ПАМЯТКА ДЛЯ УЧИТЕЛЯ
ОБЩИЙ АЛГОРИТМ: КАК РЕАГИРОВАТЬ НА БУЛЛИНГ

Золотое правило: Буллинг – это не драка и не конфликт двух равных сторон. Это ситуация неравенства сил (физических или психологических), которая повторяется систематически. Ваша задача – не «рассудить», а **прекратить насилие и защитить жертву**.

ЕСЛИ ВЫ СТАЛИ СВИДЕТЕЛЕМ ТРАВЛИ (увидели сами)

1. **НЕМЕДЛЕННО ВМЕШАЙТЕСЬ.**

oНе проходите мимо, даже если это мелочь (толчок, обидное прозвище). Для жертвы это знак, что взрослым всё равно, а для агрессора –что его поведение разрешено.

2. **РАЗВЕДИТЕ СТОРОНЫ.**

oПрекратите действие четкой, громкой фразой: «Петя, прекрати!», «Это неприемлемо!», «Немедленно остановитесь!».

oНе начинайте выяснять причины при всех. Ваша первая задача –остановить действие.

3. **ПРОЯВИТЕ ЗАБОТУ О ЖЕРТВЕ ПУБЛИЧНО.**

oПодойдите к пострадавшему ребенку, спросите, все ли с ним в порядке, предложите выйти из класса/коридора. Это транслирует классу, что вы на стороне того, кого обижают, и что защита –это нормально.

4. **ДАЙТЕ ОЦЕНКУ ДЕЙСТВИЯМ, А НЕ ЛИЧНОСТИ.**

oГоворите агрессору: «То, что ты сейчас сделал –это **недопустимо** и **называется травлей**». Не говорите: «Ты плохой, ты хулиган». Клеймить личность опасно, но четко называть поступок своими именами –необходимо.

o

ЕСЛИ К ВАМ ОБРАТИЛИСЬ (ребенок, родитель, коллега)

1. **ВЫСЛУШАЙТЕ И ПОВЕРЬТЕ.**

oПервая реакция: «Спасибо, что сказал. Я разберусь». Даже если сомневаетесь. Страх, что «ябедничают», –главный враг профилактики буллинга.

2. **НЕ УСТРАИВАЙТЕ «РАЗБОРКИ» ПРИ ВСЕХ.**

oФразы-табу: «А ну-ка встали все и признались!», «Что опять этот Петя вам сделал?». Это только усилит травлю.

oПравильно: «Я обязательно поговорю с теми, кого это касается, но наедине».

3. **ЗАФИКСИРУЙТЕ ФАКТ.**

oСделайте короткую запись для себя (дата, событие, участники). Это поможет вам отследить системность и передать информацию психологу.

4. **ПЕРЕДАЙТЕ ИНФОРМАЦИЮ ПСИХОЛОГУ.**

oЭто не «стукачество», а профессиональное взаимодействие. У психолога есть инструменты для работы с группой, которых нет у вас на уроке. Сделайте это в день обращения.

ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ (ТИПИЧНЫЕ ОШИБКИ)

- ❌ **«Мальчики, вы бы сами разобрались».**

o*Почему:* При неравенстве сил «разбирательство» закончится еще большим подавлением слабого.

- ❌ **«Ты сам виноват, не надо было...» (провоцировать, одеваться не так).**

o*Почему:* Вы снимаете вину с агрессора и становитесь на его сторону. Жертва получает двойной удар.

- ❌ **«Он просто пошутил, не будь таким чувствительным».**

o*Почему:* Обесценивание чувств жертвы. Шутка должна быть смешна обоим.

- ❌ **Публичное обсуждение проблемы с родителями обоих детей на собрании.**

o*Почему:* Это превращается в «суд Линча» и усугубляет травлю.

КЛЮЧЕВЫЕ ПРИНЦИПЫ

1. **Безопасность жертвы –приоритет №1.**
2. **Работа с наблюдателями важнее, чем наказание агрессора.** Именно молчаливое большинство поддерживает травлю.
3. **Системность.** Один разговор не поможет. Нужно закреплять результат.

ПАМЯТКА ДЛЯ УЧИТЕЛЯ
КАК РЕАГИРОВАТЬ НА БУЛЛИНГ НА УРОКЕ

(Тактика быстрого реагирования в условиях учебного процесса)

Урок –это публичное пространство. Ваши действия видят все, и они либо укрепят норму уважения, либо разрушат её.

СИТУАЦИЯ 1: Травля происходит «ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС» на ваших глазах

(обзывательства, смех над ответом, кидание записок, тычки)

1. **ОСТАНОВИТЕ УРОК.**

оСделайте паузу. Посмотрите на обидчика. Спокойным, но твердым голосом скажите: **«Я не могу продолжать урок, пока в классе происходит неуважение»**.

2. **НАЗОВИТЕ ДЕЙСТВИЕ (но не вешайте ярлык на ребенка).**

оВместо «Петя, ты опять хулиганишь» скажите: **«Петя, сейчас прозвучала обидная кличка в адрес Коли. В нашем классе это недопустимо»**.

3. **ПЕРЕВЕДИТЕ ФОКУС НА УЧЕБНЫЙ ПРОЦЕСС, но с фиксацией факта.**

оДайте короткое, понятное задание, чтобы разрядить обстановку и переключить внимание. Например: «Откройте учебник на стр. 45, задание 3. Я подойду к Пете через минуту».

4. **МИКРОБЕСЕДА НА УХО (по возможности).**

оПока класс выполняет задание, быстро подойдите к агрессору и тихо скажите: **«То, что ты сделал –это унижение другого человека. Если это повторится, мы будем разбираться с психологом и родителями. Прекрати»**.

5. **ПОДДЕРЖИТЕ ЖЕРТВУ НЕВЕРБАЛЬНО.**

оКивните, улыбнитесь, чуть дольше задержитесь у его парты. Дайте знак: «Я с тобой, я тебя вижу и защищаю».

СИТУАЦИЯ 2: Косвенная травля на уроке (игнорирование, бойкот, «случайно» упавшая ручка)

1. **НЕ ИГНОРИРУЙТЕ МЕЛОЧИ.**

оЕсли при просьбе сесть в пары все отвернулись от одного ученика, не заставляйте его насильно. Скажите: **«Я вижу, что Саше сейчас сложно найти пару. Саша, поработай, пожалуйста, индивидуально, а на следующем уроке мы поменяем состав групп»**.

2. **ИСПОЛЬЗУЙТЕ ПРИЕМ «АДВОКАТ».**

оЕсли ребенка травят за плохой ответ или ошибку у доски, скажите: **«Спасибо за ответ. Ошибиться может каждый. Кто хочет дополнить ответ (имя) конструктивно, без смеха?»**. Вы пресекаете смех и формируете культуру обратной связи.

3. **ПРАВИЛО «ТРЕХ СТУПЕНЕК».**

оЕсли вы слышите смех над чьей-то репликой, спросите:

1. «Ребята, вы смеетесь **над** тем, что сказал Коля, или **вместе** с ним?» (Разделение понятий).
2. «Коля, тебе самому смешно?» (Даем голос жертве).

3. «Если Коле не смешно, то это не шутка, а оскорбление. Давайте уважать друг друга».

СИТУАЦИЯ 3: Скрытая травля (шепот, записки, чаты класса во время урока)

1. **ОБЩЕЕ ПРАВИЛО ДЛЯ КЛАССА.**

оВведите правило на первом же уроке: **«В моем классе запрещены любые обзывательства, унижения и клички. Если вы видите несправедливость, вы можете сказать мне об этом шепотом после урока, и это не будет ябедничеством, это будет помощью товарищу»**.

2. **РАБОТА С ТЕЛЕФОНАМИ.**

оЕсли травля идет через гаджеты на уроке, требуйте убрать телефоны (согласно уставу школы). Скажите: «Сейчас время урока, личные переписки подождут».

ЧТО ГОВОРИТЬ В КОНЦЕ УРОКА, ЕСЛИ ИНЦИДЕНТ БЫЛ

- **Обращаясь ко всем:** «Ребята, сегодня на уроке произошла ситуация, которая меня огорчила. В нашем классе не место травле. Я буду очень строго следить за этим. Мы все разные, и мы имеем право на уважение».
- **Обращаясь к жертве (после урока):** «Как ты себя чувствуешь? Мне жаль, что так вышло. Ты не один. Если что-то повторится, сразу подойди ко мне или к психологу. Мы поможем».
- **Обращаясь к агрессору (после урока):** «Твое поведение сегодня было недопустимым. Мне не важно, что было до урока. На моем уроке так вести себя нельзя. Это предупреждение. В следующий раз я буду приглашать родителей и психолога».

ГЛАВНАЯ ФОРМУЛА ДЕЙСТВИЙ НА УРОКЕ:

«СТОП (действие) + ОЦЕНКА (это плохо) + ПОДДЕРЖКА (жертве) + ПЕРЕКЛЮЧЕНИЕ (на учебу) + КОНТРОЛЬ (после урока)»