

## **«8 кроків до припинення цькування в дитячому колективі»**

Ситуації дуже різноманітні, це загальні принципи і кроки.

### **1. Присвоїти проблему**

Будь-яка проблема вирішується тільки тоді, коли є той, хто її вирішує, хто бере на себе відповідальність. Якщо дорослі будуть розводити руками і говорити «ну, що поробиш, такі зараз діти», нічого не зміниться.

Хто може бути відповідальним? Ми пам'ятаємо, що цькування - хвороба групи, значить, працювати з нею повинен той чоловік, який спілкується з групою і керує нею, хто може задавати правила гри. Тобто вчитель, класний керівник. Іноді це може бути хтось із керівництва школи, наприклад, заступник директора з виховної роботи, але зазвичай це можливо в школах не дуже великого розміру, де всі всіх знають і школа сприймається як одна велика група. В ідеалі весь педагогічний колектив повинен мати загальний погляд на проблему цькування і всім повинні бути відомі алгоритми узгоджених дій в разі, коли хтось помітив в одному з класів цькування. Чим більше єдину, узгоджену професійну реакцію дорослих отримує дитяча група, тим швидше вирішується проблема. Щоб перемогти зародження цькування, іноді досить п'яти хвилин. А запущені випадки можуть отруювати життя в класі роками.

Часто в школах намагаються вирішення проблеми цькування перекласти на шкільних психологів. Але психолог не працює з класом як з групою, він не може виправити погані правила життя в цій групі. Це може зробити тільки вчитель. А психолог якраз може допомогти в цьому вчителю: розробити разом стратегію дій, обговорити, що виходить, та й просто підтримати педагога в процесі роботи. При цьому варто працювати з тими дорослими, хто готовий взяти відповідальність, тим, хто все валить на дітей і «агресію в суспільстві», психолог допомогти не зможе.

Психолог може також індивідуально працювати з дітьми: емоційно підтримати постраждалих і допомогти їм осмислити болючий досвід, щоб не тягнути його в подальше життя; працювати з агресорами, шукати причини їхньої поведінки, працювати з їх сімейною ситуацією. Він може після подолання цькування провести з дітьми заняття для згуртовування групи. Але все це буде корисно тільки після або одночасно зі зміною з роботою з групою, яку проводить педагог.

### **2. Назвати явище**

Ніяких «У Петі Смирнова не ладиться з однокласниками». Коли дитину навмисно доводять до сліз, узгоджено і систематично дражнять, коли відбирають, ховають, псують його речі, коли його штовхають, щипають, б'ють, обзивають, підкреслено ігнорують - це називається «цькування». Насильство. Якщо не назвете те, що

відбувається своїм ім'ям, нічого не вийде зробити. Неназвану проблему вирішувати неможливо.

Не менш важливо назвати явище самим дітям. Діти часто не усвідомлюють, що саме роблять. У них в голові це називається «ми його дражнимо» або «ми так граємо» або «ми його не любимо». Хлопчики, яких застали за перекиданням рюкзака однокласника, зі сльозами розривається між ними, можуть сказати: «ми просто грали». Ні, це не гра. Гра - це коли весело ВСІМ. І коли ВСІ грають добровільно. Дівчата, які копіюють або коментують зовнішність однокласниці, можуть сказати: «Ми просто так жартуємо». Ні, це не жарт. Жарт не має на меті завдати комусь біль. Жарт - це коли весело ВСІМ, в тому числі того, про кого жартують. Діти повинні почути це від дорослого: те, що ви робите - не забава, не гра і не жарт, це цькування, це насильство, і це неприпустимо.

Описуючи ситуацію з точки зору жертви, важливо не тиснути на жалість. Ні в якому разі не говоріть : «уявляєте, як йому погано, який він нещасний?». Говоріть так: як було б ВАМ в такій ситуації? Що відчували б ВИ?

### **3. Дати однозначну оцінку цькуванню**

Люди можуть бути дуже різними, вони можуть подобатися один одному більше або менше, але це не привід труїти і гризти один одного, як павуки в банці. Люди на те й люди, що вони здатні навчитися бути разом і працювати разом, використовуючи свої відмінності для загального успіху. Навіть якщо вони дуже-дуже різні і хтось комусь здається зовсім неправильним. Можна навести приклади, що нам може здаватися неправильним в інших людях: зовнішність, національність, реакції, захоплення і т. д. Звичайно, все вийде, тільки якщо сам дорослий так щиро вважає. Якщо щирості немає, дорослий читає нотацію, діти відчують фальш і все залишиться як було. Тому добре б педагогу спочатку запитати себе про своє ставлення до інших і несхожим.

### **4. Обговорювати цькування як проблему групи**

Коли людям висувають моральне звинувачення, вони починають захищатися. У цей момент їх не цікавить, мають рацію вони чи ні, головне - виправдатися. Діти не виняток. Особливо діти, які чинять цькування, тому що дуже часто вони абсолютно нездатні переносити сором і провину. І вони будуть битися за свою роль «най-най». Тобто у відповідь на називання цькування насильством, почнеться: «А чого він? А ми нічого ... А це не я. А це він сам ». Зрозуміло, що толку від обговорення в такому ключі не буде.

Тому не треба сперечатися про факти, з'ясовувати, хто саме що і т. д. Потрібно дати зрозуміти, що ви знаєте, що відбувається, що не маєте наміру з цим миритися і визнаєте, що цькування є хворобою групи. Наприклад, якщо людина не мие руки, він може підхопити інфекцію і захворіти. А якщо група використовує брудні способи

спілкування, вона теж може захворіти - цькуванням. Це дуже сумно, це всім шкідливо і погано. І давайте разом, терміново лікуватися, щоб у нас був здоровий, дружній клас. Це дозволить зберегти обличчя і навіть надасть їм можливість хоча б спробувати приміряти роль позитивної «альфи», яка не ображає інших, а дбає про групу. Всі в одному човні, загальна проблема, давайте разом вирішувати.

З дітьми старшого віку можна подивитися і обговорити «Повелителя мух» Голдінга або (краще) «Опудало» Железнікова. З молодшими школярами можна подивитися «Гидкого каченяти» Гаррі Бардіна.

## **5. Активізувати моральне почуття і сформулювати вибір**

Результат не буде міцним, якщо діти просто візьмуть до відома формальні вимоги вчителя. Завдання - вивести їх з «стайного» азарту в усвідомлену позицію, включити моральну оцінку того, що відбувається.

Можна запропонувати дітям оцінити, яким є їхній внесок у хворобу класу під назвою «цькування». 1 бал - це «я ніколи в цьому не беру участь», 2 бали - «я іноді це роблю, але потім шкодую», 3 бали - «труїв, цькував і буду труїти, це здорово». Нехай всі одночасно покажуть на пальцях - скільки балів вони поставили б собі? Зазвичай «три» сам собі ніхто не ставить. Тільки ні в якому разі не можна говорити: немає, насправді ти труїш. Навпаки, краще сказати: «Як я радий, у мене від серця відлягло. Ніхто з вас не вважає, що труїти - це добре і правильно. Навіть ті, хто це робив, потім шкодували. Це чудово, значить, нам буде неважковилікувати свій клас .

Якщо група дуже загрузла в задоволенні від насильства, конфронтація може бути більш жорсткою. Наприклад, можна перечитати з дітьми казку «Гидке каченя», той уривок, в якому описана цькування каченяти іншими птахами, і сказати приблизно наступне: «Зазвичай, читаючи цю казку, ми думаємо про головного героя, про каченя. Нам його шкода, ми за нього переживаємо. Але зараз я хочу, щоб ми подумали про ось цих курей і качок. З каченям-то все потім буде добре, він полетить з лебедями. А кури і качки? Вони так і залишаться тупими і злими, нездатними ні співчувати, ні літати. Коли в класі виникає схожа ситуація, кожному доводиться визначитися: хто він щось в цій історії. Невже серед вас є бажаючі грати роль тупих злісних курей? Який ваш вибір? ».

Цей же прийом може допомогти батькам усвідомити, що якщо знущаються не з їхньої дитини, а навпаки, це теж дуже серйозно. Їх діти знаходяться в ролі учасників цькування, то з часом вони починають мінятися ролями . Вони цього хочуть для своїх дітей?

## **6. Сформулювати позитивні правила життя в групі і укласти контракт**

До цих пір мова йшла про те, як не треба. Помилкою було б зупинитися на цьому, тому що, заборонивши дітям колишні способи реагувати і вести себе і не давши інших, ми провокуємо стрес, розгубленість і повернення до старого.

Момент, коли колишня, «погана» групова динаміка перервана, розкрутка її згубної спіралі припинена, - найкращий, щоб запустити динаміку нову. І це важливо робити разом.

Досить просто разом з дітьми сформулювати правила життя в групі. Наприклад: «У нас ніхто не з'ясовує стосунки кулаками. У нас не ображають один одного. У нас не дивляться спокійно, як над кимось знущаються - це негайно припиняють». Правила виписуються на великому аркуші і за них все голосують. Ще краще - щоб кожен поставив підпис, що зобов'язується їх виконувати. Цей прийом називається «укладення контракту», він прекрасно працює в терапевтичних і тренінгових групах для дорослих, і з дітьми теж цілком ефективний. Якщо правила хтось порушує, йому можуть просто мовчки вказати на плакат з його власним підписом.

## **7. Підтримка позитивних змін**

Дуже важливо щоб дорослий, який взявся вирішувати проблему цькування, не кидав цю справу. Він повинен регулярно питати, як справи, що вдається, що важко, ніж допомогти. Можна зробити «лічильник цькування», яку-небудь посудину або дошку, куди кожен, кому сьогодні дісталось або хто бачив щось, що було схоже на насильство, може покласти камінчик або увімкнути кнопку. За кількістю камінців визначається, чи гарний сьогодні був день, краще на цьому тижні, ніж минулого і т. і. Можна ставити спектаклі, складати казки і робити колажі про «хроніку одужання», зробити «графік температури» і т. д.

Суть в тому, що група постійно отримує зацікавлений інтерес від авторитетного дорослого і як і раніше вважає перемогу над цькуванням своїм спільною справою.

## **8. Гармонізувати ієрархію**

Ось тепер пора думати про популярність. Про те, щоб кожен мав визнання в чомусь своєму, міг показати себе групі, бути корисним і цінним в ній. Свята, конкурси, огляди талантів, походи, експедиції, ігри на командоутворення - арсенал багатий. Чим довше групі належить прожити в цьому складі, тим цей етап важливіше.

Ознака гармонійної груповий ієрархії - відсутність жорстко закріплених ролей «лідерів» і «масовки», гнучке перетікання ролей: в цій ситуації лідером стає той, в тій - інший. Один найкраще малює, інший жартує, третій забиває голи, четвертий придумує ігри. Чим більше різноманітної і свідомої діяльності, тим здоровіша група.