

Буллинг представляет собой травлю в отношении кого-то из детей со стороны сверстников. Может проявляться в форме запугивания, оскорблений, злых или непристойных шуток в адрес ребенка, а также многочисленных форм насмешек и т.п.. Реже встречается распространение слухов и сплетен, причем как в школьной среде, так и с помощью интернета. Может использоваться и физическое воздействие. Одна из наиболее опасных форм буллинга, – это бойкот, когда ребенка намеренно игнорирует его социальная группа. Чаще всего проявляется, когда присутствует какое-либо неравенство, т.е. тот, кого травят, отличается от других детей или же когда силы неравны и жертва демонстрирует, насколько сильно задевают нападки окружающих.

Как распознать буллинг

Если ребенок стал жертвой буллинга, то догадаться об этом можно по следующим признакам:

- Появление беспричинных болей в области груди и живота;
- Энурез;
- Нервные тики;
- Нарушение сна, кошмары, бессонница;
- Участвовавшие респираторные заболевания и другие проблемы со здоровьем;
- Нарушения аппетита (отсутствие или наоборот чрезмерное поглощение пищи);
- Повышенная тревожность, беспокойство;
- Печальный вид и длительное подавленное состояние;
- В поведении появляется излишняя осторожность и уступчивость;
- Отсутствует желание общаться, стремление все время проводить в уединении, а также отказ от посещения школы.

Один из признаков не может свидетельствовать о **буллинге**, но если присутствует несколько симптомов из списка в течение длительного времени, то необходимо поговорить с ребенком. Чем дольше жертва находится в ситуации буллинга, тем больше развивается склонность к развитию психических расстройств, тяжелых форм депрессии, а также повышается вероятность суицида.

Жертва школьного буллинга не может самостоятельно выйти из сложившейся ситуации и часто даже не может обратиться за помощью, потому очень важно чутко следить за любыми изменениями в поведении ребенка, особенно если до этого были случаи травли в этом классе или школе. Если на данный момент родители знают о травле чужого ребенка, то это не значит, что скоро жертвами не станут их дети, поэтому вмешиваться в развитие агрессивной ситуации необходимо, даже если она пока не имеет прямого отношения к вам.