**БУЛЛИНГ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ**

Что такое буллинг в школе?
**Буллинг** (от английского bullying — «запугивание», «издевательство», «травля») — это агрессия одних детей против других, когда имеют место неравенство сил и жертва показывает, как сильно её это задевает.
Буллинг не всегда выражается в физическом нападении. Чаще происходит психологическое насилие **в форме:**словесной травли (оскорбления, злые и непристойные шутки, насмешки и прочее);
распространения слухов и сплетен;
бойкота (одна из самых опасных форм буллинга, так как чаще остальных приводит к суициду).
‍Кто такой буллер?
Буллеры — это дети, которые выступают агрессорами. Хотя в процессе буллинга они находятся в позиции силы, на деле буллерам тоже приходится несладко. Причиной такого поведения чаще всего являются проблемы в семье.
Кто участвует в школьном буллинге?
Буллинг наиболее распространён в начальной и средней школе. К 10–11 классам на фоне процессов созревания мозговых структур и способности у подростков к саморегуляции он постепенно сходит на нет.
Исследование о частоте проявлений буллинга в зависимости от класса, проведённое Даном Ольвеусом.
Частота проявления буллинга в школе в зависимости от пола и возраста детей
‍Если в коллективе началась травля, сложно не включиться. В буллинге много ролей. Три основные: булли (придумывают и возглавляют издевательства), наблюдатели (вроде в стороне от конфликта, но всё равно одобряют либо осуждают агрессоров) и жертва.
Распределение ролей участников и наблюдателей конфликта
‍К сожалению, в ситуации буллинга бесполезно занимать отстранённую позицию. Даже если нападкам подвергается только один одноклассник и вашего ребёнка «это не касается», наблюдатели получают не меньшую, а порой и большую травматизацию.
В психологии даже есть термин «травма наблюдателя». Часто ребёнок не может самостоятельно справиться с опытом наблюдения за продолжающимся насилием. Буллинг причиняет ущерб психическому здоровью не только жертвы, но и детей, которые находятся в позиции безмолвных свидетелей.
Что делать, если ребёнок стал жертвой буллинга?
Жертвой буллинга может стать абсолютно любой ребёнок, вне зависимости от благополучности семьи, заботы родителей и уровня развития. Важно, чтобы взрослые не оставляли без внимания случаи травли, даже если агрессия (пока) не направлена на их детей.
Как распознать буллинг и чем он опасен?
Если ребёнок стал жертвой, но не рассказывает об этом напрямую, о травле можно догадаться по другим физическим и психологическим **признакам**:
беспричинные боли в животе и груди;
нежелание идти в школу и плохая успеваемость;
нервный тик, энурез;
печальный вид, беспокойство, тревожность;
нарушенный сон, кошмары;
длительное подавленное состояние;
участившиеся простуды и другие заболевания;
склонность к уединению, нежелание общаться;
проблемы с аппетитом;
излишняя уступчивость и осторожность.
‍Школьная травля имеет самые неприятные последствия для всех участников. Ученики, подвергающиеся буллингу, пребывают в депрессии, склонны к развитию психических расстройств и нередко предпринимают попытки самоубийства.
Дети-агрессоры испытывают проблемы со школьной успеваемостью, приобретают криминальные наклонности и вынуждают педагогический коллектив заниматься поддержанием дисциплины вместо ведения уроков.
Очевидцы травли зачастую испытывают страх оказаться на месте жертвы и могут присоединиться к буллерам. Либо испытывают чувство вины за своё невмешательство и получают травму наблюдателя. Таким образом, школьные издевательства подрывают всю систему образования, провоцируя общее напряжение, отчуждение и жестокости.