Работа с родителями по профилактике буллинга

Важное место в вопросах профилактики и предотвращения буллинга занимает школа. Не менее важную роль играет и семья. Когда травля имеет место, учитель и родители должны решать проблему в тесном взаимодействии, только тогда эффект будет максимальным.

Принципиально важным здесь является следующий момент: вне зависимости от того, является ли ребенок зачинщиком травли или ее жертвой, школа и родители всегда должны выступать «единым фронтом» против проблемы, будучи при этом на стороне ребенка. Очень хорошо подобное поведение описано в работах известно-го современного психолога Л. Петрановской: «Обвиняя, мы задаем определенную диспозицию. Вот баррикада, по эту сторону - мы, хорошие и правильные, по ту - «плохой»родитель и его плохое обращение с ребенком. Тем самым соединяем, склеиваем его с ролью «плохого» - ведь то, что с нами по одну сторону баррикады, становится еще ближе и роднее, не так ли? Это не значит, что надо закрывать глаза на реальность, одобрять насилие и улыбаться, когда он рассказывает, что вчера отлупил ребенка и т. д. Это значит решительно встать с ним по одну сторону баррикады, а по другую оставить то плохое, что он творит. Называть своими именами деяния, требо-вать изменений, но не сдавать человека, чтобы у него был шанс вступить со своими моделями в конфронтацию и победить» (Л. Петрановская «Как ты себя ведешь, или 10 шагов по изменению трудного поведения»).

Какие особенности взаимодействия детей с родителями в ситуации травли полезно знать педагогу для того, чтобы учитывать их при коммуникации с родителями учеников, оказавшихся в этой трудной жизненной ситуации?

1. Почти половина детей (эта цифра не сильно варьируется от страны к стране) не говорит родителям о том, что в школе с ними происходит что-то плохое. Наверное, точнее это можно было перефразировать так: почти половина родителей не знает о том, что их дети оказались, вовлечены в ситуацию травли. Если спросить детей, говорили ли они маме или папе, они могут сказать, что да. Дальше могли иметь место разные варианты: родитель мог не придать большого значе-ния сказанному, ребенок - упомянуть вскользь или завуалированно и больше не поднимать эту тему. Это было ярко показано в одном из исследований травли в Интернете (кибербуллинга): опросили мам и детей, сталкивались ли они с таким неприятным явлением. Из мам 11% ответили, что такое происходило с их детьми, а из детей - 32%. Получается, что 21% родителей был не в курсе.

2. Из-за чего происходит такой «разрыв» в коммуникации родителей и детей? Ины-ми словами, почему одним трудно сказать, а другим трудно услышать о том, что ребенок попал в проблемную и опасную ситуацию?

ПРИЧИНЫ, СВЯЗАННЫЕ С ДЕТЬМИ

* **Уверенность, что помощь получить не удастся.**

Ребенок уверен в том, что родитель не сможет или не захочет ему помочь. Если ребенок привык к тому, что в трудных ситуациях родитель склонен преуменьшать значение происходящего и предлагать ему «необращать внимание» или «справиться самому», едва ли он обратится за помощью, столкнувшись с травлей. Более того, порой детско-родительские отношения складываются таким образом, что ребенок уверен, что будет, любим и принят только в том случае, если со всем справится сам и не доставит родителям много хлопот. В ином случае ребенок может считать, что в сложившейся ситуации родитель помочь ему ничем не сможет при всем желании. Стоит помнить, что у подростка, столкнувшегося с травлей, угол видения ситуации может быть сильно «сужен» и судить о ней он может только исходя из собственного опыта: «Происходящее так пугающе и непредсказуемо, что сделать я с этим ничего не могу и никто не сможет».

* **Ребенок боится, что станет еще хуже.**

Часто дети сознательно не хотят, чтобы родители вмешивались в ситуацию, так как опасаются, что их вмешательство только усугубит положение. И действительно, если родитель выбирает не самые мудрые способы действий (например, назидательная беседа с обидчиками или агрессивные выпады в сторону классного руководителя с требованиями «разобраться»), ребенку вряд ли станет от них легче.

* **Ребенок жалеет родителей, заботится о них.**

Дети, становящиеся жертвами буллинга, часто имеют очень сильную связь с ро-дителями, подвергаются избыточной опеке с их стороны. Привязанному ко взрослому ребенку часто бывает трудно рассказать о своих бедах, потому что ему кажется, что эта информация очень сильно расстроит родителя. Такие дети чувствуют себя в ответственности за душевное равновесие близкого и стараются оберегать их, замалчивая проблемы.

* **Ребенок боится, что родители будут ругать и накажут.**

Как показывает практика, очень часто ребенок, которого травят одноклассники, сам выступает агрессором по отношению к другим детям, которые, к примеру, слабее или младше него. Тогда ему может не захотеться излишнего внимания со стороны родителей к своим проблемам, ведь в ходе разбирательства может выясниться, что и он - обидчик, за что ожидаемо наказание.

* **Переживание беспомощности и вины.**

В одной из западных работ родители описывали свои переживания в момент, когда сталкивались с информацией о том, что их ребенок стал жертвой травли: это было похоже на попадание в шторм. Вначале облака сгущаются: появляются «первые звоночки» того, что по отношению к ребенку происходит что-то нехо-рошее. Родители начинают надеяться на то, что во всем разберется школа или что травля каким-то чудом пройдет сама: это как надеяться на то, что прогноз погоды лжет и шторм тебя не коснется. Но, к сожалению, ожидания редко оправдываются, и приходит чувство разочарования и беспомощности из-за того, что ты оказался неспособен помочь собственному ребенку. Наконец, когда ситуация так или иначе подходит к своему логическому завершению, семье остается «подсчитывать убытки и разрушения», принесенные штормом: многие сожалеют о том, что не включились в ситуацию ранее, другие о том, что обещали ребенку, что все скоро будет хорошо, хотя никаких реальных оснований так говорить у них не было. Признание родителем того, что травля действительно имеет место, требует от него дальнейших действий. Но на практике мало кто из взрослых представляет, что делать в такой ситуации; это заставляет их, с одной стороны, чувствовать себя беспомощными, а с другой - виноватыми перед сыном или дочерью, которых не смогли защитить. Это очень сильные негативные переживания, и наша психика устроена таким образом, чтобы, по возможности, защитить нас от них.

* **Включение собственных переживаний и защитных механизмов игнорирования.**

Многие из взрослых, будучи детьми, сами сталкивались с разными ситуациями на-силия, физического или психологического, при этом необязательно связанными именно с травлей. Это могли быть и ежедневные домашние скандалы (с помощью рукоприкладства или без него), и отстраненные, нечуткие и/или излишне требовательные родители и т.п. Вся соль в том, что в большинстве своем люди справляются с негативными факторами, с которыми им пришлось столкнуться в жизни, «перерастают» детские проблемы и вполне успешно функционируют. Но если давно пережитый стресс оставил след в психике, при столкновении с чем-то подобным много лет спустя человек порой оказывается не в состоянии реагировать адекватно ситуации. Бывает так, что если собственные переживания все еще болезненны для родителя, механизмы психологических защит могут затруднить для него восприятие происходящего с собственным ребенком, и тогда нападки одноклассников будут восприниматься либо как должное, либо как что-то, не требующее, сколько бы то ни было активного вмешательства. Погрузиться в травматичную ситуацию вновь может казаться непереносимым уже для самого родителя.

* **Маме агрессора узнать проще, чем маме жертвы**

Стоит отметить следующий факт: в зависимости от того, какую роль в ситуации травли занимает ребенок, его родителям сложнее или легче будет узнать об этом (при условии, что ребенок прямо не рассказал им самостоятельно). Так, например, мама булли узнает о травле быстрее, чем мама жертвы: к ней, скорее всего, в какой-то момент обратится классный руководитель или родители пострадавшего ребенка. А вот тот, кого обижают, может гораздо дольше оставаться вне внимания учителей. Учителям же важно обращать пристальное внимание на категории учеников, которые, с их точки зрения, являются полностью «благополучными». Тем не менее, они также могут стать жертвами травли. К таким «счастливчикам», например, часто относятся отличники. Для многих учителей ребенок, который учится на «пять», априори непроблемный, свое хорошее отношение к нему они приписывают и другим детям, его окружающим. Хотя общеизвестно, что во многих школах, где общий уровень успеваемости невысок, именно отличники становятся мишенью нападок.

КАКУЮ ПОМОЩЬ МОГУТ ОКАЗАТЬ РОДИТЕЛИ СВОИМ ДЕТЯМ?

Эта информация для многих родителей является ценной, и учителю важно передать ее в нужный момент

А) Обратить внимание на обстановку дома. Дети, склонные к тому, чтобы третировать других, часто растут в семьях, где члены семьи, обладающие большей властью

и статусом, злоупотребляют своим положением. Например, отец в конфликтах

кричит на мать, родители заставляют детей подчиняться и угрожают жесткими

наказаниями, старшие братья и сестры «отыгрываются» на младших. Важно дать

ребенку понять, что насилие — это не норма человеческих взаимоотношений,

а также следить за тем, чтобы у него не копились чувства обиды и гнева, для вы-мещения которых он искал бы кого-то слабее себя.

Б) Следить за тем, чтобы, по возможности, у ребенка был контакт с обоими роди-телями, чтобы он мог обратиться и к матери, и к отцу, если у него возникнет по-требность поговорить о важном. Исследователи показали, что чаще агрессорами

становятся те ребята, у которых отцы не вовлечены в дела семьи, часто отсут-ствуют дома. Для девочек же важно, чтобы в доступе была мама; если контакта

нет или есть конфликт и вражда, повышается шанс стать жертвой. Было сделано

еще одно интересное наблюдение: почему-то дети для того, чтобы поговорить

о том, что их обижают одноклассники, обычно выбирают кого-то одного из ро-дителей, а не обсуждают это с ними обоими одновременно.

В) Важно, чтобы в семье были приняты достаточно открытые коммуникации между

близкими. Когда родители показывают своим поведением детям, что им важно

РАБОТА С РОДИТ ЕЛЯ М И 11

понимать, что происходит у другого на душе, что рассказать о том, что тебя бес-покоит — это нормально, и не нужно бояться, что ты «напряжешь» или утомишь

этим собеседника, дети знают, что если окажутся в беде (в том числе, в школе), то

всегда смогут об этом рассказать.

Г) Слишком сильная опека повышает вероятность того, что ребенок окажется жерт-вой травли. Показано, что дети, которые оказываются в роли жертв, часто очень

сильно привязаны к кому-то из родителей (обычно, к матери), с большинством

членов семьи у них также очень тесные отношения, и они привыкли соглашаться

со всем, что им говорят. Такой ребенок, конечно, удобен и послушен, но у него,

очевидно, большие сложности с тем, чтобы защитить себя.

Д) Если у вас дочь. От девочек традиционно ожидается, что они должны быть спо-койными и дружелюбными по отношению к окружающим, но поводы для гнева

найдутся у любого ребенка. Но если прямо выражать гнев нельзя, а выхода он

требует, тогда в силу вступает социальная агрессия. Что это такое? Девочки реже,

чем мальчики, дерутся или обзывают обидчика в лицо. Зато они искусны в рас-пускании слухов, создании почвы для того, чтобы коллектив решил не дружить

с кем-то, и манипуляциях в сфере отношений (если ты не сделаешь так, как я хочу,

ты мне не подруга). Иными словами, будучи обиженной кем-то, девочка зачастую

откажется от того, чтобы прямо сказать обидчице, что думает о ней, а потом

постарается сделать что-то, что ударит по ее статусу, самооценке или дружбе

с другими детьми. Часто социальная агрессия бывает косвенной: жертва не знает,

кто именно распускает о ней слухи или подговаривает других не общаться с ней.

Если же родители дают понять дочери, что испытывать разные эмоции — это

нормально, что важно уметь различать и называть свои переживания, это суще-ственно снижает риск того, что девочка начнет манипулировать отношениями

с другими детьми. У нее будет возможность в ситуациях, когда ее кто-то обидел,

расстроил или разозлил, сказать ему или ей об этом сразу и прямо. Чем больше

прямоты — тем меньше манипуляций, это касается любых отношений и может

здорово помочь в будущем, например, в отношениях с мужчиной. Потому что, ка-жется, уже всем стало понятно, что «женская хитрость» в смысле непрозрачных

намеков, непроговоренных обид, многоступенчатых манипуляций редко делает

людей счастливыми.

12 РЕКОМЕНД А ЦИИ Д ЛЯ УЧИТЕЛЕЙ

Е) Если у вас сын. Что в современном обществе значит быть мальчиком (юношей,

мужчиной)? От мальчиков зачастую ожидается, что они не будут показывать сла-бости, не будут чувствительными, не станут плакать, когда им больно, грустно,

страшно. Поэтому, с одной стороны, тот, кто позволит себе публичное проявле-ние чувств, легко может стать и мишенью насмешек. С другой стороны, обидные

слова в его сторону помогут другим мальчишкам самоутвердиться («я не нюня

и не размазня, в отличие вот от него»).

Воспитывая сына, важно помнить, что табу на выражение любых негативных

эмоций вряд ли позволит ему вырасти счастливым человеком, а вот в стан агрес-соров или их жертв вполне может привести. Более полезным вариантом является

помощь ребенку в том, чтобы он научился понимать и называть свои эмоции.

Контроль их выражения, несомненно, тоже важен, но тренировка этого на-выка возможна только в постоянном сотрудничестве с родителем, который

способен вникать в разные трудные ситуации, в которых оказывается ребенок,

искать альтернативы реагирования и т.д. И, кстати, важно, чтобы свои эмоции

родитель в какой-то мере тоже умел контролировать — тогда он будет хоро-шим примером.

Ж) Не стоит доверять мифам о школьной травле: Среди самых расхожих: «это про-исходит всегда, и с этим ничего не сделаешь, не стоит и пытаться; жертве не

стоит обращать внимания на обидчиков, и тогда они сами отстанут; раз кого-то

травят, значит, он сам дает какой-то повод, в общем, сам виноват».

Согласно оценкам исследователей из разных стран, с травлей в школе стал-кивается примерно 35% школьников. Это большие цифры, но и дающие понять,

что травля происходит далеко не в каждом классе. Поэтому говорить о ней как

о стопроцентной норме точно не стоит. Да, одна семья вряд ли сможет решить

возникшую проблему коллектива, но точно может помочь своему ребенку легче

перенести происходящее и выйти из него с наименьшими потерями.

Также опыт показывает, что советы о невмешательстве со стороны жертвы на

деле оказываются бесполезны. Когда жертва (и/или взрослые) не предпринимают

попыток защиты, травля часто усугубляется. Обозначить свои границы все равно

придется.

РАБОТА С РОДИТ ЕЛЯ М И 13

Наконец, самый расхожий и токсичный миф — миф о виновности жертвы. Дети

выбирают в качестве жертвы обычно того, кто по какому-то признаку отличается

от подавляющего большинства. Это может быть самый полный или худой ре-бенок, ребенок из самой богатой или бедной семьи, отличник, иностранец и т.д.

Поэтому говорить о «вине» жертвы бессмысленно: думаем, для каждого человека

в мире найдется коллектив, в котором именно он будет «не таким».