

Буллинг (травля)

Буллинг – это ненормально, и сам по себе он не проходит.

Признаки травли – намеренность, повторяемость, неравенство сил

Дружить против кого-то – явление для детей обычное. Им важно пережить сплоченность, причем объединить может как что-то положительное, так и – не очень. В последнем случае группа школьников «дружит» против одного-двух человек. И попасть в эту категорию [«отверженных»](#) может практически любой ребенок.

Агрессор зачастую сам является бывшей жертвой. Возможно, он не имеет поддержки дома (его там могут унижать, даже бить). Однако дети, которых родители любят и уважают, тоже могут стать [агрессорами](#) в школе – если родители дают им понять, что относятся к ним так только на определенных условиях.

Помимо зачинщика травли, его поддержки и жертвы есть так называемая «нейтральная зона». Эти дети сами боятся стать объектом насмешек, поэтому предпочитают ничего не замечать.

Важно отличать школьную травлю от обычной ссоры между детьми. Верные признаки травли – намеренность, повторяемость и неравенство сил.

Травля случается там, где детям, вынужденным находиться вместе, нечем заняться. Их не увлекает учеба или кружки, у них нет особо близкого общения дома. Поэтому и начинается поиск жертвы

Жертвой травли может стать почти любой ребенок

Наши представления о травле в школах полны стереотипов. Нам кажется, что ребенок станет жертвой агрессии, если он в очках, слишком полный, слишком худой, с кудрявыми волосами (нужное подчеркнуть). За этим утверждением легко сделать вывод: ребенок сам виноват в том, что кому-то не понравился. Причем не понравился даже не прилагая к этому каких-либо усилий.

Между тем, жертвой травли может стать [каждый](#). Нужен просто повод зацепиться. Можно быть отличником или двоечником, уметь рисовать или нет, иметь гаджет последней модели или ходить без него – и травить будут именно за это. Правда, психологи отмечают, что у **жертв буллинга все же есть одна общая черта – они более других чувствительны к действиям окружающих.**

«Такие дети, как правило, сразу же отзываются на издевки. Они плачут, злятся, прячутся. Именно такого поведения и добиваются агрессоры. Более того, жертве часто приходится не просто и дома. Посудите сами: ребенка толкнули в грязь, туда же кинули рюкзак, и от родителей он услышит не похвалу. Обычно его спрашивают где он так извалялся, наказывают. То есть ребенок испытывает двойную агрессию: в школе и дома».

Обращайте внимание на «тревожные звоночки»

Даже если у вас с ребенком доверительные отношения, он не всегда первым начнет разговор о травле. Причин может быть много: стеснительность, робость, боязнь получить осуждение, угрозы со стороны обидчиков. Поэтому для начала – присмотритесь. Ссадины,

синяки, сломанные личные вещи, раздражительность или несвойственная ребенку молчаливость могут быть тревожными звоночками. Только вы знаете, какое поведение свойственно вашему ребенку, и какие симптомы для него нетипичны.

Ребенок может ничего не говорить конкретно о происходящем в школе, но «подавать» другие знаки. Например, резко пропадает аппетит. Или ребенок заявляет, что вся его одежда выглядит ужасно, нужно купить новую. Постоянно теряет карманные деньги. Такие моменты не обязательно говорят именно о травле, но насторожиться стоит.

Не нужно думать, что подобные проблемы в школе – что-то несерьезное, преходящее. **Школьный буллинг – не средство для закалки характера и ничем полезным обернуться не сможет.**

Скажите ребенку: «Я тебя люблю. Мы справимся»

Если подозрения оправдываются, покажите ребенку, что он больше не находится один на один с проблемой. Задавайте наводящие вопросы и узнавайте детали случившегося: что происходит, кто участвует, как относится к этому учитель.

«Если ваш ребенок стал жертвой травли, скажите ему две вещи. Первое — «Я тебя люблю, и мы справимся вместе». Второе — «Ты ни в чем не виноват. Успокойте его и обеспечьте ощущение защищенности. Не нужно рвать и метать. Никому не будет легче от того, что вы раздражены и не контролируете свое эмоциональное состояние».

Научите ребенка правильно реагировать на травлю

Научите ребенка задавать обезоруживающие вопросы обидчикам. Например, «Для чего ты это сделал?» Внятно и четко ответить нападающий вряд ли сможет, что на время сможет вывести его из равновесия. Объясните, что сам ребенок-жертва ни в чем не виноват. **Он любим родителями и друзьями, а с травлей может столкнуться каждый.**

«В России популярно решать проблему кулаками. И если ребенок не хочет или не может ответить агрессору, родители говорят ему: “Ты что, не можешь за себя постоять?” Это в корне неправильно. Ребенка нужно выслушать и помочь, а не отмахиваться, как от назойливой мухи».

Остановить буллинг может только взрослый

Не стесняйтесь просить классного руководителя повлиять на ситуацию. «Буллинг никогда не проходит сам по себе. **Если в коллективе создались условия для травли, остановить ее сможет только взрослая сознательная уравновешенная личность.** Если такой взрослый не вмешается, дети будут руководствоваться стадными инстинктами. Ни к чему хорошему это не приведет».

В Законе «Об образовании» прописано, что ответственность за физическую и психическую безопасность ребенка лежит на учебном заведении. Естественно, речь идет о времени, когда ребенок в этом заведении находится.

Подключайте школьного психолога. **Буллинг – это ненормально, и сам по себе он не проходит.** Как правило, даже сами обидчики не всегда могут понять, зачем они снова и снова продолжают свои нападки. Поэтому помощь взрослого необходима.

Обсуждайте все шаги вместе

Выйти на разговор с родителями обидчика – ваше право. Но будьте готовы к тому, что общение может не принести результата. Родители могут настаивать на том, что их ребенок идеален, могут отстраниться от ситуации. Однако донести до них, что это именно травля, а не безобидная шалость – необходимо.

«Перед тем как связываться с родителями агрессора, обсудите этот шаг с ребенком. Он не должен узнавать о ваших действиях внезапно. Ему и так сейчас приходится непросто. Проговаривайте свои действия и объясняйте, почему вы считаете нужным поступить именно так». Таким образом **ребенок будет чувствовать, что контролирует ситуацию.**

Не бойтесь забрать ребенка из школы

Заберите ребенка из школы, если вы понимаете, что нахождение там для него травматично —на время, или навсегда, с последующим переводом в другое учебное заведение.

Самое главное, что нужно ребенку-жертве – это чувство безопасности. Если ситуация в школе критичная, не ждите ее разрешения или перевода в другое заведение. Заберите ребенка на время домой. Пусть он побудет в безопасном для него месте, перестанет видеть обидчиков. Дайте ему такую передышку. Отведите школьника к психологу. Вместе с ним он проработает эти обиды, проговорит ситуации в игровой или другой форме. В конфликте всегда оценивайте- стоит ли игра свеч.

Будем любить и беречь наших детей!!!!