



## **ОСНОВНО УЧИЛИЩЕ “ХРИСТО БОТЕВ”- гр. РАКОВСКИ**

4150, гр.Раковски, ул. “Петър Богдан” № 48, 0884010340 – Директор;  
0884870308, 0885721440 – Зам.-директори УД; 0884768588 – Зам.-директор АСД и гл. счетоводител,  
тел. 03151/2108; e-mail: [oubotev@oubotev.bg](mailto:oubotev@oubotev.bg)

**УТВЪРДИЛ: .....**

Мария Домовчийска  
Директор  
на ОУ „Христо Ботев“  
гр. Раковски

# **УЧИЛИЩЕН МЕХАНИЗЪМ ЗА ПРЕВЕНЦИЯ И ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ НА УЧИЛИЩНИЯ ТОРМОЗ МЕЖДУ УЧЕНИЦИТЕ В ОУ „ХРИСТО БОТЕВ“ – ГР. РАКОВСКИ**

## **Учебна 2020/2021 година**

Приет с Решение на ПС взето с Протокол № 11/11.09.2020 г.

В съответствие с принципа за най-добрия интерес на детето, включващ както правата, така и отговорностите на децата, главната цел е намаляване на асоциалните прояви на малолетните и непълнолетните и подобряване на взаимоотношенията между децата. Залага се ограничаване на рисковото поведение сред учениците, чрез изграждане и поддържане на интегрирани, устойчиви и ефективни мерки и повишаване на съпричастността на ангажираните институции, организации и обществото като цяло.

Механизмът се основава на така наречения подход, насочен към цялото училище. При този подход всички в училище – деца, преподаватели и родители -- участват и полагат усилия за спиране на насилието и тормоза. В училище се въвеждат и утвърждават ясни ценности и правила на поведение, които не допускат прояви на насилие и агресия, и целенасочено се работи за изграждане на важни социални умения у децата. Успехът на програмата обаче е немислим без подкрепата и помощта на родителите, които са основни носители на морални ценности за децата.

Механизмът е изготвен след анонимно анкетиране на всички ученици от II до VII клас. Въз основа на получените данни от анкетата следва, че учениците от ОУ „Христо Ботев“ определят своето училище като училище с доброжелателна ученическа среда, където децата са склонни да съдействат за разрешаване на конфликтните ситуации или да потърсят помощ от класния ръководител, педагогическия съветник, ръководството или родител в случай на проявен към тях тормоз. Възприемат себе си като добронамерени и се самооценяват като доброжелателни спрямо другите. Дефинират тормоза, който понякога прилагат предимно като вербален. Често освен явното физическо и психическо насилие се дават и по-типични прояви на тормоз като спорове, присмех, обиди, използване на нецензурни думи, надменно поведение и т. н. Не отричат наличието на деца, които са склонни към агресивно поведение, но твърдят, че се взимат мерки срещу всеки ученик, който се опита да приложи някаква форма на тормоз към друг ученик. Определят педагогическият съветник, класните си ръководители и училищното ръководство като най-заинтересовани страни за редуциране и намаляване на училищния тормоз.

Анализът на резултатите от изследването показва, че при една част от изследваните ученици, въпреки че насилието е честа тема за дискусии, липсва реална представа както за формите на тормоз, така и за собственото поведение в училище. Често действителните прояви на децата се разминават с техните добри намерения, отбелязани в анкетата. При някои ученици липсата на самоконтрол и неспособността им да се справят с проблемните ситуации е поредното доказателство, че вместо да потърсят помощ от по-възрастните, учениците се предоверяват на себе си.

Като приоритет за справянето с училищния тормоз е необходимо да се задълбочи връзката между училището и родителите. Отчетени са случаи на липса на заинтересованост от страна на родителското тяло. Много от децата са поверени на своите баби и дядовци, защото родителите работят извън града. В голяма част от случаите по-възрастните баба и дядо не могат да упражнят необходимия контрол, като споменават, че децата не ги слушат, че самите те нямат респект пред внуците си. Друг проблем са незаинтересованите родители, които прехвърлят възпитанието на децата си като задължение предимно на училището. Факт е, че преподавателите очакват съдействие и помощ от страна на семейството и родителите в повечето случаи имат необходимата нагласа да помогнат, но не винаги се намират работещи форми на взаимодействие, които да дадат резултат в разрешаването на проблема за училищния тормоз. И учителите и родителите възприемат проблема сериозно, но често се оказват безпомощни в намиране на правилното решение, тъй като причините за агресивните прояви са вероятно много, а във всяка конкретна ситуация подходът е конкретен и индивидуален. Ето защо е сложно да бъдат премахнати причините за агресивните постъпки.

Проблемът може да бъде разрешен само тогава, когато има необходимата заинтересованост, дългосрочна планирана дейност и сериозно отношение от страна на цялото общество, медиите, институциите и държавата като цяло.

Приоритет трябва да бъде даден на системи за превенция и ранно предупреждение, които позволяват вземането на спешни мерки за малки инциденти и напрежение, които иначе биха се изродили в насилие конфликти;

При настъпването на насилствени инциденти, мерките трябва да бъдат гъвкави, за да се изяснят причините и да се намерят най-подходящите решения;

Медиацията е от решаващо значение в тези усилия и трябва да формира основата на всяка стратегия за партньорство;

Идеята за партньорство означава, че различните участници в цялостната дейност трябва да работят заедно и да се подкрепят взаимно. Различните нива на партньорство, разбира се, трябва да се определят и на базата на конкретни задачи.

#### **Интервенции на ниво училища**

- Администриране на въпросника, тип анонимна анкета за училищния тормоз
- Формиране на координационен комитет за превенция на тормоза
- Обучение на персонала
- Разработване на правила срещу тормоза, които обхващат във всички училища
- Разработване на координирана система за надзор по време на междучасията

#### **Интервенции на ниво класна стая**

- Редовни срещи в класната стая по въпросите за тормоза и отношенията между връстниците/съучениците
- Срещи в клас с родителите

## **Интервенции на индивидуално ниво**

- Индивидуални срещи с деца, които извършват тормоз
- Индивидуални срещи с деца, които са обект на тормоз
- Срещи с родители на деца извършители или жертви на тормоз

## **Дефиниция на насилието**

Насилието между деца в училище обхваща широк спектър от прояви. То е явление със сериозни размери и оставя дълготрайни последици върху психичното здраве и поведението както на децата, които търпят насилие, така и на онези, които го извършват. Последиците от насилието в училище са особено тежки и продължителни и силно привличат общественото внимание. Българската дума, която отговаря най-точно на явлението е „тормоз“ (“bullying”).

**Какво е насилие:** В България в официална употреба е дефиницията на насилието, дадена в § 1, т. 1, 2, 3, 4 и 5 на допълнителната разпоредба на Правилника за прилагане на Закона за закрила на детето. Две от определенията имат пряка връзка с насилието от деца върху деца, което е обект на настоящия механизъм.

**Физическо насилие** е „причиняване на телесна повреда, включително причиняване на болка или страдание без разстройство на здравето“.

**Психическо насилие** „са всички действия, които могат да имат вредно въздействие върху психичното здраве и развитие на детето като подценяване, подигравателно отношение, заплаха, дискриминация, отхвърляне или други форми на отрицателно отношение, както и неспособността на родителя, настойника и попечителя или на лицето, което полага грижи за детето, да осигури подходяща подкрепяща среда“.

Според чл. 7 ал. 1 и ал. 2 от Закона за закрила на детето всяко дете има право на закрила от насилие и всеки, на когото стане известно за дете, преживяло насилие, е длъжен да сигнализира органите по закрила.

Според Дан Олвеус, тормозът е форма на насилие, която се определя като сбор от съзнателни негативни постъпки, които са дълготрайни, насочени към един и същ ученик от страна на един ученик или група.

Ключови в разбирането за тормоза са следните характеристики на това поведение:

1. Злонамерена проява, която има за цел да нарани или унижи дете;
2. Извършва се от позиция на силата, като едната страна използва доминиращата си позиция за да нарани другата физически или психически, да я унизи или изолира от социалния живот;
3. Повтаря се многократно във времето, а не е еднократен и изолиран акт на агресия.

Тормозът може да обхваща много широк спектър от поведения. Тормозът може да се състои от преки нападения (удряне, заплаха или принуда, дразнене, подигравка, наричане с обидни прякори, сексуални забележки, откраждане или повреждане на лични вещи) или да бъде по-рафиниран, непряк (например разпространяване на слухове или насърчаване на другите да отхвърлят или изключат някого от приятелската среда).

## **Проявите на тормоз могат да бъдат разделени на следните основни групи:**

**Физически тормоз** - блъскане, щипане, разрушаване, удряне, нанасяне на болка, спъване, затваряне в някое помещение;

**Вербален тормоз** - подмятания, подигравки, унижение, заплахи, обиди;

**Психически тормоз** - подмятане, подиграване, закачане, омаловажаване, заплахи, изнудване, повреждане на имущество, кражба и хвърляне на вещи, заплашителни погледи, неприятелско следене;

**Социален тормоз** - избягване, игнориране, изключване от дейността, одумване и разпространение на зловни слухове, натиск върху другите да не влизат в приятелски отношения с децата, обект на тормоз, изолиране.

В много случаи социалният и психическият тормоз, като обидните думи и прякори, социалното изолиране и други се подценяват и считат за нормална част от процеса на социализация и израстване на децата, но това не е така. Психическият и социалният тормоз по-трудно могат да бъдат установени, тъй като те не са така видими, а и децата от своя страна нямат нагласата да споделят с възрастните за своите преживявания. Върху психиката на детето може да бъде нанесена сериозна травма и затова трябва да не го допускаме.

**Сексуален тормоз** - представлява всяка форма на нежелано словесно, несловесно или физическо поведение със сексуален характер, имащо за цел или водещо до нахърняване на достойнството на лицето, и по-специално създаване на смущаваща, враждебна, деградираща (принизяваща), унизителна или обидна обстановка. Включва измислянето на сексуализирани прякори или имена, коментари за външността на някой и подигравки със сексуално значение, неподходящо докосване, бележки и надписи със сексуално съдържание и т.н. до по-екстремни форми на нападение и насилие.

**Тормозът може да бъде и виртуален/ кибертормоз.** Бурното развитие на електронните комуникации през последните години доведе до нарастване на проявите на насилие, които се извършват чрез интернет или мобилен телефон. Тук спада разпространяването на:

- обидни, заплашителни и подигравателни текстови съобщения по мобилен телефон, електронна поща, Skype или Facebook;
- разпространяване на материали, които уронват достойнството на детето или го унижават;
- снимането на детето с мобилен телефон и свободното разпространяване на снимки или видео в интернет или други канали без негово съгласие, на слухове, клюки и заплахи в социалните мрежи, крадене на самоличност и др.

Един от признаците, че дете може би е жертва на кибертормоз е рязката смяна на настроението и поведението му при използване на интернет или получаване на обаждане по мобилен телефон - напр. детето става мълчаливо и боязливо.

Тормозът, независимо от това как се упражнява, е деструктивен и опасен вид насилие. Следователно усилията за справяне с насилието от деца над деца в училище трябва да бъдат насочени към всички проявления на това явление, а не само към неговите физически форми.

**Разпознаването на физическото насилие включва следните физически и поведенчески показатели:**

**Някои признаци, че едно дете е тормозено:**

- необясними наранявания;
- изгубени или унищожени дрехи, книги, електроника, или бижута;
- често главоболие или болки в стомаха, гадене или симулиране на заболяване;
- промени в навиците на хранене, като внезапно пропускане на хранене или склонност към преяждане.
- Децата може да се приберат у дома от училище, гладни, защото не ядат обяда например;
- трудно заспиване или чести кошмари;
- намаляването на оценките, загуба на интерес към училището или нежелание да ходят на училище;
- внезапна загуба на приятели или избягване на социални ситуации;
- чувство на безпомощност или понижено самочувствие;
- саморазрушително поведение, като бягане от дома, самонараняване, или разговори за самоубийство.
- Децата трябва да се научат да не пренебрегват проблемите и да търсят помощ.

**Признаци, че децата тормозят други лица са например:**

- когато често влизат във физическа или вербална битка;
- когато имат приятели, които тормозят другите;
- когато са все по-агресивни;
- когато се изпращат в кабинета на директора, или се наказват често;
- когато имат необяснимо как и откъде допълнителни пари или нови вещи;
- когато обвиняват другите за проблемите си;
- когато не поемат отговорност за своите действия;
- когато са високо конкурентни и се притесняват за своята репутация или популярност.

**Основни рискове в семейна среда, които водят до агресивно поведение от страна на децата:**

- липса на родителска обич, грижи и внимание;
- разпадане на брака;
- непълни семейства;
- „доведено“ семейство;
- алкохолизъм и наркомания сред родителите;
- ниско културно-образователно ниво на родителите;
- сексуално посегателство върху децата;
- егоцентрични родители;
- бисексуални родители;
- икономически проблеми в семейството;
- противоправно поведение на родителите;
- социален, правен и национален nihilизъм, предаван от родителите на децата

**Роли в ситуации на тормоз**

В ситуацията на тормоз могат да бъдат въввлечени много деца, като ролите могат да се разделят по следния начин:

**мъчител (агресор)** – инициатор и изпълнител, който кани другите да се присъединят, **лидер**, който измисля нови начини за издевателство;

**помощник на мъчителя** – помага с цел да получи одобрението на мъчителя, присъединява се към тормоза, когато вече е започнал;

**подкрепящ мъчителя** – винаги присъства, дори да не се намесва активно; присмива се на жертвата, окуражава мъчителя, приканва другите да се забавляват;

**защитник на жертвата** – опитва се да каже на другите да спрат, вика за помощ, защитава или насърчава жертвата;

**страничен наблюдател** – стои настрана, преструва се, че не забелязва, не взема страна и не прави нищо;

**жертвата** – обект на тормоза.

Резултатите от проучванията потвърждават, че последиците за децата, които са тормозени от своите съученици/връстници, са изключително сериозни, особено когато тормозът е продължителен. Много е вероятно при такива случаи самочувствието на тормозеното дете да бъде негативно повлияно, което от своя страна увеличава вероятността от проблеми с психичното здраве. Грубияните, които извършват тормоз, също са в риск. Тези деца са се научили да използват своята сила и агресия, за да контролират другите – поведение, което не е благоприятно за развиването на здрави отношения в настоящето или в бъдеще. Освен това резултатите показват, че децата, които упражняват тормоз, са по-склонни като възрастни да участват в криминални дейности или домашно насилие.

Тормозът между деца спада към насилието над дете и се третира с мерките на Закона за закрила на детето. Според чл. 7, ал. 1 и 2 от Закона за закрила на детето, всяко дете има право на закрила от насилие и всеки, на когото стане известно за дете, преживяло насилие, е длъжен да сигнализира органите по закрила.

## **Роля на учителите в борбата и превенцията на тормоза в училище**

Учителите могат да работят с учениците на ниво клас, за да разработят правила срещу тормоза. Необходимо е учителите да ангажират учениците в серия от ролеви игри, да изпълняват задачи, които учат децата на алтернативни методи на взаимодействие и прилагане на кооперативни дейности за обучение, за да се намали социалната изолация; учителите могат да работят и да се увеличи и надзора на възрастен на ключови места (като двора на училището или стола по време на обяд). Ролята на учителя е много важна, тъй като той/тя може да бъде първият, който да забележи признаците на тормоз и насилствено поведение и да реагира на него. Учителят трябва да може да изгради връзка с детето, да общува с детето, за да му има то доверие и да потърси помощ в стъпките на вземане на решение по отношение на трудна ситуация, както и да работи с учениците в решаването на конфликтите. Учителите могат да вземат под внимание тези начини за насърчаване на уважението, положителните отношения и реда, който помага за предотвратяване на тормоза в класната стая:

**1. Създаване на основни правила:** разработване на правила с учениците, така че те да определят свой собствен климат на уважение и отговорност; използвайте положителни условия - какво да правим, а не какво да не правим; подкрепяйте общоучилищните правила.

**2. Налагане на правилата:** бъдете модел за подражание и сами следвайте правилата. Покажете на учениците, че ги уважавате и ги насърчавате да бъдат успешни; направете своите очаквания ясни – карайте ги да представят своите искания по прост, директен и специфичен начин; награждавайте добро поведение, опитайте се да се утвърдите практики на добро поведение, които да се насърчават от четири до пет пъти повече в сравнение с всяка критика за един случай на лошо поведение; използвайте обратна връзка с учениците и избягвайте общественото порицание; помогнете на учениците да коригират поведението си и им дайте да разберат, че нарушаването на правилата има реални последици: "Знам, че можете да спрете [отрицателно действие] и да се върнете към [позитивни действия]. Ако решите да продължите, следва това [последница]."

### **Учениците и тяхната сила да се справят с тормоза и насилието в училище**

Агресията в децата се създава, те не се раждат такива. Няма единен фактор, който да поставя детето в риск да бъде тормозено или да тормози други. Тормозът може да се случи навсякъде - градове, предградия, или селски райони. Учениците трябва да се научат как да разпознават предупредителните знаци, че някой е засегнат от тормоз, или е тормозен или тормози други деца. Разпознаването на предупредителните знаци е важна първа стъпка при предприемането на действия срещу тормоза. Важно е да се говори с децата, които показват признаци на тормоз или тормозят други. Тези предупредителни знаци, също може да посочат и други проблеми, като депресия или злоупотреба с неразрешени вещества.

### **Включването на родителите в превенцията на тормоза и насилието в училище**

Авторитетното взаимодействие между възрастни и деца, включващо емоционално топъл климат и ясни правила, стои в основата на ефективния подход срещу тормоза. Този подход трябва по природа да бъде възприет от родители и настойници, тъй като те често са първите, които забелязват, че детето им се намира в затруднено положение. Училището трябва да работи сериозно върху преодоляването на всякакви потенциални пречки, например, когато причините за агресивното поведение се крият в самото семейство. Следователно за специалистите е изключително важно да комуникират с родители/настойници като партньори в обучението на децата, за да се отнасят помежду си с уважение, загриженост и подкрепа. Училищата, родителите/настойниците и общността са в много по-благоприятна позиция за противодействие на тормоза, ако съумяват да работят конструктивно заедно по един отговорен начин в името на интереса на децата, които са поверени на техните грижи.

Персоналът на училището може да направи много, за да се предотврати тормоза и да се предпазят учениците, но те не могат да го направят сами. Родителите и самите млади хора също имат своята роля в предотвратяването на тормоза в училище. Един механизъм за ангажиране на родителите и младежите е комисия за безопасност на училището, което може да обедини общността, заедно, активно и целенасочено да работи по превенцията на тормоза в училище. Когато родителите и младежите участват в решенията, учениците се чувстват в безопасност и могат да се съсредоточат върху обучението; родителите се тревожат по-малко; учители и персонал могат да се съсредоточат върху работата си; училището може да се разработи по-адекватни и отзивчиви решения, защото учениците е по-вероятно да видят или чуят за тормоз от възрастните и да го споделят с близки хора, а не учители; училищният климат се подобрява, защото учениците са ангажирани в предприемането на действия, за да спрат тормоза. Родителите също така е и по-вероятно да разпознаят признаците, че детето е било обект на тормоз или тормози други. Освен това родителите могат да допринесат за положителен климат в училище чрез сдружения с учители, доброволческата дейност, както и с работа за подобряване на училищните събития.

Включването на родителите е важна част от реализирането на цялостната политика и важно условие за нейната ефективност. Съгласно училищните политики родителите се привличат като партньори в дейностите по превенция и интервенция. Партньорството е родителите за съдействие по превенция на насилието и тормоза може да се осъществява чрез:

- Провеждане на тематична родителска среща, в която учителите да запознаят родителите с цялостната политика, да им се представят основните моменти в механизма и да се дискутира тяхната готовност да участват.

- Покана към родители, които да се включат, като представят своите професии, хобита, интереси, така че да направят видима връзката между образованието и приложението му в живота.

• Идентифициране на родители, които могат да бъдат посредници за осъществяване на връзка между детската градина, училището, центъра за подкрепа за личностно развитие, специализираното обслужващо звено и други организации и институции. Родителското съдействие може да има различни измерения, като: родители - специалисти от областта на помагащите професии (психолози, социални работници, медиатори, лекари) или други професии, които могат да бъдат полезни и с чиято помощ могат да се реализират училищни инициативи о родители, изявили желание да се включат в групи за придружаване на определени групи деца по пътя от дома до детската градина, училището, центъра за подкрепа за личностно развитие, специализираното обслужващо звено и обратно родители, изявили желание да бъдат посредници между детската градина, училището, центъра за подкрепа за личностно развитие, специализираното обслужващо звено и родителите или други организации и институции, когато това се налага.

**Да се работи конструктивно с родителите.** Учителите често трябва да работят с родителите над случаи на тормоз, или защото родителите на побойник трябва да направят оценка на ситуацията и искат да помогнат, или защото родителите искат помощ от училището, защото детето им е обект на тормоз. Често е необходима съдържаност в процеса на интервюиране на родителите и в двата типа ситуации. Лесно е вината да се прехвърли само върху побойника, но по-мъдро е разбира се учителите да споделят загрижеността си, и за побойника и за жертвата и да се пецени как поведението на сина или дъщерята дспринася за конкретния случай. Все пак, ако учителите се срещнат с отказ или цинизъм, училището трябва да предприеме много решителни действия. С родителите на жертвата, опасността е, че ще се реагира на разбираемия гняв на родителя по един по-защитен начин, създавайки впечатлението, че репутацията на училището е по-важна, отколкото детското благосъстояние. Ако по време на срещата акцентът може да бъде върху училищната анти-тормоз политика, за чието създаване и прилагане са помогнали родителите и върху това как тя може да бъде изпълнена за доброто на училището и за доброто на детето, вие вървите по един и същи път към разрешаване на проблема заедно.

**Партньорството с родителите в случаи на интервенция:** във всички случаи е необходимо родителите на участващите в ситуацията на насилие или тормоз деца да бъдат уведомени за случилото се, както и за предприетите от институцията действия за разрешаване на ситуацията. Насоки към учителя за разговор с родителите:

- Добре е разговорът да бъде започнат със силните страни на децата и след това да се представи ситуацията. Това ще помогне за свалянето на напрежението още в началото.
- Добре е останалите родители от групата/класа също да бъдат информирани за ситуацията и предприетите действия с цел изясняване на неизвестните и сваляне на напрежението. По този начин се ограничават различни интерпретации и спекулации поради непознаване на ситуацията. Родителите трябва да бъдат информирани, че критиките, обидите и negliжирането на другото дете или деца от тяхна страна са недопустими и само ще задълбочат конфликта.
- Разговорът трябва да бъде проведен на подходящо място, в партньорски взаимоотношения, като се остави отворено пространство за споделяне на техните опасения и гледни точки; от разговора могат да бъдат изведени конкретни договорености - кой какво може да предприеме и какво се очаква като резултат. Конструктивно е учителят да дава конкретни препоръки на родителите какво биха могли да направят и да обсъжда дали това е според възможностите им. По преценка, учителят може да насочи родителите за консултация с педагогическия съветник или с училищния психолог, или с други специалисти при необходимост.

#### **КАК ДА СЕ СПРАВИМ С УЧИЛИЩНИЯ ТОРМОЗ?**

Всички трябва да се справят по подходящ начин с инцидентите на тормоз. Важно е да се признае, че инцидентите на тормоз, често се различават значително по тежест и сериозност. Никой не трябва да се пренебрегва, но трябва да се диференцират "по-леки", напр. случайно необмислено дразнене, за което неформален разговор често е достатъчен, от "най-тежки", например непрекъснат тормоз със заплахи и физическо нараняване, за които са необходими формални процедури. Те обикновено включват интервюта с извършителите и техните родители, възможни наказания за непокорните хулигани, и, в някои обстоятелства, действията на полицията и/или използването на общността, конференции, на които всички заинтересовани страни, включително и на родителите, могат да присъстват.

**Да се осигури помощ за учениците, които са били жертва на тормоз в училище.** Когато е възможно, на жертвите трябва да се помага за решаване на проблема сами. Когато това се случи се стига до рязко повишаване на самочувствието на човека, който е бил жертва. Учителите трябва да идентифицират децата, чието поведение е толкова провокативен, че да инициира тормоз. Те трябва да правят преценка дали жертвите могат разумно да преодолеят проблема си, като се има предвид ситуацията и капацитета им за преодоляване на конфликти. Нещо повече от морална подкрепа, макар че тя може да бъде много ценна, може да е необходимо. Извършителите може да се наложи да се сблъскат с училищните власти.

#### **Мерки, които са доказали своя успех в борбата с тормоза в училище :**

**Кутии срещу тормоз.** Децата могат да пишат анонимно за своите притеснения и да ги пускат в кутията.

**Съдилища срещу тормоз.** Тази идея продължава да е противоречив, но се среща с успех в някои прогресивни училища. Младите хора участват при формирането на училищните правила срещу тормоза и при вземането на решения за наказание, когато правилата са нарушени. За да може да работи тази идея обаче, възрастните трябва да играят активна и водеща роля за защита на благосъстоянието на всички млади хора, които участват.

**Медиация.** Някои училища са въвели схеми, където двете страни в един конфликт се съгласяват, че трето лице, което може да бъде или възрастен или друг млад човек, помага да се преговаря за решение. Това е полезно в много ситуации, особено там, където не е твърде голям дисбаланс на властта между участниците.

Консултиране с връстници. Много средни училища са използвали бивши ученици като партньорски съветници. Добро обучение и непрекъснатата подкрепа, са от жизненоважно значение, за да могат тези млади доброволци да бъдат в състояние да помагат на жертвите, които може да се сблъскват със сериозен емоционален и психически стрес.

**Беседи, лекции, ролеви игри, групова работа, дискусии, решаване на казуси** с учениците в час на класа, в часовете по Гражданско и здравно образование с цел превенция.

Организиране на **Ден на розовата фланелка**- Ден против насилието.

Участие на учениците в **доброволчески инициативи**.

## **СФОРМИРАНЕ НА УЧИЛИЩНА КОМИСИЯ ЗА ПРЕВЕНЦИЯ И КОРДИНАЦИОНЕН СЪВЕТ ЗА ПРЕВЕНЦИЯ И ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ НА ТОРМОЗА**

На ниво училище е сформирана комисия от учители, родители и ученици, които да противодействат на училищното насилие. Много от учениците в действителност отговарят искрено на покана да участват в такава дейност. Те обикновено са много по-добре информирани за случващото се между учениците, отколкото са членовете на персонала. Всъщност, учениците е много по-вероятно да се обърнат за помощ към такива комисии, и в някои случаи те са по-ефективни в решаването на техните проблеми. Учениците и родителите също могат да бъдат включени в тези комисии, защото често с готовност участват в разработване и използване на партньорски умения за посредничество, които могат да променят духа на училището, в което се провежда политика срещу тормоза. Накрая членовете на комисията могат да осигурят така необходимата връзка между преподаватели и ученици в изпълнението на училищна политика срещу тормоза. При създаване на такава комисия следва (а) да се включат представители от различните учебни години и да се следи за баланс между половете, (б) да се разглежда внимателно въпроса дали комисията може безопасно да включи ученици, които са били хулигани в миналото (това може да бъде много полезно, като се има предвид, че някои хулигани имат последователи) (в) да се предостави на учителите възможност за управление, което е демократично и не по-директива (г) да се взимат под внимание всички предложения, но да се насърчават тези, които са про-социални, не отмъстителни. Примери могат да бъдат: член на комисията говори срещу тормоза по време на училищно събрание; образува се група, която да посреща нови ученици, проектиране на анти-тормоз плакати; (д) да съветва персонала по проблемите, в момента, в който възникват и да действа като посредник между персонал и ученици, по въпросите на тормоза.

Може да се проведе обучение на учители и друг училищен персонал и да насърчава поведение на персонала, което може да има положителен ефект върху междуличностните отношения на учениците. Това включва (а) лично моделиране на просоциално, уважително поведение и избягване на неправомерен натиск или тормоз на учениците, (б) внимателно наблюдение на поведение на учениците в клас и по време на междучасие и прекратяване на тормоз, когато това се наблюдава (в) да са отворени за студенти, които се нуждаят от подкрепа, когато те са жертва на тормоз, (г) предаване на други членове на персонала на съответната информация за инциденти на тормоз и планиране съвместно за справяне със ситуацията.

### **Практически съвети за учители:**

1. *Планирайте и ясно заявете последиците* - ефективна стратегия за училищата, за да се намали тормоза е да имат политика, която очертава как учителите и училищния персонал реагират на въпроса за тормоза в класната стая и как се разглеждат инцидентите, след като са се случили. Всички ученици трябва да са наясно с последиците от тормоз.

2. *Предпазна честност* - студентите се чувстват сигурни когато съобщават за случаи на тормоз, когато учители, администратори, както и друг персонал в училище зачита анонимността на жертвата и/или на учениците, които са съобщили за случая.

3. *Създайте политика срещу тормоза* - ефективна стратегия за намаляване на тормоза е да се създаде цялостна училищна политика, която определя какво е тормоз, очертава как учителите и училищния персонал трябва да разглеждат въпроса за тормоза в класната стая, и очертава начина на реакция при инциденти. Всички ученици трябва да са наясно с последиците от тормоз. Училищна политика трябва ясно да определят всички форми на тормоз.

4. *Включване и дискусия* – нужно е да се включват всички членове на училищната общност, включително ученици, родители, учители и непедагогическия персонал във формирането на политика срещу тормоз. Следва да се предостави набор от възможности за ученици да говорят за тормоза.

5. *Приемане на ефективни стратегии*. Ефективните стратегии включват:

5.1. *Подход на не обвиненията*: техника стъпка по стъпка, която позволява ранна намеса, защото не изисква доказаване на виновен. Група от млади хора, която включва странични наблюдатели, както и хулигани, е наясно със страданието на жертвата и се предлага решения. Този подход е особено полезен в работата с групов тормоз и наричането с прякори.

5.2. *Взаимна подкрепа на усилията*: Мобилизирайте ученици, за да заемат позиция срещу поведението на тормоз.

5.3. *Време на дискусии*: съберете заедно ученици, учители и училищни специалисти за решаване на проблема на тормоз, да изследват ефекта на тормоз върху училищната атмосфера и да предложат решения, когато възникнат проблеми.

6. *Дайте власт на учениците* – нужно е да се мобилизира масата на учениците, които не са нито жертви, нито хулигани, за да предприемат действия срещу тормоза. Учениците могат да предприемат действия по много различни начини: като отказват да наблюдават тормоз, като докладват за инциденти, като инициират

стратегии за разрешаване на конфликти, като използват отвличане на вниманието или с побойника или с жертвата.

7. Разработване на стратегии в клас - учителите могат да работят с учениците на ниво клас, за да разработят правила срещу тормоза. Участват ученици в серия ролеви упражнения и свързаните с тях задачи, като учат хулиганите на алтернативни методи на взаимодействие, прилагане на кооперативните дейности за обучение, за да се намали социалната изолация, и да се увеличи надзора на възрастен на ключови места (като междучасие или стол).

#### **Практически съвети за ученици**

1. *Разпознайте хулигана* – важно е за учениците да знаят с кого си имат работа.

2. *Говорете с хулигана* - когато някой грубиян плаши, той/тя разчита на факта, че жертвата няма да каже или направи нещо, за да се справи с неговите атаки. Ето защо, учудете побойника като му кажете какво ще му се случи, ако поведението му продължава; това е първата стъпка, за да го спрете.

3. *Предприемете действия* - тормозът спира, само когато се предприемат действия! Пренебрегването на това, като се опитвате да "живеете с него" само ще направи нещата по-лоши. След като хулигана е бил информиран от жертвата за намеренията си, ако поведението продължава, то е време планът да влезе в действие!

4. *Потърсете помощ* - най-трудното решение на жертвата е да се обърне за помощ. Но това е най-доброто решение от всички, тъй като е началото на края за побойника. Хулиганите обикновено избират за жертва хора, които изглеждат по-слаби, от тях самите. Те получават властта си чрез сплашване и чрез факта, че жертвите няма да отвърнат на удара, защото са под заплаха. Докато получаването на помощ от страна на жертвата е светлината в края на тунела, това също е и ясно изявление от страна на жертвата. Тя дава съобщение на побойника. Тя казва: "Аз няма да търпя тормоза и ще отвърна на удара!"

5. *Вземете властта от побойника*. Научете се как да отвърнете на удара - използвайте помощта на вашите родители, учители, съветници, приятели.

6. *Научете побойника как се поправи* – помогнете му да развива положителни отношения с връстниците си. Често хулиганите са хора с много ниско самочувствие. Те нямат доверие в своите способности. Имат лоши социални умения. Помогнете им да създадат добри приятелства.

#### **Практически съвети за родители:**

1. Научете детето ви да бъде уверено и да има уверено поведение. Истинската първа линия на защита срещу грубияните е самочувствието.

2. Обяснете, че тормозът има лоши последици за хулиганите.

3. Попитайте децата си, как връстници им се отнасят към тях. Децата често се срамуват да повдигнат темата. Родителите трябва да го направят.

4. Запишете детето си в група, където децата да се учат и практикуват умения в различни ситуации.

5. Изградете модел на добри отношения у дома. Помогнете на братята и сестрите да се разбират.

6. Увеличете социалните възможности на всички деца, но най-вече, на тези станали жертва. Поканете други деца, както и групи от деца в къщи. Насърчавайте преспиванията на друго място. Това е вашата работа, родителите са социални инженери.

7. Запишете детето си в класове или групи, където се развиват компетенции, които са оценени от другите си. Дори децата, които не обичат спортове, може да харесат карате, таекуондо, и други подобни дейности.

8. Изгасете телевизора: много програми подсилват идеята, че агресията е единственият начин да се справиш с конфликтите.

9. Емпатията помага. Внушете на детето си какво е чувството, което изпитва жертвата на тормоз.

10. Помогнете на детето си да формира набор от интелигентни словесни отговори, които да се използват в случай вербален тормоз от връстници.

11. Уверете се, че децата в групи имат много неща за вършене. Предоставяйте игрови материали. Купете футболна топка. Нарисувайте модел на дама или друга игра на тротоара. Тормозът процъфтява, когато децата са заедно и нямат какво друго да правят.

12. Не учете детето непременно да отвърне на удара. Борбата обратно е най-тежката защита. В повечето случаи, децата станали жертва наистина са по-слаби и по-малки от побойника и по този начин техните страхове от загуба на битката може да бъде съвсем реална. Освен това, не всеки тормоз е под формата на физическа агресия. Насрещната агресия често увеличава вероятността за продължаване на тормоза.

13. Не очаквайте децата да се справят сами. Тормозът не е просто проблем на лицето. Като се има предвид влиянието на партньорски групи и репутацията като фактори в поддържането на поведението на насилници и жертви, изключително нереалистично е да се очаква децата да променят динамиката на тормоз сами.

14. Винаги се намесвайте. Възрастните имат решаваща роля в социализацията на децата. И последователността е от значение. Всеки път, когато възрастните не се намесват, те по съществуващото обучават децата си да решават проблемите сами и често чрез агресия.

15. Намесете се на ниво група. Научете всички деца, че тормозът не е приемливо поведение. Обявете категорично: "Това не е приемливо поведение. Вие не можете да направите това тук."

16. Говорете с учителите на детето си, за да разберете какво е нормалното поведение на децата от съответната възрастова група и да разберете атмосферата в класа.

17. Говорете с други родители; където има едно дете-жертва има вероятност да има и други.



18. Намесете училището. Най-малкото, накарайте училището да се обяви срещу тормоза. Промяната в атмосферата на училището не е само възможна, но и полезна за намаляване на тормоза.

19. Отидете в училищната администрация и настоявайте хулиганите да бъдат прехвърлени към други класове или училища. Всяко дете има право на безопасна училищна среда.

20. Ако нищо друго не сработи преместете детето си в друго училище. Същото дете може да се развива по съвсем друг начин в друго училище с група на деца, които имат различни ценности.

#### **Практически съвети за педагогическия съветник и психолога**

Педагогическият съветник/психологът подпомага учениците да разберат разликата между това кои са те като личности и поведението, което те избират. Това разграничение е особено важно, когато се обсъждат случаи на тормоз с тях.

Училищните съветници са един от ключовите компоненти за създаване на позитивна училищна среда и подпомагане както на учениците, които използват тормоз като поведение и така и на тяхната жертва. Съдействат за изграждането на позитивна училищната среда, в научаването, моделирането, и установяването на уважение, в обсъждането на тормоза с ученици, както и в обучението на учениците какво да направят, за да спре ситуация на тормоз.

**Механизмът за превенция и противодействие на училищния тормоз е неделима част от Процедурата при установен училищен тормоз/ насилие в ОУ „ Христо Ботев” гр. Раковски, в която са описани ясно правилата за действие при установяване на тормоз.**

**Механизмът е приет на заседание на Педагогическия съвет с протокол № 11/11.09.2020г.**