

Родительский всеобуч

«Кибербуллинг - как новая форма угрозы психологическому здоровью»

Цель и задачи:

1. Повысить компетентность родителей в отношении понятия «буллинг», обозначить основные признаки того, что ребенок подвергается «буллингу» в группе сверстников.
2. Познакомить родителей со способами оказания помощи ребёнку, подвергнувшемуся «буллингу», мерами по прекращению «буллинга» в отношении ребёнка.

От чего защищать ребенка? На каждом шагу, куда не глянь, наших детей подстерегает опасность. Ведь они еще не могут защитить себя как взрослые люди, принять мудрое решение. Парадокс нашего времени в том, что даже не злоумышленники и криминальные особы могут нанести ущерб ребенку как его сверстники.

Буллинг – самая распространенная проблема среди детей английское слово буллинг (bullying, от bully – хулиган, драчун, задира, грубиян) обозначает систематическое, продолжительное запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе.

В школах встречаются ученики, которые становятся объектами насмешек и открытых издевательств. Школьная травля не является чем-то уходящим - приходящим: боль и унижения часто могут продолжаться по несколько лет, а то и до окончания школы. И в группе риска может оказаться любой. По данным зарубежных и отечественных психологов. Буллинг – явление, достаточно распространённое в школе. До 10 % детей регулярно (раз в неделю и чаще) и 55% время от времени подвергаются издевательствам со стороны одноклассников. 26 % матерей считают своих детей жертвами таких издевательств. Как правило, буллинг включает в себя три элемента:

1. преследователь «булли»;
2. жертва;
3. наблюдатель.

Виды буллинга:

- Социальный – косвенная агрессия (жертва объявляется изгоем, с ней не общаются, не замечают, игнорируют, не объявляют важную информацию)
- Физический – агрессия с физическим насилием (от пинков до нанесение травм предметами).
- Поведенческий – преследователь заставляет жертву перенести оскорбительные и унижающие для нее чувства собственного достоинства. Это может быть вербальная агрессия: сплетни, интриги, шантаж, бойкоты, пакости и т.п.).
- Словесный (от придумывания кличек и прозвищ, до грубого обзывания и унижения).

Кибербуллинг. Современные формы проявления буллинга постоянно меняются. Современные технологии создают новые благоприятные условия для этого. Запугивание и издевательства теперь переходят в интернет и размножаются с помощью мобильных телефонов и гаджетов. Этот вид буллинга называется – кибербуллинг, другими словами говоря – травля в интернете.

- Основные отличия кибербуллинга от традиционного:
- Анонимность (тяжело найти и предотвратить нападение);
- Возможность фальсификации (представленная информация может быть ложью)
- Наличие огромной аудитории;
- Возможность достать «жертву» в любое время, с любого места.

Как же реагируют взрослые, когда узнают о проявлениях буллинга в отношении их детей:

- 58 % взрослых вмешиваются в этот процесс, чтобы помочь своему ребенку;
- 13 % виртуальных конфликтов перерастают в реальные;
- 7% пострадавших получают настолько тяжелую психологическую травму, что длительное время переживают случившееся и имелись случаи нервного срыва.
- 26% родителей узнавали об инцидентах кибуллинга намного позже, того как это происходило.

Как не стать жертвой буллинга, что же могут сделать родители, чтобы повысить авторитет своего ребёнка в кругу одноклассников:

- Наладить контакты с учителями и одноклассниками;
- Активно участвовать в классных мероприятиях (например: Если у вас есть какое-то необычное хобби, интересное детям, можно рассказать о нем сверстникам ребенка. Ведь если вы можете часами рассказывать о всевозможных марках автомобилей, то даже самые отъявленные драчуны будут смотреть вам в рот и после этого вряд ли тронут пальцем вашего ребенка);
- Ребёнку необходимо найти себе друга среди одноклассников, а еще лучше несколько настоящих друзей;
- Приглашайте одноклассников в гости, а особенно тех, кому он симпатизирует;
- Научите ребёнка уважать мнение своих одноклассников, находить с ними общий язык;
- Не надо пытаться всегда побеждать в своих спорах с ровесниками, необходимо научиться проигрывать и уступать, признавать свою неправоту;
- Не задирайтесь, не зазнавайтесь;

- Не показывать свое превосходство над другими;
- Не хвастаться – ни своими успехами, ни своими электронными игрушками, ни своими родителями – это обычно проявляется у детей с завышенной самооценкой, в этом случае необходимо объяснить, что это не надо показывать окружающим, что у любого человека есть как свои недостатки, так и свои достоинства;
- Не ябедничать;
- Не идти наперекор решениям класса, если они не противоречат нравственным нормам;
- Не демонстрировать свою физическую силу;
- Не показывать свою слабость;
- Использовать свои таланты на благо класса и школы, чтобы одноклассники гордились им, а не завидовали ему.
- Не настраивайте ребёнка против школьных мероприятий, даже если они вам кажутся ненужными;
- Учите выполнять общие требования для всех детей в классе, вплоть до формы, одежды на уроках физкультуры.

Две основные формы моббинга (буллинга):

1. Физический моббинг (буллинг) – умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных повреждений и др.; сексуальный буллинг является подвидом физического (действия сексуального характера).

2. Психологический моббинг (буллинг)– насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональная неуверенность.

К этой форме можно отнести:

- вербальный - где орудием служит голос (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, дразнение, распространение обидных слухов и т.д.);
- обидные жесты или действия (например, плевок в жертву либо в её направлении);
- запугивание (использование агрессивного языка тела и интонаций голоса для того, чтобы заставить жертву совершать или не совершать что-либо);
- изоляция (жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью студентов или всей группой);
- вымогательство (денег, еды, иных вещей, принуждение что-либо украсть);

- повреждение и иные действия с имуществом (воровство, грабёж, прятанье личных вещей жертвы);
- кибербуллинг— унижение с помощью мобильных телефонов, Интернета, иных электронных устройств (пересылка неоднозначных изображений и фотографий, обзывание, распространение слухов и др.).

Моббинг (буллинг) - в основном латентный для окружающих процесс, но подростки, которые подверглись травле, получают психологическую травму различной степени тяжести, что приводит к самым разным последствиям от подрыва у человека здорового доверия к себе до самоубийства. У многих подростков снижается учебная успеваемость. Некоторые теряют друзей. И не имеет значения, имел место физический моббинг(буллинг) или психологический. Подростки утверждают, что более всего при обсуждении подобных ситуаций они доверяют своим родителям. Это возлагает на вас особую ответственность.

Как догадаться, что ваш ребенок – аутсайдер (жертва моббинга буллинга)?:

- не приводит домой кого-либо из одноклассников или сверстников и постоянно проводит свободное время дома в полном одиночестве;
- не имеет близких друзей, с которыми проводит досуг (спорт, компьютерные игры, музыка, долгие беседы по телефону);
- его редко приглашают на дни рождения, праздники или, он сам не никого не приглашает к себе.
- у него наблюдается пессимистичное настроение.
- выглядит неудачником, 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 крадёт деньги, внятно не объясняя причину своего проступка. Особую тревогу стоит проявлять в том случае, если исчезают крупные суммы денег, дорогие вещи, украшения. Деньги могут быть использованы на откуп от вымогателей, покупку алкоголя;
- приходит домой с мелкими ссадинами, ушибами, его вещи выглядят так, словно кто-то ими вытирал пол. Книги, школьная сумка находятся в аварийном состоянии;
- выбирает нестандартную дорогу в школу.

Как догадаться, что ваш ребенок - буллер (преследователь)?

1. типичным агрессором, как правило, является подросток, более физически развитый, чем его сверстники, имеющий проблемы с успеваемостью, воспитывающийся в неблагополучной семье;

2. подросток с завышенной самооценкой, постоянно вступает в споры, конфликты со сверстниками и взрослыми;
3. приносит домой дорогие безделушки, имеет собственные деньги, не объясняя причину их появления;
4. группируется со старшими подростками;
5. навязывает свои правила в общении и поведении;
6. злопамятен на мелкие обиды, не забывает их;
7. игнорирует указания и легко раздражается.