

которая высказывает беспристрастное мнение и помогает урегулировать разногласия.

Помочь ребёнку завоевать популярность тоже в силах учителя: можно давать ему задания, с которыми он хорошо справляется, отмечать его успехи, хвалить — словом, показывать важность этого человека для всей группы. **Однако эти меры стоит принимать только тогда, когда нет травли** — иначе ученик рискует столкнуться с ещё более жестоким буллингом, поскольку травить успешного, «выскочку», «подлизу» даже приятнее и интереснее.

3. Взять ситуацию в свои руки

В случае травли **работать надо** не с одним учеником, не с двумя конфликтующими, а **со всей группой сразу**. Поскольку искоренить травлю, удалив главного обидчика, не удастся: группа тут же выдвинет нового агрессора, только в этот раз научится его покрывать или вести травлю более изощрённо и тонко. **Первый главный шаг педагога** — донести до класса, что он в курсе сложившейся ситуации, и она его не устраивает. **Второй шаг** — дать проблеме имя: у нас в классе происходит травля/насилие. Варианты вроде «У Саши не получается найти с вами общий язык, зачем вы его обижаете, ему же плохо и грустно» не подходят, поскольку это снова перекладывание вины на «Сашу» и апелляция к его чувствам (но если бы агрессорам было дело до его чувств — они бы его не травлили).

4. Представить травлю как болезнь

Агрессор обычно пытается опираться до последнего и защищать себя «да он сам», «а что я?», «он первый начал». Поэтому эффективнее представить травлю как болезнь всей группы, от которой всем грустно и плохо. Что мы можем сделать, чтобы вылечиться, чтобы у нас снова был дружный класс?

Такой метод позволяет зачинщикам сохранить лицо (очень часто это неуверенные в себе и ранимые дети, которые боятся потерять уважение и авторитет), а всему коллективу осознать, что они находятся в одной лодке.

Развить дискуссию помогут примеры из книг и фильмов — для младшеклассников «Гадкий утёнок» Гарри Бардина, для детей старшего возраста — «Чучело» Железникова. Конечно, читать или смотреть фильм надо всем вместе, а не задавать на дом. В процессе важно обращать внимание на какие-то моменты, интересоваться мнением учеников, спрашивать, как бы они поступили в том или ином случае, кто прав и почему.

5. Помочь детям оценить своё поведение

Пусть дети сами выставят себе баллы в зависимости от того, какой вклад они внесли в травлю: вообще не участвовали, молча наблюдали со стороны, поддерживали зачинщика или были главными обидчиками. Полезно также выработать общие правила поведения, проголосовать за них, выписать большими красивыми буквами на ватмане и предложить всем детям расписаться. Понятно, что никакой юридической силы у этого «документа» не будет, зато терапевтический эффект от заключения настоящего контракта со взрослым поможет укрепить позитивную динамику изменений.

Информация с сайтов:

<https://mchildren.ru/bulling-v-shkole/>

<https://www.pravmir.ru/yunesko>

<https://childdevelop.ru>

<https://azbyka.ru/deti/esli-rebenka-travyat-v-shkole>

*Буклет для равнодушных детей,
родителей и учителей подготовили
методист Загоскина О.В.,
педагог-психолог Савин В.Ю.*

Министерство труда, занятости и социального развития Архангельской области



Государственное
бюджетное комплексное учреждение
Архангельской области общего типа
«Архангельский центр социальной помощи
семье и детям»



«Буллинг?» Так не должно быть!!!»

*(памятка для равнодушных детей,
родителей и учителей)*

163000 Архангельская область,
г. Архангельск, ул. Пограничная, 10
chfc@mail.ru,

<http://pravadetstva.arkh.socinfo.ru>

Отделение защиты прав детей от насилия
Телефон 89522545298
ozpdn@yandex.ru

Архангельск, 2019г.

Буллинг — английский аналог слова «травля». В это понятие входит намеренная, постоянная травля, при которой явно прослеживается неравенство сил обидчика и агрессора; террор любого вида: психологический, физический, открытый и незаметный.

По оценкам европейских исследователей, в роли жертвы травли в разные периоды школьной жизни побывали 50% детей. 10-15% школьников находятся в этой ситуации прямо сейчас.

Основные их признаки:

- Неравенство сил агрессора и жертвы.
- Повторяемость насилия.
- Острая эмоциональная реакция жертвы.

Суть проблемы

Буллинг — это не просто злость и подлость. Это неосознанное агрессивное поведение, возникающее из-за реального или ощущаемого дисбаланса власти.

Буллинг имеет тенденцию повторяться и оставляет жертву в состоянии страха и стресса. Похожий эффект буллинг оказывает и на тех, кто оказывается свидетелем происходящего.

Если дети поссорились или даже обозвали кого-то, или один раз исключили кого-то «из своей команды», то это не классифицируется как буллинг.

Но если в детском коллективе формируется культура безнаказанного насилия, то это может создать у них ощущение дозволенности унижения других.

Что делать родителям и ребёнку, которого дразнят

1. Объяснить, кто виноват

В первую очередь ребёнку надо объяснить, что если его дразнят, это не с ним что-то не так, а с окружающими. Это они выбрали для себя быть плохими и обзывать. Если бы кто-то

систематически специально делал какую-то глупость (разбивал дома чашки/рвал свои тетрадки/как-то ещё вредил себе), то про такого человека мы бы не думали ничего хорошего. Важно сразу сказать ребёнку, что его особенности — это неотъемлемая часть личности, и она ни в коем случае не делает его плохим.

2. Постараться не реагировать

Часто родители советуют «просто не обращать внимания — обидчикам вскоре надоест», но это работает, только если ребёнок действительно сохраняет спокойствие и остаётся невозмутимым. А если за равнодушием легко разглядеть смятение, краснеющие щёки и блестящие глаза — агрессорам становится только веселее. Они удваивают усилия. Тем более что этот спектакль предназначен скорее для публики, которая уж точно не делает вид, что ей всё равно, а охотно подхватывает и смеётся. Пока есть зрители, травля не прекратится.

3. Не принимать правила игры

Главное правило — ни в коем случае не подхватывать навязываемые правила игры и не выдавать ту реакцию, которую зачинщики ждут (плакать, сердиться, огрызаться, кричать, опровергать, доказывать, просить прекратить). Классический пример: агрессоры берут чужую шапку и начинают перекидывать её друг другу, вынуждая жертву бегать туда-сюда, пытаясь поймать. Надо просто развернуться и пойти домой: велика вероятность, что обидчикам, во-первых, тут же станет неинтересна их затея, и они просто бросят ненужную шапку, а во-вторых, они испугаются, что жертва сейчас придёт домой и расскажет всё родителям.

4. Действовать неожиданно

Ещё лучше — задать свои установки: дать разрешение («Обзывайся на здоровье»),

переложить ответственность на обидчика («Да, я уже заметил, что тебе нравится говорить так»), задавать вопросы («Оригинально! А ещё что-нибудь есть?»).

Конечно, сначала агрессоров это может воодушевить, и они в самом деле будут обзывать на здоровье и демонстрировать, что у них есть в запасе. Но, как правило, такая эскалация не длится долго, потому что обзывать без отдачи — всё равно что кричать в пропасть.

5. Развивать самоиронию

Уязвленная реакция жертвы позволяет агрессору чувствовать силу, власть и уверенность в себе, свою правоту и победу. Научите ребёнка никому не давать эту силу и власть над собой. При вербальном буллинге крайне важна способность к чувству юмора и самоиронии: дети, которые могут уверенно и со смехом первыми заявить о своих отличиях, какими бы они ни были, обычно не травят.

Как вести себя учителю

1. Не перекладывать ответственность

Это относится уже к учителю. Оскорбления, обзывательства и обидные дразнилки, возможно, и веселят весь класс, но тот, кого травят, явно не получает удовольствия — значит, задача учителя это прекратить. Без всяких отговорок в духе «ну не дерутся же — и ладно». Игра — это когда весело всем, процесс, в котором все участвуют добровольно.

2. Определить, когда начинается травля

Учитель должен различать конфликт, непопулярность и травлю, поскольку с каждой из этих проблем бороться нужно по-разному. В конфликте обычно участвуют двое, а силы соперников примерно равны. В этом случае хорошо работают методы медиации: в конфликт вступает третья, нейтральная сторона,