

«Профилактике явлений буллинга в техникуме»

*«Если что-то хорошо получается
и является полезным,
продолжайте делать это!
Если что-то не удастся,
сделайте это по-другому!»*

Вся история человечества – это история бесконечных войн и конфликтов. Культ насилия формировался в сознании человека тысячелетиями.

Конфликты – это часть нашей жизни. Конфликты могут сопровождаться агрессией, враждебностью, соперничеством, трениями. Но сами по себе они не создают условия для его возникновения.

Конфликты – это нормальное проявление человеческой жизни. В студенческих группах речь часто идет о власти и влиянии, в результате которых возникают группировки и несправедливые отношения. Отдельные случаи проявления грубости и наглости получают «место» для стабильной реализации. Если на такие инсценированные конфликты не обращают внимания и не прорабатывают, то из них может развиваться буллинг. **Важной причиной возникновения буллинга является отсутствие внимания к его проявлениям** и обоснованного беспокойства по этому поводу. Равнодушные наблюдатели становятся пособниками буллинга, где осуществляется формирование у одного из студентов статуса жертвы. Психологическое состояние избранного в качестве жертвы человека ухудшается. У него усиливаются защитные установки. Он становится все более уязвимым, и тем самым дает все больше поводов для того, чтобы его все сильнее изолировали и на него все больше нападали. Это явление известно ещё и как травля. Иницируется буллинг обучающимися, которые не понимают «по-хорошему», снова и снова нарушают правила, используют насилие и подавление других учеников, для утверждения своего авторитета, извлечения выгоды или как способ развлечься.

Выходки буллеров (так называют инициаторов буллинга) происходят на глазах у остальных детей, и это оказывает негативное влияние, как на «зрителей», так и на атмосферу, как в группе, так и в техникуме в целом. За человеком окончательно закрепляется статус слабого. Появляется эффект привыкания: его неадекватное поведение теперь воспринимается как такое, в котором он сам же и виноват. Человек сам начинает верить в то, в чем его обвиняют. Своими силами он уже не может справиться с ситуацией. Появляются первые признаки нарушения здоровья.

Не любая ссора является буллингом. Обычные конфликты возникают и разрешаются, проходят. В случае буллинга сохраняется постоянная враждебность, чаще всего по отношению к отдельному ребенку, - возникает длительный конфликт. Однако единичные или даже повторяющиеся случаи проявления нахальства или наглости еще не являются буллингом. Нужна длительность и систематичность.

Неравенство сил, повторяемость и неадекватно высокая чувствительность жертвы, - три существенных признака буллинга. Буллинг разнообразен, это не только физическая агрессия, а скорее и чаще – психологическая.

«Ученик или ученица подвергаются насилию или буллингу, если по отношению к ним неоднократно и на протяжении длительного времени совершаются действия негативного характера со стороны других учеников или учениц» - такое определение буллингу дал Дэн Олвеус.

Существуют определенные признаки, по которым можно распознать буллинг:

- кого-то зажимают в углу помещения;
- когда взрослый подходит к группе детей они: замолкают, разбегаются, резко меняют деятельность (могут обнять «жертву», как будто все в порядке);
- один из обучающихся ни выбирается другими (в изоляции);
- вся группасмеется над одним и тем же студентом;

- прозвища очень обидные;
- по лицу одного из студентов: бледный, красный (в пятнах), в слезах, напуган, трясет, признаки насилия на теле/лице;

Характеристики буллинга

Буллинг может происходить в любом коллективе. Поэтому важно сохранять бдительность, наблюдать за происходящим и при необходимости уметь действовать. Очевидно, что для этого требуется время. Практически у каждой группы и у каждого учителя есть свой собственный опыт в отношении буллинга и, вероятно, также в отношении того, как выходить из такой ситуации. В отдельных случаях буллинга привлекаются психологи, администрация техникума, родители.

Существуют обязательные правила профилактики буллинга для всех взрослых, работающих в техникуме:

- **не игнорировать, не преуменьшать значение.**

Если в техникуме пришли к общему пониманию и соглашению о том, что буллинг является проявлением насилия, то тогда даже у тех, кто не является прямыми участниками, повышается восприимчивость к ситуациям буллинга и появляется способность адекватно реагировать.

- **занять позицию.**

Если учителю стало известно о случае буллинга, или он стал свидетелем такого случая, он должен занять ясную и недвусмысленную позицию и попытаться добиться того, чтобы по меньшей мере «наблюдатели», а по возможности и сам буллер также изменили свою позицию в отношении буллинга, а также объяснить им, каковы психологические последствия для жертвы в этой ситуации.

- **разговор с буллером.**

Если стало известно о случае буллинга, необходимо провести беседу с зачинщиком, где, прежде всего, ясно дать понять, что в техникуме не будут терпеть буллинг.

- **разговор с жертвой буллера.**

Беседа с жертвой буллинга призвана, прежде всего, поддержать его, устранить чувство страха и угрозы, а также перестать скрывать буллинг. Очень важно защитить ребенка, ставшего жертвой буллеров.

- **разговор с группой.**

Обсудить с ребятами в группе случай буллинга. Такой разговор лишит ситуацию насилия покрова «тайны», сделает ее явной для всех, поможет разрешить конфликтную ситуацию, вместе обсудить имеющиеся правила против буллинга или выработать новые. При этом активно используется потенциал тех обучающихся, которые ведут себя позитивно.

- **проинформировать педагогический коллектив.**

Педагогический коллектив должен знать о случае буллинга и взять ситуацию под контроль.

- **наступление неотвратимых последствий.**

Буллеры должны встретиться с неизбежными последствиями своих действий. Сюда относится, в том числе, принесение извинений жертве и восстановление того имущества, которое было испорчено или отобрано.

Как же должны реагировать родители детей, подвергающихся буллингу?

Замечать возможные тревожные сигналы: ребенок расстроен после техникума (или даже готов заплакать), у него отмечаются проблемы с желудком, головные боли по утрам, он плохо спит. Эти симптомы могут свидетельствовать о наличии учебных страхов (перед

плохими отметками, другими неудачами), но могут также свидетельствовать о том, что ребенок стал объектом моббинга.

Если родители заметили тревожные сигналы, они должны дать понять ребенку, что у них всегда есть время, чтобы поговорить с ним. В разговоре посвятить ребенку все свое внимание, быть открытым, но в тоже время никогда не принуждать ребенка к разговору. Если ребенок доверился родителям для разговора, вести себя спокойно, сосредоточенно, не проявлять никакого раздражения или возбуждения (родитель должен быть сильным, а раздражение и нервозность – это признаки слабости). Нужно показать ребенку, что вы его понимаете, утешить его, но не надо стараться выглядеть всезнайками и поучать ребенка, т.к. это только еще больше подорвет его и так пошатнувшиеся самооценку и доверие к себе.

Если родитель узнал о буллинге от ребенка. Действовать незамедлительно: в присутствии ребенка позвонить учителю (поговорить с ним или договориться о встрече). В разговоре с учителем вести себя спокойно и благоразумно (воздерживаясь от бурных эмоций), но дать недвусмысленно понять, что как родитель вы чувствуете ответственность за то, чтобы с подобного рода насилием над вашим ребенком было покончено. Разговор с руководством техникума также обязателен, и должен быть проведен в таком же духе. Затем принять решение о том, следует ли ребенку на следующий день посещать техникум.

Задача родителей состоит в том, чтобы дать понять ребенку, что такого рода насилие не имеет шансов на продолжение. Чувствуя родительскую защиту, дети с удовольствием снова переключают внимание на другие темы. Снова пробуждаются самоисцеляющие силы, которые есть в каждом ребенке.