**Рекомендации для педагогов по профилактике буллинга (притеснения) в среде обучающихся**

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!».
* Часто проводит время на переменах в одиночестве.

**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.

**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.

 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.

**Рекомендации учителю и воспитателю 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 сравнивания 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.