

RUSSISK

Вам, ЧЕЙ РЕБЕНОК ПОДВЕРГАЕТСЯ МОББИНГУ

Опыт и советы – родителям от
родителей о том, что может помочь



Voksne
for Barn

Об организации «ВЗРОСЛЫЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ»

Детям в Норвегии очень нужны взрослые. «Взрослые для детей» – это некоммерческая членская организация, деятельность которой с 1960 года направлена на укрепление психического здоровья детей и создание надежных и безопасных условий для их роста. Мы наблюдаем, выслушиваем детей и учимся у них, и не успокаиваемся, пока не добиваемся, чтобы к ним и их проблемам отнеслись серьезно. Так мы укрепляем в детях силу и жизненную стойкость.

Вступайте во «Взрослые для детей» и внесите свою лепту в нашу важную работу.

Читайте подробнее на vfb.no



ИЗДАТЕЛЬ: Взрослые для детей © 2021

РЕДАКЦИОННАЯ КОМИССИЯ: Hege Rismoen, Janne Aasebø
Johnsen, Birthe Bratvold и Karin Källsmyr

ИЛЛЮСТРАЦИИ: Eva Swensen

МАКЕТ И ГРАФИЧЕСКОЕ ПРОИЗВОДСТВО: Grafisk Form AS

ПЕЧАТЬ: Møklegaards trykkeri

ISBN 978-82-92488-91-1 (печать)

ISBN 978-82-92488-92-8 (PDF)

Брошюра создана на средства фонда DAM
в рамках проекта «Поддержка родителей в случае
моббинга»



СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	стр.	5
1 НЕУМОЛИМЫЕ ФАКТЫ МАСШТАБ ПРОБЛЕМЫ ЧТО ТАКОЕ МОББИНГ? КАК ЭТО ОБНАРУЖИТЬ КАК ВОЗНИКАЕТ МОББИНГ?	стр.	6
2 РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ С КЕМ МЫ БЕСЕДОВАЛИ СОТРУДНИЧЕСТВО <i>Ощутить принятие и понимание</i> <i>Встречи в школе и детском саду</i> РАЗЛИЧНЫЕ МЕРЫ <i>Это было эффективно</i> <i>Это было неэффективно</i> ИНФОРМАЦИЯ	стр.	9
3 КАК ГОВОРИТЬ С РЕБЕНКОМ О МОББИНГЕ <i>Реакции, которых нужно стараться избегать</i> <i>Вместо этого можно попробовать</i> КОГДА РЕБЕНОК НЕ ИДЕТ НА РАЗГОВОР ЧЕГО ХОЧЕТ РЕБЕНОК	стр.	21
4 ПРАВА	стр.	25
<i>Благоприятная атмосфера в школе – ответственность взрослых</i>		
5 ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ, СПРАВКИ И ИНФОРМАЦИЯ	стр.	26
6 РОЛЬ СПЕЦИАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ	стр.	29
7 РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА	стр.	30



«УЖАСНО
ОДИНОКО
БЫТЬ
РОДИТЕЛЕМ
РЕБЕНКА, НАД
КОТОРЫМ
ИЗДЕВАЮТСЯ».

Родитель в опросе

предисловие

В Норвегии почти шесть процентов детей и молодых людей подвергаются моббингу. Это означает, что более 125 000 родителей сталкиваются со случаями травли, насмешек и издевательств над их ребенком. Как родители, вы – самые близкие ребенку люди, его главная опора и поддержка в случае беды. Поэтому в борьбе с моббингом вам принадлежит главная роль.

Лучший способ борьбы с моббингом – поддержать детей в проявлении терпимости и создании доброжелательного сообщества – коллектива. Мы, взрослые, выступаем главными образцами для подражания в социальном становлении детей. Мы можем предотвращать моббинг, целенаправленно создавая и поддерживая взаимопонимание и общность между детьми. Мы должны поддерживать их в проявлении заботы, учить их не бояться выразить свое неприятие, когда они становятся свидетелями бойкота и изоляции или насмешек и издевательств. И они должны осмелиться заявить о своем неприятии ситуации обидчикам, если сами подвергаются моббингу.

Мы в организации «Взрослые для детей» беседовали со многими родителями, во многих, зачастую непохожих ситуациях. Недавно мы провели опрос родителей детей, которые подвергались или подвергаются моббингу. Что они считают важным и что, по их мнению, должно быть сделано? Ответили более 500 человек. Они рассказали собственные истории и дали полезные советы другим родителям, оказавшимся в такой же ситуации.

Их мы и собрали в этой брошюре.

Надеемся, что они вам помогут.

С уважением, «Взрослые для детей»

1 НЕУМОЛИМЫЕ ФАКТЫ

МАСШТАБ ПРОБЛЕМЫ

На сегодняшний день в Норвегии около 63 000 школьников регулярно подвергаются травле (моббингу) – два-три раза в месяц и чаще.

Исследования Министерства просвещения показывают, что эта цифра долгое время остается на стабильном уровне. Такие исследования проводятся среди учащихся 5–10 классов общеобразовательной средней школы и на всех трех ступенях-классах старшей школы. Кроме того, проводятся собственные исследования в детских садах.

Выше всего риск стать жертвой моббинга в младших классах. Об этом свидетельствуют и отечественные, и зарубежные исследования. Опрос школьников, проводившийся в 2019 году, показывает, что учащиеся 5-6 классов особенно уязвимы для моббинга. Частично моббингом младших учащихся занимаются школьники более старших классов.

ЧТО ТАКОЕ МОББИНГ?

Существуют различные определения моббинга.

Традиционное определение моббинга – *негативные действия или унижения, производящиеся систематически или*

на протяжении некоторого периода времени. (Olweus, 2000) В более современном понимании моббинг определяется как действия взрослого/ взрослых или ребенка/детей, направленные на отвержение, изоляцию кого-либо в коллективе, отрицание его достоинства и сопричастности общности. (Lund, 2017) Здесь моббинг также рассматривается как результат динамики в группе или классе.

Моббинг может принимать различные формы:

- › Вербальное воздействие, например, прозвища или издевки.
- › Социальные воздействия, например, бойкот и изоляция жертвы
- › Материальные воздействия, например, порча вещей и одежды
- › Психическое давление, например, угрозы или принуждение что-либо сделать
- › Физическое воздействие, например, удары, пинки или подножки
- › Цифровые методы, например, раскрытие секретов или изоляция в соцсетях или по мобильной связи
- › Скрыто и посредством языка телодвижений и взглядов

КАК ЭТО ОБНАРУЖИТЬ

Дети не всегда рассказывают взрослым, что подвергаются унижениям и травле. С моббингом может быть связано ощущение сильного стыда, и многие опасаются, что издевательства усилятся, если взрослые что-то узнают.

Возможные признаки того, что что-то неладно:

- › Не хочет идти в школу/детсад
- › Боится идти в школу и из школы
- › Идет в школу и из школы окольными путями
- › Утеря или повреждения книг, игрушек или одежды
- › Избегает друзей и других детей
- › Быстро выходит из себя
- › Теряет веру в себя
- › Часто болит живот или голова
- › Нарушается сон
- › Появляются ссадины, царапины, синяки

(Источник: Управление образования)

Некоторые боятся разочаровать или расстроить родителей и не рассказывают о своих переживаниях. Поэтому может быть полезно ознакомиться с некоторыми признаками того, что ребенок подвергается травле.

Иногда эти признаки могут иметь другие причины, но в любом случае внезапное изменение в поведении ребенка должно служить сигналом для взрослых, что что-то неладно. Если у вас есть ощущение, что что-то не так, то, вероятно, так оно и есть.

ПОЧЕМУ ВОЗНИКАЕТ МОББИНГ?

Традиционно моббинг объясняли «врожденным агрессивным поведением по отношению к тем, у кого есть черты «жертвы»»

Сегодня больше придают значение тому, как моббинг появляется в формальных сообществах, таких как классы и школы, к которым учащиеся не ощущают своей сопринадлежности, сопричастности. Речь идет о механизмах поведения в группе. Моббинг возникает в неблагоприятной, недружелюбной среде, где каждый старается избежать исключения, и вызывает у тех, кто ведет травлю, ощущение «мы/ сообщество». (Helle Rabøl Hansen, 2018)

Легко прийти к выводу, что травля и преследование являются следствием плохого воспитания некоторых детей, а другие дети подвергаются издевательствам из-за своего

внешнего вида или особенностей характера. Но из исследований последних лет мы многое узнали о механизмах в сообществе, способных запустить моббинг. По сути, моббинг связан не с конкретным ребенком, а с культурой сообщества, частью которого он является. Каждый должен чувствовать себя принятым и защищенным, а также – частью сообщества. Исключение из сообщества может иметь серьезные негативные последствия и для детей, и для взрослых. Моббинг тесно связан с потребностью принадлежности к сообществу и сопричастности ему. Чрезвычайно неприятно осознавать, что мы не принадлежим к сообществу и нас не принимают.

Один из способов облегчить дискомфорт – создать новое сообщество, в котором главное – не допускать в него других, отпугивая их

травлей и насмешками. Таким образом, моббинг можно понимать как выражение отторженности и одиночества. В недружелюбных сообществах уровень толерантности низок. Все следят за всеми. Каждый может стать следующей жертвой. Поэтому многие остаются пассивными наблюдателями издевательств над другими – даже если понимают, что происходящее нехорошо. Есть и такие, кто участвует в моббинге, чтобы самим избежать насмешек и травли. Другими словами, причину моббинга нужно искать не в отдельном ребенке. Кто будет преследователем и кого будут преследовать, невозможно предсказать с самого начала. Дело в самой группе в целом.

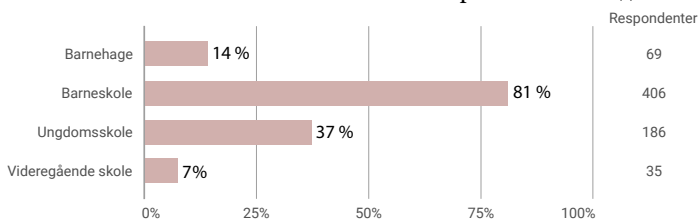


2 РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

С КЕМ МЫ БЕСЕДОВАЛИ?

Более 500 родителей со всей страны приняли участие в опросе. У каждого из них есть ребенок, ставший жертвой моббинга. Вот кое-что из того, о чем они написали.

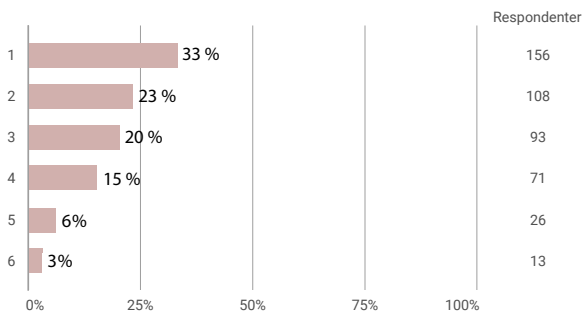
Большинство из ответивших описывали проблемы в младших классах:



СОТРУДНИЧЕСТВО

Сотрудничество между школой и домом важно в связи с проблематикой моббинга детей и подростков. Поэтому мы спросили участвовавших в опросе родителей об их впечатлениях от сотрудничества с школой и о том, какие проблемы и возможности они видят при установлении эффективного сотрудничества.

Родители считают, что сотрудничество со школой/детским садом можно охарактеризовать следующим образом, по шкале от 1 до 6, где 6 - лучший результат. К сожалению, только 9 процентов родителей, от которых мы





получили отзывы, считают сотрудничество «очень хорошим» или «хорошим».

«Учитель не видел ни одной из названных нами проблем. И руководство тоже. Они сказали, что у него все в порядке. Но когда в класс пришел новый учитель, наконец-то ситуация изменилась. Новый учитель сразу увидел групповое давление и скрытую травлю, и вместе мы, наконец, покончили с этим.»

«Школа обнаружила ведущуюся травлю и связалась с нами, родителями. Они приняли ряд мер и составили план. Но это не остановило моббинг. Травля просто «ушла в подполье». Школа была в беспомощном положении, не имея инструментов, чтобы справиться с нездоровой атмосферой в классе.»

«После того, как мы сообщили о моббинге, мы получили адекватное внимание, но школа могла бы сообщить больше и сделать это раньше.»

«После каждого моего сообщения о моббинге школа отвечала угрозами сообщить обо мне как о родителе-одиночке в службу защиты детства.»

«Даже когда все ученики класса создали «клуб ненависти для тех, кто ненавидит мою дочь», школа не хотела признать это травлей.»

«Когда мы «нажали кнопку моббинг-

тревоги», нас встретили с пониманием и быстро приняли меры, но как только сотрудники школы увидели, что меры увенчались успехом, мы тут же почувствовали, что сотрудничество закончилось. Это создало у нас неуверенность.»

ОШУТИТЬ ПРИНЯТИЕ И ПОНИМАНИЕ

Разумеется, разные родители хотят разного, но все они хотят, чтобы им верили и чтобы их принимали всерьез. Об этом говорили почти все родители, и в интервью, и в опросах. Они хотят вовлеченности и сотрудничества, и предупреждение о проблеме в школьной среде не означает критики школы. Проблемы со средой, с атмосферой в школьном коллективе есть в очень многих школах. Родители просто хотят, чтобы в отношении этих проблем были приняты меры, а их опасения были услышаны и им поверили.

«То, что меня услышали и приняли всерьез, помогло мне лучше помочь моей дочери. Происшедшее все еще в значительной степени сказывается на ней, и мне жаль, что я не поняла, насколько это серьезно, намного раньше. Нежелание детского сада услышать нас внушило мне неуверенность в себе, и я повела себя не так, как следовало бы.»

«Школа не придавала должного значения проблеме. Наш сынишка почувствовал, что ему не верят, были использованы слова «детские

шалости». Было сказано, что наверняка ничего серьезного не имелось в виду.»

«Нас всегда хорошо принимали и верили тому, что мы говорили, но со стороны школы было мало инициативы. Мне постоянно приходилось подталкивать, чтобы что-то происходило. Это было совсем не то, чего я ожидал.»

ВСТРЕЧИ С ДЕТСКИМ САДОМ И ШКОЛОЙ

Многие сказали, что разговаривать с детским садом и школой им показалось сложно. Будет разумно подготовиться к встрече со школой или детским садом. Подумайте о том, что важнее всего сказать, и с чем в первую очередь нужно что-то делать.

«Запишите даты, что вы договорились сделать, все имена и кто за что отвечает. Записанное легче помнить, и не в последнюю очередь, это впоследствии поможет правильно вспомнить все происшедшее и сделанное».

РАЗЛИЧНЫЕ МЕРЫ

Участвовавшие в нашем опросе родители описали множество различных принятых мер, направленных на помощь ребенку. Не все удавалось одинаково хорошо, но что-то работало отлично.

Многое из того, что, по мнению

родителей, хорошо удалось, соответствует выводам из исследований ученых, особенно позитивные решения для групп и целых классов. Важно, чтобы в детских садах и школах применялись меры, зарекомендовавшие себя как действенные.

ЭТО БЫЛО ЭФФЕКТИВНО:

На уровне группы:

- › Общие меры, которые касались всех, а не только моего ребенка.
- › В школе были организованы различные группы, которые совместно выполняли различные упражнения и задания, чтобы укрепить чувство общности.
- › В детском саду важным фактором успеха стали хорошая коммуникация и особое внимание на группы. Также очень важно было повысить самооценку и статус в группе. В школе мы видели, что с течением времени плотный диалог и последовательное настойчивое применение мер обеспечивают результаты. Достижению результатов способствовало согласованное и единообразное поведение взрослых.
- › Взрослые в непосредственном окружении, сосредоточенность на социальной компетентности, безопасность в школьном дворе и стремление учителя к четкой коммуникации.
- › В конечном итоге особенно помогло то, что учитель поговорил наедине с каждым из учеников.
- › Разговор между всеми



вовлеченными в ситуацию.

Разъяснение в беседе с инициаторами моббинга, что ощущает жертва травли.

- › Последствия и, не в последнюю очередь, понимание со стороны родителей детей с обеих сторон ситуации.
- › Работа с атмосферой в классе в целом.
- › Дополнительный надзор, особенно во всех переходных для детей ситуациях.
- › Когда омбудсмен по моббингу предложил использовать метод/инструмент «прекратить разговор», мы ощутили перемену.
- › Время и налаживание хороших отношений.
- › Наблюдение за учениками во время перемены.
- › Целеустремленные учителя с ясной и четкой позицией, которые приняли меры и установили запреты.

Меры в отношении отдельного ребенка:

- › Помогло то, что ребенка и нас, родителей, услышали и признали, что то, что пережил ребенок, было травлей, моббингом.
- › Когда он понял, что его наконец увидели и услышали, вот тогда дело сдвинулось!
- › Что ребенку дали возможность высказать свои желания, и они были услышаны.
- › Встречи, на которых ребенку дали возможность рассказать, что происходит.

- › Честный учитель!
- › У нашего сына состоялись беседы с социальным педагогом.
- › Короткие встречи и телефонные разговоры в определенное время, что привело к частым/регулярным диалогам.
- › Мы получали текстовые сообщения «мобильная школа» с новостями повседневной школьной жизни, это имело для нас значение.
- › Беседы и дополнительные взрослые, которые следили за тем, что происходило вокруг ребенка во время перемен.
- › Все учителя были проинформированы и уделили особое внимание нашему ребенку.
- › Как только я обратился за помощью, был введен в действие параграф 9а Закона об образовании.
- › Тщательно контролировались и анализировались принятые меры и планы действий.
- › Было налажено проведение встреч по координации совместной работы.
- › Школьная среда была темой всех бесед об успехах и развитии ребенка, и мы постоянно были на связи с контактным учителем по поводу того, как идут дела. Ребенок был в центре внимания, и мы вместе вырабатывали меры.

Люди все разные, и то, что хорошо для одних, совсем не работает для других.



ЭТО БЫЛО НЕЭФФЕКТИВНО:

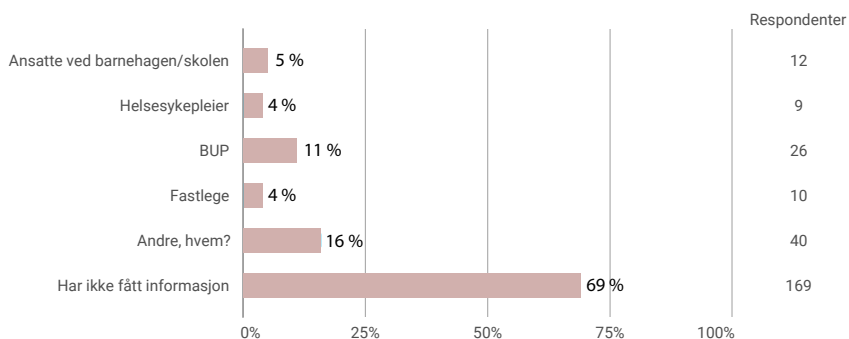
- › Просто велось наблюдение, и не было вложено никаких дополнительных ресурсов в то, чтобы наш ребенок чувствовал себя в безопасности, играя с другими детьми.
- › Беседа с вовлеченными в ситуацию – а потом просто надеяться, что этого больше не повторится.
- › Руководство должно было «наблюдать» во время перемен. Забыли про переходные ситуации – и ничего полезного не получили.
- › «Разговоры между девочками».
- › Родительские собрания и беседы с классом.
- › Одновременное применение нескольких мер работало плохо.
- › Инструмент «прекратить разговор» с зачинщиком моббинга.
- › Встреча за встречей инициатора и «жертвы» моббинга, почти еженедельно в офисе директора.
- › Удаление жертвы моббинга из ситуации вместо того, чтобы найти решение проблемы.
- › Усаживание в отдельное помещение на переменах.
- › В школе какое-то время предлагали, чтобы моя дочь «не обращала внимания» на то, что ей говорят.
- › Школа организовала наблюдение за моим сыном на переменах, чтобы его не преследовали. Лучше бы они следили за инициаторами моббинга.
- › Абсолютно не сработало принудительное общение с тем, кто издевался над моей дочерью.
- › Журнал, в который обеим сторонам нужно было записывать события, чтобы понимать все стороны и обстоятельства конфликтов.
- › Когда ее заставили подписать план действий против ее воли.
- › Ребенку выдали книжку, в которую можно было записывать случаи моббинга.
- › Ребенка поместили в одну группу с тем, кто над ним издевается, чтобы они лучше узнали друг друга.
- › Моему ребенку пришлось участвовать в посреднической встрече с инициатором моббинга. Ведь конфликта же не было – а для ребенка это стало еще одним актом психического насилия.
- › Этот вопрос обсуждался на общем собрании класса.
- › Болтовня – слова, слова, слова...



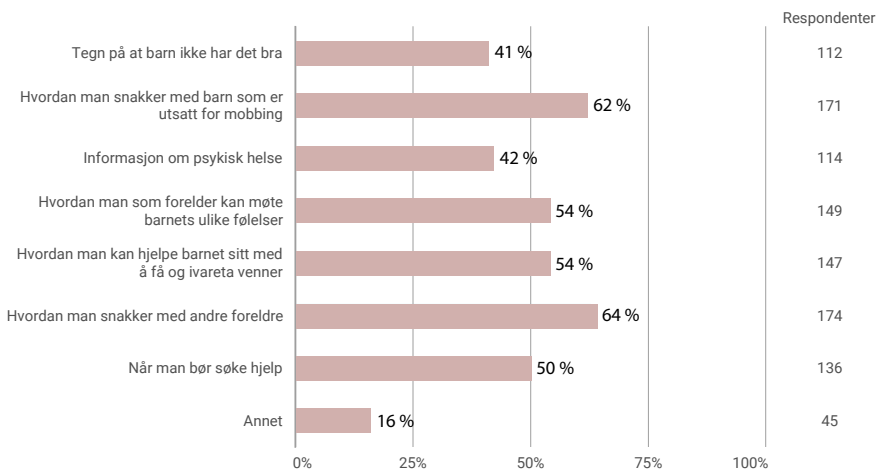
ИНФОРМАЦИЯ

Важно быть хорошо проинформированными о том, где и как получить помощь, как помочь своему ребенку в трудной ситуации и какие права есть у ребенка и у вас, родителей.

Поэтому мы спросили родителей, получили ли они информацию о том, как лучше всего помочь своему ребенку, когда он или она подвергается травле, и если да, то откуда они получили эту информацию. Вызывает тревогу количество людей, ответивших, что они получали мало или совсем не получали такой информации:

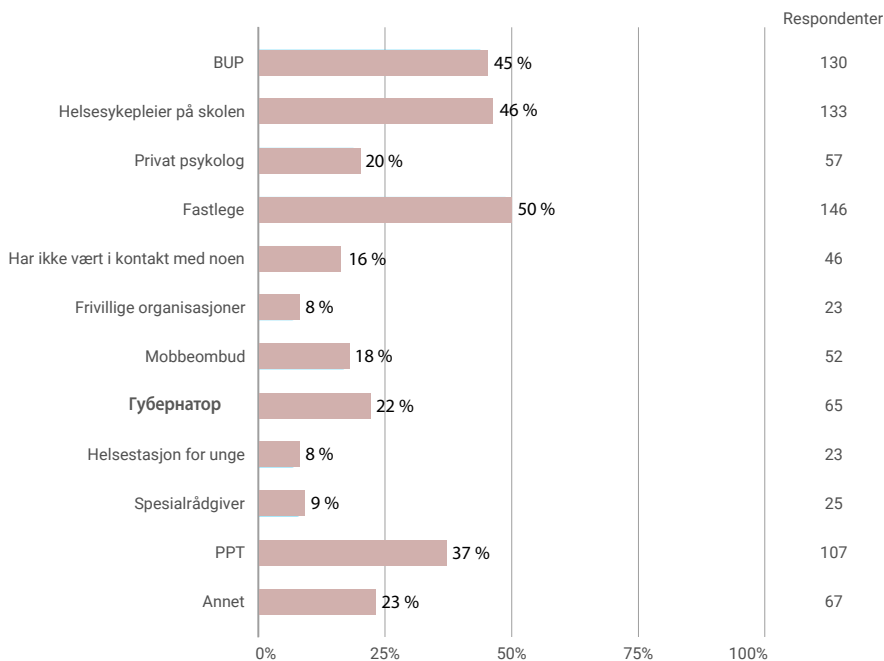


Есть вопросы, по которым они хотели бы получить больше информации. Больше всего им не хватало знаний о том, как разговаривать со своим ребенком и с другими родителями:



Многие родители также не знали, куда обратиться за помощью.

На вопрос, получали ли они информацию из школы или детского сада о местах, куда они могли бы обратиться за помощью, 84 % ответили, что не получали такой информации. Однако некоторые из них по собственной инициативе связались с различными инстанциями:



Среди других организаций, в которые обращались родители, были, в том числе, служба защиты детства, детский омбудсмен, полиция, муниципальный психолог и местный муниципальный семейный центр или отдел.

«Мы просто хотели, чтобы кто-нибудь подсказал нам адрес, куда мы могли бы обратиться за помощью! »

«Школа посоветовала нам обратиться за помощью в BUP (Амбулаторную клинику детской и подростковой психиатрии) в связи с тем, что у сына постепенно выработалось отвращение к школе, но там нам отказали. Мы поняли это, когда получили обоснование. тогда мы обратились в PPT (психолого-педагогическую службу) и к муниципальному психологу, но драгоценное время было потеряно.»





3 КАК ГОВОРИТЬ С РЕБЕНКОМ О МОББИНГЕ?

Подверженность насмешкам, издевательствам и унижению вызывает бурю эмоций как у ребенка, так и у родителей. Часто это беспокойность, замешательство, беспомощность, гнев и разочарование.

Если вы озабочены тем, что вашему ребенку плохо, следующим шагом будет поговорить с ним. Иногда это может оказаться сложным делом.

- › Дайте убедительно понять ребенку, что вы – надежный взрослый, способный справиться с тем, что расскажет ему ребенок. Поэтому важно **не позволять эмоциям брать верх при разговоре с ребенком**. Иначе ребенок, вероятно, постарается пощадить ваши чувства и попытается умалить значение и остроту ситуации, и не будет полностью откровенен с вами.
- › У всех нас разные ассоциации и представления, которые практически «вошли в плоть и кровь». Когда мы сталкиваемся с ситуациями, которые вызывают эти реакции, то испытываем различные эмоции. Мы должны осознавать, что это наши собственные чувства, и не перекладывать эти чувства на наших детей. **Поэтому продумайте свои реакции и то, как лучше подготовиться, прежде чем**

начинать разговор.

- › Обдумайте, как вы начнете разговор. **Ваша важнейшая задача – задавать вопросы открыто и заинтересованно, и внимательно выслушивать то, что рассказывает ваш ребенок**. Например, вы можете сказать, что заметили отклонения в поведении вашего ребенка или услышали, как он сказал что-то, что заставило вас заподозрить неладное. Скажите, что если что-то не так, то вы здесь, готовы его выслушать и постараетесь помочь. Возможно, у вас нет готового решения, но будьте открыты и поддержите откровенность ребенка
- › **Найдите спокойное уединенное место для разговора и убедитесь, что у вас достаточно времени для возможно долгого разговора с ребенком**. Часто удобно завести такие разговоры, когда вы, например, едете куда-то в машине или гуляете. Будьте готовы к эмоциональной реакции. Обычными реакциями могут быть стыд, стресс или гнев.
- › Дети, которые подвергаются травле, унижениям и насмешкам, часто опасаются мести, если они расскажут об издевательствах взрослым. **Не надо недооценивать этот страх. Для ребенка это реальная угроза.**

РЕАКЦИИ, КОТОРЫХ НУЖНО СТАРАТЬСЯ ИЗБЕГАТЬ:

- › **Не обещайте того, что не сможете выполнить.** Как родитель, вы хотите заверить ребенка, что совсем скоро все будет хорошо, но, к сожалению, такой процесс может занять время. Самое важное – сказать ребенку, что вы сделаете все возможное, чтобы остановить моббинг.
- › **Не умаляйте впечатления ребенка, говоря, что ему не о чем беспокоиться.** Признайте, что это неприятная и болезненная ситуация, и что чувства ребенка полностью понятны.
- › **Будьте осторожны, не говорите, что другим приходится еще хуже.** Ребенку хорошо понять, что его ситуация не исключительная, и другие тоже испытывали моббинг. В то же время важно, чтобы ребенок не чувствовал, что его ситуация тривиальна или незначительна по сравнению с другими.
- › **Уважайте границы ребенка, то, что он может поделиться не всем, а только частью происходящего.**

ВМЕСТО ЭТОГО МОЖНО ПОПРОБОВАТЬ:

- › **пусть ребенок рассказывает своими словами и в своем собственном темпе.**
- › **покажите, что вы слушаете, и не спешите предлагать свои решения.**
- › **постепенно задавайте больше вопросов к тому, что рассказывает ребенок, и будьте терпеливы.**

- › **посмотрите на ситуацию глазами ребенка.** Поддержите его или ее в испытываемой ситуации и покажите, что вы серьезно относитесь к сказанному.
- › **выражайте ваше согласие с чувствами вашего ребенка во время рассказа, например, «Тебе, наверное, было тяжело!», «Понимаю, как тебя это огорчило!», «Это было непросто!».**
- › **дайте ребенку понять, насколько вы цените то, что он поделился с вами, рассказав о моббинге, что вы верите тому, что услышали, и сочувствуете ребенку в его переживаниях.**
- › **скажите ребенку, что не только он один подвергается моббингу.** Что многие дети переживают это, и что так быть не должно. Теперь, когда он рассказал об этом взрослым, вы должны сделать все возможное, чтобы положить этому конец.

КОГДА РЕБЕНОК НЕ ИДЕТ НА РАЗГОВОР

Детям часто трудно говорить о травле. Если ребенок отказывается говорить, скажите ему, что вы понимаете, что ему это трудно.

Скажите, что вы хотите помочь, и что вы можете поговорить, когда ребенок будет к этому готов. Тем самым вы говорите ребенку, что вам не все равно, и что вы видите и понимаете, как ему трудно. Это может помочь ему начать разговор позже.





Обдумайте

- › Как вы, родители, можете найти место и время в повседневной жизни для того, чтобы вы и ваш ребенок могли делиться своими маленькими и большими заботами и проблемами?
- › Что или кто способны помочь вам как родителям справиться с теми чувствами и обидой, которые у вас вызывают насмешки и издевательства над вашим ребенком?
- › Как вы можете показать, что серьезно относитесь к тому, что ваш ребенок рассказывает вам, не преуменьшая значение происходящего и не предлагая скоропалительных решений?

ЧЕГО ХОЧЕТ РЕБЕНОК?

Во многих детских садах и школах выработан комплекс мер на случай выявления моббинга. Родителям может быть полезно обсудить, как будет работать мера, и подходит ли она для ребенка.

Ответственность за прекращение издевательств всегда лежит на взрослых, но важно дать ребенку возможность самому участвовать в этом на собственных условиях. ЧЕГО ХОЧЕТ САМ РЕБЕНОК?

Не всегда легко предложить меры, но может быть полезно поговорить с ребенком о:

- › Как бы ты описал идеальный для тебя день в школе?
- › Как бы ты описал дорогу в школу, уроки и перемены в этот идеальный день твоей мечты? (Если ребенку очень трудно говорить на эти темы, обсуждайте вопросы по одному за один раз.)
- › С кем ты общаешься в этот отличный день?
- › Как ты думаешь, что можно сделать, чтобы такой день стал реальностью?
- › Кто может тебе в этом помочь?
- › Что ты можешь сделать сам, что можем сделать мы и что могут сделать другие?

4 ПРАВА

Рамочный план в детском саду был четким: «Если ребенок подвергается унижению или травле, детский сад должен принять необходимые меры, прекратить моббинг и проконтролировать и проанализировать действия и результаты» и «Детский сад должен способствовать сотрудничеству родителей и хорошему диалогу с родителями».

То же относится к Закону об образовании: Все учащиеся имеют право на благоприятную школьную среду, способствующую благополучию, здоровью и обучению.

В Норвегии законодательно установлена нулевая толерантность к таким нарушениям, как оскорбления, травля, дискриминация и преследование/домогательства (Закон об образовании, § 9 А-3), в школе, по дороге в школу/из школы, после школы (группа/клуб продленного дня) и во время помощи в выполнении домашних заданий. Право на безопасную и благоприятную школьную среду распространяется на физическое

окружение в школе и за ее стенами и на психосоциальную среду. Все учащиеся должны ощущать свою



принадлежность к коллективу, и школы должны вести систематическую каждодневную работу по созданию благоприятной школьной среды, предотвращать травлю и насмешки и выработать эффективную систему действий в ситуациях и инцидентах, когда учащиеся сталкиваются с травлей и насмешками.

Учащиеся имеют право участвовать в планировании работы по созданию благоприятной и безопасной школьной среды.

БЛАГОПРИЯТНАЯ АТМОСФЕРА В ШКОЛЕ – ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ВЗРОСЛЫХ

Закон возлагает ответственность за безопасность учащихся на взрослых, которые должны вести наблюдение и незамедлительно вмешиваться, если они подозревают или узнают, что ребенку в школе плохо. Всех сотрудники школы обязаны активно действовать. Это означает, что все, кто работает в школе, должны следить за происходящим вокруг, вмешиваться и сообщать о случаях, когда они подозревают или видят проявления моббинга.

За выполнение этой работы несет ответственность директор. Директор должен знать, что происходит в школе. Школы должны иметь план систематической работы и обязаны информировать учеников и родителей о праве на безопасную и благополучную школьную среду и о возможности подать жалобу губернатору.

<https://www.statsforvalteren.no/nb/vestfold-og-telemark/barnehage-og-opplaring/en-trygg-skoledag-uten-mobbing/>

5 ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ, СПРАВКИ И ИНФОРМАЦИЯ

Здесь можно найти информацию о том, что может помочь в вашей ситуации.

nullmobbing.no – сайт Управления образования, который предоставляет детям, молодым людям и родителям информацию о моббинге и о правах тех, кто ему подвергается.

fug.no и **fubhg.no** – Родительский комитет по среднему образованию (FUG) и Родительский комитет по детскому саду (FUB) – это общенациональные независимые органы, которые предоставляют родителям советы и рекомендации по сотрудничеству между домом и школой/детским садом, а также о том, как вы можете поддержать своего ребенка. Они предоставляют родителям советы и рекомендации по телефону или электронной почте. На их сайте можно прочитать статьи и советы, вопросы и ответы других родителей, а также посмотреть фильмы.

elevombudene.no – Омбудсмен по делам школьников, ремесленных учеников и по вопросам моббинга – региональный омбудсмен, который будет заботиться о правах детей и подростков, посещающих детские сады и среднюю школу, а также учащихся и ремесленных учеников на дальнейших ступенях обучения. Омбудсмены имеются во всех губерниях (фюльке) и являются независимыми консультантами, обязанными сохранять конфиденциальность. Институт омбудсменов – это низкопороговая

служба помощи детям и подросткам в трудных ситуациях, также предоставляющая консультации и рекомендации родителям и детям. Кроме того, они ведут профилактическую работу и охотно участвуют в проведении курсов и лекций по различным темам.

barneombudet.no – Омбудсмен по делам детей – представитель детей и молодежи, защищающий права детей. Кроме того, эти омбудсмены предоставляют консультации и информацию по правам детей детям и подросткам, которые обращаются через интернет-ресурсы, по электронной почте или по телефону. Взрослые должны обращаться к омбудсменам по электронной почте. Они также читают лекции людям, которые работают с детьми или в интересах детей. На веб-сайте Омбудсмена по правам детей вы также найдете тематические страницы, посвященные моббингу, здесь можно ознакомиться с вопросами других и ответами на них.

barnevakten.no – Barnevakten – бесплатный и независимый некоммерческий фонд, предоставляющий факты и консультации по вопросам, связанным с детьми, подростками и средствами массовой информации.

snakkommobbing.no – сайт, организованный Barnevakten, анонимный чат-сервис для детей и подростков.

medietilsynet.no – здесь вы найдете подходящие к вашей ситуации советы и информацию о кибермоббинге (интернет-моббинге)





6 РОЛЬ СПЕЦИАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Когда у детей и подростков развивается нежелание посещать детский сад или школу, родителям часто советуют обратиться к своему терапевту, чтобы получить направление в Амбулаторную клинику детской и подростковой психиатрии (ВУР).

Некоторым здесь отказывают, потому что руководство по приоритету оказания помощи ВУР указывает, что отказ или нежелание посещать школу сами по себе не дают права на получение медицинской помощи в специализированных медицинских службах, поскольку это не диагноз.

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/prioriteringsveiledere/psykisk-helsevern-for-barn-og-unge/tilstander-for-psykisk-helsevern-for-barn-og-unge/skolevegring#skolevegring>

В то же время дети и подростки, у которых развиваются проблемы с психическим здоровьем, такие как тревога или депрессивные симптомы, или которые страдают другими психическими расстройствами, должны получать качественную и правильную медицинскую помощь. Во многих муниципалитетах (коммунах) организованы эффективные низкопороговые службы в сфере психического здоровья, действующие через медицинские пункты и школьные службы здравоохранения, муниципальных психологов или социальные службы помощи семье. Когда этого недостаточно, направление в ВУР могут оформить врач-терапевт, психолог или служба

защиты детства:

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/prioriteringsveiledere/psykisk-helsevern-for-barn-og-unge/tilstander-for-psykisk-helsevern-for-barn-og-unge/traumer-kriser-eller-katastrofer-alvorlige-psykiske-reaksjoner#traumer-kriser-eller-katastrofer-alvorlige-psykiske-reaksjoner>

ВУР обеспечивает надлежащую терапию, выступает партнером и консультантом для детей, родителей и школы.

ПРАВО НА ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ

Иногда вокруг ребенка может быть много разных служб и лиц – например, медсестра, представители РРТ, ВУР, социальные службы помощи семье и/или защиты детства. Все, кто нуждаются в долгосрочном и скоординированном лечебном и социальном обслуживании и уходе, имеют право на составление индивидуального плана мероприятий и назначение координатора.

«Скоординированно» означает «слаженно». Долг детского сада и школы – участвовать в этой работе. Координатор – это поставщик услуг, который должен обеспечить необходимый контроль и координацию предложения услуг, а также хода работы согласно индивидуальному плану. Координатора семье обязаны предложить даже в случае отказа от индивидуального плана. За индивидуальный план отвечает координирующее подразделение в муниципалитете (коммуне).

Читайте подробнее на [helsenorge.no](https://www.helsenorge.no)

7 РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

Å ivareta barn og unge som har blitt utsatt for mobbing (Помощь детям и подросткам, подвергшимся моббингу). Erfaringsbasert kunnskap om utforming og organisering av tiltak. ((Знание, основанное на опыте разработки и организации мероприятий). Rapport utgitt av Læringsmiljøseneteret i 2017 på oppdrag fra Helsedirektoratet og Utdanningsdirektoratet (Отчет, выполненный Центром учебной среды в 2017 году по заказу Норвежского управления здравоохранения и Норвежского управления образования).

Mobbing i barnehage og skole (Моббинг в детском саду и школе) Nye perspektiver (Новые перспективы), Ingrid Lund og Anne Helgeland, 2020

Hvorfor oppstår mobbing? (Почему возникает моббинг?) <https://www.youtube.com/watch?v=c8gqPIKINjY>

ZIPPY:

«Zippys venner – livsmestring i skolen» («Друзья Zippy - жизненные навыки в школе») – это программа для 1-4 класса, обучающая школьников жизненным навыкам путем решения повседневных проблем, идентификации и обсуждения чувств и эмоций, а также поддержки других людей.

PASSPORT (ПАСПОРТ):

«Passport – livsmestring i skolen» («Паспорт – жизненные навыки в школе») – это программа, направленная на укрепление психического здоровья детей 5-6 классов, которая учит их распознавать различные чувства и эмоции и справляться с ними. Дети также учатся справляться с трудными ситуациями и поддерживать друг друга.

DRØMMESKOLEN (ШКОЛА МЕЧТЫ):

Школа мечты – это модель для систематической работы по созданию благоприятной психосоциальной среды на дальнейших этапах обучения после средней школы.

Модель ставит целью создать среду обучения, в которой учащиеся будут чувствовать себя в безопасности и ощущать свою причастность общности; среду, в которой они могут использовать свои ресурсы, и где будет обеспечиваться поддержка психического здоровья каждого отдельного учащегося.





Voksne
for Barn

ВЗРОСЛЫЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Lille Grensen 5 › 0159 Oslo › Tlf: 488 96 215 › vfb@vfb.no › vfb.no