

Буллинг в школе.

**Методы
профилактики и
способы
преодоления.**

Буллинг - это социально-психологическое явление, свойственное преимущественно организованным коллективам, связанное с преднамеренным систематически повторяющимся агрессивным поведением, включающим неравенство власти или силы

Способы преодоления



**Немедленно
прекратить**

Система профилактики

Первичная профилактика - комплексное воздействие на непосредственно вовлеченных в ситуацию буллинга и ближайшее окружение: просветительская деятельность, диагностический и тренинговый блоки

Вторичная профилактика - оказание медико-психолого-педагогической помощи пострадавшим от насилия, предупреждение суицидальных попыток и вторичной виктимизации

Основные виды буллинга

- o **Эмоциональное насилие**, которое вызывает у жертвы эмоциональное напряжение, унижает его и снижает самооценку. В этом случае оружием служит голос.

(насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания, необъективные оценки, высмеивание, унижение в присутствии других детей и пр.)

- o **физическое насилие**- применение физической силы по отношению к ребенку, в результате чего возможно нанесение физической травмы(избиение, нанесение удара, шлепки, подзатыльники, такое поведение чаще встречается среди мальчиков, чем у девочек).

- o **Сексуальное насилие, или совращение** – использование ребенка (мальчика или девочки) взрослым или другим ребенком для удовлетворения сексуальных потребностей или получения выгоды
- o **Экономическое насилие** предполагает использование денег для контролирования другого лица, от жертвы требуют деньги и угрожают, если он/она не отдает их немедленно. Могут вымогаться завтраки, талоны или деньги на обед. Жертву могут принуждать к воровству имущества
- o разновидность школьного буллинга – **кибербуллинг**- при котором жертва получает оскорбления на свой электронный адрес или через другие электронные устройства.

**Кибербуллинг- это нападение с целью
нанесения психологического вреда,
осуществляемое с помощью электронных форм
контакта**

1 Перепалки (флейминг) – обмен короткими эмоциональными репликами, может превратиться в затяжной конфликт

2 Нападки – повторяющиеся оскорбительные сообщения, направленные на жертву

3 Клевета - распространение оскорбительной и неправдивой информации

4 Самозванство- перевоплощение – преследователь позиционирует себя как жертву и от имени жертвы осуществляет негативную коммуникацию.

5 Отчуждение - исключение из группы воспринимается как социальная смерть

6 Хеппислепинг распространение видеороликов с записями сцен насилия

Отличие кибербуллинга от традиционного реального обусловлены особенностями интернет-среды: анонимностью, возможностью фальсификации, наличием огромной аудитории, возможностью достать жертву в любом месте и в любое время



Признаки кибербуллинга

- эмоциональная подавленность во время или после использования Интернета или телефона
- чрезмерная секретность своей цифровой жизни
- отстраненность от членов семьи, друзей или различных видов деятельности
- избегание школы или групповых собраний
- ухудшение успеваемости в учебе
- изменения настроения, поведения, сна или аппетита
- желание перестать пользоваться компьютером или смартфоном
- нервозность или несдержанность при получении сообщений или и-мейлов
- избегание разговоров про деятельность за компьютером или смартфоном.

Нарушения,
возникающие после
кибербуллинга,
затрагивают все
уровни
функционирования
подростка. Они
приводят к стойким
личностным
изменениям, которые
препятствуют
способности
подростка
реализовать себя в
будущем



На физиологическом уровне

- Появляются депрессии, стрессы, как следствие – снижение иммунитета; частые жалобы на головные боли, боли в области сердца, тошноту, быструю утомляемость, плохой сон, иногда бессонницу;
- ухудшение памяти и внимания, дефекты речи или нервные тики (моргание); плохой аппетит.
- После пережитого у ребенка могут возникнуть сердечные или инфекционные заболевания, язва желудка, невроз. Возможно приобретение хронических заболеваний психосоматического характера

На психологическом уровне

- o Снижение самооценки ребенка
- o психоэмоциональную нестабильность; постоянное чувство тревоги, страха, развитие навязчивых мыслей и переживаний;
- o мысли о суициде
- o снижение успеваемости школьника, нежелание посещать учебное учреждение, прогулы, нестабильные оценки, низкая учебная активность

На социальном уровне

- o Социальная подавленности подростка : скрытность, нежелание идти на контакт с родителями и друзьями,
- o избегание школы, школьных и других компаний,
- o потеря коммуникативных навыков,
- o дезадаптация, дезинтеграция, девиантное поведение.

Специальные онлайн-стратегии борьбы с кибербуллингом

- o Блокировка агрессора
- o Поиск информационной, эмоциональной, действенной поддержки
- o Программа по предотвращению столкновения с цифровыми рисками

Если ребенок стал жертвой кибербуллинга

1. Сохранять спокойствие. Главная задача - эмоциональная поддержка.
2. Отправьте обидчика в черный список или смените электронный адрес или страницу в социальной сети вашего ребенка.
3. Если вы смогли обнаружить, кто именно был источником угроз, сообщите об этом родителям агрессора или администрации школы, в которой он учится.
4. Сохранить свидетельства этого события. Сделать копии полученных сообщений. В случае повторения угроз - обращайтесь в органы правопорядка.

Проявления буллинга

- o 1-я группа – проявления, связанные преимущественно с активными формами унижения;
- o 2-я группа – проявления, связанные с сознательной изоляцией, обструкцией пострадавших.
- o *В то же время на разные по содержанию и интенсивности проявления буллинга разные дети реагируют по-разному*

ТИПЫ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ К БУЛЛИНГУ

- o **Поведенческие стратегии** - смена самой деятельности или ее формы: активное сотрудничество, поиск поддержки (переключение), отвлекающая деятельность, уход от проблемы.
- o **Стратегии эмоционального совладания** проявляются в разнообразных по силе и качеству переживаниях, причем в младшем школьном возрасте это преимущественно отрицательные эмоции: раздражение, обида, страдание или эмоциональное самоустранение.
- o **Стратегии интеллектуального совладания** предполагают конкретную работу детей и подростков с информацией: отключение или переключение мыслей на другие, игнорирование неприятной ситуации, поиск дополнительной информации, анализ последствий ситуации, относительность в оценках и придание нового значения и смысла неприятной ситуации.
- o Таким образом, выделяют **типы адаптации детей и подростков**
- o 1 тип. Активное сопротивление
- o 2 тип. Пассивное сопротивление.
- o 3 тип. Отказ от сопротивления.
- o 4 тип. Бегство от травли.
- o 5 тип. Проблемно-усугубляющее поведение

Способы совладания с ситуацией буллинга

- o Ничего не делать, игнорировать, стараться не замечать
- o Перетерпеть, не связываться
- o Стараться не попадать в ситуации, в которых возможна травля
- o Сохранять лицо, никому не рассказывать
- o Найти способ уладить отношения, общие интересы
- o Защищаться, отвечать ударом на удар
- o Отстаивать свои права
- o Подружиться с другими сильными ребятами
- o Задумать и осуществить план мести
- o Превратить все в шутку
- o Перейти в другую школу
- o Обратиться за помощью к членам семьи

**При обнаружении буллинга
произвести следующие
действия:**



1. Немедленное прекращение

Дежурный учитель и все взрослые отвечают за экстренное прекращение ситуации буллинга, где бы она ни была замечена (взрослый подходит к ученикам и требует немедленно прекратить травлю, сообщает дежурному администратору о факте буллинга.)

2. Важно сообщить всем участникам травли о том, что подобное поведение недопустимо (не вступая в дискуссию)

3. Необходимо поговорить с жертвой в первую очередь: констатировать факт травли, высказать поддержку ребенку, заверить ученика в том, что его проинформируют обо всех дальнейших действиях, дать ему понять, что ситуация под контролем проинформировать родителей и провести повторный разговор с жертвой

4. Индивидуальный разговор с каждым преследователем в сжатые сроки (в течении одного урока): сначала указать на факт буллинга каждому отдельному преследователю, о том, что данный факт известен многим учителям и директору, затем попытаться создать платформу для сотрудничества.

5. Беседа с классом: проинформировать класс о случившемся и дать слово ученикам, узнать их мнение.

6. Коррекционная работа различных специалистов с участниками ситуации буллинга

РАЗГОВОР С ЖЕРТВОЙ БУЛЛИНГА

- Если ребёнок подтвердил Вам в разговоре, что он жертва буллинга. Скажите ребёнку:
- Я тебе верю (это поможет ребёнку понять, что Вы в состоянии помочь ему с его проблемой).
- Мне жаль, что с тобой это случилось (это поможет ребёнку понять, что Вы пытаетесь понять его чувства).
- Это не твоя вина. (дайте понять ребёнку, что он не одинок в подобной ситуации: многие его сверстники сталкиваются с разными вариантами запугивания или агрессии в тот или иной момент взросления).
- Хорошо, что ты мне об этом сказал (это поможет ребёнку понять, что он правильно сделал, обратившись за помощью и поддержкой).
- Ты важен для меня и я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность (это поможет ребёнку с надеждой посмотреть в будущее и ощутить защиту)

Для определения ситуации буллинга и его последствий необходим сбор соответствующей информации и проведение клинико-психологического обследования.

Сбор информации проводится по следующим направлениям:

- o от самого пострадавшего;*
- o от возможных участников издевательств над жертвой и свидетелей.*

Алгоритм действий в ситуации буллинга

Необходимо прояснить следующие аспекты:

- o реальность самого буллинга;
- o его длительность;
- o его характер (физический, психологический, смешанный);
- o основные проявления буллинга;
- o участники (инициаторы и исполнители буллинга); их мотивации к буллингу; свидетели и их отношение к происходящему; поведение жертвы (пострадавшего);
- o динамику всего происходящего;
- o прочие важные для диагностики обстоятельства.

В случае обнаружения буллинга

- Непосредственно в амбулаторных детских поликлинических учреждениях помощь детям, пострадавшим от буллинга, должна быть организована сотрудниками отделений медико-социальной помощи согласно Инструкции об организации работы отделения (кабинета) медико-социальной помощи детского амбулаторно-поликлинического учреждения, утвержденной Приказом Минздрава России от 05.05.99 №154.
- В случае отсутствия таких отделений в конкретной поликлинике их функции в плане оказания помощи детям, пострадавшим от буллинга, переходит к врачам-педиатрам общего профиля.

- **Вариант А.** При получении со слов ребенка информации об издевательствах пройти осмотр участкового врача-педиатра. В любом случае настойчиво рекомендовать обращение в кризисную службу или в районный ППС-центр.
- **Вариант Б.** В случае констатации врачом общей практики признаков явных патологических последствий буллинга, помимо действий, предусмотренных вариантом «А», родителям настоятельно советуют обратиться в кризисное отделение или же к участковому психиатру по месту жительства.

Вариант В. Врач обнаруживает признаки тяжелого душевного расстройства, настаивает на экстренной консультации у врача-психиатра по месту жительства.

Запасной вариант – вышеуказанное Кризисное отделение.

Вариант Г. Переживание ребенком острого психического состояния, суицидальные намерения. Действия врача в данном случае следующие: успокоение ребенка, при необходимости – надзор и удержание, так как велика опасность совершения разрушительных и саморазрушительных действий, включая суицидальные попытки. Здесь, с согласия родителей или без такового, в порядке оказания неотложной психиатрической помощи, срочно вызываются участковый психиатр, психиатр-консультант (если таковой есть в штате) или же бригада скорой психиатрической помощи.

Отказ родителей от консультации психиатром. В случае варианта «Г» – только за врачом-психиатром, осматривающим подобного ребенка, остается право отпустить его домой и сообщить родителям о той ответственности, которую они на себя берут, отказываясь от госпитализации в психиатрический стационар, или же в установленном порядке осуществить принудительную госпитализацию против воли родителей и самого ребенка (Закон РФ от 02.07.92 №3185-1 «О психиатрической помощи и гарантиях прав граждан при ее оказании»).

Острый психоз или суицидальные намерения – повод для экстренной психиатрической консультации, даже без согласия родителей (в их отсутствие – ответственное лицо за жизнь ребенка - врач!)

В каких школах буллинг менее распространен?

- Это школы, в которых взрослые занимают твердую позицию неприятия любых видов издевательств.
- В школах, в которых есть четкие правила поведения, говорящие о том, что нельзя нападать на других, нельзя оскорблять других. И эти правила не только на бумаге - им следуют и учителя, и ученики. То есть, учителя не только сами не проявляют насилие по отношению к детям (ни физическое, ни вербальное, ни психологическое), но и сразу же, замечая агрессивные проявления у детей, пресекают их.
- В школах, где любые конфликты внимательно обсуждаются, разъясняются, не поощряется нездоровая конкуренция между учениками, персонал школы не разделяет учащихся на «хороших» и «плохих».
- В школах, где толерантная позиция принятия всех детей выражается в том, что взрослые быстро замечают проявления агрессии детей по отношению друг к другу и создают условия для того, чтобы дети могли общаться конструктивно.

В подобных школах могут учиться дети с какими то выраженными особенностями поведения и развития, но отношение к ним будет принимающим, заботливым, будет возвращаться терпимость по отношению к различиям между людьми.

Профилактика буллинга

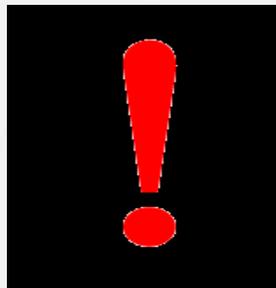
Что делать?

- Изменить правила школы в отношении случаев буллинга и неуклонно выполнять принятые правила.
Принцип: Ни один случай буллинга не должен остаться безнаказанным
- Научить педагогов, прежде всего, классных руководителей, программам работы со случаями буллинга в классе.
Принцип: Раннее вмешательство предпочтительно
- Включить в план работы психолога систематическую работу с жертвами буллинга и их родителями.
Принцип: Ученик не должен остаться один на один с насилием

Как делать?

Системный подход:

- противодействие буллингу в стенах ОО ведется на трех уровнях: школы в целом, класса и отдельных учеников. Соответственно отвечают за работу администрация (Антибуллингвый комитет), учитель (классный руководитель), педагог-психолог, работающий с жертвами буллинга
- Работа по сбору информации, разработке индивидуальных программ сопровождения каждого учащегося и отслеживание динамики развития, должна быть систематической.
- Поведенческой стратегией предотвращения буллинга в образовательном учреждении является привлечение персонала школы, учеников и их родителей к решению этой проблемы, повышение их осведомленности относительно ситуации буллинга в школе.



- o Если проявления буллинга вовремя не пресекаются, то со временем они становятся все более опасными. Реакция школьного сообщества на случаи насилия – важный аспект в решении проблемы. Одномоментно и навсегда искоренить проблему буллинга невозможно. Однако если ею будут вплотную и серьезно заниматься все участники образовательного процесса, то высока вероятность избежать многих конфликтов. Ключевые слова, раскрывающие сущность профилактики буллинга: **предохранение, предупреждение, предостережение, устранение и контроль.** Профилактическая работа предполагает изменение социальной, семейной, личностной ситуации обучающегося путем применения специальных педагогических и воспитательных мер, способствующих улучшению качества его жизни и поведения.
- o Основная цель профилактических мероприятий направлена на то, чтобы, помочь ребенку совладать со стрессовой ситуацией и агрессией.

Объединение профилактических мероприятий в единую систему позволит создать в образовательной организации **безопасное психологическое пространство**.

Основная цель профилактических мероприятий направлена на формирование определенных установок, введению правил и норм, направленных против буллинга.

Задачи профилактики буллинга:

- подготовка учителей для работы с трудными детьми;
- содействие улучшению социального самочувствия;
- психолого-педагогическое просвещение родителей;
- устранение психотравмирующей и социально опасной ситуации;
- снижение риска злоупотребления токсическими веществами, наркотиками и алкоголем;
- развитие и формирование самостоятельности и социальной компетентности;
- изменение представлений о самом себе и об отношениях с окружающими.

Примерный план мероприятий по профилактике буллинга

Нормативно-правовое и информационное обеспечение мероприятий, определяющих профилактику буллинга

1. Издать приказы:

- об утверждении антибуллинговой программы «Профилактика детского насилия и буллинга в ОО»;
- утверждении положения о школьной службе медиации;
- утверждении когнитивных и социальных тренинговых программ по профилактике буллинга в ОО;
- утверждении плана мероприятий по профилактике и предотвращению буллинга и кибербуллинга в ОО на учебный год;
- утверждении модели по предотвращению буллинга и кибербуллинга в ОО;
- о порядке действий сотрудников при столкновении со случаями насилия в ОО

2. Внести изменения в локальные нормативные акты, регламентирующих деятельность по предупреждению насилия в ОО.

3. Разработать:

- комплексный план мероприятий ОО по профилактике и предотвращению буллинга и кибербуллинга на учебный год;
- памятку для педагогических работников «Буллинг как разновидность детского насилия»;
- общешкольный проект по профилактике буллинга «Учеба без насилия»;
- модель по предотвращению буллинга и кибербуллинга в ОО.



4. Изучить нормативно-правовые документы по профилактике школьного буллинга и кибербуллинга

5. Подготовить:

- информационный материал по профилактике детского насилия и буллинга на сайте ОО;
- брошюру с нормативными документами по профилактике насилия в образовательной среде для педагогов;
- методические рекомендации для педагогов по распознаванию признаков различных видов буллинга;
- памятку для родителей о способах сообщения о предполагаемых и реальных случаях насилия в отношении детей, мерах защиты и оказания помощи детям.

Зам. Руководителя ОО по ВР:

6. Оформить информационный стенд «Школьный буллинг. Мифы и факты».

7. Пополнить библиотечный фонд школьной библиотеки литературой по профилактике и предотвращению буллинга и кибербуллинга

8. Организовать работу «почты доверия» (установка информационных ящиков) для сообщения случаев

9. Организационно-педагогическая и научно-методическая работа с педагогическим коллективом.

1). Педагогический совет: «Основные механизмы и проявления феномена буллинга и его влияние на процесс обучения детей в школьных условиях».

2). Совещание при директоре: «Организация работы по профилактике буллинга в подростковой среде»

3). Совещание при заместителе руководителя по ВР работе по темам:

- распространенность и особенности проявления буллинга в малых группах обучающихся подросткового возраста;
- школьный буллинг: актуальность, состояние проблемы и психологическое сопровождение жертв буллинга;
- роль классного руководителя по профилактике буллинга в ученических коллективах;
- анализ работы классных руководителей по профилактике детского насилия и буллинга за учебный год

4). Пополнить методическую копилку новыми формами работы по профилактике и предотвращению буллинга и кибербуллинга в ОО.

5). Лекторий для педагогов школы на тему:

«Буллинг как социально-педагогическая проблема»:

Лекция 1. Буллинг. Психологическое насилие в школьном коллективе.

Лекция 2. Как учителю противостоять травле школьников.

Лекция 3. Буллинг – психолого-педагогические причины и следствия.

Лекция 4. Школьный буллинг как дискриминация прав ребенка на образование.

Лекция 5. Буллинг в начальной школе.

Лекция 6. Последствия буллинга. Как с ним бороться.

Лекция 7. Воздействие буллинга на успеваемость

6). Семинары для классных руководителей:

- Буллинг в школе: как помочь ребенку побороть агрессию.
- Рефлексия буллинга.
- Буллинг в школе. Его причины и устранение.
- Основные фазы развития буллинга в ОО.
- Безрезультатные способы разрешения буллинга в школе.
- Насилие в школе: агрессоры и аутсайдеры
- Буллинг как разновидность детского насилия в школе:
- Подростковый буллинг.
- Правовые способы защиты от буллинга в школе .

7). Практические занятия для классных руководителей:

- Феномен буллинга.
- Нормативные основания и алгоритм действий педагогов в случае подозрения на возможный факт насилия в детском коллективе.
- Методы предотвращения буллинга.
- Формирование личности ребенка как основа для противодействия насилию.

8). Тренинг для учителей по предотвращению гендерного насилия в школьной среде.

9). Круглый стол:

- Школьный буллинг: что делать, если ребенок стал объектом травли в школе?
- Воспитание детей без обид и унижений

10). Деловая игра «Работа по профилактике жестокого обращения с детьми».).

11). Конкурс методических разработок, образовательных программ, сценариев внеклассных мероприятий по профилактике буллинга в детской среде

12). Дискуссия «Как остановить травлю в школе: психология буллинга»

o Работа с родителями обучающихся

- o Общешкольное родительское собрание «Буллинг в детской среде как значительные изменения в жизни обучающихся, приводящие к психическому дистрессу».
- o Родительские собрания в классах:
 - О правах ребенка на защиту от любой формы насилия.
 - Как пережить последствия буллинга, причиненного в подростковом возрасте.
 - Как предотвратить и преодолеть буллинг?
 - К чему может привести буллинг?
- o Заседания семейного клуба «Дети без насилия»:
 - Мудрость родительской любви.
 - По направлению к миру или в поисках толерантности.
 - Защитим наших детей от насилия.
 - Как построить мир без насилия
- o Родительский вечер:
 - Семейные традиции.
 - Доброта спасет мир.
- o Анкетирование:
 - Как я воспитываю своего ребенка.
 - Об уровне удовлетворительности и комфортности образовательной среды в школе.
- o Книжная выставка в библиотеке «В помощь родителям «о профилактике буллинга и кибербуллинга детей и подростков»:
 - Это страшное слово буллинг.
 - Моббинг и буллинг – обозначения травли в школьном коллективе..

Классные и информационные часы, беседы

1-4-е классы:

- Законы сохранения доброты.
- Я не дам себя обижать.
- Как без особого труда добиться, чтобы тебя перестали дразнить и обижать?
- Наша школа живет без насилия.
- Давайте жить дружно!
- Мы против насилия. Как защитить себя?
- Будем добрыми и не будем злыми.
- Как я отношусь к насилию.
- Как научиться жить без драки.

o 5-9-е классы:

- Бояться страшно. Действовать не страшно.
- О правилах поведения и безопасности на улице.
- Буллинг как стадный допинг.
- Учись быть добрым.
- Безопасное поведение.
- Что такое агрессия?
- Добро против насилия.
- Как не стать жертвой насилия.
- Способы решения конфликтов с ровесниками



o 10-11-е классы:

- Учись управлять своими эмоциями.
- Воспитание характера через искоренение отрицательных привычек.
- Как преодолеть школьный буллинг?
- Предупреждение насилия и жестокости в школе.
- Прекрасно там, где бывает милосердие.
- Жизнь как познание добра.
- Как бороться с конфликтами.
- Нравственный закон внутри каждого.
- Моя жизненная позиция

- ❖ Классный час-тренинг «Техника снижения уровня тревожности».
- ❖ Просмотр художественных фильмов с последующим обсуждением:
 - «Чучело» (1983 г.).
 - «Класс» (2007 г.).
 - «Розыгрыш» (2008 г.).
 - «Школа» (телесериал, 2010 г.) В течение учебного года.
- ❖ Читательские конференции по книгам, раскрывающим проблему буллинга:
 - В.К. Железняков «Чучело».
 - Хосе Тассиес «Украденные имена».
 - В.Н. Ватан «Заморыш».
 - Е.В. Мурашов «Класс коррекции».
 - Стивен Кинг «Кэрри».
 - Алексей Сережкин «Ученик».
 - Андрей Богословский «Верочка».
 - Джоди Пиколт «Девятнадцать минут».
- ❖ «Приключения Кости Цзю и его друзей»
- ❖ Встреча с работниками прокуратуры и полиции на тему «Буллинг как причина противоправных поступков» .
- ❖ Встреча с инспектором по делам несовершеннолетних на тему «Школьный буллинг как предпосылка противоправного поведения несовершеннолетних и его предупреждение» .
- ❖ Диалог-дискуссия «Буллинг – социальная проблема наших дней» (10-11-е классы).
- ❖ Дискуссия «Как избавиться от буллеров в школе?» (8-9-е классы).
- ❖ Диспуты.
 - Как защищаться от мобинга? (7-9-е классы).
 - Насилие в школе: мировая проблема или частный случай (10-11-е классы).
- o *Подготовить буклеты для обучающихся:*
 - *Мы – против насилия!*
 - *Мы – против жестокого обращения!*

Консультации педагога-психолога, социального педагога по проблемным ситуациям:

- **Насилие в школе: что противопоставить жестокости и агрессии?**
 - Буллинг или как не стать жертвой?
 - Что может послужить причиной буллинга?
 - Детский буллинг в школе. Как защитить ребенка от травли в классе?
- **Индивидуальные консультации педагогов по профилактике конфликтных ситуаций в классном коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха.**
- **Интерактивное занятие с педагогами «Воспитание без насилия».**
- **Тренинг «Релаксационные техники по управлению гневом и снижению уровня личностной тревожности ребенка».**

o Психолого-педагогический лекторий по теме «Буллинг. Жестокость в образовательной среде»:

Лекция 1. Буллинг: понятие, виды, причины, последствия, профилактика.

Лекция 2. Что такое буллинг и почему стоит его бояться?

Лекция 3. Проблемы детского буллинга.

Лекция 4. Что делать, если ребенка унижают в школе?

Лекция 5. Когда все против одного (боремся с буллингом вместе).

Лекция 6. Как избежать или преодолеть школьный буллинг?

Лекция 7. Что делать, если вы узнали, что ваш ребенок стал жертвой буллинга?

Лекция 8. Психологический террор в подростковой среде

➤ Конференция «Психологические особенности буллинга в условиях школы»

❑ Дискуссии:

- Буллинг – это веяние современного общества или существовал всегда?
- Какие способы защиты своего ребенка от буллинга в школе?

❑ Устный журнал:

- Буллинг – это не детская шалость.
- Невидимый школе буллинг.
- Что такое буллинг. Причины.
- Психологический дискомфорт в школе. Что в поведении обучающихся может сигнализировать о назревающем конфликте?
- ❑ Диспут «Буллинг, изгои, отверженные – одна проблема?».





- **Один из аспектов выполнения подобных программ – всемерное развенчание мифа о том, что «агрессивное поведение – это нормально».**
- **Для этих целей предлагается агрессивно-ориентированным школьникам пережить альтернативный опыт в виде различных тренингов из арсенала конфликтологии.**
- **В свою очередь, Arnold Goldstein была написана в конце 80-х - начале 90-х годов прошлого столетия целая серия книг по работе с компаниями обидчиков. Вот основные идеи этого автора:**
 - — **работая с обидчиками, «разделяй и властвуй» - обидчиков нужно экстренно и эффективно разоблачать;**
 - — **не напирать на наказание, это только лишь усилит групповую солидарность обидчиков;**
 - — **работая с одним человеком, нужно умело использовать силу конфронтации всего, например, классного сообщества;**

Что делать если вы узнали, что ваш ребенок стал жертвой буллинга?

Действовать нужно безотлагательно, и начать следует вот с чего:

- 1.** Нужно усвоить для себя, что травля это травля, и ответствен за неё не ребёнок, каким бы «нестандартным» он ни был.
- 2.** Объяснить это ребёнку. Он должен знать, что его вины в том, что он стал жертвой буллинга нет. Проблема, вероятно, есть, но вины нет и быть не может.
- 3.** Объясните это преподавателям. Постараться найти взаимопонимание с педагогами.
- 4.** Объясните это группе (лучше через педагогов). Взрослый должен сказать им, что то, чем они занимаются травля, и это недопустимое поведение. Вот только «давить на жалость» при этом ни в коем случае нельзя. Вопрос должен ставиться не в форме «Представляете, как ему плохо?», а только: «Как вам было бы на его месте? Что чувствовали бы вы?». Иногда, если видно, что изменить к лучшему ситуацию в группе не в ваших силах, единственным правильным решением будет перевести ребёнка.

5. Посоветуйте ребенку изменить тактику поведения.

Стереотип сложился - любой поступок предсказуем. Но если он на стандартные обстоятельства отреагирует неожиданным образом, то, возможно, ему удастся не только озадачить своих преследователей, но и сделать шаг к преодолению стереотипа (пусть он сделает то, чего от него совсем не ожидают).

6. Обеспечьте ребенку все, что позволит ему соответствовать требованиям учебного заведения.

7. Обязательно предупредите преподавателей о проблемах своего ребенка (заикание, необходимость принимать лекарства по часам и т.д.).

8. Не следует приходить в учебное заведение и лично разбираться с обидчиками своего ребенка, следует поставить в известность классного руководителя, попросить его разобраться.



Профилактика кибербуллинга



Что делать родителям

- Быть для своего ребенка другом. Чувствовать изменения его состояния
- «Подружитесь» со своими детьми в социальных сетях. Время от времени просматривайте его активность, смотрите, что он пишет на своей странице, а также каких друзей добавляет, в какие группы вступает.
- Проявляйте такт. Дайте возможность ребенку научиться выстраивать отношения. Не мелькайте постоянно у него за спиной
- Берегите свои силы и нервы, прибегайте к помощи специализированных решений, которые защитят детей в Интернете.

Как отслеживать деятельность ребенка в интернете

- Держите компьютер в оживленном месте квартиры, а не в комнате у ребенка - так вы сможете легко следить за его использованием.
- - Не подключайте смартфон вашего ребенка к Интернету - таким образом вы значительно сократите его времяпрепровождение в сети.
- Убедите ребенка, что он может спокойно рассказать вам о том, что стал жертвой издевательств в Интернете, и это признание не лишит его компьютера

Расскажите детям, как защититься в Интернете

- o **Вы не одиноки. Вам помогут**
- o Борьбсь с ребенком не надо. И отключать ему доступ в Сеть не стоит
- o • Объясните ребенку, что нельзя разглашать в Интернете информацию личного характера (номер телефона, домашний адрес, название/номер школы и т.д.), а также пересылать интернет-знакомым свои фотографии
- o • Если ребенок интересуется контактами с людьми намного старше его, следует провести разъяснительную беседу
- o • Не позволяйте вашему ребенку встречаться с онлайн-знакомыми без вашего разрешения или в отсутствии взрослого человека. Если ребенок желает встретиться с новым интернет-другом, следует настоять на сопровождении ребенка на эту встречу;

- o • Если интернет-общение становится негативным – такое общение следует прервать и не возобновлять
- o • Нельзя делиться с виртуальными знакомыми персональной информацией, а встречаться с ними в реальной жизни следует только под наблюдением родителей

Правила интернет-безопасности

1. Прежде чем писать и отправлять сообщения, следует успокоиться, утолить злость, обиду, гнев.
2. Создавай собственную онлайн-репутацию, не покупайся на иллюзию анонимности.
3. Храни подтверждения фактов нападения
4. Игнорируй единичный негатив « Лучший способ борьбы с неадекватными –игнор»
5. Если ты стал очевидцем кибербуллинга, правильным поведением будет,
 - выступить против агрессора, дать ему понять, что его действия оцениваются негативно
 - поддержать жертву
 - сообщить взрослым о факте некорректного поведения в кибер-пространстве.
6. Блокируй агрессоров
7. При систематических угрозах необходимо сделать копии, нотариально заверить их и обратиться в правоохранительные органы.

Что делать, если ваш ребенок является не жертвой, а агрессором:

- o Просветите ребенка о вреде кибербуллинга. Ваш ребенок может еще не понимать какими разрушающими могут быть последствия его действий для психики жертвы.
- o Научите вашего ребенка сочувствию и пониманию, и попытайтесь помочь ему посмотреть на ситуацию с точки зрения жертвы.
- o Напомните ребенку, что кибербуллинг может иметь очень серьезные правовые последствия.
- o Научите ребенка правильно справляться со стрессом. Кибербуллинг может быть способом снять напряжение и избавиться от ярости, которая накопилась в вашем ребенке и не нашла себе выхода.
- o Скажите ребенку, что будете отслеживать его деятельность в Интернете и, если его поведение не улучшится, то вы лишите его доступа к компьютеру.

**Линия помощи
«Дети онлайн»
8-800-25-000-15**

Если Ваш ребенок столкнулся с кибербуллингом, Вы можете обратиться в службу телефонного консультирования по проблемам безопасного использования Интернета и мобильной связи, где Вам дадут рекомендации и подскажут, куда и в какой форме обратиться по данной проблеме.

- o «Безопасность детей в сети Интернет» <http://www.nestor.minsk.by/kg/2006/33/kg63308.html>
- o «Этикет от А до Я» <http://www.etiket.ru/contact/email.html>
- o Соглашение о кодексе поведения в Интернете. <http://www.microsoft.com/rus/protect/athome/children/famwebrules.mspix>
- o Сайт «Ребенок в сети»
- o <http://www.detionline.ru/index.html>

Программа прекращения буллинга в классе «Без обвинений»

- o Участвующие в процедуре «Без обвинений» ученики, по возможности, не должны находиться в зависимости (получать оценки по их предметам) от тех учителей, которые ее проводят. Поэтому мы рекомендуем приглашать для проведения этого метода специалистов со стороны, например, социальных работников, школьных психологов или даже руководство школы. Чтобы помочь жертве буллинга создается группа помощников. В группу включают и инициаторов травли. Совместно с этими «избранными» ребятами осуществляется поиск персональных предложений – решений по прекращению буллинга. Основное послание со стороны учителя: «У меня есть большая проблема в связи с тем, что одному из учеников (учениц) нашего класса приходится сейчас очень плохо. Я не могу самостоятельно справиться с этой проблемой! Мне нужна помощь, и я обращаюсь за этой помощью к вам!». В основе метода лежит идея перевоспитания, которая предлагает сделать не «проблемного» ученика проводником и защитником социальной нормы, с которой у него самого есть проблемы. Буллер ставится здесь в позицию ответственного за психологическое благополучие жертвы. Его контролируют другие ученики, тоже выполняющие задачу защитить жертву буллинга от эмоционального дискомфорта.

Содержание программы

- o **Блок А. Проблема буллинга (травли) в ученической среде**
- o **1.1. Определение буллинга, происхождение, виды и формы. Мифы и научные данные**

В вводной части программы дается информация о тех научных сведениях, которые на сегодня имеются в связи с феноменом буллинга: история, определение, отличие от других форм нарушений дисциплины, формы буллинга. Признаки того, что в классе есть буллинг. «Спираль буллинга», круг участников буллинга.

- o **1.2. Формы противодействия. Международный опыт.**

В форме лекции обсуждается опыт экономически развитых стран в вопросе прекращения буллинга: экологический подход системы образования США (Р.Лоуси), трехуровневая модель Д.Олвеуса, политическая воля и системный подход в образовании Великобритании.

http://www.psychologia.edu.ru/article.php?id_catalog=50

В заключении приводится анализ двадцатилетнего опыта работы: успехов и ошибок.

o **1.3. Системный подход к противодействию буллингу: работа на трех уровнях.**

o **В системной модели работа по противодействию буллингу в стенах ОУ ведется на трех уровнях: школы в целом, класса и отдельных учеников. Соответственно отвечают за работу администрация (Анибуллинг-комитет), учитель (классный руководитель), педагог-психолог, работающий с жертвами буллинга.**

o **Системный подход включает постоянную работу над улучшением психологической атмосферы школы – тех настроений и чувств, которые преобладают в среде учеников и учителей.**

o **1.4. Что может сделать один неравнодушный учитель?
Антибуллинг-программы на уровне класса**

o **В данной части программы слушатели знакомятся с программами на уровне класса: «Без кулаков», «Классный совет» и «Без обвинений». Проводится сравнение программ, рассматривается область применения каждой из них, ограничения и сильные стороны программ для одного класса.**

- o **Блок В. Антибуллинговая методика для учителя «Без обвинений»**
- o **2.1. Методика «Без обвинений»: описание этапов**
- o **Первый этап – подготовка. Включает:**
- o **1) Первый разговор с жертвой (см. ниже «Основные вопросы для интервью»)**
- o **2) Разговор с родителями жертвы**
- o **3) Информирование и подготовка других учителей**
- o **Второй этап - проведение**
- o **1) Встреча с группой помощников**
- o **2) Объяснить помощникам, в чем проблема, никого не обвинять и не дискутировать по поводу прошлого, никого не наказывать, а вместе взять на себя ответственность за происходящее: что может сделать каждый человек из группы? Вместо обещаний обсудить, что может сделать каждый, в конце разговора передать ответственность группе.**
- o **3) Второй разговор с жертвой примерно через неделю**
- o **4) Следующие беседы с каждым из членов группы; затем, возможно, повторные беседы – индивидуальные или с группой**
- o **Заключительный этап - праздник, возможно, даже с вручением диплома – примерно через 2 месяца.**
- o **Последующие действия – «держать руку на пульсе»**
- o **Поддерживать контакт с жертвой и ее семьей, регулярно осведомляться о том, как развивается ситуация у затронутого моббингом ребенка.**

o **Второй этап - проведение**

o **1) Встреча с группой помощников**

2) Объяснить помощникам, в чем проблема, никого не обвинять и не дискутировать по поводу прошлого, никого не наказывать, а вместе взять на себя ответственность за происходящее: что может сделать каждый человек из группы? Вместо обещаний обсудить, что может сделать каждый, в конце разговора передать ответственность группе.

3) Второй разговор с жертвой примерно через неделю

4) Следующие беседы с каждым из членов группы; затем, возможно, повторные беседы – индивидуальные или с группой

o **Заключительный этап - праздник, возможно, даже с вручением диплома – примерно через 2 месяца.**

o **Последующие действия – «держать руку на пульсе»**

o **Поддерживать контакт с жертвой и ее семьей, регулярно осведомляться о том, как развивается ситуация у затронутого моббингом ребенка.**

- o **2.2. Планирование шагов работы по методике, подготовка проекта работы с одним из учащихся.**
- o **1) Первый разговор с жертвой**
- o **2) Интервью с жертвой (см. ниже текст интервью)**
- o **3) Объяснить цель: исследовать, что произошло, кто в этом участвовал, а также кто может оказать поддержку.**
- o **4) Серьезно отнестись к состоянию жертвы, ее страхам, постараться снизить уровень страха и тревоги.**
- o **NB! Не встречаться с группой помощников без согласия жертвы!**
- o **3. Подготовка и информирование**
- o **1) Информирование других учителей**
- o **2) Формирование группы примерно из 6 человек, в которую входят как буллеры, так и нейтральные ребята – мальчики и девочки!**
- o **3) Планирование мероприятий**

o 4. Встреча с группой помощников

Основное послание: «У меня есть большая проблема в связи с тем, что одному из учеников (учениц) нашего класса приходится сейчас очень плохо. Я не могу самостоятельно справиться с этой проблемой! Мне нужна помощь, и я обращаюсь за этой помощью к вам!»

o Задачи:

- объяснить, в чем проблема (моя проблема), никого не обвинять**
- не дискутировать по поводу прошлого**
- никого не наказывать, а вместе взять на себя ответственность за происходящее**
- что может сделать каждый человек из группы? Никаких обещаний!**
- «Вы сможете это сделать!» - передать ответственность группе.**

o Провести повторный разговор примерно через неделю

o 5. Второй разговор с жертвой

- o 1) Узнать, какие произошли перемены, и какое сейчас самочувствие**
- o 2) Еще раз проверить, какие возможности влияния на ситуацию есть у жертвы**

ТИПИЧНЫЕ ОШИБКИ В ОБЩЕНИИ С ДЕТЬМИ

- o Властлюбивое или мстительное поведение – это серьезная проблема для самого ребенка, педагога и других детей. Важно не допускать типичные ошибки в ответ на провоцирующее поведение ребенка.
- o **Мы ошибаемся, когда в ответ на выходку в напряженной ситуации:**
- o • повышаем голос,
- o • произносим фразу типа: *«Главная здесь пока еще я»*,
- o • оставляем последнее слово за собой,
- o • начинаем кричать,
- o • используем такие позы и жесты, которые «давят»: сцепленные руки, разговор «сквозь зубы»,
- o • используем иронию или сарказм, хотя бы потому, что дети не понимают иронии, а просто воспринимают ее как что-то обидное и одновременно туманное,
- o • оцениваем характер ребенка,
- o • действуем как начальник (с превосходством), используем физическую силу,
- o • втягиваем в конфликт других людей, не причастных к нему,
- o • настаиваем на своей правоте,
- o • читаем проповеди,
- o • ставим ребенка в угол,
- o • оправдываемся, защищаемся или «даем взятку»,
- o • делаем обобщения типа: *«Вы все одинаковы»*,
- o • необоснованно обвиняем, придираемся,
- o • изображаем негодование,
- o • передразниваем детей,
- o • сравниваем одного ребенка с другим,
- o • командуем, требуем, давим,
- o • неуместно поощряем ребенка (некоторые «награды» напоминают взятки и подкрепляют плохое поведение).

Правила конструктивного взаимодействия с властными и мстительными детьми

- o 1. Научитесь акцентировать внимание на поступках (поведении), а не на личности ребенка.
- o 2. Займитесь собственными негативными эмоциями — выделите «свой вклад» в развитие конфликта.
- o 3. Не усиливайте напряжение ситуации.
- o 4. Обязательно обсудите поступок, но позже.
- o 5. Позвольте ребенку «сохранить» лицо.
- o 6. Демонстрируйте модели неагрессивного поведения.

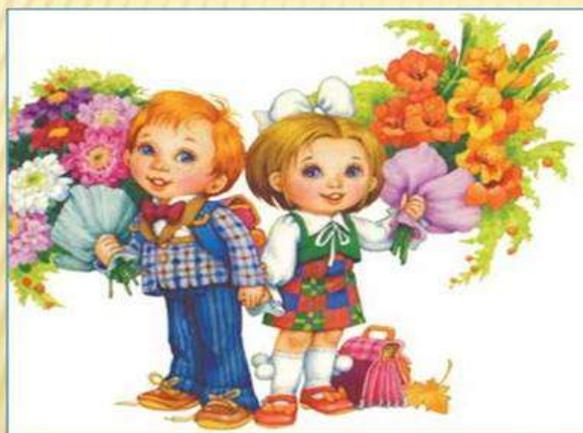
o **САНКЦИИ**

o За нарушениями поведения очевидным образом должно последовать наказание. В рамках нашей концепции говорится не о наказании, а о санкциях. Три отличия санкций от наказаний:

- o 1. Последствия должны быть тесно связаны с нарушением поведения. Санкции, которые вы применяете к ребенку, должны быть очевидно логически связаны с этим нарушением. Чем теснее связь и чем яснее она видна, тем ценнее этот опыт для ребенка.
- o 2. Санкции соразмерны проступку: интенсивность и тяжесть санкции должны быть соразмерны проступку. Санкции применяются не для того, чтобы унижить ребенка или успокоить обиженного учителя, а для того, чтобы научить ребенка в будущем выбирать правильное поведение. Соразмерная санкция не унижит, не обесценит ребенка.
- o 3. Санкции созидательны. Созидательная санкция не закроет ребенку путь к хорошему поведению в будущем. Для этого надо постараться избежать типичных воспитательных ошибок, то есть необходимо:
 - o – не называть имена и не сравнивать с другими,
 - o – не обвинять,
 - o – не стыдить и не позорить,
 - o – избегать морализаторства.
- o Формулирование санкции должно быть неэмоциональным, в вежливых терминах и основываться на фактах. Если санкции не связаны с поступком, не соразмерны проступку и не созидательны по форме, они превращаются в наказание, а следствием наказания становится обида, ожесточение, оборона.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ.

- ✘ *Успехов, терпения и радости
в общении с детьми!*



miranimashek.ucoz.ru