

РЕКОМЕНДАЦИИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯМ 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. Много можно почерпнуть из ежедневных наблюдений за отношениями студентов (не только на занятиях, но и на переменах), 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).

6. ПОМОГИТЕ СТУДЕНТУ, КОТОРЫЙ СТАЛ «ЖЕРТВОЙ» БУЛЛИНГА, САМОМУ РЕШИТЬ ПРОБЛЕМУ, КОНЕЧНО С ПОМОЩЬЮ ДРУГИХ ЛЮДЕЙ.

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.

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

- неадекватная самооценка личности;
- самоутверждение за счет другого человека;
- 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.

Социальная структура буллинга, как правило, включает в себя три элемента: агрессора («булли»), жертву и наблюдателя.

Психологические черты агрессора:

высокий уровень самоуважения, самомнения, аутосимпатии. В эмоциональной сфере раздражительность, эмоциональная неустойчивость, ярость. В сфере межличностных отношений повышенный уровень враждебности/агрессивности.

Психологические черты жертвы:

низкие показатели самоуважения, аутосимпатии. В эмоциональной сфере выраженные проблемные переживания, повышенный эмоциональный дискомфорт, тревожность, напряжённость. В межличностных отношениях одиночество.

Психологические черты наблюдателя:

состояние неуверенности в себе, конформизм, 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.