**Что делать, если ребенка травят в школе: инструкция для родителей.**

**Часть 2**

***От последствий травли страдает не только тот, кому не повезло оказаться в роли жертвы***. ***Травля – это развращающий опыт для зачинщиков***. В будущем у них меньше шансов на успешную самореализацию и на хорошие отношения в семье, с друзьями и коллегами. Травля – это очень травматичный опыт для свидетелей, они испытывают мучительный внутренний конфликт, поскольку уже чувствуют, что происходящее – аморально, но еще не имеют сил осознать, что именно не так, и найти выход их ситуации. Кроме того, они боятся, что, заступившись за жертву, сами станут жертвой, поэтому подыгрывают агрессору, стараясь не чувствовать стыд и унижение. Их представление о себе как «хороших людях» сильно страдает.

Ситуация травли в классе и в школе погружает в стресс всех детей, ведь если у нас так – можно, если травля – в порядке вещей, часть обычной жизни, значит, нельзя быть уверенным, что завтра этого не сделают со мной, нельзя расслабиться ни на минуту. Стресс истощает детскую психику, не дает сосредоточенно работать, не оставляет места учебной мотивации, любознательности, развитию способностей, творчеству.

Последствия травли крайне опасны для школы в целом, поскольку в разы увеличиваются риски насилия отчаявшейся жертвы над собой или над мучителями и свидетелями. Иногда к насилию прибегают родители, отчаявшиеся иначе защитить своего ребенка. Как показывает опыт, в основе почти каждого случая с вспышкой насилия в школе лежит история травли. Несколько лет взрослые ничего не хотели замечать или ничего не смогли сделать, прежде чем в школе появился подросток с битой, топором или травматом.

❓ **Что такое травля и с чем ее путают**

Травля (буллинг, моббинг) – это вид группового эмоционального и/или физического насилия. Подвергая человека травле, над ним смеются, издеваются, его подчеркнуто игнорируют, оскорбляют, унижают, толкают, бьют, удерживают силой, отнимают, прячут и портят его вещи и т. д., причем все это делается систематически, группой или агрессором при поддержке группы.

**Таким образом, есть три составляющие травли:**

* **насилие в той или иной форме,**
* **систематичность, постоянство,**
* **направленность на одного и того же человека, или групповое действие, или действие при поддержке группы**.

Помнить об этих составляющих важно, чтобы отличать травлю от того, что ей не является и не совершать ошибок, пытаясь с ней справиться. Если кого-то из детей в классе не любят, у него нет друзей, его неохотно принимают в игру, но насилия в его адрес нет, это не травля, а ***непопулярность.*** При непопулярности человеку может быть обидно, грустно и одиноко. При травле ему страшно, он чувствует себя не в безопасности. Никто не может обещать каждому ребенку в классе, что он будет всем нравиться. Но безопасность, физическую и психологическую, школа обязана обеспечить каждому ученику.

Методы повышения популярности, такие, как дать ученику важную роль в спектакле, рассказать в классе о его увлечениях и успехах, обычно не помогают решить проблему травли, более того, могут вызвать усиление насилия. Травить успешного может оказаться еще заманчивее, а ребенок, поделившийся с недружелюбным классом своими увлечениями и мечтами, может стать еще более уязвим. С непопулярностью можно и нужно работать, но только после преодоления травли.

Если дети поругались или даже подрались, при этом сегодня этот стукнул того, а завтра наоборот, или только что они дрались, а теперь вместе играют в футбол, если они взаимодействуют на равных, это не травля, это ***конфликты***. Вовсе избежать ссор и даже драк невозможно, и не стоит ставить такую цель, детям нужно научиться управляться со своей агрессией, отстаивать свои права, ссориться и мириться, и конфликты могут быть полезны для развития. ***При травле нет смены ролей, нет равенства сторон конфликта, при травле одни всегда нападают, а другие всегда страдают.*** Травля не учит никого ничему хорошему, она не помогает развитию детей, а препятствует.

С конфликтами в школьном коллективе хорошо работают методы медиации. В ситуации травли медиация не работает, потому что в ее основе – равенство участников конфликта, их равное право на уважение и на отстаивание своих интересов. ***В травле равенства нет, это не конфликт интересов, это издевательство над слабым***, и применять медиацию, в том числе выяснять у агрессоров, какие их интересы нарушила жертва и чем она их не устраивает, значило бы соучаствовать в травле. ***Когда взрослый говорит в ситуации травли «в ссоре всегда виноваты обе стороны», он предает пострадавшего и фактически заключает альянс с насильником***.

Если один ребенок кого-то задирает, обижает, дразнит, а остальные его в этом не поддерживают, осуждают его действия, сочувствуют пострадавшим от нападок, это не травля, ***это проблема с агрессивным поведением конкретного ребенка***. Иногда такая проблема решается быстро, иногда она может быть очень сложной, когда ребенок с нарушениями поведения буквально терроризирует класс. Но если группа сплачивается против агрессора, это не ситуация травли, каждый обиженный им чувствует себя членом группы, чувствует ее поддержку и защиту, он не становится отверженным и, хотя может получить синяки, психологически обычно в порядке. При травле, напротив, может не быть прямого физического ущерба, например, в случае игнорирования или издевок, но эмоциональный урон может быть очень тяжелым.

Дисциплинирование агрессора, выяснение причин его агрессивности или налаживание контакта с ним, чтобы он перестал обижать других, – важный, иногда длительный процесс. В случае травли работать только с одним агрессором обычно бессмысленно, на место одного притихшего зачинщика группа выдвинет другого, или научится покрывать насильственные действия так, что взрослым трудно будет «поймать за руку» организаторов травли. В случае травли работать нужно с группой в целом.

❓ **Почему возникает травля?**

Дети в предподростковом и подростковом возрасте проходят стадию освоения принадлежности группе. Им надо научиться быть членом группы, «своим среди своих», освоить групповую иерархию, научиться быть полезным группе, соблюдать групповые нормы и правила. Позже, в подростковом и юношеском возрасте, придет время учиться и противостоять группе, отстаивать свою индивидуальность, сопротивляться давлению, но в начальной и средней школе детям важнее быть принятыми в «своей стае», полностью ощущать принадлежность. Это возраст групповой лояльности и групповой сплоченности.

Но школьный ***класс как группа имеет характерные особенности***. Это***, во-первых, группа, созданная «сверху»***: дети не выбирали быть друг с другом, их так распределили для удобства процесса обучения. ***Во-вторых, это группа, не имеющая общей позитивной цели***. Каждый учится сам за себя, нет никаких общих для класса побед и поражений, нет того, чем весь класс мог бы заниматься, вместе координируя усилия и договариваясь о распределении ролей. В сегодняшней школе такая деятельность не принята и не приветствуется. К примеру, если дети организованно сбегают с урока, это будет проявлением хорошей групповой сплоченности и эффективной координации усилий, но вряд ли понравится педагогам и родителям.

Участников травли охватывают особое упоение, удаль, веселье, эйфория. ***Потому что они – вместе***. И с ними все ОК (не важно, что в это вкладывается: красивые, или умные, или модные, или бравые двоечники). ***Однажды испытав это чувство, хочется повторить его снова и снова***. И остановиться очень сложно и страшно: вдруг ты перестанешь быть «правильным» членом группы и станешь изгоем. ***Чем больше ребенок неуверен в себе, чем больше зависит от оценки окружающих, тем более вероятно, что он будет активно участвовать в травле в роли «массовки».***

**Таким образом, травля – проблема группы, проявление групповой динамики.**

Детские коллективы оказываются перед ней беззащитны, если нет взрослого, который руководит психологической атмосферой в группе (про это известная повесть Голдинга «Повелитель мух»).

Нередко бывает, что учитель сам провоцирует травлю, не осознавая этого. Кому-то это кажется очень хорошим способом управлять детским коллективом. Кто-то просто не задумывается о том, какие последствия может иметь критика ребенка при всем классе, противопоставление «успешных всех» одному-двух, «тянущих класс назад, всех задерживающих».

Дети в начальной школе обычно очень лояльны к учителю, они будут с готовностью подхватывать его отношение и «ставить на место» того, кого учитель представил как «не такого, как все».