

Кибербуллинг-как новая форма угрозы психологическому здоровью.

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.



Буллинг включает, как правило, три элемента:

- преследователь «булли»;
- жертва;
- 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 – травля в интернете. Унижение с помощью мобильных телефонов, Интернета, иных электронных устройств (пересылка неоднозначных изображений и фотографий, обзывание, распространение слухов и др.).

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;
- 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 задиаться, не зазнаваться;
- 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.

Как догадаться, что ваш ребенок – аутсайдер (жертва 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. Книжки, школьная сумка находятся в аварийном состоянии;
- Выбирает нестандартную дорогу в школу.

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

- Ø типичным агрессором, как правило, является подросток, более физически развитый, чем его сверстники, имеющий проблемы с успеваемостью, воспитывающийся в неблагополучной семье;
- Ø подросток с завышенной самооценкой, постоянно вступает в споры, конфликты со сверстниками и взрослыми;
- Ø приносит домой дорогие безделушки, имеет собственные деньги, не объясняя причину их появления;
- Ø группируется со старшими подростками;
- Ø навязывает свои правила в общении и поведении;
- Ø злопамятен на мелкие обиды, вместо того, чтобы забывать их;
- Ø игнорирует указания и легко раздражается.



Информация для родителей

Уважаемые родители, к сожалению, сегодня слова «моббинг» и «буллинг» употребляются все чаще, а дети становятся участниками или свидетелями этих явлений. Многие стыдятся того, что их притесняют, считая, что они сами в этом виноваты. Этим явлениям нет никаких оправданий, они требуют компетентного и ответственного вмешательства. Психологический террор проявляется как со стороны группы (моббинг), так и со стороны одного человека (буллинг). Слово «моббинг» происходит от английского слова «mob» – «сборище, толпа, шайка». Моббинг – это групповой феномен, однако часто он начинается с конфликта между двумя подростками. Затем в поддержку одного из них формируется коалиция, а другой участник конфликта оказывается в изоляции. Поэтому в большинстве случаев объектом моббинга становится один человек. Буллинг (от глагола *bully* - запугивание) - это регулярный (физический и / или психологический террор в отношении человека. Буллинг- это запугивание, унижение, травля, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе. Моббинг и буллинг определяется как изводящие действия, которые постоянно повторяются. Даже если ребенок не сталкивался с оскорблениями в Интернете, но ему нравится общаться через Интернет, такие риски необходимо обсудить заранее и ему необходимо дать совет относительно действий, которые следует предпринять при причинении беспокойства. Прежде всего, ребенок должен понимать, что в Интернете, как и в реальной жизни, каждый человек имеет право на уважительное отношение, поэтому запрещается клеветать или оскорблять других пользователей. Объясните детям, что при общении в интернете они должны быть дружелюбными с другими пользователями. Ни в коем случае не стоит писать резкие и оскорбительные слова – читать грубости так же неприятно, как и слышать. Некоторые действия, для которых потребовалось несколько щелчков мыши, очень сложно отменить, и дети могут не понять, насколько серьезной может стать ситуация. А ведь при необходимости анонимных пользователей можно отследить. В случае, если ваш ребенок лично столкнулся с "негативным собеседником", нужно объяснить, что общение можно прервать, закрыв чат, клиент электронной почты или даже выключив компьютер. Возможно стоит вообще покинуть данный ресурс, удалить оттуда свою личную информацию, если не получается решить проблему мирным путем. Ребенок должен понять, что общение с подобными людьми нельзя продолжать (читать и отвечать на оскорбительные сообщения и письма), но тем не менее, если злонамеренные сообщения являются нарушением закона (преступлением против личности), то их необходимо сохранить и показать взрослым. Кроме того, можно настроить параметры программы работы с электронной почтой так, чтобы сообщения от определенного отправителя поступали в отдельную папку. В этом случае ребенку не придется их читать, а у вас будет достаточно материалов для дальнейших действий. Если же вы сами обнаружили материалы, оскорбляющие вас или ваших детей, обратитесь к администратору сайта (модератору чата), чтобы данную информацию удалили. Если же такового не произошло или администратор вам отказал в удалении, то сохраните скриншоты переписки с ним и всех страниц с оскорбительной информацией и обратитесь в полицию.

Для защиты детей от подобного риска необходимо соблюсти некоторые правила:

- Поддерживайте доверительные отношения с вашим ребенком, чтобы всегда быть в курсе, с кем ребенок общается в сети. Обратите внимание, кого ребенок добавляет к себе «в друзья», с кем предпочитает общаться в сети – с ровесниками или людьми старше себя.
- Объясните ребенку, что нельзя разглашать в интернете информацию личного характера (номер телефона, домашний адрес, название/номер школы и т. д.), а также пересылать виртуальным знакомым свои фотографии или видео.
- Объясните ребенку, что при общении на ресурсах, требующих регистрации (в чатах, на форумах, через сервисы мгновенного обмена сообщениями, в онлайниграх), лучше не использовать реальное имя. Помогите ему выбрать ник, не содержащий никакой личной информации.
- Объясните ребенку опасность встречи с незнакомыми людьми из интернета. В сети человек может представиться кем угодно, поэтому на реальную встречу с интернет-другом надо обязательно ходить в сопровождении взрослых.
- Детский познавательный интерес к теме сексуальных отношений между мужчиной и женщиной может активно эксплуатироваться злоумышленниками в интернете. Постарайтесь сами поговорить с ребенком на эту тему. Объясните ему, что нормальные отношения между людьми связаны с доверием, ответственностью и заботой, но в интернете тема любви часто представляется в неправильной, вульгарной форме.
- Важно, чтобы ребенок был вовлечен в любимое дело, увлекался занятиями, соответствующими его возрасту, которым он может посвящать свободное время.