

От последствий травли страдает не только тот, кому не повезло оказаться в роли жертвы. Ситуация травли в классе и в школе погружает в стресс всех детей, ведь если у нас так – можно, если травля – в порядке вещей, часть обычной жизни, значит, нельзя быть уверенным, что завтра этого не сделают со мной, нельзя расслабиться ни на минуту. Стресс истощает детскую психику, не дает сосредоточенно работать, не оставляет места учебной мотивации, любознательности, развитию способностей, творчеству. **Последствиями для жертвы травли могут быть:**

- ✚ Трудности в учебе, невозможность сосредоточиться из-за постоянного стресса.
- ✚ Постоянные пропуски занятий, так как идти в школу страшно и находиться там мучительно.
- ✚ Устойчиво сниженная самооценка, неверие в свои силы, искаженный образ себя как «ущербного», «не такого, как надо».
- ✚ Тревожные расстройства, в том числе стойкие и тяжелые формы.
- ✚ Депрессивные расстройства, в том числе стойкие и тяжелые формы.
- ✚ Социальные неврозы, социофобия, сложности с общением, с завязыванием и поддержанием социальных связей, которые будут оставаться долгие годы после школы. Иногда эти проблемы не проходят без психотерапевтического лечения.
- ✚ Психосоматические (обусловленные стрессом) заболевания, которые также могут быть очень длительными и устойчивыми к лечению.

- ✚ Суицидальные мысли и попытки, которые отмечаются у жертв травли в 5 раз чаще, чем у остальных школьников.

Контакты:

Клюева Татьяна Николаевна, директор
ГБУ ДПО «Региональный
социопсихологический центр»

Тел. 8(846)931-55-08

e-mail: rspc@samtel.ru

Никифорова Татьяна Юрьевна,
начальник отдела профилактики
деструктивного поведения обучающихся
ГБУ ДПО «Региональный
социопсихологический центр»

Тел. 8(846)931-55-15, 8(929)710-70-71

e-mail: profnarko@inbox.ru

Адоевская Елена Викторовна
директор ГБУ ЦППМС м.р. Хворостянский
Тел. 8(84677) 9-26-37

e-mail: so_psicenter_hvr@samara.edu.ru

сайт: <http://gbu-hvorpsi.minobr63.ru>

Адрес организации: Самарская область,
с. Хворостянка, ул.Саморокова, д.56

Линькова Н.И. педагог-психолог

Телефон, Whats App, Viber: +79372320863

ГБУ ДПО «Региональный
социопсихологический центр»

ГБУ ЦППМС м.р. Хворостянский

Школьная травля

(Буклет для родителей)



2024г



В школе ребенок получает знания, учится устанавливать контакты с окружающими людьми, но нередко может возникнуть проблема общения между сверстниками. Травля детей сверстниками – одна из наиболее распространенных проблем в образовательных организациях и детских коллективах.

В 1993 году норвежский психолог Д. Ольвеус опубликовал ставшее общепринятым определение травли в среде детей и подростков: **буллинг (травля)** – это преднамеренное систематически повторяющееся агрессивное поведение, включающее неравенство социальной власти или физической силы.

Роли участников буллинга (жертва, преследователь/агрессор/буллер, свидетель/соучастник) не закреплены и способны меняться в каждой конкретной ситуации.



Однако, зачастую, участники буллинга часто обладают характерными личностными и поведенческими чертами и имеют ряд сопряженных социальных рисков.

Жертвы травли, как правило, чувствительны, тревожны, склонны к слезам, слабы физически, у них низкая самооценка и мало друзей. Типичная жертва травли – замкнутый ребенок с поведенческими нарушениями, негативными убеждениями о себе самом и социальными сложностями. В группу риска попадают дети с трудностями в обучении, синдромом дефицита внимания и гиперактивности, дети с нарушениями здоровья и хроническими заболеваниями, влияющими на внешность. Вероятные сопряженные риски: дети, оказавшиеся жертвами травли, испытывают сложности со здоровьем и успеваемостью, имеют симптомы тревожно-депрессивных расстройств, апатию, головные боли. Склонны представлять мир полным опасностей, а себя – неспособным влиять на происходящее. **Преследователи** готовы применять насилие для самоутверждения. Они легко испытывают разочарование, с трудом соблюдают правила, демонстрируют грубость и отсутствие сострадания к жертвам, агрессивны со взрослыми, они менее депрессивны, одиноки и тревожны, чем их сверстники, часто имеют среди них высокий социальный статус и хотя бы маленькую группу сообщников. Вероятные сопряженные риски: низкая успеваемость и прогулы, драки, воровство, вандализм, употребление алкоголя и прочее. Позицию **свидетелей** занимают большинство участников ситуации буллинга. Практически все дети испытывают чувства жалости к жертве, но обычно, меньше половины пытаются ей помочь. Реакция свидетелей очень важна: присоединение к травле и даже

малейшее ее одобрение (улыбка и т.п.) служит вознаграждением для преследователей, а сопротивление или принятие стороны жертвы – удерживают от дальнейшего насилия. Свидетели травли ощущают небезопасность среды, переживают страх, беспомощность, стыд за свое бездействие.

Как распознать травлю в школе?

Проявляется школьная травля в виде психологических притеснений, происходящих на протяжении длительного времени и включающих в себя:

- ✚ Насмешки, высмеивание, присвоение кличек, обзывание;
- ✚ Шлепки, подзатыльники, нанесение ударов, избиение, порча и отнимание вещей и денег;
- ✚ Отказ от общения, игры, сидеть за одной партой, гулять, приглашать на дни рождения; Объявление бойкота.

Что делать родителям, чтоб ребенок распознал травлю и выстоял

- ✚ Находится в постоянном контакте с учителем, другими родителями.
- ✚ Постоянно разговаривать с ребенком на различные темы, в том числе и о том, что «сегодня было», обсуждать детские книги, где встречаются темы агрессии и насилия.
- ✚ Научите ребенка обозначать свои границы и не быть уязвимым.
- ✚ Сосредоточиться на способностях ребенка. Хвалить его за то, что у него здорово получается. Вовлекать ребенка в повседневные дела, обращаться к нему за советом и помощью даже по взрослым вопросам.