**Б У Л Л И Н Г В ШКОЛЬНОЙ СРЕДЕ И МЕРЫ ЕГО ПРОФИЛАКТИКИ**

**Буллинг - это проявление постоянной агрессии , направленная на одного и того же человека Буллинг в школе касается всех в обществе**. Казалось бы, что может быть проще: наказать виновного, поддержать жертву – и конфликт можно считать исчерпанным, но не все так однозначно.

**Необходимо сформировать в школе** атмосферу, благоприятную для конструктивного диалога, переформатирования детской агрессии на созидание, а стороны конфликта – на команду.

Не бывает так, что дети с 1 сентября начинают кого-то бить или унижать, снимая на камеру. **Буллинг не случается на ровном месте.**

**В начальной школе ответственным за атмосферу** и эмоциональное состояние коллектива, безусловно, есть взрослый, который находится в помещении с детьми в этот момент (классный руководитель, педагог). Именно он должен сформировать ощущение физически-эмоциональной безопасности для каждого ребенка. Это в то же время позволит достичь повышения эффективности обучения. Поэтому учитель должен помнить и руководствоваться основными принципами построения эмоционально здорового коллектива учеников:

**1. Правила. Каждое сообщество** (не только школьное) функционирует по определенным нормам и правилам: что и в каком порядке делается, какое поведение недопустимо, как решают конфликты и тому подобное. В детском школьном сообществе правила устанавливают взрослые. Но они должны быть донесены и понятны каждым ее членом. И это – так же задача взрослого.

**«Что с тобой происходит?** Какая тебе нужна помощь, чтобы ты понял и усвоил эти правила?» – такие вопросы стоит задавать «бунтовщикам», пока ситуация не вышла из-под контроля.

**2. Режим. Дети, особенно младшего школьного возраста**, овладевая ритмом системы нагрузки и отдыха школьного расписания нуждаются в своевременных перерывах в непривычном для них неподвижном сдерживании на уроках. Поэтому если учитель имеет привычку задерживать детей после звонка, проводить классные часы на переменах или применять в качестве наказания лишение отдыха, растет агрессия. Уменьшение двигательного режима приводит к повышению внутреннего напряжения, и оно должно найти выход в играх или организованных подвижных упражнениях кинестетического образования или на командообразование.

**3. Общее задание. Это то, что способно объединить** в сообщество совершенно разных людей. Школа – не клуб по интересам, следовательно, сами дети не смогут найти идею, которая объединила бы всех. Такую идею должен предложить учитель. Это может быть учебный проект, подготовка концерта, учебное исследование-проект. Ведь в противном случае класс может объединиться вокруг идеи деструктивной – травли более слабого. Деструктив требует меньше энергии, поэтому этот путь существенно легче [3].

**4. Лидерство. В начальных классах безусловным** лидером сначала является учитель. И дети бессознательно «считывают» его поведение и отношение к каждому из членов коллектива и соответственно реагируют уважением, подражая отношению наставника.

**«Был мальчик, на которого все время жаловались** учителя, а дети, соответственно, начали формировать к нему отношение как «козла отпущения». Хотя на самом деле ребенок был достаточно талантлив, неплохо учился. Однажды на уроке, на котором дети читали стихи наизусть. В тот момент, когда вышел отвечать этот мальчик, учительница погрузилась в свой телефон, перестала слушать. Класс моментально отреагировал-начались разговоры, смех, забавы. И в этом оказалась причина: учительница подсознательно транслировала классу внутреннее неуважение именно к этому ребенку».

**Понятно, что педагог – такой же человек, как и его воспитанники**, и имеет право на эмоцию. Однако он должен помнить о своей роли лидера и действовать соответственно: в каждом ребенке можно найти что-то хорошее и обратить на это внимание класса.

**Можно еще привести ряд примеров**, когда внимательный взрослый кардинально изменил отношение не только коллектива к ученику, которого не уважали, но и этого ребенка к самому себе. Эти взрослые просто нашли способ ребенка похвалить. И это кардинально изменило картину на годы вперед. **В любом коллективе** обязательно формируется распределение устойчивых ролей и внутренний лидер.

**Существует такое понятие как биологический лидер**. Это когда человеку даже не нужно прилагать усилия, чтобы коллектив следовал его стремлениям и сплачивался вокруг его идеи.

**В таком случае учителю желательно** не противостоять такому ребенку, а начать сотрудничество над каким-то конструктивом. То есть, опять же, генерировать идею полезную для самоутверждения и взаимоподдержки. Можно привести еще один пример, «когда в школе у ученика возник конфликт

с учителем физкультуры. Он набирал обороты, пока тот не поставил его в начало колонны во время **выполнения упражнений, чтобы остальные равнялись на него»**

**Агрессор и жертва – лишь роли**. Когда мы начинаем активно спасать жертву, то сами становимся агрессором [1].

**Мы привыкли рассматривать буллинг** как конфликт двух сторон-агрессора и жертвы. Тогда как на самом деле есть еще и третья сторона – так называемый спасатель. Называется это треугольником Карпмана. Выход из этого замкнутого круга может быть в сердцевину человечности и ответственности.

**Когда учитель, администрация и родители начинают активно решать** конфликт в детском коллективе, заставляя булера чувствовать себя виноватым, применять наказание и коллективное осуждение, они автоматически сами становятся агрессорами, превращая ребенка в жертву. И этот процесс может длиться бесконечным кругом: учитель наказал, вмешались родители, подхватила администрация и так далее. Этот круг надо разрывать еще на первом этапе.

**Прежде всего, стоит помнить, что жертва, агрессор и спаситель** – это не характеристики людей, а роли, которые они добровольно берут на себя. И те действия, которые совершает каждый в конфликте, являются лишь аспектом поведения. Поэтому и работать с решением конфликта нужно в этой плоскости: можно осудить поведение, поступок, но не человека.

**Конфликт и путь его решения** – способ показать ребенку его ценность, научить конструктивному диалогу на гуманистических началах общения, с уважением к потребностям обеих сторон. Для взрослых это повод обратить внимание на ребенка: что с ним происходит, в чем на самом деле он нуждается и какая ему необходима помощь.

**Почему агрессор так себя ведет?** Потому что ему страшно и больно: сдерживаемая боль, что по каким-то причинам накопилась внутри, выплескивается наружу агрессией. Это своего рода манифестация ребенка – «со мной не все в порядке, помогите мне».

**С другой стороны, жертва в определенной степени** позволяет такое отношение к себе. И это так же кроется в психологических проблемах ребенка, где взрослый может научить отстаивать свое достоинство. Потому что рефлекторное «давай сдачи» замыкает проблему в круг безысходности.

**Так случилось, что ребенок не получил внутреннего стержня**, поверил, что он не такой, как все, – в очках, с лишним весом, хромает и тому подобное. И ребенок начал сам себя воспринимать изгнанным, транслируя это наружу. Такого ребенка надо научить говорить «нет, мне это не нравится», получить поддержку взрослого, что травля является недопустимой в этой среде, чтобы он перестал чувствовать себя жертвой.

**Напряжение и деструктив треугольника** Картмана исчезают, когда агрессор извиняется перед жертвой.

**Агрессор должен извиниться за ошибку,** за поведение – так он возьмет ответственность за свой поступок. И это чрезвычайно важно для дальнейшего эмоционального состояния детского коллектива. Взрослый должен привести стороны к согласию.

**Когда в школе происходит конфликт**, то он идет по традиционной схеме: «назначается» виноватый, вызываются родители, подключается администрация. Агрессивно настроенные родители перенаправляют вину либо на своего ребенка (испытывая стыд), либо на учителя, администрацию и тому подобное. В результате, получается громкий скандал, часто с привлечением общественного мнения. Конфликт, может, и заминается, но проблема при таком подходе не решается, а наоборот усугубляется. Даже если родители забирают ребенка со школы, они не уберут ее из общества – неудобное поведение будет нарастать и усложняться вплоть до асоциального.

**Мы получили в наследство традиции** школьного поведения: взрослый всегда прав; делай, что говорят, и не задавай вопросов, слушайся – и будет счастье. И школа часто автоматически продолжает придерживаться этих подходов. Но общество сейчас кардинально другое, дети изменились и не готовы жить в устаревшей системе. Они бунтуют, но этим процессом нужно мудро управлять и переформатировать с агрессии на конструктив и совершенствование с помощью новых принципов обратной связи с уважением и благодарностью [2].

**Лучший способ разрешения конфликта - его профилактика.** Поэтому начинать стоит с обучения педагогов и администраций школ основам лидерства, противодействия буллингу, в том числе со стороны родителей, давать им инструменты сплачивания детей вокруг общих задач. Задача учителя – не просто прийти в класс, прочитать лекцию в шуме-гаме и уйти в другой класс, а учить своим примером человечного взаимодействия, вовлекать в коллективные взаимоотношения с детьми и направлять их там, где в них еще не хватает опыта.

**Но для этого учитель сам должен чувствовать свое достоинство,** не беря на себя роль жертвы в развитии конфликта уже с родителями или администрацией, демонстрируя беспомощность. К счастью, сегодня все больше родителей внимательно относятся к эмоциональному здоровью своих детей и готовы решать проблемы конструктивно.

**И самое главное: в конфликте можно давать оценку поведению, но не личности ребенка, прояснить** **в чем на самом деле интересы сторон и как найти компромисс.**

Психолог: Алхасова Н.М. СОШ1.