

Продолжаем совместный проект с МТС. Дети много времени проводят в коллективе сверстников, в том числе в учебных заведениях. Кибербуллинг и буллинг могут начаться именно там. Если такая ситуация возникла, многое зависит, в первую очередь, от внимательности и отзывчивости педагога. Он может вовремя заметить изменения, происходящие с подростками, разобраться в проблеме и помочь всем участникам травли: жертве, агрессору и свидетелям.

ПЕДАГОГ: КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В СИТУАЦИИ КИБЕРБУЛЛИНГА?

ТЕКСТ: ЕКАТЕРИНА СОРОКА

На что нужно обратить внимание классному руководителю?

Определить кибербуллинг не так просто, как травлю в реальной жизни. Поэтому важно быть особенно внимательным, в первую очередь, к изменениям в поведении детей. Возможно, кто-то начал проводить перемены в одиночестве, сидеть на занятиях отдельно от одноклассников, избегать посещения классных и внеклассных мероприятий. Может уходить из школы позже всех, но такое чаще всего происходит в ситуациях с применением физического насилия. Подросток, который подвергся кибербуллингу, выглядит подавленным, постоянно проверяет сообщения в телефоне. Ему трудно сосредоточиться на уроках. Могут начаться прогулы.

Подросток, который столкнулся с травлей одноклассников, подвержен давлению группы, а также собственному чувству стыда, поэтому он выбирает стратегию терпеть и молчать. Агрессору для получения удовлетворения от совершённого поступка необходима реакция зрителей. Поэтому в отношении жертвы он будет отпускать грубые высказывания, язвительные шутки, придумывать оскорбительные прозвища и демонстрировать пренебрежение. А жертва будет настаивать, что это якобы своеобразное проявление дружбы.

Кроме того, подросток может подвергаться игнорированию со стороны класса. И он будет уверять, что ему хорошо и одному.

Также обратите внимание на резкую смену интересов или круга общения. Это не всегда свидетельствует о кибербуллинге, но может указывать на какие-либо другие проблемы, где нужна помощь взрослого.

Какие ошибки могут допускать взрослые, когда узнают, что подросток столкнулся с травлей в интернете?

Взрослые могут не осознавать масштаб проблемы: оставить ребёнка наедине с ситуацией, обесценивать переживания. Ещё одной ошибкой будет выяснение отношений с хейтерами в Сети самостоятельно: через личные сообщения и комментарии. Не стоит также игнорировать помощь психолога, сравнивать обидчика и жертву, если те знакомы лично, и отбирать гаджет, чтобы обезопасить подростка от нападок.

Что делать учителю, если агрессор считает, что поступает справедливо?

Спокойно объяснить о недопустимости проявления насилия, а также о том, что каждый несёт ответственность за свои действия, и рассказать, какими последствиями они чреваты. Возможно, агрессору надо разъяснить отличия травли

от конфликта. Например, в воркбуке «Как защититься от травли в интернете и самим не стать хейтерами» разница между ними показана в таблице.

Кибербуллинг	Конфликт
Постоянное намеренное повторение	Происходит спонтанно, как правило, один раз, не повторяется
Агрессивное поведение с целью унизить или причинить вред	Несогласие, обсуждение разных мнений, иногда на повышенных тонах
Один из участников физически или психологически сильнее	Равенство сил для разрешения ситуации
Оскорбления, грубости, переход на личности	Споры, словесные перепалки в комментариях
Есть роли: хейтер, жертва, свидетель	Роли не выделяются

Алгоритм действий педагога при кибербуллинге

- Серьёзно отнестись к происходящему, проверить все факты и сохранить доказательства травли: скриншоты переписок, комментариев, оскорбительные видеоролики.
- Поддержать жертву, узнать о её отношении к ситуации.
- Получить рекомендации у школьного психолога, связаться с родителями жертвы и агрессора, при необходимости поставить в известность администрацию школы.
- Категорически высказаться о недопустимости такого поведения как самому хейтеру, так и при беседе с классом.
- Разобраться в причинах поведения агрессора и разъяснить правовые аспекты проблемы, рассказать, какой вред хейтер наносит себе.
- Выработать план поддержки всех участников ситуации при помощи психолога, включая свидетелей кибербуллинга.

Профилактика травли в школе

Важно создать доверительную обстановку в классе и быть примером неконфликтных и уважительных отношений как со взрослыми, так и с ребятами. Учитель может включаться в разрешение проблем, выступать посредником между враждующими сторонами. Но надо всегда оставаться непредвзятым, не выделять кого-то из ребят.

Можно приглашать на занятия психологов, социальных педагогов или родителей, обсуждать темы, связанные с буллингом, ясно выражая свою позицию о недопустимости насилия. Просматривать ролики, беседовать о различных ситуациях и выполнять практические задания, посвящённые безопасному поведению в школе и вне её, включая общение в интернете.

Стоит создать со школьниками систему ценностей, которой они будут придерживаться. Например, уважать друг друга, иметь возможность самовыражения и т. д. Пусть ребята придумают правила, которые помогут соблюдать и поддерживать эти ценности: называют друг друга по имени, спрашивают разрешения перед тем, как взять чужую вещь, и т. д. Задача педагога – обеспечить благоприятную обстановку для диалога и взаимной поддержки.

Алгоритм действий педагога, если он сам подвергается кибербуллингу

Главным союзником должна стать рассудительность. Не стоит выяснять отношения с хейтером в Сети или пытаться «выловить» его для наказания в школе.

Соберите доказательства и планомерно проясняйте ситуацию. Вместе с представителями администрации и школьным психологом поговорите с родителями хейтера и (в их присутствии!) с ним самим, постарайтесь понять причины такого поведения. Иногда травля ведётся с аккаунта ребёнка, который об этом даже не подозревает. Важно услышать версию владельца аккаунта. Не надо заставлять подростка приносить публичные извинения, так как это может вызвать ещё большую агрессию к учителю или к тому, кто не может себя защитить.

КОММЕНТАРИЙ ЭКСПЕРТА



Александра Мосиянчик, педагог-психолог Городского центра психолого-педагогической помощи:

– Что может сделать учитель, если он узнал о кибертравле?

1. Дайте ребёнку выговориться. Если у вас нет доверительных отношений, найдите взрослых, которым он сможет довериться, установите с ними сотрудничество и продолжайте дальнейшую работу вместе.

2. Позаботьтесь о доказательствах. Сделайте скриншоты переписок, предложите ребёнку завести дневник, где он сможет описать: что именно сделал хейтер; когда и на каком сайте, форуме или мессенджере; какой была эмоциональная реакция на произошедшее; повлияло ли оно на самочувствие, настроение, учёбу и т. д. Дневник поможет выплеснуть чувства и послужит доказательством травли.

3. Попробуйте поговорить с хейтером. Выясните, являются ли его действия умышленными. Если он не осознаёт, что его поведение приносит боль жертве, для прекращения травли может быть достаточно одной беседы. Если же буллинг осуществляется намеренно, то надо также поговорить с родителями обидчика, а если зачинщиками являются люди вне школы – обратиться в органы правопорядка.

4. Пожалуйтесь на агрессора администрации платформы после того, как собрали доказательства травли.

Если вы узнали, что подростка травят и в школе, и в интернете его одноклассники, стоит проанализировать ситуацию в классе. Почему так происходит? Как была создана настолько агрессивная среда? Стоит прибегнуть к помощи школьного психолога или специалистов Республиканского центра психологической помощи.

Если вы столкнулись с травлей в интернете, за помощью можно обратиться на круглосуточную бесплатную телефонную линию для детей и подростков, попавших в кризисную ситуацию, – 8-801-100-16-11 или написать в онлайн-чат психологу на kids.pomogut.by. Больше информации о кибербуллинге можно найти в обучающих видеороликах и тестах-тренажёрах на сайте проекта #ИнтернетБезБуллинга.