

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ КУРАТОРОВ УЧЕБНЫХ ГРУПП «Буллинг СТОП!»

Данные рекомендации преследуют следующую цель: помочь кураторам учебных групп колледжа остановить буллинг в студенческой среде.

Травля (буллинг) – 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.

Травля – групповое явление, это одна из форм поведения группы. Дети в 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. Но учебная группа имеет характерные особенности.

Во-первых, группа, созданная «сверху»: студенты не выбрали 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 группы побед и поражений, нет того, чем все смогли бы заниматься, вместе координируя усилия и договариваясь о распределении ролей. В сегодняшней школе такая деятельность не принята и не приветствуется. К примеру, если обучающиеся организовано сбегают с занятий, это будет проявлением хорошей групповой сплоченности и эффективной координации усилий, но вряд ли понравится педагогам и родителям.

Никто не слышал о травле в кружке робототехники или театральной студии. Там, где подростки собираются в группу добровольно и где они объединены общей увлекательной деятельностью, групповая динамика будет позитивной, даже конкуренции и конфликты в такой группе скорее будут работать на общий успех.

Группа, которая не выбирала быть вместе и у которой нет общей позитивной цели, испытывает внутренний конфликт: есть потребность в сплоченности, а повода для сплочения нет. Такая группа может открыть для себя буллинг как повод к сплочению. Оказывается, можно сплотиться ПРОТИВ кого-то, и, издеваясь над ним, почувствовать единство, принадлежность, чего и требуют задачи возраста.

Таким образом, травля – проблема группы, проявление групповой динамики. К сожалению, подростковые коллективы оказываются перед ней беззащитны, если нет взрослого, который руководит психологической атмосферой в группе.

Любая проблема решается только тогда, когда есть тот, кто ее решает, кто берет на себя ответственность. Кто может быть ответственным? Мы помним, что травля – болезнь группы, значит, работать с ней должен тот человек, который общается с группой и руководит ей, кто может задавать правила игры, то есть куратор. Кроме куратора действия по ликвидации последствий и профилактике буллинга активно поддерживает администрация учебного заведения. Чем более единую, согласованную профессиональную реакцию взрослых получает учебная группа, тем быстрее разрешается проблема. Педагог – психолог помогает куратору разработать стратегию

действий, обсудить, что получается, да и просто поддержать педагога в процессе работы.

Педагог-психолог может также индивидуально работать с детьми: эмоционально поддержать пострадавших и помочь им осмыслить болезненный опыт, чтобы не тащить его в дальнейшую жизнь; работать с агрессорами, искать причины их поведения, работать с их семейной ситуацией. Он может после преодоления травли провести со студентами занятия для сплачивания группы. Но все это будет полезно только после или одновременно с изменением с работой с группой, которую проводит куратор.

Для того, чтобы остановить буллинг, куратору совместно с группой необходимо пройти следующие этапы:

1. Называем травлю травлей.

Пока не назовете происходящее своим именем, ничего не получится сделать. Неназванную проблему решать невозможно. Студенты должны услышать это от взрослого: то, что вы делаете – не невинная забава, не игра и не шутка, это травля, это насилие, и это недопустимо. Описывая ситуацию с точки зрения жертвы, важно не давить на жалость. Ни в коем случае не «представляете, как ему плохо, как он несчастен?». Только: как было бы ВАМ в такой ситуации? Что чувствовали бы ВЫ? И если в ответ идут живые чувства, не злорадствовать и не нападать. Только сочувствие: да, это всякому тяжело. Мы люди и нам важно быть вместе.

2. Даём однозначную оценку.

Люди могут быть очень разными, они могут нравиться друг другу больше или меньше, но это не повод травить и грызть друг друга, как пауки в банке. Люди на то и люди, что они способны научиться быть вместе и работать вместе, используя свои различия для общего успеха. Даже если они очень-очень разные и кто-то кому-то кажется совсем неправильным. Можно привести примеры, что нам может казаться неправильным в других людях: внешность, национальность, реакции, увлечения и т. д. Привести примеры, как одно и то же качество в разные времена и в разных группах оценивалось по-разному.

3. Обсуждаем буллинг как проблему учебной группы.

Когда людям предъявляют моральное обвинение, они начинают защищаться. В этот момент их не интересует, правы они или нет, главное – оправдаться. Особенно – зачинщики травли, потому что очень часто они абсолютно неспособны переносить стыд и вину. И они будут драться за свою роль «самых-самых». То есть в ответ на название травли насилием, начнется: «А чего он? А мы ничего... А это не я. А это он сам». Понятно, что толку от обсуждения в таком ключе не будет. Поэтому не надо спорить о фактах, выяснять, кто именно что и т. д. Нужно дать понять, что вы знаете, что происходит, что не намерены с этим мириться и обозначить травлю как болезнь группы. Вот если человек не моет руки, он может подхватить инфекцию и заболеть. А если группа использует грязные способы общения, она тоже может заболеть – травлей. Это очень грустно, это всем вредно и плохо. И давайте-ка вместе срочно лечиться.

Это позволит зачинщикам сохранить лицо и даже предоставит им возможность хотя бы попробовать примерить роль позитивной «альфы», которая не обижает других, а заботится о группе. И, что особенно важно, это снимает противопоставление между жертвами-насильниками-свидетелями. Все в одной лодке, общая проблема, давайте вместе решать.

4. Актуализируем моральный выбор.

Результат не будет прочным, если подростки просто примут к сведению формальные требования взрослого. Задача – вывести их из «стайного» азарта в осознанную позицию, включить моральную оценку происходящего. Например, можно вспомнить сказку «Гадкий утенок», тот отрывок, в котором описана травля утенка другими птицами, и сказать примерно следующее: «Обычно, читая эту сказку, мы думаем о главном герое, об утенке. Нам его жаль, мы за него переживаем. Но сейчас я хочу, чтобы мы подумали о вот этих курах и утках. С утенком-то все потом будет хорошо, он улетит с лебедями. А куры и утки? Они так и останутся тупыми и злыми, неспособными ни сочувствовать, ни летать. В ходе обсуждения каждому придется определиться: кто он-то в этой истории. Хорошо задать вопрос «Неужели среди вас есть желающие играть роль тупых злобных кур? Каков ваш выбор?».

5. Формулируем позитивные правила общения в группе.

До сих пор речь шла о том, как не надо. Ошибкой было бы остановиться на этом, потому что, запретив обучающимся прежние способы реагировать и вести себя и не дав других, мы провоцируем стресс, растерянность и возвращение к старому.

Момент, когда прежняя, «плохая» групповая динамика прервана, раскрыта ее губительной спирали прекращена, – самый подходящий, чтобы запустить динамику новую. И это важно делать вместе. Достаточно просто вместе со студентами сформулировать правила жизни в группе.

Например: «У нас не оскорбляют друг друга. У нас не смотрят спокойно, как над кем-то издеваются – это немедленно прекращают». Правила выписываются на большом листе и за них все голосуют. Еще лучше – чтобы каждый поставил подпись, что обязуется их выполнять. Этот прием называется «заключение контракта», он прекрасно работает в терапевтических и тренинговых группах для взрослых, и со студентами тоже вполне эффективен. Если правила кто-то нарушает, ему могут просто молча указать на плакат с его собственной подписью.

6. Поддерживаем позитивные перемены.

Куратор группы, ведущий профилактическую деятельность, должен регулярно спрашивать, как дела, что удается, что трудно, чем помочь. Можно делать коллажи про «хронику выздоровления», сделать «график температуры» и т. д. Суть в том, что группа постоянно получает заинтересованный интерес от авторитетного взрослого и по-прежнему считает победу над травлей своим общим делом.

7. Гармонизируем иерархию в группе.

На следующем этапе пора думать про популярность. Про то, чтобы каждый имел признание в чем-то своем, мог предъявить себя группе, быть полезным и ценным в ней. Праздники, конкурсы, походы в кино и театры, выставки, игры на командообразование – арсенал богатый. Чем дольше группе предстоит прожить в этом составе, тем этот этап важнее. Признак гармоничной групповой иерархии – отсутствие жестко закрепленных ролей «лидеров» и «массовки», гибкое перетекание ролей: в этой ситуации лидером становится тот, в той – другой.

Помните! Чем больше разнообразной и осмысленной деятельности, тем здоровее группа!