

Если ребенка травят в школе

Первоочередная задача - успокоить ребенка и обеспечить ему ощущение защищенности и эмоционального комфорта. Как бы ни хотелось при этом вскочить и побегать требовать обидчика к ответу и обвинять учителей. Последнее, в чем нуждается сейчас ребенок, это возбужденный и взбудораженный родитель, который не может контролировать свое состояние. Дайте понять ему, что вы цените его откровенность. Для многих детей поделиться такой проблемой со взрослым - очень и очень непросто. Страх прослыть ябедой или усугубить ситуацию, неуверенность в себе, нежелание разочаровывать и расстраивать маму или папу, стыд - это все часто мешает открыться.

Важно показать, что Вы услышали ребенка. Что он больше не один на один со своей проблемой, что взрослый знает и обязательно поможет. Такие, казалось бы, простые слова зачастую оказывают куда более действенный и положительный эффект, чем распространенные «не обращай внимание», «будь умнее и просто пройди мимо», «дай сдачи». Они воспринимаются ребенком как совет разобраться во всем самому, не отвлекать родителя всякими глупостями и не ждать, что ему кто-то поможет. Разумеется, нужно здраво оценивать ситуацию. Если речь идет о 16-летнем подростке, повздорившем с одноклассником, то здесь уже нужна другая стратегия, позволяющая ему справиться с конфликтом самостоятельно. Но в младшей и средней школе детям совершенно необходима поддержка родителей. Но именно поддержка, а не чрезвычайная опека и ограждение от любых потенциальных трудностей.

Бывает так, что родители пытаются найти причину буллинга в самом ребенке: «Подумай, чем ты мог обидеть ребят?», «А кого-то еще обижают или только тебя?», «Ну ты ведь и сам знаешь, что ты рыжий/тощий/толстый/носишь очки». Об этом не может быть и речи. Ребенок ни в чем не виноват

Никто не может быть виноват в том, что его унижают, оскорбляют, бьют или игнорируют.

Буллинг - проблема не одного и не двух учеников, а всего коллектива, включая учителей. И оправдывать буллинг какими-то особенностями ребенка нельзя. Задача родителя - донести эту мысль максимально доступно и понятно.

Может быть, ребенок действительно сделал или сказал что-то такое, что могло обидеть или задеть другого. Но в этом случае адекватной реакцией станет разовое выяснение отношений между детьми, после которой все пойдет своим чередом. Именно поэтому следует помнить о настоящих маркерах буллинга (намеренность, повторяемость, неравенство сил) и отличать его от конфликта и ссоры. В одном инциденте ребенок может быть виноват. Никто не застрахован от ошибок, запальчивых слов и необдуманных поступков, но стоит напомнить ему, что Вы подобное

поведение не приемлете. По в буллинге - совершенно точно, его вины нет никакой. Ребенку и так тяжело сейчас, чтобы сваливать на него еще и комплекс неполноценности.

Давай вместе подумаем, что можно сделать. Каким ты видишь выход из ситуации?

Такие фразы служат достижению сразу нескольких целей. Во-первых, вовлекая ребенка в обсуждение решения проблемы, можно помочь ему вернуть часть утраченного контроля. Сейчас это не повредит общему психоэмоциональному фону. Во-вторых, вы постепенно учите его принимать решения и нести за них ответственность. В-третьих, такой подход позволяет продемонстрировать ребенку, что вы относитесь к нему как к взрослому и прислушиваетесь к нему - это тоже важно для самооценки. В-четвертых, иногда, помимо мнения со стороны, нужен и взгляд изнутри.

Постарайтесь как можно больше узнать о происходящем, задавайте наводящие вопросы, но не превращаете спокойную беседу в допрос.

Кто участвует в буллинге, в чем он выражается, что говорит учитель, как реагируют одноклассники. Иногда в процессе такого обсуждения могут открыться неожиданные или неочевидные детали, на которые ребенок в силу возраста не обращает внимания. Родителю их заметить проще. Ну и, наконец. Участвуя в разработке плана, ребенок всегда в курсе событий, напрямую касающихся его. Это заметно снижает уровень тревожности хотя бы по одному пункту: не нужно переживать, что мама нагрянет в школу без предупреждения или папа решит разобраться с обидчиками «по-мужски» и сделает только хуже.

Проведя первый фронт работ с ребенком и определившись с начальным планом, стоит поговорить с учителем, классным руководителем, куратором. Постарайтесь сохранять спокойствие и объективность, предоставляйте все имеющиеся у Вас факты (записки, слова свидетелей, распечатки звонков и сообщений, переписки в социальных сетях, если речь идет о кибербуллинге) и доводы. И лучше не просить кого-то повлиять на ситуацию, а именно поинтересоваться, какие конкретно шаги предпримет (а не собирается предпринять) педагог, чтобы остановить травлю. Что он может предложить, чтобы обеспечить ребенку максимально возможный уровень безопасности на своих уроках и переменах.

Если с учителем продуктивного диалога не вышло - значит необходимо обратиться к завучу, педагогу-психологу, социальному педагогу или директору. Не уходите из школы, пока не убедитесь, что Вас действительно услышали.

Не помешает поговорить и с родителями обидчика. Конечно, может быть и так, что агрессивный ребенок терроризирует всю семью и дома с ним никто не в силах сладить. Но это уже не Ваша головная боль. Вам надо

донести до обидчика и его родителей простую мысль: если травля не прекратится, Вы вынуждены будете поднять этот вопрос на ближайшем родительском собрании. А если к Вам присоединятся другие мамы или папы, можно будет говорить о постановке агрессивного ребенка на внутришкольный контроль или, в тяжелых случаях, об обращении в соответствующие инстанции с доказательствами.

Однако помимо слов не стоит забывать и о действиях: желательно объединить моральную поддержку и практическую помощь. Если ситуация критическая и Вы видите, что ребенок слишком глубоко переживает происходящее - переводите его в другую школу. Можно облечь это в какую-то позитивную форму - например, сказать, что в новой школе углубленная программа по его любимому предмету, сильные учителя или есть какие-то необычные кружки. Словом, придумать что-то, чтобы ребенок не воспринимал этот перевод как бегство. Если Вы думаете, что положение безнадежное, поддерживайте ребенка на всех возможных уровнях. Предложите ему записаться в спортивную секцию или в кружок единоборств, где он сможет не только найти новых друзей, но и стать сильнее, увереннее, выносливее. Познакомьтесь с его одноклассниками и приглашайте их почаще в гости, объединитесь с другими родителями и обменивайтесь телефонами с ними, организуйте совместный поход в кафе или в кино. Обеспечьте ребенку комфортную и спокойную атмосферу дома, почаще хвалите его за успехи, проводите по возможности больше времени вместе.