

ЧТО ТАКОЕ ТРАВЛЯ В КОЛЛЕДЖЕ?



Травля, дедовщина, моббинг - все это названия одного понятия - буллинг. Буллинг в колледже - это агрессивное поведение одного студента или группы учащихся против определенного человека.

Буллингу могут подвергнуться те студенты, которые выделяются на фоне других учащихся. Это могут быть новички, часто пропускающие занятия студенты, учащиеся другой национальности. Но это не всегда так - травле может подвергнуться любой студент, вне зависимости от его статуса, внешности и других факторов.

Важно помнить, что жертва буллинга в студенческой среде не виновата в том, что ее обижают.

Это проблема агрессора, а не жертвы.

Агрессоры часто называют свои действия игрой, однако, есть ряд признаков, которые отличают травлю от игры:

- буллинг среди студентов - это не единоразовое действие, а систематическое;
- травля - это агрессия на определенного человека;
- буллинг отличается целенаправленностью, т.е. осознанным намерением принести человеку вред, как физический, так и психологический.

У буллинга в колледже есть два варианта развития:

- один студент травит другого, а остальные являются зрителями и молчаливо на это смотрят;
- студент или группа учащихся начинают травить другого студента, и к ним присоединяется большинство учащихся.

Многие думают, что жертвами травли становятся неуверенные и робкие люди. Но психологи утверждают, что эти качества не определяют жертву буллинга. Такие качества могут появиться в следствии травли, а не до нее.

Буллинг может начаться еще в детском саду, когда воспитатель говорит: «Посмотрите на Катю, она не ест кашу. Не дружите с ней!»

ПОЧЕМУ ЛЮДИ НАЧИНАЮТ ТРАВИТЬ ДРУГИХ?

Каждое действие любого человека имеет свои причины.

У буллинга они тоже есть:

1. Агрессором часто становится неуверенный в себе человек, который пытается самоутвердиться за счет унижения другого. Он не ненавидит жертву, ему важен сам процесс прессинга.
2. Инициатор буллинга часто сам подвергался травле, но в другом коллективе, например, в школе, детском саду.
3. Буллинг часто идет из семьи, если родители или братья и сестры сильно давили на ребенка в детстве.

Что касается студенческого коллектива в целом, то тут тоже есть свои причины буллинга:

1. Если другие студенты не присоединяются к травле, но и не защищают жертву, тут срабатывает принцип «моя хата с краю» - коллективу все равно, что происходит в группе, главное, чтобы это не касалось лично их.
2. Если коллектив присоединяется к агрессору и начинает поддерживать травлю, то это говорит о том, что группу не объединяют учеба, дружба или общие интересы. Чтобы быть на одной волне, им надо обижать и издеваться над кем-то, и это их объединяет.



БУЛЛИНГ В КОЛЛЕДЖЕ: КАК СПРАВИТЬСЯ

Многие студенты, которые столкнулись с травлей в колледже не знают, что делать и как с этим бороться. На самом деле, искоренить буллинг непросто. Одно дело, если речь идет о физическом насилии или причинении материального урона, и совсем другое, если буллинг выражается в насмешках, едких комментариях, бойкоте общаться. Но травлю в колледже остановить можно, и для этого есть свои способы:

1. Не надо пытаться решить вопрос насильем. Такой способ решения конфликта может привести к противоположному эффекту - виноватым станет обижаемый, а не агрессор.
2. Надо постараться реагировать спокойно на колкие замечания агрессора. Бурная реакция - это то, на что рассчитывает агрессор.
3. Если вас обижают, или вы узнали о буллинге, не молчите. Травля - это противоправные действия, за которые можно понести ответственность. Помните, сегодня вы можете быть свидетелем травли, а завтра уже обижаемым.
4. Надо постараться собрать доказательства травли, а не быть голословным. Запись на телефон, другой учащийся, который видел травлю, испорченная обидчиком вещь - все это поможет доказать буллинг.

ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА В КОЛЛЕДЖЕ

Говорят, беду проще предотвратить, чем потом от нее избавляться. Профилактика буллинга в колледже - это самый эффективный способ против травли. Чтобы не допустить травли в учебном заведении, воспользуйтесь нашими советами:

1. Никогда не поддерживайте насмешки над другими людьми. Если не будет зрителей, то агрессор вскоре потеряет интерес к своей жертве.
2. Всегда ставьте себя на место жертвы буллинга. Никто не хочет, чтобы над ним смеялись и издевались.
3. Будьте терпимее к другим людям, у каждого есть свои недостатки.
4. Помните, что все учащиеся равны, вне зависимости от их успеваемости, национальности, социального статуса, внешнего вида.

КАК ПЕРЕСТАТЬ БЫТЬ ЖЕРТВОЙ В ДРУГОМ КОЛЛЕКТИВЕ

Очень часто бывает, что человек, переживший травлю, переносит этот отпечаток и в другой коллектив. Такие люди бывают угрюмы, застенчивы, озлоблены. В итоге, к ним начинают настороженно относиться в новом коллективе, их сторонятся и недолюбливают.

Чтобы справиться с последствиями травли, нужна работа над собой. Важно побороть неуверенность в себе, постараться забыть негативные моменты и оставить их в прошлом. Со временем плохие моменты забудутся, и жертва буллинга утвердится в своей ценности.

В некоторых случаях может потребоваться работа с психологом. Это очень эффективный метод для тех, кто столкнулся с буллингом в колледже.

Подготовила: педагог-психолог Имаева Гульнара Дагировна, тел. 8 905 000 8449