**Будь рядом: что делать классному руководителю, обнаружившему буллинг?**

***Диагностика буллинга:***

• Ребёнок (подросток) регулярно подвергается насмешкам со стороны сверстников в оскорбительной манере, его часто обзывают, дразнят, унижают, либо угрожают ему, требуют выполнения пожеланий других сверстников, командуют им.

• Ребёнка (подростка) часто задирают, толкают, пинают, бьют, а он не может себя адекватно защитить.

• Ребята берут учебники, деньги, другие личные вещи ребёнка (подростка), разбрасывают их, рвут, портят.

• У ребёнка (подростка) есть следы - синяки, порезы, царапины, или рваная одежда - которые не объясняются естественным образом (то есть не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т.п.)

• Ребёнок (подросток) часто проводит время в одиночестве, исключён из компании сверстников во время перемен, обеда. У него, по Вашим наблюдениям, нет ни одного друга в классе.

• В командных играх ребята выбирают его в числе последних или не хотят быть с ним в одной команде. Никто не хочет сидеть с ним за одной партой.

• Ребёнок (подросток) старается держаться рядом с учителем или другим взрослым во время школьных перемен.

• Избегает говорить вслух (отвечать) во время уроков, производит впечатление тревожного и неуверенного в себе.

• Выглядит расстроенным, угнетенным, часто плачет.

• У ребёнка (подросток) резко или постепенно ухудшается успеваемость.

· Ухудшение психологического климата в учебном коллективе: отношения между обучающимися в коллективе накаляются, количество конфликтов увеличивается.

***Необходимые действия классного руководителя:***

· Ясная и четкая руководящая позиция учебным коллективом, без передачи полной ответственности детям (подросткам) за эффективное разрешение сложных ситуаций в коллективе учащихся.

· Организация встречи всех участников буллинга/кибербуллинга (жертвы, агрессора, других нападающих, свидетелей), вместе с педагогом-психологом/социальным педагогом для обсуждения ситуации, чувств ребенка-жертвы, возможных выходов из нее.

· Акцент делайте на работе с детьми-свидетелями травли: пассивными участниками и детьми (подростками), которые предпочитают никак не участвовать в изменении групповой динамики.

· Выделить в классе группу детей, которые могут оказать поддержку подростку, включить его в активную деятельность во внеклассной и/или внешкольной работе.

· Контроль детей (подростков) во время перемен и вне занятий (по возможности), организация игрового/досугового пространства.

· Создание свода правил, совместно с детьми (подростками), в отношении буллинга и поведения детей при столкновении (напрямую или косвенно) с травлей.

· Организация тренингов уверенного (ассертивного) поведения для детей-жертв буллинга/кибербуллинга.

· Проведение ежегодных опросов обучающихся на предмет выявления жертв буллинга/кибербуллинга.

· Изучение и обмен передовым педагогическим опытом по вопросам профилактики и разрешения ситуаций буллинга/кибербуллинга.

*Материал предоставлен Республиканским клиническим психотерапевтическим центром Министерства здравоохранения РБ.*

**Будь рядом: маршрутизация при буллинге для детей, столкнувшихся с этим явлением и их родителей**

Буллинг (травля) – очень болезненная и сложная тема для всех участников школьного сообщества.
О травле говорят, когда имеет место систематическое повторение похожих ситуаций с насилием по отношению к одним и тем же детям.
Помимо ребенка/детей, которые преследуют, и ребенка, которого преследуют, почти всегда присутствует большая группа детей – свидетелей происходящего, которые могут присоединяться (активно или неактивно, через поступки, улыбки, внимание и т.д.)
**Рассмотрим причины такого явления.**
- Подростки нередко воспринимают мир как враждебную среду, в котором лучшая защита — это нападение.
- Влияние индустрии развлечений и СМИ: агрессивные персонажи часто изображаются «крутыми», насилие трактуется как вариант решения проблем.
- Агрессия в семье, усвоенная с раннего детства, и агрессия со стороны педагогов.
- Возрастные кризисы, подростковые «бунты».
- Семейные драмы: расставание родителей и пр.
- Социальное неблагополучие семьи, бедность. Это провоцирует постоянный стресс, который может приводить к враждебному отношению к окружающим.
- Слабость управленческих умений классного руководителя, либо делегирование управления классным коллективом на лидера в классе, не всегда положительно настроенного.
- Отсутствие эффективных способов совладать со стрессовыми ситуациями, а агрессия закрепляется как выплеск психологического напряжения.
- Сложности с учебой и рефлексирующим общением, одиночество.
- Вредные привычки: алкоголизм, наркомания, курение.
- Отсутствие сформированных ценностей: доброта, великодушие, прогноз поведения (как своего, так и других людей), а также психологического механизма сочувствия и сострадания.

**Что делать ребенку, если он стал жертвой буллинга?**
- Не скрывать ситуацию от своих родителей! Часто только у взрослых есть возможности разрешить эту ситуацию до конца!
- Не мстить преследователям! Так как именно ты можешь оказаться виноватым, если нанесешь им увечья!
- Как бы не было тяжело, не воспринимать ситуацию, как неразрешимую! Выход есть и есть люди, которые тебе помогут!
- Обсуди эту ситуацию с классным руководителем! Он именно тот, кто обязан создать психологическую безопасность ученикам, в том числе и тебе, в классе!
- Не показывать свой страх и слабость перед преследователями, и вместо слёз и просьб о помиловании, задай им неожиданный вопрос, или же озадачь их своим знанием о чем-то нехорошем о них.
**Что делать родителю, если его ребенок жертва буллинга!**
- Обратиться к классному руководителю с предложением о совместном решении данной проблемы в классе.
- Ни в коем случае не решать на правах сильного с агрессором данный вопрос один на один!
- Научите своего ребенка не бояться своих одноклассников, у которых тоже есть проблемы.
- При резких изменениях в поведении Вашего ребенка (нарушение сна, аппетита, увеличение частоты заболеваний и т.д.) обратитесь за психологической помощью.
- Если у Вас есть необычное хобби, интересное детям, придите в класс и расскажите о нём одноклассникам Вашего ребёнка.
- Приглашайте одноклассников ребёнка, а особенно тех, кому он симпатизирует, как можно чаще к себе в гости.
- Развивайте у своего ребенка умения взаимодействовать с другими ребятами в классе и вне его.
- Не выделяйте своего ребёнка среди одноклассников «элитностью» одежды и особой гламурностью.
- Поддерживайте со своим ребенком уважительные, доверительные и дружеские отношения.
- При серьезных случаях издевательств над Вашим ребенком обратитесь в полицию!
Все дети рождаются замечательными, способными к доброте, заботе, любви, дружбе, взаимопомощи и т.п. Если (и это очень важный момент!) они это наблюдают и чувствуют по отношению к себе от близких, родных и значимых взрослых!

**Контакты для помощи при выявлении фактов травли в образовательной организации:**
- «Дети онлайн» (Москва) – 8-800-25-000-15 – с 9.00 до 18.00 (по московскому времени) - это служба телефонного и онлайн-консультирования, которая оказывает психологическую и информационную поддержку детям и подросткам, столкнувшимся с различными проблемами в сети.
- В социальной сети Вконтакте существует группа «Анти-КиберМоббинг» <https://vk.com/anticybermobbing>.
- В социальной сети Фейсбук есть сайт Травли нет. [https://www.facebook.com/travlinet/](https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fwww.facebook.com%2Ftravlinet%2F&post=-115462126_2229&cc_key=).

Регистратура ГАУЗ РКПЦ МЗ (ГАУЗ Республиканский клинический психотерапевтический центр Министерства здравоохранения РБ)
+7 (347) 285-77-07