

Психологический дискомфорт в образовательной среде: причины, проявления, последствия и профилактика.

Бытует мнение, что жертва школьной травли – это ребенок с особенностями или дефектами внешности, из семьи с низким достатком. Действительно, эти факторы увеличивают риск травли, но на деле все гораздо тоньше – при поиске потенциальной жертвы агрессор обычно неосознанно обращает внимание на его психологические особенности. Жертвами травли чаще становятся дети с низкой самооценкой, излишне чувствительные и эмоциональные, или замкнутые и застенчивые, с неразвитыми коммуникативными навыками, социальными страхами и комплексами.

Вы должны насторожиться, если ребенок:

- часто получает в свой адрес оскорбительные замечания, его неоднократно обижали и высмеивали;
- склонен подчиняться другим детям;
- не может защитить себя от физического насилия;
- приходит домой с синяками, ссадинами, в порванной одежде и не может дать этому внятного объяснения;
- никогда не принимает участия в групповых играх;
- слишком часто оказывается последним, кого пригласили в игру или в команду;
- не имеет постоянных друзей, регулярно впадает в «немилость» у одноклассников;
- старается держаться поближе к взрослым на переменах вместо того, чтобы играть с другими детьми;
- испытывает трудности, отвечая у доски перед классом;
- выказывает признаки страха или сильного нежелания ходить в школу и на внеклассные занятия;
- потерял интерес к занятиям;
- никогда не получает приглашений в гости и сам никого не приглашает.

Кроме того, у детей, подвергающихся буллингу, стресс часто проявляется физиологически: они теряют аппетит, страдают ночными кошмарами, плачут во сне, их мучают головные боли. Иногда они могут физически вредить себе, употреблять алкоголь или наркотики. Эти признаки не обязательно означают, что ребенок подвергается травле, но надо принимать их во внимание. Если группа погрязла в удовольствии от насилия, можно перечитать с детьми сказку “Гадкий утенок”, тот отрывок в котором описана травля утенка другими птицами, и сказать примерно следующее: “Обычно, читая эту сказку, мы думаем о главном герое, об утенке. Нам его жаль, мы за него переживаем. Но сейчас я хочу, чтоб мы подумали об этих вот курах и утках. С утенком-то все потом будет хорошо, он улетит с лебедями. А куры и утки? Они так и останутся тупыми и злыми, не

способными ни сочувствовать, ни летать. Когда в классе возникает похожая ситуация, каждому приходится определиться: кто он в этой истории. Неужели среди вас есть желающие играть роль тупых, злобных кур? Каков ваш выбор?”