

Почему одни дети травят других и как защитить своего ребёнка от насилия.

Буллинг - это «запугивание», «издевательство», «травля»;

Буллинг - это агрессия одних детей против других

Типы буллинга

1. физическое нападение;
2. словесная травля (оскорбления, злые и непристойные шутки, насмешки и прочее);
3. распространения слухов и сплетен;
4. бойкот (одна из самых опасных форм буллинга, так как чаще остальных приводит к суициду).

Буллинг наиболее распространён в начальной и средней школах.

К 10–11 классам на фоне процессов созревания мозговых структур и способности у подростков к саморегуляции он постепенно сходит на нет.

В буллинге много ролей.

Кто участвует в буллинге?





Кто такой буллер?

Буллеры — это дети, которые выступают агрессорами. Причиной такого поведения чаще всего являются проблемы в семье.

Буллы (придумывают и возглавляют издевательства);

Наблюдатели (вроде в стороне от конфликта, но всё равно одобряют либо осуждают агрессоров),

Жертва.

Жертвы буллинга. Кто это? то

Чаще всего это ребята:

- **Чувствительные, замкнутые, пугливые**
- **С низкой самооценкой, неуверенные в себе**
- **Не имеющие друзей**
- **Беззащитные**

Жертвой буллинга может стать абсолютно любой ребёнок, вне зависимости от благополучности семьи, заботы родителей и уровня развития. Важно, чтобы взрослые не оставляли без внимания случаи травли, даже если агрессия (пока) не направлена на их детей.

Как распознать буллинг и чем он опасен?

Если ребёнок стал жертвой, но не рассказывает об этом напрямую, о травле можно догадаться по другим физическим и психологическим признакам:

- беспричинные боли в животе и груди;
- нежелание идти в школу и плохая успеваемость;
- нервный тик, энурез;
- печальный вид, беспокойство, тревожность;
- нарушенный сон, кошмары;
- длительное подавленное состояние;
- участившиеся простуды и другие заболевания;
- склонность к уединению, нежелание общаться;
- проблемы с аппетитом;
- излишняя уступчивость и осторожность.

Школьная травля имеет самые неприятные последствия для всех участников.

Как бороться с буллингом?

Подростковый буллинг — проблема, для решения которой требуется комплексный подход. Три участника решения проблем подросткового буллинга:

Родители
Учитель
Школьник

Что делать родителям?

Старайтесь всегда поддерживать с детьми доверительные отношения, чтобы они смогли вовремя попросить о помощи.

Что делать ребёнку?

Рассказывать о случаях буллинга взрослым, которым доверяешь, — правильно, это не стукачество.

Нужно укреплять самооценку и вести себя уверенно. Быть настойчивым и сильным (хотя бы внешне).

Нельзя надеяться отомстить с помощью ещё большей жестокости. Это приведёт к новым проблемам. Лучше искать друзей среди сверстников и использовать самое мощное оружие против агрессии — юмор.

Необходимо избегать ситуаций, в которых возможна травля, и отклонять предложения поучаствовать в ней.

Если стал свидетелем насилия, нужно немедленно привести кого-то из взрослых или посоветовать жертве пойти за помощью к родителю или учителю, которому она доверяет.

Что делать, если твой ребёнок — буллер?

Чаще всего буллерами становятся дети, подвергающиеся насилию в семье, а также пережившие психотравмирующие моменты в прошлом. Если отец бьёт и унижает мальчика дома, то с огромной вероятностью на следующий день он попробует отыграться на более слабых одноклассниках. Такому ребёнку бесспорно нужна помощь специалистов, но главное — проанализировать, что происходит в вашем доме.

Но бывают случаи, когда буллер обладает высокой самооценкой. Вкупе со сниженной и вполне осознаёт свои действия. Такому ребёнку необходимы жёсткие границы и понятные последствия его действий. Поговорите с ним об этом. Расскажите о своём опыте в качестве жертвы или агрессора.

Обратите внимание на окружение ребёнка: не подвергается ли он насилию со стороны более взрослых приятелей (иногда достаточно постоянных саркастических замечаний).

Наконец, сходите на консультацию к семейному психологу, чтобы всем вместе разобраться в происходящем. Часто сделать это своими силами невозможно.

Выводы

Стать жертвой буллинга может любой ребёнок, вне зависимости от физических, интеллектуальных способностей или материального положения. Психологическую травму получают не только участники травли, но и её свидетели.

Если вы узнали, что в вашей школе практикуется травля, нельзя оставаться в стороне и пускать ситуацию на самотёк. Обсудите её с учителями и другими родителями и постарайтесь найти выход.

Поговорите о буллинге со своим ребёнком, объясните, как нужно действовать, если он или другие дети в школе подвергаются издевательствам. Развивайте у ребёнка эмпатию и уважение границ других людей, чтобы он сам не стал агрессором.

Но если несмотря ни на что ваш ребёнок регулярно подвергается нападкам одноклассников — оградите его от травмирующего опыта, сменив школу или форму обучения.