Тема: « Профилактика буллинга в  школе»

Видео по теме можно посмотреть по ссылке.

<https://disk.yandex.ru/i/HTOlgwM67LAhZw>

**Рекомендации  родителям**

**Тема: « Профилактика буллинга в  школе»**

Буллинг относительно новый термин, обозначающий старое, можно сказать, вековое явление – детскую жестокость.

И.Н. Кон: «буллинг – это запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе*».*

Основные характеристики буллинга:

1.     Умышленность

2.     Регулярность (повторяемость )

3.     Неравенство сил

4.     Групповой процесс (затрагивает широкий круг участников)

5.     Не заканчивается сам по себе

**6.**     Негативное психологическое воздействие на всех участников

**Школьный буллинг можно разделить на две основные формы:**

1:Физический школьный буллинг - умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных повреждений и др.;

•      2. Психологический школьный буллинг - насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание.

•        К   этой форме можно отнести:

•      вербальный буллинг, где орудием служит голос (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, дразнение, распространение обидных слухов и т.д.);

•      обидные жесты или действия(например, плевки в жертву либо в её направлении);

•      запугивание(использование агрессивного языка тела и интонаций голоса для того, чтобы заставить жертву совершать или не совершать что-либо);

•      вымогательство (денег, еды, иных вещей, принуждение что-либо украсть);

•      повреждение и иные действия с имуществом (воровство, грабёж, прятанье личных вещей жертвы);

Социальное  исключение:

•      бойкот,

•      отторжение,

•      изоляция,

•      отказ от общения с жертвой (с ребенком отказываются играть, заниматься, не хотят с ним сидеть за одной партой и т.д.);

Кибербуллинг –  очень популярное среди подростков. Проявляется в травле при помощи социальных сетей или посылании оскорблений на электронный адрес. Сюда входит съемка и выкладывание неприглядного видео,  фотографий, оскорбительных текстов в общий доступ. Распространение в последнее время получает троллинг — размещение в Интернете (на форумах, в дискуссионных группах, блогах и др.) провокационных сообщений с целью вызвать конфликты между участниками, взаимные оскорбления.

Причины буллинга:

•      педагогические (микроклимат класса)

•      психологические (личность агрессора, так называемого буллера, и личность жертвы);

•      социальные (пропаганда и поощрение доминирующего [агрессивного поведения](https://findmykids.org/blog/ru/agressivnoe-povedenie-u-rebenka) в обществе: на телевидении, в интернете, компьютерных играх);

•      семейные (недостаток родительской любви и внимания, физическая и вербальная агрессия со стороны родителей, чрезмерный контроль).

К мотивам буллинга можно отнести:

•      зависть;

•      месть (когда жертва травли сама становится буллером, стремясь наказать обидчиков за причинённые страдания);   самоутверждение в коллективе;

•      Самоутверждение, стремление быть в центре внимания, выглядеть «круто»;

•      желание нейтрализовать соперника посредством его унижения  и др.

Инициаторами   травли могут стать:

           активные, общительные дети, претендующие на роль ли­дера в классе; дети, уверенные в том «господствуя» и подчиняя, гораздо легче будет добиться своих целей;

•      агрессивные дети, нашедшие для самоутверждения безот­ветную жертву;

•      дети, стремящиеся любой ценой быть в центре внимания;

•      дети, привыкшие относиться к окружающим с чувством превосходства, делящие всех на «своих» и «чужих» (подоб­ный шовинизм или снобизм является результатом соответ­ствующего семейного воспитания);

•      легко возбудимые и очень импульсивные, со слабым самоконтролем;

•      эгоцентрики, не умеющие сочувствовать окружающим, ставить себя на место других;

•      максималисты, не желающие идти на компромиссы дети (особенно в подростковом возрасте).

 дети, воспитывающиеся в семьях с авторитарным, жестким воспитанием. Будучи запуганными и забитыми дома, они пытаются выплеснуть подавленные гнев и страх на более слабых сверстников;

• дети, воспитывающиеся в семьях с низким уровнем эмоционального тепла и

поддержки.

**Жертвами буллинга,** как правило, но не всегда, **становятся дети чувствительные и не способные постоять за себя, часто становятся робкие,**тихие дети, нередко физически слабые, дети с нестандартной внешностью, особым прилежанием в учебе, талантом в определенной области или, напротив, плохой успеваемостью и прогулами, дети с заниженной или наоборот с завышенной самооценкой, новенькие, чувствительные, не способные постоять за себя, продемонстрировать уверенность,  отстоять ее. *«домашние» дети* – не имеющие опыта взаимодействия в коллективе сверстников, могут не обладать навыками, позволяющими справляться с проблемами в общении;

**Рекомендации родителям. Как помочь своему ребёнку, ставшему жертвой школьного буллинга.**

Прежде  всего, понять истинную причину происшедшего с ним, убедиться, что ваш ребёнок действительно стал жертвой школьного буллинга.

 Родителям  нельзя устраивать «разборки» с самими детьми, участвующими в травле.

        Сообщите  об этомклассному  руководителю , администрации школы, педагогу- психологу, социальному педагогу;

        сообща найти пути выхода из сложившийся ситуации;ни в коем случае не игнорировать случившееся с ребёнком и не пускать всё на самотёк.

        Надо  найти  ресурсы, которые  помогут  ребенку справиться  с проблемой.

        Обучить ребенка общаться, вести диалог*,*сохранять спокойствие, не поддаваться на провокацию, не проявлять гнев, истерику : обидчик потеряет к нему интерес, сообщить о нападках родителям и учителю, педагогу-психологу.

        Родители должны немедленно заняться формированием системы ценностей у ребёнка, повышением самооценки, уверенности в себе.

        Необходимо научить ребёнка   технике общения с другими людьми, иметь свою  позицию, отстаивать ее.

        Родители должны немедленно заняться формированием системы ценностей у ребёнка, повышением самооценки, уверенности в себе.

Помочь  ребенку укрепить самооценку**.**Родители могут развернуть целую программу по укреплению уверенности ребенка в себе. Основная задача этой программы – интеграция ребенка в среду сверстников, в которой он чувствовал бы себя комфортно. Хорошо начать постепенную интеграцию ребенка в общество со смешанной группы (взрослые и дети) , например совместный  спорт. После успешного освоения общения в смешанной группе, можно переходить к группе сверстников (кружки и др.).

        Не сравнивать ребенка с другими

        Говорить в позитивных формулировках и почаще хвалить

        Не делайте замечания детям при посторонних

         Сосредоточьтся на сильных сторонах  ребенка

        Организавать досуга, занятие спортом.

Позаботиться о том, чтобы дома царила спокойная и дружелюбная атмосфера, чтобы дом мог стать психологическим «убежищем».

.**Что можно сделать если столкнулись с ситуацией кибертравли?**

           Все зафиксировать(скриншот экрана)

           Не реагировать на сообщение

           Хранить доказательства (для провайдера и правоохранительных органов)

           Заблокировать буллера

           Расскать  родителям

           **Вместе с родителями**  постарайтесь разобраться в ситуации: в  чем конфликт, кто участник, что за причина, есть ли угроза жизни.

Обратится за помощью: к администратору ресурса.

-         Если в травле участвуют ученики школы – к директору

Если угроза жизни – в правоохранительные органы, приложив доказательства.