

Ви повинні

1. Не стояти осторонь

Чекати і сподіватися, що проблема вирішиться сама собою – марно. Нічого не вирішиться, стане тільки гірше. Якщо ви бачите, що дитину ображають інші діти (а батьки цих дітей і поготів!), обов'язково втручайтеся. Це саме той випадок, коли краще зробити хоч щось, ніж нічого не робити.

2. Цікавитися життям своїх учнів

Так, головну роль у вихованні дитини відіграють її батьки, але й у школі вона проводить багато часу, а отже, вчительство не може лишитися осторонь. Необхідно з самого початку вибудовувати довірливі стосунки у класі, діти мають знати, що вони вам можуть довіряти, що ви не промовчите та захистите їх.

3. Давати дитині поради

Найгірше, що можна сказати учням – це «Не звертай уваги». Відсутність реакції з боку жертви булінгу не зупинить булера. Навпаки, агресор побачить, що реакції немає, а отже можна і далі робити, що заманеться. Психологи радять спочатку спробувати зупинити булера за допомогою вербальних засобів. Так, у випадку спроби агресії жертва має спочатку

сказати: «Ти поводиш себе агресивно», а потім запитати: «Ти що, злий?» або «У тебе сьогодні поганий настрій?», потім варто продемонструвати, що ви розумієте, чому кривдник поводить себе саме так, і запитати: «Ти хочеш видатися крутим? Ти хочеш мене образити?». Такі слова змусять кривдника розгубитися, і саме у цей момент необхідно розказати йому про власні почуття: «Мені не подобається, коли зі мною розмовляють у такому тоні/чіпають мої речі/намагаються спровокувати на бійку» тощо. Насамкінець варто навести аргументи: «Твоя поведінка суперечить правилам класу!».

Розкажіть, що говорити все це варто впевненим тоном, при цьому краще втриматися та не плакати, адже саме такої емоційної реакції і прагне булер.

4. Не замовчувати справу

Так, ніхто не хоче, аби його клас чи школа «прославилися» через булінг. Але, приховавши такі факти, ви ризикуєте ще більше – якщо ситуація погіршиться, про неї все одно рано чи пізно дізнаються, тільки наслідки будуть набагато неприємнішими. Говоріть із булерами, викликайте їхніх батьків, повідомте адміністрації, зверніться до психолога, а якщо потрібно – і до вищих інстанцій.

5. Провести не одну виховну бесіду для вирішення проблеми

Ні, одна бесіда з булером та жертвою нічого не вирішує. Булінг – не випадкове явище, він пов'язаний з якостями особистості кривдника, який прагне встановити свою владу над іншими. Така людина робить все доволі виважено та холоднокровно, а отже і заходи щодо неї мають бути іншими. Саме тому булінг є викликом усій школі як організації, такі випадки вимагають системних рішень на рівні адміністрації, зміни самої організаційної структури.

6. Не думати, що ви поганий вчитель

Коли у класі трапляються випадки булінгу, то дехто з вчителів починає звинувачувати у цьому себе: «Якщо в мене це сталося, то я погано виховую дітей». Насправді булінг може трапитися у будь-якому класі й у будь-якого вчителя. Ви в цьому не винні. Так і само боротися одному теж не варто. Цькування можна перемогти тільки тоді, коли весь шкільний колектив об'єднується проти цього. Тільки системні та злагоджені дії допоможуть викоринити це явище.

СІМ КРОКІВ, ЯКІ МОЖНА ЗРОБИТИ ВЖЕ СЬОГОДНІ

1. Навчайте схвалювати

Навчити дітей терпимості — не надто хороша мета. Хто хоче, щоб його терпіли? Кожна людина потребує схвалення.

2. Мисліть сучасно

Старі методи — карати дітей, які цькують однокласників, уже в минулому. Значно дієвіше пояснювати учням, які трагічні наслідки може мати булінг. Зараз, на жаль, чимало повідомлень про підлітків, які через цькування наклали на себе руки — просто доносьте до відома учнів цю інформацію. Хіба хоче хтось із них у буквальному розумінні вбити навіть не надто приємного однокласника?

3. Уведіть співчуття до розкладу

Покарання винного і запобігання контакту між «задиракою» та «жертвою» — заходи епізодичні, а тому не надто дієві. Значно корисніше використовувати сучасні ефективні виховні форми роботи, метою яких є формування в учнів моральних якостей, емпатії, толерантності.

4. Уникайте ярликів

У жодному разі не чіпляйте на дітей «негативні ярлики». Якщо дитину

вперто називати «бешкетником», їй не залишиться нічого, окрім бешкетувати на знак протесту. Говоріть лише про дії учнів, але при цьому не оцінюйте дітей особисто.

5. Залучайте суспільство

Учні повинні дізнатися, що цькування — це неприйнятно. А щоб повірити в це, вони повинні це почути від багатьох людей. Слід запрошувати гостей, бажано авторитетних серед молоді, можливо, навіть місцевих знаменитостей, для проведення бесід про булінг і його неприйнятність у престижних колах суспільства. Також слід створювати в учнів враження, що життя за межами школи приємне та безпечне, а не залякувати їх розповідями про те, які жахи чекають на них після закінчення школи, адже ці розповіді налаштовують на те, що невдовзі доведеться боротися за власне життя з цілим світом, і змушують заздалегідь «гострити кігті» об однокласників.

6. Розвивайте творчі здібності

Підійдіть до цього питання творчо. Відомо, що творчість чудово сприймають діти, а творча робота допомагає їм значно краще засвоїти те, що намагаються донести вчителі.

Пов'яжіть творчість із виховною роботою. Разом із учнями напишіть сценарій та організуйте виставу, присвячену темі цькування, або ж улаштуйте виставку малюнків на цю тему.

7. Починайте спочатку

Запобігати цькуванню треба починати на рівні дитячого садка. Починати в початковій школі вже занадто пізно. На самому початку потрібно навчати дітей вільно та зрозуміло висловлювати свої почуття. Крім того, важливо пояснити дітям, що жертву цькування слід захистити, навіть якщо всі навколо байдуже спостерігають за її стражданнями. А доки викорінити цькування не вдалося (а такий стан речей вочевидь триватиме ще багато-багато років), залишається навчати дітей опиратися йому. Головне, що при цьому варто пояснити, — слова самі по собі нічого не означають, важливі лише емоції, які ми пов'язуємо з певним словом. Адже якщо, наприклад, у батьків є дивна звичка лагідним голосом говорити дитині «ти мій дурник» — дитина вважатиме слово «дурник» схвальним, доки не зіштовхнеться з ним поза своєю родиною. А якщо ситуація цілком залежить від наших емоцій — нам цілком до снаги її змінити.