

Как вылечить класс не от гриппа, а от травли. Готовый рецепт

«Изучите пошаговый алгоритм работы с травлей. Если вы узнали, что дети объявили однокласснику бойкот или испортили его вещи, то сразу используйте его, чтобы восстановить отношения в классе».

1 шаг

Проясните ситуацию

Прежде чем начать работу с классом, пригласите классного руководителя на встречу. Обсудите с ним, кто в классе исполняет роль свидетелей травли, кто помогает агрессору травить. Определите жертву и агрессора. Также уточните, как часто педагог наблюдает травлю в классе: каждый день, раз в несколько дней, реже.

Определите, как именно дети травят: обзывают, объявляют бойкот или толкают, портят вещи. Также попробуйте узнать, есть ли в классе кибербуллинг – публикуют ли дети видео с травлей, создали ли чаты, в которых высмеивают жертву.

Попросите учителя вместе с детьми измерить уровень дружелюбия в классе по пятибалльной или десятибалльной шкале. Запишите все, что узнали, – это необходимо, чтобы отследить изменения в групповой динамике класса.

Организуйте дополнительную поддержку для детей. Пригласите жертву на индивидуальные консультации и организуйте групповые занятия для свидетелей травли.

2 шаг

Поговорите с классом

Проводите занятия с классом раз в неделю. Каждая встреча – 45 минут. Всего проведите четыре занятия.

В начале первого занятия сообщите классу, что травли в классах быть не должно. Расскажите, что травля – это проблема группы. Вместе с детьми посмотрите фрагменты фильма «Невидимый мир» или мультфильма «Гадкий утенок». Выбирайте короткий фрагмент, который длится не дольше 10 минут.

[Картотека упражнений, чтобы скорректировать уровень школьной тревожности>>](#)

[Попытки суицида учеников. Как предотвратить и не пойти под суд>>](#)

[Как травля влияет на детей. Тезисы и информация к родительскому собранию>>](#)

Обсудите с учащимися отрывок. Спросите их, какие чувства испытывали персонажи, почему они поступили именно так и могли бы гордиться собой в будущем. После того как все дети высказались, попросите их поделиться своими историями о травле: в детском саду, летнем лагере, во дворе. Если учащимся сложно говорить, то расскажите свою историю травли или попросите классного руководителя. История от взрослого поможет детям начать свой рассказ.

После спросите учащихся: «Как вам кажется, есть ли в вашем классе травля?». Проведите игру «Каков твой вклад в травлю?», чтобы помочь детям сделать выбор.

После игры вместе с детьми сформулируйте правила класса. Например: «Мы не выясняем отношения кулаками», «Мы останавливаем оскорбления и насмешки», «Мы имеем право быть разными и уважаем отличия других людей». Запишите правила на ватмане и повесьте в уголке класса.

Попросите классного руководителя в течение недели помочь ученикам поддерживать изменения. Для этого поставьте рядом с новыми правилами две банки: в одну нужно

складывать черные камушки, когда правила нарушают; в другую – зеленые, когда правила соблюдают.

ВАЖНО

Игра: «Каков твой вклад в травлю?»

Предложите детям оценить свой вклад в травлю. Попросите их поставить себе оценку по трехбалльной шкале. 1 балл в ней: «Я никогда в этом не участвую». 2 балла: «Иногда это делаю, но потом сожалею». 3 балла: «Травил и буду продолжать».

Если в классе есть травля, дети не ставят единицы. При этом они редко ставят себе 3 балла. Если они поставили 2, то предложите им подумать о том, что травля – это плохо. Вместе с ними обсудите, как можно жить в классе без травли.

3 шаг

Научите класс жить без травли

В начале второго занятия предложите детям обсудить, как они соблюдали новые правила. Управляйте обсуждением: дайте возможность высказаться каждому, подбадривайте скромных детей и останавливайте активных.

После предложите детям обсудить, что такое психологические границы и как их устанавливать, а также что такое дружба и взаимоуважение. Продолжите работу на третьем занятии.

На четвертом занятии завершите работу с травлей квизом «Что мы знаем о травле». Чтобы составить вопросы для квиза, смотрите образец карточки для квиза от программы Травли NET.

<https://e.profkiosk.ru/media/d9b00864-8475-4362-867f-4be1e682eed6/>

Заранее подготовьте 5–7 карточек с вопросами и проведите квиз. Разделите класс на группы по 4 человека. Возьмите карточку и прочтите вопрос. Например: «Как ты думаешь, почему травля касается каждого ученика?». Дайте учащимся 2–3 минуты, чтобы они обсудили вопрос и придумали ответ. После возьмите следующую карточку, прочтите вопрос и дайте детям время на ответ.

Когда вы зададите вопросы со всех семи карточек, предложите командам озвучить свои ответы на первый вопрос. Не разрешайте детям спорить или перебивать друг друга. После прочтите правильный ответ с оборота карточки. Например: «Травля касается каждого, потому что любой ребенок получает злой, неприятный опыт». Следите за тем, чтобы ответы на вопросы озвучивали разные участники команды.

После квиза соберите обратную связь – предложите детям закончить предложение: «Я узнал о травле, что...». Попросите их подумать и записать свои ответы на листе бумаги. По желанию учащиеся могут прочитать свои варианты вслух.

После занятий можно повторно оценить уровень дружелюбия в классе. Через неделю пригласите классного руководителя на консультацию. Узнайте у него, как часто он замечает случаи травли и какие позитивные изменения в жизни класса может отметить.

4 шаг

Контролируйте атмосферу в классе

Чтобы не допустить рецидива травли, помогите классу сплотиться вокруг единой общей цели и гармонизировать иерархию. Для этого раз в две недели проводите с классом занятия по командообразованию. Выстраивайте работу так, чтобы все дети смогли побыть в роли лидера и в роли исполнителя.

Также совместно с классным руководителем организуйте дополнительную внеклассную работу. Вместе с детьми поставьте спектакль или украсьте кабинет к празднику. Также предложите педагогу провести выставку детских проектов или рисунков.

К СВЕДЕНИЮ

Как сообщить родителям о своей работе

Родители по-разному реагируют на информацию о травле в классе. Кто-то возмущается, пытается контролировать вашу работу или обесценивает. Помните, что вам не за что оправдываться: травля случается и важно, что вы выявили ее и работаете с классом.

На встрече с родителями расскажите о причинах травли. Напомните, что травля – проблема группы. Также кратко сообщите о том, что уже сделали, чтобы прекратить травлю. Опишите, что будете делать дальше. Расскажите об изменениях, которые вы замечаете.