

КАК ПОМОЧЬ РЕБЁНКУ, СТАВШЕМУ ЖЕРТВОЙ БУЛЛИНГА?

Если Вы подозреваете, что ребенок стал жертвой буллинга, необходимо как можно быстрее проверить эту информацию и убедиться в безопасности ребенка

Важно вовремя распознать, что подросток в беде. Заметить признаки травли, добиться доверия, выслушать.

Не игнорировать повторяющиеся жалобы от ребенка, даже если они кажутся несущественными.

Поддерживайте самооценку ребенка. Важно не унижать его, не критиковать. У ребенка не должно быть ощущения, что он заслужил плохое обращение с ним.

Сообщить о буллинге администрации лагеря и педагогу-психологу.

КАК ВЕСТИ СЕБЯ С ЗАЧИНЩИКОМ БУЛЛИНГА?

Помочь осознать ребенку, что агрессия и жестокость – это вовсе не показатели силы и мужественности.

Научите ребенка сопереживать другим, объясните ему, как себя чувствует тот, кого обижают.

Смена ролей. Приведите пример таким образом, чтобы ребенок почувствовал себя на месте жертвы. Этот метод можно применить наедине с агрессором если они не понимают серьезности происходящего: «Представь себе, что ты

заходишь в комнату, в игровую, здороваешься, а от тебя все отворачиваются, что ты чувствуешь, как отреагируешь, что скажешь сверстникам?»

Рассказать ребенку об ответственности, в т.ч. уголовной, за содеянное.

ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА ДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГОВ

- ✓ формулировать и озвучивать четкие и понятные нормы и правила жизнедеятельности в отряде в первые дни смены (организационный период), важно, чтобы совместно были выработаны правила не только о соблюдении режимных моментов, но и взаимоотношениях в отряде;
- ✓ систематически проводить игры, направленные на командообразование и сплочение ВДО;
- ✓ проводить беседы, отрядные вечера, направленные на установление доверительных отношений в коллективе;
- ✓ систематически проводить профилактические беседы, на которых разъяснять нормы и правила поведения в лагере;
- ✓ максимально увлечь обучающихся разнообразной коллективно-творческой, спортивной, туристической, проектной и другой деятельностью;
- ✓ своевременно разрешать мелкие недоразумения, не давая им возможности перерасти в конфликт;
- ✓ не допускать и своевременно останавливать различного рода агрессию в детском коллективе;
- ✓ своевременно информировать педагогов-психологов в лагере о выявленных конфликтных и проблемных ситуациях.

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение
«Международный детский центр «Артек»
Психологическая служба



Профилактика буллинга в ВДО



**Что такое буллинг? Формы буллинга
Как помочь ребёнку, ставшему жертвой
буллинга?**

**Отличительные особенности буллинга в
ВДО**

Как вести себя с зачинщиком буллинга?

Выявление и диагностика буллинга

Какие дети становятся жертвами буллинга?

**Последствия буллинга и меры
профилактики**

Автор-составитель:

педагог-психолог психологической службы

Иванова Татьяна Эдуардовна

Буллинг (от англ. bullying – запугивать, травить, задирать) – повторяющаяся агрессия по отношению к определенному субъекту, включающая в себя принуждение, запугивание, травлю. Буллинг может проявляться в физическом насилии, угрозах, вербальной агрессии, унижении и других формах.

Отличительные особенности буллинга:

- а) регулярная повторяемость на протяжении времени;
- б) субъекты взаимодействия («обидчик» и «жертва»), как правило, являются представителями одной и той же социальной группы.

ФОРМЫ БУЛЛИНГА

- **вербальный буллинг:** орудием служит голос (обидное имя, 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);
- **изоляция** (жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью детей или всем классом/детским коллективом);
- **вымогательство** (денег, еды, иных вещей, принуждение что-либо украсть);
- **повреждение и иные действия с имуществом** (воровство, грабёж, прятанье личных вещей жертвы);
- **кибербуллинг:** совокупность агрессивных действий в адрес конкретного человека в общении в интернете, посредством мобильной связи.

ВЫЯВЛЕНИЕ И ДИАГНОСТИКА БУЛЛИНГА

Первичные признаки:

- Ребенок регулярно подвергается насмешкам со стороны сверстников в оскорбительной манере, его часто обзывают, дразнят, унижают, либо угрожают ему, требуют выполнения пожеланий других сверстников, командуют им.
- Ребенка часто высмеивают в недоброжелательной и обидной манере.
- Ребенок часто оказывается участником ссор, драк, в которых он беззащитен и которых пытается избежать (часто при этом плачет).
- Дети берут учебники, деньги, другие личные вещи ребенка, разбрасывают их, рвут, портят.
- У ребенка есть следы – синяки, порезы, царапины или рваная одежда, которые не объясняются естественным образом.

Вторичные признаки:

- Ребенок часто проводит время в одиночестве, и исключен из компании сверстников во время перемен, обеда. У него, по наблюдениям, нет ни одного друга в детском коллективе.
- В командных играх дети выбирают его в числе последних или не хотят быть с ним в одной команде.
- Ребенок избегает говорить вслух (отвечать) на вопрос взрослых и производит впечатление тревожного и неуверенного в себе.
- Ребенок выглядит расстроенным, депрессивным, часто плачет.

КАКИЕ ДЕТИ СТАНОВЯТСЯ ЖЕРТВАМИ БУЛЛИНГА ЧАЩЕ ДРУГИХ?

- неуверенные в себе, замкнутые, с повышенной тревожностью и низкой самооценкой;
- склонные к депрессии;
- не имеющие даже одного близкого друга;
- с физическими недостатками или особенностями развития (сниженный слух или зрение, ДЦП и др.);
- страдающие от одиночества;
- из социально-неблагополучных семей;
- подвергаемые физическому насилию дома;
- не считающие себя значимой частью своего детского коллектива;
- любимчики педагогов; «ябеды»; «воображалы» ...

ВОЗМОЖНЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ БУЛЛИНГА

- **Аффективные нарушения:** снижение настроения, депрессивность, высокий уровень тревоги, многочисленные страхи, злость (большое количество негативных эмоций).
- **Соматические нарушения:** нарушения сна, аппетита, головные боли, боли в животе, нарушения работы ж.к.т., неожиданные повышения температуры и т.д.
- **Когнитивные нарушения** – нарушение концентрации внимания, памяти и т.п.
- **Нарушение школьной адаптации:** мотивации к учебе, пропуски школы, уроков, снижение успеваемости.
- **Поведенческие нарушения:** агрессивность, протестное поведение и т.д.
- **Суицидные мысли и попытки.**