***Выступление на родительском собрании***

***по теме:***

***«Буллинг и кибербуллинг.***

***Методы профилактики и способы преодоления.***

**Буллинг** - это социально-психологическое явление, свойственное преимущественно организованным коллективам, связанное с преднамеренным систематически повторяющимся агрессивным поведением, включающим неравенство власти или силы

**Виды буллинга**

* **Эмоциональное насилие**, которое вызывает у жертвы эмоциональное напряжение, унижает его и снижает самооценку. В этом случае оружием служит голос.(насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания, необъективные оценки, высмеивание, унижение в присутствии других детей и пр.)
* **физическое насилие-**применение физической силы по отношению к ребенку, в результате чего возможно нанесение физической травмы(избиение, нанесение удара, шлепки, подзатыльники, такое поведение чаще встречается среди мальчиков, чем у девочек).
* **Экономическое насилие** предполагает использование денег для контролирования другого лица, от жертвы требуют деньги и угрожают, если он/она не отдает их немедленно. Могут вымогаться завтраки, талоны или деньги на обед. Жертву могут принуждать к воровству имущества
* разновидность школьного буллинга – **кибербуллинг**- при котором жертва получает оскорбления на свой электронный адрес или через другие электронные устройства.

**Участники ситуации буллинга**

* **Жертва**- человек, который подвергается насилию.
* **Сторонник буллера** - человек, находящийся на стороне агрессора, непосредственно не участвующий в издевательствах, но и не препятствующий им
* **Зачинщик** – буллер - человек, который преследует и запугивает жертву
* **Наблюдатели** - человек, знающий о деталях агрессивного взаимодействия, издевательств и пр., но соблюдающий нейтралитет
* **Защитник** - человек, находящийся на стороне жертвы и пытающийся оградить ее от агрессии.

**Причины буллинга в школе**

Травля начинается усилиями одного человека, желающего укрепить авторитет в кругу сверстников или просто развлечься. Позже объект буллинга становится жертвой все большего количества сверстников и старшеклассников.

Вот **несколько причин**, почему дети начинают травить более слабых сверстников:

1. Чаще всего буллеры **из неблагополучных** семей и пытаются выместить зло, накапливаемое от нерадивых родителей, на ком-то другом. Таким образом они восстанавливают чувство собственного достоинства.
2. Нередки случаи, когда травить сверстников начинают дети, которым все дозволено в семье. Отсутствие родительского контроля и наказания за серьезные провинности дают возможность ребенку чувствовать себя **всемогущим**.

Как результат, он позволяет себе задирать других детей в школе и не боится последствий.

1. Буллерами часто бывают самые популярные дети в классе и их ближайшее окружение, лидеры, управляющие другими. Этим они **укрепляют** свой и без того высокий уровень авторитета в классе.
2. **В попытках доказать** свой авторитет и иметь возможность общаться с популярными людьми школы некоторые асоциальные дети также начинают травить более слабых сверстников или учеников младших классов.

**Кто наиболее подвержен буллингу**

Продолжая рассматривать такое понятие, как буллинг, что это и каковы его причины, стоит упомянуть, кто наиболее подвержен этому. Стать объектом насмешек и издевок может **каждый ребенок**, особенно если у него имеются:

1. физические недостатки;
2. нетипичная для региона внешность;
3. проблемы со здоровьем;
4. плохое зрение, вынуждающее школьника носить очки;
5. плохая или слишком хорошая успеваемость;
6. отсутствие модной одежды и дорогих гаджетов;
7. [неполная семья](https://ktonanovenkogo.ru/voprosy-i-otvety/semya-chto-ehto-takoe-opredelenie-schastlivoj-semi.html);
8. низкий уровень дохода родителей.

*Очень часто подвергаются травле замкнутые и домашние дети, имеющие мало друзей и не способные общаться в коллективе.*

При желании обидчик может найти абсолютно любую причину для травли. Иногда она берется с неба.

**Причины буллинга**

* удовольствие от буллинга, способ найти хоть какой-то смысл: буллинг часто возникает на фоне потери смысла, от скуки, от общей дезориентации в ценностях и правилах: «Зачем вообще ходить в школу?»
* жажда власти, самоутверждение за счет унижения другого
* собственные неудачи и поиск козлов отпущения, месть
* понимание дружбы как отталкивание, выживание других
* желание заставить страдать других, поскольку сам ( буллер ) пострадал от несправедливости
* отсутствие психологических структур (знаний, навыков), необходимых для конструктивного разрешения конфликтов
* враждебность, расизм, зависть
* садизм акцентуированных и дисгармонично развивающихся личностей.

**Последствия буллинга**

Травля в школе опасна именно последствиями, которые порой бывают **очень печальными**:

1. отказ от посещения школы;
2. проблемы с успеваемостью;
3. подверженность заболеваниям;
4. психологические проблемы;
5. суицид.

*Буллинг в школе****снижает самооценку****ребенка. У объекта насилия формируются комплексы, а впоследствии создается ощущение того, что он действительно заслуживает подобного к себе отношения.*

Многие дети замыкаются в себе, теряют доверие к окружающим и могут вовсе перестать общаться со сверстниками.

**Как распознать травлю ребенка в школе**

Думаю, многие знают, что это такое, так как почти в каждом классе есть свой изгой, над которым издеваются старшеклассники или сверстники. Но часто дети молчат о своих проблемах, поскольку их запугивают обидчики.

Они боятся, что вмешательство взрослых только усугубит конфликт, особенно если родители не окажут должной поддержки. Но заметить, что ребенок столкнулся с буллингом в школе, **можно по следующим признакам**:

* порванная или испорченная одежда и обувь;
* синяки и царапины, которые ребенок не может объяснить;
* нелепые отговорки на вопросы, откуда взялись телесные повреждения;
* сломанная техника, пропавшие вещи, быстрое исчезновение карманных денег;
* ребенок старается всеми правдами и неправдами избежать похода в школу, врет о плохом самочувствии;
* плохой аппетит, пропуск обедов в школе;
* бессонница и кошмары по ночам;
* низкая успеваемость, отсутствие интереса к учебе;
* постоянная подавленность, отсутствие друзей, низкая самооценка и социальная активность;
* попытки суицида;
* побег из дома.
* **Что должен сделать ребенок, если он стал жертвой**
* *Дети и подростки, которые стали жертвой агрессивных сверстников и старшеклассников, обязательно должны****рассказать о случившемся****родителям.*
* Чем раньше они это сделают, тем лучше. Не стоит бояться угроз, что после обращения за помощью к родителям и учителям травля усилится — **на каждую силу есть сила** больше.
* В попытках справиться с буллингом самостоятельно ребенок рискует только усугубить ситуацию и даже стать жертвой коллективного избиения.
* **Что делать родителям жертвы**
* В идеале дети должны сами рассказать о буллинге. Но если этого не происходит, а у вас имеются определенные подозрения, стоит попробовать самим начать разговор.
* *Опишите, какие конкретные перемены в поведении замечаете, но не давайте оценок,*[*избегайте сарказма*](https://ktonanovenkogo.ru/voprosy-i-otvety/sarkazme-chto-ehto-takoe-prostymi-slovami-primer.html)*и поучений. Дайте понять ребенку, что поддержите его и поможете решить проблему.*
* Если вы заметили, что у ваших детей проблемы со сверстниками, нужно первым делом уведомить руководство школы. Возможно, учителя гораздо более осведомлены касательно сложившейся ситуации и помогут узнать обстоятельства конфликта.
* *Также нужно пообщаться и****с родителями обидчика****тет-а-тет, но обязательно стоит собрать доказательства травли — скриншоты угроз в социальных сетях, диктофонные записи, свидетельства друзей и одноклассников.*
* В большинстве случаев конфликт можно разрешить, если доказать родителям обидчиков, что их дети поступают плохо.
* **Что делать, если ваш ребенок инициатор буллинга**
* Если ваш ребенок обижает других детей, первым делом нужно остановить его и создать условия, в которых он пересмотрит свое поведение.
* *Суровые наказания лишь усугубят ситуацию, так как это станет причиной потери доверия ребенка к родителям.*
* Важно **заменить желание унижать** и избивать других на стремление быть более сдержанным и[добрым к людям](https://ktonanovenkogo.ru/voprosy-i-otvety/dobrota-chto-ehto-takoe.html). Сфокусируйтесь на том, что привело ребенка к такому поведению и устраните все эти факторы. Нужно поговорить с детьми об их действиях и узнать, что побуждает их действовать так жестоко.
* Но при этом нужно дать понять ребенку, что вы его любите и готовы простить, если он изменит свое поведение. Вознаграждайте за хорошее поведение и поддерживайте на пути к исправлению.

***Профилактика кибербуллинга***

**Если ребенок стал жертвой кибербуллинга:**

1.Сохранять спокойствие. Главная задача - эмоциональная поддержка.

2.Отправьте обидчика в черный список или смените электронный адрес или страницу в социальной сети вашего ребенка.

3.Если вы смогли обнаружить, кто именно был источником угроз, сообщите об этом родителям агрессора или администрации школы, в которой он учиться.

4.Сохранить свидетельства этого события. Сделать копии полученных сообщений. В случае повторения угроз - обращайтесь в органы правопорядка.

**Как отслеживать деятельность ребенка в интернете**

* Держите компьютер в оживленном месте квартиры, а не в комнате у ребенка - так вы сможете легко следить за его использованием.
* - Не подключайте смартфон вашего ребенка к Интернету - таким образом вы значительно сократите его времяпрепровождение в сети.
* Убедите ребенка, что он может спокойно рассказать вам о том, что стал жертвой издевательств в Интернете, и это признание не лишит его компьютера

**Расскажите детям, как защититься в Интернете**

* Вы не одиноки. Вам помогут
* Бороться с ребенком не надо. И отключать ему доступ в Сеть не стоит
* Объясните ребенку, что нельзя разглашать в Интернете информацию личного характера (номер телефона, домашний адрес, название/номер школы и т.д.), а также пересылать интернет-знакомым свои фотографии
* Если ребенок интересуется контактами с людьми намного старше его, следует провести разъяснительную беседу
* Не позволяйте вашему ребенку встречаться с онлайн-знакомыми без вашего разрешения или в отсутствии взрослого человека. Если ребенок желает встретиться с новым интернет-другом, следует настоять на сопровождении ребенка на эту встречу;
* Если интернет-общение становится негативным – такое общение следует прервать и не возобновлять
* Нельзя делиться с виртуальными знакомыми персональной информацией, а встречаться с ними в реальной жизни следует только под наблюдением родителей