



Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа-Югры
«Радужнинский реабилитационный центр для детей и подростков
с ограниченными возможностями»



Информация для родителей

Как реагировать на травлю детей и подростков с синдромом Аспергера?

Подготовила: Шаповалова Л.В.
психолог
психолого-педагогического отделения

Подростки с синдромом Аспергера и аутизмом подвержены повышенному риску издевательств со стороны сверстников.

Подростковая травля - это широкий спектр агрессивного поведения, включающий прямые и косвенные издеательства. Прямая атака может быть словесной или физической (например, поддразнивание, обзывание, толчки и удары), причем подобные непосредственные притеснения более распространены среди юношей, чем среди девушек. Косвенные проявления издеательств, чаще наблюдаемые в женской среде, выражаются в распространении унижительных слухов, зачастую с целью исключить сверстника из компании и совместной деятельности.

Подростковые издеательства с помощью современных технологий порождают феномен «кибер-травли». При помощи электронных устройств, агрессивные сообщения можно мгновенно довести до сведения широкой аудитории, причем их отправители могут оставаться анонимными или использовать выдуманные имена, а также имеют возможность прикреплять изображения откровенного или унижительного характера. Эта так называемая «электронная враждебность», включающая в себя различные виды преследования и запугивания, осуществляется через:

- блоги;
- чаты;
- электронную почту;
- системы обмена мгновенными сообщениями;
- смс;
- сайты;
- другие формы электронного общения.

Несмотря на многообразие проявлений подростковой травли, исследователи выделяют в ней несколько фундаментальных черт:

- враждебность опирается на дисбаланс силы между атакующим и жертвой;

- проявление враждебности имеет повторяющийся характер;
- враждебность является намеренной.

Травля может ухудшить психическое здоровье любого подростка, но особенно это актуально для тех, у кого диагностирован синдром Аспергера и высокофункциональный аутизм - ведь им уже приходится иметь дело с повышенным уровнем стресса. Подростки, подвергающиеся издевательствам, чаще думают о самоубийстве и проявляют признаки суицидального поведения. Слишком часто сообщения средств массовой информации о самоубийствах на почве травли подчеркивают это ужасное последствие подростковых издевательств. Кроме того, жертвы кибер-издевательств чаще, чем те, кто не подвергался подобным преследованиям, склонны к употреблению алкоголя и наркотиков, зарабатывают наказания в школе, прогуливают уроки, подвергаются непосредственной травле в реальной жизни.

Подростковые издевательства также связаны с повышенным количеством случаев ношения оружия и драк, повлекших увечья. Исследования нескольких случаев стрельбы в школах (например, в Перл, штат Миссисипи; Уэст-Падьюк, штат Кентукки; Джонсборо, штат Арканзас; Спрингфилд, штат Орегон; Литтлтон, штат Колорадо) указывают на травлю как фактор, приводящий к вспышке насилия.

Многие аспекты подростковой травли напоминают подобные издевательства среди детей младшего возраста. Тем не менее, присутствуют и отличительные черты. Например, подростки неохотно сообщают о запугивании родителям или школьной администрации. В ходе одного из исследований подростки отмечали нежелание говорить о кибер-издевательствах с педагогами или другими взрослыми в школе по причине того, что сотовые телефоны, используемые как средство травли, в учебных заведениях запрещены. Кроме того, подростки могут неохотно сообщать о кибер-издевательствах родителям, опасаясь потерять мобильный телефон или доступ к Интернету.

Однако если вы считаете, что сверстники влияют на вашего ребенка больше, чем вы сами, то это совершенно не так! Исследования показывают, что ваши

действия могут иметь решающее значение. Установлено, что соответствующее поведение родителей может предотвратить проявления подростковой агрессии, либо защитить от нее ребенка. Родительская помощь поможет при любых формах травли. Рассмотрим конкретные стратегии поведения:

1. Обеспечить безопасную, наполненную любовью и интеллектуально стимулирующую домашнюю атмосферу для вашего подростка с синдромом Аспергера или высокофункциональным аутизмом. Показано, что совместная деятельность, такая как, помощь в выполнении домашних заданий и семейные трапезы, связаны со снижением случаев издевательств.
2. Некоторые исследования связывают учащение случаев травли с неконтролируемым просмотром телевизора. Кроме того, необходимо следить за деятельностью ребёнка в Интернете и его общением через смс.
3. Научите своих особых детей управлять негативными эмоциями, подавая собственный пример. Поразмышляйте о том, как вы реагируете на сильные проявления гнева, страха или печали, обращая особое внимание на то, как понимать и принимать свои эмоции, как выражать их, не обвиняя других людей, и отвечать на них без проявления враждебности.
4. Используйте любую возможность, чтобы познакомиться с друзьями вашего ребенка.

Проявления традиционной подростковой травли имеют тенденцию к снижению с возрастом детей, достигая максимума в средних классах и снижаясь к концу школы. Кибер-издевательства, однако, могут быть исключением из этого правила. Необходимы дополнительные исследования, чтобы определить, становится ли эта форма поведения менее выраженной по мере взросления детей. Так или иначе, даже если ваш подросток с синдромом Аспергера или высокофункциональным аутизмом не признается в том, что он является жертвой издевательств, поговорите с ним о подростковой травле и предложите, на всякий случай, конкретные решения по удержанию ситуации под контролем:

- Вступление в конфликт может привести к эскалации враждебности.

- Если вас преследуют или атакуют хулиганы, обратитесь к взрослому человеку, которому вы доверяете.
- Если существует угроза нападения, не ходите в одиночестве, а будьте рядом с одноклассниками в течение дня. Не отправляйтесь домой без сопровождения.
- Проводите время с близкими друзьями, старайтесь общаться с ребятами, благожелательно настроенными к вам. Заводите новых друзей во время внеклассных мероприятий (например, театральных и музыкальных кружков, спортивных секций и т.д.)
- Держите осанку, смотрите в глаза и говорите с хулиганом уверенно. Для того чтобы остановить его, может быть достаточно просто сказать «стоп», или спокойно уйти, или заблокировать смс-сообщения и электронную почту от него.

Если ваш подросток признается, что над ним издеваются, принимайте меры. Начните с обнадеживающего разговора. Скажите, что вы сделаете все от вас зависящее, чтобы помочь ему. А также то, что вы не будете отнимать сотовый телефон или доступ к Интернету вследствие травли. Никогда не намекайте на то, что преследования происходят по вине вашего ребенка. Затем сделайте следующее:

1. Выясните, каким образом вопрос подростковой травли рассматривается в политике школы, а также то, как сотрудники учреждения обязаны реагировать на известные или предполагаемые случаи травли.
2. Вместо того чтобы искать виновного, попросите о помощи в решении проблемы. Ведите дневник встреч. Помните, педагогам и административному персоналу может понадобиться время для проведения справедливого расследования случаев травли.
3. Начните диалог с учителем, который знает хорошо вашего ребёнка. Поинтересуйтесь, изменилось ли поведение подростка, а также есть ли какие-либо другие признаки, вызывающие настороженность. Вы также можете обратиться к директору или иному должностному лицу в школе.

4. Записывайте как можно более объективно детали и факты (например, дата происшествия, кто участвовал, что конкретно произошло, и прочее).

Если перечисленные выше меры не помогают, или ваш подросток с синдромом Аспергера был физически ранен или психологически травмирован вследствие продолжительной травли, обратитесь к психологу. Можно также связаться с адвокатом. Юридические действия, направленные на прекращение травли, могут сделать ваше место жительства безопаснее для всех подростков.