

Рекомендации преподавателям, кураторам, администрации по предотвращению буллинга

1. Помните, что 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 нанесённого ущерба (материального и/или морального) «слабому».**

2. Будьте наблюдательны! Установите формы буллинга, которые могут иметь место в вашем коллективе (**наблюдение, беседы со студентами и преподавателями**).

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

4. Важными 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, даже если это сложно сделать.

6. Помогите студенту, который стал «жертвой» буллинга, самому решить проблему, конечно **с помощью** других людей (студентов, кураторов, администрации, психолога).

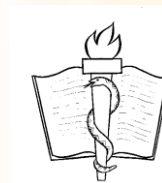
7. Следует быть более внимательными в отношении тех людей, чьё поведение провоцирует насилие. Им нужно помочь преодолеть свои проблемы, например, неуверенность в себе, комплексы и т.д. (беседы, педагогическое сопровождение, консультация психолога и т.д.)

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

- ✓ неадекватная самооценка личности;
- ✓ самоутверждение за счет другого человека (унижение другого, высмеивание, травля, принуждение выполнять свои прихоти, издевательство, дедовщина...);
- ✓ способ снятия психоэмоционального напряжения, выплеск агрессии и раздражения на другого человека, причем более «слабого»;
- ✓ стремление к власти, необходимой для манипулирования другими людьми;
- ✓ способ поддержания своего «авторитета».

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

Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение Московской области
«Московский областной медицинский колледж № 3»



ПАМЯТКА

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



Педагог-психолог Лазарева Н.А.

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 *жесткого отношения*, со стороны одного или группы детей к другому человеку (другим людям) и направлен на то, чтобы вызвать у другого (других) страх, подчинить его (их) 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 воспитательной функции ОУ, усиление общественных пороков (пьянства, наркомании, проституции), индивидуальные свойства личности (акцентуации, психопатии) и др.

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

- Социальная структура буллинга, как правило, включает в себя три элемента: *агрессора («булли»)*, *жертву и наблюдателя*.
- **Психологические черты обидчика («агрессора»):** 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, напряжённость. В межличностных отношениях одиночество, зависимость от мнения других.
- **Психологические черты наблюдателя:** состояние неуверенности в себе, комформизм, чувство вины, несостоятельности и ощущение собственного бессилия, пассивная гражданская позиция.

ПОСЛЕДСТВИЯ БУЛЛИНГА:

- ✓ возникают такие личностные проблемы, как тревожность,
- ✓ депрессия,
- ✓ низкий уровень самоуважения,
- ✓ неудовлетворённость собой и своим социальным окружением,
- ✓ нарастают конфликтные межличностные отношения,
- ✓ одиночество,

- ✓ увеличиваются девиантные формы поведения (алкоголизм, наркомания, игромания, увлечение сектами и т.д.),
- ✓ недоверие к миру и людям,
- ✓ формирование позиции «жертвы»,
- ✓ посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР),
- ✓ суицид,
- ✓ месть,
- ✓ экстремизм и терроризм.

Что делать:

1. Работа должна строиться на совместном планировании предупреждения буллинга и любых форм насилия в ОУ, тесном взаимодействии психолога, кураторов, преподавателей, администрации.

2. Работа по сбору информации, разработке индивидуальных программ сопровождения каждого участника образовательного процесса и отслеживание динамики развития, должна быть систематической.

3. Поведенческой стратегией предотвращения буллинга в образовательном учреждении является привлечение персонала ОУ, студентов и их родителей к решению этой проблемы, повышение их осведомлённости относительно ситуации буллинга в подростковой среде.

4. Педагогам необходимо научиться распознавать проблему, не игнорировать ее, занять более активную позицию при наблюдении буллинга, так как игнорирование проблемы ведёт к усилению чувства власти и безнаказанности для обидчиков и потери чувства безопасности у жертв.

5. Преподавателям совместно со студентами необходимо разработать и принять правила против буллинга, проводить регулярные встречи со студентами группы с целью обсуждения ситуации буллинга.

6. В индивидуальной работе администрации, кураторов и преподавателей необходима организация мероприятий, ориентированных на конкретных студентов («обидчиков» и «жертв»). При обнаружении ситуации буллинга стоит привлечь родителей «жертв» и «обидчиков». Так как подростки зачастую являются «продолжением» личности родителей.

Основным результатом проведения профилактической работы по предупреждению буллинга, жестокого обращения в ОУ является формирование безопасной среды, то есть таких условий, при которых максимально снижено влияние факторов, провоцирующих насилие, и сведена до минимума потребность проявления агрессии любого рода. В этом смысле особое значение имеют мероприятия, направленные на сплочение коллектива образовательного учреждения, создания благоприятного психологического климата в коллективе, в группе, а также формирование и развитие конструктивных навыков межличностных отношений, атмосферы делового сотрудничества.