



Травля (буллинг, моббинг) – это вид группового эмоционального и/или физического насилия. Подвергая человека травле, над ним смеются, издеваются, его подчеркнуто игнорируют, оскорбляют, унижают, толкают, бьют, удерживают силой, отнимают, прячут и портят его вещи и т. д., причем все это делается систематически, группой или агрессором при поддержке группы.

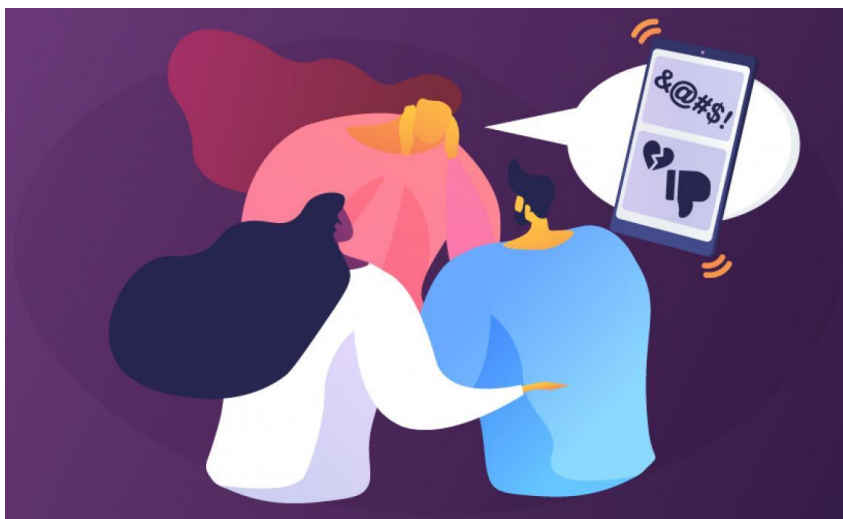
Таким образом, есть три составляющие травли:

- насилие в той или иной форме,
- систематичность, постоянство, направленность на одного и того же человека,
- групповое действие, или действие при поддержке группы.

Кибербуллинг - это травля с использованием цифровых технологий. Кибербуллинг может происходить в социальных сетях, мессенджерах, на игровых платформах и в мобильных телефонах. Это целенаправленная модель поведения, которая ставит своей задачей запугать, разозлить или опозорить того, кто стал объектом травли. Примерами являются:

- распространение ложной информации или размещение ставящих в неловкое положение фотографий кого-либо в социальных сетях
- отправка обидных сообщений или угроз в мессенджерах
- выдача себя за кого-то другого и отправка неприемлемых сообщений другим от его имени.

Травля в личном общении и кибербуллинг часто могут происходить одновременно. Но кибербуллинг оставляет цифровой след - запись, которая может оказаться полезной и может использоваться в качестве доказательства для того, чтобы пресечь злоупотребления.



«Что такое травля и с чем ее путают?»

1. Если кого-то из детей в классе не любят, у него нет друзей, его неохотно принимают в игру, но насилия в его адрес нет, это не травля, а непопулярность. При непопулярности человеку может быть обидно, грустно и одиноко. При травле ему страшно, он чувствует себя не в безопасности. Никто не может обещать каждому ребенку в классе, что он будет всем нравиться. Но безопасность, физическую и психологическую, необходимо обеспечить каждому ученику.

2. Если дети поругались или даже подрались, при этом сегодня этот стукнул того, а завтра наоборот, или только что они дрались, а теперь вместе играют в футбол, если они взаимодействуют на равных, это не травля, это конфликты. Вовсе избежать ссор и даже драк невозможно, и не стоит ставить такую цель, детям нужно научиться управляться со своей агрессией, отстаивать свои права, ссориться и мириться, и конфликты могут быть полезны для развития.

3. Если один ребенок кого-то задирает, обижает, дразнит, а остальные его в этом не поддерживают, осуждают его действия, сочувствуют пострадавшим от нападок, это не травля, это проблема с агрессивным поведением конкретного ребенка. Иногда такая проблема решается быстро, иногда она может быть очень сложной, когда ребенок с нарушениями поведения буквально терроризирует класс. Но если группа спланируется против агрессора, это не ситуация травли, каждый обиженный им чувствует себя членом группы, чувствует ее поддержку и защиту, он не становится отверженным и, хотя может получить синяки, психологически обычно в порядке. При травле, напротив, может не быть прямого физического ущерба, например, в случае игнорирования или издевок, но эмоциональный урон может быть очень тяжелым.

Психологические последствия буллинга / кибербуллинга

Психологические последствия буллинга для жертв могут проявиться спустя годы в форме бессонницы, психических расстройств, склонности к подозрительности, тревожности, депрессивности и суицидальному поведению.

Психологические особенности жертв буллинга: низкая самооценка, тревожность, неуверенность в себе, эмоциональная неустойчивость, неспособность и/или нежелание брать на себя ответственность за принятие решений в проблемных ситуациях, высокий уровень конформизма.

Психологические последствия буллинга для агрессора: став взрослыми, они имеют очень большие шансы остаться одинокими, т. к. буллинг развивает у них склонность к нарциссизму, догматизм, авторитарность, комплекс превосходства над остальными. Агрессивное поведение в подростковом возрасте нередко приводит к проблемам с социальной адаптацией.

Все это связано с причинами буллинга: стремление к превосходству, зависть, месть, низкая самооценка, комплекс неполноценности, который заставляет активизировать деятельность подростка для компенсации имеющихся у него недостатков и дефектов.

Психологические последствия для свидетелей буллинга: они испытывают мучительный внутренний конфликт, поскольку уже чувствуют, что происходящее – аморально, но еще не имеют сил осознать, что именно не так, и найти выход их ситуации. Кроме того, они боятся, что, заступившись за жертву, сами станут жертвой, поэтому подыгрывают агрессору, стараясь не чувствовать стыд и унижение. Их представление о себе как «хороших людей» сильно страдает.

«Что нужно делать родителям?»

Задача родителей – не просто защитить и поддержать ребёнка, столкнувшегося с ситуацией травли, но и научить его правильному, здоровому общению с окружающими людьми. В повседневной жизни очень трудно избежать столкновения со злом, жестокостью и агрессией. Ребёнок должен научиться говорить «нет», не поддаваться на провокации и манипуляции товарищей, знать, что в свои проблемы иногда правильнее посвятить взрослых, чем разбираться самостоятельно, и быть уверенным, что родные не отмахнутся от него, а помогут и поддержат в трудную минуту.



Памятка для родителей
«Если Вы узнали о том, что ваш ребенок является агрессором в буллинге»

- Агрессор не является плохим ребенком, а вы не являетесь плохим родителем. Подростку-агрессору нужно помочь и разъяснить, какой вред он причиняет своим поведением другим детям.

- Агрессором часто руководит страх, что его статус в классе или группе является неустойчивым. Своим поведением он может пытаться отвлечь внимание от собственных возможных «недостатков», таких как неуверенность, страх, чувство никчемности или неумение справляться со сложными ситуациями.

- Для изменения поведения преследователя ему нужно четко объяснить недопустимость травли. Поведение, целью которого является травля, «поддерживается» зрителями. Оно недопустимо и должно прекратиться. Для этого необходимо обратиться к классному руководителю, чтобы совместно найти решение.

Если вы заметили в поведении вашего ребенка признаки, указывающие на травлю (передача унижающих сообщений, частое выражение пренебрежения к однокласснику, злобные шутки по адресу какого-то конкретного ребенка), то:

- не теряйте спокойствия и продумайте, как провести с ребенком беседу на эту тему;

- выслушайте ребенка, будьте для него партнером и совместно обсудите ситуацию: пусть ребенок подробно расскажет Вам о происшедшем. Дайте ему возможность разъяснить причины своего поведения, но не забывайте, что он может быть в замешательстве и не обязательно сможет объяснить свое поведение;

- продумайте, достаточно ли у вашего ребенка возможностей для удовлетворения потребности в достижениях и получении признания (хобби, занятия спортом и т.п.). Хвалите ребенка в ситуациях, когда он ведет себя хорошо – если давать ребенку только негативную обратную связь, то он не учится позитивному поведению. Кроме того, ясно сообщайте ребенку, когда его поведение недопустимо, включая травлю кого-либо;

- при первой возможности обратитесь к учителю (психологу) и/или представителю школы. Расскажите о своих наблюдениях и попросите порекомендовать действия в такой ситуации.

«Если Вы узнали о том, что ваш ребенок стал жертвой травли»

1. Помните, что травлю ничто не оправдывает! Никакое поведение, характер, национальность, строение тела, цвет волос, имущественное положение, навыки и знания или их отсутствие, одежда или привычки не оправдывают травлю.

2. Ребенок, который стал жертвой травли, не обязательно готов об этом говорить. Такая беседа заставляет ребенка вновь пережить неприятный опыт, поэтому при разговоре с ним нужно проявить максимальную деликатность.

3. Не принижайте значение происшедшего и воздерживайтесь от иронии, не предлагайте наобум решений и не обвиняйте. Избегайте таких фраз, как «Ничего

страшного, справишься, пустяки!», «Ты уже не такой маленький, чтобы самому с этим не справиться!», «Ну и не общайся с ними!», «Не будь маменькиным сынком!» и т.п. Для ребенка очень важны его сверстники, и ему важно чувствовать их одобрение.

4. Только сам ребенок может оценить, чувствует ли он себя хорошо и в безопасности или что чье-то поведение несет для него угрозу. Событие, маловажное с точки зрения родителя, может казаться ребенку непреодолимо тяжелым переживанием.

5. Занимаясь проблемой травли, осознавайте страх ребенка. Ребенок может обоснованно чувствовать неспособность родителей и учителей окончательно и сразу решить проблему, потому что ребенок не всегда находится в их обществе.

6. Учитывайте возможность того, что ребенок не рассказал о травле учителю, что он не рассказывает Вам все или искажает детали. Ребенку может казаться, что в определенной ситуации он сам дал повод для травли, или проявил недопустимую беспомощность, или что сокрытие правды позволит ему избежать осуждения сверстников и родителей.

7. В качестве родителя Вы не можете требовать от ребенка, чтобы он пользовался популярностью в классе, но у вас есть основания предполагать, что если ребенок относится с уважением к другим людям, то и к нему относятся уважением.

Если вы заметили в поведении своего ребенка признаки того, что он стал жертвой травли (замкнутость, страх перед школой, отсутствие друзей, злость на все и всех, следы физического насилия и т.д.), то:

-не теряйте спокойствия и продумайте, как провести с ребенком беседу на эту тему;

- расскажите ребенку, что Вы заметили. Скажите, что вы беспокоитесь о нем и хотите помочь. Поддержите ребенка и будьте для него человеком, которому он может полностью довериться;

-пообещайте ребенку, что не станете его ругать, если он вам все расскажет. Для рассказа о трудных вещах ребенку нужна уверенность в том, что родитель его в любом случае поддержит и не станет осуждать;

-обсудите с ребенком шаги для прекращения травли. Ребенок должен быть уверен, что Вы не станете предпринимать никаких шагов для прекращения травли за его спиной.

-обратитесь в школу и выясните, что Вы могли бы совместно предпринять для прекращения травли. Прекращение травли предполагает сотрудничество всех взрослых и вклад со стороны всех участников.



МОЕГО РЕБЁНКА ТРАВЯТ В ШКОЛЕ. ЧТО ДЕЛАТЬ?



ПОГОВОРИТЕ С ПЕДАГОГАМИ И ПСИХОЛОГАМИ



Школьный психолог, социальный педагог, администрация школы

Разговаривайте в русле «есть сложная ситуация, давайте вместе что-то сделаем» (вместо «все плохие, мы хорошие») — так эффективнее. Фиксируйте результаты обсуждения, лучше письменно: конкретные шаги, конкретные сроки.

Согласительная комиссия в школе

Создание таких комиссий предусмотрено законодательством. Входить в нее могут представители родителей, учеников (старшей, средней и начальной школы), администрации школы, а также приглашенные со стороны участники — медиаторы, психологи. Работу такой комиссии можно описать в положении, которое принимает школа. Решения комиссии можно сделать обязательными для исполнения на территории школы. Комиссия может пригласить на свое заседание участников конфликта с целью его урегулировать. Это не карательный орган, а орган, который может разобраться в ситуации и помочь детям с ней справиться. Если такой комиссии в школе нет, то можно предложить ее создать — написать администрации свое предложение в письменном виде.

Медиаторы и представители НКО

Это люди, которые профессионально занимаются разрешением конфликтов. АНО БО «Журавлик» может порекомендовать, к кому обратиться.

ГЛАВНОЕ:

НЕ ДОПУСТИТЬ, ЧТОБЫ ВСЁ СТАЛО ХУЖЕ. КАЖДЫЙ УЧАСТНИК ДОЛЖЕН ОСОЗНАТЬ, НАСКОЛЬКО ТРАВМАТИЧНА СИТУАЦИЯ, КАКУЮ РОЛЬ ОН В НЕЙ ИГРАЕТ, ЧТО МОЖНО БЫЛО СДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ДО ТРАВЛИ НЕ ДОШЛО.



ТРАВЛИ
NET

ЕСЛИ РАЗГОВОРЫ НЕ РАБОТАЮТ

ЕСЛИ ТРАВЛЯ — ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ИЛИ ФИЗИЧЕСКАЯ — ПРОДОЛЖАЕТСЯ, ПОРА ПЕРЕХОДИТЬ К ЮРИДИЧЕСКИМ МЕТОДАМ.

Имейте в виду: Если школа не защищает ребёнка, на учителей или администрацию по решению суда могут наложить денежный штраф. Обратиться в суд с административным иском могут сами родители или прокурор (от их имени).

Цитата из Кодекса об административных правонарушениях (ч. 2 ст. 5.57)

ИСПОЛЬЗУЙТЕ ПРИ ОБРАЩЕНИИ В ОРГАНЫ ОБРАЗОВАНИЯ ИЛИ ПРОКУРАТУРУ:

«НАРУШЕНИЕ ИЛИ НЕЗАКОННОЕ ОГРАНИЧЕНИЕ ПРЕДУСМОТРЕННЫХ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ ОБ ОБРАЗОВАНИИ ПРАВ И СВОБОД ДЕТЕЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ (В ТОМ ЧИСЛЕ ПРАВА НА УВАЖЕНИЕ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ДОСТОИНСТВА, ЗАЩИТУ ОТ ВСЕХ ФОРМ ФИЗИЧЕСКОГО И ПСИХИЧЕСКОГО НАСИЛИЯ, ОСКОРБЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ, ОХРАНУ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ) ЛИБО НАРУШЕНИЕ УСТАНОВЛЕННОГО ПОРЯДКА РЕАЛИЗАЦИИ УКАЗАННЫХ ПРАВ И СВОБОД ВЛЕЧЕТ НАЛОЖЕНИЕ АДМИНИСТРАТИВНОГО ШТРАФА НА СООТВЕТСТВУЮЩИХ ДОЛЖНОСТНЫХ ЛИЦ И НА САМО УЧРЕЖДЕНИЕ»



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ:

ТРАВЛЯ НЕ СВЯЗАНА С ФИЗИЧЕСКИМ НАСИЛИЕМ РЕБЁНКА ПОСТОЯННО ОБИЖАЮТ И ОСКОРБЛЯЮТ, ЕМУ ОБЪЯВЛЯЮТ БОЙКОТ, ВЫСМЕИВАЮТ НА УРОКАХ, ПОДКИДЫВАЮТ ОСКОРБИТЕЛЬНЫЕ ЗАПИСКИ, ПОРТЯТ ИЛИ ПРЯЧУТ ВЕЩИ

1 ОБРАТИТЕСЬ К АДМИНИСТРАЦИИ ШКОЛЫ

К классному руководителю, школьному психологу, директору.

Напишите заявление: стоит указать все факты, которые свидетельствуют о травле, описать, к чему это всё привело. **Письменное обращение — свидетельство того, что проблема есть и вы о ней говорили.**

По закону администрация обязана отреагировать на обращение в течение 30 дней.

Почитайте, что написано про такие ситуации в Уставе школы.

2 ПРЕДЛОЖИТЕ, КАК ОСТАНОВИТЬ ТРАВЛЮ

Если вы хотите остаться в этой школе, предложите создать согласительную комиссию.

При этом важно, чтобы вы сами были готовы активно участвовать в её работе. В комиссию могут войти представители школы, родители, сами ученики: они принимают решения и резолюции, которые становятся обязательными.

Обратиться в объединение учащихся (если оно есть в школе) или предложить его создать.

Предложить привлечь к урегулированию конфликта старших школьников.

Привлечь медиатора, хорошо бы сразу с конкретной кандидатурой (можно указывать сразу в первом заявлении в школу).

3 ЕСЛИ ШКОЛА НЕ РЕАГИРУЕТ, ОБРАТИТЕСЬ К ЧИНОВНИКАМ

Куда можно написать заявление:

— в **Управление образования** вашего города или области: потребовать проверить действия школьной администрации и учителей.

— в **Рособрнадзор и территориальное управление Роспотребнадзора**: у них есть право контроля за соблюдением прав учащихся, они обязаны реагировать на обращения по вопросам образования.

— **Уполномоченному по правам ребенка** в вашем регионе. В их компетенцию входят вопросы соблюдения прав ребенка.

Чинovníки обязаны реагировать на обращения граждан и отвечать на такие обращения в течение 30 дней (с момента получения). По результатам обращения могут быть проведены проверки. Иногда после проверки возбуждаются дела о применении мер административной ответственности, если в ходе проверки выясняется, что учителя и администрация школы не соблюдали требования Закона об образовании, не способствовали урегулированию конфликта, сами принимали в нем участие.

4 ПРИВЛЕКИТЕ ВНИМАНИЕ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Напишите посты в соцсетях, попросите раскрыть информацию всех, кто вас читает.

Попробуйте привлечь журналистов: позвонить в редакцию газеты или на телеканал.

Кроме того, можно обратиться в некоммерческие организации: во многих регионах РФ уже есть НКО, которые занимаются вопросами травли.



ЧТО ДАЛЬШЕ

ЕСЛИ СИТУАЦИЯ НЕ РЕШАЕТСЯ, СТОИТ ПОДУМАТЬ О СМЕНЕ ШКОЛЫ.

Можно обратиться к адвокату и подать иск в суд с требованием о возмещении вреда здоровью и компенсации морального вреда. Ответчиком по иску будут родители тех, кто начал (и продолжил) травлю.

Сходите с ребёнком к психологу: нужно зафиксировать его состояние (подавленность, депрессия), это поможет при определении размера компенсации за причинение морального вреда.



! ФИЗИЧЕСКИЙ ВРЕД КАК ТОЛЬКО СЛУЧИЛОСЬ ЧТО-ТО СЕРЬЁЗНЕЕ НЕБОЛЬШОГО СИНЯКА

ЕСЛИ РЕБЁНОК ПРИХОДИТ ДОМОЙ С ПОРЕЗАМИ ИЛИ ОЖОГАМИ, ЕСЛИ СИНЯКИ И ССАДИНЫ ПОЯВЛЯЮТСЯ ПОСТОЯННО, ЕСЛИ ЕМУ ЧТО-ТО СЛОМАЛИ — ВСЕ НЕЮРИДИЧЕСКИЕ СПОСОБЫ РАЗРЕШЕНИЯ СИТУАЦИИ ПРЕКРАЩАЮТСЯ. ПОРА ПРИСТУПИТЬ К ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЕ РЕБЕНКА.



1

ПЕРЕСТАНЬТЕ ВОДИТЬ РЕБЁНКА В ШКОЛУ

Как минимум — на время, пока ситуация не решится. Как максимум — подумайте о переходе в другую школу.

2

СОБЕРИТЕ ДОКАЗАТЕЛЬСТВА

- Сделайте медицинское освидетельствование ребенка: снимите побои максимально подробно, возьмите справку у врача, сами сделайте фото и видео.
- Запишите на диктофон или на видео разговоры (звонки, переговоры) участников травли.
- Сохраните испорченные вещи, зафиксируйте дату и подробности того, как их испортили.
- Сделайте скриншоты переписки в чате, сохраните электронные письма.
- Запишите имена свидетелей физического насилия или порчи вещей.

3

НАПИШИТЕ ЗАЯВЛЕНИЕ В ПРОКУРАТУРУ И ПОЛИЦИЮ

Будет здорово, если для начала вы проконсультируетесь у адвоката или у специалистов НКО: они подскажут, на какие нормативные акты ссылаться в заявлении.

Прокуратура следит за соблюдением закона, а закон гарантирует ребёнку право на безопасную среду во время обучения. Поэтому прокуратура обязана расследовать, как школьная администрация соблюдает эти требования.

В полицию идти обязательно, если причинён вред здоровью средней тяжести и выше. Полиция обязана провести расследование и решить вопрос о возбуждении уголовного дела.

Оба заявления можно написать в свободной форме: просто опишите, что именно случилось. Главное, чтобы вы указали факты и приложили все доказательства, которые удалось собрать.

4

ОБРАТИТЕСЬ К ЧИНОВНИКАМ

Куда можно написать заявление:

- в **Управление образования вашего города или области**: потребуйте проверить действия школьной администрации и учителей.
- в **Рособрнадзор и территориальное управление Роспотребнадзора**: они обязаны реагировать на любые обращения по вопросам образования.
- **Уполномоченному по правам ребенка** в вашем регионе.

5

ПРИВЛЕКИТЕ ВНИМАНИЕ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Напишите посты в соцсетях, попросите расшарить информацию всех, кто вас читает.

Попробуйте привлечь журналистов: позвонить в редакцию газеты или на телеканал.

Ещё можно обратиться к муниципальным депутатам и в некоммерческие организации: во многих регионах есть НКО, которые занимаются вопросами травли.

ЧТО ДАЛЬШЕ



ЕСЛИ ВОЗБУЖДЕНО УГОЛОВНОЕ ДЕЛО,

поддерживайте контакт со следователем и помогайте в расследовании, насколько это возможно.

ЕСЛИ ПРОКУРАТУРА И ПОЛИЦИЯ НЕ РЕАГИРУЮТ

в течение 30 дней с момента вашего заявления, напишите в областную прокуратуру вместо районной, в главное управление МВД, Министерство образования, Рособрнадзор и Роспотребнадзор.

ЕСЛИ У ВАС ЕСТЬ МЕДИЦИНСКОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

о состоянии ребёнка (и тем более, если он проходил лечение), предъявите школе иск о возмещении вреда здоровью. Сохраняйте все чеки за купленные лекарства, справки и заключения от врачей.

ТРАВЛИ.НЕТ.РФ



Дополнительная литература для родителей:

