

Доброго дня!

Мене звати Катажина Укланська,
я ад'юнкт в Інституті

соціології Університету кардинала
Стефана Вишинського у Варшаві.

У своїй лекції я би хотіла торкнутися
теми ізоляції серед однолітків.

Я би хотіла розповісти вам, звідки
вона береться, і як їй протидіяти.

[Весела музика]

Питання, які будуть розглянуті на лекції:

по-перше, я хотіла би поговорити про
те, що кожен з нас хоче бути приналежним.

Це базова потреба людини.

Далі я розповім про категорії, які
вирізняються серед дітей у школі, в класі.

Далі я розповім про те,
що таке ізоляція.

По-перше, соціальна ізоляція як
ширше явище, що відбувається в
соціальній структурі як такий.

І я продовжу обговорювати,
визначення та характеристику
ізоляції серед однолітків.

Далі я розповім про те, хто
ізолює і кого ізолює.

Тому тут я зосереджуся на таких
характеристиках, так би мовити, жертв
цієї ізоляції.

А потім зупинюся на дуже практичних порадах,
щодо розпізнавання жертви
мобінгу або ізоляції, та
розпізнавання винуватця мобінгу.

А потім я розкажу про

наслідки ізоляції, це буде питанням, яке

також є дуже актуальним з точки зору кожного окремого учня,

в той самий момент, коли відбувається ця ізоляція, але також і

з огляду на його подальше життя, в тому числі, й доросле.

І, нарешті, хто може протидіяти ізоляції серед однолітків.

Як має спільно діяти громада, щоб

протидіяти цій ізоляції, наскільки це можливо?

Перший питання.

Ми всі хочемо бути приналежними.

Тут нам підказують і психологія, і соціологія,

що кожному потрібно бути в компанії, у групі.

Про це, насамперед, говорить нам соціологія.

Людина - істота соціальна,

що означає, що вона хоче жити в групі і хоче

бути людиною, яка до чогось приналежить.

Психологічні концепції стосуються того,

що ми всі хочемо кохати і бути коханими.

Нам потрібні певні стосунки, саме такі, які ми будемо розглядати як

стабільні, такі стосунки, яких хочуть інші люди.

І це дасть нам відчуття приналежності.

Ще одна концепція, пов'язана з

приналежністю - це концепція Роя Баумайстера і Марка Лірі,

які у своєму дослідженні

також зазначають, що

потреба в приналежності
притаманна кожній людині і

людина повинна відчувати, що поруч з
нею є особи, які піклуються про неї,

дбають про ці стосунки,
які просто люблять нас,

нам потрібно відчувати, що ці особи

про нас піклуються, що нас кохають,

і
власне, що це тих стосунків, які

нам потрібні для того,
щоб почуватися добре

не так вже й багато, оскільки дослідники
вказують на те, що від чотирьох до

шість стосунків - це такий
собі оптимальний стан.

Тож, кожен з нас, маючи ці чотири -
шість позитивних стосунків,

знає, що його кохають,

і хтось піклується про
нас, тобто ми відчуваємо себе добре,

і ця потреба приналежності тут задовольняється.

І що далі?

Ще Марк Лірі висловлюється
на тему приналежності і

звертає увагу на те, що це є певний процес.

На одному кінці цього процесу знаходиться

максимальне залучення людей, саме до
тієї групи, до якої вони приналежать,

і це пов'язано з тими

100% задоволення
потреби в приналежності.

А на протилежному кінці цього процесу
приналежності знаходиться

максимальне відторгнення, тобто
ізоляція індивідів з групи.

І знову ж таки, ця потреба приналежності

абсолютно незадоволена.

А тепер просто залишаючись в темі
незадоволення і задоволення

потреби приналежності, варто
згадати про категорію дітей у школі,

яких виділила Дорота Екіерт-Грабовська.

І саме ця категоризація,
Екіерт-Грабовської базується на

приналежності, саме на
цій потребі приналежності,

яка або стовідсотково задоволена,
або просто залишається

в останньому випадку, у випадку

відторгнутих дітей, повністю
недосяжною для них.

Ця категоризація Дороти Екіерт-Грабовської

з'явилася у 1980-х
роках, але цікавим є те,

що вона і досі актуальна.

Тим не менш, дослідники, які зараз аналізують

тему стосунків учнів у класі,
постійно згадують про цю категорію.

Отже, прийнятні діти - це такі діти,

яких можна описати як соціометричну зірку.

Це діти, яких люблять у класі, які

прийняті усіма іншими, які, можна
сказати, концентрують на собі

увагу всього класу і є, такими
собі, лідерами в класі.

Це діти, які

також задовольняють потребу

приналежності майже на 100 відсотків.

Вони відчують, що знаходяться
в хорошому місці, що це їхнє місце,

що вони мають там свій простір і

відчують себе повністю
прийнятими групою.

Інша група - це діти середнього рівня
прийняття, які не відіграють головної ролі

у класі, вони не є лідерами, вони не
ведуть за собою весь клас,

але це діти, яких у класі сприймають
досить позитивно, яких люблять,

і тут треба сказати, що також ця

їхня потреба приналежати до групи
реалізується, задовольняється.

Діти з неврівноваженим статусом
- це ті, хто частині класу

подобається і приймається, тоді як решта
ставляться до них, скоріше, негативно.

Цих дітей тут не приймають, вони не вважаються

предметом особливого інтересу
у цій групі.

Тут також слід зазначити, що

потреба приналежності цих дітей більше
не задовольняється в повній мірі.

Треба сказати, що ці діти мають

переконання, що їхнє становище
в класі дуже нестабільне.

У них немає відчуття саме такої постійної,
хорошої соціальної позиції в класі.

Вони, так би мовити, приходять з певним
побоюванням: "Як сьогодні в школі,

як сьогоднішній урок вплине
на мене, краще чи гірше?"

Наступна категорія: ізольовані діти -

це діти, які не викликають

інтересу в інших учнів класу.

Вони мають статус дітей, до яких решта класу ставиться байдужо.

І це діти, які не можуть, саме через свою ізолюваність, навчитися

доречним, адекватним способам реагування у стосунках з іншими.

Тож, можна сказати, що це діти

вже наражені на саме цей процес ізоляції серед однолітків.

І остання категорія: це категорія

ізолюваних дітей, які вже ізолювані групою, класом.

Це діти, яких не люблять, не кохають.

З різних причин, чи то через те, що вони

відрізняється від інших, наприклад,

за зовнішнім виглядом, поведінкою чи іншими характеристиками.

А тепер переходимо до ізоляції.

Соціальна ізоляція спостерігається в різних сферах людського життя.

Саме у юридичній сфері обговорюється питання ізоляції,

у сфері освіти, цифрових технологій, про які я вже згадувала.

Також мова йде про реляційну ізоляцію.

І саме ця ізоляція серед однолітків

є різновидом реляційної ізоляції,

яку також називають

булінгом або мобінгом у стосунках.

І тепер ця ізоляція серед однолітків, яка, як

соціальна ізоляція, стосується всієї соціальної структури і звичайно, великих груп,

можна сказати, що ми ізолювані від суспільства,

але ми також ізолювані від деяких інших груп, наприклад, з професійної групи,

тоді як ізоляція серед однолітків

має свою специфіку, оскільки стосується

класу, тобто невеликої соціальної групи, якою є клас.

Ізоляція серед однолітків, очевидно, передбачає певну форму насильства, тобто мобінгу,

про який говорить Ден Олвеус, а саме є різновидом агресії, різновидом насильства.

Олвеус описує мобінг як

ситуацію, в якій жертва

протягом тривалого часу піддається

негативним діям з боку іншої особи або групи осіб.

І ця ситуація якраз пов'язана,

у нашому випадку, з

ізоляцією себе, ізоляцією однолітками,

насамперед у класі, але також у ширшому просторі, яким є школа.

Тож, якщо ми говоримо про ізоляцію серед однолітків,

саме про реляційний булінг, тоді мають бути дотримані три умови.

Це має бути повторювана дія, це має бути навмисна дія і це має бути

дисбаланс сил між кривдником та жертвою.

І цей дисбаланс сил не обов'язково стосується фізичної сили, але

це може бути психічна сила, якась психічна перевага.

Коли мова йде про
реляційний булінг, то він
проявлятиметься саме у
ізоляції когось від групи,
ігноруванні особи, віддаленню саме тоді, коли ця особа
наближається до нашої групи, а також у
маніпулюванні іншими особами.

Це один з найскладніших видів мобінгу,
який можуть зауважити як вчителі,

так і батьки.

Тому що фізичні або вербальні дії,
безумовно, легше зауважити.

Ми бачимо синці, садна,
розірваний одяг або

як викладачі, ми іноді чуємо,
що хтось до когось погано ставиться,

обзивається

або надає образливі

призвиська. З іншого боку, на жаль,

ми не в змозі виявити з першого погляду

маніпулювання класом.

Це дуже складне завдання,

але, це не значить, що воно неможливе.

Слід сказати про ізоляцію серед однолітків,

тому що поряд із словесним булінгом, це
одна з найпоширеніших форм

насильства,
яку застосовують учні.

Просто вчителям та вихователям дуже важко це побачити,

але вона така ж образлива, як і
фізичний чи психологічний булінг.

І все частіше вона виступає
також у віртуальному просторі.

Це називається кібербулінг.

Кібербулінг проявляється, наприклад,

у формі ізоляції дітей з

груп у соціальних мережах або

також, з'являється у формі хейту,
або так званого кіберсталкінгу.

Які причини ізоляції
дітей іншими дітьми в класі?

Дослідження показують, що найчастіше
це інтелектуальна неповносправність,

рідше

йдеться про порушення
мобільності, але це теж присутнє.

Ми також можемо зіткнутися з
ізоляцією дітей, які мають

порушення слуху, зору або
хронічні захворювання.

Але є й інші фактори, які набагато
частіше проявляються у школах,

і не є інклюзивними або
проявляються в неінтегрованих класах.

Тут, думаю, найчастіше ми
будемо зустрічати такі

фактори, що спричиняють неприязливе

ставлення дітей та молоді
до своїх однолітків.

Перш за все, це буде несхожість,

що є наслідком особливих
освітніх потреб, наприклад,

дислексії, дисграфії або якісь
виняткових учнівських досягнень.

Далі буде різниця, яка обумовлена
фізіологічними особливостями дитини.

Це можуть бути окуляри, високий зріст,

низький зріст, ожиріння або якісь інші

особливості нашої зовнішності,
які деь викличуть

зацікавленість однолітків і будуть вважатися
дивними, інакшими, відмінними від інших.

Інша річ - різниця, яка впливає з нашого
походження, з того, що ми походимо

з іншої культури, з іншої країни,
у нас інша національність.

Також матеріальна ситуація

іноді є
таким додатковим фактором,

скрутне матеріальне
становище особи, яка ізолюється,

також може бути причиною ізоляції.

І останній момент - це поведінка
дитини, яка не сприймається класом,

і несумісна з його нормами, прийнятими у цьому класі.

Які причини ізоляції?

Інститутом освітніх досліджень у 2013 році

були проведені

цікаві дослідження.

Це були дослідження, проведені в середніх

школах, і тут висловлювалися,
зокрема, однолітки,

учні говорили про причини, через які інших
учнів іноді ізолюють.

Перш за все, вказувалося на інакшість,

відмінність від усіх
інших. Інша зовнішність,

також це були особисті умови, за яких

особи були ізолювані, а також
такі риси характеру

ізолюваної особи, як надмірний
спокій, надмірна чутливість до

зачіпання, такі
словесні зачіпання.

Хтось є

занадто тихий, занадто замкнутий у цих
стосунках, або навпаки, надмірно

балакучий.

Тобто діти не дуже сприймають
осіб, які занадто багато говорять,

тому що вони не
слухають, що говорять інші.

А ще діти не сприймають надмірну стриманість,

і це були основні аргументи,
які були наведені.

Крім того, діти підкреслювали слабкі

соціальні навички ізолюваних дітей, невміння
якось знайти свій місце у групі,

вступати у стосунки,
налагоджувати зв'язки з іншими.

Відсутність акаунта на Facebook також
була причиною, через яку особа була ізолювана.

Відсутність можливості
брати участь у житті класу.

Зрештою, ми також знаємо, що іноді це
робиться з матеріальних міркувань,

матеріальне становище, в якому
перебуває сім'я, не завжди дає можливість брати участь у житті класу,

в кожному
випадку, на однаковому рівні.

А також інше відношення до навчання, ніж, зазвичай, панує
в класі.

Якщо у класі є група осіб,
які дуже добре навчаються,

і раптом з'являється особа, яка
не належить до цієї групи, її теж

можуть вважати таким собі вигнанцем.

Ще одне питання, яке було підняте у

рамках цього дослідження, проведеного

Інститутом освітніх досліджень,
це поведінка, за допомогою якої одні учні ізолюють інших,

більш складна або менш складна, що

використовується дітьми.

Це більш складна

поведінка, яку ми можемо описати
як реляційну ізоляцію.

Тобто відбувалося ігнорування,
оминання у розмові,

обзивання та образи, не
запрошення на певні заходи,

спільні поїздки, спільні прогулянки, а також
відбиття охоти до спільних екскурсій з класом.

Це вже, можна сказати,
віроломний вчинок, адже

дитина не лише ізольована з самої
поїздки і не бере участі у

подіях під час екскурсії, а ще
пізніше, після повернення, правда

це має ефект, тому що діти згадують

події, які мали місце

під час екскурсії, і ця особа і далі ізолюється,

тобто це така постійна ізоляція.

І дії менш складні,

пов'язані з фізичним
контактом, тобто штовхання, тикання,

знищення, приховування речей

дитини, в тому числі

образи, написані десь на стінах,

наприклад, у школі чи на дошці
і ізоляція в Інтернет-спільноті, наприклад,

на Фейсбуці.

Яких дітей найчастіше ізолюють?

Дослідження показують, що найчастіше ізолюють дітей із сімей з авторитарним стилем виховання, тобто з таким стилем, де батьки домінують.

Дитина не є суб'єктом виховання, а радше розглядається як об'єкт виховання.

Тут важливі рішення і те, що говорять батьки,

тоді як між дитиною та батьками немає комунікації, немає обміну позиціями.

Найчастіше ізолюють осіб, які фізично сильні, зацікавлені в насильстві, іноді також поведуться агресивно по відношенню до однокласників, але також і до дорослих.

Вони виявляють потребу домінувати та мають досить високу думку про себе.

Якщо йдеться про популярність цих осіб у класі, то це люди, які часто є середньостатистичними за популярністю,

вони не є соціометричними зірками, і їх оточує невелика група

однокласників, яких описують як співучасників,

і це люди, які допомагають ізоляції таким пасивним чином.

І часто це саме такі різноманітні люди

оскільки також там можуть бути люди, які

є заляканими, або якимось не зовсім впевненими в собі.

Кого найчастіше ізолюють?

Однією з таких умов є низький соціально-економічний статус.

Ізолюються вразливі, незахищені особи,

дуже делікатні, іноді надмірно реагуючі,
можливо, плачем, які замикаються в собі

в таких конфліктних ситуаціях, говорячи простіше,
не здатні боротися за своє.

Це також
особи, які мають низьку

самооцінку, вважають себе непривабливими.

Це особи, які мають близькі стосунки
з батьками, і це часто сприймається

вчителями саме як надмірна опіка,

яку також спостерігають однокласники.

Це так звані

пасивні жертви.

З іншого боку, ми також маємо
справу з провокуючими жертвами.

Це, в свою чергу, люди, які мають проблеми

з утриманням концентрації
під час уроків, непосидючі,

які заважають на уроках, порушують роботу класу.

Вони створюють навколо себе
таку атмосферу напруги.

І Ден Олвеус дає нам такі поради, на
які варто звернути увагу,

ознайомитися з ними і поміркувати як
батьки, а також як вчителі, чи

у нашому класному середовищі,
якщо ми говоримо про вчителів або

саме наша дитина іноді
не є жертвою мобінгу.

Що стосується цих порад для

вчителів, саме Олвеус вказує
на те, що ті діти, які є

жертвами ізоляції,
стають жертвами мобінгу,

це діти, яких дражнять, соромлять,

це діти, яких зачіпають,

штовхають, вони часто просто
намагаються кудись втекти під час

таких проблемних ситуацій з однокласниками.

Це діти, які плачуть частіше за
інших, в тому числі саме в бійках.

Це діти, у яких однокласники
забирають гроші, речі.

Часто це діти, які самотні, не

мають навколо себе вже
навіть не друзів, а однокласників.

Вони ізольовані від решти класу,

не обираються іншими для гри,

вони нервуються, коли висловлюються в класі,
тому що це завжди може викликати

сором чи
глузування з боку класу.

Це сумні діти, і в кінцевому
підсумку, їм стає все гірше і гірше,

оцінки у школі

демонструють таку, досить
сильну, неприязнь до школи.

У свою чергу, з точки зору
батьків, якщо у нас є дитина, яка

повертається в подертому одязі,

забрудненому, пошкодженому,
зі знищеними речами,

має якісь ознаки фізичного насильства, тоді варто
звернути увагу, оскільки це можуть

бути симптоми того,

що щось не так, коли йдеться
про відношення у класі.

Це діти, яких не відвідують

однокласники, вони не проводять час з друзями

на свіжому повітрі у спільних іграх, їх
не запрошують на жодні спільні заходи.

Вони часто бояться ходити до школи, і це

проявляється такими
фізіологічними способами, наприклад,

біллю в животі.

Вони ходять пішки і повертаються
до школи часто довшою

дорогою, щоб не зустрічатися з
особами, яких вважають кривдниками.

Це діти, які мають проблеми зі сном,

сумні, нещасні, які часто просять
у батьків гроші або ті гроші

вони просять для того,
щоб задовольнити кривдника.

Далі Ольвеус вказує на риси, які
часто притаманні саме винуватцям мобінгу.

За його словами, це особи, які

власне, швидко дратуються,
переслідують інших, висміюють, штовхають.

Тож, фізичний контакт тут присутній.

Часто це фізично сильні особи або
більш фізично підготовлені.

У них є потреба домінувати
над кимось або над цілою групою.

Вони із задоволенням використовують погрози,

маніпулюють та обманюють,
в тому числі й дорослих.

Це імпульсивні
особи, які мають

труднощі з адаптацією до норм, прийнятих у групі.

Це особи агресивні по відношенню
до дорослих, саме неслухняні,

вони не мають співчуття до
інших, не є емпатичними,

потрапляють в погану компанію.

Що стосується їхньої популярності в класі,

то часто це особи, які
подобаються на початку,

тоді як чим ближче до закінчення школи,

тим більше зникає ця симпатія до них з боку
оточуючих.

Що стосується оцінки, то тут все схоже.

Спочатку вони досить добре вчаться,

тоді як у старших класах ці
оцінки, як правило, слабші.

Які наслідки має ізоляція однолітків?

Звичайно, ізоляція дитини.

Дитина приречена на
самотність у такому класі.

Вона не здатна навчитися таким

позитивним стосункам з іншими людьми.

Вона не здатна вчитися

розвивати просоціальні
компетенції. Не знає до кінця, як

поступати з іншими, реагувати
на стосунки з іншою людиною,

тому що вона весь час ізольована.

Така дитина має занижену самооцінку,

іноді виступає у цьому процесі

у ролі жертви.

Вона неохоче йде до школи, у неї

знижується інтерес до навчання в цілому,

що також проявляється у
дедалі гірших оцінках.

Ще один ризик, який може виникнути з такою дитиною,

це залучення до злочинних угруповань,

і це часто пов'язане зі зловживанням

психоактивними речовинами або з
вживанням психоактивних речовин.

Депресія, це
теж можливий результат,

а іноді й спроби самоушкодження.

Хто може протидіяти ізоляції
серед однолітків?

Дослідження показують, що тут необхідно
говорити про співпрацю всього середовища навколо

учня, якого ізолюють, тобто
шкільного та батьківського середовища.

Що ми можемо зробити для
боротьби з ізоляцією серед однолітків

з точки зору школи, з точки
зору керівництва школи?

Звичайно, на вербальне, фізичне та

психологічне насильство
завжди потрібно реагувати.

Важливо розмовляти з
учнями за допомогою

власноручного проведення різних освітніх
заходів, бесід, майстер-класів.

Важливо говорити з батьками
і саме, з усіма батьками.

Звісно, з батьками жертв,

батьками кривдників, а також інших учнів,

тому інші учні,
ті, які не беруть участі у мобінгу

у класі, вони можуть зробити
багато корисного, щоб просто витягнути

цю ізольовану дитину із складної для неї ситуації.

Звичайно, вчителі повинні здобувати освіту

у питаннях на тему ізоляції за допомогою
майстер-класів та розмов.

Належить залучати практично всіх

шкільних працівників до протидії ізоляції.

Ми добре розуміємо, що школа - це не лише вчителі та шкільний персонал,

не тільки вчителі.

Є адміністративний персонал, технічний персонал, який

також спостерігає за учнями в різних ситуаціях і у різних місцях.

І їм теж варто бути чутливими до

такого типу ситуацій і звертатися до керівництва школи або до

вихователів, якщо вони спостерігали такі неприємні ситуації.

Далі необхідно буде розробити певні документи, шкільні процедури, дії

проти саме такої ізоляції серед однолітків.

Це покаже таку формальну сторону

дій школи

проти саме такої ізоляції серед однолітків.

Також варто створити якусь команду, яка

реагуватиме та виконуватиме процедури у проблемних ситуаціях.

Це також може бути будь-який осередок, в якому

буде особа, шкільний психолог або будь-який інший

співробітник, до якого будуть звертатися учні

у проблемних ситуаціях,

тому що ми часто знаємо, що вчитель - це

не перший контакт, до якого звертається дитина,

щоб розповісти про свої проблеми.

Але стороння особа, не

залучена до життя класу, може бути, у такій ситуації, певним рішенням.

І, звичайно, інформаційна кампанія для

учнів про те, як розповідати про такі свої проблеми,

куди
звертатися, і як школа буде

допомагати у вирішенні такої ситуації.

Як ми, вчителі, можемо
протидіяти ізоляції?

Перш за все, спостерігайте
за своїм класом.

Необхідно

точно діагностувати соціометричну
структуру класу за допомогою різних типів

соціометричних тестів, які
допомагають таким спостереженням.

Слід подбати про інтеграцію класу,
залучаючи його до спільної діяльності.

Також варто впроваджувати
уроки, які

полягають у зображенні
ситуації саме зі сторони ізольованих осіб.

Часто це можна зробити за допомогою
класних сцен, відеороликів, знятих дітьми,

згодом їх можна відтворити під час виховавчої години.

Далі необхідно організувати бесіди
з учнями на тему ізоляції

і вислухати,
що скажуть учні.

Не просто надавати їм цю
інформацію, а поговорити з ними.

Також поговорити з батьками,
звісно, з усіма батьками.

Будьте емпатичними

і не відвертайтеся, не робіть вигляд, що чогось немає, бо це буде проблематично для

нас саме як вчителів, бо з цим треба буде щось робити.

Однак, варто подбати про те, щоб ці стосунки в класі були позитивними.

Варто залучати

учнів, у тому числі нейтральних, у складні ситуації, зокрема через розмови з

ними, іноді наодинці, а отже, окремо від кривдника, окремо від жертви,

поспілкуватися з нейтральними учнями та

заохотити їх робити те, що підтримує

ізолювану особу.

Засудження ізоляційної поведінки з боку вчителя.

Це також важливе питання,

про це потрібно говорити.

Що ми можемо зробити як батьки?

Звичайно, завжди реагувати на спроби наших дітей ізолювати інших.

Тобто, якщо наша дитина ігнорує когось, і ми бачимо таку поведінку, тоді

ми, звичайно, повинні звертати на це увагу. І навпаки,

якщо ми бачимо, що з нашими дітьми погано поводяться та

інші діти ізолюють їх, а

це здебільшого стосується дітей молодшого віку, початкових класів,

на це також потрібно реагувати.

Завжди надавайте підтримку

своїм дітям у їхніх проблемах з однолітками.

Ці проблеми також не можна недооцінювати,

мислючи в такому ключі, що у нас є

дорослі проблеми, у нас
є проблеми, пов'язані з

забезпеченням матеріального існування
всієї сім'ї, і це - головна проблема.

З іншого боку, твої шкільні проблеми
з подругою, з другом - це проблеми,

про які взагалі не варто говорити. Тож
про це варто говорити, і ви

повинні розмовляти, тому що це дає
дитині відчуття, що вона комусь цікава.

Це перший момент, коли
хтось хоче допомогти дитині.

Перш за все, батьки, сім'я - це

перший клапан нашої безпеки,
тут, перш за все, ми знаходимо

підтримку.

Батькам важливо розмовляти з вчителями,

якщо є конфліктні, проблемні ситуації,

які повторюються, дитина повинна
повідомити нам про те,

що існують деякі проблеми.

Розвивайте в дитині впевненість
у собі, заохочуйте її поглиблювати

свої інтереси, в яких дитина
буде відчувати себе комфортно.

Тобто, це не повинно бути
примусово чи нав'язано:

"ти маєш ходити на заняття, на ті чи інші заняття,

робити це та інше", але скоріше,

слухайте і спостерігайте за своєю дитиною
та помічайте, що у неї добре виходить.

І це, безумовно, додасть їй
впевненості в собі.

Що ми можемо зробити як
учні, як однокласники, які

спостерігають, що
когось ізолюють, що хтось є таким

"цапом-відбувайлом", що ми можемо сказати? Ну, звичайно,
не відвертатися від тих

проблем, а діяти сміливо,
тобто реагувати, звертати увагу

кривдників. Ми також ніколи
не повинні самі нікого ігнорувати.

Також варто протидіяти ізоляції
разом.

Якщо нам важко або не вистачає
сміливості постояти за себе

проти кривдника,
варто залучити однокласників.

Тоді, ясна річ, нам буде
трохи легше стати

разом проти однієї
особи або проти меншої групи

кривдників, які ізолюють або
погано поведуться з нашим однокласником.

Інша справа - заохочувати учнів

захищати слабких, у тому
числі, власним прикладом.

Також, ми повинні сигналізувати

вчителю, або команді, або

повідомити відповідальну особу у школі про
те, що в класі виникла така проблема.

Не наслідуйте кривдників або
лідерів, які заохочують до насильства.

Завжди будьте емпатичними,

а також з'ясовуйте причини, чому хтось
ізолюваний, і розмовляйте про них,

тому що іноді, як я вже казала, ця проблема

ізоляції може бути пов'язана з тим,

що дитина не повністю адаптувалася у

класі, не відчуває повною мірою культурних правил, які панують у класі.

Що ми можемо зробити, щоб

боротися з ізоляцією,
якщо ми самі теж ізольовані?

Звичайно, поговоріть з батьками,
поговоріть з вчителями або просто з

особами, делегованими школою для цього.

Розкажіть про свою ситуацію.

Знаходьте те, що вас цікавить,
що у вас добре виходить.

Шукайте контакту в класі з учнями,

які є нейтральними, намагайтеся
інтегруватися в якусь групу в класі.

Спробуйте поговорити з
учнями, які є

за межами цієї групи кривдників.
Варто шукати друзів за межами класу,

в іншому класі, за межами школи, а
також у різних позакласних гуртках,

в районі, де ви живете.

Намагайтеся, звичайно, максимально
дистанціюватися, хоча, звичайно, це

дуже складно у випадку особи,
дитини, яка є ізольованою.

Але, можливо, варто
зробити хоча б це зусилля.

Можливо, частково ця відстань

допоможе нам психологічно звільнитися
від цієї складної ситуації.

Ще одна річ, яку не варто змінювати

тільки тому, що іншим щось в нас не

подобається. Не
подобається наша зовнішність,

колір волосся, носіння окулярів
того чи іншого виду, стиль одягу.

Це не причини, через які ми
повинні пристосовуватися до групи.

Я думаю, що остаточним рішенням може
бути зміна класу або навіть школи.

Справедливості заради варто сказати,
що не варто мучатися,

якщо ситуація дуже складна, дуже
напружена, нам дуже погано, необхідно

поговорити з батьками про зміну саме
цього класу, а також про зміну школи.

Наостанок, кілька слів
про ізоляцію серед однолітків.

Варто сказати, що

реляційний булінг - це
ізоляція з групи, ігнорування когось.

Вона повинна мати повторюваний
характер по відношенню до цієї одної особи.

Це має бути навмисна
дія, і тут має бути

дисбаланс сил між кривдником і жертвою.

Особи, які найчастіше ізолюються - це

особи, які реагують надто чутливо.

Вони невпевнені в собі,
дратівливі та замкнуті.

Часто це люди, які не мають
друзів у класі чи школі.

Вони також вважають себе непривабливими,

мають низьку самооцінку
і не люблять насильства.

На противагу цьому, ті,
хто ізолює, найчастіше

є дітьми з сімей з авторитарним стилем

виховання, які отримують
задоволення від насильства,

агресивні, з потребою домінувати, а також

по відношенню до дорослих,
поводяться неналежним чином,

з точки зору їхнього віку
і, звичайно, їхньої ролі.

Реагувати на ізоляцію серед
однолітків потрібно завжди.

Перш за все, ми повинні проявляти емпатію

і розуміння ситуації, в
якій опинилася така дитина.

Важливо співпрацювати,
коли йдеться про шкільне середовище,

батьківське оточення, але перш
за все те, що варто сказати -

велика роль тут лежить на вчителях.

Це вчителі, які спостерігають за
дітьми по кілька годин на день

тиждень за тижнем, місяць за
місяцем і, можливо, рік за роком і

іноді, вони мають найбільше інформації про

те, кого найбільше люблять у класі,

хто є саме таким класним лідером,
а хто десь наприкінці рейтингу

серед однолітків, і просто
грають роль цапа-відбувайла.

Безумовно, тут

слід сказати, що ізоляція серед
однолітків не є новим явищем.

Це ситуація, яка вже була діагностована,
описана десятиліття тому.

І це певна правда, а також велику роль відіграє

досвід, який завдяки цьому

ми маємо як вчителі .

Тому що саме з нього ми можемо
почерпнути багато практичних

порад, які варто
застосувати у своїй виховавчій роботі

та викладанні.

Дуже вам дякую.

[Весела музика]