

## **ЯК ЗАПОБІГТИ БУЛІНГУ У НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ**

### **Із чого все починається?**

Найбільш жорстокі прояви булінгу зазвичай відбуваються в підлітковому віці. Тож вибір на жертву булінгу падає зазвичай не миттєво. Булер і його прибічники можуть почати над кимось насміхатися. Якщо реакція та, що треба (дитина лякається, плаче, нервово відповідає агресорам), то буде спроба повторити ці принизливі жарти знов і знов.

### **Чи можна запобігти конфлікту?**

Не в усіх педагогів є базові навички роботи в конфліктних ситуаціях, але більшою мірою врегулювання конфліктів — завдання психолога, який має проводити профілактичні бесіди з дітьми.

### **4 гри проти дитячої агресії у навчальному закладі**

На жаль, за останні чотири роки градус агресії серед молоді зріс у кілька разів. Учні навіть підсвідомо можуть прагнути влаштувати бійки і сутички.

Педагогам варто займатися запобіганням конфліктам. Вони повинні добре знати, чи є діти, з якими однолітки не хочуть спілкуватися, ігнорують. Чи є в колективі прояви булінгу щодо когось з дітей.

Пропонуємо один дієвий метод. Перед початком узань попросіть кожного учня на аркуші паперу написати прізвища чотирьох дітей, з якими вона хоче сидіти поруч за партою. А також прізвище того, кого вона вважає своїм найкращим другом. Коли вчитель проаналізує результати, то легко помітить, кого з дітей «забули», не згадали зовсім.

Цей метод має назву «розстановка сил». Завдяки йому можна дослідити комунікацію в колективі й дізнатися, хто в групі жертва, хто агресор, хто є неформальним лідером, а від кого відвернулися однолітки.

### **Як діяти батькам кривдника?**

Якщо проблема стала регулярною і неконтрольованою, батькам обох сторін — і того, кого ображають, і кривдників — треба вирішувати проблему спільно. І ця робота — дуже тонка й ювелірна, адже працювати доведеться з усіма сторонами конфлікту, включно із учнями — свідками булінгу, які теж відіграють певну роль.

Батьки кривдника вдома мають провести серйозний діалог з дитиною. Однак важливо не вдаватися до моралізаторства й уникати підвищених тонів. Із дитиною треба говорити як з рівною, тобто як з дорослим. Можна сказати, що ви розумієте, що вона, напевне, зіткнулася зі складнощами і тому поводитьсь таким чином. Треба запитати, чи можете ви якось допомогти — поговорити, порадити, запропонувати бесіду з психологом. Важливо показати дитині, що її хочуть зрозуміти, а не просто звинуватити.

### **Як діяти педагогу, якщо навчальний процес зриває агресивний учень**

Якщо діалоги не допомагають — це ознака того, що дитина не почута і що її не можуть зрозуміти.

Найчастіше причиною надмірною агресії стає бажання дитини звернути на себе увагу. А також це може бути наслідком різних подій — наприклад, розлучення батьків, переїзд, смерть одного з батьків.

Агресивна поведінка — спосіб висловити незгоду, спроба впоратися з реальністю, яка для дитини виявилася надто травматичною.

Дитина, за великим рахунком, і сама може не розуміти, чому так поводить. Відповідно, не може сказати, що з нею відбувається. Про це завжди варто пам'ятати, адже в дітей може не знайтися слів для висловлення своїх емоційних станів, якщо їм у цьому не допомогти.

### **Як діяти батькам жертви цькування?**

Батьки дитини, яку ображають, у свою чергу мають детально обговорити цю проблему зі своїм сином чи донькою. Однак слід пам'ятати, що участь батьків у конфліктах підлітків має бути дотичною.

Тому якщо справа дійде до походу батьків до навчального закладу, варто донести до педагогів та адміністрації не скарги та емоції, а факти й оцінку конфлікту.

А саме — недопустимість у навчальному закладі таких ситуацій. Тиск через педагогів або особиста розмова батьків жертви цькування з булером може навіть погіршити ситуацію. У такий спосіб дорослі дискредитують дитину в очах однолітків, перемикають силу авторитету на себе.

Не соромтеся відвести дитину до психолога, який навчить виставляти захисний щит проти проявів агресії однолітків. Дуже важливо за допомогою практичних прийомів психології навчити дитину самостійно себе відстоювати. Це важливий досвід становлення в соціальному середовищі.

### **Чи варто робити ситуацію публічною?**

Так, дуже важливо, щоб проблема була публічною, а про конфлікт знав весь навальний заклад: усі педагоги та учні. Однак педагогічний колектив у жодному разі не повинен подавати це таким чином, ніби батьки ображеної дитини прибігли до навчального закладу скаржитися з надмірними емоціями. Це лише все погіршить.

Важливо, щоб усі зрозуміли, яка це насправді жахлива ситуація. Не лише для скривдженої дитини, а й для педагогів, булера, інших дітей, усього навчального закладу.

### **Чи доцільне переведення до іншого навчального закладу?**

У складних випадках однозначно постане питання, як далі вчитимуться разом булер і його жертва. Імовірні варіанти: перевести постраждалу дитину до іншого навчального закладу, або ж має піти булер.

Якщо булера певним чином покарали, але залишили у навчальному закладі, це може лише обізлити його й спровокувати на подальшу агресію.

На певний час він зачайтись, а далі може використовувати різні прийоми психологічного насилля.

Щоб прийняти правильне рішення, треба вивчити всі обставини, з'ясувати позицію адміністрації навчального закладу, врахувати бажання скривдженої дитини та батьків булера.