

БУЛЛИНГ как общая проблема

**Наталья Ю. Самыкина
Самарский университет**

Ключевые слова

Буллинг - это динамические и повторяющиеся модели вербального и/или невербального поведения, производимые одним или несколькими людьми в отношении другого человека, со стремлением нанести вред намеренно, когда есть реальная или кажущаяся разница в силе (*Selekman Janice, Vessey Judith A.*)

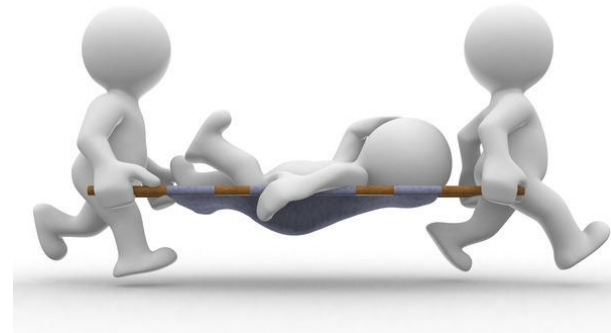
Ключевые слова

Буллинг – травля и преследование



Патологическая ситуация: чувство вины формируется у жертвы, а объяснение причин поведения обидчика выполняет роль «индальгенции»

Критерии буллинга



Виды буллинга

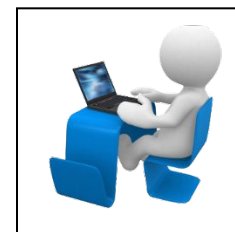




Участники буллинга



Глазман О.Л. Психологические особенности участников буллинга
<https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-uchastnikov-bullinga>



Кто становится инициатором буллинга?

1. Дети, уверенные в том, что «господствуя» и подчиняя, гораздо легче будет добиваться своих целей;
2. Не умеющие сочувствовать и принимать чужую точку зрения;
3. Физически сильные мальчики или «стандартно» красивые девочки;
4. Легко возбудимые и очень импульсивные, с агрессивным поведением, самоутверждающиеся в жертве;
5. Желющие быть в центре внимания;
6. Дети, уверенные в своём превосходстве;
7. Дети, не признающие равенства или уступок;
8. Дети со слабым самоконтролем;
9. Дети, имеющие «поддержку» старших и санкции на применение насилия;
10. Дети, которые боятся стать жертвами.

Кто становится жертвой буллинга?

дети с дефектами лица, зрения, слуха; очень высокие или очень маленькие ребята; ребята, имеющие дефекты движения, речи и пр.; толстые или очень худые ребята; те, кто выделяется своей хорошей учебой и примерным поведением; те, кому тяжело дается учеба; те, кого недолюбливают учителя и те, кто ходит в «любимчиках»; те, кто недостаточно хорошо знает русский язык; те, кто отличается одеждой, прической, носит пирсинг, сделал татуировку и т. д.; те, кому купили дорогую вещь, и те, чьи родители не могут себе этого позволить; ребята с повышенной эмоциональностью; замкнутые и необщительные дети и подростки; или «просто так»...

Ты не такой, как ...



Примеры из истории психологии

Ф.Зимбардо. Стендфордский
эксперимент.

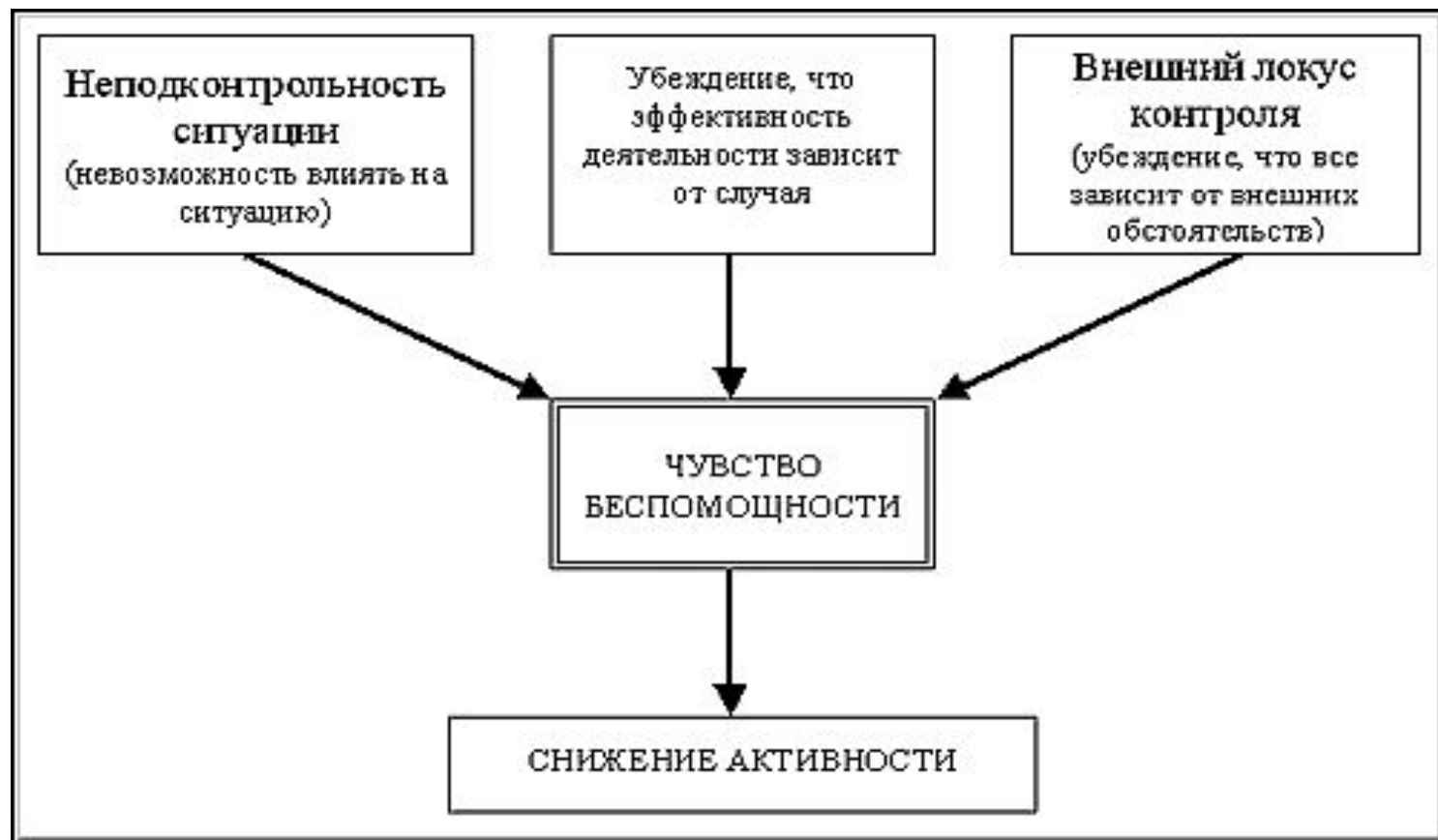
С.Милграм. Социальное давление.

М.Шериф. Социальная конкуренция.

А.Бандура. Социальное научение.

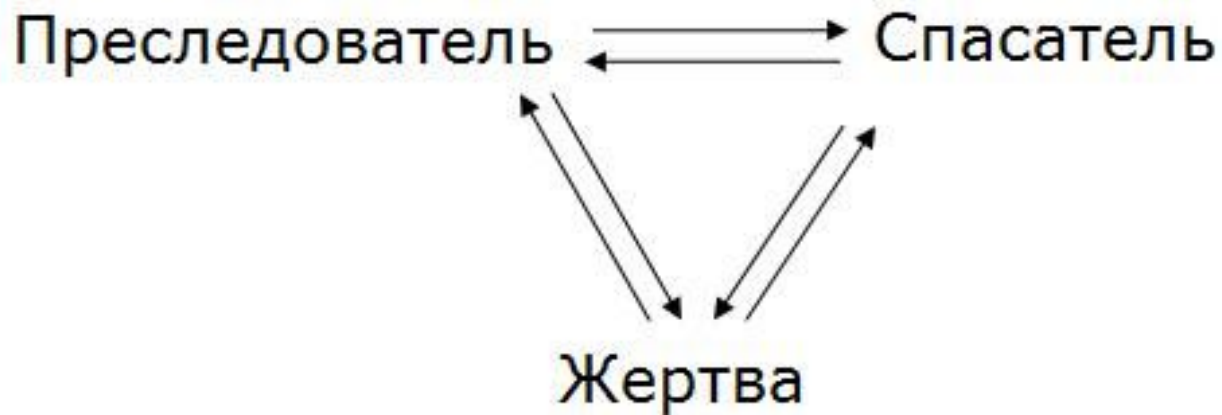
М.Селигман. Выученная беспомощность.

Выученная беспомощность



Треугольник Карпмана

Где в этом треугольнике психолог/педагог?



принятие ответственности и открытая

Отчуждение моральной ответственности (А.Бандура)

БУЛЛИНГ – ЭТО НЕ НОРМАЛЬНО!!!



- ТЫ САМ ВИНОВАТ!!!
- ТЫ САМ ПРОВОЦИРОВАЛ!
- ИСПЫТАНИЯ ВОСПИТЫВАЮТ!
- А ПОТОМУ ЧТО МИР ЖЕСТОК...
- ПОТОМУ ЧТО ...

Моральное отчуждение проявляется в том, что на разных этапах процесса саморегуляции моральные запреты индивида активируются избирательно и не применяются им к себе (то есть отчуждаются) в ответ на его вредоносное по отношению к окружающим поведение.

У взрослых людей это может распространяться на «оправдание» действий

Профилактика буллинга



Взаимодействие
Доверие
Распределенная ответственность

Признание проблемы
Нетерпимость к жестокости
Конструктивность
Профессионализм



Реальные решения

ПАМЯТКА
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

КАК ОСТАНОВИТЬ ТРАВЛЮ РЕБЕНКА



С травлей обязательно нужно бороться. Хотя путь будет небыстрый. Нам нужна пачка офисной бумаги и стальные нервы. И все получится!

Памятка составлена мамой мальчика, которого таюне травили в классе.
Если у вас есть вопросы, вы всегда можете ко мне обратиться – Наталья Цымбаленко www.facebook.com/tasha.tsy.

Москвичка сделала памятку для родителей, как остановить травлю ребёнка

Ссылка скачать

<https://yadi.sk/i/yNkrmdsL3U9kV3>

**«Ни один буллинг, ни одна травля не закончится, пока в нее не вмешаются взрослые, третьи силы»
(Наталья Цымбаленко)**

Буллинг и агрессия

Важно различать буллинг и «равноправную» агрессию (конфликт).

Агрессия (от лат. *aggredere* - нападать) - поведение, направленное на нанесение физического или психологического вреда, вплоть до уничтожения объекта агрессии. Это всегда **МОТИВИРОВАННАЯ** активность.

Мифология агрессии

Агрессия равно злость.

«Я – не агрессивный человек».

Проявлять агрессию – значит срываться.

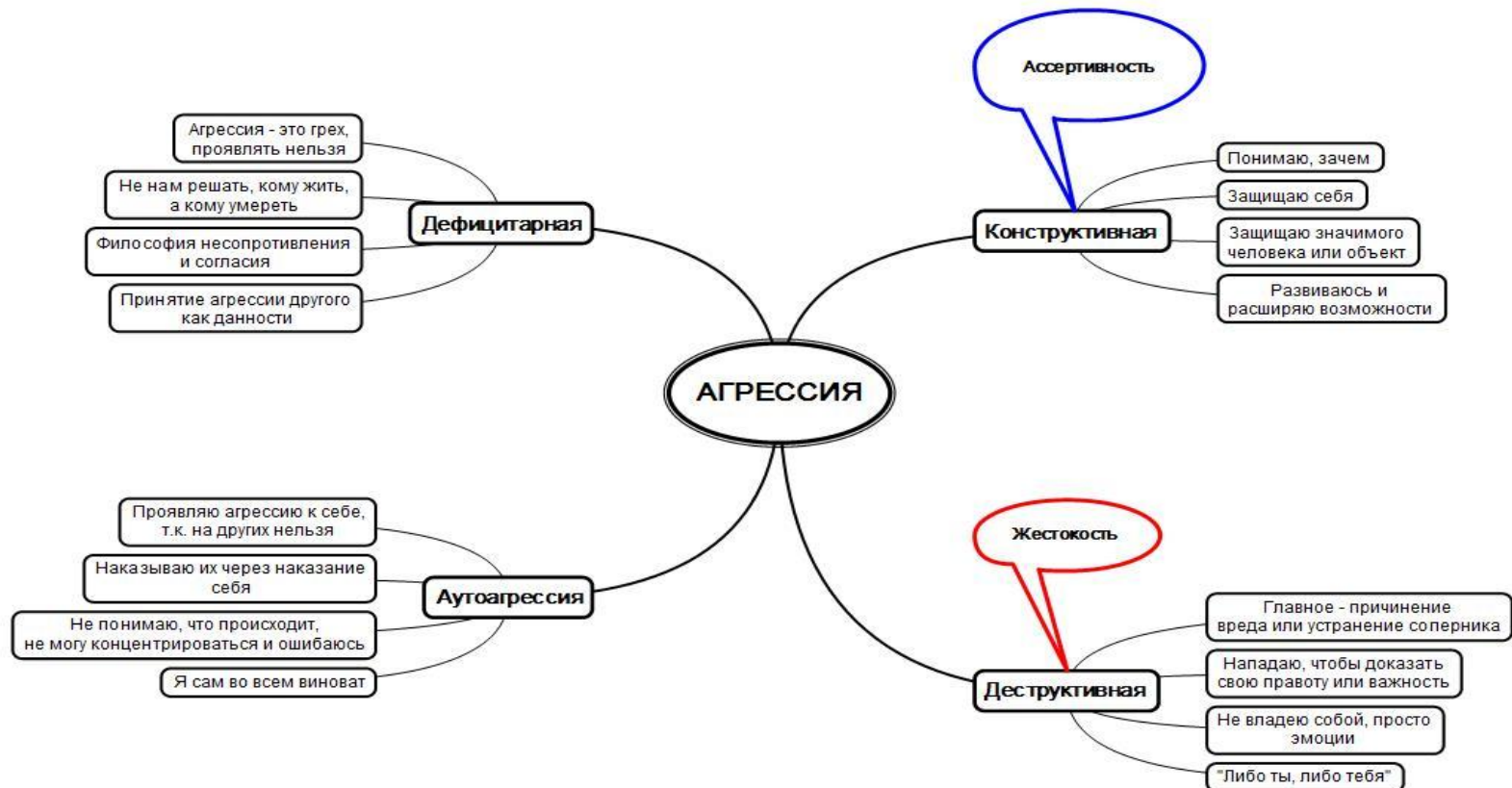
Агрессию нужно подавлять.

Агрессия – результат плохого воспитания, нарушения развития, вообще это показатель того, что с тобой что-то не так.

Агрессия – это:

- форма поведения, способ адаптации
- нарушение взаимодействия
- избегание неприятностей
- эмоциональная реакция
- врожденная особенность
- черта характера
- инструмент достижения цели

4 вида агрессии



«Запрет» на агрессию

1. Страх отвержения
2. Страх неудачи
3. Страх проявления
4. Страх осуждения
5. «Ритуальность» агрессии
6. «Не обращай внимания»
7. Ощущение незащитности
8. «Нас бьют – мы летаем»
9. Отсутствие навыка
10. Отсутствие успеха применения агрессии

«Правильная» агрессия

Конструктивная агрессия понимается как активный, деятельный подход к жизни, любознательность и здоровое любопытство, возможность устанавливать продуктивные межличностные контакты и поддерживать их, несмотря на возможные противоречия, способность формировать свои собственные жизненные цели и задачи и реализовывать их даже в неблагоприятных жизненных обстоятельствах, иметь и отстаивать свои идеи, мнения, точки зрения, тем самым вступать в конструктивные дискуссии.

Патологическая агрессия

- агрессивное поведение неадекватно ситуации;
- оно не является однократным и длительно сохраняется;
- оно чрезмерно выражено (например, носит характер brutальных действий);
- оно представляет реальную опасность для самой личности или окружающих людей;
- оно необычно, вычурно;
- личность неспособна адекватно оценивать происходящее;
- агрессивное поведение не вызывает переживаний или раскаяния со стороны человека, его проявляющего;
- человек неспособен контролировать свои действия.

Детская агрессия

1. Жертвами агрессии становятся близкие люди - родные, друзья и т.д.
2. Агрессия часто возникает без реальных причин, скорее в ответ на повод.
3. В младшем школьном возрасте агрессия может быть частью игры и восприниматься детьми как обычная активность.
4. Дети и подростки не умеют управлять своим состоянием и их агрессивность часто заразительна.
5. В подростковом возрасте агрессивные действия часто носят экспериментальный характер и связаны с

Подростки рискуют, потому ЧТО:

- Не понимают последствий или не знают о них
- «Да ладно!»
- Потребность в острых ощущениях
- Назло!
- «Благие намерения»
- Мода и давление

Подростки рискуют, чтобы:

- Узнать себя лучше
- Попробовать разные стили жизни
- Показать окружению, что становится взрослым
- Повысить степень самостоятельности: «могу и решаюсь»
- Наконец, просто потому что это круто, здорово, прикольно...

Физический риск



Социальный риск



Риск самораскрытия

Типы агрессивных детей



Импульсивно-демонстративный тип: привлечь внимание, снять напряжение, добиться эмоционального отклика.



Нормативно-инструментальный тип: решить свою задачу, после решения задачи может общаться вполне позитивно.



Целенаправленно-враждебный тип: причинить боль, унижить, обесценить правила и нормы; агрессия часто переходит в жестокость.

«Взрослая» агрессия

- Более социализированная
- Более индивидуализированная («свой почерк»)
- Более избирательная
- Разнообразнее в методах
- «Здоровая» и «нездоровая»
- Носит «сетевой» характер
- Со временем из физического плана переходит в эмоциональный
- Тесно связана со статусом и наличием «профитов»
- Может стать основой преступления

Профилактика агрессии

1. Дать человеку возможность осознать неконструктивность его агрессивного поведения.
2. Научить человека способности понимать переживания, состояния и интересы других людей.
3. Научить человека грамотно проявлять свои эмоции и сдерживать агрессивные реакции.
4. Сформировать умение конструктивно разрешать межличностные конфликты и т. д.

«Обучение» агрессии

1. Общая физическая подготовка
2. Владение телом
3. Работа с техникой самозащиты
4. Работа с выносливостью
5. Работа с саморегуляцией
6. Работа с вниманием/концентрацией
7. Работа с навыком самозащиты, снятие ступора