

Час психолога

**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

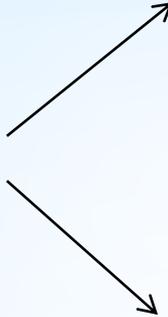
- * Жертвой может стать любой человек
- * Причиной может стать любой повод
- * В качестве агрессора могут быть как друзья, так и незнакомцы
- * Отмечается травлей 24 часа
- * Жертва скрывает факт травли
- * Противостоять в одиночку невозможно
 - «Группы смерти»
- * Мы потерянное поколение
- * Разбуди 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.

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.

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:

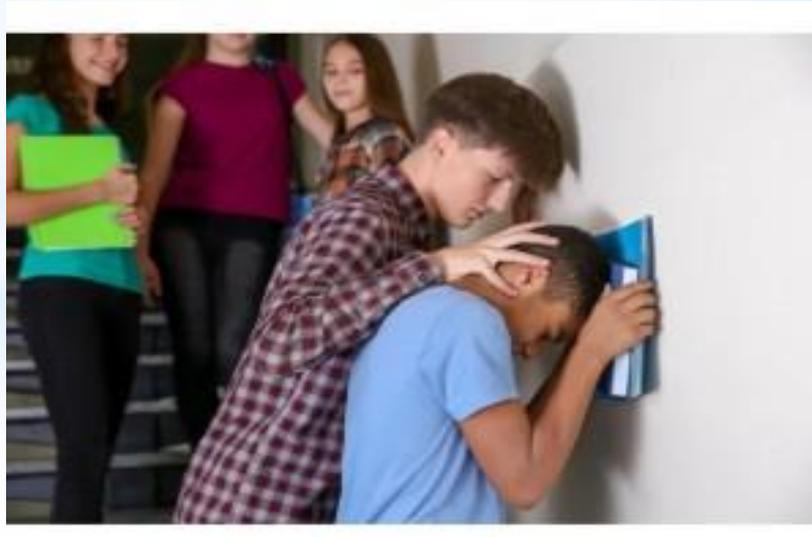
- ***Я тебе верю*** (это поможет ребенку понять, что Вы в состоянии помочь ему с его проблемой).
- ***Мне жаль, что с тобой это случилось*** (это поможет ребенку понять, что Вы пытаетесь понять его чувства).
- ***Это не твоя вина.*** (дайте понять ребенку, что он не одинок в подобной ситуации: многие 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 булливирования 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.

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;

Разрешение проблемы буллинга в наших руках.