

**Уважаемые родители, к сожалению, сегодня слова «моббинг» и «буллинг» употребляются все чаще, а дети становятся участниками или свидетелями этих явлений.**

Многие стыдятся того, что их притесняют, считая, что они сами в этом виноваты. Этим явлениям нет никаких оправданий, они требуют компетентного и ответственного вмешательства.

Психологический террор проявляется как со стороны группы (моббинг), так и со стороны одного человека (буллинг).

Слово «моббинг» происходит от английского слова «mob» – «сборище, толпа, шайка». Моббинг – это групповой феномен, однако часто он начинается с конфликта между двумя подростками. Затем в поддержку одного из них формируется коалиция, а другой участник конфликта оказывается в изоляции. Поэтому в большинстве случаев объектом моббинга становится один человек.

Буллинг (от глагола bully - запугивание) - это регулярный (физический и / или психологический террор в отношении человека. Буллинг- это запугивание, унижение, травля, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе.

Моббинг и буллинг определяется как изводящие действия, которые постоянно повторяются.

**Мы можем говорить о моббинге (буллинге) при наличии следующих признаков:**

1. Конфликт принял стабильную форму (упрочился).
2. Одна из двух конфликтующих сторон (чаще всего это один человек) является более слабой. **Моббинг (буллинг) асимметричен.** Его отличительными признаками являются власть и беспомощность, а также произвол того, кто обладает властью.
3. В отношении этой стороны осуществляются *частые и длящиеся долгое время* нападки. *Нужна длительность и систематичность.* Единичное негативное действие ещё не является моббингом (буллингом). «Наглое замечание, сделанное однажды, есть и остаётся наглым замечанием. Но если его повторяют каждый день несколько раз подряд, то речь идёт о моббинге (буллинге)», – отмечал Х. Лейнманн. О моббинге (буллинге) можно говорить в том случае, если хотя бы одно из изводящих «жертву» действий

происходит, по меньшей мере, раз в неделю на протяжении шести месяцев или дольше.

4. Подвергающийся таким нападкам человек чаще всего не может самостоятельно выйти из этого положения.

5. это преднамеренное и коварное (исполненное скрытой злобы) нападение на социальный статус и душевное здоровье человека, который выбран целью.

6. Впечатлительность жертвы (острая эмоциональная реакция)

Фрагмент из книги Д.Олвеуса «Буллинг в школе» *Dan Olweus: Gewalt in der Schule, Bern (u.a.) 1996, S. 60 f.*: Моббинг (буллинг) является разновидностью насилия и, в свою очередь, также может выражаться по-разному, т.е. имеет свои виды.

### **Две основные формы моббинга (буллинга):**

**1. Физический моббинг (буллинг)** – умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных повреждений и др.; сексуальный буллинг является подвидом физического (действия сексуального характера).

**2. Психологический моббинг (буллинг)** – насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональная неуверенность. К этой форме можно отнести:

- вербальный - где орудием служит голос (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, дразнение, распространение обидных слухов и т.д.);

- обидные жесты или действия (например, плевок в жертву либо в её направлении);

- запугивание (использование агрессивного языка тела и интонаций голоса для того, чтобы заставить жертву совершать или не совершать что-либо);

- изоляция (жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью студентов или всей группой);

- вымогательство (денег, еды, иных вещей, принуждение что-либо украсть);

- повреждение и иные действия с имуществом (воровство, грабёж, прятанье личных вещей жертвы);

· кибербуллинг – унижение с помощью мобильных телефонов, Интернета, иных электронных устройств (пересылка неоднозначных изображений и фотографий, обзывание, распространение слухов и др.).

**Моббинг (буллинг)** - в основном латентный для окружающих процесс, но подростки, которые подверглись травле, получают психологическую травму различной степени тяжести, что приводит к самым разным последствиям от подрыва у человека здорового доверия к себе до самоубийства. У многих подростков снижается учебная успеваемость. Некоторые теряют друзей.

И не имеет значения, имел место физический моббинг (буллинг) или психологический.

Подростки утверждают, что более всего при обсуждении подобных ситуаций они доверяют своим родителям. Это возлагает на вас особую ответственность.

**Как догадаться, что ваш ребенок – аутсайдер (жертва моббинга (буллинга))?:**

- ✓ не приводит домой кого-либо из одноклассников или сверстников и постоянно проводит свободное время дома в полном одиночестве;
- ✓ не имеет близких приятелей, с которыми проводит досуг (спорт, компьютерные игры, музыка, долгие беседы по телефону);
- ✓ его редко приглашают на дни рождения, праздники или, он сам не никого не приглашает к себе.
- ✓ у него наблюдается пессимистичное настроение.
- ✓ выглядит неудачником, в его поведении просматриваются резкие перемены в настроении. Злость, обиду, раздражение, вымещает на родителях, родственниках, более слабых объектах (младшие братья и сестры, домашние животные);
- ✓ выпрашивает или тайно крадет деньги, внятно не объясняя причину своего проступка. Особую тревогу стоит проявлять в том случае, если исчезают крупные суммы денег, дорогие вещи, украшения. Деньги могут быть использованы на откуп от вымогателей, покупку алкоголя, наркотиков;
- ✓ приходит домой с мелкими ссадинами, ушибами, его вещи выглядят так, словно кто-то ими вытирал пол. Книжки, школьная сумка находятся в аварийном состоянии;
- ✓ выбирает нестандартную дорогу в колледж.

## Как догадаться, что ваш ребенок - буллер (преследователь)?

- Ø вспыльчив, неуравновешен;
- Ø типичным агрессором, как правило, является подросток, более физически развитый, чем его сверстники, имеющий проблемы с успеваемостью, воспитывающийся в неблагополучной семье;
- Ø подросток с завышенной самооценкой, постоянно вступает в споры, конфликты со сверстниками и взрослыми;
- Ø приносит домой дорогие безделушки, имеет собственные деньги, не объясняя причину их появления;
- Ø группируется со старшими подростками;
- Ø в мгновение ока переходит от довольства к злобе;
- Ø навязывает свои правила в общении и поведении;
- Ø злопамятен на мелкие обиды, вместо того, чтобы забывать их;
- Ø игнорирует указания и легко раздражается.