

---

# Что такое буллинг и как вести себя родителям

Рекомендации для родителей по  
профилактике вовлечения молодежи в  
деструктивные субкультуры и массовые  
мероприятия

Педагог-психолог Белая Д. В.  
Социальный педагог Петракова Е. В.  
ОГАПОУ "СМК"  
2023г

---

# Буллинг или травля

Буллинг — это издевательство над другими людьми. Агрессивное преследование и издевательство над одним из членов коллектива со стороны другого,

Его цель — нанести эмоциональный или физический ущерб. Буллинг довольно распространен, но это не нормальная практика. Травлю ни в коем случае терпеть нельзя.



**STOP  
BULLYING**

**SAFE SCHOOL ZONE**

YOUR  
LOGO



## Виды буллинга

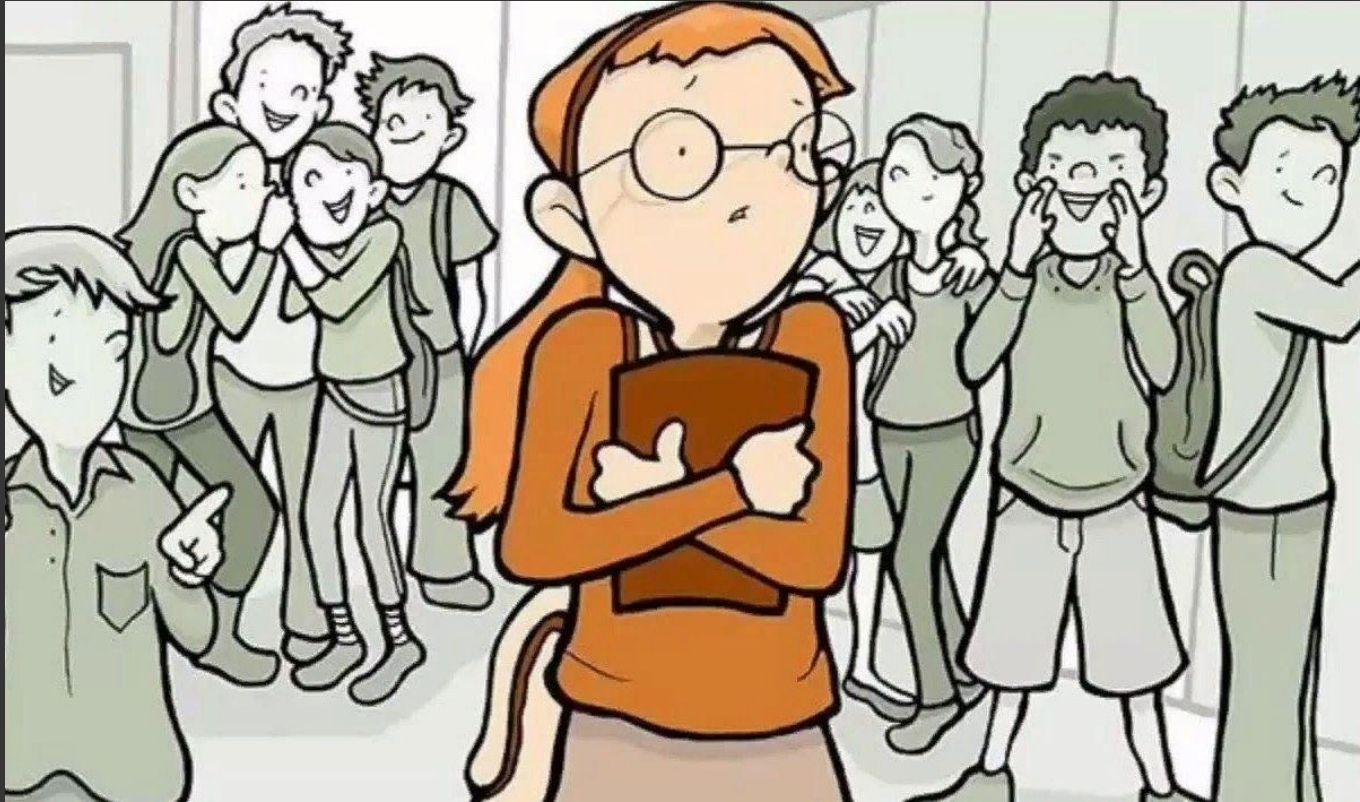
- **Изоляция** - человека исключают из общих занятий, он оказывается в одиночестве
- **Присоединение** - для участия в травле не обязательно быть инициатором.
- **Вербальные издевательства** - обидные слова, насмешки, словесные угрозы.
- **Бодишейминг** - обидные высказывания относительно внешнего вида, размеров или формы тела человека.
- **Физические издевательства** - применение грубой силы, гадкие или грубые жесты.
- **Сексуальные издевательства** - шутки, жесты или комментарии на тему секса, распространение сплетен.
- **Кибербуллинг** - запугивание или троллинг в интернете, через СМС или чаты.

# Воздействие буллинга

*Травля влияет на все аспекты жизни.* Человек перестает спать, не может учиться, ему плохо, в том числе физически. Состояние психики тоже может пострадать, поскольку результатом буллинга могут быть низкая самооценка, тревожность, гнев или агрессия, депрессия.



# Кто участвует в травле?



# — Дети-агрессоры

Иногда имеет место проактивная травля — спланированная заранее (целенаправленная). Здесь есть четкая цель и умысел. Дети, которые занимаются проактивным буллингом, часто обладают развитой социальной компетентностью и хорошо понимают эмоции других людей, но им не хватает сочувствия (то есть им трудно понять, каково это — быть жертвой).

И наоборот, существует реактивная травля. Ребенок, выступающий в роли реактивного агрессора, может плохо понимать эмоции других людей и поэтому не осознает, какие чувства вызывает у них подобное поведение. У такого ребенка слабо развиты социальные навыки, а социальная компетентность низкая. Он с большей вероятностью гиперактивен, импульсивен, вспыльчив, раздражителен и не склонен сдерживать вспышки гнева, что часто усугубляет ситуацию. В эту группу попадают и дети-агрессоры, и дети-жертвы.



—

Этим детям не хватает уверенности в себе, их социальная компетентность невысока. Одни страдают от приступов тревожности и пассивны, другим трудно регулировать собственные эмоции, и поэтому они набрасываются на других детей и сами попадают в неприятные ситуации. У них может быть хорошо развита аффективная эмпатия (способность чувствовать то, что чувствуют другие), но отсутствует эмпатия когнитивная (понимание этих чувств). У таких детей мало друзей, поэтому они более уязвимы.

## Дети-жертвы





## Участники буллинга

- **Агрессор:** активен, берет на себя инициативу или инициирует травлю, ведет себя как лидер.
- **Ассистент:** принимает активное участие в травле, но больше как последователь, чем как лидер.
- **Усилитель:** поощряет травлю, обеспечивает аудиторию, возможно, смеется и подыгрывает.
- **Защитник:** заступает за жертву, поддерживает ее или пытается приободрить.
- **Наблюдатель:** ничего не делает, держится в стороне.
- **Жертва:** подвергается травле.



# Причины буллинга

Проблемы в семье (как у агрессора, так и у жертвы);  
подростковое восприятие мира как враждебной среды;  
Недостаток доверия к окружающим;

Придирки со стороны педагога, родителей;  
возрастные кризисы (так называемые подростковые бунты);  
Проблемы с учебой;  
Вредные привычки (сигареты, алкоголь);  
Борьба за лидерство; Низкая самооценка;  
Зависть;

Физические изъяны или проблемы на психическом уровне;

Столкновение разных ценностей, взглядов, социального и материального положения и нетерпимость по отношению к отличиям;

Наличие у педагога любимчиков;

Некорректное поведение преподавателя по отношению к одному из студентов (оскорбления, насмешки, угрозы);

Равнодушное отношение педагога к тому, что происходит в коллективе



## Как разговаривать с ребенком о проблеме

- Внимательно выслушать, не отвлекаясь на посторонние дела.
- Не торопиться с выводами. Постараться узнать детали.
- Проявить сочувствие к ребенку, принять его болезненные чувства.
- Дать понять ребенку, что вы его поддерживаете и готовы помочь.
- Не обвинять ребенка.
- Осознать свои чувства и переживания. Не впадать в сильные эмоции. Постараться трезво оценить происходящее.
- Спросить ребенка, какое решение проблемы его бы устроило.
- Дать советы, как отвечать обидчикам.

- Сообщить преподавателю. Лучше при личной встрече. Описав ситуацию в заявлении с просьбой разобраться и принять участие в ее разрешении.
- Сохранять спокойное эмоциональное состояние. Не обвинять педагогический коллектив. Дайте понять, что вы надеетесь на помощь и поддержку.
- Поддерживайте связь с куратором.
- Регулярно узнавайте у ребенка, как обстоят дела.
- Самостоятельно с родителями обидчиков и самими обидчиками не беседуйте.
- Встреча с родителями обидчиков должна проходить в присутствии пед. совета: куратор группы, директор, психолог, социальный педагог, сотрудники службы медиации.

## Какие меры предпринять родителям

---

## Что нельзя делать родителям

- Искать причину в жертве травли. Обвинять жертву травли в том, что ее травят. («Сам виноват, не умеет общаться, плохо учится, не умеет находить общий язык с остальными, не может за себя постоять»).
- Ждать, что ситуация разрешится сама.
- Не замечать проблему.
- Путать травлю, конфликт и непопулярность.
- Считать травлю исключительно проблемой жертвы.
- Давить на жалость к жертве.
- Отправлять ребенка самостоятельно разбираться со своими проблемами.
- Самим разбираться с обидчиками.



## Какие советы нельзя давать ребенку

«Не обращай внимания»

«Дай сдачи»

«Разберишься сам со своими  
проблемами»

«Учись налаживать отношения»

«Не бойся»

## Если вы — родитель агрессора

Агрессор нередко ведет себя так потому, что испытывает неуверенность, страх, бессилие.

Помогите ему извиниться и попытаться исправить ситуацию.

Помогите понять, что его поведение не есть он сам.

*Единственный способ справиться с травлей или предотвратить ее — жёсткое пресечение.*



# Спасибо за внимание!

## Телефоны помощи

- Всем родителям рекомендуем ознакомиться с материалами сайта [травлинет.рф](http://травлинет.рф)

- Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи.

Белгородская область, город Старый Оскол, м-н Жукова, д.19а тел. 8 (4725) 32-27-30

График работы: понедельник-пятница, с 9.00 до 18.00, перерыв 13.00-13.45

- Педагог-психолог, Белая Дария Вячеславовна  
ОГАПОУ «СМК», 4 кор., 216 каб.

График работы: понедельник-пятница, с 8.30 до 16.00 тел. +7 952 224 2001