

# «ШКОЛЬНЫЙ БУЛЛИНГ»

Советы ПСИХОЛОГА

**Бу́ллинг** (от англ. bully — задирать, запугивать) –

агрессивное преследование одного из членов коллектива со стороны остальных членов коллектива или его части.



# Аутсайдер



- не приводит домой кого-либо из одноклассников или сверстников и постоянно проводит свободное время дома в полном одиночестве;
- не имеет близких друзей, с которыми проводит досуг;
- одноклассники редко приглашают его на дни рождения, праздники или, он сам не никого не приглашает к себе, потому что боится, что никто не придет;



- по утрам часто жалуется на головные боли, расстройство в желудке или придумывает какие-либо причины, чтобы не идти в школу;
- задумчив, замкнут, ест без аппетита, беспокойно спит, плачет или кричит во сне;
- у него наблюдается пессимистичное настроение, может говорить о том, что боится ходить в школу или покончит жизнь самоубийством;



- выпрашивает или тайно крадет деньги, внятно не объясняя причину своего проступка;

- выглядит неудачником, в поведении просматриваются резкие перемены в настроении. Злость, обиду, раздражение, вымещает на родителях, родственниках, более слабых объектах (младшие братья и сестры, домашние животные);



- приходит домой с мелкими ссадинами, ушибами, его вещи выглядят так, словно кто-то ими вытирал пол. Книги, тетради, школьная сумка находятся в аварийном состоянии;
- выбирает нестандартную дорогу в школу.



# Что конкретно могут сделать родители, чтобы повысить авторитет своего ребёнка в кругу одноклассников:



Наладить контакты  
с учителями  
и одноклассниками;

участвовать в классных  
мероприятиях;

если есть необычное  
хобби, интересное детям,  
рассказать о нём  
одноклассникам ребёнка;

приглашать одноклассников ребёнка, а особенно тех, кому он симпатизирует, как можно чаще к себе в гости;

повышать самооценку ребёнка;

в случаях завышенной самооценки ребёнка объяснять ему, что это не надо показывать окружающим, что у любого человека есть и недостатки и достоинства;

помочь ребёнку стать членом классного коллектива, а не просто ходить учиться;







не настраивать ребёнка против его школьных мероприятий, даже если они кажутся вам ненужными;

учить выполнять общие требования для всех детей в классе, вплоть до формы одежды на уроках физкультуры.



# Скажите ребенку, подвергшемуся насилию:

- Я тебе верю.
- Мне жаль, что с тобой это случилось.
- Это не твоя вина.
- Хорошо, что ты мне об этом сказал.
- Я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность.



## Типичные черты учащихся, склонных становиться булли (Агрессор)

испытывают сильную потребность господствовать и подчинять себе других учеников, добиваясь таким путем своих целей;

импульсивны и легко приходят в ярость;

часто вызывающе и агрессивно ведут себя по отношению к взрослым, включая родителей и учителей;

не испытывают сочувствия к своим жертвам;

если это мальчики, они обычно физически сильнее других мальчиков;

дети, воспитывающиеся в семьях с авторитарным, жестким воспитанием – будучи запуганными и забытыми дома, они пытаются выплеснуть подавленные гнев и страх на более слабых сверстников;

дети, воспитывающиеся в семьях с низким уровнем эмоционального тепла и поддержки (например, сироты в опекунских семьях и т.п.).



# **Агрессивность-**

**это устойчивая характеристика  
человека, отражающая его  
предрасположенность  
к поведению, целью которого  
является причинение вреда  
окружающему, либо подобное  
эмоциональное состояние  
(гнев, злость).**

# Критерии определения агрессивности:

РЕБЕНОК часто теряет контроль над собой.

РЕБЕНОК часто спорит, ругается с взрослыми.

РЕБЕНОК часто отказывается выполнять правила.

РЕБЕНОК часто специально раздражает людей.

РЕБЕНОК часто винит других в своих ошибках.

РЕБЕНОК часто сердится и отказывается сделать что-либо.

РЕБЕНОК часто завистлив, мстителен.

РЕБЕНОК очень чувствителен, очень быстро реагирует на различные действия окружающих, которые нередко раздражают его.

**Как Вы выражаете  
свою злость?**



# Экстренное вмешательство

*Спокойное отношение, игнорирование незначительной  
агрессии*

*(так называемый изящный уход).*

*Акцентирование внимания на поступках (поведении), а  
не на личности ребенка.*



*Контроль взрослым собственными  
негативных эмоций. (сохраняя  
партнерские отношения)*

*Снижение напряжения ситуации.*





*Обсуждение проступка после успокоения обеих сторон, но как можно скорее после инцидента, сначала наедине, без свидетелей, а затем в группе или семье.*

*Сохранение положительной репутации ребенка в кругу сверстников.*



Спасибо за внимание!