

Буллинг в школе и как с ним бороться?

Педагог-психолог Менгерт Ольга Сергеевна
МБОУ Курагинская СОШ №1

Буллинг - это...

- это постоянные намеренные негативные действия, направленные на одного и того же человека со стороны другого или группы людей

Виды буллинга



- Социальная травля
- Физическая травля
- Вербальный буллинг
- Кибербуллинг

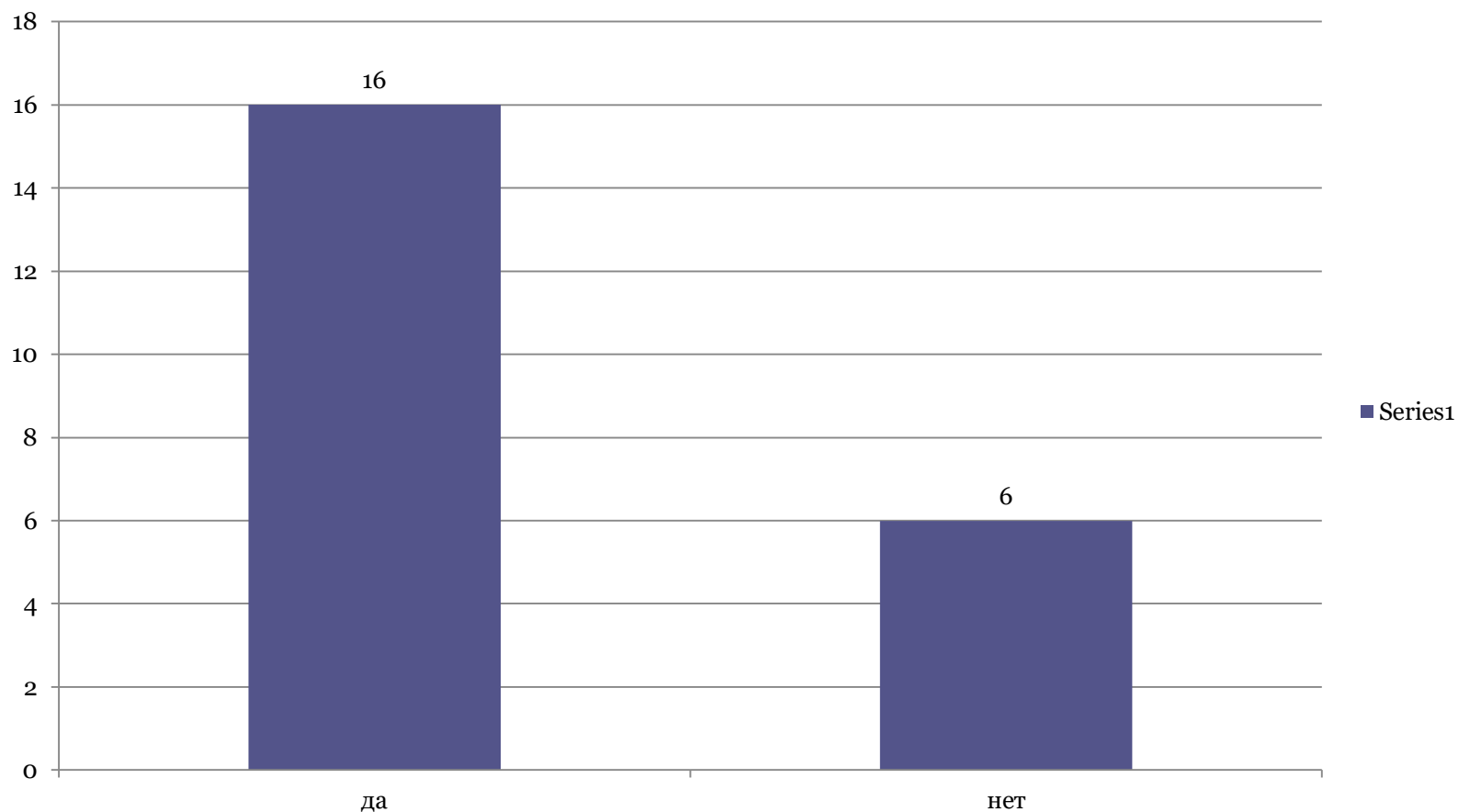
Причины

- повышение статуса,
- самоутверждение,
- лидерские позиции,
- от скуки,
- попытка завести друзей

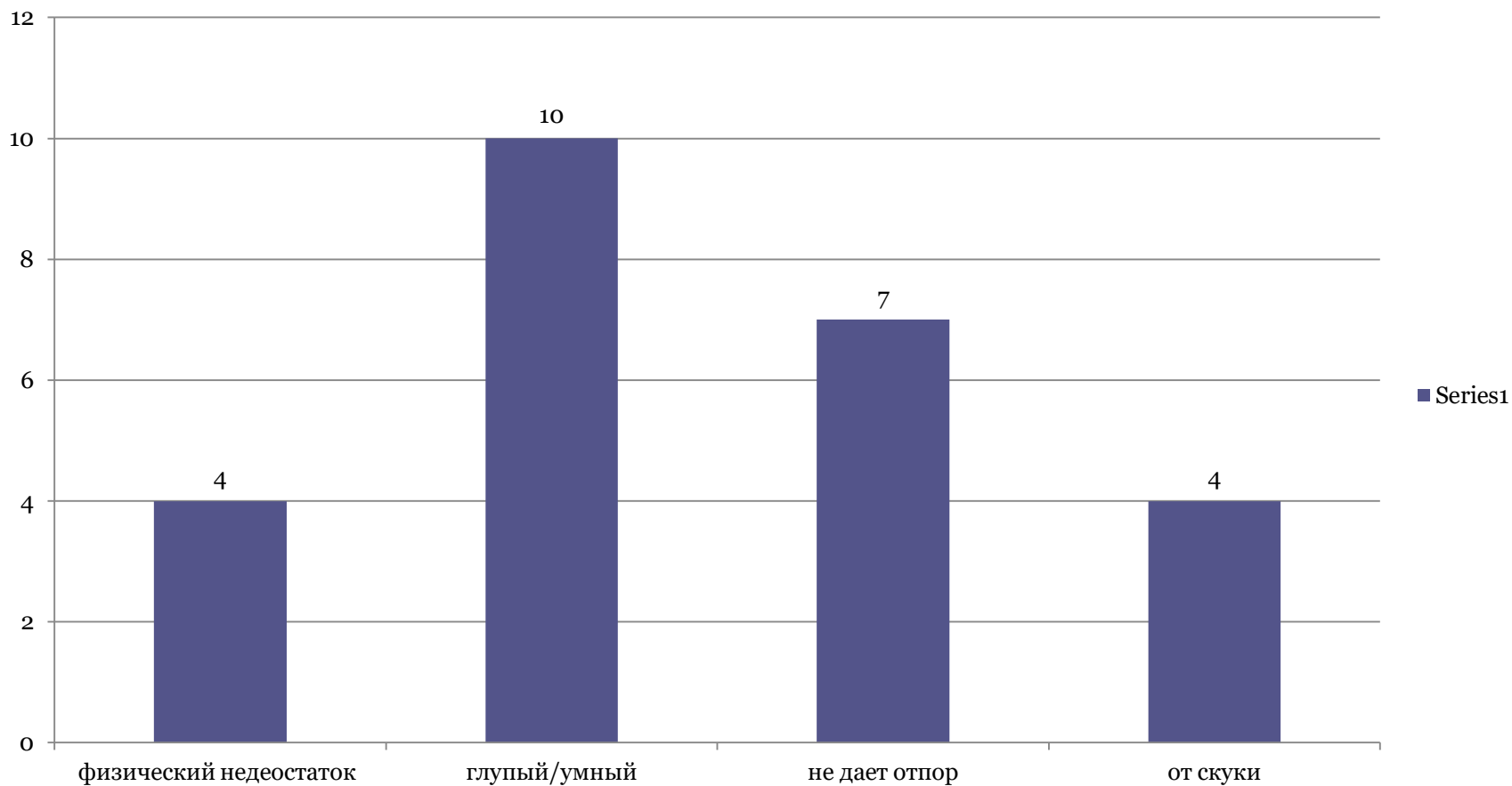
Последствия

- Прогулы, отказ ходить в школу.
- Аутоагрессивное (причинение себе вреда в физической и психической сферах) / агрессивное поведение.
- Психосоматические проявления: головная боль, тошнота, рвота, температура и другие симптомы, не связанные с какой-то болезнью.
- Депрессивные / тревожные расстройства.
- Суицидальные мысли / намерения / действия.
- Криминальные действия.

Встречались ли вы с явлением буллинга в школе?



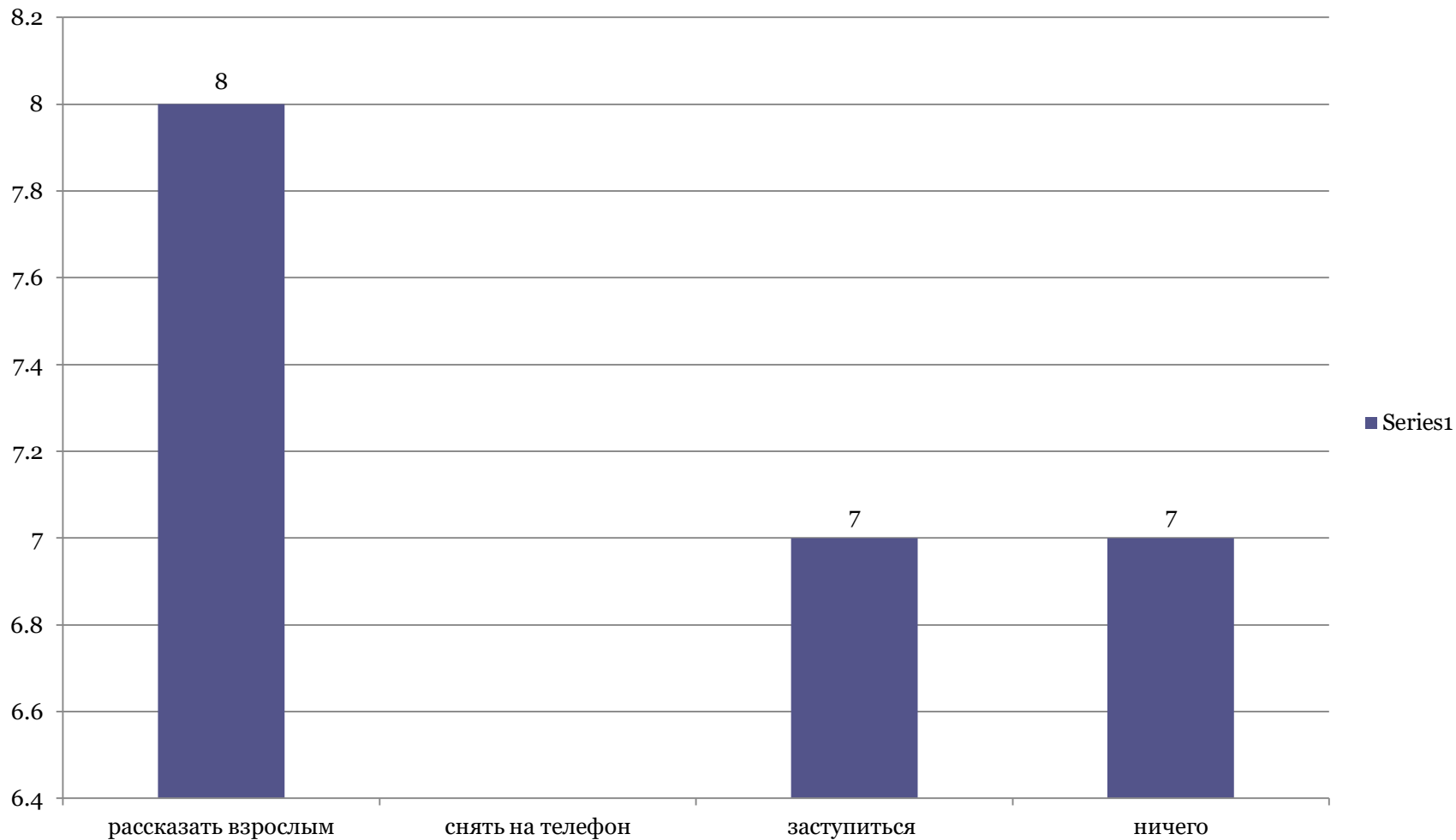
Причины



Чувства

А	Н	Ж
удовольствие	обида	обида
гнев	гнев	гнев
	страх	страх
		злость

Ваши действия



Рекомендации

- **«Молодец, что рассказал мне об этом, спасибо»**
- Поблагодарите его за то, что он нашёл в себе силы всё рассказать. Покажите ребёнку, что вы серьёзно относитесь к ситуации и обязательно поможете. Если ребёнок волнуется, что теперь он ябеда, объясните ему, что он поступил правильно, а обращение за помощью к взрослым – это не трусость.

- **«Давай вместе решим, что мы будем делать»**
- Не стоит лишать ребенка возможности участвовать в процессе решения проблемы, что позволит ему почувствовать контроль над ситуацией и развить способность самостоятельно принимать решения и искать выход из сложных жизненных ситуаций.
-

- **«Ты ни в чём не виноват»**
- Объясните ребенку, что он точно ни в чём не виноват и дело не в нём, а в том, что обидчики таким способом справляются со своими эмоциями. Покажите ребёнку, что даже несмотря на недостатки и несовершенства, он заслуживает уважительного отношения.