

Пример поведения дети и подростки берут со своих родителей и общества, где главенствует культ грубой силы. Бесконечные бандитские сериалы по телевидению, дворовая этика, неуважительное отношение к слабым и больным со стороны взрослых учат детей определенным способам поведения. Важную роль в формировании личности играют и компьютерные игры, в которых ребенок может безнаказанно бить и убивать.

Буллинг происходит только при совпадении нескольких **факторов**:

1) Беззащитность. Жертву никто не защищает.

2) Низкая самооценка. В голове жертвы прочно сидит недовольство собой или чувство вины.

3) Психологические и социальные проблемы. Одиночество, социальное неблагополучие, неумение общаться со сверстниками, «комплекс неполноценности», насилие в собственной семье - вот предпосылки того, что ребенок окажется в роли жертвы в школе. Пугливость, тревожность, чувствительность и мнительность, как индивидуальные черты характера, делают ребенка беззащитным, привлекают агрессора. Буллеры (агрессоры) выбирают для нападков более слабых, тех, кто гарантированно не сможет ответить. Жертва не дает отпор агрессору по нескольким причинам: явному перевесу сил, страху получить в ответ еще большую агрессию или потому, что не хочет быть «плохим».

Методы преодоления травли в образовательной организации

Начальная школа (до 12 лет):

1) организовать беседу со всеми участниками травли. Надо показать неприглядность поведения агрессоров и продемонстрировать собственное негативное отношение к происходящему, т.к. младшие школьники опираются на мнение учителя;

2) научить детей положительному взаимодействию. Лучше, если роли лидера и аутсайдеров жестко не закреплены, а иерархия в классе гармоничная. Это возможно, если маленький коллектив живет не только учебой, но и какими-то другими делами: конкурсами, соревнованиями, совместно организованным досугом;

3) совместно создать правила группы. Их можно выписать на отдельном плакате и повесить в классе. Важно, чтобы правила не были формальными. Группа и учитель постоянно должны следить за их исполнением и обсуждать, что еще нужно сделать, чтобы класс стал более дружным и сплоченным.

Подростки: разговор с классом должен вести авторитетный для подростков педагог или другой взрослый.

План беседы с детьми должен содержать **ключевые моменты**:

1) Ясная и четкая, избегающая неопределенности, руководящая **позиция** учителей, администраторов, других сотрудников школы.

2) Прямота. Называем проблему своим именем - это травля. Не стоит ходить вокруг да около, подростки этого не любят. Объясните, что травля - это проблема класса, а не конкретного человека. Насилие похоже на инфекционную болезнь, которой заболел коллектив, и нужно всем заботиться о здоровье внутри их группы.

Отношения стоит содержать в чистоте так же, как лицо и одежду.

Необходимо донести до подростков, что они несут ответственность за свое поведение в соответствии с законом и наказание неизбежно.

3) Смена ролей. Приведите пример таким образом, чтобы каждый почувствовал себя на месте жертвы. Этот метод можно применить наедине с агрессором или с учителями, если они не понимают серьезности происходящего: «Представь себе, что ты заходишь в класс, здороваешься, а от тебя все отворачиваются, что ты почувствуешь?» Объясните, что люди разные, и у каждого человека имеются особенности, которые могут раздражать других.

4) Введение новых правил поведения и ответственность. Предложите лидерам, иницирующим насилие, взять на себя ответственность за новшества. Это поможет им сохранить лицо и выйти из деструктивной позиции. Что касается изменений, то они могут коснуться досуга в свободное внеучебное время.

Помощь родителей

1. Обеспечение безопасности.

Объясните ребенку, что вы можете ему справиться с данной ситуацией. Как можно быстрее проверьте всю информацию и убедитесь в безопасности ребенка. Если у ребенка тяжелое нервно-психическое состояние – ни в коем случае не отправляйте его в школу, обратитесь за помощью к психологу или психотерапевту в поликлинике.

2. Поддержка.

Важно выслушать жалобы и эмоционально посочувствовать. Нужно объяснить ребенку, что он не виноват в том, что с ним происходит. У ребенка не должно быть ощущения, что он заслужил плохое обращение. Надо не анализировать и не оценивать его рассказы, а просто быть на его стороне. Если самооценка ребенка занижена, необходимо

повышать его уверенность в себе, не унижать, не критиковать. Если самооценка завышена - объяснить, что у любого человека есть и достоинства, и недостатки.

Помогите ребенку наладить контакты с теми детьми, которые ему симпатизируют, чаще приглашайте их в гости. Научите правильно реагировать на насмешки (см. «Стратегии реагирования»). Травят обычно тех, кто остро реагирует на оскорбление.

3. Разговор в школе. При разговоре с педагогами и администрацией школы называйте вещи своими именами и требуйте этого от них. Нельзя употреблять обтекаемые определения вроде «не сложились отношения», «никто не дружит». Надо сразу говорить: это травля, унижение, издевательство. Желательно это делать спокойно, без криков и угроз, подключая школьного психолога. Важно наладить контакты с учителями и одноклассниками; участвовать в классных мероприятиях, в которые вовлекаются и родители.

Стратегии реагирования, которые приводят обидчика в замешательство

✓ **не реагируйте на насмешки задиры.** Это сложно, но постарайтесь не плакать, не показывать злость или раздражение, даже не смеяться и не отвечать. Задира ждёт вашей реакции, и, если вы будете сдержаны и спокойны, вы лишите его награды. Игнорируйте действия обидчика. Начните в это время разговаривать с друзьями или просто ведите себя так, будто вы этого не слышали;

✓ **скажите** задире спокойно и уверенно **«стоп»**, «хорош» или «прекрати», затем развернитесь и уйдите;

✓ **проявите свое недовольство.** Скажите «Я хочу, чтобы ты оставил меня в покое» или «Я хочу, чтобы ты перестал дразнить меня».

Хитрость заключается в том, чтобы высказать это твердым уверенным голосом;

✓ **задавайте вопросы:**

- **«Для чего ты это (сказал, сделал и т.д.)?»** Если агрессору спокойно задать такой вопрос, то он растеряется. Главное продолжать задавать этот вопрос, не поддаваясь на новые провокации. Как правило, ни один обидчик не может ясно ответить, для чего он это делает;

- **«Что тебе мешает...?»** Например: «Что тебе мешает отойти и заняться своим делом?», «Что тебе мешает учиться так же хорошо, как я?», «Что тебе мешает обратиться ко мне за помощью, вместо того, чтобы завидовать?» и т.д.

✓ **используйте сарказм**, говорите «Ну и что?», «Какая разница» или «Как будто мне не все равно?!»;

✓ **демонстрируйте хорошие манеры**, говорите «Спасибо», «Благодарю за комментарий», «Я ценю твоё мнение». Говорите так, чтобы это звучало искренне, а затем разворачивайтесь и уходите;

✓ если ничего не помогает, **уходите.** Не оскорбляйте и не дразните обидчика в ответ;

✓ **расскажите взрослому, которому доверяете.** Это может быть кто-то из родителей, учителей, друзей или родственников старшего возраста. Взрослые имеют больше возможностей предоставить вам помощь и поддержку.

**За дополнительной консультацией
обращаться по адресу:**

г. Курган, проспект Конституции, 68,
корпус 1а, тел. 44-98-50, 44-98-54

Наш сайт: www.centr45.ru

Государственное бюджетное учреждение
«Центр помощи детям»

Помощь детям при выявлении буллинга

**Только совместными усилиями
можно справиться
с детской жестокостью**



г.

Курга

Н