***Информационная страничка социально-психологической службы МОУ «СОШ №3 г.Свирск»***

**Детский буллинг, как разновидность насилия.**

В каждой школе и практически в каждом классе есть дети, которые являются объектами насмешек, а иногда и открытых издевательств со стороны отдельных детей или даже всего класса. Это опасное явление, имеющее крайне негативные последствия, теперь принято называть термином «буллинг». Ранее оно называлось обычным словом – травля, которая была хорошо показана известным режиссером Р.Быковым в советском фильме «Чучело».

Буллинг – 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.

 Мотивацией к буллингу могут выступать: зависть, месть, чувство неприязни, восстановление справедливости, борьба за власть, подчинение лидеру, нейтрализация соперника, самоутверждение и др., вплоть до удовлетворения садистических потребностей отдельных личностей. По мнению психологов, дети довольно жестоки по своей природе, у них еще не выработались механизмы, сдерживающие негативные эмоции . Особенно это касается подростков.

Встречаются разные виды буллинга:

*Физическая агрессия* включает в себя толкание, пинки и удары, может также приобретать форму жестокого физического насилия.

В *словесном буллинге* оружием служит голос. Может существовать в форме обидного имени, с которым постоянно обращаются к одному человеку, тем самым раня, оскорбляя и унижая его, постоянные насмешки, бесконечные замечания и оценки, высмеивание, унижение в присутствии других детей

*Кибербуллинг* очень популярен среди подростков. Проявляется в травле при помощи социальных сетей или посылании оскорблений на электронный адрес. Сюда входит съемка и выкладывание неприглядного видео в общий доступ.

*Запугивание* основывается на использовании очень агрессивного языка тела и интонации голоса, чтобы заставить жертву делать то, что он или она не желает делать.

*Изоляция,* когд*а ж*ертва намеренно изолируется, изгоняется либо игнорируется частью класса или всем классом.

*Вымогательства*– те случаи, когда от жертвы требуют деньги и угрожают, если он или она не отдаёт их немедленно. Могут вымогаться также завтраки, талоны или деньги на обед.

С ситуацией проявления буллинга столкнулись в этом году и наши ребята-старшеклассники, которым пришлось вынести из жизненного урока свои выводы. Практически каждый из них понял, что оказаться на месте человека, который подвергается агрессии, действительнонеприятно и страшно. Иван дал несколько своих советов: «Надо выяснить, почему началась травля. Она может быть вызвана чем- то или быть незаслуженной. Если она была вызвана твоим же поведением, то можно попробовать поговорить с обидчиком и попытаться следить за собой, за своими поступками. А если не заслуженно, то нужно к кому-нибудь обратиться за помощью. А вообще все зависит от того, как ты сам поставишь себя в обществе». А вот мнение Даши Д.: « Школа – начальная среда социализации ребенка, поэтому именно здесь формируется основа поведения в обществе. Часто бывает так, что ребенок сталкивается с буллиногом. В таких ситуациях, если вы стали свидетелем такого отношения сверстников, обязательно нужно вмешаться! Во-первых, нужно прекратить публичное издевательство, а во-вторых, сообщить учителю или другим взрослым о такой ситуации. Важно донести до ребят, что такие взаимоотношения не допустимы. Если же вы стали жертвой буллинга, то вы должны успокоиться и осознать, что безвыходных ситуаций не бывает. Обязательно поделитесь своими проблемами со взрослым человеком, который поможет их решить. Ни в коем случае нельзя молчать! Если выхода нет, то нужно задуматься о смене коллектива. Тема буллинга в подростковом возрасте очень актуальна и опасна, поэтому, я считаю, с детьми нужно регулярно говорить на эту тему. Мы должны быть против буллинга и четко осознавать, что некоторые отличия ребенка не должны становиться темой для обсуждения и унижения»

В основном, ребята правы, и их советы совпадают с теми рекомендациями, которые дают психологи:

КАК ВЕСТИ СЕБЯ, ЕСЛИ ВЫ СТАЛИ ЖЕРТВОЙ БУЛЛИНГА

1. БУДЬТЕ СПОКОЙНЫ!

 Сначала вы можете попробовать игнорировать хулигана. Это работает, когда хулиган все еще пытается понять, можно ли над вами издеваться. Это может не помочь, если агрессор уже начал вас травить или даже атакует физически.

2. УХОДИТЕ!

 Если возможно, необходимо уйти от хулигана. Избегайте ситуаций и мест, где хулиган обычно нападает на вас или где нет людей. Держитесь рядом с другими людьми, особенно взрослыми и учителями. Если на пути в школу есть место, где над вами часто издеваются, подумайте о том, можете ли вы использовать другой маршрут по пути в школу и из школы.

3. РАССКАЖИТЕ ИМ, ЧТО ВАМ НЕ НРАВИТСЯ!

 Скажите хулиганам ясно и спокойно, что вам не нравится то, что они делают, и что они должны остановиться, используя выражения, такие как «Стоп!», «Прекрати!» и «Это больно!»

4. ОТВЕЧАЙТЕ С ЮМОРОМ И БУДЬТЕ УМНЫ!

 Если вместо ответных оскорблений человек шутит над ситуацией, это вызывает недоумение у хулиганов. Юмор — один из самых эффективных способов разоружить хулигана, но он также и самый сложный. Не каждая шутка вызовет у хулигана чувство растерянности, некоторые могут раздражить агрессора еще сильнее.

5. РАССКАЖИТЕ КОМУ-НИБУДЬ О БУЛЛИНГЕ!

 Люди, подвергшиеся издевательствам, нуждаются в помощи своих семей и школ. Никто не может справиться с издевательствами в одиночку. Найдите кого-то, кому вы доверяете, желательно взрослого. Разговор помогает лучше понять ситуацию и справиться со сложными чувствами. Важно, чтобы человек, с которым вы решили поговорить, слушал вас и уважал ваше мнение. Если кто-то скажет вам: «Это ваша вина!» или «То, что тебя не убивает, делает тебя сильнее!» — знайте, что они не правы! Иногда взрослые не знают о реальной природе буллинга и его последствиях. Поэтому хорошо также поговорить со школьным психологом или социальным педагогом — их обучили помогать детям, ставшим жертвами травли. Никто не сможет вам помочь, если вы не скажете кому-то, что над вами издевались — ваша семья и учителя не умеют читать мысли.

 6. НАДЕЯТЬСЯ, ЧТО ИЗДЕВАТЕЛЬСТВА КАК-ТО САМИ «УЙДУТ» —

ПЛОХОЙ ВАРИАНТ

 Ситуация почти наверняка ухудшится, если вы будете молчать, потому что хулиган поймет, что ему это сходит с рук.

7. В СЛУЧАЕ КИБЕРБУЛЛИНГА СОХРАНЯЙТЕ СООБЩЕНИЯ

ОТ ХУЛИГАНА И ПЕРЕПИСКИ В ИНТЕРНЕТЕ

 Даже если вы хотите избавиться от вещей, которые причинили вам боль как можно скорее. Таким образом вы всегда сможете предоставить сохраненный материал в полицию, чтобы остановить хулигана. Кроме того, в случае, если хулиган попытается «отфотошопить» вашу переписку с целью оболгать вас, вы всегда сможете доказать свою невиновность.

 8. ИНФОРМИРУЙТЕ ПОЛИЦИЮ!

 Возможно, вам придется сообщить в полицию в случае очень серьезного эпизода буллинга. Вы можете сделать это сами, позвонив в полицию по телефону 102, или вы можете попросить своих родителей или учителя сделать это за вас. Вы не должны стесняться из-за того, что вы позвонили в полицию — у вас есть право на то, что вы делаете!