

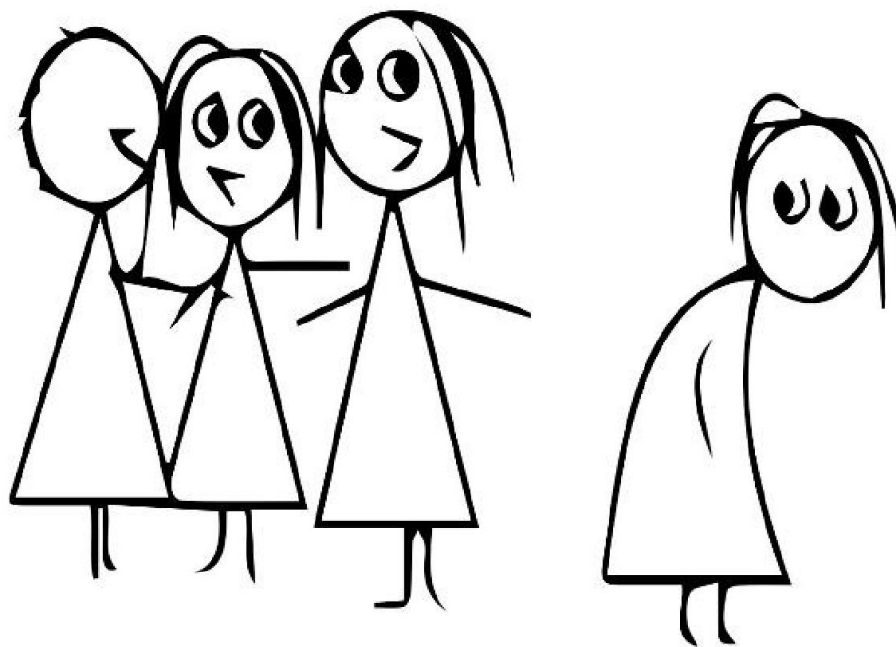
Буллинг: форма общения или серьёзная проблема?



Педагог-психолог ГБОУ школы № 606
Ангелина Александровна Лангинен

Буллинг - от англ. *bullying*—тиранить,
издеваться, донимать.

Bully—хулиган.



Проявления буллинга:

- Бойкот
- Придирки
- Насмешки
- Дезинформация
- Доносительство
- Причинение вреда здоровью
- Мелкие кражи или порча личных вещей



Причины возникновения **буллинга** (травли):

- ✓ Возрастные
- ✓ Социальные
- ✓ Психологические
- ✓ Семейные



Составляющие **буллинга** (травли):

- насилие в той или иной форме;
- систематичность, постоянство, направленность на одного и того же человека;
- групповое действие или действие при поддержке группы.



Последствиями для участников (жертв, агрессоров и наблюдателей) травли могут быть:

- трудности в учёбе, невозможность сосредоточиться из-за постоянного стресса;
- пропуски занятий, так как идти в школу страшно и находиться там мучительно;
- устойчиво сниженная самооценка, неверие в собственные силы или искажённый образ себя;
- тревожные расстройства, в том числе стойкие и тяжёлые формы;
- депрессивные расстройства, в том числе стойкие и тяжёлые формы;
- социальные невроты, социофобия, сложности в общении и поддержании социальных связей, которые будут оставаться долгие годы после школы;
- психосоматические (обусловленные стрессом) заболевания, которые так же могут быть очень длительными и устойчивыми к лечению;
- самоповреждающее поведение, суицидальные мысли и попытки, которые отмечаются у жертв травли в 5 раз чаще, чем у остальных школьников.

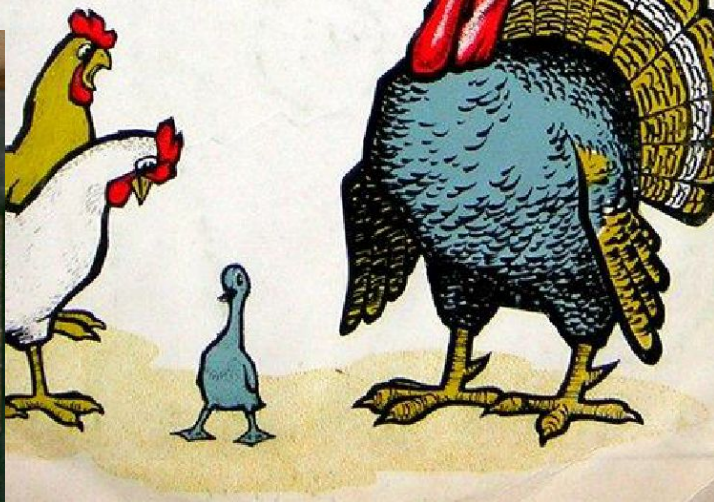
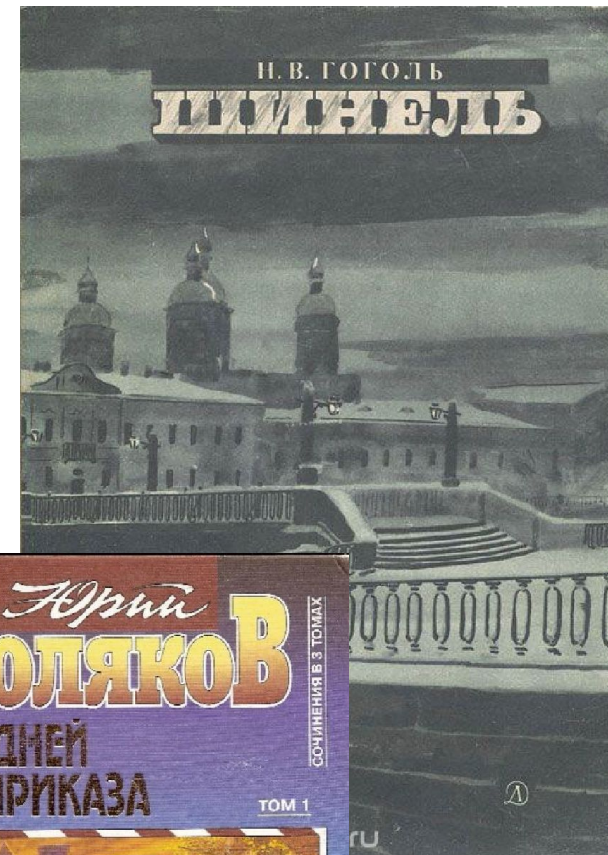
Чего не надо делать:

- ждать, что само пройдет;
- искать причины и объяснения;
- путать травлю с непопулярностью;
- считать травлю проблемой жертвы;
- считать травлю только проблемой школы, а не семьи;
- давить на жалость или чувство вины;
- принимать правила игры.



Что можно сделать:

- признать и назвать явление;
- разделить ответственность между всеми участниками травли;
- дать однозначную оценку травле;
- обсуждать травлю, как проблему группы;
- сформулировать позитивные правила жизни в группе и заключить контракт;
- поддерживать позитивные изменения;



РЕБЯТА,
ДАВАЙТЕ ЖИТЬ ДРУЖНО!

