

**БУЛЛИНГ** – это агрессивное преследование одного из членов коллектива другим ребенком или детьми. Это террор любого вида, физический, психологический, явный или незаметный. Буллинг может проявляться в самых разных формах и самых разных коллективах, а жертва травли не должна обладать каким-то набором обязательных качеств – ей может стать любой.

### **СУЩЕСТВУЮТ РАЗНОВИДНОСТИ БУЛЛИНГА (ТРАВЛИ):**

***ФИЗИЧЕСКАЯ ТРАВЛЯ*** – это самая явная и очевидная форма буллинга.

Примеры физической травли: умышленные толчки, удары, пинки и прочие виды физического насилия. Физическую травлю проще всего заметить. Также эта разновидность травли является самой наказуемой.

***ВЕРБАЛЬНАЯ ТРАВЛЯ*** – булли (те кто травят других) используют огромное количество обидных слов, фраз, чтобы унижить, запугать и задеть свою жертву. Словесную травлю сложно выявить, поскольку она происходит незаметно для глаз взрослых.

***СОЦИАЛЬНЫЙ БУЛЛИНГ*** – это вид социальной манипуляции, который подростки используют для того, чтобы подорвать социальную позицию и социальный статус жертвы. Булли исключают жертву из ее социальной группы, игнорируют или исключают из общения (бойкот), заставляя их чувствовать себя одинокими и отверженными.

***ЭКОНОМИЧЕСКИЙ БУЛЛИНГ***. От жертвы требуют деньги, ценные вещи и предметы путем угроз, шантажа и запугивания. Порча одежды или других предметов.

***КИБЕРБУЛЛИНГ*** – вид травли с использованием интернет – технологий: разные приложения, мессенджеры и социальные сети. Он включает в себя публикацию обидных или провокационных материалов о жертве, отправку угроз и агрессивных сообщений. Главное отличие кибербуллинга обусловлено особенностями интернет-среды: анонимностью, возможностью фальсификации, наличием огромной аудитории, возможностью достать жертву в любом месте и в любое время.

***ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ БУЛЛИНГ!*** Удивлены!? Так вот учителя также могут «вносить вклад» в возникновение буллинга. Бывают случаи, когда педагоги предвзято относятся к ученику, прилюдно высмеивают его ответы, способности и даже внешний вид, используя грубое, унижающее порицание. Таким образом, учитель задает пример для подражания.

### **В СИТУАЦИИ ТРАВЛИ ВСЕГДА ЕСТЬ!!!**

***БУЛЛЕРЫ*** – это инициаторы травли, агрессоры. В конфликте находятся в позиции силы.

***ЖЕРТВА*** – не обязательно, но часто это дети, чем – то отличающиеся от других: отличники или двоечники, любимчики учителей или наоборот, представители других национальностей, инвалиды или дети, имеющие физические недостатки. Также подвергаются агрессии физически слабые подростки, с низкой самооценкой или излишней скромностью, слишком избалованные дети.

***НАБЛЮДАТЕЛИ*** – это люди, которые стараются остаться в стороне от конфликта. Однако это не происходит: полностью игнорировать происходящее

не удастся. Более того, боясь стать жертвой буллинга, такие дети начинают примыкать к агрессору, даже если внутренне его осуждают.

### **КАК ОПРЕДЕЛИТЬ, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК СТАЛ ЖЕРТВОЙ БУЛЛИНГА?**

Жертвой буллинга может стать абсолютно любой ребёнок, вне зависимости от благополучности семьи, заботы родителей и уровня развития. Дети не всегда могут рассказать родителям о своих проблемах в школе. Поэтому родителям важно вовремя распознать, что ребенок стал жертвой травли. **Об этом могут свидетельствовать следующие признаки:**

- ребенок негативно относится к школе, использует любую возможность, чтобы туда не ходить;
- возвращается из школы подавленным;
- ничего не рассказывает об одноклассниках и школьной жизни;
- нарушение сна и аппетита;
- беспокойство и тревожность;
- склонность к уединению, нежелание общаться;
- излишняя уступчивость и осторожность;
- синяки или ссадины на лице или теле, порванная одежда;
- участившиеся простуды или другие заболевания.

### **КАК ПОМОЧЬ СВОЕМУ РЕБЕНКУ, СТАВШЕМУ ЖЕРТВОЙ ШКОЛЬНОГО БУЛЛИНГА?**

1. Самое первое и важное, с чего нужно начать – **это справиться со своими эмоциями.** Потому что часто у нас, как у родителей, поднимается праведный гнев. Хочется сразу добраться до родителей обидчика, а еще лучше до него самого, и «разобраться».
2. **Осознание того,** что если вашего ребенка: дразнят, щипают, отбирают, унижают! Это называется **насилие!**
3. **Снять с ребенка чувства вины.** Он не в чем ни виноват и он не хуже остальных детей в школе. Доверительно поговорить с ребенком о дальнейшем плане действия и линии поведения.
4. Если ребёнок был сильно напуган и потрясён случившимся, **не отправлять его на следующий день в школу.**
5. **Сообщить об этом классному руководителю / школьному психологу/завучу /директору** и сообща найти пути выхода из сложившейся ситуации. В компетенции вышестоящих отследить, что происходит. Так как одной работы с ребенком (жертвой) недостаточно. Он будет возвращаться в среду, которая не меняется.
6. **Во время всех этих действий важно, чтобы родитель был ясным и твердым в своих намерениях!**
7. Если ребенок пережил сильный стресс, необходимо **рассмотреть возможность перевода** ребёнка в другой класс или даже в другую школу.

Не закрывайте глаза, не оставляйте ребенка наедине с проблемой, не пускайте на самотек. Бейте во все колокола.