

**Незнание закона не освобождает от  
ответственности (часть III – 1)**

**РИСКИ  
И  
УГРОЗЫ**

# Буллинг-

- (от англ. bully - хулиган, драчун, задира, грубиян)

длительный процесс сознательного жестокого отношения, физического и (или) психического, со стороны одного или группы детей к другому ребенку, который не может себя защитить.

*Д. Лейн, Э. Миллер*



У многих старых и широко распространенных явлений имеются малоизвестные современные названия. Одним из таких названий, непривычных для русскоязычного человека, является слово «буллинг». Процесс, который оно обозначает, в том или ином виде знаком каждому из нас.

# Причины буллинга

Прежде всего, буллинг – это попытка самоутверждения. Пытаясь лучше, понять, что такое буллинг и почему он возникает, психологи выделили несколько причин, заставляющих людей находить жертву для травли и травить её.

Чаще всего агрессор, сознательно или бессознательно, преследует одну из следующих целей:

- демонстрация собственного превосходства, силы и влияния;
- стремление привлечь внимание к своей персоне;
- попытка скрыть собственные комплексы и неуверенность в себе;
- удовлетворение потребности в доминировании.

Беспричинная агрессия чаще всего является следствием неуверенности в себе. Своим агрессивным поведением человек пытается захватить инициативу, чтобы самому не стать жертвой более инициативного агрессора.

## 4 признака буллинга

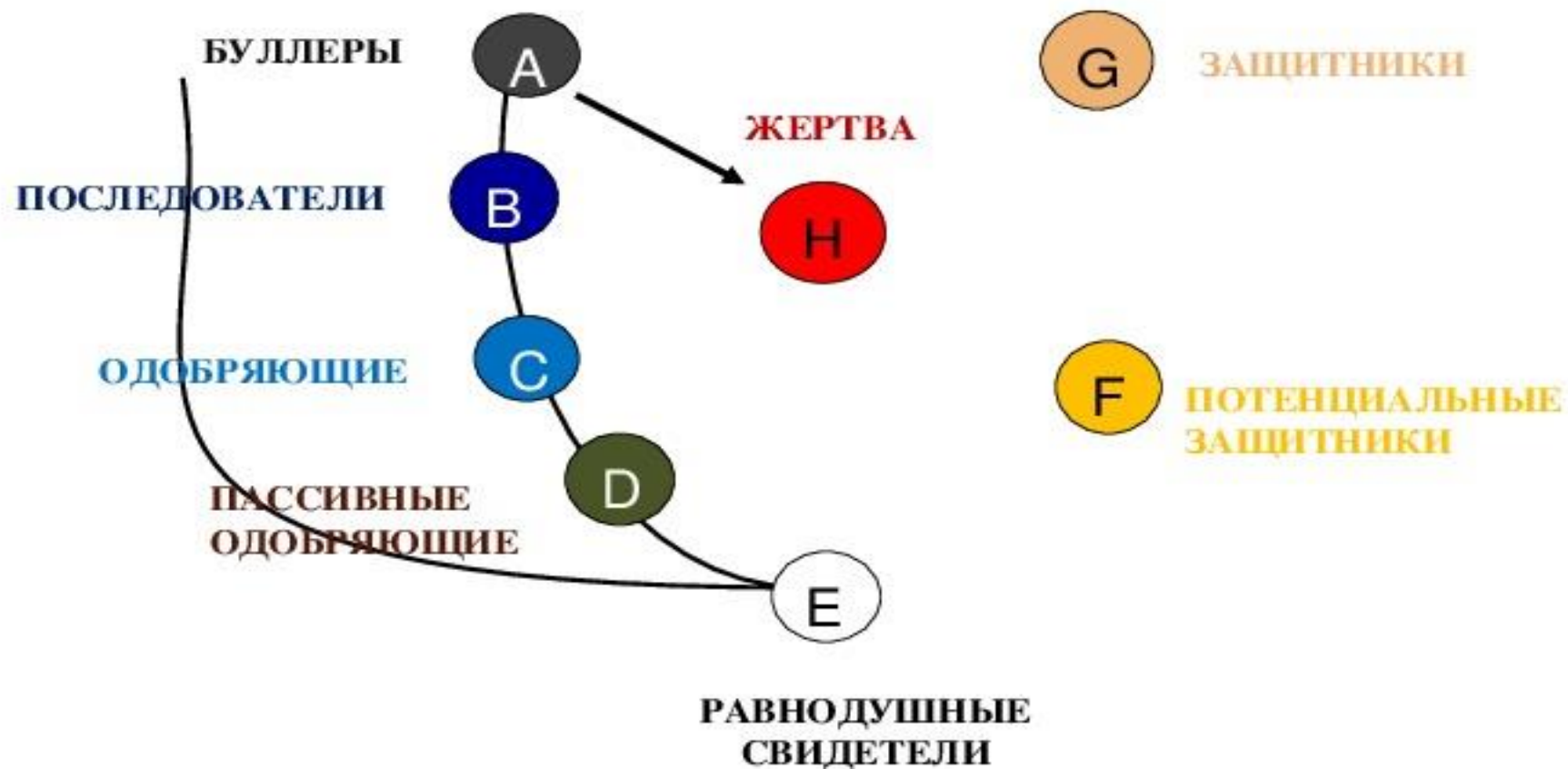
- Неравенство сил
- Агрессия
- Инциденты повторяются уже какое-то время
- Впечатлительность жертвы (острая эмоциональная реакция)

## Наиболее распространенные акты

### буллинга:

- негативные разговоры о ком-то за его за спиной
- распространение слухов и лживых сведений
- обзывание и придумывание обидных прозвищ
- выставление в смешном виде
- унижающие и обесценивающие взгляды и жесты
- передразнивание
- объявление глупым («дураком»)
- не позволение сказать свое слово, ответить
- изоляция от остального классного сообщества (байкот)
- отбирание, прятание, повреждение школьных принадлежностей и/или других вещей, одежды
- необоснованные обвинения
- пинки, удары
- шантаж, вымогательство

# УЧАСТНИКИ БУЛЛИНГА (круг буллинга)





- **ПРЯМОЙ, АКТИВНЫЙ  
БУЛЛИНГ**

*Основные действия:*

- дразнить
- угрожать
- обесценивать
- оскорблять
- унижать
- компрометировать
- преследовать, причинять неприятности, мучить

- **НЕПРЯМОЙ,  
ПАССИВНЫЙ БУЛЛИНГ**

*Основные действия:*

- изолировать
- вредить репутации
- распространять слухи
- отбирать личные вещи и портить их
- **ОСОБО ЖЕСТОКИЙ  
БУЛЛИНГ**
- Физическое насилие, заставляющее жертву страдать.
- Деяния, граничащие с уголовно наказуемыми

Несмотря на то, что психологи достаточно хорошо понимают, что такое буллинг и какова его природа, эффективного способа избежать травли в коллективе пока не существует. С этим постоянно сталкиваются школы, а также колледжи и ВУЗы, даже крупные компании, у которых буллинг в коллективе приводит к резкому снижению работоспособности.

Ситуация усугубляется тем, что случайные свидетели буллинга, как правило, не знают, как себя вести, поэтому предпочитают молчать. Молчат обычно и жертвы. Поэтому агрессоры в большинстве случаев воспринимают травлю как норму и не видят причин себя ограничивать.

К счастью, существуют способы достаточно эффективно противостоять буллингу.



***Если травля направлена на вас или на вашего близкого, следует выполнить несколько шагов:***

***Признать проблему.*** Необходимо трезво оценить ситуацию, отказаться от сомнений и прямо признать, что происходит травля. Следует определить роли, выяснив, кто в данной ситуации является жертвой, кто – агрессором, кто – наблюдателем.

***Найти поддержку.*** Желательно иметь человека, которому можно доверить проблему.

***Не давать агрессору желаемое.*** Основная цель агрессора заключается в том, чтобы вызвать у жертвы определенные эмоции. Если же не реагировать на его нападки, он вполне может потерять интерес.

***Научиться говорить «Нет!».*** Как правило, буллинг направлен на податливых людей. Человек, умеющий говорить «Нет!», обычно более самоуверен и менее податлив.

***Обзавестись «группой поддержки».*** Иногда можно мягко и незаметно сломить ситуацию, расширяя свою компанию и демонстрируя совместную силу.

***Развить уверенность в себе.*** Чем выше самоуверенность, тем меньше склонность поддаваться на различные манипуляции.

***Исправить предмет травли.*** Некоторые причины травли вполне поддаются коррекции. К примеру, если человек носит очки с толстенными стёклами, всегда можно подобрать стильную оправу и поменять причёску так, чтобы очки смотрелись достаточно солидно. А если жертву травят за лишний вес – это повод заняться спортом.

***Прекратить воспринимать травлю на свой счёт.*** Бывает так, что причины для травли нет, а ситуация сложилась в силу исторических причин. В таких случаях жертве следует в первую очередь перестать винить в проблеме себя. Можно сменить место учебы, чтобы избавиться токсичного окружения.

**Законодательство Российской Федерации предусматривает наказание за буллинг – за унижение человеческого достоинства, возбуждение ненависти, либо вражды.**

**В соответствии с Уголовным кодексом РФ предусмотрены следующие меры**

## Статья 282. Возбуждение ненависти либо вражды, а равно унижение человеческого достоинства

1. Действия, направленные на возбуждение ненависти либо вражды, а также на унижение достоинства человека либо группы лиц по признакам пола, расы, национальности, языка, происхождения, отношения к религии, а равно принадлежности к какой-либо социальной группе, совершенные публично, в том числе с использованием средств массовой информации либо информационно-телекоммуникационных сетей, включая сеть "Интернет", лицом после его привлечения к административной ответственности за аналогичное деяние в течение одного года, -

наказываются штрафом в размере *от трехсот тысяч до пятисот тысяч рублей* или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период от двух до трех лет, либо *принудительными работами на срок от одного года до четырех лет* с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет, либо лишением свободы на срок от двух до пяти лет.

2. Действия, направленные на возбуждение ненависти либо вражды, а также на унижение достоинства человека либо группы лиц по признакам пола, расы, национальности, языка, происхождения, отношения к религии, а равно принадлежности к какой-либо социальной группе, совершенные публично, в том числе с использованием средств массовой информации либо информационно-телекоммуникационных сетей, включая сеть «Интернет»:

- а) с применением насилия или с угрозой его применения;
- б) лицом с использованием своего служебного положения;
- в) организованной группой, -

наказываются штрафом в размере *от трехсот тысяч до шестисот тысяч рублей* или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период от двух до трех лет, либо *принудительными работами на срок от двух до пяти лет* с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет, либо лишением свободы на срок от трех до шести лет.

## Сайт: ПомощьРядом. рф

- предназначен для детей и подростков в возрасте от 6 до 18 лет.
- цель – помочь в сложных вопросах, с которыми вы можете столкнуться в своей жизни, путем предоставления безопасной информации и бесплатной психологической он-лайн помощи, в том числе по вопросам, связанным с конфликтами и насилием в школе.

<http://pomoschryadom.ru>