Под загадочным и непонятным термином «буллинг» прячется давно нам известный феномен травли одного участника коллектива другими. Чаще всего буллинг встречается в школьной среде, т.е. в детских и подростковых группах.

Буллинг подразумевает систематическое проявление агрессии и причинение вреда, как психологического, так и физического.

Многочисленные исследования доказывают, что буллинг имеет очень тяжелые последствия для становления личности и дальнейшей судьбы всех участников травли – и буллеров (преследователей), и жертв, и зрителей.

По статистике, 89 % учащихся сталкиваются с буллингом. Из них 8 % – агрессоры, 22 % – жертвы, 43 % – хамелеоны, т.е. могут менять свою роль в зависимости от окружения, 16 % – наблюдатели.

При этом, девушки чаще вовлечены в буллинг, чем юноши. Но они же чаще становятся наблюдателями.

Буллинг бывает прямым и косвенным. Первый тип предполагает открытое воздействие, избиения, оскорбления в лицо. Второй тип предполагает скрытые издевательства, например, распространение слухов или объявление бойкота человеку.

По направленности буллинг бывает между учеником и учеником, учениками и учеником, учителем и учеником, учителем и учениками.

Буллинг – неадекватная асоциальная попытка самоутверждения. К истинным мотивам буллинга относятся:

привлечение внимания;

демонстрация силы;

утаивание неуверенности и страхов;

удовлетворение потребности во власти и доминировании.

Агрессия – защитная реакция психики, откуда вытекает, что агрессоры [тревожны](https://psychologist.tips/85-kak-izbavitsya-ot-trevozhnosti-sovety-psihologa.html) внутри, не чувствуют безопасность, нуждаются в защите и что им нужна не меньшая помощь, чем тем, кого травят.

Как догадаться, что ребенок может быть буллером, т.е. преследователем? Вот сигналы, на которые следует обратить внимание в поведении ребенка:

- Ведет себя вспыльчиво и неуравновешенно: например, часто дерётся, обзывается, ябедничает, кусается.

- Приносит домой дорогие безделушки, имеет собственные деньги, не объясняя причину их появления.

- Группируется со старшими подростками.

- Проявляет жестокие наклонности.

- Быстро меняется в настроении: от довольства к злобе.

- В игре навязывает друзьям свои правила.

- Злопамятен на мелкие обиды, не умеет прощать.

- Игнорирует указания и легко раздражается.

- Ведет себя так, будто ищет повод к ссоре.

- Не уважает родителей или не считается с ними, особенно с мамами.

Как догадаться, что ребенок – жертва буллинга? Обратите внимание, если:

- Ребенок не приводит домой одноклассников или сверстников и постоянно проводит свободное время дома в полном одиночестве.

- Не ходит на праздники и в гости к одноклассникам и сверстникам.

- Не имеет близких приятелей, с которыми проводит досуг.

- Часто придумывает различные причины, чтобы не идти в школу.

- Задумчив, замкнут, ест без аппетита, неспокойно спит, плачет или кричит во сне.

- У него преобладает пессимистичное настроение.

- В его поведении просматриваются резкие перемены в настроении.

- Злость, обиду, раздражение вымещает на родителях, родственниках, более слабых объектах (младшие братья и сестры, домашние животные).

- Выпрашивает или тайно берет деньги, внятно не объясняя причину своего проступка (особую тревогу стоит проявлять в том случае, когда исчезают крупные суммы денег, дорогие вещи, украшения – деньги могут быть использованы на откуп от вымогателей).

- Приходит домой с мелкими ссадинами, ушибами, его вещи выглядят так, словно кто-то ими вытирал пол; книги, тетради, школьная сумка потрепаны.

- Выбирает нестандартную дорогу в школу.

Все это лишь малая часть «звоночков», на которые важно вовремя обратить внимание. Будьте внимательны к своему ребенку, выстраивайте доверительные отношения, поддерживайте его в трудных ситуациях.

В помощь родителям, педагогам и всем заинтересованным размещаем памятку «Что делать, если вашего ребенка травят в школе?», разработанную благотворительной организацией «Семьи детям».