Департамент социального развития
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

Бюджетное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Сургутский центр социальной помощи
семье и детям»

Профилактика буллинга (травли) несовершеннолетних

Информация для родителей

2021 год

Что такое «Буллинг»?

На сегодняшний день жестокое обращение и насилие в отношении детей до сих пор остаются насущными проблемами для современного Российского общества.

В среде подростков распространены различные формы травли (***буллинга)*** – продолжительного, повторяющегося насилия одного человека (или группы лиц) в отношении другого. По официальной статистике МВД России более 50 % подростков и юношей сталкивались с различными видами агрессии и травли.

Буллинг может возникать в любом возрасте, но, естественно, есть периоды, когда появление буллинга наиболее вероятно. Таким возрастным периодом является подростничество.

В структуре буллинга выделяют следующих участников:

- ***Булли (буллеры)***
- ***Помощники буллеров***
- ***Жертвы***
- ***Защитники жертвы***
- ***Наблюдатели***

Отличительной характеристикой типичных булли является их агрессия по отношению к сверстникам. Булли также могут проявлять агрессию по отношению к взрослым. Большинство булли имеют более демонтративно-положительное отношение к насилию, чем дети их возраста. Булли характеризуются импульсивностью и выраженным стремлением доминировать над другими. Большинство булли не испытывают эмпатию по отношению к жертве.

Часто буллерами становятся:

- ***дети, воспитывающиеся родителями-одиночками***
- ***дети из властных и авторитарных семей***
- ***дети из конфликтных семей***
- ***дети с низкой устойчивостью к стрессу***
- ***дети с низкой успеваемостью***.

Буллеры – это, как правило:

активные, общительные дети, претендующие на роль лидера в классе;

агрессивные дети, использующие для самоутверждения безответную жертву;

дети, стремящиеся быть в центре внимания;

дети высокомерные, делящие всех на "своих" и "чужих" (что является результатом соответствующего семейного воспитания);

максималисты, не желающие идти на компромиссы;

дети со слабым самоконтролем, которые не научились брать на себя ответственность за свое поведение;

дети, не обученные другим, лучшим способам поведения, т.е. не воспитанные.

Для буллеров характерны:

- Импульсивность
- Раздражительность
- Эмоциональная неустойчивость
- Завышенная самооценка
- Враждебность (агрессивность)
- Отсутствие коммуникативных навыков
- Склонность ко лжи или жульничеству.

Довольно часто помощниками буллеров являются:

- несамостоятельные, легко поддающиеся влиянию окружающих, безынициативные дети;
- дети, которые всегда стремятся следовать правилам, неким стандартам (очень прилежные и законопослушные);
- дети, не склонные признавать свою ответственность за происходящее (чаще всего считают виноватыми других);
- дети, часто подверженные жесткому контролю со стороны старших (их родители очень требовательны и склонны применять физические наказания);
- эгоцентричные дети, не умеющие ставить себя на место другого (в беседах часто говорят: «Я и не подумал об этом»);
- не уверенные в себе дети, очень дорожащие «дружбой», оказанным доверием со стороны лидеров класса;
- трусливые и озлобленные дети.

Цель буллеров - за агрессивным поведением скрыть свою неполноценность.

Мотивами буллера, как правило, являются:

- зависть;
- месть (когда жертвы переходят в разряд буллеров: наказать за боль и причиненные страдания);
- чувство неприязни;
- борьба за власть;
- нейтрализация соперника через показ преимущества над ним;
- самоутверждение вплоть до удовлетворения садистских потребностей отдельных личностей;
- стремление быть в центре внимания, выглядеть круто;
- стремление удивить, поразить;
- стремление разрядиться, «приколоться»;
- желание унизить, запугать непонравившегося человека.

Существует целый ряд факторов, способствующих процветанию буллинга в детских коллективах:

нестабильный психоэмоциональный микроклимат в семьях;

эмоциональное насилие - угрозы, насмешки, присвоение обидных кличек, бесконечные замечания, критика, необъективные оценки со стороны учителей, высмеивание, оскорбление, унижение в присутствие других детей,

принуждение делать что-то, чего делать не хочется, распространение слухов и сплетен, социальное исключение и изоляция (когда с ребенком никто не общается, не приглашает в игру, не выбирает в команду), избегание, манипуляция дружбой («Если ты дружишь с ней – мы с тобой не друзья»). В эмоциональное насилие также входят дискриминация по национальным и социальным признакам. Подчеркивание физических недостатков. Нецензурная брань. Умышленное доведение человека до стресса, срыва, распространение записок, нашептывание оскорблений, которые могут быть услышаны жертвой, унизительные надписи на доске или в общественных местах;

сексуальное насилие *и*ли совращение – использование ребенка (мальчика или девочки) взрослым, или другим ребенком для удовлетворения сексуальных потребностей или для получения выгоды. К сексуальному совращению относятся также вовлечение ребенка в проституцию, порнобизнес, обнажение перед ребенком половых органов и ягодиц, подглядывание за ним, когда он этого не подозревает (во время раздевания, справления естественных нужд и т. д.);

экономическое насилие - порча и отнятие личных вещей, вымогательство, отбирание денег, повреждение имущества, могут вымогаться также завтраки, деньги на обед. Жертву могут принуждать к воровству имущества – такая тактика используется для возложения вины исключительно на жертву.

В последнее время становится популярным среди подростков ***Кибербуллинг*** - это нападения с целью нанесения психологического вреда, которые осуществляются через средства электронных технологий - электронную почту, сервисы мгновенных сообщений, в чатах, социальных сетях, на web-сайтах, а также посредством мобильной связи. Такое намеренное многократно повторяемое агрессивное поведение имеет целью навредить человеку и базируется на дисбалансе власти (физической силы, социального статуса в группе).

При кибербуллинге отмечают следующие формы:

использование мобильных телефонов. Систематически осуществляются анонимные звонки и отправляются оскорбляющего или угрожающего рода сообщения;

съемка компрометирующих фото-видеоматериалов, публикация их в сети Интернет;

использование сайтов/мессенджеров (отправление анонимных угроз или оскорблений, взлом другого аккаунта для использования личного E-Mail, для рассылки различной информации, или для его удаления, написание обидных комментариев к фотографиям, к видео, на стене и др.);

создание групп, в которых намеренно игнорируются определенные люди (дети).

Что делать родителям?

Если вы считаете, что ваш ребёнок – жертва буллинга, то:

объясните, что те дети, которые над ним издеваются, скорее всего, сами несчастливы, у них проблемы в семье. Скажите своему ребёнку, что, по сути, они не виноваты. Просто их не научили относиться к остальным иначе. Научите своего ребенка правильно реагировать на попытки буллинга;

дайте понять ребёнку, что ему не следует показывать обидчикам, что их поведение расстраивает его. Пусть скажет, что ему оно не нравится и уходит от них прочь. Убедите, что если он убежит, ничего постыдного в этом нет;

постоянно общайтесь с ребёнком, слушайте внимательно, ваш ребенок должен всегда чувствовать вашу поддержку;

хвалите ребёнка, особенно в те моменты, когда он проявил смелость;

учите использовать юмор - самое мощное оружие против вербальной агрессии;

развивайте в ребёнке самоуверенность, поручая ему то, что у него хорошо получается;

учите его быть настойчивым и в меру задиристым (хотя бы внешне);

не опекайте ребёнка сверх меры, это только усугубит ситуацию: он будет чувствовать себя уязвимым и беспомощным в ваше отсутствие;

обсуждая со своим ребёнком «буллинг» и всё, что с ним связано, обязательно упомяните о том, что если он стал свидетелем такого поведения, он должен отреагировать: попытаться остановить обидчика (сказать взрослому, например);

так как буллинг принимает разные формы, не забывайте незаметно просматривать электронную почту и телефонные сообщения с целью исключения кибербуллинга;

учите ребенка не мстить своему обидчику, особенно с помощью оружия;

установите строгие правила относительно грубого поведения с другими и чётко придерживайтесь их в семье.

Будьте на чеку!

Как ребенку не стать жертвой буллинга:

- ✓ Не задираться, не зазнаваться!
- ✓ Не показывать своё превосходство над другими!
- ✓ Не пытаться выделяться среди других, если нет для этого повода!
- ✓ Не хвастаться – ни своими успехами, ни своими электронными игрушками, гаджетами, ни своими родителями!
- ✓ Не демонстрировать свою элитарность!
- ✓ ***Не ябедничать! Не подлизываться к учителям!***
- ✓ Не давать повода для унижения чувства собственного достоинства!
- ✓ Не демонстрировать свою физическую силу!
- ✓ Не показывать свою слабость!

- ✓ Не взывать к жалости окружающих в связи со своими хроническими заболеваниями или физическими дефектами, так как в мире много жестокости!

Как могут родители могут помочь ребенку не стать жертвами буллеров, не подвергаться агрессии
12 простых правил!

Помочь отыскать ребенку друга, среди одноклассников, а ещё лучше несколько настоящих друзей.

Приглашать одноклассников в гости.

Научить проигрывать и уступать, если ребенок, на самом деле, прав.

Научить ребенка не бояться своих одноклассников, у которых тоже есть проблемы.

Наладить контакты с учителями и родителями учеников-одноклассников своего ребенка.

Участвовать в классных мероприятиях, в которые вовлекаются другие родители и дети.

Повышать самооценку ребёнка. В случаях завышенной самооценки ребёнка объяснять ему, что это не надо показывать окружающим, что у любого человека есть и недостатки, и достоинства, и если он преуспевает в математике, к примеру, то необязательно его преуспевание в физкультуре или в чём-то другом.

Не показывать ребенку свой страх и слабость перед трудностями.

Не настраивать ребёнка против школьных мероприятий, даже если они кажутся вам ненужными.

Не пытаться выделять своего ребёнка среди одноклассников «элитностью» одежды и особой гламурностью.

Учить ребенка выполнять общие требования для всех детей в классе, вплоть до формы одежды на уроках физкультуры.

Если Вы или Ваш ребенок нуждаются в помощи,
не откладывайте обращение за ней!

ТЕЛЕФОНЫ ПОМОЩИ

Тел. 8 (3462) 34-04-61; 32-90-83

БУ «Сургутский центр социальной помощи семье и детям»

8 (800) 2000-122
ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ ПО ВОПРОСАМ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ
8-800-101-00-86