

Общешкольное родительское собрание

«Буллинг в классе. Как избежать беды?»

Цель: психологическое просвещение родителей по проблеме школьной травли; информирование родителей о способах помощи ребенку, который оказался в критической ситуации.

Форма проведения: лекция.

Слайд 1

Добрый вечер, уважаемые родители! Сегодня мы поговорим с вами об одной из наиболее распространенных проблем в детских коллективах – травле, буллинге детей сверстниками.

Слайд 2

Долгие годы травля считалась неизбежным злом, чем-то вроде неприятной, но неопасной детской болезни, которая «сама пройдет», а обиды «до свадьбы заживут». Но в настоящее время исследования показывают, что опыт травли вовсе не безобиден и может иметь серьезные последствия.

Травля буквально способна отравить ребенку детство, сделать школьные годы вовсе не «чудесными», а ужасными.

Что происходит с ребенком, которого травят в школе? Давайте попробуем это представить.

Утром вы приходите на работу. В вестибюле вы видите своих коллег, но никто не здоровается, при виде вас все демонстративно отворачиваются и отодвигаются. Вы проходите, слыша сзади смешки и шепот. Зайдя в рабочий кабинет, Вы включаете компьютер, чтобы продолжить работу, которую начали накануне, но с сожалением и недоумением обнаруживаете, что данный файл удален. Вы хотите заглянуть в свой ежедневник, чтобы восстановить информацию – и не можете его найти, его нет на месте. Позже вы находите его в углу туалета, со следами ног на страницах. И так каждый день. Однажды вы срываетесь и кричите. Вас вызывают к директору и отчитывают за недопустимое поведение. Вы пытаетесь пожаловаться и слышите в ответ: «Нужно уметь ладить с коллегами!»

Ваше самочувствие? Как долго вы сможете выдержать это? Как скоро у вас появятся последствия из списка выше: неспособность сосредоточиться, нежелание идти на работу, неуверенность в себе, тревожное и депрессивное состояние, болезни и нежелание жить? А ведь вы – взрослый человек, у которого есть свой дом и друзья, опыт успехов, устойчивый

образ себя. Вы можете потребовать объяснений, можете написать жалобу, наконец, можете просто уволиться. **Ребенок гораздо более беззащитен. Защищать его обязаны взрослые.**

Слайд 3

Буллинг достаточно близок по своей структуре к межличностному конфликту, тем не менее он отличается следующими характеристиками:

- ✓ буллинг по времени более длителен, нежели конфликт;
- ✓ физические и психологические силы жертвы буллинга и агрессора совершенно не сопоставимы по своему потенциалу;
- ✓ типы поведения участников ситуации буллинга имеют четкую структуру;
- ✓ в конфликте обе стороны так или иначе могут отстаивать свою позицию, тогда как в буллинге только одна сторона «обладает» правами, другой стороне этого права не дают.

Конфликт – это две активные противоборствующие стороны, а буллинг – это угнетение одной стороны другой.

Таким образом, можно выделить *следующие характеристики буллинга*:

- ✓ умышленность и регулярность;
- ✓ неравенство сил;
- ✓ четкое распределение ролей;
- ✓ буллинг не заканчивается сам по себе.

Повод для буллинга может быть самым разным. Поэтому пострадать от травли может любой ученик. При этом зачастую могут даже отсутствовать какие-либо конкретные основания для агрессии.

Буллинг ухудшает социальный климат в любом сообществе.

От последствий травли страдает не только тот, кому не повезло оказаться в роли жертвы. Ситуация травли в классе погружает в стресс всех детей, ведь если у нас так – можно, если травля – в порядке вещей, значит, нельзя быть уверенным, что завтра этого не сделают со мной, нельзя расслабиться ни на минуту. Стресс истощает детскую психику, не дает сосредоточенно работать, не оставляет места учебной мотивации, развитию способностей, творчеству.

Давайте попробуем разобраться в природе такого явления, как отвержение одного или нескольких членов коллектива.

Слайд 4

В ситуации травли всегда есть *зачинщики*, их *жертвы* и, конечно, *преследователи* — основная масса детей, которая под руководством зачинщиков осуществляет травлю. Иногда в классе есть *нейтральные наблюдатели*. На мой взгляд, наблюдатели ничем не отличаются от преследователей, так как своим молчанием они поощряют травлю, никак ей не

препятствуя. Часто дети про себя осуждают поведение агрессивных одноклассников, но ничего не предпринимают, боясь стать следующей жертвой.

Бывает, что среди одноклассников находятся и *защитники* жертвы. Иногда появление защитника способно в корне изменить ситуацию (особенно если защитников несколько или с их мнением в классе считаются) — большинство преследователей оставляют жертву в покое, конфликт сходит на нет в самом начале.

Слайд 5

Рассмотрим психологические особенности основных действующих лиц.

Слайд 6

Зачинщики

Обычно один - два человека в классе становятся инициаторами травли или активного неприятия одноклассника. Им по каким-либо причинам не понравился кто-то из одноклассников, и они начинают его дразнить, задирать, высмеивать, демонстративно избегать. Чаще всего в основе преследования кого-либо лежит стремление самоутвердиться, выделиться. Очень редко травля – это результат личной мести за что-либо.

Считается, что обижают и утверждают за счет других дети, сами не уверенные в себе, «обиженные жизнью».

Итак, инициаторами травли могут стать:

- ✓ активные, общительные дети, претендующие на роль лидера в классе;
- ✓ 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);
- ✓ эгоцентрики, не умеющие сочувствовать окружающим, ставить себя на место других;
- ✓ максималисты, не желающие идти на компромиссы дети (особенно в подростковом возрасте).

Слайд 7

Преследователи

Как уже говорилось, зачинщиками травли становятся несколько человек, все остальные являются их последователями. Они с удовольствием смеются над неудачами своей жертвы, прячут его вещи в туалете, подхватывают обидные прозвища, не упускают случая его толкнуть, оскорбить или демонстративно игнорируют и не желают принимать

его в свои игры. Почему же добрые и отзывчивые по отношению к своим близким дети становятся тиранами для не сделавшего ничего плохого лично им сверстника?

Во-первых, большинство ребят подчиняются так называемому **стадному чувству**: «Все пошли, и я пошел, все толкали, и я толкнул». Ребенок не задумывается над происходящим, он просто участвует в общем веселье. Ему в голову не приходит, что чувствует в этот момент жертва, как ей больно, обидно и страшно.

Во-вторых, некоторые делают это в надежде заслужить **расположение лидера класса**.

В-третьих, кое-кто принимает участие в травле **от скуки, ради развлечения** (они с тем же восторгом будут пинать мяч или играть в салки).

В-четвертых, часть детей активно травят одноклассника **из страха оказаться в таком же положении** или просто не решаются пойти против большинства.

И, наконец, небольшой процент преследователей, таким образом, самоутверждается. У них недостает энергии, чтобы стать зачинщиками, но они охотно подхватывают чужую инициативу. Чаще всего это дети, которых третируют во дворе, обижают старшие, жестоко наказывают родители, они неуспешны в учебе и не вызывают особых симпатий у одноклассников. Например, Рыжий из повести В.К. Железникова «Чучело» кривляется и паясничает, издевается над тем, кого выберут остальные, чтобы самому не стать объектом насмешек со стороны одноклассников. «Все орут, и он орет, все бьют, и он бьет, если ему даже не хочется».

Можно выделить следующие психологические характеристики детей, становящихся преследователями:

- ✓ несамостоятельны, легко поддаются влиянию окружающих, безынициативны.
- ✓ конформисты, всегда стремятся следовать правилам, неким стандартам (очень прилежны и законопослушны во всем, что касается школьных правил).
- ✓ не склонны признавать свою ответственность за происходящее (чаще всего считают виноватыми других).
- ✓ часто подвержены жесткому контролю со стороны старших (их родители очень требовательны, склонны применять физические наказания).
- ✓ эгоцентричны, не умеют ставить себя на место другого. Не склонны задумываться о последствиях своего поведения (в беседах часто говорят: «Я и не подумал об этом»).
- ✓ неуверенны в себе, очень дорожат «дружбой», оказанным доверием со стороны лидеров класса (в социометрических исследованиях получают наименьшее количество выборов, нет взаимных выборов ни с кем из класса).
- ✓ трусливы и озлоблены.

Слайд 8

Жертвы

Чаще всего становятся жертвами издевательств дети с явными проблемами. Скорее всего, подвергнется нападкам и насмешкам ребенок:

- ✓ с необычной внешностью (заметные шрамы, хромота, косоглазие и т.д.);
- ✓ тихий и слабый, не умеющий за себя постоять;
- ✓ неопрятно одетый;
- ✓ часто пропускающий занятия;
- ✓ неуспешный в учебе,
- ✓ слишком опекаемый родителями;
- ✓ не умеющий общаться.

Слайд 9

К сожалению, не все дети рассказывают родителям, что их систематически обижают в школе. Но существуют характерные признаки в поведении ребенка, который подвергается буллингу:

- ✓ ребенок возвращается из школы в подавленном настроении;
- ✓ ребенок с большой неохотой каждый день идет в школу, старается пропускать уроки;
- ✓ у ребенка может не быть друзей, он ни с кем не общается и всегда пребывает в одиночестве;
- ✓ у ребенка может нарушиться сон, начать проявляться признаки аутоагрессии (причинение вреда самому себе), он становится очень нервным и закрытым;
- ✓ ребенок отказывается участвовать в общих школьных/классных мероприятиях;
- ✓ ребенок не делится никакими историями из школьной жизни, не рассказывает об одноклассниках или уроках, просто молчит об этом;
- ✓ у ребенка может заметно снизиться успеваемость в школе.

Если такие особенности в поведении имеют место быть, то это должно послужить сигналом для родителей, что у ребенка не все в порядке в школе или другом месте, где происходит ситуация травли.

Слайд 10

Что делать родителю, если ребёнок столкнулся с буллингом

1. Не поддавайтесь панике.

Успокойтесь и настройтесь на разговор с ребёнком. Будьте внимательны, не проявляйте раздражения или страха. Вы должны транслировать силу, а нервозность и возбуждение – признак

слабости. Не поучайте ребёнка, не нужно всезнайства. Больше слушайте и спрашивайте, чем говорите. Соберите подробную информацию об участниках и событиях травли.

Обязательно заверьте, что вместе вы решите эту проблему – ребёнок остро нуждается в уверенности и чувстве защищённости.

2. Побеседуйте с ребёнком так, чтобы ему это помогло.

Поддержите ребёнка и скажите, что вы на его стороне. Обязательно расскажите ему, что такое буллинг, и объясните, что он ни в чём не виноват, что жертвой может стать кто угодно.

Вместе спланируйте, что делать, ведь ребенок знает ситуацию в школе гораздо лучше. Обсудите, в каких местах часто происходят нападки и как этих мест избежать. Если возможности избежать нет, подумайте, как можно сделать так, чтобы он оказывался там вместе с кем-то из знакомых. Обсудите дальнейшие шаги. Предупредите, что вы пойдете в школу для разбирательства.

3. Подготовьтесь к визиту в школу.

Предупредите классного руководителя о своём визите заранее. Не появляйтесь в зоне зрения класса – участники буллинга не должны знать, что вы вмешиваетесь.

На беседу не берите с собой ребёнка, даже если учитель или директор попросят. Ему не стоит слышать возможный поток «он сам виноват» и «дети, что с них взять».

4. Обратитесь к человеку, ответственному за коллектив.

Поскольку буллинг – проблема коллектива, решать её важно со взрослым, который за этот коллектив отвечает. С классным руководителем.

Отдельный важный вопрос – что и как говорить? Важно, чтобы вещи назывались своими именами.

Никаких «У Пети Смирнова не ладится с одноклассниками». Когда ребенка намеренно доводят до слез, согласованно и систематически дразнят, когда отбирают, прячут, портят его вещи, когда его толкают, бьют, обзывают, подчеркнуто игнорируют – это называется «травля». Насилие. Пока не назовете происходящее своим именем, ничего не получится сделать. Неназванную проблему решать невозможно.

Приведите конкретные факты насилия над ребёнком.

5. Узнайте, как педагог собирается решать проблему.

6. Если есть необходимость – обратитесь с ребёнком к психологу.

Если чувствуете, что не справляетесь самостоятельно. Если ваших знаний и действий недостаточно. Если видите, что ребёнку нужна профессиональная помощь – обратитесь к специалисту.

7. Не пытайтесь самостоятельно говорить с родителями буллеров.

Это неэффективно. Одни будут защищать своих детей. Другие – наказывать (следующим наказанным будет жертва). Третьи родители обвинят вас и вашего ребёнка. Пусть с родителями буллеров поговорит классный руководитель, так как информацию, полученную от него, родители воспримут более адекватно.

8. Не просите ребёнка заигрывать с буллерами, пытаться откупиться или подружиться, а также решать проблему ответным насилием.

Есть две крайности плохих советов, которые могут дать взрослые: «Учись налаживать отношения» и «Дай сдачи!». Оба эти послания для детской психики звучат как: «Тебя никто не защитит, даже не надейся. Справляйся сам, как знаешь».

9. Лучшая защита от буллинга – уверенность в себе.

Разговаривайте с ребёнком, уделяйте ему внимание. Помогите найти коллектив, где ему комфортно, и завести друзей. Принимайте всерьёз то, что его волнует, не обесценивайте его эмоции. Учите его уважать и требовать уважения к своим чувствам, отстаивать своё мнение. Не воспитывайте чрезмерные покорность и послушание. Помогите ему чаще проживать успех – в состоянии жертвы дети часто начинают воспринимать себя в негативном ключе. Поэтому им крайне важно испытывать положительный опыт, видеть, что на самом деле они могут многое.

10. Доведите дело до конца.

Не останавливайтесь на кратковременном улучшении. Дожимайте ситуацию до конца, не ждите, что при затишье проблема постепенно исчезнет сама. Важно искоренить её прочно и навсегда.

В наше время набирает обороты кибербуллинг. Это травля в интернет-пространстве, в частности, в соцсетях. Кибербуллеров привлекает иллюзия вседозволенности и безнаказанности.

Как помочь ребенку, если сверстники намеренно оскорбляют, унижают, преследуют его в социальных сетях?

1. Сделайте скриншот переписки для обращения в полицию или в школу (как решите).

2. Удалите переписку, чтобы ребенок ее не перечитывал.

3. Помните или решите, что именно важнее для Вас и Вашего ребенка: будущее благополучие (тогда эффективнее обратиться в школьную службу примирения, где медиатор поможет договориться о возмещении вреда, нанесенного вашему ребенку, и поможет договориться, как в будущем избежать повторения травли; к классному руководителю он поможет создать ребенку буферную зону и ребенок будет чувствовать

себя комфортнее и безопаснее) или огласка и длительные разбирательства (тогда правильнее обратиться в полицию).

4. Скажите ребенку, что он должен стараться не обращать внимания на хамство, насколько это, конечно, возможно, и не показывать обидчикам своей слабости и боли (рассказать, что обидчики только и ждут, когда ребенок, из которого сделали изгоя и жертву будет морально сломлен, это и есть их истинная цель).

5. Договориться с ребенком, как именно он будет реагировать на выпады в реальности (вне сети), до тех пор, пока ситуация не изменится. Показывать обидчикам, что ребенку все равно и его нисколько не задевают обидные слова.

6. Договориться с ребенком не участвовать в переписке, не отвечать или зайти на страницу, разместить свой ответ обидчикам и сразу уйти (обиженному ребенку будет легче, если последнее слово будет за ним). Ответить можно, например, так: «Надоест - перестанешь!», «Жаль тебя, не знаешь, чем еще заняться!», «Это уже было, ничего нового придумать не можешь!», «Все сказанное не столько порочит меня, сколько характеризует уровень вашего развития», «Плюет в спину тот, кто отстал и не может догнать», «Раз мне плюют в спину, значит я впереди. Это лучше, чем быть аутсайдером». И отправить «писателя» в черный список.

Если к обсуждению подключились другие ребята, можно ответить группе поддержки обидчиков: «Нами манипулируют, а мы и рады стараться обсуждать меня, давайте уважать хотя бы себя лично и выйдем из чата. Я так и сделаю». И выйти, чтобы все видели, что ребенок больше не в сети и не читает их.

Слайд 11

Трудно ли остановить травлю? И да, и нет. Все зависит от нашей с вами позиции! Помните, что ребенку в одиночку агрессию не победить! Без родительской поддержки ребенок часто опускает руки... Обязательно нужно обратиться с доказательствами травли в школу, просить помощи в урегулировании ситуации. Буллинг боится огласки!

Слайд 12

Спасибо за внимание!

Педагог-психолог МБОУ «Седельниковская СШ №1» Сабаяева Юлия Васильевна