Методические рекомендации

ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА, СКУЛШУТИНГА И КИБЕРАДДИКЦИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ

Предлагаемые методические рекомендации предлагают современные подходы к организации работы по профилактике буллинга в общеобразовательных организациях, в том числе за счёт интеграции медиативного и восстановительного подходов в воспитательную работу. В рекомендациях представлены методики для выявления буллинга, способы создания благоприятных условий безопасного образовательного пространства, формированию культуры конструктивного взаимодействия между всеми участниками образовательного пространства.

В последнее время в современном мире всё большую актуальность приобретает проблема агрессии и насилия. Особенно острой эта тема является в контексте образовательной среды. Всё чаще звучат такие понятия, как буллинг, скулшутинг. Что это такое, как предотвратить данные явления и что делать, если Вы уже столкнулись с этой проблемой?

Что такое буллинг?

Буллинг является разновидностью насилия. Буллинг – это использование преимуществ в силе, чтобы причинить физический, эмоциональный или интеллектуальный вред, это сознательное, продолжительное насилие со стороны индивида или группы в отношении человека, который не способен себя защитить. Причиной такого поведения является возможность самоутвердиться за счет кого-то и таким образом буллер заслуживает себе всеобщий авторитет.

Самым распространенным и актуальным на сегодняшний день является кибербуллинг – это термин, относящийся к множеству форм преследования

с использованием цифровых технологий, унижение с помощью мобильных телефонов, интернета, иных электронных устройств.

Школьный буллинг – это социальное явление, свойственное преимущественно организованным детским коллективам, в первую очередь, школе.

Многочисленные исследователи объясняют это обстоятельство тем, что школа – это универсальная «арена» для разрядки детьми своих многочисленных накопившихся негативных эмоций. В школе складываются определенные ролевые отношения среди детей в диапазоне «лидер-изгой». Буллинг в школе проявляется через различные формы физических или психических унижений, переживаемых детьми, со стороны других детей. Для одних детей это систематические насмешки, отражающие какие-то особенности внешнего вида или личности пострадавших; для других – порча их личных вещей, заталкивание под парту, вымогательство; для третьих – откровенные издевательства, унижающие чувство человеческого достоинства.

Если кого-то из детей в классе не любят, у него нет друзей, его неохотно принимают в игру, но насилия в его адрес нет, это не травля, а непопулярность. При непопулярности человеку может быть обидно, грустно и одиноко. При травле ему страшно, он чувствует себя не в безопасности. Никто не может обещать каждому ребенку в классе, что он будет всем нравиться. Но безопасность, физическую и психологическую, школа обязана обеспечить каждому ученику.

Методы повышения популярности, такие, как дать ученику важную роль в спектакле, рассказать в классе о его увлечениях и успехах, обычно не помогают решить проблему травли, более того, могут вызвать усиление насилия. Травить успешного может оказаться еще заманчивее, а ребенок, поделившийся с недружелюбным классом своими увлечениями и мечтами, может стать еще более уязвим. С непопулярностью можно и нужно работать, но только после преодоления травли.

Если дети поругались или даже подрались, при этом сегодня этот стукнул того, а завтра наоборот, или только что они дрались, а теперь вместе играют в футбол, если они взаимодействуют на равных, это не травля, это конфликты. Вовсе избежать ссор и даже драк невозможно, и не стоит ставить

такую цель, детям нужно научиться управляться со своей агрессией, отстаивать свои права, ссориться и мириться, и конфликты могут быть полезны для развития.

При травле нет смены ролей, нет равенства сторон конфликта, при травле одни всегда нападают, а другие всегда страдают. Травля не учит никого ничему хорошему, она не помогает развитию детей, а препятствует.

Буллеры применяют силу сознательно, оставаясь эмоционально спокойными и равнодушными, при этом они часто не встречают сопротивления, поскольку дети, которые чаще других подвергаются буллингу, отличаются низкой самооценкой, склонностью уклоняться от конфликтов, пугливы, чувствительны, замкнуты и застенчивы, часто тревожны, часто не имеют ни одного близкого друга.

Можно выделить некоторые особенности буллинга.

Во-первых, буллинг асимметричен – с одной стороны находится обидчик, обладающий властью в виде физической и/или психологической силы, с другой – пострадавший, такой силой не обладающий и остро нуждающийся в поддержке и помощи третьих лиц. Во-вторых, буллинг осуществляется преднамеренно, направлен на нанесение физических и душевных страданий человеку, который выбран целью. В-третьих, буллинг подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает здоровье, самоуважение и человеческое достоинство. В-четвертых, буллинг – это групповой процесс, затрагивающий не только обидчика и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь класс (группу), где оно происходит. В-пятых, буллинг никогда не прекращается сам по себе: всегда требуется защита и помощь пострадавшим, инициаторам буллинга (обидчикам) и свидетелям.

Одним из способов выявления ситуация буллинга является диагностика педагогом-психологом и (или) классным руководителем психологической комфортности и безопасности образовательной среды школы, особенностей взаимоотношений в классных коллективах. Для этой цели рекомендуется следующие диагностические методы и методики:

1. Методика «Психологическая безопасность образовательной среды школы» (И.А. Баева).

2. Методика оценки уровня психологического климата коллектива (А.Н. Лутошкин).

3. Определение индекса групповой сплоченности Сишора.

4. Методика оценки психологической атмосферы в коллективе (по А.Ф.Фидлеру).

5. Метод социометрии.

Профилактика буллинга

Школа является важнейшим звеном в системе государственных институтов по предупреждению и профилактике негативных явлений среди обучающихся.

Основной движущей силой в системе профилактики урегулирования конфликтных ситуаций, в том числе буллинга, в настоящее время в общеобразовательной организации является Служба школьной медиации (примирения). Школьная медиация интегрирует медиативные и восстановительные принципы в систему взаимодействия участников образовательно-воспитательного процесса в целом, что создает основу для эффективной работы с ситуациями буллинга.

Можно выделить два основных направления работы Службы школьной медиации (примирения) в ситуации буллинга:

а) индивидуальная работа с агрессорами и жертвами;

б) работа с сообществом класса.

Работа школьного медиатора с агрессором и жертвой проводится по процедуре восстановительной медиации. Работа с классом проводится с помощью восстановительной программы «Круг примирения» и «Круг исцеления».

«Круг примирения» используется, когда травля возникла в классе, и к ней привлечена значительная часть учеников. Во время проведения Круга группа обсуждает, что произошло; каждый имеет возможность высказаться по поводу конфликта и быть услышанным. После этого группа переходит к обсуждению того, каким образом можно решить сложившуюся ситуацию.

Важно помнить, что решение проблемы должно удовлетворить каждого участника Круга, только тогда процедура может быть завершена. «Круги исцеления» проводятся для обучающихся, которые уже прошли процедуру медиации. Именно с помощью таких Кругов проходит

их восстановление в обществе. Целью таких Кругов является улучшение взаимоотношений между людьми и возвращение их к тем отношениям, которые были до конфликта. Традиционно такие Круги начинаются с ценностей, а затем происходит обсуждение сложившейся ситуации, результаты медиации и перспективы восстановления отношений.

Примирительные программы при буллинге не желательно проводить исключительно силами ученической медиации (медиаторов-волонтёров), так здесь сложно соблюсти «силовой баланс» между обучающимися. Кроме того, в ситуации буллинга ответственными за пресечение подобных ситуаций являются взрослые, поэтому медиация сторон в «группах равных» как будто снимает с них ответственность.

Восстановительная антибуллинговая программа содержит следующие основные позиции.

1. Признание факта травли и негативных последствий этого для всех втянутых в нее участников (обучающихся, администрации, родителей, педагогов).

2. Прояснение происходящего (поскольку травля – скрытый процесс, и без понимания происходящего с разных сторон сложно принимать адекватные решения).

3. Обсуждение ситуации с участием всех участников травли.

На обсуждении имеет смысл не просто ставить вопрос, как решить ситуацию, а развернуть его в вопросы:

- Кому в ходе всех трагичных событий был причинен вред?
- К каким последствиям это привело?
- Кто и как их участников может эти последствия исправить?
- Как укрепить положительные тенденции, итоги, договоренности?

Школьному медиатору надо осознавать, сложность организации коммуникации при буллинге, её эмоциональную напряженность и быть готовым к проведению восстановительных программ не за одну встречу.

Педагог-психолог со своей стороны, включаясь в работу с ситуацией буллинга, при необходимости осуществляет диагностическую и психокоррекционную работу с обучающимися.

Основные мишени такой работы:

– диагностика и коррекция агрессии, улучшение навыков психоэмоциональной саморегуляции, развитие морально-нравственного сознания «преследователей»;

– развитие коммуникативных навыков, социальной компетентности, коррекция самооценки у детей, ставших объектом травли;

– усиление атмосферы взаимопомощи и поддержки, взаимного доверия в классе.

В зависимости от занимаемой обучающимся позиции в ситуации буллинга «жертва», «обидчик» или «свидетель» педагог-психолог проводит диагностику и коррекцию отклонений в эмоциональной сфере, развивает стрессоустойчивость и коммуникативные навыки, навыки принятия ответственности за собственное поведение. Педагог-психолог совместно с социальным педагогом оказывает психологическую и социальную поддержку, способствует укреплению позитивной самооценки, снижению асоциального поведения подростка.

Очень важной представляется работа с классом со стороны классного руководителя, поскольку травля является не формой персональных отношений между двумя детьми, а «симптомом» неблагополучия в классе. Существуют технологии работы, направленные на трансформацию способов поведения детей в классе с деструктивных и унижающих в сторону позитивных и помогающих, основанных на сочувствии и ценности взаимовыручки.

Классный руководитель может проводить занятия по сплочению классного коллектива в рамках:

- классных часов;
- групповых занятий с элементами тренинга;
- участия в благотворительных акциях;
- чтения и обсуждения книг, где поднимается проблема травли;
- просмотра и обсуждения кинолент на аналогичную тему;
- написания сочинений, эссе, изложений с элементами сочинения;
- театрализованных постановок;

и т.д.

Системная профилактика буллинга

Общее требование к организации профилактической работы – это повышение осведомленности и вовлеченности в профилактику всех участников образовательного процесса, поскольку к ситуации травли имеют отношение все. Эффективность профилактики буллинга в общеобразовательной организации будет зависеть от того, насколько она носит системный, а не эпизодический характер.

Реализуется системная профилактика на следующих уровнях: личностном, групповом, общешкольном, семейном.

На общешкольном уровне реализуются следующие направления профилактики:

– создание благоприятной и безопасной среды для развития и социализации личности обучающегося;

– улучшение качества взаимодействия всех участников образовательного процесса;

– оценка психологической комфортности и безопасности образовательной среды в школе;

– создание и поддержка эффективной работы службы школьной медиации (примирения), опирающейся в своей деятельности на восстановительные технологии;

– вовлечение обучающихся в работу службы медиации (примирения), в том числе путем формирования и обучения «групп равных», обеспечивать супервизию и помощь «группам равных»;

– использовать медиативный подход в работе с детьми «группы риска» для создания условий для выбора ненасильственных стратегий поведения в ситуациях напряжения и стресса и формирования навыков совладающего поведения;

– повышение компетентности педагогических работников в вопросах профилактики буллинга и сплочения классных коллективов;

– публикация, размещение и соблюдение правил против буллинга, принятых всей школой;

– поддержание высокой просоциальной активности школьников (их учебные и внеурочные интересы, кружки, профессиональные увлечения, спорт);

– обеспечение вмешательства любого из сотрудников школы в ситуацию травли сразу же, как только она была замечена.

На групповом уровне (классный коллектив) реализуются следующие направления профилактики:

– диагностика межличностных отношений в классах, с целью выявления случаев буллинга;

– проведение «Кругов сообщества» как способа позитивной социализации, позволяющий приобретать опыт участия в принятии решений, проявления активной жизненной позиции, уважительного и чуткого отношения к потребностям окружающих;

– реализация профилактических программ, направленных на сплочение классных коллективов, снижение конкуренции и обучение детей навыкам «активной дружбы»:

1) уважать друг друга и относится к другим как к равным,

2) радоваться успехам других,

3) стоять друг за друга,

4) принимать ценность каждого члена коллектива,

5) уметь позитивно общаться;

6) разрешать и урегулировать конфликтные ситуации.

Если в младшей школе тренировку этих навыков можно обеспечить во время игры, на переменах, после уроков на занятиях споротом, то в средней чаще используются схемы наставничества или консультирования с привлечением старшеклассников.

На личностном уровне реализуются следующие направления профилактики:

– психокоррекционная работа с обучающимся, имеющими агрессивные, насильственные и асоциальные проявления;

– психокоррекционная работа с обучающимися, проявляющими виктимное поведение (склонность становиться жертвой);

– проведение процедуры медиации и других восстановительных технологий с участниками школьной травли;

– при постановке участников буллинга на профилактический учет, реализация индивидуальных профилактических программ.

На семейном уровне реализуются следующие направления профилактики:

– просветительская работа с родителями по формированию их позиции в отношении пресечения буллинга;

– адресная информационно-просветительская работа с родителями (законными представителями);

– организация встреч с родителями детей, которые участвуют в школьной травле;

– консультации и тренинги на тему стилей воспитания, семейных конфликтов, психологических особенностей детей разного возраста.

В работе педагога-психолога, классного руководителя по профилактике буллинга важное место занимает работа с определенными обучающимися и с классом в целом. К каждому обучающемуся необходимо найти свой подход, поддерживать и помогать в трудные моменты жизни, учитывая особенности личности.

Педагог-психолог, реализуя профилактику буллинга среди обучающихся, особое внимание должен уделять коррекции имеющихся социальных девиаций, выстраиванию в классе доброжелательных, дружественных и доверительных отношений. Очень важно выстроить в ходе совместной работы в классном коллективе отношения, основанные на взаимопомощи и поддержке.

Для создания безопасной психологической среды в образовательной организации необходимо объединить профилактические мероприятия в единую систему. В основном меры при профилактике буллинга в образовательных организациях сводятся к формированию определенных установок у обучающихся, а также введению правил и норм, направленных против буллинга.

Если говорить о методах профилактики буллинга в образовательном учреждении, то необходимо учитывать возраст детей. Понятно, что профилактика буллинга среди несовершеннолетних, в зависимости от школьной параллели, где она будет проводиться, отличается по своему содержанию. То есть, занятие по профилактике буллинга с обучающимися младших классов не тождественно аналогичному уроку в среднем учебном звене. Например, на классном часе по профилактике буллинга в школе

можно показать презентацию или социальный ролик на тему травли и затем обсудить его с детьми. При этом с учениками начальной школы можно посмотреть мультфильм (подойдут «Гадкий утенок» или «Дамбо»), а для подростков больше подойдет кинофильм (например, «Чучело» или «Чарли и шоколадная фабрика»). Игры, направленные на улучшение социальных и коммуникативных навыков, при условии их правильного выбора будут интересны не только младшим школьникам, но и подросткам.

Профилактическая программа по предотвращению школьного буллинга должна осуществляться на протяжении всего периода обучения.

Работа с родителями

Несмотря на все усилия, педагогам не справиться с проблемой травли в одиночку – необходима помощь родителей (законных представителей). Желательно всех, но в первую очередь это должны быть родители агрессоров и жертв. Особенно результативно привлекать родителей к профилактике буллинга в начальной школе. Во-первых, именно они первыми могут заметить, что с ребенком что-то не так. Во-вторых, дети в этом возрасте очень доверяют мнению мамы и (или) папы и пока еще считают его самым авторитетным. Тогда как подростки более склонны к откровенности с друзьями и именно к их советам больше прислушиваются.

И когда мы говорим о профилактике буллинга в подростковой среде, становится ясно, что и здесь не обойтись без помощи родителей. Невзирая на собственный нигилизм (подчас напускной), подростки в глубине души продолжают прислушиваться к мнению значимых взрослых и ждут их оценки тех или иных действий. Поэтому родителям проще, чем кому бы то ни было, объяснить своим детям, что в случае с травлей нельзя оставаться в стороне.

Но для этого они сами должны придерживаться подобного мнения.

Существуют определенные технологии привлечения родителей к профилактике буллинга. Существуют родители, как это ни странно, которые до сих пор не знакомы с проблемой травли либо не считают ее чем-то серьезным. Поэтому в первую очередь нужно создать правильное информационное поле. Для этого необходимы:

– родительские собрания на тему травли, кибербуллинга, детских суицидов, жесткого обращения с ребенком в семье;

Родительское собрание — это, в первую очередь, встреча на которой учитель может рассказать о каких-либо новостях школы, рассмотреть возможные стратегии управления классом, обсудить с родителями возможные события из жизни класса, в реализации которых родители могут или принять участие или дать свое согласие на их проведение. Родительское собрание также может быть и должно быть платформой для обсуждения проблем класса. Однако отметим, что на собрании должны обсуждаться проблемы класса как коллектива, а не проблемы отдельных детей.

– персональные беседы с родителями зачинщиков и детей-изгоев;

Поводов для проведения персональной встречи может быть достаточно много. При этом инициатива может исходить как от школы, так и от родителей. Рассмотрим различные варианты подобных встреч. В частности, поводом для встречи может послужить ваша инициатива — узнать, как обстоят дела вашего ребенка в школе, или же зачастую может складываться ситуация, при которой ребенок постоянно жалуется дома на какого-либо учителя, инициация личной встречи может быть продиктована именно этим обстоятельством. Нередко поводом выступает и обратная ситуация — классный руководитель или конкретный педагог инициирует встречу с родителем конкретного ребенка.

– тренинги;

– консультации на тему стилей воспитания, семейных конфликтов, психологических особенностей детей разного возраста.

Реагирование

- ✓ Прекращение насилия

Став свидетелем издевательства, драки или узнав о них, работники образовательного учреждения должны немедленно вмешаться, при необходимости – призвать на помощь охранников или коллег.

Главная задача – разнять стороны, прекратить насилие и, если нужно, оказать первую помощь пострадавшим. Так же должны поступить и учащиеся – немедленно сообщить взрослым, призвать участников прекратить насилие, разнять дерущихся, если это не угрожает их безопасности.

- ✓ Оказание первой помощи

До прибытия медицинского работника образовательного учреждения или при его отсутствии первую помощь пострадавшему оказывает любой

работник образовательного учреждения, который при обнаружении (или подозрении на наличие) у пострадавшего травм и повреждений вызывает скорую медицинскую помощь и незамедлительно информирует о происшествии родителей.

✓ Информирование о случае

Об инциденте необходимо проинформировать классного руководителя (классных руководителей) участников конфликта, ответственного заместителя директора, директора образовательного учреждения, а в их отсутствие –дежурного администратора. В зависимости от ситуации, характера

и последствий случая директор образовательного учреждения информирует о нем Департамент образования, правоохранительные органы.

✓ Регистрация случая

Необходимо установить:

- реальность факта совершения насильственных или дискриминационных действий;

- длительность и повторяемость этих действий (первый и единственный случай, повторные насильственные действия или систематические издевательства);

- характер действий и обстоятельств, при которых они происходили;

- участников действий (пострадавший, обидчик, активные последователи, свидетели, защитники);

- состояние пострадавшего;

- мотивацию совершения насильственных действий, проявлений дискриминации;

- отношение свидетелей к происходящему, пострадавшему и обидчику;

- динамику происходящего, возможных последствий насилия для всех его участников и вероятной модели развития ситуации.

В ходе разбора случая может потребоваться беседа с родителями участников.

✓ Завершение случая

Случай с проявлением насилия может считаться завершенным после того, как всем его участникам оказана помощь, в отношении обидчиков приняты воспитательные и при необходимости дисциплинарные меры,

обстановка в классе (группе) нормализовалась и повторных проявлений насилия со стороны обидчиков (или других лиц в отношении пострадавшего или других учащихся) не наблюдается в течение 3–4 недель.