

18+

Здоровые отношения и детство

Травле / буллингу – нет!

Здоровой атмосфере – да!



Татьяна Аржаева

**Татьяна Аржаева**

**Здоровые отношения и детство.**

**Травле/буллингу — нет!**

**Здоровой атмосфере — да!**

*<https://litres.ru/73874354>*

*ISBN 9785006991637*

### **Аннотация**

Есть произведения, которые появляются благодаря каким-то событиям. Эта книга появилась из-за травли, с которой столкнулся мой сын. Об этом не принято говорить. Но именно это является ошибкой. Как избежать этой и других ошибок, помочь всем тем, кто оказался в такой ситуации, включая себя, какие есть возможности, варианты выхода из такой ситуации? Читайте книгу! А если речь идет о системе? Как больную систему сделать здоровой? Ведь какая система, такие дети и отношения между ними.

# Содержание

Жизнь продолжается	5
Благодарность	8
Мы уже не сидим, спилен сук	16
Учитель от слова «учить»	17
0. Сила ВЫБОРА, ЛОГИКИ — ЗДРАВОВОГО СМЫСЛА И НРАВСТВЕННОСТИ	20
1. Первое, второе и третье правило работы с буллингом, травлей — ГОВОРИТЬ! Сила ГОЛОСА!	31
Взрослые детям подарить могут мир	36
Зов о помощи	37
2. Срочная помощь при травле, буллинге — к кому обратиться максимально быстро?	38
Волшебство в ночи приснится	48
Памятка для родителей на случай звонка из детского сада или школы о травме у ребенка	51
3. Действия при получении физических травм от буллинга. Сила ПРАВИЛ	53
Конец ознакомительного фрагмента.	64

**Здоровые  
отношения и детство  
Травле/буллингу — нет!  
Здоровой атмосфере — да!**

**Татьяна Аржаева**

© Татьяна Аржаева, 2026

ISBN 978-5-0069-9163-7

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

**Жизнь продолжается  
Стихи Татьяны Аржаевой  
на одноименное  
прекрасное музыкальное  
произведение композитора  
Хусейна Абдулаева**

*Куплет 1:*

Тьма порой приходит —  
Мы ее не ждем,  
Боль с собой приносит,  
Грусть, печаль с дождем.  
Битва длится вечно  
Зла со злом, с добром.  
Ждем ее конечность  
В доме душ земном.

*Припев 1:*

Мы уйдем в закат,  
Чтоб уйти в рассвет —  
Там, где жизни много,  
Там, где ночи нет.

*(2 раза)*

Солнце сядет и взойдет!

*Куплет 2:*

Свет порой приходит,  
Когда его не ждем,  
Радость он приносит,  
Счастье быть вдвоем.  
Дом любя построить —  
Детства, смеха весть.  
Горечь бед он смоем —  
Жизнь снова есть.

*Припев 2:*

Мы уйдем в закат,  
Чтоб уйти в рассвет —  
Там, где жизни много  
Там, где ночи нет.

*(2 раза)*

Солнце сядет и взойдет!  
После ночи есть рассвет.  
Солнце сядет и взойдет!  
После ночи есть рассвет.

Солнце сядет и взойдет!

# Благодарность

Буллинг, травля — это не игра и не шутка. Это — драма, которая имеет последствия для всех — буллера, жертвы, свидетелей, родителей всех названных участников, потому что они тоже участники этого, учителей, администрации школы и пр. Хочется это признавать или нет, но это так.

Последствия буллинга могут быть очень серьезными. Я приведу лишь один пример, без имен. Родители потеряли ребенка, которого травили в школе. Ребенок вышел из окна, так как не смог справиться. Знают или не знают буллеры, что случилось — неважно. Это в любом случае будет на их совести. Как и на совести тех, кто травлю замалчивал, покрывал, тем самым внося вклад вот в такой итог.

Кем бы вы ни были в истории про буллинг, вы никогда не знаете степень силы драматичности последствий. Но вы точно можете быть уверены — драматические последствия есть, разные, и их очень много. Они остаются надолго, порой на всю жизнь, порой обрывая эту самую жизнь. Они есть для всех участников этого, независимо от того, осознали они то, что они связаны с травлей, или нет.

Дети, которые стали жертвами буллинга, и их родители, проходят через ад. Очень редко кому удается выйти из этой ситуации без ощутимых проблем, чаще их не осознают и не

связывают с этим (это один из механизмов защиты). Но гораздо чаще, к сожалению, слишком часто, эти проблемы есть и порой очень серьезные.

Одна из причин, по которой буллинг (как и любое другое насилие) процветает, — это... молчание.

Молчат все: пострадавшие, свидетели, буллеры, учителя, администрация школы, родители, порой те же сотрудники отделов по делам несовершеннолетних, чиновники тех или иных инстанций. Каждый по своей причине. Кто-то из-за стыда, кто-то из-за вины, кто-то из-за страха, кто-то из-за желания выслужиться и получить свою порцию лояльности, кто-то из-за всего сразу. Выберите свой вариант, если вы молчите.

Именно поэтому я решила ГОВОРИТЬ и НАПИСАТЬ.

И призываю к этому вас, так как последствия травли достаточно серьезны и драматичны, чтоб об этом молчать.

Эта книга о том, что делать — реально что делать, — если вы оказались в такой ситуации.

Если вы оказались пострадавшей стороной — ребенок, подросток, родитель, близкие, наблюдавшей стороной, и если вы тот самый буллер, родители буллера (да, книга в том числе и для вас). Как выйти из этой ситуации — быстрее, с минимальными потерями, насколько это возможно.

Эта книга для учителей и сотрудников администрации школы, для чиновников и власти, ведь именно они создали и поддерживают систему, в которой буллинг (систематическое насилие) разрастается огромными темпами, но предпочитают на это закрывать глаза, обвиняя кого угодно — родителей, детей, интернет, школы и учителей вместо того, чтоб признаться в своей некомпетентности и заблуждениях.

Повод для написания — мой сын столкнулся с травлей от 2 одноклассников в 1-м классе. Это школа для музыкально одаренных детей, в которую он поступил, сдав экзамен по сольфеджио, фортепиано и пройдя оценку готовности к школе, в том числе психологическую, которую проводил будущий классный руководитель.

В классе было всего 5 человек — 4 мальчика и 1 девочка, включая моего сына.

Он проучился в этой школе всего месяц, в течение которого 2 одноклассника:

- предлагали схему «1 000 рублей — будем дружить», «телефон — будем дружить»;
- прямо ему говорили о том, что не хотят, чтоб он учился в этой школе, хотят, чтоб он из нее ушел, иначе его убьют;
- регулярно поодиночке и вдвоем ставили подножки, били ногами между ног, по спине со спины, руками по голове, тыкали руками и разными предметами в голову, в спину со

спины, это не считая оскорблений, дразнилок и пр.;

- нанесли травмы — сначала гематома виска, потом порез у глаза в опасной близости глаза — в 2 мм, затем нижней части лица — содрана кожа полосой 7 см, кровоподтек нижней губы и десны;
- многое другое.

Многие из описанных вещей происходили на глазах классного руководителя, которая заняла позицию:

- игнорирования (в том числе про порез у глаза), замалчивания;
- «ничего не вижу, ничего не знаю, делать ничего не буду»;
- «это же все так по-детски» (про буллеров).

Но наказывала, отчитывала при этом моего сына, а когда тот жаловался, что его бьют, то требовала, чтоб он закрыл свой рот, угрожала отвести его к директору или вызвать меня (я была свидетелем этого), возмущалась, когда я изучала камеры после последней травмы: «Что вы тут смотрите, выискиваете?».

Также обозначила, что не любит родителей-«писак» и что у моего ребенка есть проблемы («интеллект не поврежден, повреждено что-то другое» — без уточнений, что именно). Правда, о том, что эти проблемы есть, она сказала только тогда, когда на горизонте после последней травмы появилась сотрудница ПДН (по делам несовершеннолетних).

Предложила мне за мой счет (мне их оплатить) найти и проводить занятия с психологом для всего класса.

От каких-либо действий по налаживанию обстановки в классе она отказалась. Предложений, плана работ по нормализации обстановки не было.

В документах для ПДН, которые мы получили по запросу адвоката, от этого учителя есть масса лжи и недостоверных фактов, искажения фактов, как, впрочем, и в ответе Министерству культуры. Что вызывает глобальный вопрос о нравственности, учительской и педагогической этике этого специалиста, школы. Но самой большой вишенкой на этом торте безнравственности является то, что сотруднику ПДН школа показала не то видео, на котором была драка, с последней травмой, а с другой перемены с соответствующими комментариями. Таким образом, мы в 1-м классе столкнулись сразу с 2 видами буллинга — детским и педагогическим (причем в последнем присутствует не только желание снять с себя ответственность ценой пострадавшего ребенка, но и циничная месть).

Сам директор школы очень переживал, чтоб я ничего не записывала на диктофон на собрании. А также продемонстрировал любовь к манипуляциям и «шоу», по итогам которых складывается отчетливое понимание, что делать в этой школе нечего — это не музыкальная школа, а бойцовский

клуб и место выживания, в котором равнодушно пройдут мимо насилия или будут имитировать участие, но только затем, чтоб подвести к двери школы, надеясь, что на диктофон все же никто ничего не записывает. Особенно если учесть то, что мне рассказали библиотекарь и руководитель школьного оркестра, когда я пришла в библиотеку сдавать учебники.

Завуч по учебно-воспитательной работе ничего не предложила сделать в классе, лишь выразила надежду, что мой ребенок не обозлится (этими словами де-факто признав наличие проблем в классе и травли). Рассказала о сложных делах, которые у них есть в школе, в том числе о каком-то мальчишке, который бегал по стенам школы. С учетом того, что завуч выразила пожелание, чтоб мой ребенок не обозлился, отмечу: для этого у ребенка (как и любого взрослого) должно быть очень много любви, сострадания в душе. Когда взрослые желают этого от детей 7—8 лет, было бы хорошо, чтоб они сами имели любовь и сострадание в большом объеме. Так что предлагаю учителю, завучу, директору этой школы проявить в своем солидном возрасте то, что они хотели от моего сына 7,5 лет — не обозлиться на это и многие другие мои действия, проявить любовь и сострадание.

Именно благодаря поведению названных трех сотрудников школы у меня возникла мысль о написании данной книги. Она не о том, что происходило с моим ребенком, хотя

иногда я буду упоминать нашу историю — совсем немного. Я, кстати, буду иногда рассказывать и другие истории, чуть-чуть — так как вам наверняка достаточно своей истории.

Эта книга — о том, что делать, если вы оказались в этой ситуации, как из нее выйти, как преодолеть ее сложности. Потому что то, с чем столкнулись мы, это по факту отсутствие четкого, понятного, эффективного алгоритма, в том числе потому что данную проблему замалчивают. Я его расскажу, а также расскажу о подводных камнях, которые вас будут ждать на этом пути.

Я начала книгу своим стихотворением — песней к мелодии «Жизнь продолжается». Помните об этом: жизнь продолжается! Помните: как бы ни было трудно, после ночи есть рассвет! Завершаю книгу этим стихом — песней.

Я буду иногда в некоторые главы вставлять свои стихи. В эту главу я также решила включить 2 стиха.

Первый «Мы уже не сидим, спилен сук» предназначен в первую очередь для директора школы. С учетом того взаимодействия, которое у нас было по описанной ситуации, где-то по пути своей музыкальной и административной карьеры он потерял весомую часть своей души, совести и благородства. Музыка — это искусство. Это синтез души, ее созидает.

тельного потенциала и техники. Если из искусства, музыки в данном случае, уходит душа, оставляя после себя место манипуляциям, то какой бы ни была виртуозной техника, это больше не искусство. Это просто техника — красивая, но холодная. Она ничего не греет, ничего не меняет, не преображает ни свою душу, ни чужие. А если из школы ушла душа, а за ней следом и музыка... В школе есть исполнители, технари, но больше нет Творцов.

А также этот стих предназначен для всех тех завучей и директоров, сотрудников региональных и федеральных министерств просвещения, образования, культуры, для которых важнее детей и будущего страны стало что-то другое.

Второй стих «Учитель от слова «учить» — для учителя, которая хоть и занимает должность учителя, но Учителем не является. Возможно, это стихотворение покажет ей путь от учителя к Учителю.

Этот стих предназначается всем учителям и Учителям. Первым — послание, каким можно быть Учителем, вторым — признание, почтение, благодарность и восхищение!

# Мы уже не сидим, спилен сук

Если люди культуры врут,  
Педагоги закрыли рот и молчат,  
Если крайним становится вдруг  
Тот, кто слаб, без вины виноват,

Это значит — мерзость вокруг,  
И раскрыта дорога в ад!  
Мы уже не сидим, спилен сук,  
И закрыта дорога назад!

Если плохое становится нормой,  
А норма становится подвигом,  
Суть заменяется льстивой формой —  
Это общество стало уродливым!

# Учитель от слова «учить»

Учитель от слова «учить» —  
Как быть Человеком и жить  
Через искусство, науку,  
Быть верным семье и другу.

Учитель от слова «учить» —  
Как стать Людьми и любить  
Родную планету и мир,  
Чтоб радостью полон он был.

Учитель от слова «учить» —  
Как Сердце и Душу раскрыть,  
Развить их таланты, дары,  
Делиться, чем сами мудры!

Учитель — не каждый им можем стать,  
Ведь нужно все это легко отдавать,  
Уметь самому Человеком быть,  
Крылья людей уважать и ценить.

...

Мы продолжение ваше и детища.  
Спасибо за то, что вы есть и так светитесь!

Есть ли Учителя? Есть.

Каждому человеку, ребенку я желаю, чтоб на вашем пути было как можно больше Учителей! Дорожите этой возможностью, цените и благодарите Учителей!

И от души благодарю Учителей, с которыми мне повезло встретиться на моем жизненном пути:

Раиса Александровна Бриллиантова, учитель русского языка и литературы, наставник, друг.

Людмила Ивановна Агафонова, учитель ОБЖ, врач, наставник, друг.

Анатолий Иванович Соков, ведущий кружка журналистики и главный редактор подростковой газеты «РОСТ». Благодаря вам я пишу.

Елена Шнейдер, преподаватель валеологии.

Мария Трофимовна, учитель начальных классов, низкий поклон вам.

Учителя ИЗО, русского языка, истории, алгебры и геометрии, музыки, педагогики, психологии, возрастной периодизации, преподаватели по маркетингу, политологии, геополитике, управленческим дисциплинам, экономике и пр., которые когда-то работали в 50-й и 174-й школах Новосибирска, педагогическом колледже №3, педагогическом университете — НГПУ, СибАГС, НГУЭУ. А также бизнес-тренеры, коучи, психологи, у которых я училась дополнительно.

Всем вам низкий поклон и благодарность!

# 0. Сила ВЫБОРА, ЛОГИКИ — ЗДРАВОВОГО СМЫСЛА И НРАВСТВЕННОСТИ

Возможно, вы после первых абзацев бросите читать книгу. Не надо. Прошу вас, если у вас возникло такое желание, перечитайте их. Их сложно будет принять, но это важно.

Я часто в этой книге буду использовать словосочетание «система образования». Что и кого я имею в виду? Систему строят люди, все люди. Министры, замы, чиновники, директора школ, сотрудники школ, учителя. Все. А еще сами родители. Вот теперь точно все.

Предположим, случилось чудо и у системы идеальный министр (чудо — потому что идеальных систем и людей, как и детей, не бывает, мы только к этому стремимся) — образование, здравый смысл и нравственность на высших уровнях, все при нем. Но на местах как-то не очень... Какой будет система? Как-то не очень. К сожалению, у него, министра, нет тысяч и миллионов клонов. Предположим, министр не очень. Хорошо, что у него нет клонов. И люди на местах не очень. Какой будет система? Как-то очень не очень. Предположим, министр идеальный и люди тоже — мечта, к сожалению, недостижимая. Поэтому будем говорить, что люди на местах очень замечательные. Какой будет система? Шикар-

ной, но, так как она не идеальная, с некоторыми недостатками. Предположим, что министр как-то не очень, но люди на местах замечательные. Какой будет система? Замечательной она будет. Недостатки, конечно, будут, но в целом картинка хорошая, реально хорошая.

К чему это? Это не про то, что министры и замы ни за что не отвечают. Отвечают, у них есть своя ответственность — за стратегию. Это к тому, что за тактику не надо снимать ответственность с людей на местах (с себя как с учителя, директора, родителя). Это именно они в тех или иных случаях принимают решения. Учитель на месте решает, быть детскому или педагогическому буллингу в классе или нет. Министр может этого учителя никогда и не знать, и не говорить с ним. Он даже о школе может не знать. Директор школы на месте решает, что он будет с буллингом делать: педагогично работать или пытаться спрятать проблему любой ценой, в том числе за счет пострадавших детей. Родитель на месте решает, будет его ребенок буллером или нет, будет он им оставаться или будет исправлять то, что натворил. Да, конечно, в системе может быть масса лазеек, чтоб учитель и директор, родители ничего не делали с этим, но все равно решение остается за ними — делать или не делать, «быть или не быть».

У школ есть некоторая автономность в ряде вопросов. Поэтому, когда мы пишем жалобы в министерства, они возвращаются в школы. Круговорот документов в природе. Пишем

мы, потому что на месте не захотели решать проблему или не смогли. Но проблема в том, что этот круговорот документов в природе вышестоящие организации в большинстве своем не успевают обрабатывать — в силу нехватки времени и людей. Очень часто они их даже не читают. Это плохо, конечно. Но их мало, а нас много. А с другой стороны — есть вещи, которые должны все-таки уметь делать на местах. Сами. Желательно эффективно. Для этого и дается эта самостоятельность. Но очень часто на местах ее трактуют несколько странно — значит, можно ничего не делать. В итоге родители пишут, и иногда кому-то везет, винтики большой машины закрутились в другом направлении — нужном. Есть различные системы оценок учебных заведений, рейтинги и та или иная мотивация за это. Но... По какой такой удивительной причине учителя и директора в школах решили, что надо тогда травмы и буллинг замалчивать, мне искренне непонятно. На простом примере — есть система оценок знаний ученика. Сделал и сдал домашку отлично — 5. Не сделал — 2. Сделал неверно — 3. Сделал хорошо — 4. Будет странно не сделать домашку, скрыть, что не сделал, и ожидать получить 5. Но именно так почему-то школы и делают. Логично? Нет, конечно. Может быть, в школах ввести предмет по логике для детей и заодно учителей с директорами научить ему? Потому что когда я читаю объяснительные и прочие документы от сотрудников учебных заведений, я понимаю, что с логикой там очень большие трудности. Ее просто нет.

А ведь это учителя...

Что в итоге получается? Что у учебных организаций есть самостоятельность и система оценок их работы. И это стало (удивительное дело, потрясающий парадокс) поводом не делать (забыть, а может, забить, про инструкции и педагогическую этику) и скрывать то, что не сделали, и скрывать то, что в итоге из этого вышло. Хотели как лучше, а получилось как всегда. Но вопрос-то к кому? К какой части этой системы? К тем, кто на местах... Будет в таких условиях детский и педагогический буллинг процветать? Конечно. Что происходит дальше? В отношении родителей и их детей, которые жалуются на такой парадокс (а странно на него не жаловаться нормальным людям), так как стали его жертвами, начинается педагогический и директорский, а также родительский (он тоже есть, потому что некоторые родители решают защитить своих детей от ответственности и от заодно от нравственности и совести, а кто-то таким образом пытается купить лояльность людей на местах, у которых удивительная логика и есть некоторые проблемы с моралью) буллинг.

Вот это я подразумеваю под «системой образования», потому что любую систему делают люди! В первую очередь — люди на местах. У них есть выбор, что делать и как делать. И хорошо бы, чтоб этот выбор основывался все-таки на здравом смысле (разумности, логике) и нравственности. Может быть тогда и документы, инструкции и те же самые оценки/рейтинги заиграют новыми красками, более позитивны-

ми? Ведь во многих из них вполне неплохие мысли. Например, медицинскую помощь оказывать немедленно. Обеспечивать разные виды безопасности детей и пр. и пр.

Конечно, кто-то скажет: «На бумажках красиво — а на деле...» Так кто отвечает за это «на деле»? Выбор есть... Делать или не делать, «быть или не быть».

Есть ли недостатки в системе? О них обязательно будет речь — чуть позже. Конечно, хорошо бы зарплаты повысить, бюрократию понизить, добавить штат. Но... давайте представим, что будет с буллингом, если все это сделают при вот таком подходе? Станет меньше? Я поставлю на то, что его станет больше и он будет еще более тщательно и жестоко скрываться, потому что будет, что сладкое терять (хорошие зарплаты и/или комфортные условия труда). Это не к тому, что зарплаты не надо повышать, а бюрократию понижать. Нет. Это к тому, что причина не только в этом.

К чему вот такой подход на местах приводит? Как в отделе продаж. Менеджер хитрец — скрыл, что план по продажам не выполнен. Месяц, два, три, четыре. Скрывает. Так стал делать весь отдел. А потом компания банкротится. Потому что у всего есть последствия. А в нашем случае буллинг и насилие в школах растут как на дрожжах.

Простой пример. У ребенка травма в учебном заведении. Да, травма есть. Показатель есть. Но в какую сторону события будут развиваться дальше, зависит от логики сотрудни-

ка.

Сотрудник не повел в медкабинет сразу, помощь задерживается на приличное время. Будет за это благодарным родителем? Я еще ни разу не встречала родителя, который бы сказал: «Спасибо, что не оказали / задержали помощь моему ребенку. Так держать. В будущем именно так поступайте, если что». Это странный родитель, очень странный! Так что точно не будет благодарности от любого нормального родителя. Вероятность того, что жалоба будет, в таком случае очень большая. Но если отработать четко, быстро, конечно, вероятность жалобы есть — за случай травмы (так о ней что так, что эдак будет известно!). Но теперь есть и вероятность благодарности за оперативную и качественную помощь. А значит, есть шанс договориться! Может, не сразу, может, потребуется время, чтоб ситуация родителя отпустила, его волнения улеглись. Но шанс есть, и приличный! А в первом случае этого шанса договориться нет. И не потому что родитель вредный (он на самом деле нормальный), а потому что сотрудник сделал глупость и поступил безнравственно, что приводит к рискам в здоровье у ребенка. А родитель своими жалобами делает важное — прививку от глупости и безнравственности. Потому что если вдруг ситуация повторится когда-то с другим ребенком, то, возможно, сотрудник все-таки поступит правильно, наученный горьким опытом. И кто знает, что этот правильный выбор ему однажды спасет и самому ребенку.

Итак, на чашах весов глупость, безнравственность сотрудника и здоровье ребенка. Что выберет родитель скорее всего? Верно, здоровье ребенка — он важнее. Второй вопрос задам: на чашах весов спокойствие сотрудника (нет жалоб и пр.) и здоровье ребенка — что выберет родитель? Верно. Здоровье ребенка. А теперь вопрос: когда сотрудники учебных организаций недовольны выбором родителя в пользу здоровья ребенка... они адекватны? Как-то не очень. Они реально считают, что где-то есть родители, которые живут по такому принципу: «Ребенок? А что ребенок? Я очень люблю учебные заведения, их сотрудников и ради их спокойствия готов легко пожертвовать здоровьем, благополучием своего ребенка. Пусть не оказывают ему медицинскую помощь, пусть занимаются все буллингом. Я только рад». Реально сотрудники учебных организаций думают, что где-то есть такие родители? Возможно, где-то они есть... Тогда две неадекватности друг друга нашли. Только вот за ребенка становится страшно. Нормальные родители всегда на этих чашах весов выберут своего ребенка, именно потому что они нормальные.

А теперь давайте посмотрим на чаши весов при 2-м сценарии? Когда помощь быстрая, качественная, все в ней верно. Итак, на чашах весов любовь сотрудника к детям, помощь и здоровье ребенка. А надо родителю выбирать в таком случае? Выбор исчезает, потому что это не чаши, а дополняющие друг друга вещи. По факту это одна чаша. Поэтому мож-

но договориться. Шансы есть теперь не только на это, но и на благодарность!

Как все происходит в случае буллинга? В случае буллинга вероятность жалоб огромная. Конечно, можно понадеяться, что жертва молча и тихо уйдет. Но для разумных сотрудников школы это не повод для радости. Это повод огорчиться. Но почему-то никто этого не понимает. У них остается буллер! А значит... буллингу быть. Просто более изощренному! Вероятность новых драм и жалоб... очевидна. Но, видимо, не сотрудникам школ.

Предположим, надежда учителя, школы не оправдалась, жертва не ушла, жалуется или решила уходить громко. Но... если родители жертвы начали жаловаться, это значит — проблема мирно НЕ РЕШЕНА, как они ни пытались. Почему школа не пытается решить? Потому что она боится, что будут жаловаться родители буллеров. Будут. То есть жалоба, скорей всего, будет! Вопрос в том, от кого? От жертвы или буллера? Ее вероятность велика. Но что делает школа? Классическая схема действий школы — жертва сама виновата. Для этого порой объединяются с родителями буллеров. И снова возвращаемся к тому, что независимо от того, уходит жертва или нет, буллинг в школе в таком случае продолжается. В худшем для жертвы случае добивают жертву, в лучшем для жертвы случае переключаются на другого и жертва становится свидетелем (что тоже психологически драматично, причем гораздо больше). Но возвращаемся к тому, че-

го так школы боятся, — жалобе. Что так, что эдак вероятность огромна. Вопрос в том, чью сторону выбрать. Выгодно выбирать сторону жертвы, потому что тогда буллинг может прекратиться (обстановка начнет становиться здоровой, кстати, и другим будет не повадно) или буллер вообще может из школы уйти (что тоже помогает оздоровлению школьной системы и другим не повадно). Но... порой школа бьет рекорды по отсутствию здравого смысла и нравственности, создавая себе и детям проблемы в краткосрочной, среднесрочной или долгосрочной перспективе. И выбирает буллеров.

Давайте на аналогии. Вор и жертва вора. С точки зрения здравого смысла лучше бы, чтобы воровство в школе прекратилось. Для этого надо пресечь воровство, то есть работать с вором и антикражными мероприятиями. Если уйдет из школы обворованный или будет молчать о воровстве, то воровство не прекратится. Если обвинить обворованного в том, что он сам виноват, что его обворовали, — воровство не прекратится. Но учителя и директора школ думают, что если обворованный будет молчать или уйдет, то воровства не будет... Фантазеры? Как еще назвать такую антилогику? Видимо, благодаря ей многие школы с завидной маниакальной настойчивостью выбирают воровство (то есть буллинг) на своей территории. Я не просто так привела такую аналогию. Если не получается разобраться в своей ситуации как она есть, подставьте вора, воровство и все встанет на свои места. Это надо было додуматься объединиться с вором, чтоб за-

ставить замолчать и/или уйти обворованного? Что вор понимает? Ура! Ворует! Можно! Что можно сказать о нравственных качествах школы? Нет их, как и логики.

Снова чаши весов: глупость, безнравственность школы и благополучие ребенка — что выберет адекватный родитель? Верно. Своего ребенка.

А если будут другие чаши весов? Нравственность, здравый смысл и благополучие ребенка? Выбирать родителям теперь не надо. Теперь есть огромный шанс на их благодарность. А бонусом служит здоровая обстановка в школе, адекватное поведение детей.

Что же делать с родителями буллеров? Задать простой вопрос о том, кого они хотят вырастить — Человека, которым будут гордиться, или Чудовище, которого будут сами бояться? Выберут первое — однажды вам тоже будут благодарны. Выберут второе? Неудивительно, что их дети так себя ведут. Решает школа вопрос в правовом поле. Инструменты у нее для этого все есть! Просто надо это делать.

Образование без здравого смысла и нравственности — это дорога в деградацию.

Образование со здравым смыслом и нравственностью — это дорога в развитие и здоровую атмосферу в школе.

Куда пойдет та или иная образовательная организация, решают люди на местах, те, которые в ней работают. Это и

есть система.

Хотелось бы закончить эту главу мыслью, что профессиональная солидарность должна выражаться не в защите и выгораживании коллеги, сотрудника, когда он допустил серьезную безнравственную ошибку, усугубляя ее тем самым, после чего из-за нерешенных проблем порой дети уходят в другие классы, школы с кучей психологических и физических проблем.

Профессиональная солидарность должна выражаться в том, чтоб работать так, что, когда дети уходят в другие классы и школы, у коллег не возникало с ними проблем — ни потому что они буллеры, ни потому что они свидетели, ни потому что они пострадавшие. Потому что каждая из этих ролей детей будет создавать проблемы коллегам, и очень серьезные, — по-своему, но будет. Первая роль принесет проблемы всему классу, а может, и всей школе, классному руководителю и всем остальным учителям, директору. Роли свидетелей и жертв принесут физические, психологические проблемы, а если на новом месте будет снова нездоровая обстановка, то проблемы только усилятся. Поэтому если реально есть профессиональная солидарность, то создание реальной здоровой атмосферы в классе, школе помогает избежать проблем всем — детям, родителям, учителям и администрации школ, коллегам из других школ.

# 1. Первое, второе и третье правило работы с буллингом, травлей — ГОВОРИТЬ! Сила ГОЛОСА!

Кто вы?

Ребенок? Подросток?

Взрослый?

Тот, кого травят, или тот, кто наблюдает?

То, с чем вы столкнулись, — неприятно, больно. Возможно, страшно, очень страшно. Это вызывает вопросы о многом, рушит границы возможного, допустимого, шатает понимание того, что хорошо, что норма, что плохо. Это — сложная ситуация.

Возможно, вы думаете, что это шутки, что все пройдет, это несерьезно. Но где та грань между шуткой и не шуткой? Между тем, когда смешно и когда больно? Когда лично вашему ребенку и вам на самом деле не смешно, грань уже случилась.

И самое худшее, что вы можете сделать, — молчать об этом. Нужно делать наоборот — говорить. Даже если вас заставляют молчать, вам угрожают и пр. Говорите, и если вам угрожают — об этом тоже говорите. Если на вас давят, говорите и об этом. Говорите как можно большему количеству

людей о том, что происходит. Создавайте вокруг себя информационную ясность.

Говорите родителям, близким, одноклассникам, друзьям, родственникам, учителям, завучам, директорам, полиции, врачам, всем, с кем вы пересекаетесь. Говорите в своих секциях, социальных сетях и пр. Да, кто-то пройдет мимо. Да, кто-то побоится в это включаться. Да, кто-то, возможно, посмеется, проявит лицемерие. Да, кто-то обвинит вас. Да, кто-то попробует вас заставить замолчать. Но это все уже неважно — потому что вы своим разговором об этом создали ясность. Это перестало быть тайной, а значит, потеряло свою силу. Поэтому найдутся и те, кто посмотрит в вашу сторону и протянет ту или иную руку помощи. И это здорово!

Любая манипуляция, любая травля имеет силу, работает ровно до тех пор, пока о ней молчат. Это не значит, что после того, как вы всем все расскажете, это прекратится. Но им это точно станет делать сложнее, силу это уже потеряет. Так как появляются знающие, свидетели, сторонники и группа поддержки. Чем больше этого будет, тем быстрее это закончится.

И именно поэтому на вас могут оказывать давление, заставлять молчать, потому что знают: как только вы начнете тайное делать явным, ситуация начнет меняться.

Говорить надо всем — как можно большему числу людей.

Всем, кто вас окружает. Все должны быть в курсе того, что происходит. Делитесь обстоятельствами, своими эмоциями, страхами, делитесь фактами! Рассказывайте о травмах, фиксируйте их (об этом еще поговорим).

Чем больше вы будете говорить, тем больше вы сами будете понимать, что с вами происходит, в какой ситуации вы оказались. Проговор помогает формированию ясности и снижению стресса. Потому что стресс мы испытываем, когда не понимаем того, что происходит, велика зона неизвестности, неопределенности, непонятности. Говоря, разговаривая, делясь тем, что внутри вас, вы будете вытаскивать себя из состояния ужаса, ступора, шока, непонимания, других эмоций, вам будет становиться легче. К вам будет приходить осознание и понимание — а это ключи к поиску решений и выходу из ситуаций.

Не замалчивайте, не скрывайте. Потому что если вы молчите, замалчиваете, то вы становитесь соучастником этого. Вы поощряете это еще и своим молчанием.

Неважно, в какой вы роли — тот, кого травят, или тот, кто свидетель. Говорите.

Если вы свидетель — вы так поможете тому, кого травят. Не всегда у вас есть физическая сила заступиться, защитить, но у вас всегда есть сила голоса, сила слов, сила информации.

Вы ее можете использовать, так используйте.

Не надейтесь, что как-то по-тихому это можно будет решить.

Через метафору. Травля — это отходы, которые из-за поломок в сантехнике начали вытекать. Можно сколько угодно их прикрывать розовыми тряпочками, но они будут продолжать растекаться. Надо искать и вызывать сантехника, чтоб устранить поломку. Вот именно это вы и делаете, когда начинаете говорить о происходящем. А если молчите, то прикрываете отходы розовой тряпочкой, но они только будут растекаться, это не устранит поломку.

По-тихому травлю, как и любое насилие, не решить. Насилие может иметь разные формы — интеллектуальную, эмоциональную, физическую и пр. Какую бы форму это ни имело, это все равно насилие. И это не конфетки, это дерьмо, хотя цвет порой один и тот же. Первое едят, второе надо убирать. И по-тихому это убрать не получится, как и прикрыть, хотя в школах сделать последнее отчаянно пытаются.

Вам стыдно, что это случилось с вами? Стыд не плохое чувство, когда уместен.

Например, вы украли что-то у кого-то, и вам стыдно. Стыд в данном случае нормален и показывает, что у вас еще есть моральные, нравственные ориентиры. Зацепитесь за них и используйте свой стыд, чтоб исправить ситуацию. Вернуть,

извиниться, компенсировать и пр.

Но случай буллинга, травли другой. Здесь стыдно должно быть не вам. Вам нечего стыдиться. Стыдно должно быть тому, кто все это устроил и поддерживает, оправдывает, прикрывает, замалчивает. Поэтому отбросьте стыд. Сейчас он неуместен. Но да — именно на него буллеры и защищающие их могут рассчитывать и формировать его в вас, осознанно или неосознанно — это неважно. Поэтому отбросьте стыд и стеснение — вам нечего стыдиться и стесняться. Говорите!

Вам стыдно, что не смогли справиться с этой ситуации сами? Говорите!

Вам стыдно, что не можете помочь? Говорите!

Вам стыдно из-за того, что с вами делают? Говорите!

Вам стыдно, потому что не понимаете, за что? Говорите!

Вам стыдно, потому что понимаете, за что? Говорите!

Вам стыдно.... Сейчас неважно, из-за чего вам стыдно, стыд вы можете проработать потом с психологом или другим специалистом, а сейчас — говорите!

**Первое, второе и третье правило работы с буллингом, травлей — ГОВОРИТЬ! О том, что происходит с вами, всем, кто вас окружает! Чтоб заметили, услышали, помогли!**

**Сила ГОЛОСА!**

# Взрослые детям подарить могут мир

Взрослые детям дарят игрушки...  
Разные — куклы, машинки, хлопушки.  
Взрослые детям дарить могут многое:  
Радость, заботу, любовь — и глубокую.

Взрослые детям дают массу знаний,  
Примером своим привьют роль стараний.  
Также вручают формы богатства:  
Деньги, дома, идеи о братствах...

Взрослые детям подарить могут мир —  
Планету как дом, чтобы каждый в нем жил.  
Взрослые детям подарить могут мир —  
Дружбу людей, чтоб каждый в ней жил!

# Зов о помощи

Зов о помощи может быть тихим,  
Незаметным, почти неслышным,  
Разобрать его в неразберихе  
Сложно, даже если это — наш ближний.

Зов о помощи может быть яростным,  
Гневным, злобным и даже безжалостным.  
Зов о помощи может быть властным,  
Горделивым или напрасным.

Форма может быть разнообразна —  
Бесконечность конечных версий.  
Содержание тому, кто видит, ясно.  
Остальные мимо идут, да под песней.

## **2. Срочная помощь при травле, буллинге — к кому обратиться максимально быстро? Сила ПОДДЕРЖКИ**

О том, что делать в случае именно физических травм, напишу далее. Сейчас поговорим о психоэмоциональном состоянии, с которым также нужно работать, причем очень и очень быстро, квалифицированно, у себя и у детей.

Буллинг — тот еще «подарок» для нервной системы, даже у взрослого человека, что уж говорить про детей. Кстати, во взрослых коллективах буллинг также встречается и имеет более изощренные формы. Так что все, что здесь описывается, пригодится и взрослым. Я, как консультант, сталкивалась в своей работе с жертвами взрослого буллинга, когда травлю развязывали, поддерживали руководители, коллеги и пр. Вытаскивать человека из ситуации, которая развернулась на полную мощность, бьет по его здоровью так, что ставит под угрозу его жизнь, непросто. С детьми и подростками все сложнее: у них еще нервная система, психика только формируются.

Поэтому первый человек, который нужен — невролог. Поддержать нервную систему, дать ей ресурсы для того, чтоб справиться с этой ситуацией, — жизненно необходимо. Причем хорошо, когда к неврологу идем все вместе — дети и родители, кто к взрослому, кто к детскому, но идем. Почему все вместе? Потому что каждому сейчас в этой ситуации потребуются ресурсы, причем в больших количествах. Назначенные, подобранные лекарства, возможно, физио, массажи, какие-то другие процедуры и рекомендации принимаем и соблюдаем. Сохранить, удержать нервную систему — это важно. И это будет долгая терапия, потому что ситуация вот такая и у нее есть «хвосты», с которыми придется работать очень долго.

За время изучения этого вопроса (травли) я познакомилась и пообщалась со многими людьми — жертвами, свидетелями, родителями, психологами, врачами, общественными организациями, журналистами, юристами, узнала массу историй — судебных. В каждой есть своя драма! Так что те, кто говорит что-то из серии «да что такого, всегда было и есть в каждом классе, ничего такого в этом нет», просто ни разу не проходили через то, через что проходят дети и их родители, в первую очередь пострадавшие. Поэтому ни одна из рекомендаций, особенно в этой главе, не случайна. Многих последствий, многих драм можно избежать, если к ним прислушаться и сделать.

Следующий врач — психиатр. Идите к частным (они не винтики системы, а люди), они понятливые, адекватные в принципе и в этих случаях тем более. Не надо пугаться этого врача. Вы столкнулись с жесткой и жестокой ситуацией! Вашему организму, вашей психике сейчас нужна колоссальная поддержка, не только словесная. Ваше здоровье в такой ситуации — в ваших руках. Хорошо, если вы (сейчас про взрослых) в школе нашли сторонников среди учителей, психологов, администрации (но это редкость редкостная), но если нет (а скорей всего, именно так и будет), вашей нервной системе и психике, понятиям о добре и зле, сострадании и равнодушии предстоит тяжелое испытание. Так что этот врач вам пригодится, особенно если вы собираетесь действовать далее в правовом поле (здесь вам также предстоит много интересных и неприятных открытий, приятного и человеческого там мало). Вся эта ситуация, скорей всего, будет рушить ваши представления о людях, многих вы будете узнавать с весьма неприятной стороны. Тот, кто вчера казался милым и порядочным человеком, может оказаться изрядной сволочью. Аналогично и про системы, с которыми вы будете взаимодействовать, если решите идти в эту сторону. В них слишком мало Людей, зато очень много бездушных винтиков, именно поэтому буллинг и процветает.

Психолог — для себя и детей. Один или разные — как получится, это не сильно важно. Но он нужен. Особенно де-

тям, так как не всегда они могут рассказать все родителям, да и порой это не всегда нужно. Сразу скажу: планируйте год-полтора еженедельных занятий. Это минимум. Что касается детей, подростков — возможно, на несколько лет, все зависит от того, что у вас за ситуация, каковы особенности ребенка. Увы, к такому длинному сценарию нужно быть готовыми. Выбирая психолога или психологов, обратите внимание на наличие опыта работы с такими ситуациями. Такой опыт не обязателен, но желателен: прогресс в работе будет идти побыстрее. Обсуждайте с психологом, готов ли он работать с такой ситуацией, это лучше выяснить до первого визита. Также обсудите, готов ли он выходить на связь и помощь между запланированными встречами. Ситуация у вас будет разворачиваться, и пока неясно, по какому сценарию. Поэтому хорошо, если психолог это понимает и готов оказывать помощь, быть на связи, что называется, по ситуации. При регулярных встречах потребность в этом будет редкой, но обсудить и договориться об этом нужно заранее.

Возможно, вы спросите про школьного психолога. Мой ответ многим не понравится. Школьные психологи, на мой взгляд, абсолютно не готовы и не хотят работать с травлей. Они либо действительно не понимают, либо упорно делают вид, что не понимают ситуацию и ее последствия для детей. У меня сложилось впечатление, что, с одной стороны, они воспринимают детей и родителей как бездушных роботов (а

не как живых людей, которые растут, у которых все аспекты мышления, поведения еще только формируются), а с другой, обладают таким уровнем циничности, что им могут позавидовать многие хирурги и реаниматологи. Поэтому если вдруг он подключится к работе, да еще профессионально, это замечательно. Но, скорей всего, вам придется его искать и оплачивать его работу.

Педиатр и терапевт — также на данном этапе будут в помощь. С учетом истории развития и болезней у ребенка посмотрите, что можно, необходимо сделать. Анализы, витамины, какие-то дополнительные поддерживающие процедуры. Это все в помощь и все пригодится. Для себя — аналогично.

Позитивные впечатления в такой период и после него важны и нужны. Это вам потребуется надолго — от полугода до полутора, двух лет. Однако так как сейчас ребенок, подросток из-за буллинга эмоционально перегружен, то нужны мягкие впечатления релаксационного характера, без ярких всплесков и выбросов. Это может быть театр (но без трагедий — трагедия у вас сейчас в жизни), цирк, зоопарк, аквапарк, конные прогулки, любые формы выступлений, досуга с животными, музеи, прогулки на свежем воздухе. Хороший и достаточный сон. Хобби, увлечения, выходы к близким людям в кафе или походы в гости, совместное время.

Если есть домашние животные — замечательно, если нет, то подумайте, кого бы вы могли завести, и заведите. В целом общение, досуг с животными в этот период — это хорошее времяпровождение.

Конечно, очень важна поддержка своих детей в этот период. Хотя это будет очень непросто, сложно. Потому что когда у ребенка рушится вера в мир, доверие к миру, отношения с родителями также попадают под удар. Вам потребуется очень много любви, терпения и понимания. Поэтому важны встречи с психологом. Для детей всегда, а в этот период — особенно, важно чувствовать опору в своих родителях, находить ее в них. Слова любви, поддержки, веры, объятия, время вместе, а порой просто тихое и молчаливое присутствие рядом — все зависит от того, какой характер у вашего ребенка, какие сигналы (читайте сигналы!!!) он вам посылает о своих потребностях. К сожалению, именно в этом аспекте может случиться второй и еще более серьезный удар для вашего ребенка — сотрудники школы, если окажутся незаинтересованными (а такая вероятность есть, и большая) в налаживании обстановки в классе, в работе с буллерами и их родителями, будут всячески пытаться выставить именно вашего ребенка виноватым и/или причиной проблем. Если вы этому поверите и принесете это в отношения с вашим ребенком, то ребенок получит второй и очень серьезный удар. Именно поэтому в любом случае важен психолог со сторо-

ны (школьный может быть заинтересован именно в названном сценарии) — потому что он вам будет давать объективную обратную связь о вашем ребенке. Зачем школа так может сделать? Ребенок, получивший этот самый второй удар, может не справиться со своим поведением, со своими реакциями, особенно если не получает психологической помощи. И это может стать прямой дорогой к словам со стороны сотрудников школы: «Вот, мы же говорили — причина, проблема в нем (то есть мы тут ни при чем, ничего делать ни с кем не должны, разбирайтесь сами)». И никто из них не скажет вам о том, что ребенок (помним, что его системы еще только формируются, он растет) просто не выдержал такого давления, потому что оказался в ситуации, когда его де-факто травят одноклассники, учителя, сотрудники школы и не верят, разочаровались или что-то еще родители.

Чтоб вы понимали особенности нашей нервной системы, психики, я поделюсь с вами некоторыми своими наблюдениями за сотрудниками кол-центров, с которыми в рамках своей профессии работаю. В кол-центры очень часто берут молодежь, так как зарплаты там низкие. Хотя есть компании, которые берут сотрудников зрелого и более старшего возраста. Через полтора года работы начинаются изменения в психике, но они еще обратимы. А вот через 3 года работы нужно смотреть — получится это скорректировать или нет. Чем дольше человек работает в кол-центре, тем выше риски. Более подвержены риску молодые люди, так как их внутренние

процессы еще неустойчивы. Поэтому моя рекомендация — брать на такую работу людей, которым минимум 25 лет, и обязательно создавать условия для их восстановления в процессе и после завершения работы (но делают это, увы, не все работодатели). В этом примере речь идет о людях, которым уже исполнилось 18, они уже признаны совершеннолетними, но вот такие особенности даже у взрослых. А мы с вами сейчас говорим про детей, которые еще растут, у которых все еще только развивается, формируется! И учителя, школьные психологи и директора об этом знают. И вот это страшно — знают и делают порой так, де-факто выбивая у детей последнюю опору... Это — жестокость.

Поэтому ваша поддержка для ребенка очень важна. Конечно, если есть какие-то моменты в поведении у ребенка, с этим надо работать. Поэтому и психологи в помощь. Но работать нужно через поддержку, опору, заботу и любовь, а не так, как «предлагают» некоторые учителя, школьные психологи и директора.

Просмотр и анализ фильмов, которые можно подобрать со смыслом — с надеждой, верой в будущее, с юмором или для анализа человеческих отношений — опять же в зависимости от ситуации и особенностей ребенка. Под него, под его историю, на подумать, а не травмировать, исцелиться, а не усугубить. Очень много замечательных советских фильмов для детей, есть хорошие западные варианты фильмов и

мультфильмов, взрослое кино с учетом возраста. Релаксационная музыка. Хорошие результаты дают медитации и йога. Всем этим можно заниматься вместе.

Хорошо, если вся семья — братья, сестры, бабушки, дедушки, родственники сплотятся в этот период, поддержат морально, подбодрят. Семейные, родственные, дружеские посиделки, может быть, пикники у костра, с песнями.

Также важно создавать ситуации успеха — с этим труднее всего, так как психика ребенка может выдать сюрпризы, поэтому нужно тщательно все продумать. Но это необходимо. Потому что буллинг бьет по уверенности ребенка. И ситуации успеха помогают ее сохранить, вернуть, не потерять. Вспомните обо всех наградах, достижениях, медалях. Повесьте все на видное место, поставьте папку с этим всем на видное место. Рассматривайте, показывайте. Гордитесь! Если можете принимать участие в конкурсах, соревнованиях и пр., принимайте!

Меня иногда спрашивают о том, что, может быть, стоит уехать в другой район, город в надежде, что, когда вернутся, ситуация изменится. Если учителя и школа ничего не хотят с этим делать, то только если на год и более (и то не факт). Меньше срок — увы, ситуация не изменится. Больничные, отъезды в отпуск ситуацию не решат. Наоборот. По возвращении это все усилится, потому что с этим никто не будет работать. Поэтому этот вариант можно не рассматривать. О

других расскажу позже.

Также у меня спрашивают по теме боевых искусств. Да, это нужно. Я не буду писать в этой книге, что именно, какие виды боевых искусств необходимы. Могу ответить лично. Но то, что независимо от пола нужно ребенка отдать в такую секцию — это однозначно. Кстати, я вижу, что сейчас занимается в них очень много девочек. Это правильно, но это огорчает. Родители не уверены в безопасности своей дочери, дочери растут с мыслью, что их не защитят, наоборот, обижают и поэтому надо уметь постоять за себя. Это очень грустно и показывает, насколько наше общество больное. При выборе секции важно, чтоб тренер был адекватный и создавал командный дух, дух поддержки и взаимопомощи, конструктивного соревнования. Это необходимо изучить, понять для того, чтоб не повторить ситуацию буллинга, но уже в секции по боевым искусствам. Такие тренеры есть, их много. Они с пониманием относятся к своим новым подопечным и, как правило, хорошо помогают им влиться в коллектив, в котором можно найти сильных, уверенных в себе друзей. В целом в большинстве своем там психологически обстановка более здоровая, чем в школах.

Итак, используйте силу поддержки и помощи во всех ее вариантах для сохранения психики и нервной системы своих детей и себя, не пропуская ни один из обозначенных шагов.

# Волшебство в ночи приснится (колыбельная)

*Припев:*

Баю-баюшки-бай,  
Волшебство в ночи приснится.  
Баю-баюшки-бай,  
Россыпь звезд преобразится...

*Куплет 1:*

Небеса, восход звезды,  
Это — солнце золотое.  
Его теплые лучи  
Согревают все благое.

В городах и селах жизнь  
Расцветает светлым утром.  
Птицы улетают ввысь,  
Подают пример нам будто...

*Припев.*

*Куплет 2:*

Ангел мой, ребенок мой,  
Путь твой будет счастья полон.  
Мудрость с силой и покоем,  
И любовь, чтоб был он долог.

Жизнь сама тебя хранит,  
А земля придаст опоры,  
Свет от тени оградит,  
Чудеса соткут узоры.

*Припев.*

*Куплет 3:*

Ты — восторг и смысл мамы,  
Радость, нежность и объятия.  
Ты иди по жизни прямо,  
Делай для души занятия.

Берегут тебя и боги,  
Помогая всем в дороге.  
Шаг пусть будет твердым, смелым,  
Мирным будет твое дело.

*Привет.*

# Памятка для родителей на случай звонка из детского сада или школы о травме у ребенка

1. Если звонят из детского сада или школы по причине каких-то травм у ребенка, не теряйте времени и выезжайте немедленно.

2. Пока едете за ребенком, сразу решайте вопрос с врачами и больницей — куда и как повезете.

3. Если вам говорят сотрудники детского сада или школы, что ничего страшного, все уже нормально и пр., не верьте. Во-первых, они заинтересованы в том, чтобы вы никуда не сообщили о травме на их территории, чтоб не было у них разбирательств и пр. Во-вторых, они все-таки не врачи, и даже медсестра не врач, не рентген и не прочее оборудование, чтоб точно и четко ставить диагноз.

4. С учетом п. 3, забрав ребенка, вы сразу везете его к нужным врачам на обследование. Своевременное обследование и начало лечения поможет сохранить жизнь, здоровье ребенка, избежать или минимизировать последствия.

5. Помните, что жизнь и здоровье вашего ребенка гораздо важнее и ценнее желаний воспитателей, сотрудников детского сада, учителей и администрации школы избежать расследования (хорошие отношения не гарантируют вам отсут-

ствие этого желания у сотрудников), а также денег (то есть при необходимости можно обратиться и в платную клинику, если есть какие-то сложности с тем, чтоб попасть оперативно на прием в государственной).

### **3. Действия при получении физических травм от буллинга. Сила ПРАВИЛ**

Травмы бывают разные — душевные, физические. Сложно сказать, от чего будет больнее ребенку и/или его родителям в случае буллинга. Есть большая вероятность, что если будет буллинг, то будет и то и другое. Это просто вопрос времени, когда психологическое насилие перейдет в физическое. Порой сразу, порой через какое-то время. Это зависит от того, насколько уверенно себя чувствуют буллеры. При чем чем более уверенно они себя чувствуют, тем более жестокими они будут.

Что же делать родителям, если дело дошло до физического насилия?

Конечно, дети в процессе своего взросления получают травмы — спорт, различные игры на улицах или в помещениях, даже возможны драки с другими детьми. Синяки и ссадины можно обнаружить достаточно часто. Но синяк синяку рознь, как и ссадина ссадине.

Я в начале писала, что буду приводить немного примеров из нашего опыта. Есть разница между небольшим синяком на ноге после игры в футбол или зимой из-за скользкой по-

годы и гематомой виска в результате травмы. Есть разница между ссадиной на коленке после самоката и порезом в 2 мм от глаза или полосой в 7 см содранной кожи на лице в результате травмы.

Родители детей, столкнувшихся с буллингом, оказываются перед сложным выбором: когда сообщать учителю? говорить с учителем? когда разговаривать с другими родителями — в первую очередь родителями буллеров? когда вести в травмпункт и в какой? писать заявление в ПДН? надо ли это делать или подождать (чего?)?

Конечно, все индивидуально. И, пожалуй, из-за реально случайного синяка на руке или ноге, полученного в школе, не стоит особо волноваться и поднимать шум. Но... тем не менее проявить внимательность и присмотреться к происходящему, переспрашивать ребенка стоит. Вдруг за этим стоит нечто большое. А если речь идет о более серьезных травмах, то тут нужно обратить внимание на то, как себя ведет учитель. Вот мы и начинаем потихоньку подбираться к тому, как фактически работает и как могла бы работать система нашего образования.

Если мы говорим об адекватном учителе, то он при средних и серьезных травмах должен вести ребенка в медкабинет (небольших — в зависимости от обстоятельств и особенностей детей), оказывать первую помощь сам, если нет медсестры, оперативно сообщать родителям о произошедшем,

о необходимости медицинской помощи с честной информацией о том, как была получена травма. При необходимости вызывать скорую и пр. При получении травмы вследствие конфликта в классе, между детьми, собирать детей, проводить воспитательную работу, ставить в известность школьного психолога и администрацию школы, родителей с привлечением их всех к налаживанию обстановки в классе.

Но это мы говорим об адекватном, профессиональном учителе, который любит свою профессию, искренне любит детей (об этом будут главы далее).

Как происходит обычно на деле? С чем очень часто сталкиваются родители?

Травму обнаруживают случайно, порой упуская ценное время. Учитель молчит в надежде, что можно будет сказать, что это все было не в школе. Ребенок молчит, так как запуган и/или перепуган. Нередки случаи, когда травмы обнаруживались спустя несколько дней, что приводит к весомым осложнениям из-за того, что лечение было начато спустя время, а не сразу. И да, конечно, есть случаи, когда и сами родители недооценили степень серьезности, просто потому что они не врачи, с одной стороны, и впали в шоковое состояние от того, что произошло с их ребенком, с другой стороны (речь не только про физическую травму, но и то, что стоит за ней).

Но есть важный нюанс: учитель (как и врач) — это та профессия, которая предполагает что он еще и человек хороший (хотелось бы этого). Поэтому, если мы ничего хорошего не можем сказать об учителе как о человеке, это значит, что он и как учитель несостоятелен. Увы. Чему он будет учить детей? Предмету? Да... А какими способами? Насколько нравственными будут его способы обучения, если нравственности у него нет?

Другой аспект в этом вопросе: учителя — это взрослые люди. Их комфорт и безопасность достаточно хорошо защищены законом, а также действиями администрации школы и региональными, федеральными органами власти (министерства образования, министерства просвещения). Все, кто пытался отстоять, защитить своих детей, это прекрасно знают — какой ад нужно пройти, чтоб что-то доказать и привлечь к ответственности. А вот как защищено здоровье детей? Травма нанесена в школе, но она ею же и скрыта...

Отстоять себя учитель может в том числе при помощи школы (особенно при том безумном кадровом дефиците, что есть сегодня). Но всегда ли можно отстоять здоровье ребенка? Во сколько это обходится родителям и чем грозит это для жизни и успеха ребенка, качества его жизни? Думают ли об этом такой учитель и такое руководство школы? Не всегда.

Вывод об их морально-нравственных качествах напрашивается очень грустный. Их просто нет.

Что можно сказать о таких учителях (любителях своего комфорта и безопасности ценой риска по здоровью и качеству жизни, жизни детей) как о людях? Которые поставили свой личный комфорт, безопасность на 1-е место, наплевав на здоровье ребенка? Ничего хорошего.

Я снова приведу наш пример. И у него будет продолжение, которое вы также должны иметь в виду, если начинаете защищать ребенка в правовом поле. Но по порядку.

В детском саду, в смешанной летней группе, моему сыну один мальчик (ранее был в другой группе, были незнакомы) ткнул пальцем прям в глаз, попав в оптическую зону глаза. Это случилось на 4-й день их совместного пребывания. Мальчик — сын участника СВО, возможно, я ошибаюсь, но думаю, он дома случайно от отца услышал о таких методах. Однако с учетом того, что ему было 6 лет, особых вопросов к нему нет, хотя, как я поняла, с детьми в этой семье логопед детского сада занимается, вроде как даже психолог, а также директор в каких-то других вопросах помогала семье. Но вопрос сейчас все равно не к ребенку — ему 6 лет. Вопрос к воспитателю детского сада. Если кто-то сталкивался с тем, как болит глаз, когда в него попала соринка или возникли какие-то проблемы с линзами (кто их носит, знает, сталкивались), то можете смело умножить эту боль минимум в разы. Потому что когда мы оказались у окулиста, то он нам сообщил, что большая часть роговицы оторвана. И вот воспитатель видит, как больно моему ребенку, что ему становит-

ся хуже. И только минимум через час (!!!) она ведет его к медсестре. Вся эта ситуация произошла после того, как они вернулись с прогулки, в раздевалке. Примерно в 11:25. Вместо того чтоб повести ребенка к медсестре сразу, она делает стандартные процедуры — дети раздеваются, умываются, моют руки, готовятся к обеду, обедают, готовятся ко сну и укладываются!!! Ему становится хуже. Все это время она не ведет его к медсестре, а ждет, что ему станет лучше. Только спустя час она повела его к медсестре, которая сказала, что нужно срочно родителей и к врачу. Но что делает воспитатель дальше? Она приводит его в группу, говорит ему раздеваться и лечь. От боли он практически сразу отрубается, и только после этого она звонит мне со словами, что сейчас с ним вроде бы все нормально, он спит, можно забрать к концу сон-часа или даже вечером. Если бы я не знала в силу своих проблем со зрением, насколько опасны травмы глаза, насколько бывает велика боль, я могла бы в это поверить. Но я знала. А еще знала, что мой ребенок, когда ложится спать, засыпает сразу, только если ему очень плохо, когда он болеет и у него высокая температура, которая тяжело сбивается. И вот тогда он — да: голова к подушке и сразу засыпает. А обычно он хотя бы минуток 15—20 поворочается, если вообще уснет. Но она как воспитатель с ним ранее не работала, это был новый воспитатель на группе, поэтому она про это не знала. А еще очень повезло, что я в этот день была всего 5 минутах от детского сада. Вызвала такси и поехала его за-

бирать. Забирала я его в полуобморочном состоянии от боли. Он не мог открыть от боли глаза, а так как мальчик уже большой, поднять на руки я его не могла. Приходилось вот в таком состоянии его выводить из сада и вести к машине, а потом в таком же состоянии заводить его в медицинский центр. Мы не поехали в травмпункт, так как, к сожалению, в государственных больницах очень часто есть проблемы с обезболивающими, а еще там есть очередь и заполнение кучи бумажек. А ему очень плохо. Когда есть травма глаза, то даже взрослым тяжело проходить осмотр без обезболивающего. А еще в таких случаях время (и не только) имеет значение. Так как я по своему опыту знала частный центр, в котором с такими случаями могут принять пациента в оперативном порядке, закапать обезболивающее (и даже лекарство) и провести на современном оборудовании осмотр, мы поехали туда. Через 30 минут мы уже проходили осмотр. А после — 2 дня боли, так как при лечении обезболивающее капать нельзя, они мешают лечению. 2 дня с закрытыми от боли глазами и неделя тревоги за зрение и состояние ребенка после такого.

К чему это я? К тому, что воспитатель спасала себя в этой ситуации, не думая при этом о зрении у ребенка. Что делала заведующая детского сада, когда начали разбираться в ситуации? Очень просила забрать заявление из полиции, но не потому что переживала за ребенка, а потому что переживала за свое кресло и должность. Психолог детского сада на со-

брании сказала мне: «Ну, заберите заявление, что вам стоит. Все же обошлось». Обошлось благодаря кому? Моим знаниям офтальмологии, ребенка и смекалке или действиям воспитателя? Разве она психолог после этого? Нет, это профессиональная непригодность, потому что человеческие качества отсутствуют напрочь. На собрании у директора я была с диктофоном. Проводить какую-либо работу с ребенком, который ткнул пальцем в глаз моему сыну, никто не стал. Никаких мероприятий по адаптации моего ребенка после произошедшего в случае возврата ребенка в группу тоже никто не предложил. Никаких мероприятий, чтоб помочь детям сдружиться после такого, никто не предложил, хотя я об этом несколько раз спрашивала. В ответ — тишина и игнорирование. В детский сад мы после этого не вернулись, я забрала документы. Объяснительную от воспитателя я видела, она у меня есть. В ней масса неточностей и лжи о сроках происшествия, о порядке оказания помощи (вернее, ее не оказания) и пр. Воспитатель даже не стала стараться, чтоб как-то прикрыть очевидные неточности и ложь. Уголовное дело полиция возбуждать не стала.

Но есть еще один важный момент во всем этом. Когда мы в 1-м классе столкнулись с буллингом, что сделала школа? Она сделала запрос в детский сад и поговорила с заведующей. С учетом того, что у нас было в июне, думаю, несложно догадаться, что о нас сказали. Это — месть. Местью заведомо слабому. Какой вывод напрашивается о морально-нрав-

ственных качествах всех данных людей? Вместо того чтоб решать проблему здесь и сейчас, собирается досье на пострадавшего ребенка, чтоб проблему не решать, а заставить его сторону замолчать. И с этого момента проявляется абсурдность действий и отсутствие логики, здравого смысла и нравственности.

К чему это все рассказываю? К тому, что, когда вы сталкиваетесь с первыми признаками недобросовестного, халатного, манипулятивного, прочего недостойного поведения воспитателей, учителей, заведующих и директоров и вы принимаете решение защищать своего ребенка и требовать ответственности со стороны учебного заведения, его сотрудников, вы должны понимать: вы в этой системе надолго, до окончания обучения в 9-м или 11-м классе, а может быть, и до окончания колледжа и вуза (они тоже часть системы). Вам и вашему ребенку, скорей всего, будут мстить — за то, что посмели сказать правду, что посмели писать заявления, что посмели искать правду, ответственность, требовать решений, посмели не смириться вот с таким отношением. Вы должны быть к этому готовы. Даже если ваш ребенок безупречен, найдут, за что зацепиться. Но если у вашего ребенка есть те или иные особенности, их будут использовать и не для того, чтоб помочь вам и вашему ребенку, а для того, чтоб заставить вас замолчать и смириться с театром абсурда и безнравственности.

Это правда, которую вы должны знать, понимать и быть

к ней готовыми!

Думаю, теперь вы понимаете, по какой причине в предыдущей главе я говорила о поддержке себя и своего ребенка при помощи различных специалистов — и это еще не все специалисты, которые вам будут нужны. Буллинг — дело дорогое.

И в этой же связи еще один не менее важный аспект — он ключевой! Как вы думаете, как быстро дети понимают лицемерие воспитателей, учителей, администрации школы? Как быстро они понимают, что на словах от них требуют одно, а сами делают совершенно другое? Способствует это понимание процветанию буллинга в школе (как детского, так и педагогического) или нет?

Какие модели поведения дети тогда вырабатывают?

Одни понимают, что могут творить все, что хотят. В этой системе им ничего за это не будет, потому что по факту учителя и школа с ними в одной лодке. Это потенциальные буллеры.

Приведу пример. Девочка — дочь спонсора школы была буллером. Два года дочь моих знакомых молчала о том, что происходит, что ее и других детей травит компания во главе с той девочкой. Именно поэтому первая глава была посвящена тому, как важно говорить всем участникам и всем, кто рядом и не рядом. Когда знакомые узнали, из школы ушли.

Подруга пострадавшей осталась, прогнулась под буллера. На протяжении нескольких лет вытягивала из родителей крупные суммы денег, чтоб соответствовать требованиям буллера, чтоб ее не гнобили. А после 9-го класса в состоянии алкогольного опьянения погибла, разбилась на машине. В этой же школе однажды родители 2 классов практически одновременно вывели детей из этой школы, так как было невозможно в этой школе оставаться. Конечно, есть вопросы к девочке-буллеру. Но первые вопросы к кому должны быть? К учителям и директору школы, потому что школа — это их территория, а не спонсора, несмотря на его деньги. Что для директора было важней? Детей здоровыми людьми воспитать или деньги получить (де-факто купили ее молчание)? Если спонсору нужна «своя школа» для развлечений дочери, то строит свою и там наводит свои порядки. А вторые вопросы — к родителям девочки: они Человека или Чудище воспитывали? Судя по всему, второе, и им это вполне удалось.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.