

Принято на МО

«Согласовано»

«Утверждаю»

классных руководителей

Заместитель директора по ВР

Директор  
«Гимназия №3»

МБОУ

« 28 » декабря 20 20 г.

Е.А.Пронюшкина

А.Ю. Морозов

« 28 » декабря 20 20 г. « 28 » декабря 20 20 г.



## Профилактика буллинга в школе.

### 1. Реагируйте на любые агрессивные проявления в вашем классе.

Не оставляйте ни одно агрессивное проявление ребёнка без внимания. Всегда говорите с ребёнком о его агрессивных проявлениях. Не обвиняйте, а найдите причину его поступка. Если ребёнок причинил кому-то психологический или физический вред, сообщите об этом его родителю и поделитесь проблемой со школьным психологом. Родители должны знать о том, как их ребёнок проявляет себя в школе. При этом сообщайте родителям и о позитивных проявлениях ребёнка.

### 2. Создавайте как можно больше возможностей в микрогруппах.

Работа с разными задачами в группах внутри класса всегда благотворно влияет на общую атмосферу в классе. Задачи могут быть совершенно разными: можно устраивать субботники, командные квесты, попросить учителей задавать парные или командные домашние задания и так далее. Чем больше будет групповой работы, тем проще одноклассникам будет найти общий язык друг с другом, а вам вовремя распознать и разрешить любую конфликтную ситуацию.

### 3. Ведите внеклассную деятельность.

Вне стен школы каждый ребёнок может

проявлять себя совершенно иначе и соответственно открываться с новой стороны для одноклассников. Например, в туристической поездке ребёнок, которому сложно найти контакт с одноклассниками, может быстро разжечь костёр или сварить вкусную кашу на костре. Более того, в таких поездках из-за отсутствия привычной атмосферы дети стремятся общаться с тем, с кем до этого общались мало.

### 4. Интересуйтесь проявлениями ваших учеников.

Индивидуальное общение с учениками не менее важно, чем групповое. Постарайтесь ежедневно уделять каждому вашему ученику несколько минут. Пусть даже это займёт две-три минуты, но это общение должно касаться не только учёбы, но и жизни вне школы. Спрашивайте у ребят, как они провели выходные, как успехи в кружке или секции, что сейчас читают или смотрят. Это позволит вам не только создать доверительные взаимоотношения с учеником, но понять его обычное эмоциональное состояние и в случае его изменения вовремя отреагировать.

### 5. Выделите сильные стороны каждого ученика.

У каждого человека есть положительные качества и сильные стороны. Учитесь видеть эти проявления в каждом вашем ученике. Это не только убережёт вас от некомпетентной предвзятости, но и позволит использовать это знание для работы с классом. Дайте ученикам понять, что у каждого из них есть то, что им нужно развивать и то, чем можно гордиться. Пусть класс знает, что вы видите в каждом из них что-то положительное и даёте этому качеству раскрыться. Здесь очень важно соблюдать баланс и не выделять кого-то больше, чем других.

#### **6. Работайте вместе со школьным психологом.**

Работа с психологом позволит вам точно выявлять и работать с проблемами как каждого ученика индивидуально, так и с классом в целом. Регулярные групповые занятия и тренинги дают возможность своевременно диагностировать и решать коммуникативные задачи, а социометрия (диагностика социальных ролей внутри группы) позволит выявлять изгоев внутри класса и проводить с ними индивидуальную работу.

#### **Профилактика буллинга и моббинга в школе.**

Буллинг и моббинг – травля, физическое и психологическое насилие. Травля — действительно серьезная социальная проблема и имеет очень плачевные последствия. В большинстве случаев упоминается лишь один тип травли – травля ученика учениками, гораздо реже упоминается учительский буллинг – травля ученика учителем. Надо понимать, что не бывает коллективов без конфликтов. Ссоры, недопонимания, обиды – все это обязательная составляющая любого детского и, тем более, подросткового коллектива. Конфликты возникают как между учениками, так и с учителем – например, ученик списывал, а наказали не того. Конечно, в жизни каждого школьника бывали случаи, когда учитель повышал на него голос, а одноклассники за что-то обижались. Все это – совершенно нормальные и обыденные ситуации, которые быстро находят разрешение и не создают серьезных проблем для участников конфликта.

Нужно отличать конфликт от буллинга и моббинга.

Буллинг и моббинг:

1. Это негативное и агрессивное поведение.

Насилие может быть в любой форме – и физической, и психологической. К физическому насилию можно отнести шлепки, удары, толчки, подзатыльники. Психологическое насилие заключается в унижении, высмеивании, давлении на жертву.

2. Оно происходит регулярно.

Один конфликт – это не травля. Травля происходит постоянно, регулярно, она не зависит от изменяющихся внешних условий, в отличие от обычных ссор. Это ежедневное, тяжелое насилие.

3. В этих отношениях участники находятся в неравных условиях, один из них наделен властью.

В обычных конфликтах участники равноправны, а при буллинге и моббинге всегда есть жертва и насильники. Если говорить о травле среди одноклассников, то преимущество всегда у лидеров класса, у группы подростков. В отношениях учитель-ученик, разумеется, преимущество у учителя, так как он наделен властью официально.

4. Это поведение умышленное.

Случайная ссора, внезапно вспыхнувший конфликт — это обычная школьная ситуация. Буллинг и моббинг — умышленная, целенаправленная травля, когда ситуации с насилием не только происходят регулярно, но нередко и тщательно планируются.

Жертвой травли может стать любой ребенок, но в группе риска дети, которые отличаются от большинства: лишний вес, наличие очков, слишком высокий рост или рыжий цвет волос, отличное от остальных материальное положение семьи, желание ребенка хорошо учиться, наличие у ребенка приемной семьи.

Выделяют несколько видов нападок:

- нападки на социальный статус (Одни черные! Нищоброд!)
- нападки на коммуникацию (Шепелявая! Кортавая!)
- угроза применить насилие и применение насилия
- нападки на социальные связи (отношения)
- нападки на внешность (Толстая!)

Наиболее распространенные акты буллинга и моббинга:

- 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 (бойкот)
- отбирание, прятание, повреждение школьных принадлежностей и/или других вещей, одежды
- необоснованные обвинения
- пинки, удары
- шантаж, вымогательство
- сексуальные домогательства

Прямой, активный буллинг и моббинг:

- дразнить

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

Непрямой, пассивный буллинг и моббинг:

- вредить репутации
- распространять слухи
- отбирать личные вещи и портить их

Особо жестокий буллинг и моббинг:

- Физическое насилие, заставляющее жертву страдать.
- Деяния, граничащие с уголовно наказуемыми.

Часто ситуации буллинга возникают вследствие целой совокупности факторов:

1. Искусственно собранная группа. Сами дети не выбрали оказаться в данной группе, а также не могут добровольно из нее выйти. Группа не отвечает интересам ребенка, ребенок сам не выбирает деятельность. Буллинг мало вероятен в ситуации, например, кружка по интересам или даже дворовой компании, ведь ребенок занят тем, что интересно ему, и может в любой момент покинуть группу. То есть практически все школьные коллективы оказываются так или иначе в зоне риска.
2. Позиция педагога. Чаще всего травля зарождается на глазах педагогов. По какой-то причине педагоги не пресекают детскую жестокость, а, возможно, и неосознанно в чем-то поддерживают издевательства над, например, неудобным ребенком, ситуация продолжает набирать обороты.
3. «Некомфортно в группе». Часто буллинг начинается в группах, в которых недостаточно механизмов для регулирования правил. Кому-то из детей необходимо чувствовать свое влияние на группу, отслеживать свой статус в группе, кому-то важно, чтобы были понятно, что происходит и какая-то предсказуемость.
4. Насилие в семье агрессора. Ребенок, который в своей семье оказывается «под ударом», находится в стрессовой ситуации. Часто дети, которые оказываются агрессорами и причиняют боль другим — в своей семье терпят насилие и унижение. Для того, чтобы заниматься профилактикой буллинга, достаточно того, что у вас есть учебный класс.

Вот какие способы можно использовать для улучшения атмосферы в классе:

1. Командообразование. Тренинг на командообразование может провести педагог, школьный психолог или приглашенный специалист. Взрослый берет на себя ответственность и собирает группу, учит ребят кооперироваться для достижения общих

целей. Желания лидеров класса быть в центре внимания может быть реализовано безопасным и достойным способом, ребята во время занятий учатся слушать и поддерживать друг друга.

Работа с групповыми правилами. Это очень полезная работа для группы, ее можно проводить также в рамках тренинга. Самое важное — что дети будут обсуждать, как можно друг с другом поступать, а как — нет, договариваться вместе. В моменты обсуждений у детей часто появляется своя точка зрения, они подбирают аргументы и т.д. Для такого процесса нужен специальный ведущий, который сможет уделить внимание всем и не продвигать правила, которые нравятся ему.

2. Сопровождение новых детей, курирование «бывальцами» новичков. «Новички» часто поначалу чувствуют себя в группе некомфортно. Если класс заинтересован, можно выделить сопровождающих для новых детей (можно даже из старших классов), или поделить роли. Если дети берут на себя ответственность за какую-то область жизни класса (подтягивание отстающих в учебе, организаторов концертов и чаепитий и т.д.) — это также возможность реализовать способности ребенка. Обсуждения с детьми. Ситуации, когда педагог предлагает детям высказаться, обсудить что-то также может быть полезно для участников. Можно обсуждать ситуации в классе, можно — какие-то мировые ситуации, а также можно смотреть и обсуждать мультфильмы, в том числе про буллинг.

3. Обсуждение ситуации буллинга, когда дети могут сами придумывать, что можно сделать в разных ситуациях, как они могут помочь другу и т.д. — это также является профилактикой. Смущаться такого разговора не нужно, наоборот, дети чувствуют себя взрослее и более ответственными, когда обсуждают разные реальные ситуации.

Рекомендации для работы с травлей:

1. Реакция на травлю. Травля часто происходит с ведома педагога. Для «жертв» травли страшно и непонятно, когда есть взрослый, который не может повлиять на ситуацию, и защитить ребенка. Очень важно, что педагоги реагируют, говорят о недопустимости насилия, террора, в том числе словесного, и останавливают это.

2. Не стоит жалеть и заступаться за «жертву», призывать остальных к жалости — часто это усиливает ситуацию травли. Не стоит также разбирать и обсуждать, что с «жертвой» не так. Даже если у ребенка есть какое-то особое поведение/привычки и проч. — когда дело доходит до ситуации травли дело не в этом, а в насилии, которое совершается в отношении ребенка в школе. И даже перемены привычек эту ситуацию, в большинстве случаев, могут не поменять. Дети могут не дружить, но не должны травить друг друга. Педагог должен выступить — это можно сделать по-разному — с идеей, что травля недопустима. Отказаться от того, чтобы считать травлю «нормальной», «так уж получилось», «ничего не поделаешь». Одна позиция педагога по этому вопросу значит для учеников очень много. Ценность этой позиции многократно возрастает в начальной школе.

3. Очень важно не нападать на агрессоров, не стыдить их за травлю. К сожалению, многие дети и сами не всегда понимают, что с ними происходит, когда они травят кого-то — это бывает малоосознанное поведение. Вместо этого стоит вместе с классом придумать, как бороться с травлей, как сделать так, чтобы ее не было, потому что травля - это неправильно и недопустимо.

4. Поддержка позитивных изменений. Детям важно, когда взрослые реагируют. Позитивная обратная связь — это то, что может поддержать ребят на пути к желаемому результату. Иногда педагоги предпочитают «не обращать внимание» на небольшие

достижения, потому что это еще далеко от цели. Однако более эффективно замечать и даже праздновать небольшие успехи. Это может быть чаепитие или игра по поводу того, что уже неделя/2 недели из класса ушла травля или что-то другое — на ваш выбор.

Когда острая фаза травли завершается, стоит подумать о том, что может поддержать класс, сделать его более дружным и т.д. На этом этапе хорошо индивидуально работать с «жертвой» травли, чтобы поддержать, помочь пережить негативный опыт. Если буллинга в классе нет, это хорошая точка, чтобы вернуться на стадию профилактики и снова подумать о квестах, играх и т.д.

Каждый ребенок хочет почувствовать внимание, заботу, поддержку, понимание. Причина детской жестокости кроится во взрослых, в социуме. Агрессивность социальных сетей, телевидения, агрессия или равнодушие и невнимание в семьях, неуспешность в учебе, невнимательность педагогов выливаются в агрессию между детьми. Легче предотвратить проявления буллинга и моббинга, чем бороться с последствиями. А для этого педагоги и родители должны находиться в тесном сотрудничестве, не замалчивать, не делать вид, что ничего не происходит, а быть откровеннее, внимательнее друг к другу, чтобы не получить потерянное поколение.