

План заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню)

1. При встановленні факту або підозрі на наявність булінгу батьки або вчитель повідомляють про це адміністрації закладу.
2. Адміністрація спільно із психологічною службою школи невідкладно реагує на представлені факти.
3. Бесіда з учнями класу щодо з'ясування проявів булінгу.
4. Бесіда **наодинці** з кожним учасником булінгу (проводити одночасно, в різних приміщеннях).
5. Бесіда **окремо** з батьками булерів та **окремо** з батьками жертв булінгу щодо ситуації, яка склалася та визначення шляхів її подолання.
6. Проводиться безпосередня робота класного керівника, практичного психолога і соціального педагога з булерами та жертвами.
7. Відпрацювання навичок поведінки у дітей, що постраждали від булінгу та виведення їх зі стану жертви.

Алгоритм дій працівників закладу освіти у разі виявлення або встановлення фактів булінгу

Під час здійснення п.3, 4 треба здійснювати **відновний**, а не дисциплінарний підхід:

ДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПІДХІД	ВІДНОВНИЙ ПІДХІД
Яке правило було порушено?	Що сталося?
Хто винен?	Якої шкоди було завдано?
Яке покарання або санкцію необхідно застосувати?	Що потрібно зробити для виправлення ситуації?

Важливо об'єктивно оцінити всю інформацію, виділити факти, інтерпретації та емоційні оцінки, ретельно її проаналізувати, зробити для себе резюме, намітити план дій. Для реалізації даного пункту варто ознайомитися з технологією «7 кроків до припинення цькування в дитячому колективі» (Л.Петрановська).

Ситуації бувають дуже різноманітні, але є загальні принципи і кроки.

1. Назвати явище.
2. Дати однозначну оцінку.
3. Визначити цькування як проблему всього класу.
4. Активізувати моральне почуття і сформулювати вибір.
6. Моніторинг і підтримка позитивних змін. У разі цькування в освітній установі помилковою є думка, що треба попрацювати з дітьми, щоб вони змінилися. Педагогам принципово важливо розуміти, що їм також необхідно змінюватися, змінювати систему пріоритетів, цінностей, можливо, стиль взаємодії, систему заохочень і покарань, організувати нові види діяльності дітей, разом з ними розробляти правила, що забезпечують безпеку всім учасникам освітнього процесу.
7. Гармонізувати ієрархію. Ознака гармонійної групової ієрархії – відсутність жорстко закріплених соціальних ролей, їх гнучке перетікання: в цій ситуації лідером стає одна людина, в тій – інша.

Основна теза сучасного підходу до протистояння булінгу проста: *булінг можна зменшити, якщо об'єднувати зусилля, чинити опір і системно працювати на всіх рівнях.*

Головні принципи роботи з проблеми булінгу:

1. Конфіденційність – фахівці, що працюють з проблемою булінгу повинні гарантувати конфіденційність усім учасникам ситуації булінгу (жертві, агресору, свідкам). Це сприятиме розкриттю таких випадків в дитячому колективі, підвищенню довіри дітей до дорослих.
2. Етапність (вивчення ситуації, підготовча робота з класом, складання програми допомоги, її реалізація та оцінка ефективності).
3. Відмова від звинувачень будь-кого з дорослих в допущенні випадків булінгу.
4. Категорична заборона на прояви насильства в закладі освіти. Будь-яке насильство несправедливо і його можна запобігти, своєчасно втрутившись у ситуацію.
5. Комплексність (врахування всіх аспектів та участь різних співробітників в роботі).
6. Індивідуальний підхід в кожному випадку булінгу.
7. Зміщення акценту з покарання кривдників на їх реабілітацію. Особливу увагу слід звертати на випадки, коли дії кривдника загрожують життю і здоров'ю інших або є порушенням закону.

Алгоритм діяльності шкільних практичних психологів та соціальних педагогів при виникненні ситуацій булінгу:

1. Ініціювання, обговорення та планування спільних дій адміністрації, психологічної служби, педагогічного колективу, учнівського самоврядування та батьківської громадськості, спрямованих на подолання виявлених недоліків у роботі навчального закладу з окресленої проблеми.
2. Збір необхідної інформації психологом та соціальним педагогом щодо проявів булінгу серед учнів у навчальному закладі.
3. Систематичне вивчення психологічного клімату (спостереження, діагностика), особливостей міжособистісних стосунків у класних колективах, де виявлено булінг.
4. Виявлення булерів, а також – реальних та потенційних жертв.
5. Створення умов недопущення явища булінгу.
6. Швидке і грамотне роз'єднання жертви з відповідними стресовими впливами булерів.
7. Визначення переліку можливих дій, спрямованих на припинення агресивної поведінки учнів. Вибір найефективніших способів досягнення мети. Роль педагога у такому алгоритмі має бути чітко визначена і дещо обмежена. Вчитель надає дитині-агресору та постраждалій дитині лише первинну допомогу, а потім передає її фахівцям психологічної служби школи.
8. Індивідуальна або групова (за необхідністю) корекційно-відновлювальна робота з жертвами булінгу. В процесі надання допомоги суб'єктам насильства одним із головних завдань соціально-психологічної підтримки виступає корекція страхів та тривожності.

9. Проведення семінарів, тренінгів, круглих столів, годин психолога, спрямованих на формування ненасильницької моделі поведінки.

10. Коригування наявних агресивних форм поведінки булерів та формування нових форм поведінки учнів переважно за допомогою прикладу педагогів.

11. За необхідності – залучення інших фахівців: медичних психологів, педіатрів, психотерапевтів, представників служб у справах дітей, кримінальної поліції, громадських організацій тощо.

12. Формування у жертв булінгу ціннісного ряду, способів соціалізації, стійкого ставлення до негативних явищ та негативних почуттів.

13. Робота з класним колективом з корекції поведінки, покращення стосунків та надання допомоги дитині-агресору та дитині-жертві.

14. Формування у педагогів навичок ідентифікації насильства як у своїй поведінці, так й у поведінці дітей з метою формування єдиного погляду на існуючу проблему. Недопущення проявів психологічного насильства до дітей з боку вчителів у вигляді порівнянь, навішування ярликів, ігнорування почуттів дітей та їхніх скарг на цькування.

15. Подолання егоцентризму в учнів та розвиток у них емпатії, асертивності, комунікативних здібностей, адекватної самооцінки, самоконтролю та здатності до саморозвитку, критичності мислення, соціальної адаптованості та індивідуальних механізмів подолання важких станів і переживань.

Успішній реінтеграції дитини, що стала жертвою цькування, в учнівський колектив сприяють тренінги з розвитку навичок спілкування, особистісного росту, підвищенню самооцінки і опору тиску. Серію подібних тренінгів можна провести для всього класу (групи) після того, як завершиться гостра фаза конфлікту.

Груповий тренінг з протидії булінгу

Мета: забезпечення безпечного дружнього середовища для дітей, які опинилися жертвами в ситуації цькування.

У групі вони можуть розповісти про свій досвід, а також навчитися різними стратегіями протистояння нападам і, що важливо, практикуватися в них.

Вік учасників: тренінги можуть проводитися навіть для учнів початкової школи старше 7 років.

Кількість учасників: 4-6 учнів, тривалість тренінгу – 30 хв.

Для учнів середньої школи кількість учасників може варіюватися від 4 до 15 осіб. За часом тренінг може займати 45-90 хвилин.

Для окремих учнів також може бути рекомендована більш інтенсивна робота в індивідуальному форматі.

Під час вибору учасників групи необхідно дотримуватися обережності, щоб в учнів було досить схожого досвіду, аби вони могли співпереживати один одному.

Група стає закритою після першого заняття, навіть в разі наявності рекомендацій з боку когось з вчителів бажано, щоб учень приєднався вже до наступної групи.

Тривалість і зміст

Зустрічі проводяться раз на тиждень протягом 6-8 тижнів.

В рамках курсу учні отримують основні знання і навички в сфері протидії цькуванню. Але дітям, які були жертвами цькування протягом тривалого часу, можуть знадобитися додаткові заняття. Після того, як основний курс закінчено, з учнем необхідно продовжувати підтримувати контакт, з періодичністю раз на 2 тижні дізнаючись, як у нього йдуть справи, як він справляється з важкими ситуаціями. Може знадобитися більш інтенсивна індивідуальна робота, щоб закріпити навички, набуті в групі.

Робота з батьками

Батьки дітей, які стали жертвами цькування, змушені стикатися з цілим букетом негативних переживань і тривожних думок.

При зверненні за консультацією важливо зрозуміти, що саме відчують батьки з приводу того, що відбувається. Одним із значущих завдань психолога є нормалізація переживань батьків (природно, уникаючи їх знецінення).

В рамках обмежених часових можливостей шкільного консультування психолога корисно озброїтися набором прийомів, які він може запропонувати батькам, щоб ті з їх допомогою підтримали свою дитину.

Випадок з проявом насильства може вважатися завершеним після того, як усім його учасникам надано допомогу; щодо кривдників прийняті виховні і, за необхідності, дисциплінарні заходи; обстановка в класі (групі) нормалізувалася й повторних проявів насильства з боку кривдників (або інших осіб щодо потерпілого або інших учнів) не спостерігається протягом 3-4 тижнів.

По завершенні випадку про вжиті заходи, надану допомогу і досягнуті результати доцільно зробити запис у формі реєстрації і в журналі обліку випадків насильства.