

# ТРАВЛЯ В ШКОЛЕ. КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ.



Гродно 2017

В каждой школе и практически в каждом классе есть дети, которые являются объектами насмешек, а иногда и открытых издевательств со стороны отдельных детей или даже всего класса. По статистике, до 10 % детей регулярно (раз в неделю и чаще) и 55 % эпизодически (время от времени) подвергаются тем или иным формам жестокого обращения со стороны одноклассников. Около 26 % матерей считают своих детей жертвами такого насилия, которое является на сегодняшний день опасным явлением, имеющим крайне негативные последствия, под общепринятым термином «буллинг».

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

### ВИДЫ ТРАВЛИ

- **вербальная (словесная)** – насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания и оценки, высмеивание, унижение в присутствии других детей и пр.;
  - **намеренная социальная изоляция** – бойкот, отторжение, отказ от общения с жертвой (с ребенком отказываются играть, заниматься, не хотят с ним сидеть за одной партой, не приглашают на дни рождения и т.д.);
  - **физическое насилие** – избиение, нанесение удара, шлепки, подзатыльники, порча и отнимание вещей и др.
- Обычно все виды травли сопутствуют друг другу.

### ЖЕРТВЫ БУЛЛИНГА

#### **Жертвами буллинга часто становятся:**

- дети с физическими недостатками – носящие очки, имеющие слабый слух, двигательные нарушения, и, как правило, они не могут защитить себя;
- дети с отклонениями в поведении – например, импульсивные или, наоборот, чрезмерно замкнутые и заторможенные;
- дети с различными особенностями внешности – рыжие волосы или веснушки, оттопыренные уши, кривые ноги, чрезмерная полнота или худоба, особая форма головы, слишком большой или маленький рост;
- дети с неразвитыми социальными навыками, которые не умеют общаться, они стеснительны или, наоборот, агрессивны, а в худшем случае могут даже воровать вещи у товарищей и совершать другие антисоциальные поступки, травля усугубляет их и без того трудную ситуацию;
- дети с отсутствием опыта жизни в коллективе – этим отличаются так называемые «домашние дети», у них слабо развиты навыки взаимодействия в коллективе, кроме того, они бывают очень эгоистичны, поэтому нередко становятся объектом нападков со стороны остальных;
- дети с различными болезнями – например, энурез, нервный тик, эпилепсия, заикание и другие физические и психические нарушения;
- дети с низким интеллектом и трудностями в обучении; неуспеваемостью,

затруднениями в освоении даже несложного материала – также распространенный повод для насмешек.

**Жертвы буллинга проявляют следующие (в том числе патологические) особенности поведения:**

- притворяются больными, чтобы избежать похода в школу;
- боятся идти одни в школу и из школы, просят проводить их на уроки, опаздывают;
- становятся эмоционально неустойчивыми, изменяется их привычное поведение и вне школы;
- снижается успеваемость, теряется интерес к любимым занятиям;
- проявляют большую тревогу, порой страхи настолько сильны, что может нарушаться сон, аппетит, появляться заикание, нервные тики;
- для них характерны молчаливость, замкнутость, нежелание идти на разговор;
- если ребенок подвергся физическому насилию, то можно обнаружить рваную верхнюю одежду или поврежденные вещи; постоянные ссадины, синяки и другие травмы;
- часто просят дать денег, воруют с целью откупиться от насильника;
- как проявление крайней степени кризисного состояния: появляются суицидальные мысли.

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ЖЕРТВЕ:**

В первую очередь, необходимо создать условия безопасности – недопущения буллинга. Как можно быстрее разобщить ребенка с соответствующими стрессовыми воздействиями. Поговорите с классным руководителем, с администрацией школы. Желательно это делать спокойно, без криков и угроз, подключайте на помощь школьного психолога. Если у ребенка тяжелое психическое состояние – ни в коем случае не отправляйте его в школу, обратитесь за помощью к психологу или психотерапевту в поликлинике. Если ребенку была нанесена серьезная психологическая травма – лучше перевести его в другой класс или даже в другую школу и обязательно обратиться за помощью к медицинским специалистам. В относительно легких и непродолжительных случаях травли можно самим укрепить защитные силы личности. Научите ребенка правильно реагировать. Подробно объясните, почему важно спокойно реагировать на попытки вывести его из себя, как не доставить обидчику удовольствия, ради которого вся жестокая игра и затевается. Посоветуйте не пытаться останавливать сплетни, не лезть в драку, не мстить, сохранять чувство юмора. Поддерживайте самооценку ребенка. Важно не унижать его, не критиковать. У ребенка не должно быть ощущения, что он заслужил плохое обращение с ним. Ребенка с нормальной самооценкой травить неинтересно, так как он не ведется. «Травят обычно тех, кто остро реагирует на оскорбление. Как с неваляшкой: ребенок ее толкнул – она зазвенела, закачалась – интересно! А если она не реагирует – ее быстро бросят: скучно».

**Для взаимодействия с обидчиком можно посоветовать ребенку воспользоваться тремя простыми вопросами.**

1. «Для чего ты это (сказал, сделал и т.д.)?». Если агрессору спокойно задать такой вопрос, то он растеряется и быстро прекратит свои нападки. Главное продолжать задавать этот вопрос, не поддаваясь на новые провокации. Как правило, ни один обидчик не сможет ясно ответить, для чего он это делает.
2. «Как ты это определил?» Если, например, ребенка обзывают неумехой, то задать этот вопрос: «Как ты определил, что я не умею это делать?».
3. «Что тебе мешает...?». Например: «Что тебе мешает отойти и заняться своим делом?», «Что тебе мешает учиться так же хорошо, как я?», «Что тебе мешает обратиться ко мне за помощью, вместо того, чтобы завидовать?» и т.д.

***Сохраняйте сами оптимизм, будьте чутки и внимательны, но не драматизируйте.***

Кроме того, родитель может помочь ребенку не стать жертвой буллинга, то есть осуществить первичную профилактику. Для этого важно:

- 1) научить ребенка не бояться своих одноклассников, у которых тоже есть проблемы;
- 2) самому родителю наладить контакты с учителями и одноклассниками; участвовать в классных мероприятиях, в которые вовлекаются и родители. Если у родителей есть необычное хобби, интересное детям, рассказать о нем одноклассникам ребенка, вызвав тем самым уважение;
- 3) приглашать одноклассников ребенка, а особенно тех, кому он симпатизирует, как можно чаще к себе в гости. Ребенку нужны люди, не дающие его в обиду, наряду с педагогами это может быть и симпатизирующая ему группа детей, а так как разборки происходят не на виду у педагогов, а на переменах, в школьном дворе, то такая группа детей сможет его поддержать;
- 4) помочь ребенку стать членом классного коллектива, а не просто ходить учиться; не настраивать ребенка против его школьных мероприятий, даже если они кажутся вам ненужными;
- 5) в случаях завышенной самооценки ребенка 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 чем-то другом;
- 6) самим не пытаться выделять своего ребенка среди одноклассников «элитностью» одежды и особой гламурностью;
- 7) быть ему примером спокойного, вежливого отношения с окружающими, при этом сохраняя личную автономность и самодостаточность.

Использованы материалы с источников:

<http://mir.pravo.by/library/edu/psychological+assistance/bullying/>



**Адрес:**

Информационно-правовая служба:  
230005, г. Гродно,  
ул. Господарчая, 10, каб. 508, 507

Контактный телефон:

**8 (0152) 48 51 28 , 43 03 30**

Электронный адрес:

[lojkigrodno\\_dsp@mail.ru](mailto:lojkigrodno_dsp@mail.ru)

**«Телефон доверия»:**

**48-51-28**

**Онлайн-консультирование  
посредством программы Skype**

**Логин: lojkigrodno\_dsp**