

Родителям о буллинге: что такое буллинг и как с ним бороться?

«буллинг» (bullying): моральное и физическое насилие, доминирование и принуждение, запугивание и вымогательство.

Люди привыкли думать, что организаторами и исполнителями школьного насилия (булли) становятся физически сильные, но интеллектуально неразвитые дети из «неблагополучных» семей, пытающиеся таким образом компенсировать свою ущербность. На самом деле в этой группе могут оказаться вполне приличные детки вполне приличных родителей. Ущербность, конечно, имеет место быть, но другого, скорее нравственного порядка: готовность идти к цели по головам, неумение сопереживать и сочувствовать, искажённость моральных ориентиров, гипертрофированное стремление к лидерству и популярности.

Вожака всегда поддерживает группа последователей, состоящая из детей, которые не могут или боятся противостоять влиянию лидера, боятся сами оказаться на месте жертвы, пытаются стать частью большинства, привыкшие к насилию дома или просто развлекающиеся таким образом.

В роли жертвы может оказаться практически любой. Группа может затравить даже физически и интеллектуально сильного ребёнка. Но чаще всего, жертву выбирают из детей-изгоев и «не таких» как все. Критерий может быть почти любой, достаточно прицепить ярлык: тупой или сильно умный, наглый или тихоня, быдло или мажор, коротышка или дылда, не так разговаривает, не так одевается, ботан, гомик, рыжий, чурка...

Можно было бы сказать, что школьные годы пройдут и детские обиды забудутся, но это совсем не так. Школьное насилие буквально ломает личность жертвы, а его последствия сказываются на жизни человека в течение десятилетий. Жертвы частого или постоянного буллинга в школе, становясь взрослыми, существенно чаще жалуются на здоровье, страдают от депрессии, нервных расстройств и склонны к суициду. Они менее успешны в профессиональной деятельности, у них более низкий доход, выше риск

остаться без работы. Они чаще ведут одинокий образ жизни, не имея семьи и друзей. Иначе говоря, «детские обиды» оборачиваются вполне серьёзными взрослыми проблемами. Зная это, родителям стоит внимательнее следить за

Сами дети часто скрывают, что их преследуют и травят одноклассники: обращайте внимание на тревожные «звоночки». Нужно безотлагательно выяснить, всё ли в порядке, если ребёнок:

- постоянно находится в подавленном настроении;
- стал получать низкие оценки;
- ищет предлоги, чтобы не идти в школу;
- по дороге в школу и домой выбирает обходные маршруты;
- приходит домой с испорченной или грязной одеждой, порванными учебниками и тетрадями;
- то и дело «теряет» вещи и карманные деньги;
- отказывается выходить играть во двор;
- часто приходит домой с синяками и ссадинами;
- не встречается с одноклассниками, не приглашает их домой и не ходит в гости;
- стал замкнут или вспыльчив, срывает зло на младших братьях и сёстрах.

тем, чтобы их ребёнок не стал жертвой буллинга.

Ничуть не лучше, если ваш ребёнок сам участвует в насилии и тем более является заводилой. Большинство из таких детей растут одинокими, так как дружба, основанная на страхе, не бывает искренней и прочной. Сам школьный тиран почти всегда это чувствует и нередко страдает от этого.

Что делать, если вы узнали, что ваш ребёнок стал жертвой буллинга
Универсального ответа на этот вопрос быть не может. Слишком многое зависит от обстановки в классе и школе, от позиции учителей, от особенностей личности вашего ребёнка. Но в первую очередь родители

должны поддержать сына или дочь. Жертва буллинга чувствует себя одинокой, ей как никому нужен друг, защитник, советчик. Кто должен им стать, если не родитель? Поговорите с ребёнком, пусть он знает, что вы на его стороне и готовы помочь. Только постарайтесь обойтись без выпытывания подробностей, если он не готов их обсуждать, и без навязчивых, обязательных к исполнению советов. Прежде чем давать их, взрослый должен сам как следует разобраться в ситуации, обдумать её, почитать литературу или ещё лучше — поговорить с психологом.

Но действовать нужно безотлагательно, и начать следует вот с чего:

Первое. Нужно усвоить для себя, что травля — это травля, и ответствен за неё не ребёнок, каким бы «нестандартным» он ни был.

Второе. Объяснить это ребёнку. Он должен знать, что его вины в том, что он стал жертвой буллинга нет. Проблема, вероятно, есть, но вины — нет и быть не может.

Третье. Объясните это учителю. Если тот не понимает — директору. Если и тот глух к проблеме, обращайтесь в более высокие инстанции, обращайтесь к общественности. Имея под рукой интернет, сделать так, чтобы к вашей «частной» проблеме отнеслись с вниманием, вполне возможно. Но начальство и суд общественности это крайняя мера. Лучше постараться найти взаимопонимание с педагогами, который в силу ряда причин не признают (или не хотят признавать) проблему в её истинном свете.

Четвёртое. Объясните это классу (лучше — через педагогов). Часто сами обидчики, особенно младшего возраста, не ведают, что творят. Взрослый должен сказать им, что это не дразнилки, не игра. То, чем они занимаются — травля, гадкое, недопустимое поведение. Вот только «давить на жалость» при это не в коем случае нельзя. Вопрос должен ставиться не в форме «Представляете, как ему плохо?», а только: «Как вам было бы на его месте? Что чувствовали бы вы?».