**СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ**

***«Буллинг: причины, последствия, профилактика»***

**СЛАЙД 1.**Здравствуйте, дорогие коллеги, тема сегодняшнего мероприятия очень важная, ведь она связана с серьезной проблемой – проблемой травли в школе. Каждый из вас не раз сталкивался с понятием «буллинг», так что же это такое? Давайте попробуем дать определение этому понятию. *Ответы педагогов.*

**СЛАЙД 2.**Английское слово «буллинг» (bullying, от bully – хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник) обозначает запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе.

*Буллинг* – это сознательное физическое или психологическое насилие, направленное на одного и того же ребенка (или группу детей) и повторяющееся систематически на протяжении длительного времени.

Сейчас я хочу, чтобы вы закрыли глаза и максимально погрузились в ситуацию, которую я буду описывать. Представьте… ваш рабочий день… утро… вы заходите в школу, при виде вас коллеги подчеркнуто отворачиваются, начинают шушукаться, усмехаться… вы проходите мимо, они косо смотрят вам вслед со словами «пошла, корова, вынарядилась»…

Вы заходите в свой кабинет, готовитесь к уроку и обнаруживаете, что нигде нет подготовленного вами конспекта занятия, вы посмотрели на столе, на окне, под столом, в бумагах… нет… вдруг вы видите свой конспект разорванным на мелкие части в мусорном ведре…

На перемене вы записали на доске задание для контрольной работы, вышли из класса, а вернувшись, обнаружили, что задание кто-то стер…

Вы приходите на педсовет, с вами подчеркнуто никто не здоровается, вы садитесь на стул – все кто сидели с вами рядом, демонстративно встают и пересаживаются на другие стулья.

Вы приходите в кабинет директора, чтобы пожаловаться, описываете происходящую ситуацию, а в ответ слышите: «ну что вы… выпреувеличиваете… этого не может быть… вам показалось…» или «а может вы сами что-то не так делаете? Поработайте над собой… будьте приветливее, добрее…», «В конце концов, не обращайте внимание…».

Откройте глаза, опишите, что вы чувствовали, находясь в этой ситуации? Как долго вы сможете это выдержать?*Ответы педагогов.*

**СЛАЙД 3.**По данным статистики, каждый третий ребёнок в России сталкивался с буллингом в школе, при этом каждый десятый никому об этом не говорил. Ещё около 10% ребят участвовали в буллинге, как агрессоры или свидетели. Такие данные в конце 2020 приводили в [Общероссийском народном фронте](https://gdemoideti.ru/blog/exit.php?url=https://onf.ru/2020/12/15/yuristy-psihiatry-pedagogi-i-predstaviteli-nko-na-ploshchadke-onf-obsudili-shkolnuyu/).

Агентство «Михайлов и Партнеры. Аналитика» (данные приводятся в издании [«Педсовет»](https://gdemoideti.ru/blog/exit.php?url=https://pedsovet.org/article/nado-vynosit-sor-iz-izby-v-rossii-o-bullinge-i-suicidah-v-skolah-prinato-molcat)) выявило ещё более пугающие показатели:

* 52% ребят в возрасте 10-18 лет были жертвами буллинга;
* 32% страдали от психологической травли, а 26,6% – от физической;
* 15,2% – не станут говорить о происходящем ни родственникам, ни учителям, ни друзьям;
* лишь 0,5% детей готово идти в полицию.

**СЛАЙД 4-5.** Данные исследования риска буллинга в нашей школе, свидетельствуют о том, что в целом по классам результаты соответствуют нормативным значениям. Мы видим, что в 7Б высокие показатели по шкале небезопасности, в 10А по шкале разобщенности, в 9В низкие показатели по шкале равноправия.

Но всегда ли это значит, что в коллективе нет риска буллинга или ситуации травли? Данные исследования позволяют нам увидеть некое усредненное значение по классу, так, если один или несколько ребят имеют высокие значения по какой-либо шкале, а остальные нормальные или низкие, то в среднем результат по классу будет соответствовать нормативу, иными словами, одни едят капусту, другие – мясо, в среднем – голубцы. Таким образом, каждому педагогу, классному руководителю важно иметь постоянный контакт с учащимися своего класса, знать о межличностных отношениях и налаживать доверительные, дружеские отношения с детьми, чтобы иметь возможность вовремя заметить и повлиять на ситуацию в классе.

**СЛАЙД 6-7.** Итак,давайтевернемся к буллингу и определим основных его участников. Каких участников буллинга вы можете назвать? *Ответы педагогов.*

*Агрессор* – тот, кто является непосредственным инициатором травли. Считается, что инициаторами буллинга становятся дети из неблагополучных семей. Основной же характеристикой булли вне зависимости от методов травли или черт его характера является патологическое нежелание признавать ошибочность своего поведения, напрямую связанное со столь же патологическим стремлением к продолжению травли. Обидчик всегда думает, что проблема не в его собственном поведении, а в поведении его жертв.

*Жертва* – тот, на кого направлена агрессия.

* Тревожность, неуверенность в себе
* Нарушены коммуникативные навыки
* Отсутствие друзей
* Неадекватная самооценка (чаще заниженная)

*Наблюдатели* – свидетели травли (на первый взгляд не являются активными участниками травли, но играют в этом процессе очень важную роль – именно от их реакции – одобрения или осуждения действий агрессора зачастую зависит, как будут развиваться события).

**СЛАЙД 8-10.** Сейчася предлагаю посмотреть на слайды и подумать, кто из этих детей может стать жертвой буллинга? *Ответы педагогов.*

**СЛАЙД 11.**Важно понимать, что буллинг – это групповой процесс, жертвой которого может стать любой! Ведь группа, в которой происходит травля, по сути своей, является дисфункциональной, т.е. эта группа не созидает, а разрушает, члены этой группы начинают «жрать» тех, кто слабее, тех, кто чем-то отличается от них. И даже если выдернуть жертву из этой группы, ее место тут же займет кто-то другой. Именно потому в ситуации буллинга важно работать с группой, а не с отдельной личностью, будь то жертва или агрессор. Как вы считаете, кто должен пресечь травлю? *Ответы педагогов.*

**СЛАЙД 12.** По данным опроса родителей, педагогов и учащихся нашей школы, почти 80% считают, что пресечь травлю в школе должны педагоги, 62% считают, что родители, 53% - дети и 43% - администрация школы.

**СЛАЙД 13.**За динамику детской группы несет ответственность тот, кто этой группой руководит, именно поэтому *ключевым звеном в процессе травли является – классный руководитель.* По данным исследований,буллинг в начальной школе более чем в 90% случаев спровоцирован самим учителем. Зачастую педагог бессознательно, а иногда осознанно, подает сигналы детской группе относительно ребенка, который по какой-то причине вызывает у него неприятные эмоции, формируя, таким образом,негативное отношение к ребенку и подвергая его риску стать жертвой буллинга. Дети в начальной школе буквально считывают невербальные сигналы, настроение, эмоции учителя.Именно поэтому,педагогу, который столкнулся с буллингом в своем классе, очень важно,в первую очередь, задать себе вопрос: а как я отношусь к этому ребенку?

**СЛАЙД 14.** Для того чтобы бороться с буллингом, важно также уметь отличать его от конфликта. Как вы считаете, чем буллинг отличается от конфликта? *Ответы педагогов.*

**СЛАЙД 15.**Рассмотрим основные отличия буллинга и конфликта.

Во-первых, буллинг – это агрессивное по отношению к другим поведение, которое влечет за собой умышленные насильственные действия. То есть в отличие от конфликта, который тоже может закончиться дракой или оскорблениями, *буллинг – это намеренное и продуманное причинение страдания и вреда.*

Во-вторых, *буллинг – это долгосрочный процесс постоянно повторяющегося насилия.* Конфликт, каким бы острым и жестким он ни казался окружающим, – это одномоментное событие. У него есть четкий алгоритм развития – есть противоборствующие стороны, есть предмет конфликта (то, что стало яблоком раздора), есть период конфликтного взаимодействия (в процессе которого решается, кто прав, а кто не очень), и, наконец, есть однозначный итог, который, так или иначе, разрешает конфликтную ситуацию. Буллинг может продолжаться очень и очень долго, пока жертва и агрессор находятся в хоть каком-то личностном взаимодействии.

*В конфликте, в отличие от буллинга, обе стороны несут ответственность за происходящее.*Один оскорбил, другой ответил, первый пнул портфель, второй стукнул учебником по голове, это всегда обоюдный процесс. Причина же травли никогда не связана с поведением жертвы. Ребенок может пытаться игнорировать обидчиков, лезть драться, устраивать ответные пакости, делать фотожабы, пытаться подружиться с агрессорами и многое другое. Это никак не повлияет на агрессоров. При буллинге такая бесконечная петля насилия возникает потому, что жертва самостоятельно не может остановить травлю. И это третье, и очень важное отличие от конфликта.

Четвертый и, пожалуй, главный признак, который отличает конфликт от травли, – *дисбаланс власти и силы.* В случае конфликта обе стороны обладают одинаковой властью и способны влиять на ситуацию. Если ребенок утратил интерес к предмету конфликта, то ситуация разрешится сама собой. Если одна сторона получила желаемое, другая потеряла интерес, либо обе стороны нашли приемлемый компромисс, то конфликт исчерпает себя. *В случае же травли агрессор обладает определенными качествами или статусом, что дает ему ощущение власти над другим.*

**СЛАЙД 16.**Конфликт – важная часть взросления. Издевательства – нет. Издевательства ожесточают, травмируют, и этоне имеет никакого отношения к взрослению. Конфликт может быть разрешен детьми самостоятельно.

Буллинг – это уже патология, это сигнал, что дети не смогли справиться с вызовами взросления. *При буллинге единственный верный путь – вмешательство извне взрослых!*

**СЛАЙД 17.**Последствия буллинга. Именно школьный буллинг несёт наиболее тяжёлые последствия для ВСЕХ его участников — с точки зрения психологии, он негативно влияет и на жертву, и на тех, кто её травит, и даже на безмолвных свидетелей.

1. Снижение мотивации обучения и успеваемости обучающихся, вследствие нахождения их в ситуации постоянного стресса. А буллинг – это стресс для всех детей.
2. Суицидальные мысли и попытки суицида у жертвы буллинга.
3. Нападение на школу и одноклассников (скулшутинг, колумбайн и пр.). Как показывает опыт, в основе почти каждого случая с вспышкой насилия в школе лежит история травли.
4. Безнаказанность агрессора провоцирует его расширять границы, что может приводить к серьезным правонарушениям в будущем.
5. Социальная тревожность (появляются тревога и страх в социальных ситуациях, чувство стыда и неловкости).
6. Педагог, который столкнулся с травлей и не сумел с ней справиться, приобретает опыт бессилия, отчаяния, который заставляет усомниться в своих способностях и даже в призвании.
7. Профдеформации педагога (обвинение в происходящем детей или их семьи, агрессию в обществе, обстоятельства и пр.)

**СЛАЙД 18.** Выводы и рекомендации.

1. *Буллинг - это болезнь группы. Поэтому важно работать с группой, а не с отдельными участниками буллинга – жертвой или агрессором.*Наша задача – *перевести луч прожектора на саму травлю как явление, сделать мишенью насилие как таковое*. Не фиксироваться ни на жертве, ни на агрессоре, не переводить на них фокус внимания. Жертву лучше оставить в покое, не говорить о том, какой этот ребенок бедный-несчастный, не стремиться повысить его популярность, организовав выставки его работ и т.д. К агрессору же не стоит применять жесткие меры воздействия (агрессия порождает агрессию), с таким ребенком важно наладить дружеский контакт, интересоваться его жизнью, спросить его как дела, где-то помочь, заступиться, поддержать. Дать этому ребенку опыт другого общения, других взаимоотношений, так как, как правило, эти дети итак воспитываются в неблагоприятной атмосфере. Здесь можно обратиться за помощью к психологу.
2. *Учителю важно демонстрировать учащимся резко негативное отношение к любым появлениям агрессии, оскорблениям среди детей: «В нашем классе так себя не ведут!»*.Нужно понимать, что пассивное поведение взрослых равноценно одобрению для агрессора и отказу в помощи для жертвы. Раз мне никто не говорит, что я неправильно себя веду, значит, все хорошо и можно продолжать. Раз никто ничего не делает, чтобы прекратить издевательства, значит, я это заслужил, я сам виноват, мне надо потерпеть и т. д.Утратив возможность безнаказанно травить жертву, агрессоры теряют интерес и к самому процессу буллинга.
3. *Называть все своими именами.* Дети часто не осознают, что именно делают. У них в голове это называется «мы его дразним» или «мы так играем» или «мы его не любим». Мальчики, которых застали за перекидыванием рюкзака одноклассника, со слезами мечущегося между ними, могут сказать: «мы просто играли». Нет, это не игра. Игра – это когда весело ВСЕМ. И когда ВСЕ играют добровольно. Девочки, которые издевательски копируют или комментируют внешность одноклассницы, могут сказать: «Мы просто так шутим». Нет, это не шутка. Шутка не имеет целью причинить кому-то боль. Шутка – это когда весело ВСЕМ, в том числе тому, про кого шутят. Дети должны услышать это от взрослого: то, что вы делаете – неневинная забава, не игра и не шутка, это травля, это насилие, и это недопустимо.
4. *Хорошо, когда в классе есть свои правила и традиции.* Их необходимо обсуждать с детьми, подводить их к тому, что соблюдение этих правил важно для того, чтобы всем им было комфортно. Одна из основных задач возраста в конце начальной и средней школе – разобраться в правилах общежития, научиться жить в социуме. И правила должны задавать взрослые. Достаточно просто вместе с детьми сформулировать правила жизни в группе. Например: «У нас никто не выясняет отношения кулаками. У нас не оскорбляют друг друга. У нас не смотрят спокойно, как над кем-то издеваются – это немедленно прекращают». Правила выписываются на большом листе и за них все голосуют. Еще лучше – чтобы каждый поставил подпись, что обязуется их выполнять. Этот прием называется «заключение контракта», он прекрасно работает в терапевтических и тренинговых группах для взрослых, и с детьми тоже вполне эффективен. Если правила кто-то нарушает, ему могут просто молча указать на плакат с его собственной подписью.
5. *Поддержка позитивных изменений.* Можно сделать «счетчик травли», какой-нибудь сосуд или доску, куда каждый, кому сегодня досталось или кто видел что-то, что было похоже на насилие, может положить камешек или воткнуть кнопку. По количеству камешков определяется, хороший ли сегодня был день, лучше ли на этой неделе, чем на прошлой и т. д.
6. *Гармоничное распределение ролей в группе.* Признак гармоничной групповой иерархии – отсутствие жестко закрепленных ролей «лидеров» и «массовки», гибкое перетекание ролей: в этой ситуации лидером становится тот, в той – другой. Один лучше всех рисует, другой шутит, третий забивает голы, четвертый придумывает игры. Чем больше разнообразной и осмысленной деятельности, тем здоровее группа.

**СЛАЙД 19.** Проект профилактики буллинга в школе – травли НЕТ. На сайте проекта размещены материалы для педагогов, школьников и их родителей. На сайте вы сможете ознакомиться с методическим пособием для педагогов школ, пройти бесплатный онлайн-курс для учителей «Школа против травли». Курс состоит из 6 видео уроков (по 10-15 минут) и включает в себя дополнительные материалы. Вы научитесь замечать признаки травли, отличать ее от конфликта и других явлений, помогать вашим ученикам в сложных ситуациях.

**СЛАЙД 20.** Спасибо за внимание!

**СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ**

1. <https://gdemoideti.ru/blog/ru/ostanovit-travlyu-metody-borby-s-byllingom>
2. [травлинет.рф](https://xn--80aejlonqph.xn--p1ai/)
3. <https://www.youtube.com/watch?v=dHSOZM1V7es&t=3871s>
4. Цымбаленко Н.А. Буллинг. Как остановить травлю ребенка.: Питер, 2019 г.