

# Чого не треба робити, коли вже є булінг

Часто дорослі, стикаючись з цькуванням в дитячому колективі, роблять типові помилки, які призводять до того, що ситуація цькування консервується або навіть посилюється. Отже, чого не треба робити в разі цькування.

## 1. Чекати, що саме пройде

Булінг сам не проходить. У дітей до підліткового віку - точно. Пізніше є невеликий шанс, що в групі знайдеться достатньо авторитетні діти, не обов'язково лідери, які раптом побачать цю ситуацію не як звичну гру, а як жорстокість і негідну поведінку, і вирішиться заявити про своє бачення. Це може якщо не повністю припинити, то сильно зменшити цькування. Але до приблизно 12 років дітям складно спиратися на власні моральні орієнтири і тим більше йти проти групового тиску (це і дорослим дається непросто). Якщо дорослі не займаються атмосферою в дитячій групі, цькування саме по собі нікуди не дінеться.

## 2. Шукати причини і пояснення

Причин, за якими виникає цькування багато: і потреба віку, і тиск закритої системи, і індивідуальні особливості дітей, і брак досвіду у педагогів, і фонові агресія в суспільстві. Все це дуже важливо і цікаво, і безумовно варто вивчати і розуміти. Але безліч цілком об'єктивно існуючі причини не чинить цькування прийнятним. Можна довго шукати причини і фактори, що викликають якусь хворобу, але не можна робити це замість допомоги тим, хто страждає вже сьогодні. Цькування в конкретному класі, від якої страждають прямо зараз конкретні діти - не питання наукових досліджень, це питання моралі і прав людини. Знущання неприпустимо. Ніякі особливості школи, суспільства, сімей і дітей не можуть служити виправданням цькування.

Якщо в голові дорослого такого твердого переконання немає, зупинити травлю він не зможе. Він буде нескінченно міркувати про те, які діти, які батьки, яке суспільство, наводити приклади, як діти, яких (або які) труять, відрізняються від інших дітей в класі і розводити руками: «Ну, вони такі, що я можу вдіяти! ». І Займатися по суті підтримки цькування, адже в її основі якраз лежить цей прийом: оголосити кого-небудь «не така» і на цій підставі видати собі індульгенцію на насильстві.

Крім того, причини цькування часто настільки глобальні, що усунути їх неможливо. Скажімо, агресія в суспільстві або насильственності і закритості шкільної системи ми навряд чи зможе подолати в найближчому майбутньому. Діти, обділені любов'ю батьків і тому самостверджуються за рахунок інших, завжди були, є і будуть. Люди соціальні і орієнтовані на групу, завдання віку - пережити згуртованість.

Все це так, але це не означає, що треба терпіти цькування. Немає завдання усунути причини, є завдання забезпечити безпеку кожного учня в школі, а для цього потрібно змінити конкретну поведінку конкретної групи дітей.

### 3. Плути цювання і непопулярність

Про це вже йшлося. Ніхто нікому не зобов'язаний, щоб його всі любили і хотіли з ним дружити. Не можуть бути всі однаково популярні. Багато є дітей, до речі, яким і не потрібна особлива популярність в класі, вони цілком без неї проживуть. Вони можуть бути від природи інтроверти, соромливі або просто душею належати не до цієї, випадково зібраної по адміністративному ознакою, а зовсім до іншої групи. Вони хочуть одного - безпеки. І мають на неї повне право.

Суть цювання - не в тому, що хтось когось не любить. Суть цювання - насильство. Це групове насильство, емоційне або фізичне. І саме за це відповідає дорослий, якому довірена група дітей. За їх захищеність від насильства.

Популярність - це питання психологічне. Групове насильство - це питання порушення прав.

Педагоги, що зводять все до непопулярності, часто щиро намагаються виправити справу. Вони звертає увагу групи на гідності жертви, намагаються підвищити її рейтинг особливих доручень і т. д. І це все може спрацювати за однієї умови: цювання як насильство ВЖЕ припинено. Якщо немає - будь-який гідності жертви в очах групи, захоплена азартом цювання, буде миттєво перетворена в недолік. Виграв олімпіаду - "ботан". Допоміг комусь - "підлиза". Намалював добре - «художник-мазило-сечі Левітана». У брудній атмосфері насильства не проб'ються паростки інтересу і поваги. Спочатку треба провести дезінфекцію.

Ця помилка, до речі, нерідко підтримує дитячі книжки і фільми. Зроби подвиг, вразив усіх, і життя налагодиться. Якщо справа тільки в непопулярності - може бути. Якщо йде цювання - немає. І навіть може бути навпаки. Діти, які стали успішними і відомо завдяки спортивним перемогам, ролі в кіно або якийсь ще досягнення, може багато розповісти про шкільне цювання. Тільки в мелодрамах фото на обкладинці журналу означає визнання в класі. У реальності це скоріше принесе нові проблеми.

### 4. Вважати цювання проблемою тільки жертви

Звичайно, виразно страждає саме жертва. Ті, хто труїть, прямо зараз можуть виглядати дуже задоволеними собою. Однак важливо розуміти, що страждають в результаті всі.

Страждає жертва, яка отримала досвід приниження, відкидання і незахищеності, травму самооцінки, а то і порушення емоційного розвитку через тривале і сильного стресу.

Страждають свідки, ті, хто стояли осторонь і робили вигляд, що нічого особливого не відбувається, і в цей самий час отримували досвід безсилля перед владою натовпу і сорому за свою легкодухість, оскільки не наважився заступитися і підтримував цювання зі страху самому виявитися жертвою.

Страждають переслідувачі, отримуючи досвід шакалів в зграї, або досвід ляльководи, досвід безкарності, ілюзію своєї сили і правоти. Цей досвід призводить до огрубіння почуттів, відрізання можливостей для тонких і близьких відносин, в кінцевому підсумку - до деструктивних, асоціальних рис особистості. Піррова перемога, яка потім обернеться самотністю і положенням ізгоя в дорослому колективі,

де ніхто вже не стане особливо боятися такого «буллі», а ось спілкуватися з ним не захоче. Навіть якщо він буде успішним і стане начальником, щастя в його житті будемо трохи, бо він хоч суцільне «Прада», як відомо.

Нарешті, це все погано для групи в цілому, для її ефективності, здатності справлятися з труднощами. Насильство - страшний пожирач енергії, ні на що інше сил у групи вже не залишається. У тому числі і на навчання.

Це те, що важливо доносити до батьків: якщо це не вашу дитину труять - не думайте, що у вас немає приводу для занепокоєння. Не кажучи вже про те, що тліюча підлягає цькуванню завжди проривається спалахами справжнього насильства. І тоді абсолютно будь-який - в тому числі і ваша - дитина може виявитися «призначеною» групою виконати її волю і «дати йому як слід». Він сам потім не зможе пояснити, чому так озвірів і чому зробив те, що йому зовсім не властиво. Ну, а далі варіанти. Або він сам ризикує зробити серйозний злочин, або доведена до відчаю жертва дасть відсіч, і може статися все що завгодно.

## **5. Вважати цькування проблемою особистостей, а не групи**

Це підхід «вся справа в тому, що вони такі».

Найчастіше доводиться чути, що жертва - «така» (причому неважливо, в негативному ключі: дурна, негарна, конфліктна або в позитивному: обдарована, нестандартна, «індіго» і т. Д.).

«Цапом-відбувайлом» може стати кожен. Це ілюзія, що для цього треба бути якимось особливим. Окуляри (веснянки), товщина (худоба), національність, дешевий одяг - все може стати підставою для оголошення жертви «не такий». Причина цькування - не в особливостях жертви, а в особливостях групи. Один і той же дитина може бути ізгоем в одній групі і своїм в іншій. Або перестати бути ізгоем в тій же самій за короткий термін, скажімо, після зміни класного керівника.

Так само не має сенсу зводити причину цькування до якостей тих, хто труїть. Звичайно, роль ініціаторів цькування часто беруть на себе діти не найкращі внутрішньо. Але одних тільки їх якостей недостатньо. Часто найзапекліші травителі, випадково опинившись з жертвою удвох, наприклад, на групі продовженого дня, мирно з нею грають. А якщо вчитель втручається і починає активно працювати з цькуванням, агресори іноді за лічені дні змінюють свою поведінку, хоча, звичайно, вони не могли б так стрімко вирішити свої «внутрішні проблеми» або підвищити свій «культурний рівень».

Ця помилка лежить в основі спроб подолати цькування шляхом «розмов по душах» або «індивідуальної роботи з психологом». З жертвою чи, з агресорами чи. Цькування, як будь-який застрягання в деструктивної динаміці - хвороба групи. І працювати треба з групою в цілому. Обговорювати те, що відбувається, встановлювати нові правила. І тільки в цьому контексті можуть бути корисні розмови з жертвою і кривдниками.

Намагатися вирішити проблему цькування, вирішуючи особисті проблеми дійових осіб, - все одно що намагатися вирішити проблему аварій на дорогах не розумними правилами дорожнього руху і контролем за їх виконанням, а розвитком у кожного окремого водія швидкості реакції, ввічливості й любові до ближнього. Одна з основних завдань віку в кінці початковій і середній школі - розібратися в правилах гуртожитку, навчитися жити в соціумі. І правила повинні задавати дорослі.

Звичайно, допомагати дітям вирішувати внутрішні проблеми теж потрібно, але це робота довга і в ситуації актуальною цькування неможлива зазвичай. Треба спочатку припинити травмуючий вплив, а потім вже лікувати.

## 6. Тиснути на жалість

Намагатися пояснити агресорам, як жертві погано і закликати поспівчувати. Чи не допоможе найчастіше. Тільки зміцнить їх в позиції сильного, який хоче страчує, хоче милує. Зазвичай агресори тому і труять, що дуже добре знають, яка жертва, і бояться опинитися на її місці (швидше за все, вже там бували: у своїй родині або в іншій групі). Жертву ж педалювання її страждань образить, принизить або підкріпить її безпорадність або лють. Набагато важливіше «зламати гру», перевести фокус уваги з жертви на правила гри, на непривабливість і неприпустимість агресії.

Логіка цькування полягає в тому, що промінь прожектора загального негативного уваги звернений на жертву, і вона кидається в ньому, як приречений кролик в світлі фар автомобіля. Тому будь-які розмови про жертву підкріплюють цькування. Наше завдання - перевести промінь прожектора на саме цькування як явище, зробити мішенню насильство як таке.

## 7. Приймати правила гри

Це найважливіше, мабуть. Ситуація цькування зрушує «точку норми». Через якийсь час всім здається, що так і треба, «таких» і треба труїти, а як же інакше - адже вони «такі». Якщо не протистояти з самою ідеєю цькування, нічого не вийде.

Будь-яка ситуація насильства провокує вибір: або «мене б'ють, бо я слабкий, і завжди будуть бити», або «мене бити не будуть, тому що я сильний і бити буду я». При всій удаваній різниці обидві ці позиції подібні. Вони обидві базуються на одному і тому ж переконанні про те, як влаштований світ. А саме: «сильний б'є слабого». І часто дорослі, намагаючись допомогти, насправді підкріплюють цю картину світу.

Наприклад, коли говорять потерпілому: «подумай, у чому ти сам міг би змінитися», або «дай йому, щоб неповадно було». По суті, дитині повідомляють ось що: «Світ влаштований так, що в ньому править сила, і іншого світу у нас для тебе немає. Ти можеш капітулювати перед насильством, зрадити себе і змінитися так, як від тебе вимагають ( «навчися жити із хлопцями!»). Їм видніше, яким ти повинен бути, вони сильні, а значить - мають рацію. Або можеш наплювати на власну безпеку ( «Не бійся! Дай відсіч!») І озвірити, тоді тебе не чіпатимуть. Ще варіант: відрізати від себе почуття ( «не звертай уваги!») І навчитися зображувати особою не те, що відбувається всередині. По суті, дорослий у всіх цих випадках солідаризується з цькуванням як явищем і залишає дитину наодинці з нею. Дитина за всіма цими «Вчися налагоджувати відносини» або «Дай здачі» чує: «Тебе ніхто не захистить, навіть не сподівайся. Звертайся сам, як знаєш »

Тому потрібно йти на конфронтацію, але не конфронтацію з конкретними дітьми, а конфронтацію з правилами гри за якими сильний має право бити слабого. З цькуванням як насильством, як хворобою, отрутою, моральної іржею. З тим, чого не повинно бути. Що не можна виправдовувати, від чого будь-дитина повинна бути захищена - і крапка.

Без конфронтації тут неможливо, вмовляння не допоможуть, медіація і «командоутворення» теж.