

Булінг - тривалий процес свідомого жорстокого ставлення, фізичного і (або) психічного, з боку одного або групи дітей до іншої дитини (інших дітей).

Проблема булінгу ускладнюється тим, що булінг може носити прихований характер і завжди є явищем, яке систематично повторюється.

Булінг включає чотири головні компоненти: агресивну поведінку, регулярність здійснення, дисбаланс влади у відносинах учасників, навмисність

Жодна дитина не народжується з якимось особливим геном булінгу, який чекає на сприятливі обставини, щоб розпочати свою руйнівну дію.

Людина, яка поводить себе подібним способом є продуктом складних соціальних процесів, які через недосконале навчання і виховання, створюють антисоціальну особистість, схильну до агресивного маніпулювання іншими людьми.

За результатами всеукраїнського дослідження ЮНІСЕФ, яке походило в лютому 2017 року:

- 40 % жертв булінгу ні з ким не діляться проблемою. Навіть з батьками;
- 67% дітей стикалися з випадками булінгу;
- сором'язливі та закриті до спілкування діти стають жертвами булінгу в 2 рази частіше ніж інші;
- більшість дітей булять за те, що вони виглядають, говорять, думають не так як більшість оточуючих дітей;
- 24% українських школярів відносять себе до числа жертв боулінгу;
- 44% спостерігачів-школярів ігнорували булінг, тому що їм було страшно за себе.

Запобігання випадків булінгу в учнівському середовищі є важливим завданням, оскільки жорстоке ставлення до дитини неминуче призводить до негативних наслідків.

А якщо виявлено випадок булінгу в дитячому середовищі, як організувати роботу, щоб результат був ефективним?

Ситуації дуже різноманітні, ми будемо говорити про загальні принципи і кроки.

### **Алгоритм роботи для спеціалістів, які зіштовхнулися з булінгом в дитячому середовищі**

#### **1. Назвати явище і для дітей, і для дорослих.**

Потрібно зрозуміти, хто готовий взяти на себе відповідальність за припинення цієї справи. Ознака того, що готовий - якраз і є готовність назвати цькування цькуванням.

Далі, той дорослий, хто взяв на себе відповідальність, повинен поговорити з групою, в якій відбувається цькування і НАЗВАТИ явище групі.

Якщо не називаєте все своїм ім'ям, всі будуть робити вигляд, що нічого особливого не відбувається.

Ніяких «У Саші не ладиться з однокласниками».

Ми говоримо:

«Коли дитину навмисно доводять до сліз, систематично дразнять, коли відбирають, ховають, псують її речі, коли її штовхають, щипають, б'ють, обзивають, підкреслено ігнорують - це називається цькування. Це насильство. Булінг»

Діти досить часто не усвідомлюють, що саме роблять. У них в голові це називається «ми його дражнимо», або «ми так граємо», або «ми його не любимо». Вони повинні дізнатися від дорослого, що коли вони роблять так і так, це називається ось так і це - **неприпустимо**.

Буває, необхідно описати ситуацію з точки зору жертви. Часто це треба робити і для педагогів (часто від педагога можна почути «Подумаєш, діти завжди один одного дражнять»).

Можна запропонувати уявити собі: «Ось ви приходите на роботу. Ніхто не вітається, всі відвертаються. Ви йдете по коридору - ззаду смішки і шепіт. Ви приходите на педраду, сідайте. Тут же всі, хто сидить поруч встають і демонстративно відсідають подалі. Ви починаєте контрольну - і бачити, що заздалегідь записане на дошці завдання хтось стер. Ви хочете зазирнути в свій щоденник - його немає на місці. Пізніше ви знаходите його в кутку туалету, зі слідами ніг на сторінках. Одного разу ви зриваєтеся і кричите, вас тут же викликають до директора і вичитують за неприпустиму поведінку. Ви намагаєтеся поскаржитися і чуєте у відповідь: «Потрібно вміти знаходити спільну мову з колегами!» Ваше самопочуття? Як довго ви зможете це витримати?

## 2. Дати однозначну оцінку.

«Люди можуть бути дуже різними вони можуть подобатися один одному більше або менше, але це не привід для насильства. Люди на те й люди, що вони здатні навчитися бути разом і працювати разом без того, щоб .... Навіть якщо вони дуже-дуже різні і хтось комусь здається зовсім неправильним».

Можна навести приклади, що нам може здаватися неправильним в інших людях: зовнішність, національність, реакції, захоплення.

Навести приклади, як одна і та ж якість в різні часи і в різних групах оцінювалася по-різному. Звичайно, все це вийде, тільки якщо сам дорослий так щиро вважає.

## 3. Визначити булінг як проблему групи.

При виявленні що, хто, як ... ви почуєте: «А чого він? А ми нічого ... а це не я » і все в такому дусі. Зрозуміло, що толку від обговорення в такому ключі не буде.

Тому не треба його вести. Не треба сперечатися про факти, з'ясувати, що саме «він», хто саме що і т. д.

### **Потрібно позначити цькування - як хворобу ГРУПИ.**

Так і сказати: «Є хвороби, які вражають не людей, а групи, класи, компанії. Ось якщо людина не має руки, вона може підхопити інфекцію і захворіти. А якщо група не стежить за чистотою відносин, вона теж може захворіти - насильством. Це дуже сумно, це всім шкідливо і погано. І давайте разом терміново лікуватися, щоб у нас був здоровий, дружний клас».

Це дозволить насильникам зберегти обличчя і навіть надасть їм можливість хоча б спробувати приміряти роль конструктивного лідера.

І, що особливо важливо, це знімає протиставлення між жертвами-насильниками-свідками. Всі в одному човні, загальна проблема, давайте разом вирішувати.

З дітьми старшого віку можна подивитися і обговорити фільм «Опудало». З маленькими - «Гидке каченя».

#### **4. Активізувати моральне почуття і сформулювати вибір.**

Результат не буде міцним, якщо діти просто прогнутися під формальні вимоги вчителя. Завдання - вивести їх зі «стайного» азарту в усвідомлену позицію, включити моральну оцінку того, що відбувається.

Можна запропонувати дітям оцінити, яким є їхній внесок у хворобу класу під назвою «насильство».

Припустимо 1 бал - це «я ніколи в цьому не беру участь», 2 бали - «я іноді це роблю, але потім шкодую», 3 бали – «цькував і буду цькувати, це здорово». Нехай всі одночасно покажуть на пальцях - скільки балів вони поставили б собі?

У цьому місці ні в якому разі не можна намагатися викрити когось. Навпаки, потрібно сказати: «Яка я рада, у мене від серця відлягло. Ніхто з вас не вважає, що цькувати - це добре і правильно. Це чудово, значить, нам буде неважко вилікувати свій клас». Так моральна оцінка цькування стає не зовнішньою, нав'язаною дорослим, її дають самі діти.

Якщо група дуже загрузла в задоволенні від насильства, конфронтація може бути більш жорсткою.

Можна знову ж таки використати прийом з «гидким каченям». Нагадавши дітям той уривок, в якому описано цькування.

Сказати приблизно наступне: «Зазвичай, читаючи цю казку, ми думаємо про головного героя, про каченя. Нам його шкода, ми за нього переживаємо. Але зараз я хочу, щоб ми подумали про ось цих курей і качок. З каченям-то все потім буде добре, воно полетить з лебедями. А вони? Вони так і залишаться злими, нездатними ні співчувати, ні літати.

Коли в класі виникає схожа ситуація, кожному доводиться визначитися: хто він є в цій історії. «Серед вас є бажаючі бути злими індіками і курми? Який ваш вибір?».

Цей же прийом може допомогти батькам усвідомити, що якщо цькують не їхню дитину, а навпаки, це теж дуже серйозно. Їх діти знаходяться в ролі злих курей, а такі ролі присихають так міцно, що починають міняти особистість. Вони цього хочуть для своїх дітей?

#### **5. Сформулювати позитивні правила життя в групі і укласти контракт.**

До цих пір мова йшла про те, як не треба. Помилкою було б зупинитися на цьому, тому що, заборонивши дітям колишні способи реагування і не давши інших, ми провокуємо стрес, розгубленість і повернення до старого.

Момент, коли колишня, «погана» групова динаміка перервана, розкрутка її згубної спіралі припинена, найкраще, щоб запуслити динаміку нову. І це важливо робити разом.

Досить просто разом з дітьми сформулювати правила життя в групі.

Наприклад:

- У нас ніхто не з'ясовує стосунки кулаками.
- У нас не ображають один одного.

- У нас не дивляться спокійно, якщо двоє б'ються - їх розбороняють.

Але занадто багато і складно не треба, принаймні для початку. Правила виписуються на великому аркуші і за них всі голосують. Ще краще щоб кожен поставив підпис, що зобов'язується їх виконувати. Цей прийом називається «укладення контракту», він прекрасно працює.

Якщо правила хтось порушує, йому можуть просто мовчки вказати на плакат з його власним підписом.

## **6. Моніторинг і підтримка позитивних змін.**

Це дуже важливо. Дуже важливо щоб дорослий (дорослі), який взявся «розрулювати» ситуацію, не залишав групу. Він повинен регулярно питати, як справи, що вдається, що важко, чим допомогти. Можна зробити "лічильник одужання", яку-небудь посудину або дошку, куди кожен, кому сьогодні дісталось або хто бачив щось, що було схоже на насильство, може покласти камінчик або увіткнути кнопку. За кількістю камінців визначається, чи гарний сьогодні був день, краще на цьому тижні, ніж минулого і т. д.

Можна ставити спектаклі, складати казки і робити колажі про «хроніку одужання», зробити «графік температури» і т. д.

Суть в тому, що група постійно отримує щирий інтерес від авторитетного дорослого і як і раніше вважає перемогу над цькуванням своїм спільною справою.

## **7. Гармонізувати ієрархію.**

Ось тепер пора думати про популярність. Про те, щоб кожен мав визнання в чомусь своєму, міг пред'явити себе групі, бути корисним і цінним в ній.

Свята, конкурси, огляди талантів, походи, експедиції, ігри на командоутворення - арсенал багатий. Чим довше групі належить прожити в цьому складі, тим цей етап важливіший.

Ознака гармонійної груповий ієрархії - відсутність жорстко закріплених ролей, гнучке перетікання ролей: в цій ситуації лідером стає той, в тій - інший. Один краще всіх малює, інший забиває голи, третій придумує ігри. Чим більше різноманітної і осмисленої діяльності, тим здоровіша група.

Ну, це вже з серії «зовсім добре». Навіть якщо так не виходить, досить мирного, спокійного співіснування, а реалізовуватися діти можуть в інших місцях.

У разі виникнення насильства в освітній установі помилковою є думка, що треба попрацювати з дітьми, щоб вони змінилися.

Принципово важливо співробітникам розуміти, що їм також необхідно змінюватися, змінювати систему пріоритетів, цінностей, може бути, стиль взаємодії, систему заохочень і покарань, організувати нові види діяльності дітей, разом з ними розробляти правила співжиття, що забезпечують безпеку всім (і жертвам і переслідувачам і співробітникам).