Родительская гостиная

Буллинг в школе и сплочение неравнодушных

Ведущая: к.пс.н., Н.Г. Кормушина,
педагог-психолог высшей категории МОАУ «СОШ № 86»,
куратор проекта «Конструктор – 2: Антибуллинг», реализуемого АНО ДПО Институт социальных услуг
«Вектор» при поддержке Фонда Президентских грандов РФ

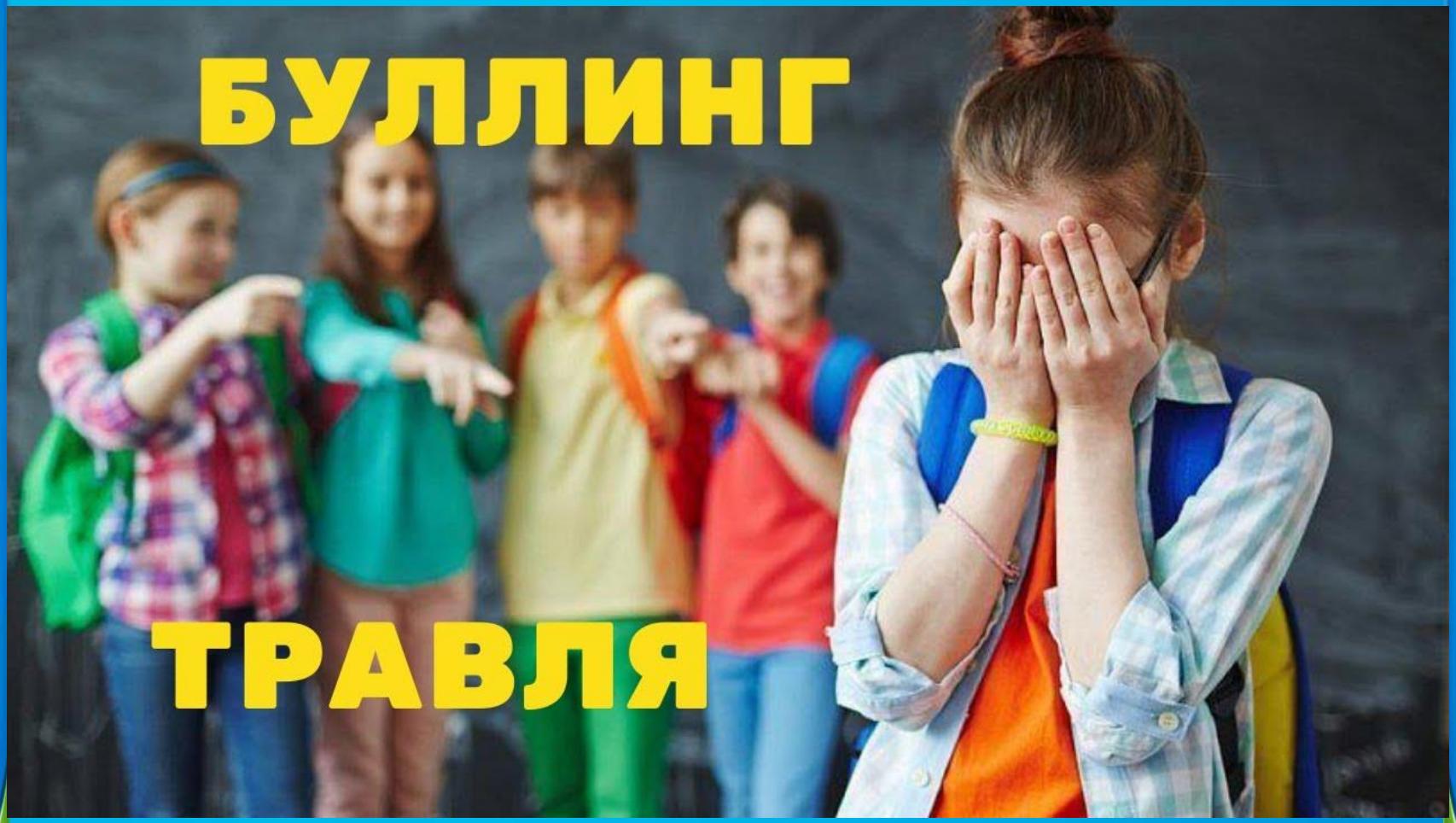
Проект

«Объединение ресурсов сообщества

для разработки и внедрения комплексной межсекторной модели противодействия школьному буллингу

(школьной травле)»

Проблема буллинга



Актуальность проблемы

- Абсолютно в каждой школе есть хотя бы один класс, где можно наблюдать буллинг.
- Примерно 16% девочек и 17,5% мальчиков во всех развитых странах мира два-три раза в месяц становятся жертвами буллинга.
- Независимо от того 7% девочек и 12 % мальчиков сами являются инициаторами травли - **буллерами.**

Определение буллинга

- **Буллинг** – запугивание, унижения, травля, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе

(И.С. Кон, 2006 г.)

Определение буллинга

- **Буллинг** – длительное физическое или психологическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, который не способен защитить себя в данной ситуации

(Д. Лейн)

Определение буллинга

- **Буллинг** – сознательное, продолжительное насилие, не носящее характера самозащиты и исходящее от одного или нескольких человек

(И.Бердышев)

Определение буллинга

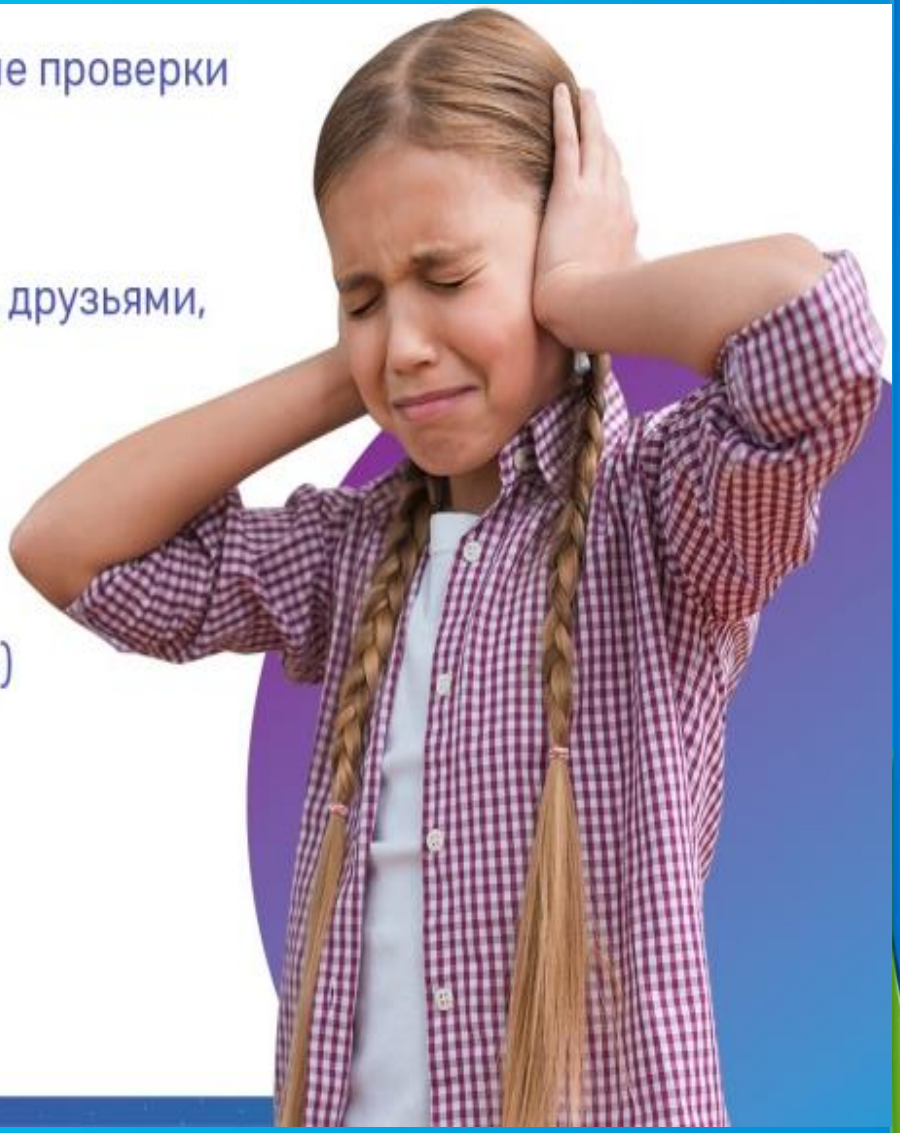
- **Буллинг** (от bully - хулиган, задира, насильник, драчун, грубиян) - акт насилия, агрессивного выпада в виде оскорбления, унижения, нанесения телесного вреда одному или нескольким людям, с целью подчинения.

Четыре признака буллинга

- Неравенство сил
- Агрессия
- Инциденты повторяются уже какое-то время
- Впечатлительность жертвы (острая эмоциональная реакция)

10 признаков травли

1. Ребёнок плохо себя чувствует после проверки сообщений
2. Исчезают личные вещи и деньги
3. Нет желания общаться с близкими, друзьями, одноклассниками
4. Тревожный, прерывистый сон
5. Страх перед новым учебным днём
6. Чаще болеет (ищет причины для пропуска учёбы)
7. Резко снижается успеваемость
8. Избегает школьных мероприятий
9. Реже использует гаджеты
10. Снижается самооценка



Роли в ситуации буллинга

Участники буллинга

Составляющие структуры буллинга

- **Преследователь** – буллер, **жертва**, и **наблюдатели**.
- Очень редко присутствует еще одна составляющая – **защитник.**
- Изучая феномен буллинга, психологи пришли к выводу, что такие чувства как зависть, неприязнь, ложное ощущение несправедливости, желание самоутвердиться могут вызвать формирование этого явления в школьной среде.

Как распознать жертву?

Об этом могут свидетельствовать следующие **признаки:**

- ребёнок негативно относится к школе, использует любую возможность, чтобы туда не ходить;
- возвращается из школы подавленный;
- часто плачет без очевидной причины;
- ничего не рассказывает об одноклассниках и школьной жизни;
- нарушение сна и аппетита;
- синяки и ссадины на лице или теле, порванная одежда.

Типы жертв

- дети, отличающиеся от основной массы
- с неприятными привычками (неопрятные, плаксивые, навязчивые, трусливые, жадные)
- дети, которые лучше общаются со взрослыми, чем со сверстниками
- физически слабые, в том числе инвалиды
- те, кого не любит учитель
- новенькие
- чудаковатые
- чувствительные
- любые другие дети

Жертвами становятся дети:

- с физическими недостатками или особенностями развития;
- неуверенные в себе, замкнутые, с повышенной тревожностью и низкой самооценкой;
- с особенностями внешности (веснушки, полнота/худоба и др.);
- с низким интеллектом и проблемами в учебе;
- «любимчики» учителей или, наоборот, изгои.

Характеристика буллера

- не хочет замечать эффектов, которые оказывает своим поведением на других;
- не научился брать ответственность за свое поведение;
- хочет наслаждаться преимуществами взрослого мира;
- не в состоянии принять ответственность и выполнять необходимые условия, которые являются частью взрослого мира;
- не желает признать, что могут быть другие, лучшие способы поведения.

Характеристика буллера

- Несмотря на внешний вид, буллеры имеют низкую самооценку и поэтому чувствуют себя незащищенными.
- **Низкая самооценка** - это характерный показатель буллинга. Страх быть раскрытыми в их неполноценности граничит с параноей.
- **Буллеры** закипают от обиды, горечи, ненависти и гнева и часто имеют широкий спектр предубеждений в качестве средства для вымещения своего гнева на других.
- Ими движет зависть и ревность.

Стратегия буллеров

- **Буллеры** - не учатся на последствиях своих поступков.
- Они с детства знают как избегать неприятных последствий своего плохого поведения через инстинктивные реакции отрицания и притворяясь жертвой.
- **Буллинг** оставляет неизгладимый след в психике всех участников процесса.
- **Жертва издевательств** – самая пострадавшая сторона и последствия зависят от того, насколько долго продолжалась **травля**.

К мотивам буллинга относят:

- **зависть;**
- **месть** (когда жертва травли сама становится буллером, стремясь наказать обидчиков за причинённые страдания);
- **самоутверждение в коллективе**;
- стремление быть в центре внимания, **выглядеть «круто»;**
- **желание нейтрализоват**ь соперника посредством его унижения.

Мифы о буллинге

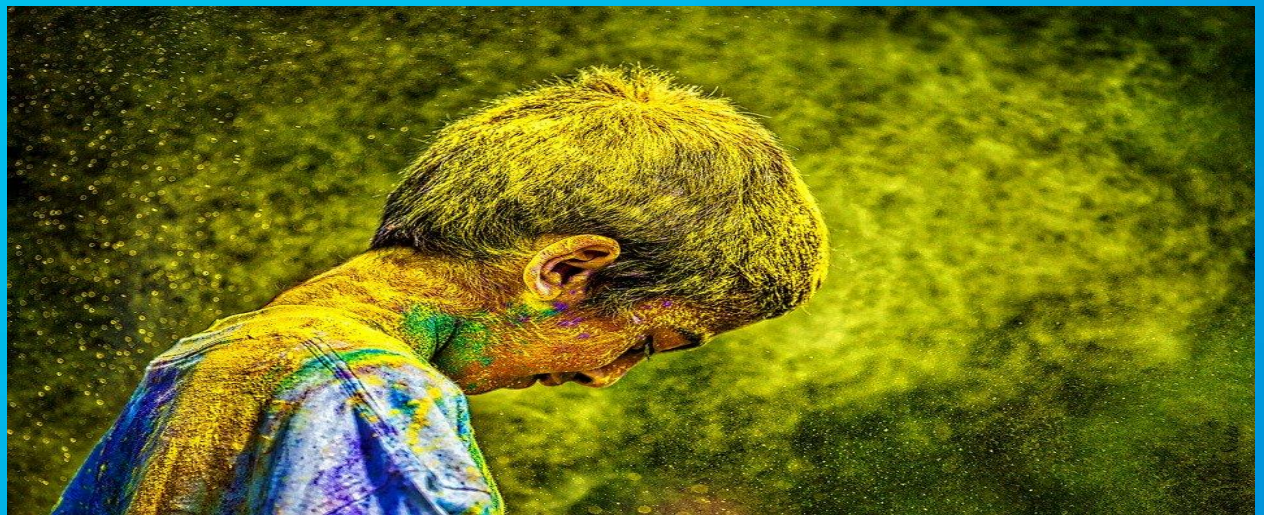
- Участвуют только дети из социально неблагополучных семей? НЕТ
- Бывает только у плохих учителей? НЕТ
- Чаще встречается у подростков? НЕТ
- Проходит сам, это просто одна из подростковых проблем? НИКОГДА
- Ответственность за буллинг лежит на школьном психологе ???

Последствия буллинга

- **Буллинг** оставляет неизгладимый след в психике всех участников процесса.
- Жертва издевательств – самая пострадавшая сторона и последствия зависят от того, насколько долго продолжалась травля.
- Самые частые психологические нарушения — это снижение самооценки, закрепление статуса «жертвы», различные психосоматические расстройства, формирование неврозов и фобий.

Последствия буллинга

- Школьный буллинг сравним по тяжести последствий для психики с семейным насилием.
- У жертвы травли начинают проявляться психосоматические расстройства: частые головные боли, проблемы со сном и аппетитом, могут обостриться хронические заболевания, депрессивные расстройства, повышенная тревожность, невротические проявления.
- Самые серьёзные реакции на буллинг – **это попытки суицида или скулшутинг.**



Влияние травли на детей

- **Во-первых,** длительные школьные издевательства сказываются на собственном «Я» ребенка.
- Падает самооценка, он чувствует себя затравленным.
- В дальнейшем такой ребенок пытается избегать отношений с другими людьми.

Влияние травли на детей

- **Во-вторых**, попадание в роль жертвы является причиной низкого статуса в группе, проблем в учебе и поведении.
- У таких детей высок риск развития нервно-психических и поведенческих расстройств.

Влияние травли на детей

Поведение в ситуации буллинга	Учащиеся московских школ	Учащиеся рижских школ с преподаванием на русском языке	Учащиеся рижских школ с преподаванием на латышском языке
Я буду сочувствовать ему, но ничего не сделаю, чтобы его поддержать	14,9	14,4	26,0
Я постараюсь убедить одноклассников не унижать его	50,8	58,0	38,8
Я не буду обращать на это внимание	23,2	20,3	24,2
Я буду стараться избегать общения с ним	2,8	1,9	3,7
Я буду высмеивать его вместе с другими	4,6	3,3	5,4
Я буду издеваться над ним	3,8	2,0	2,0

Последствия для здоровья

Симптомы	*Не жертвы*	*Жертвы*
Головная боль	6%	23%
Нарушенный сон	23%	42%
Абдоминальные боли в животе	9%	20%
Чувство нагруженности	9%	17%
Тревога	10%	28%
Чувство, что я несчастен	6%	23%
Депрессия ССТ	16%	49%
Тяжелая депрессия	2%	16%

Почему нужно заниматься буллингом?

1. Описаны негативные последствия как непосредственные, так и отсроченные, для буллеров и жертв

2. Меняет школьный/классный климат

3. Негативно влияет на тех учеников, которые являются наблюдателями

4. Жертвы буллинга могут совершить суицид

Результаты пилотажного исследования (учащиеся 2020 г.)

1. С каким из приведенных ниже утверждений Вы больше всего согласны?

66 ответов

Результаты пилотажного исследования (учащиеся 2020 г.)

2. Вам нравится находиться в данной образовательной организации?

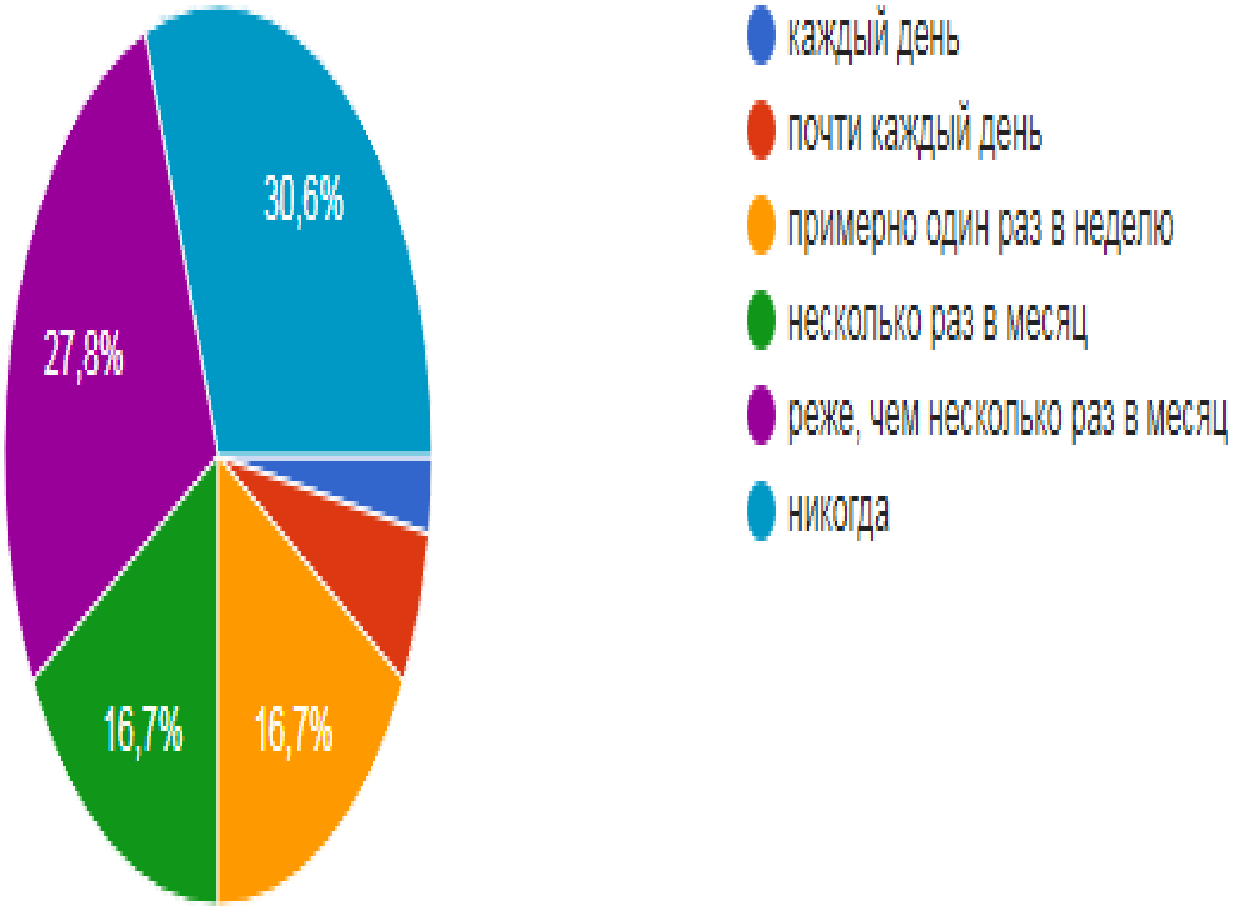
66 ответов

Результаты пилотажного исследования (учащиеся 2020 г.)

3. Охарактеризуйте атмосферу, присущую данной образовательной организации

66 ответов

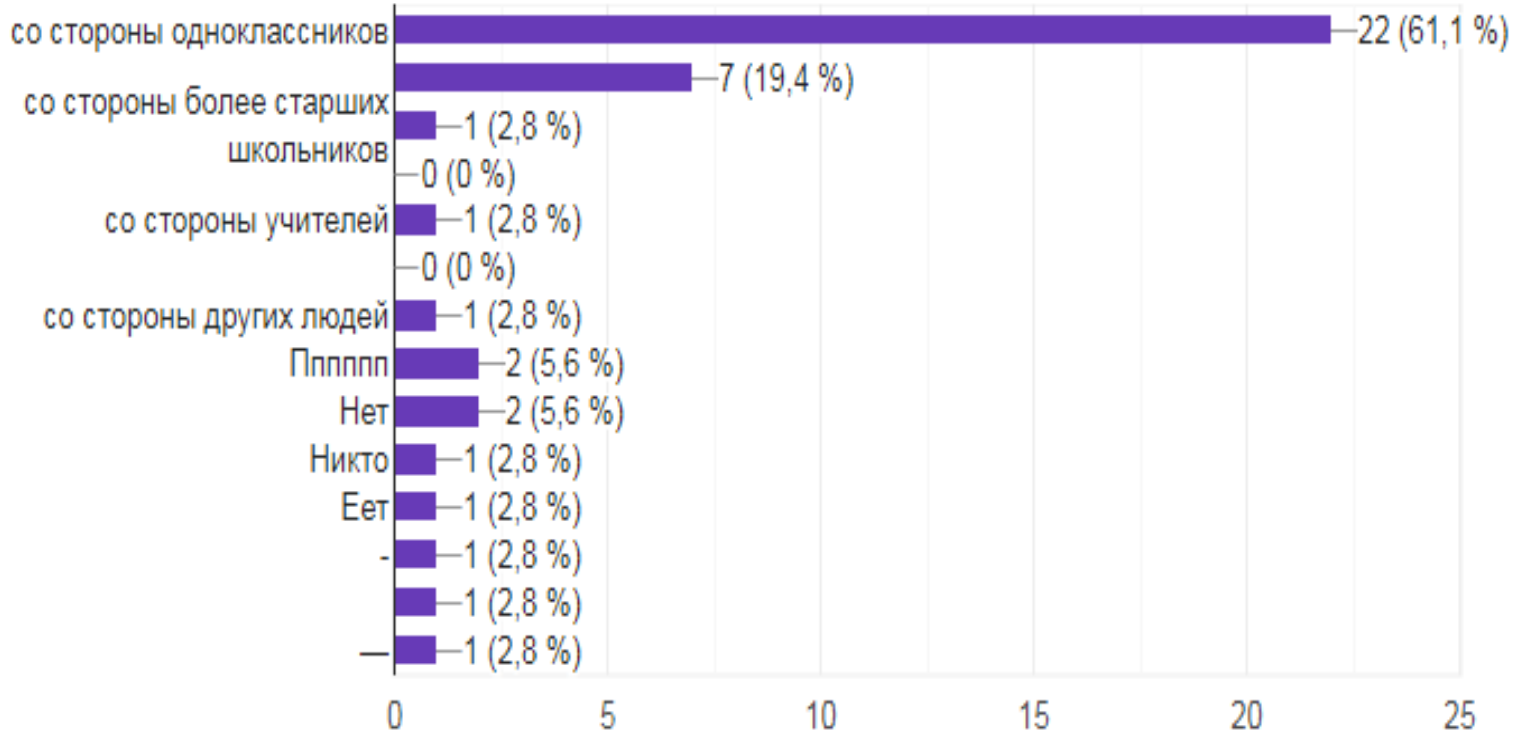
Результаты пилотажного исследования (учащиеся 2020 г)



Результаты пилотажного исследования (учащиеся 2020 г.)

Кто совершал эти действия? Либо - по отношению к кому эти действия предпринимались?

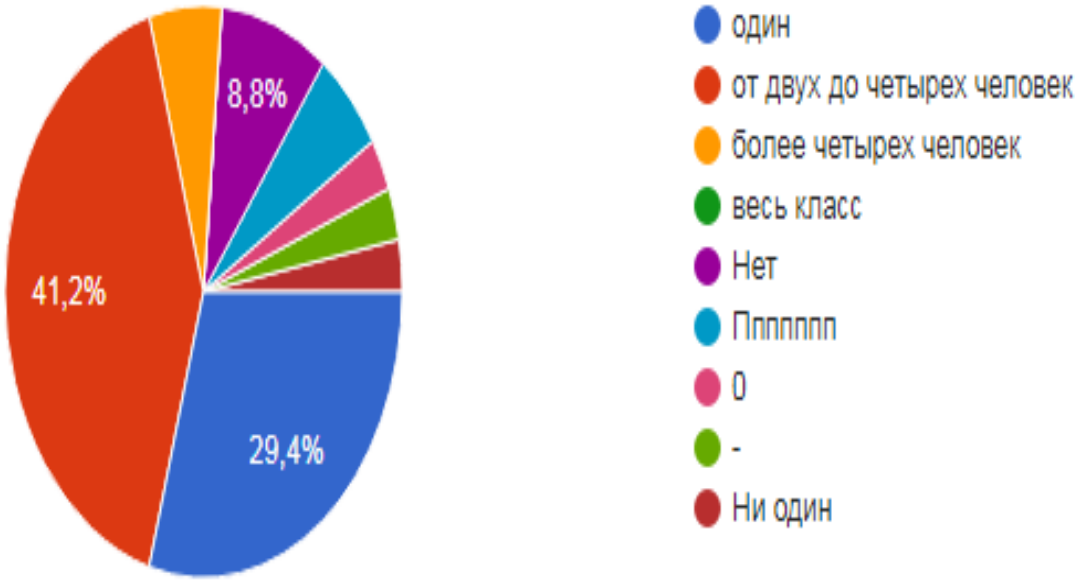
36 ответов



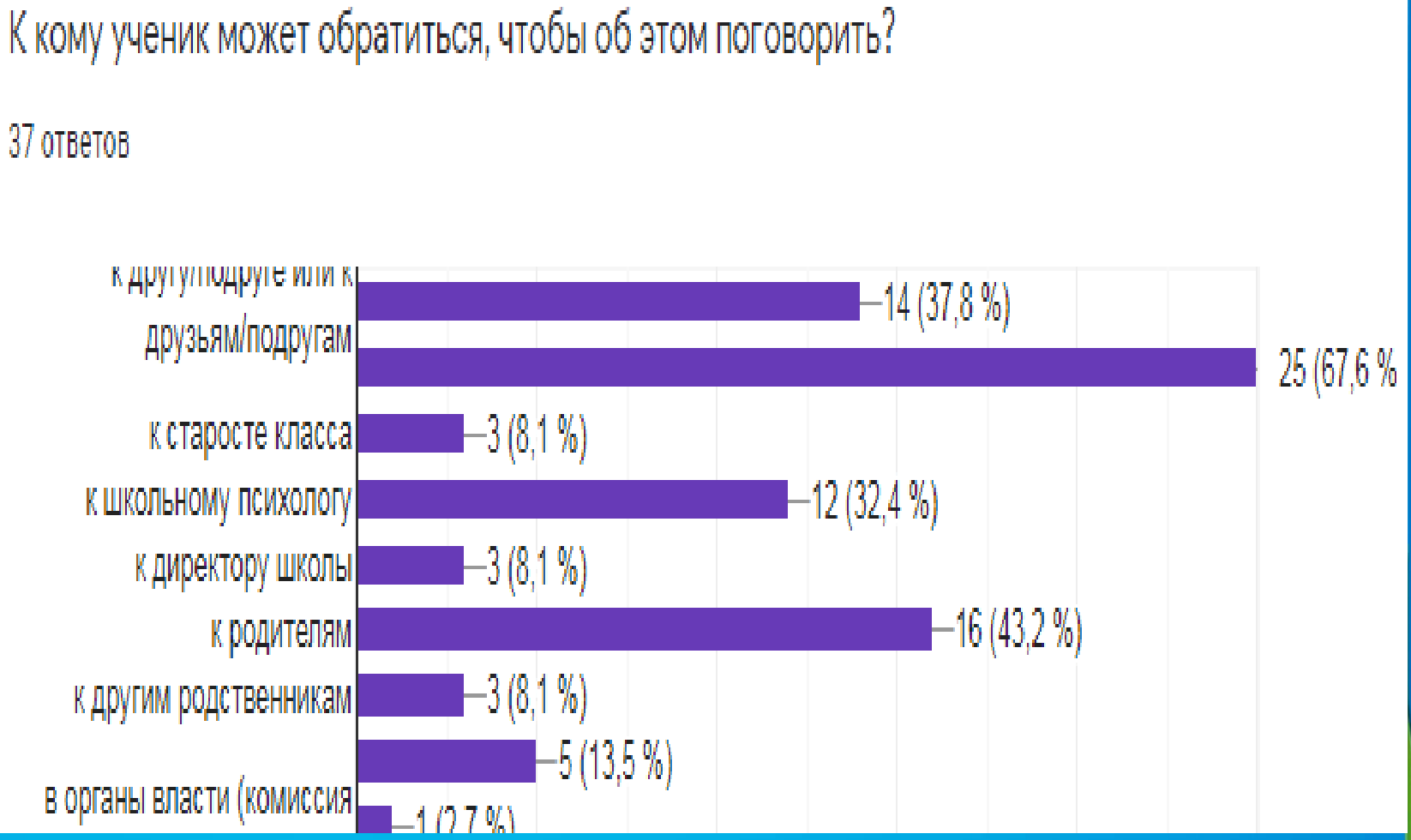
Результаты пилотажного исследования

Сколько человек участвовало в этих действиях против него (неё)? Или было привлечено для действий против кого-то?

34 ответа



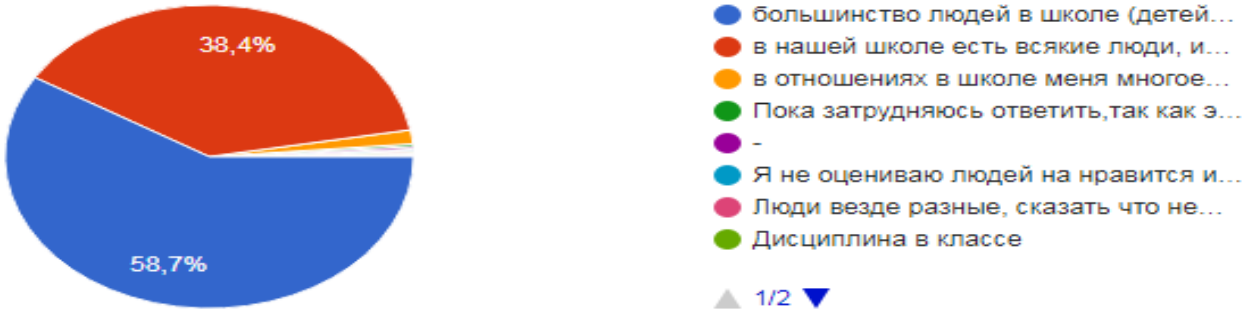
Результаты пилотажного исследования (учащиеся 2020 г.)



Результаты пилотажного исследования (родители октябрь 2020 г.)

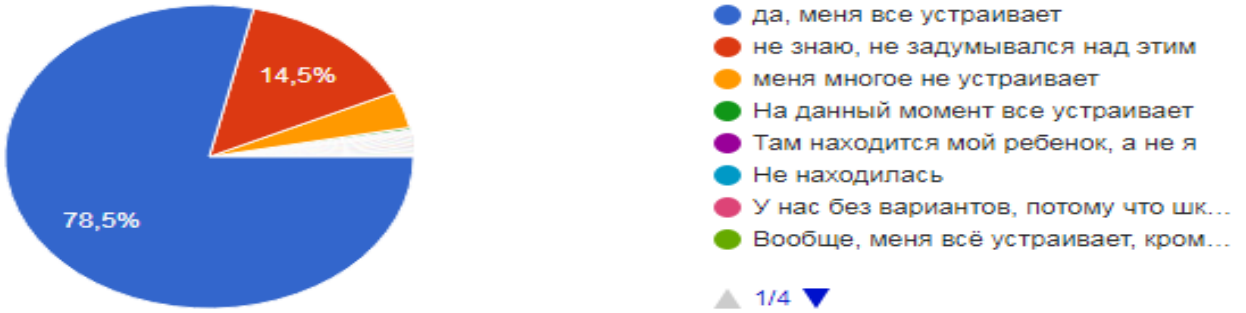
1. С каким из приведенных ниже утверждений Вы больше всего согласны?

744 ответа



2. Вам нравится находиться в данной образовательной организации?

744 ответа



Школа глазами родителей (2020 г.)

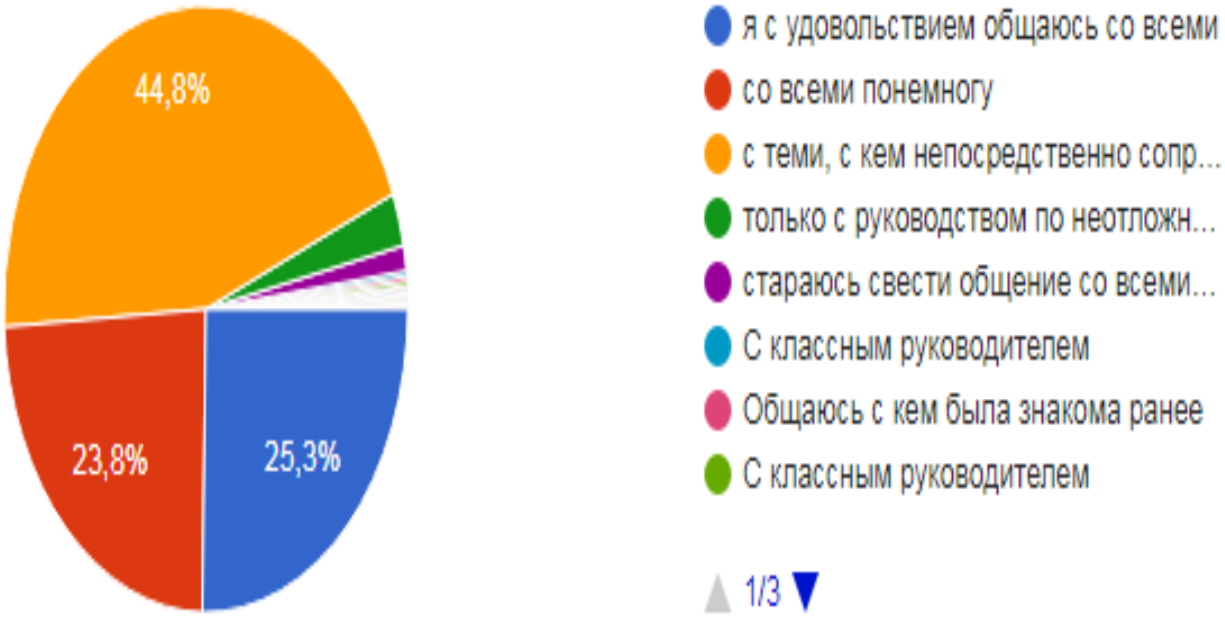
3. Охарактеризуйте атмосферу, присущую данной образовательной организации

744 ответа

Школа глазами родителей

10. С кем из участников образовательного процесса в данной школе Вы общаетесь больше всего

744 ответа



Школа глазами родителей

11. Как Вы считаете, легко ли новые люди вливаются в данную образовательную организацию?

744 ответа

Что делать ребёнку – жертве травли?

- Если вас травят в школе, обзывают, портят одежду и вещи, обязательно **расскажите** об этом **взрослому: родителям, учителю, старшему товарищу.**
- Запомните: **попросить помощи** – это не слабость, а решение взрослого человека, попавшего в беду.
- **Не стоит бояться,** что «будет хуже», если вы кому-то расскажете о том, что происходит.
- Будет действительно хуже, если вы останетесь один на один со своей проблемой. Всегда найдется тот, кто сильнее ваших обидчиков и **сможет вас защитить.**
- Если вас травят в интернете, обязательно **сохраняйте все переписки,** видео, голосовые сообщения, чтобы в дальнейшем использовать их как доказательства совершаемого кибербуллинга.
- Если предмет травли можно исправить – исправьте. Если нельзя – не **считайте себя виноватыми.**

Что делать родителям?

- Первый и самый главный пункт – снять с ребёнка чувство вины!
- Объяснить, что он не виноват в том, что подвергся травле и попал в непростую для себя ситуацию, из которой родители и педагоги помогут ему найти выход.
- Дайте ребёнку понять, что Вы на его стороне. Поддержите и успокойте: «Хорошо, что ты мне всё рассказал! Я тебе верю… Ты не виноват в том, что случилось. Я тебе помогу».
- Доверительно поговорите с ним о сложившейся ситуации. Разъясните ему дальнейшие действия и линию поведения.
- Помогите обрести уверенность и умение противостоять нападкам сверстников.
- Поговорите с классным руководителем, педагогами, родителями обидчика Вашего ребёнка.
- Если ситуацию разрешить мирным путём не получается, рассмотрите вариант с переводом в другую школу или класс - это крайний случай.
- В ситуации кибербулинга: если буллер известен – заблокируйте сообщения с его адреса или пожалуйтесь администрации сайта.

Психосоматические индикаторы буллинга

- проблемы с концентрацией внимания
- подавленность, угнетенное состояние)
- раздражительность
- чувство неуверенности
- повышенная чувствительность
- кошмары
- боли в желудке
- усталость
- отсутствие аппетита
- бедность социальных контактов
- симптомы страха, например, давление в области груди
- приступы потливости
- боли в спине, в затылке, в мышцах
- нарушение сна.

Первые признаки буллинга

- Группа детей стоят плотным кольцом, озираются, возбужденно что-то обсуждают, чувствуется агрессия
- Ученик приходит в класс в потрепанном виде: разорванная, испачканная одежда, синяки, ссадины – следы драки
- Ученик на всех переменах один
- Послушный ребенок вдруг начал опаздывать в школу или сидеть в классе после уроков, чего-то выжидая
- С кем-то из учеников никто не хочет сидеть, он всегда один выполняет задания в малых группах

Формирование конструктивного поведения в ситуации буллинга

Дети должны уметь и быть готовы:

- рассказать о случае буллинга своим родителям, либо взрослым, которым они доверяют…;
- вести себя уверенно;
- искать друзей среди сверстников и одноклассников;
- избегать ситуаций, в которых возможен буллинг;
- заниматься методично и последовательно восстановлением своей самооценки с помощью специалиста, если нужно;
- быть настойчивым и задиристым (хотя бы внешне);
- не надеяться (мечтать) отомстить с помощью еще большей жестокости и не применять оружие;
- учиться использовать юмор - самое мощное оружие против вербальной агрессии.

Основные вопросы для интервью с жертвой

Цель беседы: выяснить, что происходит, кто участвует в травле, а также с кем, возможно, у жертвы еще есть хорошие отношения и каковы собственные ресурсы жертвы по урегулированию ситуации.

Вопросы интервью:

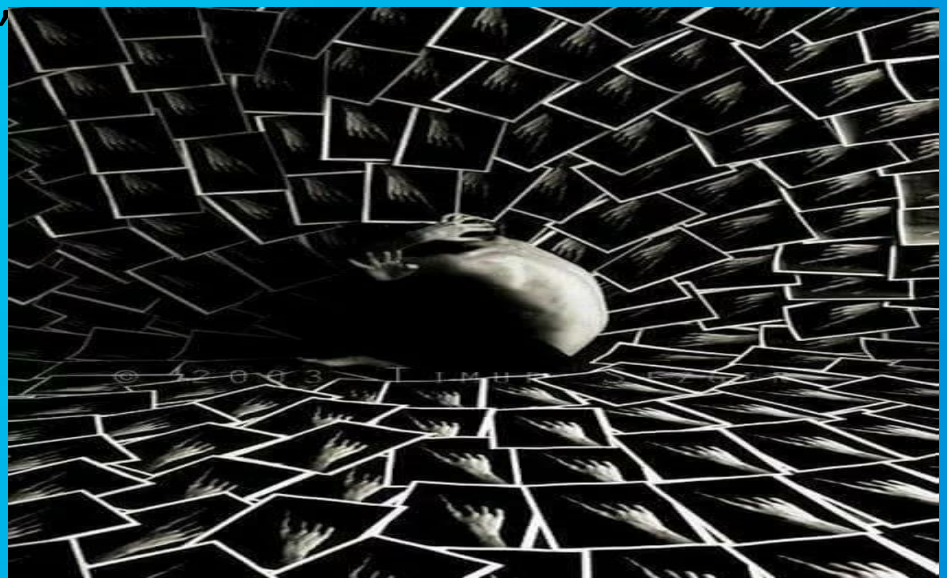
- Сколько времени уже длится эта ситуация?
- Что тебе пришлось пережить? В какой форме осуществлялись притеснения? Что конкретно происходило? Что тебя больше всего задевало / ранило?
- Кто в этом участвовал?
- Как эти нападки повлияли на тебя? Что ты ощущал?
- Какой была твоя жизнь в это время?
- Пытался ли ты что-то против этого предпринять? Что и когда?
- Как обстояли дела с аппетитом, сном, здоровьем и т.д.?

Основные вопросы

- Оцени степень своего отчаяния (чувства безнадежности ситуации, своей беспомощности):
  0 --- 5 --- 10
- Какова степень твоей уверенности в себе /веры в лучшее: 0 --- 5 --- 10
- Думал ли ты о том, что больше не можешь это выдерживать? Какие мысли у тебя были о том, что ты мог бы в этой ситуации сделать?
- Чего бы ты хотел (твое желание)? По каким признакам ты мог бы определить, что тебе стало лучше?
- Что должно было бы произойти, чтобы в школе, в гардеробе, в классе, на переменах, по дороге в школу тебе стало лучше?
- Как ты думаешь, что ты сам мог бы сделать, чтобы изменить свою ситуацию к лучшему?
- Есть ли еще что-то важное, о чем ты хотел бы сказать?

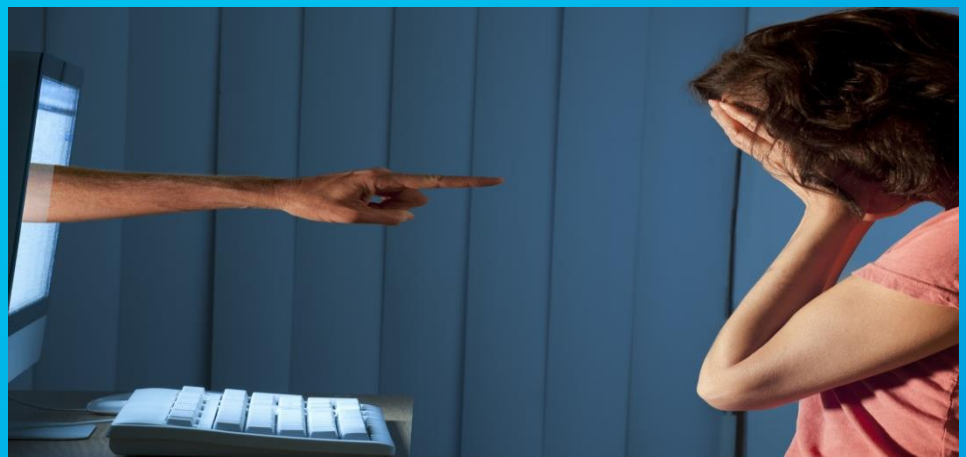
Виды травли

- **Физический** – непосредственные физические действия в отношении жертвы (толчки, пинки, побои, сексуальные домогательства);
- **вербальный** – угрозы, оскорбления, насмешки, унижение;
- **социально-психологический** – буллинг, направленный на социальное исключение или изоляцию (сплетни, слухи, игнорирование, бойкот, манипуляции);
- **экономический** – вымогательство или прямой отбор денег, вещей, порча одежды;



Виды травли

- **Кибербуллинг (от англ. – cyberbulling)** – травля в интернете через социальные сети, электронную почту.
- Предполагает распространение слухов и ложной информации, взлом личных страниц, отправку негативных сообщений и комментариев.
- Является самым молодым и опасным видом буллинга, поскольку от него очень сложно защититься и найти источники, откуда исходит угроза.
- Появилось даже такое понятие как **буллицид – сиуцид,** совершённый из-за травли в интернете.



Кибербуллинг

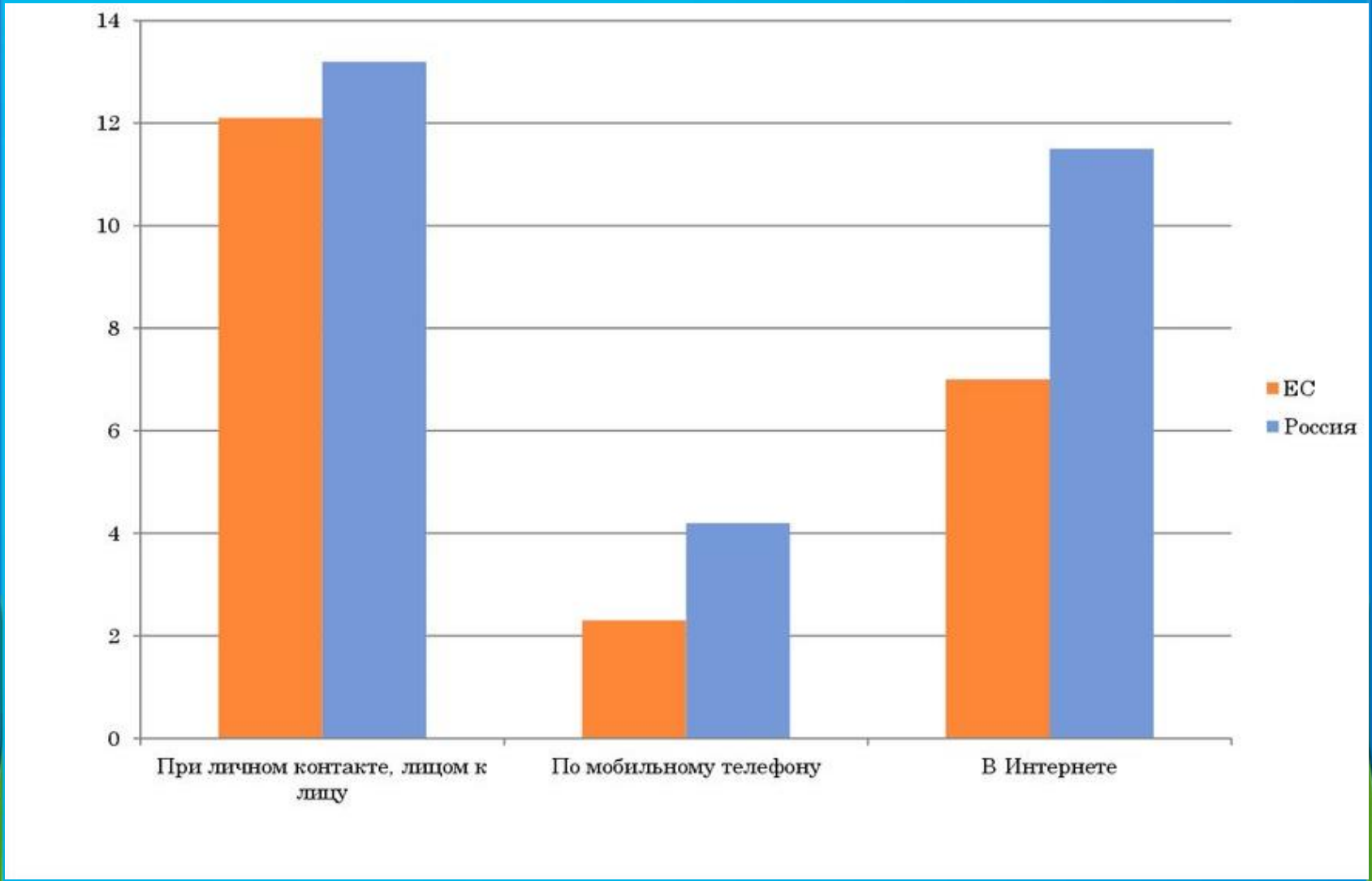
Ананимность, скорость и возможность писать сообщения даже когда адресат вне зоны доступа открыли новые возможности для травли

- Грубость и издевательства в сети в виде текстовых сообщений, фото и видео, которые отправляются через смс и мессенджеры
- Создаются отдельные страницы или чаты, чтобы угрожать, унижать или подрывать репутацию
- Использование личных фото без согласия, редактируются для большего эффекта и распространяются
- Взлом аккаунтов, создание поддельных страниц, распространение слухов и т.д.

Скулшутинг

- Ещё одно явление жестокого современного мира носит название **скулшутинг** (от англ. – schoolshooting).
- Этот термин подразумевает под собой массовое убийство учащихся, произведённое либо учеником, либо кем-то из посторонних, проникших в школу.

Ситуации буллинга



Рекомендуемые кинофильмы

- Просмотр и обсуждение фильмов:
- «Чучело» режиссер Ролан Быков
- «Повелитель мух», режиссер Питер Брук
- «Общество мертвых поэтов», режиссер Питер Уир
- «Новенькая»
- «Чарли и шоколадная фабрика»
- «Класс».

STOP
BULLYING

Список литературы

1. Бочавер А.А., Хломов К.Д. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий // Психология. Журнал высшей школы экономики. 2014. Т. 11. №3. С. 177
2. Березина О.С., Социальная профилактика кибербуллинга среди подростков / О.С. Березина // Информационная безопасность и вопросы профилактики киберэкстремизма среди молодежи – 2016 – С. 63-67.
3. Бочавер А.А., Женодарова Е.Д., Хломов К.Д. Методические рекомендации по снижению частоты ситуаций буллинга в школе для учителей и других специалистов, работающих в школах. Москва, центр «Перекресток», 2015.
4. Волкова И.В. Характеристики подросткового буллинга и его определение // Вестник Мининского университета. – 2016. – № 3. – С. 26.
5. Кулишов В. В., Кондрахова О. В., Шапошникова Е. В. Влияние кибербуллинга на самооценку подростков // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 29. – С. 168

Список литературы

6. Каррыев Б. Хроники ИТ-революции: Интернет, коммуникации, масс-медиа. – Екб: Изд-е решения. – 2016.
7. Кутузова Д.А. Травля в школе: что это такое и что можно с этим делать // Журнал практического психолога. 2017. № 1
8. Плешаков В. А. Киберсоциализация: социальное развитие и социальное воспитание современного человека // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А.Некрасова. Серия «Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика» – 2010. - Т. 16. – № 2.
9. Семенов Д. И., Шушарина Г.А. Сетевой троллинг как вид коммуникативной деятельности// Международный журнал экспериментального образования. – 2011. – № 8 – С. 135 – 136.
10. Черкасенко О.С., Социальная сеть как разновидность социальной коммуникации // Материалы 36 международной конференции: Вопросы педагогики и психологии, − 2016. − №3. – С. 141.

Список литературы

11. Черкасенко О.С., Феномен кибербуллинга в подростковом возрасте / О.С. Черкасенко // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. – 2016. – № 6. – С. 52-54.
12. «Безопасность детей в сети Интернет» **http://www.nestor.minsk.by/kg/2006/33/kg63308.html**
13. «Этикет от А до Я» **http://www.etiket.ru/contact/email.html**
14. Соглашение о кодексе поведения в Интернете. **http://www.microsoft.com/rus/protect/athome/children/famwebrules.mspx**
15. Сайт «Ребенок в сети» **http://www.detionline.ru/index.html**

Спасибо за внимание!