



Насоки

за пансионни училища за деца

Проект „RISE. Повишаване на вътрешните ресурси за справяне с училищния тормоз”, финансиран от програма „Права, равенство и гражданство” на Европейски съюз. Съдържанието на насоките е отговорност на Фондация „Асоциация Анимус” и по никакъв начин не отразява вижданията на Европейка комисия.

Насоки за пансионни училища за деца

I. Въведение

II. Контекст

- 1. Интернати и тормоз**
- 2. Безопасност и благополучие на живеещите в интернати**
- 3. Правата на детето и правото на участие**
- 4. Участието на детето и неговата важност**
- 5. Начини и подходи за включване на децата**

III. Увеличаване на осъзнатостта

- 1. Какво е тормоз**
- 2. Форми на тормоз и последствията от него**
- 3. Безопасна среда и правила срещу тормоза**
- 4. Обучаване на персонала**

IV. Превенция

- 1. Разработване на стратегия за превенция в интерната**
- 2. Включване на младите хора**
- 3. Прилагане на стратегията за превенция, контрол и оценка – практически препоръки и съображения**

V. Интервенция

- 1. Кога е необходима интервенция?**
- 2. Вътрешни ресурси – какво може да бъде направено в училищната система на интерната?**
- 3. Външни ресурси**
- 4. Ясни процедури за подаване на оплаквания и сигнали**

VI. Приложение 1: Идеи, родени от проекта RISE след прилагането на конкретна програма за интервенция

VII. Приложение 2: Допълнителни източници/препоръчително четиво

I. Въведение

Тормозът продължава и днес да бъде сериозен проблем за много ученици във всяка страна и във всякакъв тип училища. Той представлява повтаряща се, продължителна форма на малтретиране или дразнене и може да приеме различни форми, което го прави толкова опасен и въздействащ. Ето защо е препоръчително програмите за повишаване на осъзнатостта, както и за превенция и за интервенция в случаите на тормоз, да станат част от програмата на всяко училище. Интернатите, поради многото време, което младите хора прекарват там далеч от своите семейства, също могат да се превърнат в място за поява и разпространение на тормоза, ако не се полагат целенасочени усилия в тази област.

Този набор от препоръки е разработен като част от проекта RISE и е предназначен за професионалисти, работещи в интернати, родители, заинтересовани възрастни хора и всеки, проявяващ интерес към превенцията на тормоза. Главните цели на тези препоръки са: 1) да подпомогнат процеса на създаване и поддържане на безопасна среда в интернатите и 2) да дадат насоки как да се извлече максимумът от съществуващите добри практики и стандарти и да се разработят нови, когато е необходимо. Сигурната и грижовна среда улеснява учебните процеси и увеличава качеството им и осигурява значителни предимства за развитието.

Тормозът е сложен феномен, в чиято основа лежат различни причини и много влияещи фактори, поради което справянето с него изисква усилия и разбиране на много нива. Всеки интернат без изключение би трябвало да разполага с ефективна политика за противопоставяне на тормоза; необходимо е тя да бъде развивана, прилагана и преработвана редовно, както и да бъде достъпна за всички членове на персонала, тийнейджърите от интерната и родителите/настойниците. Този документ е насочен най-вече към персонала на интернатите и към възпитателите, работещи в такъв контекст. Специфичните цели на препоръките са да бъдат осигурени на професионалистите начини за повишаване на сигурността и предотвратяване на тормоза, да увеличат разбирането им за правата и безопасността на децата, да създават възможности самите деца да се включват към усилията за създаване на сигурност в интернатите, да дадат насоки за контрола на линията на поведение и практиките за безопасност и да насърчат сътрудничеството между професионалисти, обитатели на интернатите, родители и други заинтересовани страни.

Предотвратяването и противопоставянето на тормоза не се осъществяват във вакуум – за това са нужни различни стратегии и практики, сътрудничество между заинтересованите страни и създаване и поддържане на безопасна и гостоприемна училищна атмосфера. Участието в този процес на самите деца е ключов фактор. Затова тези препоръки се фокусират върху различни аспекти на проблема – феномена тормоз, правата на детето и важността на участието на децата в превенцията на тормоза и в интервенцията, ако тормозът вече е факт.

Препоръките са разработени като част от проекта RISE след разработването и прилагането на една новаторска програма за интервенция, базирана върху различни резултати и изводи от множество изследвания в сферата на неврологията в страните-партньори, участващи в проекта RISE. Програмата включва теоретични открития за функционирането на мозъка, практики за постигане на по-голяма осъзнатост, спортни занимания и дейности между самите млади хора. Документът представя идеи и прозрения, родени в резултат на прилагането на програмата, както и свързани с темата материали, базирани върху изследователски статии, материали за превенцията,

уебсайтове, фокусирани върху правата на детето и/или тормоза в училище, и т. н. Поради своите мащаби и цели, документът не представя пълната информация за тормоза и не навлиза в детайли на специфични програми за превенция или интервенция в случаи на тормоз; предназначението му е да създаде контекст за размисъл във връзка с тормоза, идентифицирайки различните типове решение на проблема, за да бъдат подбрани най-добрите варианти въз основа на специфичните нужди на конкретно училище/възпитател. Важно е да се подчертае също така, че главният фокус на документа е върху превенцията.

Важна забележка:

По-нататък в документа живеещите в интернати се обозначават като млади хора, младежи, тийнейджъри, подрастващи и – в контекста на правата на детето и Конвенцията на ООН – като деца, както се дефинира всеки човек под осемнайсет години в страните от ЕС, ратифицирали конвенцията).

II. Контекст

1. Интернати и тормоз

Интернатите имат свой специфичен контекст, който ги отличава от другите училища – тийнейджърите прекарват в тях много повече време, далеч от своите семейства и приятели. Те са сред връстниците си много по-дълго в сравнение с учениците в дневните училища, което ги прави по-уязвими от виктимизация във взаимоотношенията. Материалната база в интернатите е по-разнообразна, тъй като тук младите хора не само учат, но и живеят, хранят се, тренират и т. н. Този контекст осигурява на подрастващите много възможности за учене и развитие, но е възможно също така да ги изправи пред специфични предизвикателства. Поради липсата на непосредствена подкрепа от семейството, не е изключено някои от младежите в интернатите да се чувстват уязвими, а по-несигурните и уязвимите стават по-лесно обект на тормоз. Също така, поради много по-голямата база, има вероятност някои да не бъдат наглеждани постоянно и така възникват пространства, където е възможно да се стигне до тормоз. Затова интернатът се нуждае от ясни стратегии и политика за справяне с потенциалния или съществуващия тормоз.

2. Безопасност и благополучие на живеещите в интернати

Личната безопасност и чувството на сигурност и благополучие заемат централно място, когато става дума и за обучение, и за развитие – тормозът и други подобни източници на заплаха могат да породят сериозно напрежение в живота на младите хора. Не само тормозът, но и липсата на сигурна училищна среда води до широка гама поведенчески проблеми. Ето защо тормозът трябва да бъде разглеждан в контекста на цялостната политика за безопасността. Това се отнася за различни училища и учащи се, но

контекстът на интернатите може да увеличи предизвикателствата поради многото време, което техните обитатели прекарват далеч от семействата си.

Сигурността на учебната среда, както и на жизнените пространства, често е ключ към успеха в учението. Ученето се извършва не само в класната стая, но и на много други места – спалните помещения, игрищата, ателиетата, библиотеките и друга училищна база. Взаимоотношенията между живеещите в интерната и между персонала на интерната и живеещите в него увеличават или възпрепятстват чувството на сигурност и удовлетворение – взаимоотношенията често са главният източник на обезсърчаване или дори преследване и тормоз в училищния контекст. Затова взаимоотношенията в училище между учители/персонал и учаци се би трябвало да се планират така, че да окуражават младите хора да бъдат не просто получатели на знания, а активни участници както в своето обучение, така и във връзка с мерките и политиката за сигурност в училището – което става възможно най-вече посредством поддържане правата на детето.

Превенцията е ключов елемент, а начинът, по който се развива един интернат, процедурите, които следва, обучението на неговия персонал са компоненти на сигурната среда. А постигането на сигурност е процес – необходимо е изискванията не само да бъдат представени в някакъв момент, но и да се припомнят и поддържат във времето.

Всяко училище би трябвало да има ясни процедури и разпределение на отговорностите и да използва различни показатели при оценката на безопасността. Освен това би било добре да включва учениците, за да разбере какви са нуждите им, както и техните родители и общността.

Това е илюстрация на някои възможни показатели за сигурна училищна среда. На тази основа всяко училище може да разработи свои показатели, опирайки се на специфичния си контекст и характеристики:

- *Нисък процент на отпаднали (или никакви отпаднали).*
- *Добро представяне в учебния процес, високи оценки, участие на ученици в състезания.*
- *Съблюдаване на Конвенцията за правата на детето и нормативните актове, свързани с безопасността на децата.*
- *Ясни стратегии за подкрепа на правата на детето и прилагането им в училището.*
- *Висока степен на позитивно взаимодействие и сътрудничество между училищен персонал, обитатели на интерната, родители, настойници, по-широка общественост, детски служби, НПО и други.*
- *Адекватна и безопасна материална база.*
- *Добър надзор на материалната база.*
- *Наличие на разнообразни извънучилищни дейности.*
- *Възможности за включване на всички ученици в училищни дейности.*
- *Ниски нива на нарушаване на училищните правила, агресивно поведение и проблеми с дисциплината.*

Училището би трябвало да разполага с ясно дефинирани роли и отговорности, свързани със сигурността, например под формата на специален комитет, имащ функцията да следи за безопасността, да идентифицира проблеми и нужди, свързани с безопасността, да дава предложения за подобрения, да търси ресурси от общността, да създава мрежи от заинтересовани страни и родители, които могат да допринесат за сигурността и за решаването на различните проблеми, да информира редовно родителите за плановете, свързани с безопасността в училището, да организира срещи с родителите при извънредни ситуации и проблеми, свързани със сигурността, и т. н. При наличието на такъв комитет или работна група, училището трябва да създаде ясни правила за функционирането им, критерии за подбор на членовете и разпределянето на ролите и отговорностите. В оптималния случай би трябвало да включва различни индивиди – директор, учители, родители, представители на живеещите в интерната, членове на общността и т. н.

3. Правата на детето и правото на участие

Конвенцията за правата на детето на ООН разглежда децата като независими индивиди със свои права и дава по-детайлно описание на основните им права. Всички страни, ратифицирали Конвенцията, имат отговорността да прилагат закони и други мерки и да разработват помощни системи и служби, за да могат децата¹ действително да упражняват правата си.

Участието на деца в засягащи ги въпроси е все още нова концепция за мнозина, дори за работещите с деца. В самата Конвенция има два члена, които се фокусират върху участието.

Член 12 на Конвенцията за правата на детето гласи, че „[с]траните по конвенцията осигуряват на детето, способно да формира свои собствени възгледи, правото да изразява тези възгледи свободно по всички въпроси, отнасящи се до него, като на тях следва да се придава значение, съответстващо на възрастта и зрелостта на детето.“

Член 13 на Конвенцията за правата на детето гласи също, че „[д]етето има право на свобода на изразяване на мнение. Това право включва свободата да търси, получава и предава информация и идеи от всякакъв вид, независимо от границите, в устна, писмена или печатна форма, или под формата на изкуство, или чрез каквито и да са други информационни средства по избор на детето.“

В заключение, Конвенцията като цяло и смисълът на тези членове е необходимо да бъдат добре известни и разбрани от професионалистите, работещи с деца.

4. Участието на детето и неговата важност

Според културната и обществената традиция, възрастните вземат решенията както за самите себе си, така и във връзка със своите деца. Но това невинаги е най-добрият вариант – младите хора и децата имат свои нужди, чувства и разбирания, и ако искат

¹ Лицата под 18 години се дефинират като *деца*. В този документ *деца* се използва, когато става дума за лица под 18 години, в съответствие с Конвенцията.

наистина да им осигурят най-доброто, възрастните е необходимо да са наясно с гледната им точка и да я вземат предвид.

Но защо детското участие е все още трудно в много случаи? Понякога пречката са самите възрастни и техните нагласи. Често те не са готови да дадат контрола на младите хора, подценяват способността им да допринесат за решаването на важни въпроси или пък са прекалено грижовни и мислят, че децата не би трябвало да бъдат натоварвани с отговорности преди да достигнат пълнолетие. Но за младите хора всъщност може да бъде изключително полезно постепенно да поемат все повече и повече отговорности (съобразно нивото им на развитие) и да им се дава възможност да излагат своите възгледи и да дават свои предложения. Това е форма на овластяване, която може да им помогне да пораснат и да разберат по-добре връзката между действие и следствие.

Липсата на знания и опит е друго препятствие пред вземането на участие: дори когато възрастните искат да ги включат, децата трябва да знаят как да се справят, което означава информация, обучение, тренинги и обмяна на идеи и опит с другите.

5. Начини и подходи за включване на децата

Роджър Харт² обяснява процеса на детското участие чрез метафората със стълба, чиито най-ниски стъпала са дейности, които не водят до реално участие, затова професионалистите трябва да се стремят към прилагане на по-високите форми:

- Манипулация: възрастните карат децата да правят нещо, което те не разбират напълно. Манипулацията е абсолютно неетична.
- Разкрасяване: децата биват подканяни, но само формално, да присъстват, да бъдат „добри“, да помогнат с нещо, но без да им се даде реална възможност да изразят мнението си, и т. н.
- Токенизъм: възрастните може и да твърдят, че на децата се дава свобода да формират и изказват мнението си, но в действителност не е така, тъй като децата нямат информация, за да могат действително да формират някакво мнение и не са насърчавани да говорят откровено, а обикновено само да изказват повърхностно одобрение на това, което възрастните казват и правят.
- Упълномощени, но информирани: децата имат известно задължение да участват в нещо, но са добре информирани за него и имат свободата да говорят това, което мислят, да дават идеи за изпълнението му и да избират начини, по които могат да допринесат за осъществяването му.
- Инициране от възрастните и вземане на решения съвместно с децата: особено важно за дейности, които засягат децата директно – като избора на извънучилищни дейности, какво от материалната база е необходимо да се подобри приоритетно, и т. н.
- Инициране и реализиране от децата: най-висшата форма според Харт. Децата поемат инициативата и дават своите идеи и предприемат конкретни стъпки за тяхното осъществяване.

² Hart, R.A. Children's Participation: From Tokenism to Citizenship. UNICEF publication. Retrieved from: http://www.unicef-irc.org/publications/pdf/childrens_participation.pdf.

Следват най-важните изисквания, за да може един проект наистина да бъде определен като даващ възможност за участие (според Харт):

- Децата разбират целите на проекта.
- Децата знаят кой и защо е взел решенията във връзка с тяхното участие.
- Децата изпълняват същностна (а не „разкрасяваща“) роля.
- Децата изразяват доброволно желание да участват в проекта, след като им е бил разяснен.

Като пример за привличането на младите хора в интернатите към участие може да се даде организирането на нещо като съвет или парламент на интерната – избраните като представители от своите връстници подрастващи дават предложения по важни въпроси, свързани с интерната, участват в срещи с училищното ръководство, във вземането на решения и определянето на цели и т. н. Необходимо е да имат възможност да проявяват предприемчивост и мнението им да бъде чувано; винаги когато предложенията на младежите не могат да бъдат осъществени, е нужно да бъдат информирани за причината. Тогава членовете на съвета/парламента могат да предложат още начини, по които да включат други ученици, да разработват проекти и да дават идеи във връзка с училищни процедури, подпомагане на училището, извънучилищни дейности и т. н.

В заключение можем да кажем, че включването на младежите би трябвало да бъде постоянно и училището би трябвало да се стреми да насърчава последните три форми на участие според Харт, за да избегне токинизма, разкрасяването и манипулацията. Учениците може да имат свой, ученически парламент, борд, съвет; училището би могло да организира специфични фокусни групи за специфични проблеми, и т. н. Има много различни начини за привличане на децата, но е необходимо те да имат платформа, за да бъдат чувани гласовете им по въпросите, свързани с тях, и предложенията им трябва действително да бъдат вземани предвид и прилагани, а ако не бъдат прилагани, е необходимо да им се обяснява ясно защо.

III. Увеличаване на осъзнатостта

1. Какво е тормоз?

За да се противопостави на тормоза, училищният персонал трябва да е наясно с характеристиките на този комплексен феномен.

Какво е тормоз? Определенията са много, но едни от най-масово използваните са предложените от Ерлинг Роланд (1989 г.) и Дан Олвеус (1991 г.). Роланд дефинира тормоза като „продължително насилие, физическо или психологическо, извършвано от един индивид или група хора спрямо индивид, който не може да се защити“³. Дан

³ Roland, Erling. 1989. Bullying: The Scandinavian Research Tradition. In *Bullying in Schools*, edited by Delwyn Tattum and David Lane. Stoke-on-Trent: Trentham.

Олвеус, който пръв се фокусира систематично върху проблема, също дефинира тормоза като „повтарящи се във времето негативни действия, включително удряне, ритане, заплашване, заключване в помещение, изричане на неприлични и неприятни неща и предизвикване“⁴. В друго определение Кен Ригби дефинира тормоза като „системна злоупотреба със силата в междуличностните отношения“⁵.

Причинената болка може да бъде физическа или емоционална, тормозът може да бъде извършен от отделен индивид или група деца. Обикновено се осъществява в училище – в класните стаи, но и на други места като столова, коридори, стълбища и училищен двор – а в случая с интернатите – в спалните помещения и останалата част от материалната база. Също така може да бъде извършен на отиване или на връщане от училище. От друга страна, ако нормалната игра и взаимодействие между деца неволно причинят болка, това не може да бъде дефинирано като тормоз, тъй като липсва съзнателно намерение.

Със своето поведение, тормозещият се стреми да постигне контрол и усещане за своята сила, докато жертвата се чувства слаба, безпомощна и уплашена – по думите на Олвеус, жертвите често „се чувстват глупави, засрамени и непривлекателни“⁶.

Могат да бъдат идентифицирани (Хили, 2003 г.) четири ключови характеристики на тормоза: повтаряемост във времето (не са изолирани инциденти), преднамереност (тормозещият иска да причини болка), сила (съществува дисбаланс на силите – обикновено тормозещият е по-едър, по-голям, по-силен, по-популярен) и липса на реципрочност (за разлика на някои игрови взаимодействия, когато едното дете може да подразни другото и второто дете да му отвърне със същото, когато става дума за тормоз, жертвата се чувства безпомощна или твърде уплашена, за да отговори по същия начин)⁷.

2. Форми на тормоз и последствията от него

Тормозът може да приема различни форми. Най-общо те се делят на директни и индиректни⁸. Примери за директни форми са заплашването, удрянето, дразненето, ритането и зашлевяването. Типични примери за индиректен тормоз са повреждане притежания на другия, разпространяване на слухове за него, говорене зад гърба му или социална изолация чрез преднамереното му изключване от групови разговори и дейности. Но това, което е общо и за двете категории и което трябва да бъде добре

⁴ Olweus, D. (1991) Bully/Victim problems among schoolchildren: Basic facts and effects of a school based intervention program. In Debra, J. Pepler and Kenneth H. Rubin. (eds.) *The development and treatment of Childhood aggression*. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.

⁵ Rigby, Ken (2008). *Children and bullying*. how parents and educators can reduce bullying at school. USA. Blackwell Publishing.

⁶ OLWEUS, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Malden, MA: Blackwell Publishing.

⁷ Healey, J.B. (nd.). Resiliency as a critical factor in resisting bullying, 1-7, <http://bscw.rediris.es/pub/bscw.cgi/d497958/Resiliencia.pdf>, Accessed: 3/9/2012.

& Healey, J.B. (2003). New theoretical perspectives on bullying: broadening our understanding of the psychology of peer abuse, Paper presented ant NZARF AARF, Auckland, New Zealand, November.

⁸ Solberg, M., & Olweus, D. (2003). Prevalence estimation of school bullying with the Olweus Bully/Victim Questionnaire. *Aggressive Behavior*, 29, 239/268.

разбрано, е чувството на страх в жертвата, което се повтаря във времето и атакува вътрешното ѝ усещане на самоуважение, власт и контрол⁹.

Кибертормозът е друга форма на тормоз, която в наши дни става все по-разпространена и съществува успоредно с традиционните форми на тормоз – с подобни причини и следствия.

Ако тормозът в училище бъде оставен без никаква интервенция, този феномен най-вероятно ще прерасне в училищно насилие и ще създаде сериозен риск за академичния живот и учебните постижения на учениците.

Много са негативните последствия от тормоза за неговите жертви. Ригби¹⁰ ги разделя на следните категории:

- не особено добро психическо състояние: преобладаване на отрицателни състояния на ума и чувствата;
- проблеми при социалната адаптация: чувство на самота, на изолация;
- психическо страдание: сериозно състояние на тъга, депресия, тревожност, мисли за самоубийство и т. н.
- недобро физическо състояние: увеличена уязвимост от физически болести (може да бъдат и психосоматични).

Негативните следствия от тормоза засягат и самите извършители на тормоза, а не само неговите жертви, например затвърждаване на отрицателни поведенчески модели и начини за упражняване на сила и контрол над другите. Олвеус например отбелязва, че подрастващите, упражняващи тормоз, е по-вероятно по-нататък да извършат престъпления и да се появят в съда за малолетни.

Освен това тормозът често оказва силно негативно въздействие върху академичните постижения на жертвите; нещо повече, рязкото понижаване на резултатите в учебната дейност нерядко е индикатор за тормоз. Тъй като не е изключено жертвите да започнат да асоциират училищната среда с отрицателни усещания и да се чувстват нащрек и стресирани, фокусът им естествено няма как да бъде върху целите на обучението. Случаите на продължителен тормоз без подповаща интервенция е възможно да доведат дори до отпадане от училище. Според Олвеус по-ниските от средните оценки са типични за всички участващи в ситуации на тормоза – както жертвите, така и извършителите¹¹.

По-добрата осведоменост по въпросите на тормоза помага на училищния персонал да си изясни неговите причини и да идентифицира рисковите групи, т. е. онези от живеещите в интерната, които са изложени на по-голям риск от тормоз.

⁹ Rigby K. (2006) What international research tells us about bullying. In *Bullying solutions*. Editors H. McGrath , and T. Noble. Sydney: Pearson Education, pp 3-17.

¹⁰ Rigby K. (2006) What international research tells us about bullying. In *Bullying solutions*. Editors H. McGrath , and T. Noble. Sydney: Pearson Education, pp 3-17. 13. & Rigby K (2006) An overview of approaches to managing bully/victim problems 149-160. In *Bullying solutions*. Editors H. McGrath , and T. Noble. Sydney: Pearson Education.

¹¹ Olweus, D. (1978). *Agression in the school: bullies and whipping boys*. Washington. Hemisphere Publication.

Кои са причините за тормоза?

Кое кара един човек да тормози другите е важен въпрос, на който опитват да отговорят много теории. Обясненията, дадени на даден проблем, са ключ към търсенето на решения. Тормозът е сложен проблем, в чиято основа може да лежи повече от една причина. Следва резюме на някои от обясненията, дадени в литературата по темата:

- Слаб самоконтрол (Moon & al., 2008)¹²: според тази гледна точка на тормоза може да се гледа като на много подобен на други форми антисоциално и дори криминално поведение. Работещите в тази посока теоретици твърдят, че слабият самоконтрол води до такива поведенчески проблеми; така например според Хирши „индивидите със слаб самоконтрол е по-вероятно да се стремят към незабавно удовлетворение, да бъдат физически активни, да не бъдат чувствителни към другите и да са с ограничени академични способности“¹³. Следователно, ако приложим само тази теория, подобряването на самоконтрола може да бъде от голяма полза за превенцията на тормоза и криминалното поведение.

- General strain theory: според социолога Робърт Агню високите нива на стрес и напрежение, на лично ниво могат да доведат до проблемни емоции и поведение¹⁴. Следователно най-стресираните или травмирани млади хора (например станали жертва на тормоз на най-ранна възраст), които не могат да се справят с отрицателните си емоции като гняв и тревожност, е най-вероятно да упражняват тормоз. При едно проучване на Олвеус става ясно, че честите наказания, лошото отношение и пренебрегването от родителите (или дори връстниците) са свързани с тормоза (Олвеус, 1993 г.)¹⁵. Следователно на този етап можем да заключим, че по-добрите възможности за справяне с емоционалната травма и отрицателното въздействие може също така да помогнат на училища и общности при справянето с тормоза.

- Примери за подражание/обществено влияние: в много случаи децата, които тормозят другите, идват от семейства, където дисциплината и други проблеми водят до физически наказания и конфликтите се „решават“ най-вече чрез насилие. Ситуацията се влошава още повече, ако в домашната среда липсва емпатия. Възможно е детето да наблюдава и повтаря подобни форми на поведение и да расте, мислейки, че насилието е достоен начин за разрешаване на конфликти или утвърждаване на собствените нужди над нуждите на другите¹⁶.

- Липса на социални умения: някои ученици не са способни да създават позитивни взаимоотношения с връстниците си и също така са склонни да се обезсърчават лесно. Те тормозят другите, за да усетят, че контролират нещата. Но всъщност често зад това поведение може да се чувстват ядосани и объркани, защото не са развили по-ефективни начини за взаимодействие с другите и не виждат алтернативи на упражняването на тормоз. За тези млади хора обучаването на социални умения, на емпатия и т. н. може да бъде изключително полезно.

¹² Moon, B., Hwang, H.W., and McLuskey, J.D. (2008). *Causes of school bullying*. Crime and delinquency. Vol. XX Number X Sage publication. Retrieved September 11, 2009, from <http://cad.sagepub.com>.

¹³ Gottfredson, M.R., and Hirschi, T. (1990). *A general theory of crime*. Stanford, CA: Stanford University Press.

¹⁴ Agnew, R. (1992). Building on the foundation of a general strain theory: Specifying the Types of Strain Most Likely to Lead to Crime and Delinquency. *Research in crime and delinquency*. 38, 4, 319.

¹⁵ OLWEUS, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Malden, MA: Blackwell Publishing.

¹⁶ UCLA Center: Bullying: a major Barrier to Student Learning, <http://smhp.psych.ucla.edu/pdfdocs/practicenotes/bullying.pdf>.

Упражняването на тормоз може да бъде определено като проактивно¹⁷ (тормозът се използва като начин или инструмент за утвърждаване на власт и постигане на контрол) или реактивно (като защита от предполагаеми заплахи). Също така тормозът може да се упражнява от отделен индивид или група, и ако става дума за група, мотивациите може да са различни. Много често групи деца избират някого (или друга група), защото са различни, но не биха се държали така, ако са сами.

Намиращите се в основата на проблема причини е изключително важно да бъдат разбрани, тъй като те определят най-добрия подход към превенцията/интервенцията. Ако става дума за липса на социални умения или агресивни тенденции и модели на поведение в дадено дете, или семейни проблеми и т. н., най-добрият избор може да са консултативната психология или програмите с фокус върху индивида; ако става въпрос за групово поведение, тогава фокусът би трябвало да бъде върху училищния климат, подгрупи, взаимоотношения в групата, клики.

Кой е изложен на по-голям риск от тормоз?

Много важно е персоналят на училището и интерната да бъде наясно кои тийнейджъри са по-уязвими и изложени на по-голям риск и не са подготвени да се противопоставят на подобни рискове.

Кои са тези ученици?

- Всеки, който е различен в нещо, може да стане по-лесно обект на тормоз – независимо дали разликата е във физическия вид, поведението, произхода, общественоекономическия статут, сексуалната ориентация, различната от мнозинството етническа или расова принадлежност.
- Деца с недъзи често са по-уязвими – ето защо е много важно училищата да имат също така програми за пълното интегриране и приспособяване на такива деца, така че недъгът да не им пречи да участват пълноценно.
- Ученици, които са нови в училището, особено когато идват насред учебния срок.

Преходни периоди – между началното и основното училище и между основното училище и гимназията има още рискови периоди за всеки.

3. Безопасна среда и правила срещу тормоза

Как може едно училище да се противопостави на тормоза? Първо, проблемът би трябвало да бъде разпознат и преценен. Второ, персоналят, учениците и родителите би трябвало да се ангажират активно с разрешаването на този проблем. С цел по-доброто му осъзнаване може да се използват специфични програми, насочени срещу тормоза. Една от най-популярните програми тук е разработена от Олвеус¹⁸ в средата на осемдесетте

¹⁷ UCLA Center: Bullying: a major Barrier to Student Learning, <http://smhp.psych.ucla.edu/pdfdocs/practicenotes/bullying.pdf>.

¹⁸ Olweus, D. (1991) Bully/Victim problems among schoolchildren: Basic facts and effects of a school based intervention program. In Debra, J. Pepler and Kenneth H. Rubin. (eds.) *The development and treatment of Childhood aggression*. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.

години на XX век. Тя е насочена към всяка училищна възраст – от началното училище до последния гимназиален клас. Самата програма разчита на всички засегнати (персонал, ученици, родители) и се отнася за три различни нива на интервенция: ниво училище, ниво класна стая и индивидуално ниво. Тези нива са обяснени кратко по-долу:

- *На ниво училище: анонимни проучвания между персонал и ученици, за да се определи разпространението на проблема в училището; по-голям надзор по време на хранене и в цялата училищна база; срещи за обсъждане на проблема; тренинги на учителите за начина на прилагане на програмата.*

- *На ниво класна стая: учителите въвеждат правила срещу тормоза, валидни за класната стая; провеждане на редовни срещи с класа, както и с родителите, за обсъждане на проблема и на мерките за справяне с него.*

- *На индивидуално ниво: интервенция, насочена към упражняващите тормоз, жертвите на тормоз и техните родители.*

Тук, за целите на този документ, можем също така да добавим и да обсъдим нивото на интерната.

- *В контекста на интерната: интернатите би трябвало да се стремят да разработят и поддържат конкретна и ефективна политика за противопоставяне на тормоза; тя би трябвало да бъде редовно преглеждана и подобрявана/модифицирана; всички членове на персонала би трябвало да са добре запознати с нея; тя би трябвало да бъде на разположение и на учениците, и на родителите; политиката би трябвало да е фокусирана както върху превенцията на тормоза, така и върху интервенцията/реакцията при евентуални случаи на тормоз.*

Всяко училище би трябвало да има специфичен набор от правила срещу тормоза, базирани върху следните характеристики:

- Те би трябвало да се създават с участието на ученици и родители.
- Би трябвало да се преглеждат редовно, за да се проверява дали са все още уместни за настоящата ситуация.
- Всеки ученик би трябвало да бъде запознан с тях веднага щом влезе в интерната.
- Правилата не е необходимо да бъдат много, а да бъдат много ясни, лаконични и конкретни. Всъщност могат да бъдат съвсем прости, например: „Тормозът е недопустим в това училище“, „Ако видя, че тормозят някого, ще информирам някой учител/член на персонала“.
- Всички членове на училищния персонал трябва системно да излъчват посланието, че в това училище тормозът не е допустим в никаква форма.
- В някои интернати съществуват „иницииращи“ ритуали/церемонии, които може да са оскърбителни, унизителни или заплашителни за новодошлите; интернатът не трябва да позволява извършването на подобни практики да продължава.
- Правилата са за всеки ученик, те са форма на контрол и превенция и следователно не са насочени конкретно към извършителите на тормоз или техните жертви.

- Необходимото е правилата да се прилагат последователно. Формалните правила, които не се прилагат или се прилагат само от време на време, може да причинят по-голяма вреда, отколкото полза.

4. Обучаване на персонала

За да се противопостави успешно срещу тормоза, всяко училище би трябвало да вложи необходимите средства за обучението на своя персонал – не само учителите, а всички негови членове: педагози, охрана, готвачи, хигиенисти. Обучението им трябва да бъде фокусирано върху различни аспекти, като:

- Разбиране за тормоза като сложен феномен.
- Познаване на съществуващата политика, законови положения, програми и т. н. в страната.
- Яснота във връзка с Конвенцията за правата на детето на ООН.
- Разбиране на принципите на детското участие.
- Усъвършенстване на уменията за общуване.
- Конкретни програми и тяхното прилагане, ако училището е подбрало такива.

Подобно на установяването на определени правила и създаване на възможности за участие на децата, обучението на персонала би трябвало също да бъде постоянно, и да се прави не спорадично и само на базата на проект, а като част от общата политика на училището. То може да включва осигуряването на материали за обучение, съвременни проучвания, статии, наръчници, както и участието в конференции, семинари и/или обмяна на знания с партньори в по-голямата общност.

IV. Превенция

1. Разработване на стратегия за превенция в интерната

Изключително е важно училището да създаде и постоянно да ревизира стратегията си за превенция на тормоза. Следващите параграфи се фокусират върху някои общи принципи и препоръки за такава стратегия на нивото на училището, класната стая, отделния ученик и неговите съученици.

На нивото на училището тази стратегия би трябвало да предлага:

- Мерки за подобряване цялостния климат и безопасността в интерната.
- Редовен надзор/преценка на тема тормоз, например чрез въпросници. Най-добре е това да се прави анонимно и да е насочено както към учениците, така и към персонала. Целта

е да се установи дали съществува проблем с тормоза и, ако съществува, в какви мащаби. На тази основа би трябвало да се определи какъв тип програми и интервенция са необходими в училището.

- Ясно разпределяне на ролите и отговорностите – кой в училището и по какъв начин отговаря за мерките срещу тормоза, какви точно са функциите им, кой ще контролира дейността им. Това например може да бъде училищен комитет или работна група.
- Постоянно участие на младите хора – в процеса на създаване на правилника, на проектиране на проучванията и на вземането на решения какви програми и интервенции да бъдат прилагани. В зависимост от нивото им на развитие и опита им в училище, децата могат да допринесат значително за този процес. Нещо повече, те ще се чувстват много по-ангажирани с решението, отколкото ако просто им бъде наложено.
- По-добър контрол над цялата училищна база: особено в случая с интернатите, тормозът може да бъде извършен на много повече места, не само в класната стая или училищния двор. Присъствието на членове на персонала и надзорът на стълбището, коридорите и т. н. може да има силно положително въздействие. Това е важна причина всички членове на персонала да бъдат добре подготвени да разпознават признаците на тормоз и да реагират на тях.
- Редовно включване на родители/настойници: те би трябвало да са наясно с политиката на интерната във връзка с тормоза, да имат възможност да дават предложения и да бъдат информирани за новите моменти, свързани със сигурността на техните деца, и т. н.

На нивото на класните стаи тази стратегия би трябвало да предлага:

- Правила срещу тормоза във всяка класна стая: младите хора може да участват и да създават свой набор от правила в допълнение на общия за училището правилник, защото – както вече стана дума – личното включване в процеса на определяне на правилата поражда чувство на контрол и води до по-сериозна ангажираност към правилата впоследствие.
- Дори специфичният формат на интерната да е различен от традиционните класни стаи, и в двата случая има групово взаимодействие. Следователно същите принципи могат да бъдат прилагани към такива групи млади хора и техните взаимоотношения – рамките на правилата за позитивно общуване и срещу тормоза. Колкото по-нестабилни/променливи са тези групи, толкова по-често е необходимо тези правила да бъдат отново договаряни или напомняни.
- Редовни срещи и дискусии с класа на тема насилие, агресия, тормоз, безопасност в училище и т. н. Би трябвало да се смята за нормално да се говори по тези теми, а не да се фокусираме върху тях само ако възникне проблем.
- Осигуряване на позитивна подкрепа за добро поведение и отрицателни последствия за нежелателно поведение: отрицателните последствия не би трябвало да бъдат наказания или допълнителни домашни за училище, а да се базират строго върху училищните правила и политика.
- Редовна обратна връзка за младите хора относно поведението им и как може да бъде подобро, ако създава проблеми.

- Съвместна работа с родителите, които могат да допринасят с идеи и практическа помощ.

На индивидуалното ниво тази стратегия би трябвало да предлага:

- Включване на всички млади хора в дейности, които допринасят за чувството им на принадлежност и компетентност.
- Тренинги, семинари и дискусии с обитателите на интерната.
- Осигуряване на децата на възможност да споделят своите тревоги и проблеми в училище по безопасен и конфиденциален начин.
- Обгрижване на по-уязвимите деца с допълнителни дейности, насочени към нуждите им програми и т. н.
- Политика на приветливо отношение към новодошлите, помагащо им да се чувстват добре дошли: начини да им се помогне да се почувстват добре и да се адаптират по-бързо (новите ученици често са изложени на по-голям риск да станат обект на тормоз.)

Колкото до влиянието на връстниците, тази стратегия би трябвало да предлага:

- В повечето ситуации на тормоз жертвата и извършителят не са сами. Обикновено има странични наблюдатели, които могат да повлияят на ситуацията значително или позитивно, като се намесят, покажат неодобрение, потърсят помощ, или негативно, отказвайки да направят тези неща (поради различни причини) или показвайки одобрение.
- Повечето деца са против тормоза и биха искали да го преустановят. Често обаче се страхуват да се намесят и да помогнат на жертвата, ако станат свидетели на ситуация на тормоз. За да действат, те трябва да имат доверие във възрастните (че наистина ще действат при получаването на сигнал), да не се страхуват за себе си (че ще бъдат следващата жертва на тормоз или ще им бъде отмъстено) и да вярват, че училището има твърди и логични процедури във връзка с тормоза (ако някои правила не се прилагат, детето няма да се чувства в безопасност и няма да иска да действа).
- Повечето странични наблюдатели не си дават сметка, че не са неутрална страна. Те всъщност допринасят за проблема. Затова трябва да се изясни, че бездействието е равносилно на оказване на подкрепа на извършителя на тормоза. Затова децата трябва да бъдат учени какво да правят, ако се окажат в ролята на свидетели на ситуация на тормоз. Тук от помощ могат да бъдат семинарите, разиграването на роли и други интерактивни средства.
- Много често тормозът се разиграва далеч от очите на възрастните. Това прави още по-важна реакцията на децата.
- Учениците могат да бъдат включени в процеса на повишаване на осъзнатостта на ставащото.
- Когато са много малки, живеещите в интерната деца разчитат на защитата на възрастните. Но в началните години на пубертета и преди да развият умения за по-сложни разсъждения и да натрупат опит, младите хора нерядко възприемат тормоза като нещо неизбежно и невъзможно да бъде спряно. В такъв случай е малко вероятно да

споделят преживяното или да потърсят помощ. И в този случай усилията на възрастните и по-големите тийнейджъри могат да повлияят положително и да бъдат от помощ, иначе децата, особено ако са жертва, може да се почувстват напълно изоставени и сами със своята болка и страдание.

- За да повярват, че извършителите на тормоз могат да бъдат спрени, децата имат нужда да виждат такива примери и как последователната училищна политика се прилага в случаите на тормоз.

2. Включване на младите хора

Младите хора, живеещи в интернат, би трябвало да бъдат включвани във всички дейности, свързани с безопасността. Училището би трябвало да решава как да ги организира, но при всяко положение това трябва да се осъществява редовно и активно.¹⁹

На всички деца може да се дава възможност да правят коментари или да дават предложения на по-разширени дискусии, Интернет форуми, анонимна обратна връзка и предложения или други подобни начини.

Реално и съдържателно участие е възможно само ако младите хора чувстват, че са чути наистина! Пазете се от токенизъм и разкрасяване!

3. Прилагане на стратегията за превенция, контрол и оценка – практически препоръки и съображения

Следните препоръки се базират върху размяната на добри практики между партньорите от проекта. Те са подредени в три подкатегории: общи и методически препоръки за учители и директори; препоръки за оценката на проблеми и контрол и оценка на програми; практически препоръки – конкретни идеи за това какво и как може да бъде направено.

3.1. Общи и методически препоръки за учители/директори:

- Изясняване спецификата на интернатите и какво ги отличава от обикновените училища: отдалечеността на семейството и приятелите може да накара младите хора да се чувстват по-самотни, напрегнати или объркани; възможно е да се обезсърчават по-лесно, ако усещат липса на обществена подкрепа; също така на децата, изложени на риск да станат обект на тормоз, може да им е по-трудно да говорят за това, ако не чувстват наличието на „обезопасителна мрежа“ и грижовна среда. Имайте предвид, че девиантното поведение често е отражение на липсата на самоуважение и други вътрешни проблеми. Тези вътрешни проблеми може да намерят външна изява и да се проявят като проблемно поведение, нарушаване на правилата и т. н.

¹⁹ Разбира се, не е лесно да се включат всички деца; едно от възможните решения е да има по един представител от всеки клас или младите хора да изберат няколко делегати. Ако има например училищен парламент или съвет от деца, те биха могли да имат думата при вземането на решения, свързани със сигурността и мерките срещу тормоза. Те би трябвало да се включват в срещи, на които се обсъждат подобни мерки. Биха могли да коментират и контролират предлаганите мерки и тяхното прилагане на практика – какво работи и какво не работи и защо.

- Преценка на проблема: до къде се простира тормозът във вашето училище, постоянно явление ли е или променливо и по какви начини, какви са формите на тормоз, какво е необходимо да се направи за по-добра превенция и интервенция, къде са дефицитите. Тази преценка би трябвало да бъде основата, върху която се избират конкретните мерки.
- Осигуряване на редовни и специфични тренинги за възпитателите за усъвършенстване на уменията им да наблюдават и да разпознават явлението тормоз, уменията им за комуникиране в кризисни ситуации и при инциденти, както и способността им да прилагат принципите на детското участие. Необходимо е възпитателите да работят с много млади хора и същевременно да обръщат внимание на по-„практически“ образователни въпроси. Това е една от причините понякога да е толкова трудно да се фокусират истински върху проблемите във взаимоотношенията с класа или групата. Тези умения могат да бъдат развити и подобрени значително посредством специфични тренинги.
- Подобряване на дейностите за създаване на атмосфера на взаимно доверие в интернатите и развиване на позитивно мислене.
- Подпомагане развиването на социални и личностни умения и емоционална осъзнатост на юношите.
- Структуриране на служба за психологическа подкрепа както за тийнейджърите, така и за възпитателите.
- Прилагане на специфична програма за интервенция, съобразена с нуждите на интерната, за осигуряване подобряването на социалните умения, емпатията, уменията за комуникиране и т. н. Такава програма за интервенция бе разработена като част от проекта RISE; тя или някои от нейните дейности са на разположение на интересуващите се и могат да бъдат прилагани в интернати.
- Програмата за интервенция, избрана за интерната, би трябвало да бъде обсъдена с всички засегнати: живеещите в интерната, родителите, членовете на персонала. Те би трябвало да бъдат добре информирани за нея, да им бъде даден шанс да дават обратна връзка и да се чувстват ангажирани да я прилагат.
- Подготвяне на инструменти за оценка на поведението на учениците.
- Осигуряване на служба за контрол/подкрепа на възпитателите и други членове от персонала в интерната.
- Когато бъде избрана програма за интервенция, обсъдете възможните трудности с персонала на интерната преди да е започнал процесът на прилагане на програмата, за да ги предотвратите. Понякога възпитателите са претоварени с твърде много отговорности – да преподават, да се справят с документацията, да изпитват, да оценяват и появата на друга програма може да им заприлича на нов набор от отговорности и очаквания. Затова програмата би трябвало да е подходяща за наличните ресурси и учителите би трябвало да бъдат подкрепяни от училищните инспектори или други подобни фигури по време на въвеждането и прилагането. И притесненията им трябва да бъдат чути, тъй като често са напълно основателни.
- Включване на родители/наставници в процеса на обезопасяване на училището и намирането на решения срещу тормоза. Дори да са далече от училището, днес комуникацията е много лесна благодарение на Интернет. Телефонните разговори, в това

число и конферентните, могат да се провеждат лесно, а между персонала и родителите трябва да се организират редовни срещи.

- Тийнейджърите би трябвало да бъдат редовно включвани в обсъждането на съществуващи правила за тормоза – кое е полезно и кое би могло да бъде променено или подобро, какво работи и какво не работи за тях.
- Дори най-добрите програми и подходи ще имат минимален ефект, ако се прилагат ограничен период. Така дори добрите резултати изчезват с времето. Затова за училището, което желае да се справи с тормоза, е наложително да има постоянно действащи програми, инициативи и дейности за превенция, за да осигури сериозен и траен ефект на тези неща.

3.2. Препоръки за преценка на проблеми и контрол и оценка на програми:

- Редовно инспектиране с цел преценка на училищната ситуация във връзка с тормоза и агресията.
- Инспектирането трябва да бъде анонимно и насочено и към учениците, и към персонала, за да се даде възможност на учениците да кажат това, което наистина искат да кажат.
- Използваните за тази цел въпросници трябва да са съобразени с възрастта на децата, което означава, че са нужни различни въпросници за различните класове/възрасти.
- Те би трябвало да включват въпроси за различните форми на тормоз. Тук влиза не само физическият тормоз, но и емоционалното и вербалното малтретиране, индиректни форми на малтретиране като разпространяване на слухове или повреждане на лични вещи.
- Някои въпроси трябва да са насочени към местата, където може да се стигне до тормоз – не само класните стаи и училищните дворове, но и коридорите, спалните помещения, тоалетните, трапезариите, по телефона, по Интернет.
- Някои въпроси трябва да засягат действията на потенциалните странични наблюдатели.
- Контролът и преценката на мерките срещу тормоза би трябвало да съчетават наблюдението, обратната връзка от учениците, персонала и родителите и въпросниците и инспектирането.
- Преценката на резултатите трябва да се прави периодично в края на учебния срок и/или година. Отговорният комитет или работна група би трябвало да отговаря не само за тази преценка, но и за първата интерпретация на нейните резултати и за организирането на обсъждане на тези резултати от направената преценка с родителите и учениците.

3.3. Практически препоръки

- Включвайте както професионалисти, така и тийнейджъри в писането на правила за тормоза и за изясняване кое поведение е приемливо и кое не е приемливо („вътрешни

правила“). По този начин всяка от участващите групи би трябвало да вземе предвид желанията и ограниченията на другата група.

- Участието на младите хора в определянето на правилата би трябвало да ги ангажира по-силно с процеса. Възможно е при дискусията да разберат по-добре перспективата на възрастните. Това би трябвало да им помогне да приемат основните принципи и правила на обществения живот, да се научат да уважават правата и задълженията на всеки индивид и да станат по-отговорни и почтителни граждани.
- Възможността живеещите в интерната младежи да изпробват различни социални роли би могла да им помогне да придобият по-голямо самоуважение, целенасоченост и осъзнаване на собствената сила.²⁰
- За интернатите е важно да се създаде някаква **структура** – ясни правила, яснота за осъществяването на комуникацията (например към кого могат да се обърнат младите хора, когато имат проблем), редовна обратна връзка.
- Да се мисли по-малко за санкции за **лошо поведение** и повече за възнаграждаване на желателното поведение: девиантното поведение обикновено се наказва (лишаване от планирана екскурзия, забрана за напускане на помещението в продължение на един час, допълнителна работа). Доброто поведение се стимулира от одобрението, оценката, възнаграждаването с похвала или по други начини). Желателно е също така да се покаже, че се цени отделният индивид и неговите усилия, а не само да се правят колективни похвали. Наградата може да се дава под различни форми – похвала, парична награда, високи оценки, сертификати за постижение, възможност да бъдат наставници на други ученици, други.
- Засилване чувството на **принадлежност** към група: груповата работа може да бъде стъпка в тази посока, тъй като работата по същия колективен проект може да помогне на тийнейджърите да се почувстват членове на група и/или част от по-голяма общност. Чувството за принадлежност е много важно, защото оказва силно въздействие върху поведението на учениците, тъй като поражда солидарност и отборен дух.
- Организиране на „граждански форум“ за обсъждане на колективни проблеми. Това може да се съчетае дори с някои образователни елементи – информация как са се появили и еволюирали идеите за гражданско общество и лични права, как се провежда демократична дискусия, как всеки може да допринесе с идеи и предложения. Във форума тийнейджърите могат да споделят идеи/решения във връзка с всекидневни проблеми. Ако е доброжелателен и конструктивен, форумът може да бъде наистина от полза: това означава твърди правила за провеждането му – например забележките в гражданския форум трябва да се правят с уважение към хората и законите (например без личностни атаки или обиди, без расистки забележки) и да допринасят за намиране на решения и прогресиране. Възрастните ще имат представителни функции и ще наблюдават процеса.
- Осигуряване на други **действия**, насърчаващи дискусии между възрастни и юноши на тема тормоз²¹.

²⁰ Някои от тях например могат да поемат ролята на наставници на по-малките ученици и в резултат да чуват позитивни твърдения като: „С твоя помощ вече не наказват Пол за несвършена работа.“

²¹ Например организиране на кампании и създаване на протокол срещу тормоза, специфичен за всеки интернат.

- Подготвяне на добре структуриран план, предвиждащ подходящия брой възпитатели за ефективен надзор на пространството и „мъртвите часове“, тъй като в повечето случаи тормозът се извършва именно тогава (обяд, междучасия, почивки), за да може намесата в конфликтите между тийнейджърите да се осъществява бързо. Както става дума неведнъж в този документ, многолюдните, оставени без надзор места, могат да породят много рискове.
- Осигуряване на начини за приветстване на новите ученици, например начини да бъдат представени, да бъдат включени в дейностите или групите. Също така в началото някои от другите ученици могат да им бъдат наставници, за да им помогнат да се адаптират.
- Организиране на дейности, които включват повече млади хора и могат да се противопоставят на социалната изолация – интерактивни дейности, даващи възможност на много млади хора да се включат, активно участие (особено за най-стеснителните и най-изолираните от тях). Възпитателите трябва винаги да бъдат нащрек за индиректни форми на тормоз като социална изолация и умишлено изключване от колектива и да не изпускат от очи тийнейджърите, които са най-интровертни, чувствителни, притеснителни и мълчаливи или са с физически недъг или членове на друго малцинство, тъй като са изложени на по-висок риск от тормоз от останалите си връстници.
- Осигуряване на различни съвременни материали за тормоза (листовки, статии, наръчници и т. н.) за персонала, учениците, родителите. Училището може да изготви свои материали с цел увеличаване на осъзнатостта и превенцията, тъй като това е добър начин за включване на самите деца.
- Даване възможност на учениците да говорят за своите проблеми, включително агресия, конфликти с други от живеещите в интерната, дразнене или малтретиране. Осигуряване на ясна информация към кого (психолог, психотерапевт, възпитател, други) могат да се обърнат учениците, кога и къде. Важно е да знаят, че тези разговори ще бъдат конфиденциални и че те са начин за справяне с проблема, а не признак за слабост или психическа нестабилност.
- Организиране на информативни семинари по специфични теми (като културата на родната страна на младите хора и т. н.). Това може да им помогне да се опознаят по-добре и да се почувстват по-близки.
- Организиране на забавни дейности с тийнейджърите, за да им се помогне да създадат увереност, социални умения, чувство на близост и приятелства. Това могат да бъдат различни игри, викторини, пътувания, научни проекти, фестивали, занимания с изкуство и занаяти, спорт и т. н. Начините за организиране на това са безброй и тук идеята трябва да идва от самите младежи, а възрастните само да помогнат за организиране на дейността.
- Организиране на дейности/срещи с полицаи, за да информират младите хора за престъпленията, свързани с тормоза и кибертормоза, техните законни права и т. н.
- Създаване на среда на доверие, където всички тийнейджъри се чувстват приемани и в безопасност и могат да разговарят с лекота с възпитателите.
- Привличане на младежка група при разработването на стратегии и решения за случаите на тормоз.

- Привличайте тийнейджърите да вземат дейно участие в борбата с тормоза и ги упълномощавайте да стават фасилитатори на други тийнейджъри (обучаване на връстници).
- Тийнейджърите, които участват в обучението на свои връстници, биха могли да представят идеи и прозрения пред други младежи, които не участват в групата. Те би трябвало да бъдат насърчавани да го правят.
- Организиране на тематична седмица, свързана с тормоза, и после прилагане на идеите от нея във всекидневната работа на училището.

V. Интервенция

1. Кога е необходима интервенция?

В някои случаи превенцията не е достатъчна и се стига до случаи на тормоз. В такива ситуации училищният персонал трябва внимателно да направи преценка дали може да се справи с проблема вътрешно или се нуждае от допълнителни ресурси, помощ и т. н.

2. Вътрешни ресурси – какво може да бъде направено в училищната система на интерната?

- При възникването на ситуация на повтарящ се тормоз е необходимо да се работи както с извършителя, така и с жертвата на тормоза, а също и със страничните наблюдатели, в някои случаи.
- Намесете се незабавно след инцидента: училищата в интернатите би трябвало да имат протокол за такива ситуации с насоки как инцидентът би трябвало да бъде документиран и докладван. Независимо какъв е специфичният протокол, извършителят на тормоза би трябвало да чуе ясно посланието, че подобно поведение е напълно недопустимо и че в бъдеще поведението му ще бъде наблюдавано постоянно. В някои случаи се налага извършителите да бъдат предупредени за някои по-сериозни последствия, ако се изискват от протокола.
- Незабавна трябва да бъде намесата и спрямо жертвата: приложете училищния протокол, който трябва да дава някои основни насоки: изслушване гледната точка на жертвата, информиране на жертвата и нейните родители/настойници как ще действа училището при дадената ситуация, насърчавайки жертвата да съобщава незабавно за евентуални нови инциденти на училищния персонал, родителите и т. н.

- Информирание на родителите/настойниците: те би трябвало да бъдат информирани възможно най-бързо за инцидента²².
- Говорете със страничните наблюдатели: в много случаи те могат да се намесят, да повикат за помощ или просто да покажат неодобрението си на извършителя. Следователно тяхната роля е много важна и ако има странични наблюдатели, трябва да се работи и с тях: да се обсъдят отново правилата, насочени срещу тормоза, собствените им реакции, какво ги спира да се намесят, ако случаят е такъв, и т. н.
- Тъй като воденето на подобни разговори е много трудна, емоционална и чувствителна работа, не само психологът, но училищният персонал като цяло, би трябвало да премине през основен курс на обучение как да комуникира грижовно и почиттелно с всички замесени в случилото се. Също така, след такава ситуация контролът е добър начин да им се помогне да анализират ситуацията и да се опират върху силните си страни при работата с подобни сценарии.

3. Външни ресурси

- Училището би трябвало да разработи широка мрежа за подкрепа, включвайки външни източници на професионална помощ като психолози, консултативни центрове, общински центрове за оказване на помощ, НПО и правителствени институции, общини и много други. Кои източници са най-подходящи зависи от конкретната ситуация, свързана със защитата на детето във всяка страна.
- Необходимо е добро сътрудничество с местните служби за защита на детето. Редовните срещи с тях могат да бъдат от помощ.
- Много страни имат държавни протоколи с насоки за ситуации на агресия и тормоз в училище. Всички членове на персонала би трябвало да се запознават с тях още щом започнат да работят в училището.
- На децата би трябвало да се дава информация в разнообразна и достъпна форма за външните източници за подпомагане като горещи телефонни линии за деца, общински източници и други.

4. Ясни процедури за подаване на оплаквания и сигнали

- За да бъде възможно учениците да съобщават за инцидентите на тормоз, всяко училище трябва да разполага със съвсем ясна политика как и къде да се отправят оплакванията.
- Необходимо е процедурата да бъде лесна и достъпна и за децата, и за родителите.
- Към оплакванията трябва да се отнасяме внимателно, конфиденциално и с уважение.
- Оплакванията трябва да водят до вземането на реални мерки.

²² Например може да се организира среща на родителите на извършителя и жертвата на тормоза с помощта на училищния психолог.

- Подалият оплакването би трябвало да получи информация какво да очаква, какво следва, каква по-нататъшна информация може да получи и т. н.

5. Прилагане на конкретна програма за интервенция

- Както стана дума, прилагането на специфична, обстойна, вече разработена и изпробвана програма може да бъде от голяма помощ за училището на интерната. Една такава възможност е програмата за интервенция, разработена като част от проекта RISE.
- Всяка програма, която се прилага, би трябвало да се обсъди с живеещите в интерната, членовете на персонала, родителите/настойниците и всички други, въввлечени в този процес.
- Обучителната програма би трябвало грижливо да се следи, преработва и дори модифицира, за да отговаря на специфичните нужди и предизвикателства на интерната, в съответствие със специфичния му контекст.

VI. Приложение 1: 3.3 Идеи, родени от проекта RISE след прилагането на конкретна програма за интервенция

Като практически пример тук представяме обратната връзка, получена от две организации след прилагането на новаторската програма за интервенция, разработена в рамките на проекта RISE и затова фокусирана върху осъзнатостта. Техните материали показват как дадена програма/стратегия може да бъде изпробвана, оценена и, ако е необходимо – модифицирана за специфичните нужди на конкретно училище.

Civiform:

Изпробването на програмата за интервенция е описано от Civiform като доста интензивно и предоставящо възможност за изпробване на експериментални подходи. Според тях правенето на преценка на програмата в училище и адаптирането ѝ към неговите нужди е вероятно твърде напрегнато. Следователно би могло да се разработи не толкова интензивна програма въз основа на съществуващата, съобразена с изискванията на живота и всекидневните дейности на учениците.

Техните предложения за дейностите, които би трябвало да се осъществяват:

- *На всеки две седмици дейности за осъзнатост: тийнейджърите проявяват голям интерес към дейностите за осъзнатост, които доказват ползата си като помощно средство за по-доброто осъзнаване от младите хора на емоциите им. Същевременно те са добро средство за успокояване.*

- *Ежеседмични дейности, свързани с емоциите при спорт, като дискусии за гнева, последвани от спортна дейност, което изпълнява още една цел – „изпускане на парата“; упражненията да се изпълняват по двойки, за да се увеличава доверието към себе си и към другите тийнейджъри, използване на отборни спортове за усилване на отборния дух.*
- *Всяка седмица или през седмица е препоръчително да се прожектира филм, свързан с емоциите и тормоза.*
- *Игри, свързани с емоциите.*

IFRTS:

- *Избиране на делегат/човек, отговарящ в рамките на една седмица за спазването на правилата/времето (нещо като „отговорник за правилника/времето“), + говорители, които да представят пред възрастните въпросите, засягащи групата.*
- *Тиймбилдинг: организиране на общи дейности като парти с палачинки/пуканки, спортни или културни дейности, кино, концерти или изложби; граждански форум – за да се опознават и разбират по-добре едни-други. Нещо повече, ако бъдат организирани съвместно с учениците и дискусията бъде ориентирана към общи за учениците теми, това може да помогне на младите хора дори да създават нови приятелства.*
- *Медитативните сесии могат да бъдат заместени с „тихи“ фокусни групи, когато възпитатели и ученици биха могли да се събират вечер на чаша топла напитка или след училище с лека закуска, за да обсъждат идеи, различни моменти от преживяното през деня, създавайки „семейна/приятелска атмосфера“ на доверие между хората, която би ограничила прекалено индивидуалистичното поведение и умиротворила евентуалното напрежение. Всеки може да участва. Възпитателите биха могли да се намесват и да изглаждат напрежението. Така биха забелязвали незабавно изключените младежи, които не се присъединяват към групата, и биха могли да опитат да разберат коя е причината за това.*
- *В РРТ еволюцията на човешкия мозък показва, че сме надарени с известна чувствителност към управлението на нашите емоции. Емоционалната интелигентност е от основно значение за успеха в живота. Затова бихме препоръчали образователни уъркишопове като доброволни дейности, даващи възможност на младите хора да развият емпатия. Възпитателите биха могли да отидат с тях и после да обсъдят случилото се, за да им помогнат да изразят чувствата и/или да разберат емоциите, които са изпитали. Ако това е прекалено сложно за организиране, разиграването на нещо като театър е предоставяне на младите хора на друга възможност да се поставят на мястото на някого друго.*

Интернат VTI:

„... Частта за обучаването на връстници е съвсем конкретна и лесна за прилагане. Този метод позволява на младите хора да добият представа за неща като групова динамика, доверие към другите, участие, доверие към себе си и т. н. Тези неща могат да

спомогнат за създаването на приятна атмосфера в интерната. Игрите/упражненията в частта за обучаването на връстници могат да бъдат добър старт към това.

Затова съветваме четящия този наръчник да не смесва двете части (на програмата за интервенция):

1. Теоретичната част, която дава разбиране за функционирането на мозъка във връзка с чувствата и емоциите, както и методи за работа с него.

2. Практическата част за обучаването на връстници, която ни дава (по игрови начин) „съвети и трикове“ за управляване на емоциите и разнообразието.

VII. Приложение 2: Допълнителни източници/препоръчително четиво

Agnew, R. (1992). Building on the foundation of a general strain theory: Specifying the Types of Strain Most Likely to Lead to Crime and Delinquency. *Research in crime and delinquency*. 38, 4, 319.

Healey, J.B. (2003). New theoretical perspectives on bullying: broadening our understanding of the psychology of peer abuse, Paper presented ant NZARF AARF, Auckland, New Zealand, November.

Healey, J.B. (nd.). Resiliency as a critical factor in resisting bullying, 1-7, <http://bscw.rediris.es/pub/bscw.cgi/d497958/Resiliencia.pdf>, Accessed: 3/9/2012.

Moon, B., Hwang, H.W., and McLuskey, J.D. (2008). *Causes of school bullying*. Crime and delinquency. Vol. XX Number X Sage publication. Retrieved September 11, 2009, from <http://cad.sagepub.com>

Olweus, D. (1978). *Agression in the school: bullies and whipping boys*. Washington. Hemisphere Publication.

Olweus, D. (1991) Bully/Victim problems among schoolchildren: Basic facts and effects of a school based intervention program. In Debra, J. Pepler and Kenneth H. Rubin. (eds.) *The development and treatment of Childhood aggression*. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.

Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Cambridge, MA: Blackwell.

Olweus, D. and Solberg, C. (1998). *Bullying among children and young people*. Information and guidance for parents. [translation to English: Caroline Bond] Oslo: Pedagogisk forum.

Solberg, M., & Olweus, D. (2003). Prevalence estimation of school bullying with the Olweus Bully/Victim Questionnaire. *Aggressive Behavior*, 29, 239/268.

Rigby, K. (2003). Consequences of bullying in school. *Can J Psychiatry*, Vol. 48, 583-590.

¹Rigby K. (2006) What international research tells us about bullying. In *Bullying solutions*. Editors H. McGrath, and T. Noble. Sydney: Pearson Education, pp 3-17.

Rigby, Ken (2008). *Children and bullying*. how parents and educators can reduce bullying at school. USA. Blackwell Publishing.

Roland, Erling. 1989. Bullying: The Scandinavian Research Tradition. *In Bullying in Schools*, edited by Delwyn Tattum and David Lane. Stoke-on- Trent: Trentham.

Онлайн източници:

<http://smhp.psych.ucla.edu/pdfdocs/practicenotes/bullying.pdf>

<http://njbullying.org/documents/impactofbullying.pdf>

http://eprints.whiterose.ac.uk/95605/1/Healy%2C%20Sanders%2C%20%26%20Iyer%202015a_accepted%20ms.pdf

<http://www.tolerance.org/?source=redirect&url=teachingtolerance>

<http://www.colorado.edu/gsearch/all/bullying>