Почему в детской и подростковой группах сейчас довольно частыми являются случаи проявления жестокости по отношению друг к другу, сейчас называемые иностранным словом «буллинг»? На самом деле такое явление существовало всегда, во все времена. Но в современном мире появилось огромное количество возможностей передачи информации с большой скоростью, что привело к увеличению форм, способов и инструментов выражения негативного отношения к кому-либо, агрессии и нетерпимости (отсутствия толерантности). Кроме того, росту агрессии в детской среде зачастую способствуют: агрессивная медиасреда, неблагоприятный эмоциональный климат в коллективе, семейное неблагополучие и пр.

Как противостоять проявлениям травли и подавления личности детей в коллективе сверстников в условиях образовательного учреждения?

Во-первых, важно, как можно раньше выявить такие случаи. В образовательных учреждениях города Якутска педагогами-психологами ведется планомерная психодиагностическая работа по раннему выявлению неблагополучного эмоционального климата в классных коллективах. Эта работа проводится во взаимодействии с классными руководителями. Инструменты социометрии позволяют установить «лидеров», «принятых», «отвергаемых» и так называемых «изгоев» среди детей в классе и по результатам исследования проводится коррекционная психолого-педагогическая работа. Но очень важно, чтобы родители также принимали активное участие именно в профилактике травли в жизни своего ребенка и всего класса. Иногда достаточно хорошей профилактикой агрессии может стать доверительный разговор со своим ребенком/подростком на темы толерантного отношения к окружающим. А для того, чтобы ребенок не стал объектом такой травли, рекомендуется чуть более внимательное отношение родителей к изменениям в поведении и привычного способа реагирования своего ребенка. Особенно это важно в адаптационный период (в начале учебного года, при переходе ребенка в другую школу или другой класс и т.п.), в начале каждой четверти, перед и после массовых классных и школьных мероприятий.

В 2021-2022 уч.г. специалисты МБОУ ЦПМСС провели исследование вероятного риска буллинга в классных коллективах. Данной диагностикой было охвачено 1161 обучающихся 6-х классов нескольких крупных городских школ. По результатам этого исследования выявлено, что 44% обучающихся удовлетворены обучением в школе, более 70% обучающихся имеют близких друзей среди одноклассников, около 52% школьников оценивают свое эмоциональное состояние в школе как «радостное». Полученные данные подтверждают то, что классный коллектив является одним из основных

механизмов в профилактике буллинга. Именно потенциал классного коллектива определяет наличие и отсутствие риска буллинга в группе, а также возможность его предотвращения на ранних стадиях. Такие результаты говорят о том, что педагоги-психологи ОУ проводят профилактическую, коррекционно-развивающую работу в классах активно и систематически. В 2022-2023 уч.г. педагогами-психологами и социальными педагогами МБОУ ЦПМСС продолжено это же исследование с охватом 1691 человек, причем диагностика проведена в тех же классах и в новых классных коллективах. В данное время результаты находятся в обработке. Результатом исследования станут методические рекомендации для проведения целенаправленных мероприятий в каждом конкретном классе.

Во-вторых, важно проведение групповых форм работы, являющейся наиболее эффективной в профилактике и коррекции проявлений буллинга. Так, специалистами МБОУ ЦПМСС за текущий год профилактическими групповыми занятиями и тренингами охвачено 2870 обучающихся школ города. А школьными педагогами-психологами, только в рамках Месячника психологического здоровья (с 17 октября по 18 ноября 2022 года), было проведено 2469 групповых мероприятий с общим охватом 43 143 обучающихся. (Для справки: в городе Якутске на сегодняшний день 52394 обучающихся.)

В-третьих, как бы тщательно не проводилась профилактика и коррекция травли в школьной среде сверстников, это не является, к сожалению, гарантией полного исчезновения этого явления, так как сегодня каждый ребенок имеет практически неограниченный доступ к собственным гаджетам, социальным сетям, развлекательным платформам и т п., а как мы упомянули в начале публикации, все это способствует увеличению форм, способов и инструментов выражения негативного отношения к кому-либо, агрессии и нетерпимости (отсутствия толерантности). Поэтому родителям рекомендуется организовать досуговую полезную занятость своего ребенка, тем самым ненавязчиво сократить время пользования телефоном и интернетом. Это сегодня доступно каждой семье, благодаря кружковой и внеклассной работе, организованной в школах.

В МБОУ ЦПМСС поступают заявки от образовательных учреждений города на проведение профилактических мероприятий. Специалисты Центра для родителей обучающихся провели родительские собрания, онлайн-занятия на такие темы как «Детская и подростковая агрессия. Что необходимо знать родителям», «Профилактика буллинга и кибербуллинга» и пр. с общим охватом 660 человек.

К началу текущего учебного года МБОУ «Центр психолого-медико-социального

сопровождения» разработана программа профилактики буллинга в образовательной среде «Доброта начинается с нас». Проведен ознакомительный семинар для педагогов-психологов школ города Якутска. Школьные психологи изучили механизмы комплексного взаимодействия всех участников образовательного процесса, направленные на профилактику и предупреждение буллинга/кибербуллинга среди обучающихся подросткового возраста в условиях общеобразовательной школы. Также они получили доступ к самой программе, в которой, кроме прочего, содержатся конкретные методические материалы, семинары для педагогов, родителей (законных представителей) и групповые тренинговые занятия для обучающихся.

Л.Ю. Колодкина, директор МБОУ ДО ЦПМСС

Как вести себя родителям, если ваш ребёнок - жертва буллинга?

1. Заручитесь поддержкой классного руководителя и педагогов. Объясните им положение вещей и попытайтесь добраться до сути конфликта: возможно, учителям известно гораздо больше, чем вам, и они помогут пролить свет на природу и характер конфликта.
2. Пообщайтесь с родителями обидчика. Делать это лучше всего тет-а-тет, не вынося на всеобщее обозрение: так шансы усугубить ситуацию значительно снижаются. Чтобы не быть голословным, соберите доказательства травли: диктофонные записи реальных угроз и оскорблений, скриншоты, подтверждающие кибербуллинг (посты, SMS, распечатки звонков, сообщения в социальных сетях), свидетельства одноклассников, друзей - в ход можно пустить всё, любую мелочь, если только это поможет защитить ребёнка.
3. Если же есть реальная угроза жизни, здоровью или благополучию, то вместе со всеми собранными доказательствами нужно направиться к директору школы. Если на этом уровне разрешить конфликт не удастся - в правоохранительные органы по месту жительства.
4. Формируйте буферную зону. Помогите ребёнку укреплять уже имеющиеся связи и строить новые, заводить друзей, которые могли бы прийти ему на помощь в беде, встать на его сторону или хотя бы сообщить учителям и взрослым о том, что происходит в раздевалке, на школьном дворе или в туалете. Приглашайте в гости одноклассников ребёнка, устраивайте тематические вечеринки, праздники и мероприятия, предлагайте сыну/дочери записаться в ту же секцию, что и его друзья — общие интересы сблизят их ещё больше и помогут найти новых знакомых.
5. Если ситуация зашла слишком далеко и не помогают ни разговоры с родителями обидчика, ни другие методы — переводите своего ребёнка в другую школу. Безусловно, это стресс, однако гораздо меньший, чем ежедневная травля и унижения. Но постарайтесь облечь это в какую-нибудь отвлечённую форму, например, скажите, что смена школы связана с уникальной учебной программой и сильными учителями — таким

образом, ребёнок не будет чувствовать себя побеждённым и вынужденным спасаться бегством от проблем, а наоборот — способным, талантливым и умным, переходящим в школу для одарённых детей.

6. Возможно, вашему ребёнку понадобится курс занятий с психологом, чтобы минимизировать последствия школьного буллинга и научиться новым стратегиям поведения.

Задача родителей – не просто защитить и поддержать ребёнка, столкнувшегося с ситуацией травли, но и научить его правильному, здоровому общению с окружающими людьми. В повседневной жизни очень трудно избежать столкновения со злом, жестокостью и агрессией. Ребёнок должен научиться говорить «нет», не поддаваться на провокации и манипуляции товарищей, знать, что в свои проблемы иногда правильнее посвятить взрослых, чем разбираться самостоятельно, и быть уверенным, что родные не отмахнутся от него, а помогут и поддержат в трудную минуту.

Главная защита от буллинга - это родительская любовь и внимание, доверительное общение, эмоциональный контакт, умение открыто обсуждать возникающие каждодневные трудности ребёнка.