



Повелитель мух...

(буллинг среди детей)

Информационное издание

Южно-Сахалинск
2019

Повелитель мух...(буллинг среди детей) : информационное издание / Муницип. бюджет. учреждение «Южно-Сахалин. централиз. библиотечная система», Центр. гор. б-ка им. О. П. Кузнецова, метод.-библиогр. отд., сектор правовой информ.; сост. К. А. Андронов. – Южно-Сахалинск, 2019. – 16 с.

«Мам, меня сегодня одноклассники обзывали...» - «А ко мне в портфель залезли и взяли учебник». - «Когда я захожу в класс, все специально отворачиваются, никто не разговаривает со мной». Что делать родителям в таких ситуациях? Сказать, что «все будет хорошо» и «ничего страшного»? Дать ребенку кучу советов, как дать сдачи? Сказать, чтобы он не обращал внимания и оставался спокойным? Учинить строгий разговор в школе, с учительницей? Менять школу? Поможет ли это?

По данным ЮНЕСКО, в России примерно 27% школьников становятся жертвами травли. У Всемирной организации здравоохранения похожие цифры: среди 11-летних детей 23% девочек и 27% мальчиков признались, что подвергались унижениям со стороны сверстников.

За последнее время многие исследователи выпустили несколько работ, посвященные буллингу. Результаты показали, что старейшая проблема никуда не делась. Кроме того, теперь хулиганы портят жизнь учителям и активно троллят незнакомцев в интернете.

Что такое буллинг???

Под современным и малоизвестным словом «буллинг» подразумевается давно существующий феномен травли одного участника коллектива другими, чаще в школе, детских и подростковых группах. На первом этапе начинается одним или двумя людьми, называемых буллерами. Постепенно они вовлекают в это весь коллектив, в котором они находятся. Когда это происходит, то тогда травля перерастает в моббинг. Это уже «стадная» травля, когда, к примеру, в класс приходит новичок и все начинают его травить.

Ситуация непринятия ребенка коллективом – одна из острейших психолого-педагогических проблем. Существует немало художественных

фильмов, раскрывающих без прикрас и цензуры опасности подобной травли («Чучело», «Класс коррекции», «Класс»).

Современный буллинг осложнен активностью подростков в социальных сетях. Дети не просто издеваются, а записывают это на видео и распространяют в сети интернет. Не исключено, что в некоторых случаях идея снять видео («хайпануть») является первичной, а уже затем выискивается жертва и составляется сценарий «крутого» видео.

Дети до 14 лет отличаются особой жестокостью, так как не боятся уголовной ответственности. Мало кто из агрессоров признает свою вину, чаще звучит «он заслужил», «он сам виноват».

Буллинг наиболее распространён в начальной и средней школе. К 10–11 классам на фоне процессов созревания мозговых структур и способности у подростков к саморегуляции он постепенно сходит на нет.

Виды буллинга (травли).

Вербальная - насмешки, клички, бесконечные замечания, необъективные оценки, высмеивание, унижение в присутствии других детей.

Социальное исключение - бойкот, отторжение, изоляция, отказ от общения с жертвой.

Самая сложная для выявления разновидность травли — это бойкот. Жертва намеренно игнорируется частью



или всем коллективом. Это может сопровождаться распространением записок, нашептыванием оскорблений, которые могут быть услышаны жертвой, унижительными надписями в общественных местах. При этом напрямую к жертве подчеркнуто никто не обращается. Если вспомнить великий фильм «Чучело», то там как раз четко показано, как от бойкота дети переходят ко все более страшным способам унижения. Дисбаланс власти, беспомощность жертвы и пассивность взрослых провоцируют на применение все более жестоких форм издевательств, которые тем не менее все же легче отследить и доказать.

Физическое насилие - избиение, нанесение удара, шлепки, подзатыльники, порча и отнимание вещей.

Кибербуллинг, или виртуальная агрессия.

Кибербуллинг включает целый ряд разнообразных явлений, начиная с шуток, которые не воспринимают всерьез, и заканчивая виртуальным террором, который представляет серьезную опасность для жертвы и приводит к суицидам. Появилось даже такое понятие, как буллицид — суицид, совершенный из-за травли в интернете. Кибербуллинг в силу специфики интернет-среды отличается от обычной травли. Анонимность дает агрессору ощущение свободы и безнаказанности, а повсеместное распространение гаджетов и соцсетей — возможность достать жертву везде и всегда.

Реальный буллинг имеет свои временные ограничения. Ребенок приходит из школы домой и оказывается в безопасности. Кибербуллинг таких ограничений не знает. Он продолжается все время: гаджеты стали

неотъемлемой частью жизни современных подростков, от такой травли невозможно спрятаться. Травля в интернете может приобретать разные формы: создаются унижительные фотожабы, мемы и видео с изображением жертвы, взламываются аккаунты и публикуются фрагменты личной переписки и фотографии, жертве массово приходят сообщения с угрозами, оскорблениями.

Участники буллинга.

Структура буллинга - преследователи, жертва и наблюдатели (свидетели).

Потенциальные жертвы.

Что касается жертвы, то психологические особенности точно не установлены. Исследования выделяют роль самооценки, физического развития и успеваемости, но не установлено, что первично: заниженная самооценка или буллинг. На практике поводом для буллинга становится что угодно: неполная семья, родимое пятно, отличные от коллектива взгляды на мир и т. д. Тем не менее, психологи выделяют одну характерную для всех жертв особенность – невозможность проявлять защитную агрессию, противостоять травле.

Такие дети легко теряют контроль над ситуацией - испытывают испуг, беспомощную злость,



подозрительность, часто плачут. Склонны дистанцироваться от родителей, обладают внешним локусом контроля - приписывают свои успехи и неудачи внешним факторам, что приводит к чувству беспомощности, состоянию жертвы. Они оценивают себя как не способных и не готовых проявлять активность в жизни, несчастных.

Для них характерна закрытая позиция и нежелание общаться, чувство одиночества и безразличия.

Группу риска составляют дети с синдромом гиперактивности, признаками аутизма, диабетом, трудностями в обучении, любыми хроническими и острыми заболеваниями или физическими особенностями.

Потенциальные преследователи.

Психология буллей отличается готовностью к самоутверждению за счет насилия. Это агрессивно настроенные ко всему миру люди, грубые, легко подверженные фрустрации, с трудом соблюдающие правила, раздражительные и неуравновешенные, отличающиеся быстротой реакций (не раздумывают). Они выглядят как одиночки с недостатком социальных навыков, но на самом деле менее тревожные и депрессивные, чем их сверстники. Им не знакомо сострадание, но хорошо развита эмпатия. Это позволяет чувствовать других людей, манипулировать их эмоциями и состояниями. Агрессоры не реагируют на критику окружающих, склонны к лидерству.

Причина агрессивности кроется в неадекватном уровне притязаний, высоком уровне самоуважения, несоответствии реальности и мнения булля о себе. Они остаются недооцененными в собственном понимании, что и вызывает раздражение.



в жизни.

Они отличаются высоким уровнем проактивной агрессивности, младшие, в том числе, реактивной. Дистанцируются от родителей, также обладают внешним локусом контроля. Мальчики немного сильнее своих сверстников.

Сторонние наблюдатели.

Самая большая категория участников буллинга. Почти все наблюдатели отмечают, что испытывают чувство жалости к жертве, но меньше половины готовы помочь. Подобное поведение вполне объяснимо: возражая агрессору, свидетель сам оказывается под ударом, лишается безопасности. Однако влияние общественности очень важно, оно способно как пресечь травлю (массовое неодобрение), так и стимулировать ее (психологическое награждение агрессора).

Последствия буллинга.

Буллинг накладывает отпечаток на все три группы участников.

Жертвы испытывают сложности со здоровьем и успеваемостью, в три раза чаще своих сверстников имеют симптомы тревожно-депрессивных расстройств, апатию, головные боли и энурез, совершают попытки суицида.

Дети, занимающиеся травлей, чаще сверстников демонстрируют девиантное поведение, включающее драки, воровство, вандализм, прогулы школы, употребление психоактивных веществ.

Дети, которые становятся свидетелями травли, испытывают страх, беспомощность, стыд за свое бездействие и одновременно желание присоединиться к гонениям, иллюзорно поддерживая тем самым свою персональную безопасность.

Если никто не прекращает травлю, это ведет к снижению у свидетелей способности к эмпатии и ухудшению социального климата в школе, семье, сообществе. Длительная травля способствует росту в обществе «молчаливого большинства» и уменьшению количества людей с выраженной гуманистической позицией.



Как распознать буллинг.

Если ребёнок стал жертвой, но не рассказывает об этом напрямую, о травле можно догадаться по другим физическим и психологическим признакам.

- Беспричинные боли в животе и груди**
- Нежелание идти в школу и плохая успеваемость**
- Нервный тик, энурез**
- Печальный вид, беспокойство, тревожность**
- Нарушенный сон, кошмары**
- Длительное подавленное состояние**
- Участившиеся простуды и другие заболевания**
- Склонность к уединению, нежелание общаться**
- Проблемы с аппетитом**
- Излишняя уступчивость и осторожность.**

Как бороться с буллингом.

Проблема буллинга остается острой, так как пока не установлена система активных и эффективных способов пресечения травли и ее выявления. Ухудшает ситуацию тот факт, что окружающие не реагируют на буллинг, если их это не касается. Хотя и сами жертвы чаще молчат. Ужасает, что сами взрослые нередко игнорируют проблему, что дает почву подросткам продолжать подобную модель поведения и воспринимать ее как норму (больше половины случаев). Наверняка и вы слышали мнение о

нормальности травли в подростковом возрасте. Да, это встречается, но это не нормально!

**Буллинг-не нормативный и не безвредный этап взросления.
Это насилие, имеющее тяжелые последствия для всех участников и
сообщества в целом**

Профилактика буллинга

В первую очередь, сходите на консультацию к семейному психологу, чтобы всем вместе разобраться в происходящем. Часто сделать это своими силами невозможно.

Для профилактики буллинга нужно работать с его причинами и индивидуально-личностными особенностями жертв и агрессоров.

Булли выходят из психологически неблагополучных семей (негативный пример родителей или пренебрежение в сторону ребенка). Агрессоры отличаются психосоциальной слабостью, импульсивностью, враждебностью, агрессивностью, асоциальностью. Они спокойны и уверены в себе, агрессию проявляют с холодным расчетом (эмоционально спокойны и равнодушны), отказываются от сотрудничества. Вместе с тем легко устанавливают контакт со сверстниками (не исключено, что будущими жертвами).

Таким образом, нужно помогать ребенку в адаптации к школьной среде и миру. Кто чаще всего оказывается изгоем в классе? Тот, кто не такой как все, «белая ворона». В группы риска попадают все дети со слабыми социальными способностями, сторонники изоляции, интровертированные личности.

Большую роль играет стиль семейного воспитания. Так, гиперопека рождает жертв, а авторитаризм – агрессоров. Попустительский стиль воспитания формирует жертв-агрессоров. Семейное насилие с одинаковой частотой создает буллей и жертв.

Кроме того, влияние оказывает СМИ и состояние всего общества. Социально-нестабильная авторитарная среда, особенно пропитанная алкоголем, наркотиками и принуждением, негативно сказывается на подрастающем поколении.

Старайтесь всегда поддерживать с детьми доверительные отношения, чтобы они вовремя смогли попросить о помощи.

Вот фразы, которые помогут вам поговорить о случившемся с ребёнком

«Я тебе верю». Это даст ребёнку понять, что вместе вы справитесь с проблемой.

«Мне жаль, что с тобой это случилось». Это сигнал, что вы разделяете его чувства.

«Это не твоя вина». Покажите ребёнку, что в этой ситуации он не одинок, многие его сверстники сталкиваются с разными вариантами запугивания и агрессии.

«Хорошо, что ты мне об этом сказал». Докажите, что ребёнок правильно сделал, обратившись к вам.

«Я люблю тебя и постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность». Эта фраза позволит ощутить защиту и с надеждой посмотреть в будущее.

Что делать ребёнку

Ребёнок в силу возраста не может сам защититься от буллинга. Это работа взрослых. Однако есть базовые вещи, которые взрослые должны объяснить ему для профилактики конфликтов.

Рассказывать о случаях буллинга взрослым, которым доверяешь, — правильно, это не стукачество.

Нужно укреплять самооценку и вести себя уверенно. Быть настойчивым и сильным (хотя бы внешне).

Нельзя надеяться отомстить с помощью ещё большей жестокости. Это приведёт к новым проблемам. Лучше искать друзей среди сверстников и использовать самое мощное оружие против агрессии — юмор.

Необходимо избегать ситуаций, в которых возможна травля, и отклонять предложения поучаствовать в ней.

Если стал свидетелем насилия, нужно немедленно привести кого-то из взрослых или посоветовать жертве пойти за помощью к родителю или учителю, которому она доверяет.

Что делать, если твой ребёнок — буллер

Чаще всего буллерами становятся дети, подвергающиеся насилию в семье, а также пережившие психотравмирующие моменты в прошлом. Если отец бьёт и унижает мальчика дома, то с огромной вероятностью на следующий день он попытается отыграться на более слабых одноклассниках. Такому ребёнку бесспорно нужна помощь специалистов, но главное проанализировать, что происходит в вашем доме.

Но бывают случаи, когда буллер обладает высокой самооценкой вкпе со сниженной эмпатией и вполне осознаёт свои действия. Такому ребёнку необходимы жёсткие границы и понятные последствия его действий. Поговорите с ним об этом. Расскажите о своём опыте в качестве жертвы или агрессора.

Буллинг привычен для российской действительности, его сложно обнаруживать, сложно обсуждать, сложно изменять отношение к нему как к норме.

Список литературы.

1. Буллинг: что это такое, где встречается, как бороться. Светлана Трошина [Электронный ресурс] // Советы психолога – Режим доступа: <https://psychologist.tips/2957-bulling-что-это-такое-где-встречается-как-боротся.html> - 28.08.2019 г.
2. Школьный буллинг: почему одни дети травят других и как защитить своего ребёнка [Электронный ресурс] // Фоксфорд. – Режим доступа : <https://externat.foxford.ru/polezno-znat/shkolnyy-bulling> - 28.08.2019 г.
3. От травли в школе до унижений в соцсетях Буллинг, который растёт и тупеет [Электронный ресурс] // «Сетевое издание «360tv.ru» - Режим доступа : <https://360tv.ru/news/tekst/ot-travli-v-shkole-do-unizhenij-v-sotssetjah-bulling-kotoryj-rastet-i-tupeet/> - 28.08.2019 г.
4. Галузина О. Моего ребенка обижают. / О. Галузина – НаркоНет. – 2015. - № 2. – С. 35-39.
5. Гусев В., Волохова Ю. Повелитель мух.... / В. Гусев, Ю. Волохова – НаркоНет. – 2015. - № 3. – С. 30-33.
6. Туманова Ю.. Буллингу не место в школе. / Ю. Туманова – НаркоНет. – 2018. - № 3. – С. 4-7.

Муниципальное бюджетное учреждение
«Южно-Сахалинская централизованная библиотечная система»
ЦЕНТРАЛЬНАЯ ГОРОДСКАЯ БИБЛИОТЕКА
им. О. П. Кузнецова
Методико-библиографический отдел
Сектор правовой информации

Повелитель мух...
(буллинг среди детей)
Информационное издание
Составитель К.А. Андронов

693000, Сахалинская обл.,
г. Южно-Сахалинск, ул. Ленина, 244
тел.: 8 (4242) 72-50-38
E-mail: citylibrary@mail.ru
Сайт библиотеки: www.ys-citylibrary.ru

Электронная библиотека
http://ys-citylibrary.ru/page/el_bibl/