме можно увидеть основные признаки буллинга:

- насилие в том или ином виде — психологическое или физическое (насмешки, издевательства, избиения, преследования);
- систематичность, постоянство, направленность на одного и того же человека;
- травля носит групповой характер.

Об этих признаках буллинга полезно помнить, когда вы пытаетесь понять, что случилось у вашего ребенка в школе.

Например, ребенок жалуется вам, что у него нет друзей, он чувствует себя одиноким в школе. Что это — травля или

нет? «Если кого-то из детей в классе не любят, если у ребенка нет друзей, если его неохотно принимают в игру, но насилия над школьником нет, это не травля, а непопулярность, — объясняет психолог Людмила Петрановская в методическом пособии „Травли NET“. — При непопулярности человеку может быть обидно, грустно и одиноко. При травле ему страшно, он не чувствует себя в безопасности».

Не считаются травлей и обычные школьные конфликты («Если дети поругались или даже подрались, при этом сегодня этот стукнул того, а завтра наоборот, или только что они дрались, а теперь вместе играют в футбол, если они взаимодействуют на равных, это не травля, а конфликты»), и даже агрессивное поведение конкретного ученика, которого никто больше не поддерживает.

Чем отличается конфликт от буллинга

1. Неравные силы — главное отличие травли от конфликта. В конфликте обе стороны одинаково сильны и могут оказывать влияние на ситуацию, изменить ее в свою пользу. В случае травли жертва ощущает себя беспомощной, незащищенной, одинокой, не способной ни на что повлиять — что бы жертва не делала, травля не остановится.

2. Спонтанность — признак конфликта. Он не планируется заранее, это, как правило, выплеск накопившихся эмоций. Травля — это спланированное и постоянное унижение одного ребенка группой других детей.

3. Ответственность обеих сторон — норма для конфликта. В травле жертва не виновата в том, что ее травят.

4. Конфликт непродолжителен. Стороны, участвующие в нем, стараются уладить его как можно быстрее. Травля — постоянное намеренное поведение с целью унижить жертву, применяя психологические или физическое насилие.

5. Конфликт можно разрешить. Травлю, в отличие от конфликта, можно только прекратить.

Виды буллинга

Моббинг (mobbing, от английского слова «mob» — толпа) — действия менее радикальные (шутки, обзывания, сплетни), чем физическое насилие, но не становящиеся от этого менее опасными. Моббинг, если его не остановить, легко может превратиться в буллинг.

Кибербуллинг (cyberbullying) — это травля, целенаправленный и повторяющийся вред, наносимый с помощью интернет-технологий, компьютеров, гаджетов и других электронных девайсов.

Кто становится жертвой?

Долгое время считалось, что жертву выбирают за непохожесть, за то, что она не такая, как все — ребенок с инвалидностью, ребенок с особенностями (рыжий, толстый, с косоглазием, заикается), дети из неблагополучных семей (плохо пахнут, бедно одеты). Но жертвой буллинга может стать любой ребенок — даже с задатками лидера, с сильной волей, отличник или душа компании.

Всех жертв буллинга объединяет одно — чувствительность, открытость, которая заставляет агрессивно настроенную группу найти слабое место у человека и пользоваться его уязвимостью. Жертва буллинга испытывает сильный стресс, не чувствует себя в безопасности. Если травлю не остановить, может пострадать не только психическое, но и физическое здоровье ребенка.

Все-таки травля: что делать

Если вы замечаете, что ребенок расстроен после школы (может даже плакать), если он замыкается в себе, не хочет идти в школу, если у него появляются проблемы со сном, болит по утрам голова — это может быть признаком буллинга.

Постарайтесь поговорить с ребенком, предложите ему рассказать, что происходит. Не давите на него, не

принуждайте к откровенности. Дайте понять, что вы останетесь на его стороне — что бы ни случилось. Если ребенок не идет на контакт, посоветуйтесь с психологом или педагогом — и ни в коем случае не ругайте ребенка, не раздражайтесь, не паникуйте, действуйте как можно спокойнее и увереннее.

Если факт травли подтвердился, в присутствии сына или дочери позвоните учителю, дайте понять, что буллинг должен немедленно прекратиться. Обязательно встретьтесь с учителем, попросите о содействии. Если учитель будет бездействовать, обратитесь к директору школы или в департамент образования. Привлекайте к решению проблемы родителей других пострадавших от травли детей — если действовать сообща, обещая предать факты травли огласке, буллинг можно остановить.

Источник

<https://растимдетей.рф/articles/rebenok-zhaluetsya-na-odnoklassnikov-bulling>

Ребенок жалуется на одноклассников: буллинг или ничего особенного?

