

**Рекомендации  
преподавателям, кураторам, администрации  
по предотвращению буллинга**

1. Понятие буллинг не аналогично таким понятиям, как агрессия или насилие. Однако последние могут быть элементами этого комплексного явления. **Буллинг** – это разрушительное поведение более «сильных», направленное на более «слабых». Это не ссоры и драки, в которых участвуют подростки, обладающие одинаковым авторитетом. Буллинг не бывает справедливым, так как «сильный» получает «удовольствие» от нанесенного ущерба «слабому».

2. Будьте наблюдательны! Установите формы буллинга, которые могут иметь место в вашем коллективе (наблюдение, беседы с учащимися и педагогами).

3. Важно осознать, какими способами поддерживают свой авторитет преподаватели, административные работники, подростки. Многого можно почерпнуть из ежедневных наблюдений за отношениями учащихся (не только на занятиях, но и на переменах), преподавателей. **Нельзя допускать авторитарные отношения, оскорбляющие честь и достоинство как учащихся, так и преподавателей!**

4. Важным являются беседы с подростками по проблеме буллинга, обращение к их чувствам, моральная оценка действий «агрессора», обсуждение способов предотвращения насилия и конфликтов в вашей группе. **Игнорировать проявления буллинга нельзя!**

5. Не исключайте из поля зрения «обидчиков». Обязательно беседуйте не только с виновными, но и с их родителями.

6. Помогите учащемуся, который стал «жертвой» буллинга, решить проблему с помощью других людей (куратор, преподаватель, администрация, психолог).

7. Следует быть более внимательным в отношении тех людей, чье поведение провоцирует насилие. Им нужно помочь преодолеть свои проблемы, например, неуверенность в себе, комплексы и т.п. (беседы, педагогическое сопровождение, психологические консультации и т.д.)

8. Помните, причины буллинга кроются и в проблемах самого человека как у «агрессора», так и у «жертвы»:

- неадекватная самооценка;
- самоутверждение за счет другого;
- способ снятия психоэмоционального напряжения, выплеск агрессии и раздражения на другого человека, причем более «слабого»;
- стремление к власти, необходимой для манипулирования другими;
- способ поддержания своего «авторитета».

**Таким образом, проблема буллинга представляет собой не безобидное явление, сопрядающее взросление и самоопределение личности, а фактор, свидетельствующий о личностном неблагополучии человека.**

**Лидский колледж  
Учреждение образования  
«Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»**

**ПАМЯТКА**

*для преподавателей и учащихся  
по профилактике и предотвращению  
буллинга  
(жестокости по отношению к людям)*



Педагог-психолог:  
В.М.Романцевич

2022г., г. Лида

В настоящее время проблема **буллинга** очевидна. Об этом свидетельствуют участвовавшие случаи проявления как мотивированной, так и немотивированной агрессии в межличностных отношениях среди подростков. Такая агрессия в подростковой среде считается приемлемым и даже «крутым» поведением.

Буллинг – определяется как притеснение, дискриминация, травля, физический или психический террор, как длительный процесс сознательного жестокого обращения, со стороны одного или группы подростков к другому человеку и направлена то, чтобы вызвать у другого страх, подчинить его себе.

**Мотивацией к буллингу могут выступать зависть, месть, чувство неприязни, восстановление справедливости, борьба за власть, подчинение лидеру, нейтрализация соперника, самоутверждение и др., вплоть до удовлетворения садистических потребностей отдельных личностей.**

**Причины буллинга разнообразны:** социальное расслоение общества, падение нравственных устоев, потеря национальных традиций, размывание семейных ценностей, ослабление воспитательных функции учреждения образования, усиление общественных пороков (наркомании, пьянства и др.), индивидуальные свойства личности (акцентуации, психопатии и т.д.)

Формы буллинга: систематические насмешки, в основе которых может лежать, что угодно – от национальности до внешних данных человека, вымогательство, физические и психические унижения, различного рода издевательства, бойкот и игнорирование, порча личных вещей, навешивание «ярлыков» и др.

Социальная структура буллинга, как правило включает в себя три элемента **жертва, наблюдателя, агрессора («булли»).**

**Психологические черты обидчика:** высокий уровень самоуважения, самомнения, аутосимпатии. В эмоциональной сфере раздражительность, эмоциональная неустойчивость, ярость. В сфере межличностных отношений повышенный уровень враждебности/агрессивности, средний уровень коммуникативных способностей, внешнее соблюдение общепринятых норм и правил.

**Психологические черты жертвы:** низкие показатели самоуважения, аутосимпатии. В эмоциональной сфере выраженные проблемные переживания, повышенный эмоциональный дискомфорт, тревожность, напряженность. В межличностных отношениях одиночество, зависимость от мнения других.

**Психологические черты наблюдателя:** состояние неуверенности в себе, конформизм, чувство вины, несостоятельности и ощущение собственного бессилия, пассивная гражданская позиция.

#### **ПОСЛЕДСТВИЯ БУЛЛИНГА:**

Тревожность,  
Депрессия,  
Низкий уровень самоуважения,  
Неудовлетворенность собой и окружением,  
Конфликты,  
Одиночество,  
Девиации (алкоголь, наркомания, игромания, увлечение сектами и т.д.)

Недоверие к людям,  
ПТСР,  
Суицид,  
Месть,  
Терроризм и экстремизм.

#### **Что делать:**

1. Выстраивать работу на совместном планировании предупреждения буллинга и любых форм насилия в УО, тесном взаимодействии психолога, преподавателей, кураторов, администрации.
2. Работа по сбору информации, сопровождению участников образовательного процесса, отслеживанию динамики развития, должна быть систематической.
3. Поведенческой стратегией предотвращения буллинга в образовательном учреждении является привлечение персонала УО, учащихся, родителей к решению этой проблемы, повышение их осведомленности относительно ситуации буллинга в подростковой среде.
4. Педагогам необходимо научиться распознавать проблему, не игнорировать ее заняв более активную позицию при наблюдении буллинга, так как игнорирование проблемы ведет к усилению чувства власти и безнаказанности для обидчиков и потери чувства безопасности у жертв.
5. Кураторам вместе с учащимися необходимо разработать и принять правила против буллинга, проводить регулярные встречи с учащимися с целью обсуждения ситуации буллинга.
6. В индивидуальной работе администрации, кураторов, преподавателей, специалистов СППС необходима организация мероприятий, ориентированных на конкретных учащихся («обидчиков» и «жертв»). При обнаружении проблемы буллинга стоит привлечь родителей «жертв» и «обидчиков». Так как подростки зачастую являются «продолжением» личности родителей.

**Основным результатом профилактической работы по предупреждению буллинга является формирование безопасной среды. В этом смысле особое значение имеют мероприятия, направленные на сплочение коллективов, создание благоприятного психологического климата, а также формирование и развитие конструктивных навыков межличностных отношений, атмосферы делового общения.**

--	--