

КОГДА РЕБЕНОК – ИНИЦИАТОР БУЛЛИНГА

Что нужно знать, когда ребенок выступает инициатором или участником в травле

Мифы про агрессора

Буллер/агрессор/обидчик зачастую воспринимается как «преступник», нарушитель, «злодей», по отношению к которому необходимы репрессивные меры. В большинстве случаев это не так. Чаще всего это уязвимый ребенок, который сам нуждается в помощи.

Мифы про жертву травли

Существует убеждение, что основными причинами возникновения травли выступают национальность, состояние здоровья, заметные внешние отличия, особенности поведения («тихий», «необщительный», «стеснительный»), уровень успеваемости, социальное положение семьи. Однако каждый ребенок в определенных обстоятельствах может стать жертвой травли.

Даже если ребенок чем-то отличается от остальных, это ни в коем случае не является поводом или оправданием для травли или исключения из коллектива. Никто не заслуживает плохого отношения к себе. Если кто-то стал жертвой травли – это не означает, что проблема в нем.

Мифы про травлю

Принято думать, что травля – это проблемы во взаимоотношениях агрессора и жертвы или в особенностях их личности. Это опасное заблуждение. Травля – это проблема всего коллектива, в котором система взаимоотношений сложилась так, что свидетели допускают, чтобы на их глазах кого-то травлили. Но это не значит, что жертва травли и агрессор травли никак не могут повлиять на ситуацию. Могут, но им это сделать сложнее, чем остальным, поскольку каждый из них скован рамками собственного деструктивного сценария.

Если родители ребенка-жертвы травли, как правило, узнают об этом от него самого, то родители ребенка-агрессора чаще получают информацию от третьих лиц: классного руководителя, родителей жертвы травли или других детей.

Первая частая реакция – изумление, недоверие, отрицание. Мало кто из родителей оказывается готов к такому известию. Однако первые «звоночки» вы можете заметить задолго до того, как вас попросят прийти в школу с ребенком.

ЧТО В ПОВЕДЕНИИ РЕБЕНКА ДОЛЖНО ЗАСТАВИТЬ ВАС НАСТОРОЖИТЬСЯ:

- вы замечаете, что ребенок любит самоутверждаться, руководить, бывает жёсток, обидчив;
- ребенок категоричен в оценке людей и ситуаций. Одних людей он считает очень хорошими, а других – плохими по разным причинам и заслуживающими соответствующего отношения;
- ребенок привередлив в том, с кем он готов общаться, а с кем нет. При этом он может называть критерии выбора: красивая, классный телефон, спортивная, крутой;
- вы наблюдаете, что у ребенка нестабильные отношения с друзьями, он часто ссорится с ними, ревнует, не позволяет дружить с определенными людьми;
- на основе прямых наблюдений или по чьим-то рассказам вам кажется, что ребенок склонен самоутверждаться, обижая, обзывая или унижая других людей.

КАК СЕБЯ ВЕСТИ?

Шаг 1. Предложите ребенку поговорить. Но будьте терпеливы и готовы к его отказу идти на контакт. Для того, чтобы признаться в совершенном проступке, требуется храбрость. Дайте ребенку время, не давите, не ругайте, тем более не обвиняйте и не оскорбляйте. Нотации тоже не нужны.

Шаг 2. Выслушайте ребенка. Сделайте это внимательно и молча, не перебивая. У любого поступка есть свои мотивы. Постарайтесь понять, что движет вашим ребенком. Какую потребность он стремится удовлетворить, чего пытается избежать?

Шаг 3. Четко и недвусмысленно заявите свою позицию.

Дайте ребенку понять, что любое насилие, оскорбления, травля неприемлемы ни при каких обстоятельствах по отношению ни к кому. Очень важно дать оценку именно поступку ребенка, а не самому ребенку, его личности.

Шаг 4. Проинформируйте о дальнейших действиях. Не скрывайте от ребенка, что вы будете говорить с классным руководителем, родителями жертвы травли, с администрацией школы, с остальными родителями (если буллинг осуществлялся группой). Честно признайтесь ребенку, что у его поступка будут последствия. Это не означает, что вы занимаете позицию против собственного ребенка. Вы говорите с ним откровенно, не умалчивая о последствиях.

Шаг 5. Действуйте совместно. Будьте готовы сотрудничать с родителями жертвы травли, администрацией школы в вопросе максимально благополучного для всех разрешения данной ситуации. В интересах всех сторон – договориться и сделать все возможное, чтобы дело не вышло за пределы школы и тем более не дошло до суда.

Шаг 6. Проконсультируйтесь со специалистами. Детский психолог поможет вашему ребенку интегрировать произошедшее в структуру своего опыта и научиться более конструктивным способам удовлетворения своих потребностей. Юрист поможет оценить действия ребенка с точки зрения права.

ЧТО ЕЩЕ МОЖНО СДЕЛАТЬ?

Вот еще несколько рекомендаций, которые позволят вам справиться с проблемой и помочь ребенку прекратить агрессивные действия:

Контролируйте свои эмоции. Это может показаться сложным, ведь вы стали человеком, на которого обрушились обвинения, но постарайтесь не выплескивать свои эмоции на ребенка.

Будьте конструктивными. Не впадайте в агрессию, не обвиняйте жертву травли или других детей, не отрицайте тот факт, что ваш ребенок может сделать что-то плохое.

Не отвергайте ребенка. Не забывайте о положительных поступках и чертах характера ребенка. Что бы ребенок ни сделал, он нуждается во взрослом, который способен отделить поступок от личности, проявить любовь, поддержать.

Помогите ребенку верно оценить ситуацию. Поговорите о том, каково это

– быть жертвой издевательств. Попросите ребенка представить, как бы он чувствовал себя, если бы с ним обращались подобным образом. Приведите примеры из своей жизни. Расскажите о своих чувствах в этой ситуации.

Поищите с ребенком конструктивные способы «быть замеченным» другими. Это могут быть спорт, различные виды творчества, помощь другим людям (волонтерство), участие в интересных школьных проектах и т. п.

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ НАУЧИТЬСЯ НЕНАСИЛЬСТВЕННОМУ ОБЩЕНИЮ?

Вот несколько советов о том, что родители могут сделать, чтобы помочь ребенку справиться с агрессией и научиться уважительному общению.

Подавайте личный пример. Проявляйте уважение к другим людям. Объясняйте ребенку, что люди могут сильно отличаться друг от друга, но это не значит, что кто-то недостоин хорошего отношения. Следите за собственными высказываниями и поведением по отношению к членам семьи и самому ребенку. Дети часто перенимают домашнюю модель отношений, где агрессия (в том числе словесная) может быть нормой.

Ясно давайте понять, что хорошо и что плохо. Если ребенок нарушил какие-то правила поведения или договоренности, обозначайте границы допустимого мягко, но прямо, чтобы избежать недопонимания. Например, если ребенок постоянно отпускает ироничные и насмешливые комментарии, сопровождающиеся фразой «Да я просто шучу», дайте ему понять, что это неприемлемо. Остановите его и спросите: «Если это такая шутка, то объясни мне ее, пожалуйста?» Тогда ребенку придется подумать об этом.

Обсуждайте случаи агрессии. Разбирайте вместе с ребенком случаи агрессивных или оскорбительных действий из фильмов, книг, из реальной жизни. Задайте ребенку вопросы и сами тоже ответьте на них: «Как думаешь, в чем причина того, что произошло? Что чувствовал другой человек? Как поступил бы ты? Почему?».

Следите за контентом. Задумайтесь о том, какие передачи смотрит ребенок, как он и как вы сами реагируете на их сюжеты. Позитивная реакция на издевательства, манипуляции, насилие, симпатия к персонажам-агрессорам не окажет хорошего влияния на формирующиеся ценности ребенка. То же касается и контента в социальных сетях.

Задумайтесь о причинах. Часто агрессия носит защитный характер. Подумайте о том, почему ребенок не чувствует себя в безопасности, что и кому он стремится доказать своим агрессивным поведением.

КУДА МОЖНО ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ?

1. Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей 8-800-2000-122.
2. Федеральный научно-методический центр в области психологии и педагогики толерантности
www.tolerancecenter.ru, tc@tolerancecenter.ru.
Групповая работа с классными коллективами, повышение квалификации классных руководителей в области профилактики травли.
3. Антибуллинг-информационно-коммуникационная страница Центра толерантности для педагогов.
каждыйважен.рф
Методическая и экспертная поддержка педагогов
4. Травли. net – антибуллинг-программа АНО «БО «Журавлик»
травлинет.рф, info@zhuravlik.org
Антибуллинговые материалы для детей, родителей и педагогов.
Тренинги для педагогов, занятия для детей, антибуллинг-манифест для школ.
5. Защитите детей в интернете. Специальный проект Mail.Ru Group <https://safe.mail.ru>
Информационный ресурс по кибербезопасности для родителей.
6. Некоммерческое партнерство содействия развитию детей и подростков «Перекресток плюс»
<https://perekrestok.info/>
Психологическое консультирование подростков и родителей, психологические группы для подростков, родительские группы, программы психологического сопровождения школ, тренинги, обучающие программы по работе с подростками для специалистов.
7. «Страна троллей или нет?» – специальный проект Некоммерческое партнерство содействия развитию детей и подростков «Перекресток плюс»
<https://perekrestok.info/project/cyber/>
Онлайн-консультации и онлайн-психологические группы для подростков и родителей.
8. Линия помощи «Дети онлайн» Фонда развития Интернет
8-800-25-000-15 helpline@detionline.com
Консультации психологов в ситуации кибербуллинга.

9. «Только не я» проект для подростков, столкнувшимся с опытом травли – специальный проект Государственного музея истории российской литературы имени В.И. Даля
tolko_neya@goslitmuz.ru
Книжный клуб для подростков, родительский клуб.
10. Проект «Просто о важном»
<https://prostoovazhnom.ru/proekt>
Антибуллинг-анимационные фильмы.