

## Рекомендации педагогам

### по профилактике «Отверженности» в классе:

1. Следует с самого первого дня пресекать любые насмешки над неудачами одноклассников. Насмешникам необходимо делать строго замечания.
2. Следует пресекать любые пренебрежительные замечания в адрес одноклассников.
3. Если по каким-либо причинам репутация ребенка испорчена, нужно дать ему возможность показать себя в выгодном свете.
4. Помогают объединить класс совместные мероприятия, поездки, постановки спектаклей, выпуск стенгазет и т.д.
5. Необходимо дать возможность наиболее активным детям проявить себя и самоутвердиться за счет своих способностей, а не за счет унижения других.
6. Следует избегать высмеивания и сравнения ребят на уроках. Некоторые учителя даже оценки за контрольные работы не объявляют публично, а выставляют в дневник. Разбор ошибок необходимо делать, не называя тех, кто их допустил, или индивидуально.
7. Имеет смысл поговорить с преследователями о том, почему они пристают к жертве, обратить их внимание на чувства жертвы.



## Уважаемые педагоги!

**Помните, что каждый ребенок должен знать к кому он может обратиться при буллинге:**

- Учитель;
- Педагого-психолог;
- Социальный педагог;
- Родители.



*Если ребенок стал жертвой буллинга, он должен немедленно об этом сообщить взрослым: учителю или родителю и попросить о помощи.*

*Насилие должно быть прекращено!!!*

**С уважением,  
педагог-психолог И.И. Чепрасова и социальный педагог В.С. Серебрякова  
МБОУ Сорская ООШ №2 им. Толстихиной Ю.Н.**

**Сорск, 2023 г.**

**Буллинг** (от англ. “bully” – хулиган, драчун, насильник) – психологический террор, избиение, травля, повторяющаяся агрессия по отношению к определенному человеку, включающая в себя принуждение и злоупотребление. Участники буллинга: Агрессор; «Агрессята» - те, кто поддерживают агрессора; Наблюдатели; Жертва. Буллинг чаще всего возникает в подростковом возрасте.



Агрессорами чаще всего становятся дети:

- к которым применялась агрессия;
- склонные к доминированию;
- у которых приняты агрессивные формы поведения в семье (заложена ранговость).

Жертвами чаще всего становятся:

- Дети, которые отличаются от остальных (внешностью, способностями, национальностью, уровнем достатка и пр.).
- Дети с моторной неловкостью.
- Дети, к которым применялась агрессия (снижается сопротивляемость к насилию)

Признаки буллинга:

- Ребенок вдруг начинает болеть и не ходит в школу.
- Всегда в подавленном настроении.
- Нет друзей в классе.
- Никто не хочет с ним сидеть за партой.
- Объект для шуток и юмора.
- Внезапное снижение успеваемости.
- Часто приходит с синяками и в порванной одежде.
- Не у кого спросить домашнее задание.
- На соревнованиях: «Только не с ним!».

Предупредить возникновение такого явления как буллинг гораздо легче, чем работать с его последствиями!

Важным является разработка этического кодекса школы, который предусматривал бы проявление уважения к чести и достоинству всех учеников и других членов школьного сообщества.

#### **Что может делать педагог для профилактики буллинга:**

- Обучать детей конструктивным способам решения конфликтов.
- Развивать у детей чувство эмпатии и толерантности.
- Обучать навыкам самоконтроля и саморегуляции.
- Проводить групповые внеклассные мероприятия направленные на сплочение класса.
- «Хвалить при всех, ругать наедине».
- Устраивать совместные праздники и чаепития.
- Помогать детям решать конфликтные ситуации, стараясь не принимать сторону одного из участников, помогать находить компромисс.

#### ***Что делать педагогу в ситуации буллинга:***

Для начала необходимо признать, что такая проблема существует. Это гораздо более серьезный шаг, чем может показаться:

- Хотя мы говорим о соблюдении интересов потерпевшего, на практике часто действуем в пользу обидчика. Например, обучающиеся часто восхищаются обидчиком, а некоторые педагоги с неуважением относятся к детям, которые не могут постоять за себя.

- Иногда педагоги считают, что лучше дать детям возможность разобраться со своими проблемами самим или рассматривают вербальную агрессию как неопасную и незаслуживающую внимания.

- Некоторые руководители не хотят поднимать обсуждение этой темы, пока не сталкиваются с другими людьми, которые требуют активных действий, например, с родителями.

*Притеснение продолжается благодаря атмосфере, которая его допускает, а также в результате недостаточного надзора и отсутствия последствий.*

- оставаться спокойным;
- воспринять случай серьезно;
- быстро и взвешенно принять меры; если нужно, наказать обидчика и объяснить причину наказания;
- сделать так, чтобы обидчик понял, что вы не одобряете его поведение;
- постараться, чтобы обидчик увидел точку зрения жертвы;
- оказать поддержку потерпевшему, подбодрить его, не дать ему почувствовать себя неадекватным или глупым, предложить конкретную помощь.

#### **ПОСЛЕДСТВИЯ БУЛЛИНГА**

##### **Для жертвы:**

- коммуникативные проблемы;
- низкая самооценка;
- страх перед выступлениями;
- недоверие к людям;
- может повышаться агрессия;
- высокий суицидальный риск;
- депрессия;
- уходы из школы;
- чувство тревоги;
- соматические реакции;
- когнитивные нарушения;
- снижение успеваемости.

##### **Для агрессора:**

- чувство вины;
- негативные эмоции со стороны окружающих,
- высокий риск попасть в криминальные группировки и к совершению правонарушений;
- отвержение.

##### **Для педагога:**

В классе сформируется ситуация, где всегда будет Агрессор и Жертва.

У учителя, имеющего особое отношение к некоторым обучающимся («любимчик»/ «хулиган»), больше шансов спровоцировать ситуацию буллинга. Когда педагог никого не выделяет и уважительно относится ко всем, ведет работу по сплочению классного коллектива, вероятность возникновения буллинга сводится к минимуму.