БУЛЛИНГ В ШКОЛЕ

Цель: актуализировать знания родителей по проблеме проявления буллинга в школе.

Задачи:

1. Познакомить родителей с понятием «Буллинг».
2. Сформировать активную педагогическую позицию родителей.
3. Научить родителей распознавать ситуации травли.
4. Познакомить родителей со способами защиты своего ребенка от буллинга в школе.

Форма проведения: занятие с элементами тренинга.

Оборудование: мультимедийный проектор, презентация по теме «Буллинг в школе», бейджи, рефлексивные листы, фломастеры, мячик.

Количество участников: 12-15.

Продолжительность занятия: 60 минут.

1. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ. ЗНАКОМСТВО С ГРУППОЙ, ГРУППОВЫМИ ПРАВИЛАМИ.

РАЗМИНКА. УПРАЖНЕНИЕ «ЗНАКОМСТВО»

Участники по кругу говорят свое имя и отвечают на вопрос: «На что похоже мое настроение?»

УПРАЖНЕНИЕ «АССОЦИАЦИИ»

Психолог:

Какие у вас возникают ассоциации со словом буллинг»? Родители высказываются по желанию.

2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ
МИНИ-ЛЕКЦИЯ «БУЛЛИНГ В ШКОЛЕ».

Буллинг – это относительно новый термин в научном пространстве, обозначающий старое, можно сказать, вековое явление – детскую жестокость.

Практически в каждом классном коллективе есть дети, которые являются объектами насмешек, а иногда и открытых издевательств со стороны некоторых, а иногда и всех учащихся класса.

В детском коллективе буллинг может являться результатом незанятости подростков, их низким уровнем психологической культуры.

Буллинг (от англ. bullying – запугивание, физический и/или психологический террор в отношении ребенка со стороны группы одноклассников) рассматривается как форма жестокого обращения, когда физически или психически сильный индивид или группа получает удовольствие, причиняя физическую или психологическую боль более слабому в данной ситуации человеку.

Прежде чем перейти к представлению эффективных методов разрешения проблемы буллинга в образовательном пространстве школы, следует рассмотреть виды, причины и возможные проявления данного явления.

В литературе описаны следующие виды буллинга:

А. Психологическое (моральное) насилие:

1. Вербальное:

- насмешки,
- присвоение кличек,
- бесконечные замечания и необъективные оценки,
- высмеивание, унижение в присутствии других детей,
- угрозы физической расправы,
- шантаж,
- угроза пожаловаться взрослым, перестать дружить,
- вымогательство,
- доносительство,
- клевета на жертву,
- оскорбления, обзывательства, клички.

2. Социальное исключение: бойкот, отторжение, изоляция, отказ от общения с жертвой (с ребенком отказываются играть, заниматься, не хотят с ним сидеть за одной партой).

3. Кибербуллинг – публикация и распространение в Интернете оскорбительных текстов, видео и фотографий, угрозы, а также выдача себя за «жертву» в онлайне (подвержены до 30% школьников 12–15 лет). Распространение в последнее время получает троллинг (trolling – блеснение, ловля рыбы на блесну) – размещение в Интернете (на форумах, в дискуссионных группах, блогах и др.) провокационных сообщений с целью вызвать конфликты между участниками, взаимные оскорбления.

Б. Физическое насилие – избиение, нанесение удара, подзатыльники, порча и отнимание вещей, воровство и др.

Как показывает анализ исследований последних лет, наиболее распространен в школе первый вид буллинга:

1. Словесная травля (оскорбления, злые шутки, словесные провокации, обзывания, непристойные шутки и т.д.).
2. Бойкот.
3. Физическая расправа.
4. Распространение слухов и сплетен.
5. Воровство.

Следует отметить, что в младших классах частота встречаемости случаев буллинга выше, более распространен среди мальчиков, снижается к 14-15 годам. Кибербуллинг наиболее распространен среди подростков 13-15 лет, в большей степени характерен для девушек.

ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ БУЛЛИНГА:

1. Умышленность
2. Регулярность
3. Неравенство сил
4. Групповой процесс (затрагивает широкий круг участников)
5. Не заканчивается сам по себе
6. Негативное психологическое воздействие на всех участников.

По статистике, приведенной в литературе, больший процент детей за помощью при буллинге не обращаются. Так, 62% учащихся не рассказывают взрослым о факте буллинге; 24% учащихся делились только со своими близкими друзьями; и только 2% учащихся рассказывали своим родителям о наличии преследований со стороны сверстников.

ИТАК, ПОЧЕМУ ДЕТИ НЕ ОБРАЩАЮТСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ?

Наиболее популярные варианты ответов среди учащихся следующие:

1. «Хочу справиться с этим самостоятельно».
2. «Боюсь более «жесткой» реакции от обидчика».
3. «Опасаюсь, что взрослые накажут за слабость».
4. «Чувствую, что никто обо мне не позаботится».
5. «Опасаюсь, что сверстники меня еще больше отвергнут».

СПЕЦИФИКА РАСПРЕДЕЛЕНИЕ РОЛЕЙ В БУЛЛИНГЕ

Буллинг – это всегда коллективное явление. Детей, которые осознанно или невольно принимают в нем участие, можно разделить на четыре категории:

инициаторы,
преследователи,
наблюдатели,
жертвы.

Инициаторами, как правило, выступают один-три ребенка. Как правило, их цель состоит в самоутверждении, обрести авторитет в коллективе, поэтому они используют агрессивные действия.

В ряде случаев поводом к насилию может служить личная неприязнь или тщательно спланированная месть в отношении другого ребенка.

Зачинщики демонстративно задирают, высмеивают или игнорируют одного или нескольких членов коллектива. Они стремятся к вниманию, желают занять роль лидера класса. Следует отметить, что к данной категории также могут относиться учащиеся:

• страдающие от насилия в своей семье и компенсирующие свои страдания насилием над самым слабым в классе;

• учащиеся, стремящиеся к лидерству, власти, самоутверждению за счет других;

• учащиеся, которые очень легко возбудимые и очень импульсивные.

Инициаторы буллинга часто нарушают дисциплину, склонны обвинять других в своих проблемах, склонны демонстрировать агрессивное поведение и пр.

ЖЕРТВОЙ ИЛИ ОБЪЕКТОМ БУЛЛИНГА ЧАСТО СТАНОВЯТСЯ:

• робкие, тихие учащиеся, нередко физически слабые;

• учащиеся с нестандартной внешностью;

• с особым прилежанием в учебе;

• чувствительные, не способные постоять за себя, продемонстрировать уверенность, отстоять ее;

• может также отличаться способностями в определенной области или, напротив, плохой успеваемостью и прогулами.

В данную категорию могут попадать учащиеся с заниженной или наоборот с завышенной самооценкой.

Жертвой буллинга может стать любой ученик. Но наиболее уязвимой категорией учащихся считается непопулярные учащиеся, которые уже играют роль

• «шута»,
• «козла отпущения»,
• «покорной жертвы»,
• «белой вороны»,
• «озлобленного»,
• «непопулярного»,
• «агрессора»,
• «ябеды» и пр.

ВОЗМОЖНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ БУЛЛИНГА ДЛЯ ЖЕРТВЫ:

• социальная изоляция,
• ассоциальное поведение,
• тревожные расстройства,
• психосоматика,
• риск суицида и пр.

СВИДЕТЕЛИ БУЛЛИНГА:

Активные помощники	Пассивные сторонники
• подкрепляют действие буллера (улыбками, смешками, поддакиванием); • могут подначивать, провоцировать.	• в целом одобрительно относятся к поведению доминирования и унижению слабых.

Эффект свидетеля ситуации буллинга в том, что они не пытаются помочь пострадавшим. Чем больше очевидцев, тем меньше шансов, что начнут помогать пострадавшему.

ЗАЩИТНИКИ

Наличие даже одного противника буллинга в классе может изменить ситуацию к лучшему.

Если защитников несколько, и с их мнением в классе считаются – большинство преследователей оставляют жертву в покое, конфликт сходит на нет в самом начале.

Основные характеристики защитников:

• Устойчивая система ценностей.

• Представление о самом себе с преобладанием позитивных установок относительно собственной личности.

• Способны самостоятельно регулировать свое поведение.

• Оптимистический эмоциональный фон.

КАК ПОНЯТЬ РОДИТЕЛЯМ, ЧТО РЕБЕНОК СТАЛ ЖЕРТВОЙ БУЛЛИНГА?

Если ваш ребенок:

• неохотно идет в школу и рад любой возможности не ходить туда;

• возвращается из школы подавленным;

• часто плачет без очевидных на то причин;

• никогда не вспоминает никого из своих одноклассников;

• очень мало говорит о своей школьной жизни;

• одинок, его никто не приглашает в гости, на дни рождения, и он никого не хочет позвать к себе.

В этом случае, возможно, ваш ребенок стал объектом буллинга.

Работа в группах.

«Уважаемые участники, давайте с вами разделимся на 2 группы». Участники рассчитаются на две микрогруппы «лимон» и «апельсин».

Сейчас мы с вами постараемся найти ответы на следующие вопросы:

1. Группа «лимонов» в ходе групповой дискуссии постарается найти ответ на вопрос: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок жертва?»

2. Группа «апельсинов» постарается найти ответ на вопрос: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок буллер?»

После обсуждения представитель от каждой группы высказывается по данному вопросу.

Ведущий подводит обсуждение родителей к конкретным рекомендациям и затем проговаривает их.

ЧТО ПРЕДПРИНЯТЬ РОДИТЕЛЯМ В СИТУАЦИИ, КОГДА РЕБЕНОК ПОДВЕРГСЯ БУЛЛИНГУ?

- Попытаться понять истинную причину травли: внешность ребенка, особенности его поведения, плохая или отличная успеваемость, отсутствие статусных для детей предметов (мобильного телефона, планшета и т.д.).
- Убедиться, что ваш ребенок действительно стал жертвой школьного буллинга.
- Сообщите о ситуации классному руководителю, школьному педагогу-психологу.
- Совместно найти пути выхода из сложившийся ситуации.
- Если ребенок пережил насилие, напуган и потрясен случившимся, оставьте его на один день дома, не отправляйте в школу. При сильно пережитом стрессе попытаться перевести ребенка в другой класс или даже в другую школу.

- Ни в коем случае не игнорировать случившееся с ребенком и не пускать все на самотек.
- Успокоить и поддержать ребенка словами: «Хорошо, что ты мне сказал. Ты правильно сделал»; «Я тебе верю»; «Ты в этом не виноват»; «Ты не один попал в такую ситуацию, это случается и с другими детьми; «Мне жаль, что с тобой это случилось». «Я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность».
- Разговаривайте с ребенком, обсуждайте ситуацию в спокойном и деловом тоне.
- Выражайте сочувствие без оценок и комментариев. Дайте понять, что это всего лишь одна из проблем, для которой необходимо найти решение.
- Расскажите о своем успешном опыте в решении подобных ситуаций, о случаях, когда другим детям удалось не обижаться и не злиться сильно.
- Выступите на ближайшем родительском собрании: старайтесь не обвинять, а призывать родителей объединить усилия для того, чтобы травля не стала традицией в классе.
- Не спешите с требованиями «не будь слюнтяем», «дай сдачи». Многие дети не могут преодолеть страх и к тому же боятся вызвать неудовольствие родителей, а потому перестают жаловаться и остаются со своей бедой один на один.
- Зная причины и последствия буллинга, уважаемые родители, примите правильное решение и все необходимые меры, чтобы ваш ребенок был психологически здоровой личностью.

ЕСЛИ ВАШ РЕБЕНОК – ОБИДЧИК

Если вы узнаете о том, что ваш ребенок – обижает и травит других, то первым вашим импульсом будет строго наказать его. Скорее всего, это будет просто разовая мера и не только не решит ситуацию, но еще и усугубит ее.

Если ваш ребенок обижает других, то вам необходимо:

- остановить ребенка-обидчика;
- создать обстановку, в которой он пересмотрит свое поведение. Наказание не исправят плохого поведения, зато уничтожат доверие между ребенком и взрослым;
- вам нужно попытаться заменить желание ребенка причинять вред другим желанием быть добрым к другим.

Как этого добиться?

- Позвольте ребенку увидеть то, что он сделал неправильно, и помогите найти способы исправить это.
- Сфокусируйтесь на том, что привело ребенка к такому поведению, помогите ему понять, что беря на себя ответственность за свои действия, он восстанавливает собственную целостность и самоуважение.
- Постарайтесь не дать возобладать над вами чувству стыда за то, что делает ваш ребенок.
- Говорите с ребенком о его действиях, задавайте такие же открытые, честные вопросы, которые вы задавали бы, если бы он был жертвой буллинга.
- Так вы преодолеете его защитную реакцию и поймете истинную его мотивацию, вы сохраните контакт с ребенком и поможете ему самому разобраться в себе.
- Помните, что к такому поведению ребенка приводит внутренний дискомфорт, какая-то боль. Когда мы позитивно воспринимаем себя, нам не нужно никого обижать. И помните – это поведение плохое, а не ребенок. Говорите ему, что вы знаете, что он хороший, и такое поведение совсем ему не подходит, не свойственно.
- Развивайте эмпатию.

И ЧТО СДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ НЕ ДОПУСТИТЬ СИТУАЦИЙ ТРАВЛИ?

- Наладить контакты с учителями и одноклассниками.
- Приглашать одноклассников в гости, особенно тех, кому симпатизирует ребенок.

- Повышать самооценку ребенка; в случаях завышенной самооценки ребенка объяснять ему, что это не надо показывать окружающим, что у любого человека есть и недостатки, и достоинства; помочь ребенку стать членом классного коллектива, а не просто ходить учиться.
- Создать эмоционально-благоприятную атмосферу в семье, вовлечение ребенка в совместные с родителями дела (досуг, поездки, обсуждение проблем, чувств каждого из членов семьи), восстановить или завести традиции и ритуалы в семье (говорить спокойной ночи перед сном, поцеловать и погладить ребенка, пожелать хорошего дня утром перед школой, отмечать дни рождения, чаще обнимайте и целуйте и т.д.).
- Внимательное отношение к эмоциональному состоянию ребенка.
- Прикасайтесь к ребенку как можно чаще – берите за руку, обнимайте, гладьте по голове.
- Говорите, что вы любите своего ребенка. Так он будет чувствовать себя любимым и значимым.

Проблема буллинга отлично продемонстрирована через призму киноисскуства и литературы. Совместно с детьми можно просмотреть ряд кинофильмов:

ПРОСМОТР ХУДОЖЕСТВЕННЫХ ФИЛЬМОВ С ПОСЛЕДУЮЩИМ ОБСУЖДЕНИЕМ:

«Чучело» (1983 г.).

«Класс» (2007 г.).

«Розыгрыш» (2008 г.).

«Класс коррекции» (2014 г.)

«Как стать принцессой» (2001 г.)

Некоторые дети, столкнувшись с проблемой буллинга, испытывают настолько выраженные муки и страдания, что практически утрачивают все свои навыки и начинают себя ненавидеть. Такие дети нуждаются в тщательно продуманном терапевтическом вмешательстве.

Программа вмешательства может включать поддержку в стенах школы или направление в какую-либо внешнюю службу поддержки. Так, например, возможны контакты с социальной службой, судебными органами или службой телефона доверия для детей.

3. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ. РЕФЛЕКСИЯ.

Итак, уважаемые родители, мы с вами рассмотрели вопросы, связанные с проявлением буллинга в школе и способами помощи своим детям, оказавшимся в такой ситуации.

Родители дают обратную связь, высказываются по кругу: что было полезным, мое настроение в конце занятия. Также родителям предлагается заполнить рефлексивные листы (Приложение 1).

Приложение 1

РЕФЛЕКСИВНЫЙ ЛИСТ

Мое настроение

_____

1 2 3 4 5

Представленная информация интересная

_____

1 2 3 4 5

Представленная информация полезная

_____

1 2 3 4 5

Какие вопросы Вы бы хотели рассмотреть на последующих занятиях? _____

_____

_____

_____

Благодарим за сотрудничество