

Что же такое буллинг?

Слово произошло от английского слова *bully*, что означает травля, задиранье, дедовщина, одним словом. Почему именно это слово? Слово «*bull*» на английском означает «бык», то есть слово «*bullying*» характеризует человека, который ведет себя заносчиво, задирает слабых и нападает, неожиданно или по предупреждению. Это не суть важно. Буллинг может проявляться по-разному, и для этого нет необходимости заниматься рукоприкладством. Буллинг может проявляться индивидуально или в группе. Буллинг – это когда вам дают неприятные прозвища, обзывают регулярно, преднамеренно и регулярно общаются к вам на ненормативной лексике с целью обидеть и унижить, ограничивают других в какой-либо деятельности, бойкотируют, угрожают, тем самым оставляя в душе жертвы чувство страха, отбирают личные принадлежности или намеренно портят их, бьют или пинают, или же заставляют делать неприглядные и оскорбляющие достоинство действия. Буллинг в школе проявляется довольно-таки ярко:

старшеклассники обижают и притесняют младшеклассников, отбирают деньги, понравившиеся личные вещи, еду, рвут книги, закидывают портфели и шапки далеко на дерево, в туалет, за пределы класса или школы. Такими обидчиками могут быть и девочки-подростки, то есть травля не обязательно совершается мальчиками. Буллинг не зависит от пола, роста, национальности или предпочтений. Он просто есть и все, как элемент школьной жизни.

Возможно, каждый когда-либо делал что-либо из этого списка, но регулярное повторение этих действий и получение от этого удовольствия и чувства превосходства приводит к абсолютно другим результатам и для жертвы и для обидчика.

Так почему же происходит буллинг?

Много причин можно привести, чтобы как-то объяснить поведение таких людей.

Некоторые видят в буллинге способ самореализации, другие горят желанием стать более популярным и казаться сильнее посредством буллинга. Они хотят привлечь внимание или же запугать окружающих. Зависть к жертве также является причиной буллинга. А еще они могли сам когда-то страдать от хулиганов в свое время, таким образом, вымещая свою злобу на других. Некоторые искренне не понимают всю неправильность своего поведения и как это отражается на жертвах.

Так кто же становится жертвой буллинга?

Над некоторыми молодыми людьми издеваются без видимой причины. Но, в большей степени, жертвами становятся те, кто отличается от средней массы. Неважно чем: цветом кожи, разрезом глаз, мышлением, способом общения, габаритами или же именами. Обижают тех, кто выглядит слабым и

неспособным постоять за себя. Это не означает, что жертва – это слабак, трус, никчемный человек, который за себя не умеет постоять и защититься.

К чему приводит буллинг?

Некоторые полагают, что буллинг- это естественный этап в процессе становления личности, и что таким образом молодежь старается показать свое «я» и отстоять свои интересы. Однако, буллинг может привести к тому, что молодежь и подростки будут себя чувствовать одинокими, несчастными и запуганными, что не дает им уверенности в завтрашнем дне. Они не чувствуют себя в безопасности, и думают, что вся проблема в них, что они виноваты в том, что с ними так обращаются. Отчасти, это правда. Однажды дав отпор обидчиками и постояв за себя, быть может, и с какими-то болезненными для здоровья последствиями, можно навсегда отвести от себя обидчиков, так как на маленьких и слабых духом нападают трусы, которые убегут при первом же проявлении мужества и воли. Есть мнение, что травля не ведется сразу, с первой минуты и в групповом виде. Это могут быть усмешки и окрики первоначально, издевательские прозвища, и если дать отпор и парировать эти действия, то есть возможность избежать травли. Если молча все «проглатывать», то травля неминуема.

Что делать, если на вас объявлена травля?

Бороться с обидчиками трудно, но помните, что не вы представляете проблему, а буллинг. И вы имеете право чувствовать себя в безопасности. Если вы чем-то отличаетесь от толпы, гордитесь этим! Стойте на своем! Проводите время с друзьями, а те, кто стремится унижить и задеть других, пусть остаются в стороне. Не примыкайте к ним, чтобы казаться своим! Не уподобляйтесь тем ребятам, которые не просто занимаются буллингом, а снимают издевательства над жертвами на мобильные и выкладывают в интернет.

Если вы уже стараетесь игнорировать нападки обидчиков, попытайтесь уйти от них, не обращая внимания. Ни в коем случае не убегайте, так как это просто подстегнет ваших трусливых обидчиков. Нет другого способа, как или отразить их нападки один раз в довольно жесткой форме или же терпеть это годами.

Надо уметь не только разговаривать, но и уметь размахивать кулаками. Принимая во внимание многие последствия, порой с летальным исходом, нападков на жертв и откровенную дедовщину в школах, в других учебных заведениях, стоит обдумать всю ситуацию и если вы чувствуете, что не в силах разобраться с обидчиками физически и психологически, то следует поговорить о создавшейся ситуации со взрослым, которому вы доверяете. Ведь это не сложно, и не стоит ничего – просто подойти и поговорить, объяснить причину, если знаете, описать обидчиков, рассказать, что они делают с другими, и возможно, взрослый сможет прийти на помощь и разобраться, положить конец этим действиям, иначе такие атаки и нападки

могут всерьез испортить ваш характер, искалечить психику, если не привести к физическим травмам.

Известны случаи, когда подростки со слабой силой воли, с неокрепшей психикой просто не видели никакого выхода из такой ситуации, кроме как уйти из жизни. Жизнь дана нам богом, родителями, и ни один человек не вправе, косвенно или прямо, отнимать ее, тем более таким путем. Это несправедливо, нечеловечно. Если вам покажется, что каким-то образом вы уладили эту проблему, все равно стоит обговорить ситуацию со взрослыми, чтобы они были в курсе и знали, что и какие предпринимать меры.