

# **Профилактика буллинга и кибербуллинга в школе**

**БУЛЛИНГ** — это длительное физическое или психическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, не способного защитить себя в данной ситуации.

**КИБЕРБУЛЛИНГ**- не прямой, опосредованный по форме взаимодействия вид насилия(Интернет)

## Типы буллинга:

1. Физическая агрессия
2. Словесный буллинг
3. Запугивание
4. Изоляция
5. Вымогательство
6. Повреждение имущества



## ● КИБЕРБУЛЛИНГ

- Жертвой может стать любой человек
- Причиной может стать любой повод
- В качестве агрессора могут быть как друзья, так и незнакомцы
- Отмечается травлей 24 часа
- Жертва скрывает факт травли
- Противостоять в одиночку невозможно



## Наиболее часто жертвами школьного буллинга

### становятся дети, имеющие:

- **физические недостатки** – носящие очки, со сниженным слухом или с двигательными нарушениями (например, при ДЦП), то есть те, кто не может защитить себя, физически слабее своих ровесников;
- **особенности поведения** – замкнутые, чувствительные, застенчивые, тревожные дети или дети с импульсивным поведением, не уверены в себе, несчастны и имеют низкое самоуважение;
- **особенности внешности** – рыжие волосы веснушки, оттопыренные уши, кривые ноги, особая форма головы, вес тела (полнота или худоба) и т.д.;



# КИБЕРБУЛЛИНГ

## «Группы смерти»

- Мы потерянное поколение
- Разбуди меня в 4.20
- Синий кит
- Тихий дом
- Море китов
- #f57 #f53 (смертельные хештеги)



- КИБЕРБУЛЛИНГ: как помочь ребенку.
- 1. Успокоить. Не ругать.
- 2. Разобраться в ситуации вместе с ним (В чем конфликт, кто участник, что за причина, есть ли угроза жизни).
- 3. Собрать доказательства (Скриншоты экрана).
- 4. Научить правильно реагировать на агрессора (игнорирование обидчика, блокировка обидчика, черный список, удаление аккаунта).
- 5. Обратитесь за помощью:
  - к администратору ресурса
  - если в травле участвуют ученики школы – к директору
  - если угроза жизни – в правоохранительные органы, приложив доказательства.

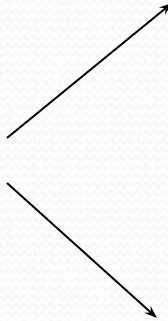
## Поведение *жертвы* определяется по следующим показателям:

- его школьные принадлежности (учебники, тетради, личные вещи) часто бывают разбросаны по классу или спрятаны;
- на уроках ведет себя скрытно, боязливо, когда отвечает, в классе начинают распространяться шум, помехи, комментарии;
- во время перемены, в столовой, держится в стороне от других школьников, скрывается, убегает от сверстников и старших школьников, старается находиться недалеко от учителей, взрослых;



# Виды школьного насилия:

**Эмоциональное**  
(эмоциональное напряжение,  
унижение, снижение самооценки)



насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания и необъективные оценки, высмеивание, унижение в присутствии других детей и пр.

отторжение, изоляция, отказ от общения с жертвой (с ребенком отказываются играть, заниматься, не хотят с ним сидеть за одной партой, не приглашают на дни рождения и т. д.)

**Физическое**  
(нанесение физической травмы)



избиение, нанесение удара, шлепки, подзатыльники, порча и отнятие вещей и др.

**Властные  
авторитарные  
семьи**

**семьи, в которых у матери  
отмечается негативное  
отношение к жизни**

## **Насильники в школе**

**Неполные  
семьи**



**Семьи с генетической  
предрасположенностью к насилию**

**Семьи с конфликтными  
семейными отношениями**



# Последствия школьного насилия



Падение  
самооценки,  
затравленность

Проблемы в  
учёбе и  
поведении

Суицидальные  
намерения



# Если ребенок подтвердил Вам в разговоре, что он **жертва** буллинга.

## Скажите ребенку:

- **Я тебе верю** (это поможет ребенку понять, что Вы в состоянии помочь ему с его проблемой).
- **Мне жаль, что с тобой это случилось** (это поможет ребенку понять, что Вы пытаетесь понять его чувства).
- **Это не твоя вина.** (дайте понять ребенку, что он не одинок в подобной ситуации: многие его сверстники сталкиваются с разными вариантами запугивания или агрессии в тот или иной момент взросления).
- **Хорошо, что ты мне об этом сказал** (это поможет ребенку понять, что он правильно сделал, обратившись за помощью и поддержкой).
- **Я люблю тебя и постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность** (это поможет ребенку с надеждой посмотреть в будущее и ощутить защиту).

# Технология реагирования на выявленные или установленные факты буллинга.

1. При установлении факта либо подозрение на существование ситуации буллингования учитель сообщает о сложившейся ситуации представителю администрации.
2. Администрация, совместно с социально-психологической службой школы принимает решение о неотложности реагирования на выявленный факт агрессии.
3. Непосредственная работа с жертвами и преследователями.



# Памятка

- **Посоветуйте вашему ребёнку, для того чтобы не попадать в группу риска по школьному буллингу:**
- 
- --не показывать своё превосходство над другими;
- --не пытаться выделяться среди других, если нет для этого повода;
- --не хвастаться- ни своими успехами, ни своими электронными игрушками, ни своими родителями;





Нужно :

\*отыскать себе друга, среди одноклассников, а ещё лучше несколько настоящих друзей;

\*найти общий язык с каждым учеником в классе;

\*приглашать одноклассников в гости;

\*научиться уважать мнение своих одноклассников;

\*не пытаться всегда побеждать в своих спорах с ровесниками;

\*научиться проигрывать и уступать, если он, в самом деле, не прав.



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

1. научить не бояться своих одноклассников, у которых тоже есть проблемы;
2. наладить родителям контакты с учителями и одноклассниками;
3. участвовать в классных мероприятиях, в которые вовлекаются и родители;





Если профилактические меры не помогли и ваш ребёнок оказался жертвой буллинга, родители должны:

- \*прежде всего, понять истинную причину произошедшего с ним;
- \*убедиться, что ваш ребёнок действительно стал жертвой школьного буллинга;
- \*сообщить об этом учителю и школьному психологу;
- \*сообща найти пути выхода из сложившейся ситуации;
- \*если ребёнок был сильно напуган и потрясён случившимся, не отправлять его на следующий день в школу;
- \*при сильно пережитом стрессе попытаться перевести ребёнка в другой класс или даже в другую школу;







**Разрешение проблемы буллинга  
в наших руках.**