**ЧТО ТАКОЕ БУЛЛИНГ?**

Буллинг — английский аналог слова «травля». В это понятие входит намеренная, постоянная травля, при которой явно прослеживается неравенство сил обидчика и агрессора; террор любого вида: психологический, физический, открытый и незаметный. Тычки, оскорбления, угрозы, драки, унизительные клички, высмеивание, бойкот, шантаж, издевательства, вымогательство и воровство — всё это проявления буллинга.

**ПОЧЕМУ НЕЛЬЗЯ ИГНОРИРОВАТЬ ЕДИНИЧНЫЕ СЛУЧАИ БУЛЛИНГА?**

Впервые сталкиваясь с буллингом, некоторые учителя и руководители предпочитают не вмешиваться. Такая политика связана, в первую очередь, с тем, что конфликты в детско-подростковом коллективе считаются нормальным и даже закономерным явлением, они учат детей отстаивать свою позицию, преодолевать сложности, решать проблемы — своеобразная подготовка к взрослой жизни. Однако попустительство «небольшому» насилию, как правило, приводит к его перерождению в буллинг слабых и непопулярных учеников, а также тех, кто чем-то отличается от других. Дети постепенно прощупывают границы дозволенного, начиная с малого, и, если всё легко сходит им с рук, они уже гораздо увереннее переходят к более жестким формам буллинга. Поэтому строго и бескомпромиссно пресекать необходимо даже самые незначительные проявления агрессии.

**ПРОФИЛАКТИКА**

Буллинг, как и любое явление, проще предотвратить и предупредить, чем искоренить. Практика многих стран показывает, что эффективному противодействию насилию в школах способствует выработка собственной антибуллинговой политики у школы, разработка и принятие нормативного документа или серии документов, регламентирующих политику учебного заведения в отношении насилия. Это могут быть правила поведения, должностные инструкции, алгоритмы действия, назначение ответственных за предотвращение, выявление и реагирование на случаи насилия. Принять этот документ мало — необходимо включить его в устав или кодекс школы, сделать так, чтобы все сотрудники, учащиеся и их родители были проинформированы и неукоснительно следовали принятым решениям.

Необходимо обеспечить безопасность всех помещений и территории школы: наблюдение за местами общего пользования (столовые, туалеты, коридоры, раздевалки, игровые площадки) и техническими помещениями. В этих местах (рядом с ними) всегда должны быть лица, ответственные за обеспечение безопасности детей, способные моментально среагировать в экстренной ситуации. Привлекайте также вспомогательный персонал — охранников, медицинских работников, библиотекарей, работников школьной столовой, гардероба, лаборантов и секретарей, ведь зачастую они становятся свидетелями конфликтных ситуаций, ссор и даже драк и могут повлиять на ход ситуации, заступиться, разнять или привлечь внимание учителей и администрации.

Немаловажно поддерживать правильный социально-психологический климат в классе и школе: создавать службу психологической поддержки для учеников и родителей, вовлекать учащихся и родителей в этот процесс, выбирать и формировать из них коллективы, ответственные за планирование и реализацию мер по поддержанию благоприятной атмосферы в коллективе. Поднимать и изучать в рамках учебной программы темы толерантности, терпимости, взаимоуважения, равенства и соблюдения прав человека.

Только в совокупности все эти факторы создают такую образовательную среду, в которой уменьшается вероятность возникновения буллинга и ситуаций агрессивного преследования одних детей другими.

**ЧТО ДЕЛАТЬ УЧИТЕЛЮ, ЕСЛИ В КЛАССЕ КОГО-ТО ТРАВЯТ?**

Учителю, заметившему малейшие признаки буллинга — в своем классе или вне учебного процесса (в коридоре, столовой, раздевалке, на школьном дворе), важно помнить главное: ни в коем случае не пускать ситуацию на самотёк. Сами дети не разберутся, а если и разберутся, то точно не мирным путем. Необходимо жёстко пресекать эпизоды буллинга и решительно давать понять агрессорам, что такое поведение недопустимо. Таким образом можно достичь сразу двух целей: во-первых, остановить насилие и помочь жертве, показать, что взрослый контролирует ситуацию и может защитить его, а во-вторых, заставить обидчика признать авторитет педагога, ведь обычно агрессоры стараются занять пустующую нишу лидера коллектива, «вожака» — если в лице педагога он увидит сильную, авторитетную личность, ему придётся уступить.

Если буллинг не удалось пресечь в первый же момент, и травля рискует приобрести затяжной, систематический характер, нужно дать понять агрессорам, что об их поведении осведомлены все, включая школьную администрацию, и что за каждым их шагом наблюдают педагоги и персонал, готовые при малейшем нарушении правил наказать буллера по всей строгости школьных правил. Такой подход называется «политика нулевой терпимости»: суровое, максимально возможное наказание за самые незначительные провинности. Разумеется, он не должен применяться ко всем детям подряд, только к буллерам и тем, кто не способен воспринимать другие формы диалога.

В большинстве случаев буллинг происходит именно в школе на уроках и переменах, а на факультативных занятиях, в кружках и секциях — гораздо реже. Это связано с тем, что на последние дети приходят добровольно, им интересны эти занятия, и уже не до агрессии и травли. В школу же некоторые дети ходят из-под палки, а на уроках скучают. Поэтому задача учителя — создать такую атмосферу, в которой у детей не будет ни желания, ни времени ссориться, обижать друг друга и травить выбранную жертву.

Класс необходимо объединять и сплачивать, и здесь отлично помогут различные мероприятия, круглые столы, дни самоуправления, совместные проекты, в которых участвуют буллер и его жертва. Особенно если жертва играет ведущую роль, и от неё зависит успех общего дела. Например, предварительно разбив учеников на пары, дайте им задание сделать газету, альбом, гербарий, провести исследование или составлять карту — что угодно, причём лучше всего на конкурсной основе. Волей-неволей обидчик и жертва будут вынуждены сотрудничать, а совместная работа, в которой результат зависит от усилий обоих участников, поможет сгладить углы и снизить напряжение.

Неплохо срабатывают и внеклассные мероприятия — прогулки, экскурсии и походы, особенно если у ребёнка, которого обижают, есть какие-нибудь уникальные навыки или умения: разводить костёр без спичек, ставить палатку, ориентироваться в лесу, управлять лодкой или играть популярные песни на гитаре. Такие походы помогут ему раскрыться, доказать собственную значимость и важность, утвердиться в глазах одноклассников. Помимо прочего, детям приходится общаться в непривычных для них условиях и необычной обстановке. Это нарушает устоявшийся расклад сил, освобождает как жертву, так и обидчика, от сформировавшегося контекста взаимоотношений и социальных ролей.

Если отправиться в поход возможности нет, попробуйте осторожно выделить ребёнка на фоне его одноклассников, дать ему какое-то серьезное поручение, возложить ответственность за что-то, подчеркнуть, как это важно и нужно, чтобы продемонстрировать его одноклассникам авторитет и помочь ему завоевать их уважение. Это может быть что угодно: уход за цветами, составление графика дежурств, выбор книг для внеклассного чтения — в общем, не так принципиально, что ребёнок будет решать, важен сам факт нужности и значимости. Однако здесь нужно быть очень деликатным, поскольку чрезмерное внимание к угнетаемому ребёнку может привести к тому, что его невзлюбят еще больше, теперь уже как «любимчика» учителя.

Необходимо искать союзников из числа других учителей, социальных педагогов, родителей, старшеклассников и друзей жертвы. Иногда срабатывает и обратный ход: можно поручить буллеру приглядывать за ребёнком, которого кто-то обижает, например, в параллельном классе: во-первых, у него банально станет меньше времени, чтобы издеваться над «своей» жертвой, а во-вторых, возложенная на него миссия подарит ощущение собственной значимости, ответственности, причастности к чему-то взрослому и серьёзному. Для детей, склонных к нарциссизму и стремлению к власти (а это практически все буллеры), такая задача станет отличным способом самоутверждения и при этом будет иметь позитивный, а не негативный окрас.

Справиться с буллингом невозможно в одиночку, поэтому необходимо выработать общешкольные правила совладания с буллингом, информировать других педагогов и впоследствии четко придерживаться утвержденной антибуллинговой политики школы.

**ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕ СТОИТ?**

Ни в коем случае нельзя собирать буллеров в группы и вести с ними воспитательные беседы, направлять их вместе к школьному психологу, проводить различные тренинги. Дело в том, что буллинг чаще всего не является следствием неконтролируемого гнева, вспышек агрессии и не мотивируемых эмоций. В основе обычно лежит холодный расчёт, распланированная стратегия поведения, методичное запугивание и унижение, поэтому взывать к совести, рассказывать о милосердии, отчитывать и апеллировать к состраданию здесь не станет выходом.

Опасным окажется и прилюдное выяснение отношений, коллективные разборки, принуждение буллера извиняться — он только ещё больше озлобится, и напряжение резко возрастет.

По этим же причинам не сработают разовые и краткосрочные меры: возможно, при вас буллер и перестанет на какое-то время задирать жертву, однако с утроенной силой будет травить её после школы, когда никто не видит.

**КАК РАССКАЗАТЬ ДЕТЯМ О ТЕРПИМОСТИ?**

Прежде всего, нужно не столько рассказывать, сколько показывать на собственном примере. Недопустимы ситуации, в которых педагог демонстрирует неподобающее отношение к ребёнку с какими бы то ни было особенностями, отпускает шутки или комментарии, ругает и отчитывает его при всём классе. Если вам стало известно о таком поведении кого-то из коллег, не бойтесь вмешиваться: вы не нарушаете субординацию и не вклиниваетесь в чужой рабочий процесс — вы останавливаете травлю и спасаете психологическое здоровье ребёнка. Доброжелательный стиль общения между всеми участниками образовательных отношений, недопущение дискриминации в учебном коллективе по какому-либо признаку — это фундамент позитивного микроклимата в коллективе.

Устраивайте с детьми открытые уроки или классные часы на релевантные темы, но не стоит напрямую поднимать острый вопрос. К примеру, допрос с пристрастием или лекции менторским тоном о том, что такое хорошо, что такое плохо, лишь навеют на детей скуку и станут бесполезной тратой времени. Ребёнок сам должен понять, построить собственные логические цепочки и прийти к самостоятельным выводам. Для этого можно предложить ему релевантную тему для размышления, задать сочинение на тему отношения к тем, кто слабее: животным, маленьким детям, пожилым людям. Также могут сработать коллективные обсуждения или изучение биографии выдающегося человека, имеющего особенности во внешности или развитии: Стивена Хокинга, Ника Вуйчича или любой знакомой детям личности, подходящей под эту категорию.

Привлеките учащихся к решению конфликтной ситуации. Формулировка «Ребята, у меня есть проблемы, и мне нужна ваша помощь в их решении» обязательно привлечет внимание детей, которым необходимо почувствовать себя взрослыми и важными. Скажите, что никак не можете придумать, как помочь определённому ребенку, которого, кажется, обижают. Таким образом вы как бы отстраните буллеров от их жертв, позволите им примерить другие социальные роли и в то же время призовете их на помощь, услышите их мнение на этот счет. Пусть они сами выскажутся, каким они видят выход из положения, при этом не чувствуя, что их в чём-то обвиняют.

**КАК И О ЧЕМ РАЗГОВАРИВАТЬ С РОДИТЕЛЯМИ БУЛЛЕРОВ И ИХ ЖЕРТВ?**

С родителями — неважно, жертвы или обидчика, — стоит сначала поговорить индивидуально, без свидетелей и вне родительского собрания: просто чтобы выяснить их точку зрения и степень осведомленности, ведь бывает и так, что никто в семье понятия не имеет, что происходит в школе. Родители буллера сами могут оказаться довольно жёсткими, властными и даже агрессивными людьми, что зачастую объясняет поведение их ребёнка: постоянно притесняемый и угнетаемый дома, он безотчетно захочет самоутвердиться хотя бы в школе — за счёт более слабого ученика. Поэтому учителю необходимо сохранять спокойствие и нейтралитет на каждой встрече, не поддаваться на провокации, мягко пресекать попытки манипулирования. Родители могут быть абсолютно уверены, что их ребёнок не способен на какую бы то ни было жестокость, поэтому стоит быть готовым к разговору на повышенных тонах. Объясните, что, если ситуация не изменится, придётся применять административные меры вплоть до исключения ребёнка из школы или обращения в соответствующие органы (в случае особенно жестокой травли с применением грубой физической силы или нанесения серьезного материального урона).

Если родители настроены миролюбиво, действительно хотят помочь своему ребёнку и готовы к конструктивному диалогу, разберите ситуацию с самого начала: в чём причина конфликта, где искать его истоки, какова обстановка дома, что тревожит ребёнка в последнее время, что для него изменилось. Бывает, что у родителей разлад или они собираются разводиться, ребёнок это чувствует и вымещает свою злость на одноклассниках. Попросите родителей объяснить ему: что бы ни происходило у взрослых, на ребёнке это никак не скажется и они всегда будут любить его.

Если же дома царит спокойствие и порядок, ребёнок не видит негативной модели взаимоотношений с внешним миром и огражден от любого вида жестокости, но сам ведет себя агрессивно, посоветуйте родителям отдать ребёнка в спорт, больше времени проводить на свежем воздухе, найти какой-то способ выводить лишнюю отрицательную энергию в мирное русло. В особо запущенных случаях стоит осторожно предложить походить ребёнку к школьному психологу — для начала, чтобы исключить расстройство личности.

Родителям ребёнка, ставшего жертвой буллинга, необходимо дать понять, что вы среагировали в ту же минуту, когда узнали о происходящем, чтобы у них не сложилось неверное впечатление, будто их ребёнка в школе некому защитить. Вы в курсе событий, теперь вы обо всём знаете и сделаете всё возможное, чтобы больше такого не допустить. В противном случае, не будучи уверенными в безопасности своего ребёнка и опасаясь эскалации конфликта, они могут потребовать исключения буллера из школы, вызова его родителей на внеплановое собрание. Но огласка и лишние разговоры, наоборот, могут только навредить — в первую очередь, жертве конфликта, поэтому постарайтесь убедить родителей для начала попытаться найти мирный выход из положения.

Попытайтесь вместе разработать план дальнейших действий — пусть родители знают, что вы принимаете непосредственное участие в жизни их ребёнка и заботе о нём тогда, когда их самих нет рядом. Определите список того, что необходимо сделать прежде всего.