

«Предотвращение буллинга в общеобразовательной организации»

Любая проблема решается только тогда, когда есть тот, кто ее решает, кто берет на себя ответственность.

Кто может быть ответственным? Мы помним, что травля — болезнь группы, значит, работать с ней должен тот человек, который общается с группой и руководит ей, кто может задавать правила игры.

Профилактика школьного буллинга представляет собой одну из наиболее актуальных задач.

Профилактика буллинга должна включать в себя такие аспекты как предохранение, предупреждение, предостережение, устранение и контроль.

Профилактическая работа предполагает изменение социальной, семейной, личностной ситуации обучающегося путем применения специальных педагогических и воспитательных мер, способствующих улучшению качества его жизни и поведения, с помощью изменения личностных ориентаций.

Основной целью профилактических мероприятий ситуаций буллинга является помощь детям научиться совладать со стрессовой ситуацией и агрессией.

Задачами профилактики буллинга являются:

- подготовка педагогов для работы с трудными детьми и разрешение ситуаций буллинга;
- содействие улучшению социального самочувствия обучающихся;
- психолого-педагогическое просвещение родителей;
- устранение психотравмирующей и социально опасной ситуации;
- развитие толерантности и социальной компетентности у обучающихся;
- изменение представлений обучающихся о самом себе и об отношениях с окружающими.

Работа по профилактике школьного буллинга включает в себя деятельность всего педагогического коллектива, а также, работу с родителями, обсуждая со всеми участниками образовательного процесса причины возникновения данного явления.

В работе по профилактике буллинга могут использовать арт-терапевтические методы

Так же для профилактической работы по буллингу и для предотвращения проявлений агрессии и конфликтных ситуаций в школе специалисты по данной проблематике рекомендуют следующие упражнения, которые подходят для подростков.

Позитивный лидер в детском коллективе

Взрослый, способный объединить детей вокруг позитивных ценностей и позитивных стратегий коммуникации, научить их разрешать конфликты и позитивно взаимодействовать.

Если в коллективе есть такой взрослый, то сколько бы ни было детей, отличающихся от других (а травят чаще тех, кто чем-то отличается от большинства), либо детей, которых недолюбливают (а «недолюбивание» не травля), буллинга в коллективе не будет, потому что лидер его не допустит.

Позитивные ценности как видимая часть школьных будней

Можно на классном часе обсудить ценности класса, прописать их и повесить на видном месте.

Одна из ценностей звучит так: мы не оцениваем и не осуждаем внешность, взгляды, интересы, религию, национальность человека. Эта ценность не просто должна висеть на стене а , к ней каждый день возвращают учеников. Если где-то в коридоре слышат, что кто-то говорит что-то, например, о национальности другого ученика, его тут же ловят и показывают ему: «Смотри, дружок, что у нас здесь написано?

А ты сейчас что сказал? Как ты думаешь, как он сейчас себя чувствует, в этот момент?»

Даже если этого нет на уровне всей школы, ничто не мешает учителю самому разработать правила, действующие в его классе, к которым он будет детей возвращать при необходимости.

Внеурочная деятельность и командообразование

Праздники, поездки, походы, дополнительные активности. Можно креативить: например, объявить пятницы днями дружбы и раз в неделю каждый ученик должен будет говорить приятные слова другим детям в классе.

Можно играть в снежный ком. Это когда все кидают друг другу мяч и говорят свое имя и называют любимые вещи, предметы, еду, явления — на первую букву своего имени. Например: «Меня зовут Света и я люблю сок». Или прекрасная игра «правда или ложь», когда пишется три факта, два из них правда, один неправда, и надо угадать, что есть что. Также можно предложить детям завести традицию писать заболевшим детям письма от класса.

Развитие эмоционального интеллекта

Эмоциональный интеллект класса развит на достаточном уровне, если в этом классе дети могут проявлять свои чувства, в том числе негативные, пустить слезу, задать любой вопрос, и их будут принимать как учитель, так и все остальные дети.

Вот один из приемов развития эмоционального интеллекта в школьном классе. Утро, пришел учитель, здравствуйте, дети, все кивнули головой, сели. А почему бы детям друг друга не поприветствовать в начале урока? Повернулись к соседу через проход, сказали «как я рад тебя видеть», улыбнулись, сели. И настроение уже другое. Урок закончился, сказали соседу «классно поработали». Все, уже с другим настроением ушли на перемену.

Класс с высоким уровнем эмоционального интеллекта — это класс, в котором слезы и любые другие эмоции понимаются и позволяются, где

энтузиазм подбадривается, любые вопросы приветствуются, как источник познания, где все чувства, ценности и мнения важны, где каждый ребенок и/или взрослый принимается таким, какой он есть. В школьных коллективах с развитым эмоциональным интеллектом, как правило, не бывает травли.

Групповая работа на уроке

Это самое интересное, при этом наименее изведенное в России. Более того, многие учителя боятся групповых занятий (считая, что получится балаган). А зря. Если занятия в группах организованы правильно, балагана не будет. Это и отличная профилактика буллинга, и доказанный путь повышения академической успеваемости.

Один из важных элементов профилактики буллинга — постоянное перемешивание детей в группах. Да, для предотвращения буллинга нужно всячески противостоять тому, чтобы дети объединялись в группировки.

— Еще один важный момент — это предоставленная тихим детям возможность оказаться в ситуации успеха, это тоже профилактика травли.

— А лидеры чувствуют себя сильными без агрессии и без свиты (как правило, у ребенка-буллы есть свита).

— Учитель от таких уроков получает обычно большую отдачу, это профилактика выгорания у самого учителя. Опыт показывает, что в классах у выгоревших учителей буллинг встречается гораздо чаще.

«Коробочка с предложениями». Необходимо дать возможность учащимся высказать свои предложения о том, как правильно вести себя. Некоторые идеи можно записать на доске. Список правил следует переписать на листок и вклеить в дневник. Поставьте «Коробку с предложениями» на видное место в классе и объявите, что любое предложение будет учтено. Положите рядом стопочку бумажек, чтобы все могли написать свои предложения и бросить в коробочку.

«Тетрадь достижений». Цель — фиксация внимания на позитивных достижениях. Пусть каждый ученик заведет тетрадь, в которой будет регулярно отмечать свои достижения в течение года. При этом детям надо

объяснить, что необязательно отмечать только самые большие «подвиги», важно фиксировать и небольшие успехи в любой деятельности. Следует начать заполнение тетради со своих прошлых достижений, а затем примерно раз в неделю добавлять новые. Время от времени учитель просит детей заглядывать в тетрадь, чтобы поразмыслить над такими вопросами: что мне помогло в достижении этого успеха? Кто мне помог? В каких областях мои способности более развиты? Желательно раскрасить обложку этой тетради яркими цветами и большими цветными буквами написать название.

«Волшебная подушка». Цель – развивать у детей способности мечтать и ставить свои цели. Надо дать детям почувствовать, что их желания выслушиваются окружающими. Для этого нужна небольшая подушка, чтобы усадить на нее одного ученика. Учитель усаживает детей в круг и говорит примерно такие слова: «У меня есть волшебная подушка, и каждый, кто на нее сядет, сможет рассказать нам о своем желании». Рассказчик по своему усмотрению отдает подушку следующему. Учитель должен проследить, чтобы очередь дошла до всех. Возможные вопросы: слушали ли тебя остальные ребята? Почему ты так считаешь? Пока ты слушал других, не появились ли у тебя более важные желания? Есть ли у тебя желания, которые могли бы исполнить учитель или одноклассники?

«Проигрывание ситуаций». Цель – развитие сплоченности группы, умения разрешать конфликтные ситуации. Обсудите с детьми реально возникший конфликт или расскажите сами о какой-то ссоре и предложите им дать рекомендации, как «погасить» этот конфликт. Предложите игру «Ты поссорился с другом и хочешь помириться». В ходе этой ролевой игры можно использовать следующие приемы: создание соответствующей обстановки (какие-то декорации, костюмы др.); обмен ролями (дети во время игры могут меняться ролями, что дает возможность прочувствовать другую точку зрения); прием зеркала (дети как можно точнее стараются изобразить позу, мимику и типичные выражения изображаемого персонажа).

«Сказка по кругу». Цель – развитие умения спокойно выслушивать собеседника. Дети выбирают основную тему для сказки и потом, сидя в кругу, по очереди сочиняют историю. Каждый говорит по две-три фразы и передает эстафету другому. В конце следует провести обсуждение. Понравилась ли сказка? Что вы чувствовали, говоря по кругу? Хотелось ли вам поправить другого «соавтора»? Как это сделать? Если дети затрудняются в выборе сюжета для рассказа, можно предложить им набор открыток или картинок.

Все эти упражнения не сложны для реализации, не требуют больших финансовых затрат и просты в проведении. Их использование будет способствовать снижению агрессивных проявлений в школе и соответственно способствовать профилактике такого явления как буллинг, и направлены на развитие у учащихся сложных физических и психических процессов: мелкой моторики пальцев, концентрации внимания, долгосрочной памяти, развитию воображения, так же на развитие коммуникативных навыков.