

В МАОУ «СОШ № 134» функционирует социально-психологическая служба. В ее состав входят Кучеренко М.Ф. , социальный педагог/педагог психолог; Худяева Е.С , педагог-логопед.

Режим работы: среда с 13.00-15.00

Нормативно – правовые документы службы:

1. Положение по работе социально-психологической службы
2. План мероприятий по профилактике насилия и дискриминации с детьми на 2020-2021 учебный год (Приложение)

Тема выступления:

«Советы и рекомендации по профилактики насилия в школьной среде»

1. Профилактика буллинга.

Если ребёнок стал жертвой, но не рассказывает об этом напрямую, о травле можно догадаться по другим физическим и психологическим признакам:

- беспричинные боли в животе и груди,
- нежелание идти в школу и плохая успеваемость,
- нервный тик, энурез,
- печальный вид, беспокойство, тревожность,
- нарушенный сон, кошмары,
- длительное подавленное состояние,
- участившиеся простуды и другие заболевания,
- склонность к уединению, нежелание общаться,
- проблемы с аппетитом,
- излишняя уступчивость и осторожность.

Буллинг (от английского bullying — «запугивание», «издевательство», «травля») — это агрессия одних детей против других, когда имеют место неравенство сил, и жертва показывает, как сильно её это задевает.

Буллинг не всегда выражается в физическом нападении. Чаще происходит психологическое насилие в форме:

- словесной травли (оскорбления, злые и непристойные шутки, насмешки и прочее);
- распространения слухов и сплетен;
- бойкота (одна из самых опасных форм буллинга, так как чаще остальных приводит к суициду).

Кто участвует в буллинге.

Буллинг наиболее распространён в начальной и средней школе. К 10–11 классам на фоне процессов созревания мозговых структур и способности у подростков к саморегуляции он постепенно сходит на нет.

Школьный буллинг: почему одни дети травят других и как защитить своего ребёнка от насилия?

Исследование о частоте проявлений буллинга в зависимости от класса, проведённое Даном Ольшеусом

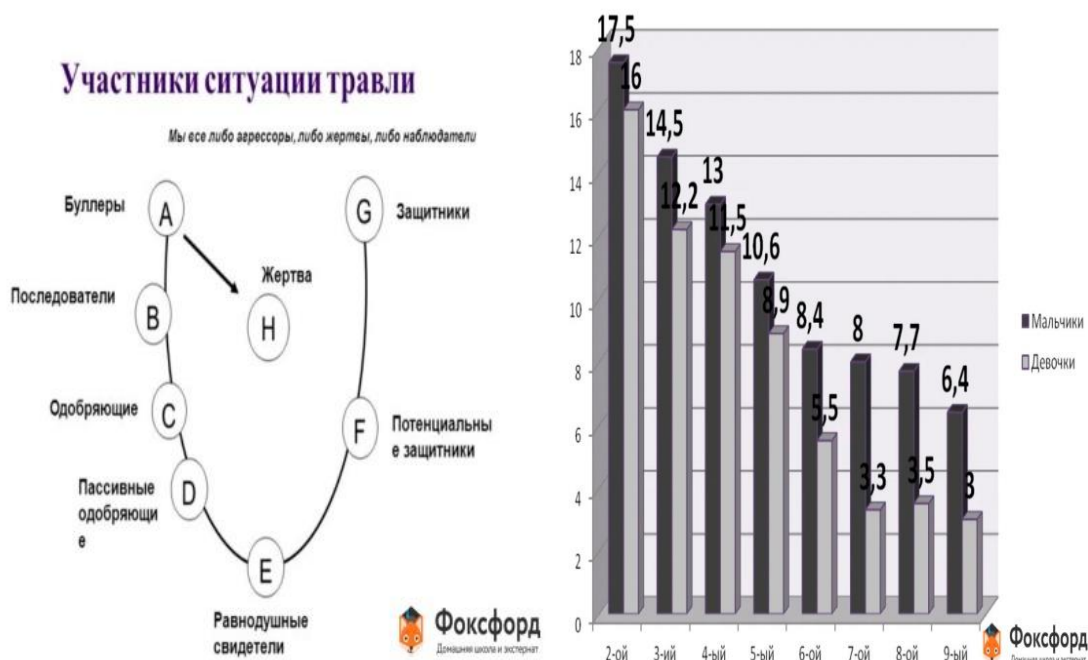
Если в коллективе началась травля, сложно не включиться.

В буллинге много ролей. Три основные: буллеры (придумывают и возглавляют издевательства), наблюдатели (вроде в стороне от конфликта, но всё равно одобряют либо осуждают агрессоров) и жертва.

К сожалению, в ситуации буллинга бесполезно занимать отстранённую позицию. Даже если нападкам подвергается только один одноклассник, и вашего ребёнка «это не касается», наблюдатели получают не меньшую травматизацию.

В психологии даже есть термин «травма наблюдателя». Часто ребёнок не может самостоятельно справиться с опытом наблюдения за продолжающимся насилием.

Буллинг причиняет ущерб психическому здоровью не только жертвы, но и детей, которые находятся в позиции безмолвных свидетелей



Рекомендации

Что делать родителям

Родители ребёнка-жертвы испытывают чувство вины, стыд, гнев, боль и бессилие, и из-за этого иногда вместо поддержки и сочувствия обрушиваются на него с советами и обвинениями: «Что же ты не дал сдачи?!», «Не будь тряпкой!», «Сам виноват» и так далее.

Важно понять, что это может случиться с любой семьёй. Здесь никто не виноват, особенно сам ребёнок.

Если вы чувствуете, что как родитель не справляетесь с ситуацией (а это нормально), то прежде всего нужно самому получить поддержку близких или психолога.

После этого вы сможете нормально поговорить о случившемся с ребёнком. Вот фразы, которые помогут вам начать диалог:

- **«Я тебе верю».** Это даст ребёнку понять, что вы на его стороне, и вместе вы справитесь с проблемой.
- **«Мне жаль, что с тобой это случилось».** Это сигнал, что вы разделяете его чувства.
- **«Это не твоя вина».** Покажите ребёнку, что в этой ситуации он не одинок, многие его сверстники сталкиваются с разными

Что делать учителю

Проблема буллинга в школе и в классе — отдельная большая тема. Вот лишь один пример, как можно поступить учителю.

Ситуация: две девочки объявили бойкот третьей. Учитель, получив согласие жертвы и её родителей, организует встречу с инициаторами бойкота и ещё четырьмя ребятами, занявшими нейтральную позицию. Преподаватель объясняет детям, что чувствует девочка, и просит их придумать два-три возможных решения, как уменьшить её страдания. Чувствуя важность своей миссии, дети активно включаются в «проект». Раз в неделю все участники встречаются и рассказывают о своих успехах. Через несколько таких встреч ситуация, как правило, себя исчерпывает.

Но к сожалению, не все родители находят поддержку со стороны школы. Тогда почти единственная «опция» — уход на семейное образование. Просто смена школы не всегда работает, так как травля может повториться.

Во время семейного обучения у вас будет достаточно времени на обсуждение с ребёнком его травмирующего опыта.

вариантами запугивания и агрессии, и вина лежит не на жертве, а на агрессоре.

- «Хорошо, что ты мне об этом сказал». Докажите, что ребёнок правильно сделал, обратившись к вам.
- «Я люблю тебя и постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность». Эта фраза позволит ощутить защиту и с надеждой посмотреть в будущее.

Старайтесь всегда поддерживать с детьми доверительные отношения, чтобы они вовремя смогли попросить о помощи в случае школьного насилия.

Что делать ребёнку

Ребёнок, в силу возраста, не может сам защититься от буллинга. Это работа взрослых. Однако есть базовые вещи, которые взрослые должны объяснить ему для профилактики буллинга в школьной среде:

- Рассказывать о случаях буллинга взрослым, которым доверяешь, — правильно, это не стукачество.
- Нужно укреплять самооценку и вести себя уверенно. Быть настойчивым и сильным (хотя бы внешне).
- Нельзя надеяться отомстить с помощью ещё большей жестокости. Это приведёт к новым проблемам. Лучше искать друзей среди сверстников и использовать самое мощное оружие против агрессии — юмор.
- Необходимо избегать ситуаций, в которых возможна травля и отклонять предложения поучаствовать в ней.
- Если стал свидетелем насилия, нужно немедленно привести кого-то из взрослых или посоветовать жертве пойти за помощью к родителю или учителю, которому она доверяет.

Что делать, если твой ребёнок — буллер

Чаще всего буллерами становятся дети, подвергавшиеся насилию в семье, а также пережившие психотравмирующие моменты в прошлом. Если отец бьёт и унижает мальчика дома, то с огромной вероятностью на следующий день он попытается отыграться на более слабых одноклассниках. Такому ребёнку, бесспорно, нужна помощь специалистов, но главное — проанализировать, что происходит в вашем доме.

Но бывают случаи, когда буллер обладает высокой самооценкой в купе со сниженной эмпатией и вполне осознаёт свои действия. Такому ребёнку необходимы жёсткие границы и понятные последствия его действий. Поговорите с ним об этом. Расскажите о своём опыте в качестве жертвы или агрессора.

Обратите внимание на окружение ребёнка: не подвергается ли он насилию со стороны более взрослых приятелей (иногда достаточно постоянных саркастических замечаний).

Наконец, сходите на консультацию к семейному психологу, чтобы всем вместе разобраться в происходящем, если сделать это своими силами невозможно.

