Буллинг (травля)

Это форма жестокого обращения, когда физически или психически сильный индивид или группа получает удовольствие, причиняя физическую или психологическую боль более слабому в данной ситуации человеку.

Травлей называется психологическая агрессия одних детей против других, когда имеют место неравенство сил агрессора и жертвы, агрессия имеет тенденцию повторяться, при этом жертва сильно задета происходящим и не имеет возможности защитить себя в актуальной ситуации.

**Существенные признаки травли:**

* неравенство сил;
* систематичность (повторяемость);
* неадекватно высокая чувствительность жертвы.

Виды травли

* **Вербальная (словесная) —** насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания и оценки, высмеивание, унижение в присутствии других детей и пр.
* **Намеренная социальная изоляция —** бойкот, отторжение, 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 насилие —** избиение, нанесение удара, шлепки, подзатыльники, порча и отнимание вещей и др.
* **Кибербуллинг —** буллинг, осуществляемый с помощью интернета и гаджетов (электронных средств коммуникации).

Буллинг-структура

При возникновении буллинга в классе возникает буллинг структура — социальная система, включающая в себя фиксированные типы участников:

* преследователи;
* жертва;
* наблюдатели (свидетели).

Участники ситуации травли

Мы все либо агрессоры, либо жертвы, либо наблюдатели



**Защитники**

**Потенциальные защитники**

**Равнодушные
свидетели**

Два типа основополагающих процесса, стоящих за травлей

1. Во-первых, преследователи утверждают свою власть и чувствуют сопричастность

и сплоченность с группой.

1. Во-вторых, (психологический процесс), происходит ослабление сдерживающих механизмов, противостоящих осуществлению поступков, которые в социуме считаются дурными, через:
* потерю ответственности;
* узаконивание измывательства;
* овеществление жертвы.

Типы онлайн-рисков



**Интернет-зависимость**

**Коммуникационные риски**

**Контентные
риски**

**Технические риски**

**Потребительские риски**

Типы онлайн-рисков

* **Контентные риски —** материалы (тексты, картинки, аудио- и видеофайлы, ссылки на сторонние ресурсы), содержащие насилие, агрессию, эротику и порнографию, нецензурную лексику, информацию, разжигающую расовую ненависть, пропаганду анорексии и булимии, суицида, азартных игр, наркотических веществ и т. д.
* **Коммуникационные риски —** связаны с межличностными отношениями интернет- пользователей и включают в себя незаконные контакты (например, груминг), киберунижения, киберпреследования и др. Для подобных целей используются различные чаты, онлайн- мессенджеры (ICQ, Googletalk, Skype и др.), социальные сети, сайты знакомств, форумы, блоги ит. д.
* **Электронные риски —** кибердеятельность по отношению к пользователю, которая включает в себя: вирусную атаку, спамминг, взлом страниц, онлайн-мошенничество и т. д.
* **Потребительские риски —** злоупотребление правами потребителя. Включают в себя: риск приобретения товара низкого качества, различные подделки, контрафактную и фальсифицированную продукцию, угрозу хищения персональной информации с целью кибермошенничества и т. д.

Основные типы кибербуллинга

* **Перепалки, или флейминг —** обмен короткими эмоциональными репликами между двумя и более людьми, разворачивается обычно в публичных местах Сети.
* **Нападки,** постоянные изнурительные атаки (harassment) — повторяющиеся оскорбительные сообщения, направленные на жертву (например, сотни sms на мобильный телефон, постоянные звонки), с перегрузкой персональных каналов коммуникации.
* **Клевета (denigration) —** распространение оскорбительной и неправдивой информации. Текстовые сообщения, фото, песни, которые часто имеют сексуальный характер.
* **Самозванство —** перевоплощение в определенное лицо (impersonation) — преследователь позиционирует себя как жертву, используя ее пароль доступа к аккаунту в социальных сетях, в блоге, почте, системе мгновенных сообщений, либо создает свой аккаунт с аналогичным никнеймом и осуществляет от имени жертвы негативную коммуникацию.

Основные типы кибербуллинга

* **Надувательство,** выманивание конфиденциальной информации и ее распространение (outing & trickery) — получение персональной информации и публикация ее в интернете или передача тем, кому она не предназначалась.
* **Отчуждение** (остракизм, изоляция). Любому человеку присуще желание быть включенным в группу. Исключение же из группы воспринимается как социальная смерть.
* **Киберпреследование —** скрытое выслеживание жертвы с целью организации нападения, избиения, изнасилования и т. д.
* **Хеппислепинг** (Happy Slapping — счастливое хлопанье, радостное избиение) — название происходит от случаев в английском метро, где подростки избивали прохожих, тогда как другие записывали это на камеру мобильного телефона.

Последствия буллинга

Для тех, кого травят:

* негативный опыт;
* деформация личности;
* не развиваются навыки конструктивного взаимодействия (возможно отсутствие успешной социализации в будущем);
* переживание собственной беспомощности в условиях опасного мира вокруг.

Для тех, кто травит:

* негативный опыт;
* деформация личности;
* не развиваются навыки конструктивного взаимодействия (возможно отсутствие успешной социализации в будущем).

Для тех, кто присутствует:

* негативный опыт;
* переживание беспомощности;
* страх оказаться на месте преследуемого.

Последствия кибербуллинга

Для тех, кого травят:

* негативный опыт;
* деформация личности;
* не развиваются навыки конструктивного взаимодействия (возможно отсутствие успешной социализации в будущем);
* переживание собственной беспомощности в условиях опасного мира вокруг;
* эмоциональные нарушения.

Для тех, кто присутствует:

* негативный опыт;
* переживание беспомощности;
* страх оказаться на месте преследуемого.

Для тех, кто травит:

* негативный опыт;
* деформация личности;
* расстройства личности;
* не развиваются навыки конструктивного взаимодействия (возможно отсутствие успешной социализации в будущем).

Основные причины возникновения буллинга

Среди наиболее распространенных причин возникновения буллинга можно выделить:

1. Недостаточное развитие навыков конструктивного взаимодействия в коллективе учащихся (учащиеся не умеют уважительно относиться к другому человеку).
2. Несформированность позитивных традиций в коллективе учащихся, не выработаны социально­приемлемые правила, признаваемые всеми.
3. Формирование и закрепление негативных навыков у части коллектива: самовыражение за счет унижения другого; решение проблем путем «выдавливания».
4. Неразвитость коммуникативной и социальной компетенции у большинства учащихся. В том числе, учащиеся не умеют брать на себя ответственность за собственное поведение и поступки.

**Поведение и личностные характеристики унижаемого человека значения не имеют!**

Причины возникновения кибербуллинга

* Стремление к превосходству.
* Стадное чувство.
* Чувство анонимности и безнаказанности.
* Страх подвергнуться травле.
* Месть.
* Развлечение.

Характеристики участников буллинг-процесса

**Жертвы:**

* склонны дистанцироваться от родителей;
* обладают внешним локусом контроля (приписывание успехов и неудач внешним факторам, что повышает беспомощность человека);
* для них характерна закрытая позиция в общении и нежелание общаться, чувство одиночества и безразличия;
* оценивают себя как неспособных и неготовых проявлять активность в жизни, несчастных.

(Ениколопов С.Н.)



**И буллеру, и жертве необходимы:**

* беседа с ребенком;
* психологическая помощь;
* включение администрации.

Частные аспекты помощи

1. Психологический аспект.
2. Психотерапевтический аспект.
3. Педиатрический, психиатрический (наркологический) аспект.
4. Педагогический аспект.
5. Социальный аспект.
6. Правовой аспект.

Профилактика буллинга

* **Профилактика первичная —** исключение условий и возможностей развития буллинга.
* **Профилактика вторичная —** своевременное выявление буллинга и принятие мер, препятствующих его распространению.
* **Профилактика третичная —** работа по поддержанию антибуллинговых достижений после прерывания последних случаев буллинга в сообществе.

**Работа по профилактике травли**

**Система профилактических мероприятий:**

* директор и администрация школы;
* педагогический коллектив;
* классный руководитель;
* ученики;
* родители.

**Дирекция и администрация.**

**Принципы и меры:**

* Создание нормальной внутришкольной атмосферы.
* Создание системы ценностей.
* Повышение уровня коммуникативной культуры в школе: создание условий для обучения тому, как обходиться с травлей.
* Обеспечение гласности.
* Введение Устава школы, общешкольных правил.
* Проведение общешкольных собраний педагогов, учеников, родителей.

**Педагогический коллектив и классный руководитель.**

**Принципы и меры:**

* Создание такой модели взаимодействия в педагогическом коллективе, которая будет образцом для учащихся.
* Согласованность, последовательность действий педагогов.
* Авторитетное классное руководство: проявление заботы, поддержки; установление границ; делегирование ответственности; акцент на сильных сторонах как жертв, так и преследователей.
* Проведение профилактических мероприятий, классных часов, бесед; работа с литературой, совместный просмотр и обсуждение фильмов; постановки и т. п.
* Контроль за ситуацией на переменах.
* Сотрудничество с родителями.

Формирование коллектива

* Совместная выработка и принятие общеклассных правил и традиций.
* Совместные походы, поездки, экскурсии.
* Проведение социально-педагогических тренингов.
* Совместные обсуждения возникающих проблем, решение текущих задач (эффективно применять программу «Круг сообщества»).

**Родители.**

**Принципы и меры:**

* Вовлечение родителей в планирование и реализацию деятельности по предотвращению травли в школе, создание родительских комитетов.
* Обучение родителей обхождению с ситуацией травли и распознаванию признаков неблагополучия.
* Организация регулярных встреч с родителями.
* Выстраивание четкой процедуры, которая позволяет сделать заявление о случаях травли.
* Работа с родителями жертв и преследователей.

Работа по профилактике

травли

**Ученики.**

**Принципы и меры:**

* Формирование у учеников навыков конструктивного поведения в ситуации травли (проведение тренингов, уроков психологии).
* Обучение детей участию в школьных проектах, повышающих их самоценность и социальный престиж.
* Привлечение учеников к участию в формировании принципов школьной жизни — создание ученических комитетов, привлечение старших учеников к работе с младшими и т. п.

Профилактическая работа с учащимися

**Первый этап —** организация эффективного классного руководства.

**Второй этап —** осуществление мероприятий, направленных на предотвращение буллинга.

Основные методы работы с буллингом

**Технология**

**«Круг сообщества»**

Технология восстановительного подхода, направленная на решение конфликтных ситуаций в коллективе, на профилактику конфликтов и поддержку членов коллектива.

**Технология**

**«Работа под прикрытием»**

Технология нарративной практики, созданная М. Уильямсом. Основана на перераспределении репутаций и трансформации отношения к травле в школьном сообществе.

**Технология**

**«Группа поддержки»**

Метод фокусируется не на причинах, а на решении проблемы. Заключается в том, что для «жертвы» организуется «группа поддержки», с которой и проводится основная работа.

Технология реагирования на выявленные либо установленные факты

1. При установлении факта либо подозрении на существование ситуации травли специалист сообщает о сложившейся ситуации представителю администрации (директору, завучу по воспитательной работе) в письменном виде по форме.
2. Администрация совместно с психологической службой учреждения принимает решение о неотложности реагирования на выявленный факт агрессии.
3. Для определения ситуации травли и его последствий необходим сбор соответствующей информации и проведение клинико-психологического обследования: самого пострадавшего, возможных участников издевательств над жертвой, свидетелей.

7 шагов к прекращению травли в детском коллективе

1. Назвать явление.
2. Дать однозначную оценку.
3. Обозначить травлю как проблему группы.
4. Активизировать моральное чувство и сформулировать выбор.
5. Сформулировать позитивные правила жизни в группе и заключить контракт.
6. Провести мониторинг и поддержку позитивных изменений.
7. Гармонизировать иерархию.

Кибербезопасность для детей должна находиться в фокусе их родителей

* Настройка домашнего роутера.
* Прокси-сервер.
* Отключение Wi-Fi по расписанию.
* Черные/белые списки.
* Обучение безопасному поведению в сети.