Безоблачное детство

Самое важное о безопасности ребенка в школе



Безоблачное детство

Самое важное о безопасности ребенка в школе

Брошюра для родителей о воспитании детей
от 6 до 18 лет

ЮНИСЕФ работает в более чем 190 странах и территориях и на протяжении 70 лет делает жизнь детей и их семей лучше. ЮНИСЕФ верит, что все дети имеют право на выживание, процветание и реализацию своего потенциала, и неустанно работает с партнерами, чтобы обеспечить детям лучшее будущее.

Брошюра подготовлена в рамках проекта «Безопасная и поддерживающая среда в школе», реализуемого Представительством Детского Фонда ООН (ЮНИСЕФ) в Республике Беларусь при финансовой поддержке программы «Польская помощь» при Министерстве иностранных дел Республики Польша».

Брошюра основана на материалах брошюры «Воспитание без насилия», созданной в рамках проекта «Детская без насилия».

Воспитание без насилия. Детская без насилия/ Г. Л. Козлова, Л. Н. Мирейчик, М. В. Пряхина; ред. И. В. Величко. – Минск: ЮНИСЕФ. – 83 с.

польская дапамога

юніcеф

дзеля кожнага дзіцяці

Оглавление

Вместо предисловия 2

Насилие в стенах школы 3

Как понять, что ребенок стал жертвой насилия в школе 5

Как начать разговор с ребенком 6

Как говорить с учителем 7

Что делать, если ребенка обижают сверстники 8

Что посоветовать ребенку, которого обижают сверстники 11

Как развить у ребенка навыки общения 13

Что делать в случае конфликта между ребенком и учителем 15

Что делать, если учитель проявляет насилие по отношению к ребенку 17

Школьная служба медиации 19

Куда обращаться за помощью 22

Вместо предисловия

Для ребенка школа — это не только источник знаний, но и пространство для общения со сверстниками и педагогами. От того, как складываются отношения с другими детьми и учителями, во многом зависит эмоциональное состояние ребенка и эффективность его учебы.

В этой брошюре, предназначенной для родителей, простым и понятным языком рассказывается **о действиях, которые могут предпринять родители, чтобы помочь ребенку, столкнувшемуся с насилием в школе.** Действенные рекомендации и советы помогут родителям правильно реагировать на случаи насилия в школьной среде и поддержать ребенка.

Помимо мам и пап, материалы брошюры будут полезны учителям, тренерам и всем взрослым, которые прямо или опосредованно участвуют в процессе воспитания детей.

Насилие в стенах школы

Иногда случается, что в школе ребенка обижают сверстники, и он страдает от «школьной травли». В этой неприятной ситуации может оказаться любой ребенок, а если у него отсутствуют навыки общения, то вероятность такого отношения повышается.

Часто, но далеко не всегда, причиной насмешек являются особенности внешности (полнота, не/высокий рост, близорукость) или поведения (импульсивность, замкнутость, заикание и т. п.). **Объекты психологического насилия** — это, во многих случаях, **послушные, робкие, пассивные дети**, которыми вполне довольны взрослые, но которые своим характером провоцируют жестокость со стороны сверстников.

Инициаторами насилия над ровесниками становятся, в основном:



активные, общительные дети, претендующие на роль лидеров;



агрессивные дети, нашедшие для самоутверждения безответную жертву;



дети, **не умеющие сочувствовать окружающим**, ставить себя на место других;



дети, любой ценой **стремящиеся быть в центре внимания** и привыкшие относиться к окружающим с чувством превосходства, **делящие всех на «своих» и «чужих»** (что является прямым результатом семейного воспитания).

А что дальше?

Из-за постоянной агрессии со стороны сверстников у ребенка **может возникнуть депрессия, могут появиться страхи.**

У него снижается самооценка, постепенно закрепляется «образ неудачника», появляются мысли о том, что с ним что-то не так. Такой ребенок старается не проявлять активности. Часто он боится рассказать родителям о том, что с ним происходит в школе.



Как понять, что ребенок стал жертвой насилия в школе

При существовании доверительных отношений ребенок сам расскажет родителям, что его обижают сверстники. Если он почему-либо скрывает свои проблемы, о них можно догадаться **по некоторым косвенным признакам.**

Так, родителей должно насторожить, если ребенок:



постоянно находится в подавленном настроении;



регулярно не хочет идти в школу, ссылаясь на состояние здоровья или другие причины;



его вещи часто разорваны, испачканы или потеряны;



в разговорах о школе он не упоминает об одноклассниках;



он не знает, к кому обратиться, чтобы узнать домашнее задание.

Безусловно, каждый отдельный признак не может служить сигналом неблагополучия, но **несколько признаков вместе — уже повод насторожиться**: возможно, ребенок подвергается жестокому обращению со стороны одноклассников или более старших детей.

Если вас что-либо волнует в поведении ребенка, не стесняйтесь обратиться за советом к школьному или частному психологу.

Как начать разговор с ребенком

Если родители подозревают, что у ребенка возникли какие-то проблемы в школе, обязательно нужно поговорить с ним об этом. Как можно начать подобный разговор?

Например, ребенку можно задавать такие вопросы:

Что делают твои одноклассники, когда начинается перемена?

Ты любишь перемены?

Что ты делаешь во время перемен?

С кем из одноклассников ты проводишь время на перемене?

Кто из одноклассников нравится тебе больше всего?

Кто из ребят тебе не нравится?

Что особенного он делает, почему не нравится тебе?



Ответы на эти или аналогичные вопросы помогут родителям получить картину происходящего в школе.

Важно задавать вопросы дружелюбно, демонстрировать ребенку свое участие, желание помочь и готовность слушать его мнение и оценки. Напрямую об отношениях со сверстниками лучше не спрашивать.

Также **необходимо избегать давления на ребенка** — это будет дополнительно травмировать его и усугубит и без того неприятную ситуацию.

Если ребенок уходит от ответов, переводя разговор на другую тему, это означает, что проблемы есть, и он нуждается в поддержке. В таком случае возникает необходимость разговора с классным руководителем.

Как говорить с учителем

Классный руководитель, как правило, в курсе всего, что происходит в классе.

Начать разговор с ним (с ней) можно, например, так:

— Мария Ивановна, помогите мне, пожалуйста, разобраться, что происходит с моим ребенком. Мне очень хочется понять, **с чем или с кем связаны перемены в его настроении и поведении.**

— Мне стало известно, что мой ребенок подвергается насилию со стороны детей. Я хочу оградить его от этого. Чем вы мне можете помочь? **Что мы можем сделать вместе?** Как мы можем это сделать, чтобы не навредить еще больше?

— Может, вы замечали, с кем дружит мой ребенок?

— С кем из ребят у него бывают конфликты?

— Чем в основном он занимается на переменах?

— Мария Ивановна, мы составили примерный план того, что нужно сделать — с учетом пожеланий ребенка, и готовы начинать действовать уже сегодня. **Давайте обсудим ваше участие.**



Что делать, если ребенка обижают сверстники



Когда родители узнают о сложившейся ситуации больше, следует вместе с ребенком **наметить план действий** (можно даже расписать, кто, когда и что будет делать). Вы **всегда можете обратиться** к классному руководителю, школьному психологу или администрации школы, чтобы привлечь их **к разрешению ситуации** буллинга.

Можно также обсудить возможные действия со школьным или частным психологом.

Очень важно понимать: одна из главных причин, по которым дети скрывают происходящее в школе — это страх, что родители своими действиями могут только усугубить ситуацию. Ребенок опасается, что его будут называть доносчиком, маменькиным сынком, ябедой; боится, что издевательства сверстников станут более изощренными, скрытыми, усилится психологическое давление.

Задача родителей заключается в том, чтобы **убедить ребенка: искать помощи — хорошо и правильно**, он вовсе не ябеда, и **взрослые сумеют помочь ему**, не ухудшив положения.

Прежде чем действовать, родителям нужно обязательно **поговорить** с ребенком. Он знает ситуацию изнутри, хотя и не всегда может рассказать обо всем.

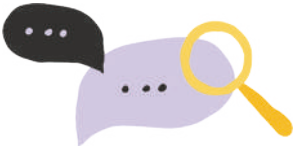




В случае, если ребенок длительное время подвергается физическому и эмоциональному насилию, лучшее, что можно и нужно сделать, — **вывести его из травмирующей обстановки** (например, сменить школу или, если это невозможно, временно перевести ребенка на режим домашнего обучения).

Смена коллектива сверстников и школы нужна для того, чтобы появилась возможность строить новые отношения с детьми. К тому же место, где ребенок терпел издевательства, уже само по себе является причиной его страданий.





Чтобы избежать схожих трудностей **на новом месте, нужно проанализировать способы общения**, которыми пользуется ребенок, и, при необходимости, помочь ему приобрести соответствующие навыки.

Ребенку можно сказать:

— Как хорошо, что ты рассказал обо всем. Я думаю, тебе нелегко было это сделать.

— Нужно иметь большую смелость, чтобы попросить помощи у взрослых, когда попадаешь в трудную ситуацию. Хорошо, что ты это сделал. Давай вместе будем думать, как изменить положение.

— Я хочу, чтобы ты знал: мы тебе верим, и мы, твои родители, полностью на твоей стороне.

— Какие ты видишь пути решения проблемы?

— Как ты думаешь, что именно можно изменить в происходящем?

— Как ты думаешь, что нужно сделать, чтобы все это прекратилось?

— Предлагаю составить план действий. Но сначала давай разберем все возможные варианты, и ты сможешь понять, какой из них для тебя лучше.

Если же ситуация не столь серьезна, и родители считают возможным оставить ребенка в старом коллективе, можно попробовать **поговорить с обидчиками и их родителями.** Но делать это нужно **только с согласия ребенка**, иначе родители лишь закрепят его беспомощность, пассивность и низкую самооценку. А это как раз те качества, которые делают ребенка непопулярным среди сверстников.

Кроме того, родителям стоит задать себе вопрос: **«Не совершаю ли я сам чего-то такого, что отдаляет моего ребенка от сверстников и делает его уязвимым для проявлений насилия?»**, ведь иногда именно родители своими действиями невольно провоцируют насмешки ровесников их сына или дочери.

Эти действия могут выражаться в том, что:

родители **убеждают** ребенка, **что он «самый лучший», «самый умный»**, что остальные дети хуже него, и поэтому недостойны того, чтобы он общался с ними.

Очень вредно критиковать ребенка, не умеющего постоять за себя. Это лишь укрепит его в мысли, что он заслуживает плохого отношения. Наоборот, любыми способами **надо убедить ребенка в его ценности**, значимости и важности. Ваша позиция придаст ему сил и уверенности в себе, повысит его самооценку.

Ребенок, который знает, что он достоин уважения, сможет постоять за себя в нужный момент.

Что посоветовать ребенку, которого обижают сверстники



Самым распространенным видом насилия в детских коллективах являются **оскорбления и насмешки**. Если проблему не решать, то постепенно дело может дойти до откровенной **травли** ребенка, который станет изгоем в классе и объектом любой детской агрессии.

Взрослые (родители, учителя, психолог) должны убедить ребенка в том, что неприятности не у того, кого дразнят, а у того, кто это делает. Ему следует объяснить: **счастливый, довольный собой, своей внешностью и характером, уверенный в себе человек не станет обращать внимания на недостатки других.**

Разговор можно провести примерно по такой схеме:

1. Знаешь, существует хороший способ справиться с обидчиками: **не показывать**, как их слова тебя задевают, **не давать понять**, что ты принимаешь их близко к сердцу.

2. Ты говоришь, что Света тебя все время дразнит, а другие девочки повторяют ее слова? Я думаю, тебе **неприятно это слышать** до такой степени, что хочется заплакать. Скажи, ты плакала в школе? До слез дело не дошло, но ты расстраивалась, и девочки это видели? И что, после этого они сразу переставали тебя дразнить? Начинали относиться к тебе лучше? Нет, все было совсем наоборот.

3. Так, давай подумаем, как же поступить. Я, конечно, могу с ними встретиться и поговорить. Но, мне кажется, **как только я уйду**, и ты останешься одна, **все начнется снова**. Как ты думаешь?

4. Попробуй сделать по-другому. В следующий раз, когда ты услышишь обидные слова в свой адрес, возьми и **громко засмейся или просто улыбнись**. Да, это нелегко. Но подумай, чего добиваются Света с подружками? Расстроить тебя. И до сих пор так и происходило.

5. А как ты думаешь, почему Свете так хочется обратить внимание других ребят на твои недостатки? Наверное, она не очень уверена в себе, иначе бы она так не поступала. Если ты засмеешься, то тем самым **покажешь, что все ее слова — просто глупости**, а она ведет себя не слишком умно. И другие это быстро поймут. А еще они поймут: если тебя смешат эти обидные слова, значит, все они — не про тебя, и смеяться над тобой станет совсем неинтересно.

Ребенку очень трудно поверить в то, что подобное поведение — действительно хороший и реальный выход из положения. Для убедительности можно **рассказать похожую историю из собственной жизни** (или из жизни знакомых и родственников), сделав акцент на своих ощущениях и на том, что помогло справиться с трудностями.

Необходимо попытаться убедить ребенка: **действовать он должен сам**, сказав ему, например: «Мы, конечно, не дадим тебя в обиду, но ведь мама с папой не всегда будут рядом с тобой. Значит, нужно учиться защищать себя самостоятельно. **Попробуй, у тебя получится**. Мы можем потренироваться, прежде чем ты сделаешь это в школе. Ты точно сможешь».



Как развивать у ребенка навыки общения

Самый важный навык, который нужно сформировать у ребенка — это умение налаживать дружеские отношения в детском коллективе.

Чем лучше умеет общаться ребенок, тем меньше у него шансов оказаться в роли жертвы. Рекомендуется специально создавать ситуации, в которых ребенок может применять навыки общения: практиковать ролевые игры, приглашать родственников с детьми, друзей, знакомых.

Важно также постараться сначала «разговорить» детей, спросить у них, чем они хотят заниматься, предложить сыграть во что-нибудь, например:

— Ребята, вы уже решили, чем будете заниматься? **Какое ваше любимое занятие?**

— Во что вы больше всего любите **играть?**

— Мне очень интересно узнать, **чего бы хотел каждый из вас.**

Родителям следует научить ребенка задавать вопросы собеседнику. Так, у сверстника можно спросить:

— Какое у тебя самое любимое **занятие?**

— Какие **животные** тебе нравятся?

— Какой у тебя любимый **фильм**? А любимый герой?

— Какие **книги** ты любишь читать?

— **Где** ты больше всего любишь **гулять**?

— **Кем ты хочешь быть**, когда вырастешь?

Важно рассказать ребенку, что почти всем людям нравится говорить о себе, они любят, когда проявляют интерес к их личности. Еще **нужно научить его «приветливым» жестам, позам, манере говорить и мимике.** Все эти знания и навыки помогут ему завязать и поддержать беседу, вести себя дружелюбно.





Дети в большинстве своем не осознают, что окружающие оценивают их по манере держаться. Можно использовать следующий метод: **сфотографировать ребенка в позе, которую он сам считает «дружелюбной»** (то же относится и к выражению лица). Затем нужно рассмотреть с ним фотографию и поговорить о том, как можно улучшить мимику, осанку. Лучше сделать несколько фотографий и обсудить их. Кроме того, важно рассказать и показать, какие черты выражают приветливость и открытость.

В частности, это:



прямая осанка;



«открытая» поза (руки и ноги не скрещены);



ладони на виду (это знак дружелюбных намерений);



улыбка и приятное выражение лица;



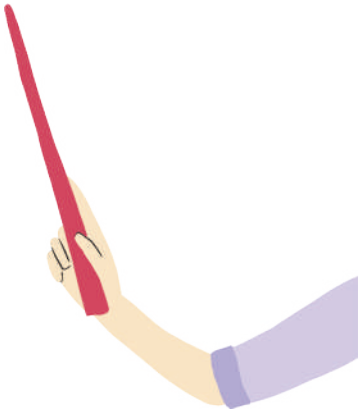
взгляд в глаза.

Родителям следует объяснить ребенку, что **быть приветливым — хорошо**. **Это помогает поддерживать дружеские отношения и находить новых друзей.** Например, приветливые дети часто приглашают сверстников к себе домой и сами ходят в гости, предлагают друзьям сходить в кино или просто прогуляться.

Что делать в случае конфликта между ребенком и учителем

Если у родителей есть уверенность или подозрение, что их ребенок находится в конфронтации с учителем, необходимо **убедить ребенка: они верят ему и готовы разобраться в происходящем**. Еще до встречи с педагогом нужно постараться прояснить ситуацию. Затем следует внутренне подготовиться к предстоящему разговору.

Не исключено, что учитель сразу станет защищаться или, наоборот, «нападать» на родителей. Этому его учит прежний, не всегда приятный опыт подобного общения. Значит, очень важно сразу дать собеседнику понять, что **родители ищут выход из ситуации и хотят сообща разобраться в ней.**



Хорошо, если родители владеют **грамотной техникой** ведения беседы. Вот один из эффективных приемов. После того как собеседник закончил очередную мысль, нужно спросить: **«Если я вас правильно понял...»** — и кратко повторить услышанное. Если собеседник подтвердит, что понят правильно, то следует высказать свое мнение. Чтобы чувствовать себя увереннее, полезно заранее потренироваться дома.

В ходе разговора может выясниться, что **ребенок не прав**. В этом случае родители должны принести извинения.

Если же не прав учитель, но он не находит в себе сил извиниться, нужно попробовать **понять его**. Учителю сделать это труднее, чем представителю любой другой профессии — из-за стереотипа, что педагог не имеет права на ошибку. Скорее всего, учитель осознает свою вину и после разговора с родителями **изменит отношение к ребенку**. Если же нет, придется искать другие пути разрешения конфликта.

Когда **не прав оказывается учитель, это нужно объяснить ребенку**. Не стоит бояться подорвать авторитет педагога: если ребенок будет знать и понимать, что всем людям свойственно ошибаться, это существенно облегчит его собственную жизнь. Понять поведение взрослого ребенку помогут такие слова: «**Учитель ошибся, потому что устал** (спешил, был чем-то расстроен, обижен и т. п.)». Скорее всего, так оно и было, и детей обычно вполне устраивает подобное объяснение.

Если же в конфликте **виноват ребенок**, то вместе с ним нужно **спокойно обсудить, как исправить положение**. При этом не следует настаивать на своих вариантах разрешения проблемы. Необходимо, чтобы ребенок сам предложил приемлемый для него выход, и тогда конфликт разрешится благополучно. Если же родитель видит, что ребенок пока не готов извиниться и изменить свою позицию, нужно **поговорить с учителем и попросить его немного подождать**. Правильное поведение родителей и учителя обязательно поможет найти путь к примирению, который устроит обе стороны.

Описанное выше поведение родителей приемлемо, когда речь идет о конфликте, а не о серьезных видах насилия в отношении ребенка, которые могут потребовать вмешательства вышестоящих или даже правоохранительных органов.

Что делать, если учитель проявляет насилие по отношению к ребенку

Если речь идет о прямом насилии со стороны учителя, разрешить проблему значительно труднее. Однако сделать это нужно обязательно, воспользовавшись одним из предлагаемых способов.

1 способ

Самый лучший способ действий при конфликте с учителем — попытаться **разрешить проблему в школьных стенах**.

Это значит, **организовать диалог** между вами, ребенком и учителем, чтобы найти выход из сложившейся ситуации. Как бы ни развивалась ситуация, старайтесь общаться **уважительно и корректно**, показывая тем самым хороший пример ребенку. Также нужно привлечь к разрешению конфликта **директора школы и школьного психолога**.



2 способ

Отметим, что **педагоги и администрация** школы **несут ответственность** за жизнь и здоровье ребенка **во время его пребывания в школе**. Если вы понимаете, что не сможете справиться с ситуацией самостоятельно, можно **обратиться за помощью** в вышестоящие органы:

- районное управление образования,
- городской комитет по образованию и т. д.

3 способ

Перевести ребенка в **другой класс или школу**. Такой путь **не всегда приносит облегчение**, поскольку неизвестно, как сложится школьная жизнь ребенка там, куда он будет переведен. Ему еще **не раз придется столкнуться** с людьми, которые будут его оценивать и относиться к нему не так, как хотелось бы ему или его родителям. Однако если родители видят, что справиться с психологическим напряжением ребенку **не по силам, лучше решиться на этот шаг.**

Важно помнить, что даже в конфликтной ситуации родители, учителя и ученики должны относиться друг к другу с уважением.

Задача родителей — помочь ребенку продолжать обучение в обстановке, исключающей любое насилие, сформировать и сохранить его нормальную самооценку. Ребенок должен чувствовать **уверенность и в своих силах, и в родительской поддержке.**

Родителям необходимо понимать, что они **не смогут всегда** полностью контролировать поступки своих детей. Но они **способны поддержать** ребенка в трудную минуту, **помочь** ему в решении проблем и **научить защищать себя** от возможных опасностей.



Школьная служба медиации

Для родителей, учеников и педагогов еще одним путем разрешения конфликта может стать обращение в школьную службу медиации.

Медиация – переговоры между конфликтующими сторонами с участием медиатора для поиска решения, удовлетворяющего обе стороны. Это инструмент помощи в разрешении конфликтов между учениками, а также между детьми и взрослыми.

Медиатор – посредник, нейтральная и беспристрастная сторона. Он не принимает решения ни за какую сторону, только организует процесс переговоров.

В школьные службы медиации входят педагоги, родители и школьники, прошедшие специальную подготовку.

Они помогают:



наладить отношения между учениками, учителями, родителями,



справляться с конфликтами,



находить общий язык друг с другом.

Работа школьных служб медиации помогает уменьшить количество конфликтов в школе, сделать атмосферу дружелюбной и поддерживающей как для детей, так и для педагогов.

Чем школьная служба медиации может помочь:



Родителям:

• **в случаях конфликта** со своими детьми, с учителем или администрацией школы,

• чтобы **лучше понять** друг друга и суметь договориться,

• **научиться** самостоятельно находить лучшее решение в случае конфликта.



Педагогам:

• **научиться** конструктивно управлять школьными конфликтами,

• **получить знания и навыки** в области примирения, межличностных отношений,

• **восстановить и поддерживать** дружелюбную и благоприятную атмосферу в школе.

Как узнать, работает ли служба медиации в вашем городе?

можно обратиться в УПУ «Центр «Медиация и право» по телефонам: 8-017-257-57-02, 8-029-688-10-13

или на почтовый ящик: mediation.law.by@gmail.com

Больше доверяйте себе, своей интуиции, опыту и родительским чувствам.

Никто не знает вашего ребенка **лучше, чем вы**; никто не может сделать для него **больше, чем вы.** Однако не пытайтесь быть идеальным родителем, не требуйте от себя всего и сразу, просто **будьте рядом** с ребенком и в хорошие, и в плохие минуты. Если сейчас ребенок чего-то не знает, или не хочет, или не может, это вовсе не означает, что так будет всегда. Дети растут и меняются, порой до неузнаваемости.

Важно, чтобы к тому моменту, когда ребенок будет готов измениться к лучшему, между ним и родителями сохранились **доверительные отношения.**

Куда обращаться за помощью

В настоящее время в нашей стране на основе положений международных документов **создана достаточно масштабная система защиты прав и свобод ребенка,** в том числе, от насилия и жестокого обращения. Такую деятельность ведут разные органы и учреждения: комиссии по делам несовершеннолетних, органы образования, опеки и попечительства, социальной защиты, здравоохранения, внутренних дел.

Если ребенок **столкнулся с насилием** в школе, **стоит посетить социально-психологическую службу школы.**

Детская телефонная линия (24/7, анонимно, бесплатно):

8-801-100-16-11

Сайт kids.pomogut.by

Онлайн-консультирование (информационная, психологическая, правовая поддержка детям, пострадавшим от насилия в интернете, а также родителям и другим свидетелям).

На сайте работает чат:

- можно обратиться за **психологической поддержкой;**
- размещена **полезная информация** для детей, родителей и педагогов.

Республиканский центр психологической помощи:

Специалисты работают в том числе с учащимися, родителями и педагогами, оказавшимися **в кризисных** и затруднительных **жизненных ситуациях.**

Контактный номер телефона:

8-017-300-10-06 **8-017-300-23-21**

Центры дружественного отношения к подросткам:

Специалисты центров консультируют подростков по вопросам:

• профессиональной ориентации,

• основам здорового образа жизни,

• формирования навыков безопасного и ответственного сексуального поведения,

Также специалисты оказывают поддержку в случае проблем в общении со сверстниками или в трудной жизненной ситуации.

• профилактики заболеваний, передающихся половым путем,

• проблем курения, наркомании, алкоголизма.

Адреса центров можно узнать на сайте:

Социально-педагогические центры:

• помогут в том случае, когда ребенок подвергается насилию **со стороны педагогов школы или сверстников;**

• оказывают **социально-педагогическую и психологическую помощь** детям, оказавшимся в тяжелой ситуации, и их родителям;

• проводят **семейные консультации** и т. д.

Социально-педагогические центры, отделы (или управления) образования работают в каждом районе Минска, в областных и районных центрах Беларуси.

Правоохранительные органы

Если в отношении ребенка **совершено правонарушение или преступление,** обращайтесь в правоохранительные органы по телефону :

102


польская дапамога


юнісеф
дзеля кожнага дзіцяці