

Профилактика травли в образовательной организации



**Бошук Сергей Викторович,
педагог-психолог МКУ Ресурсный центр “Детство”**

**Травля - это не конфликт, а групповой недуг.
Травля затрагивает всех участников группы.**

Черты травли

- неравенство статусов участников;
- наличие конкретных ролей (агрессор, жертва, сторонники агрессора, свидетели);
- сознательное и преднамеренное действие, планируемое агрессором;
- систематичность, регулярность;
- акцент на причинении страданий жертве с целью подчинить, унижить, деморализовать;
- травлю можно остановить, только вмешавшись со стороны.

Групповые феномены, которые стоит учитывать при оценке ситуации травли

- Маленькая безнаказанность ведет к более крупной (допущение мелких правонарушений или актов насилия приводит к более масштабным);
- Кто действует по приказу, чувствует меньше личной ответственности;
- Жертве вряд ли помогут, если наблюдателей много и у них не выстроены личные связи;
- Боязнь оценки — «как меня воспримут, если я начну действовать, помогать пострадавшему?»
- Ошибочное понимание групповых норм («все так ведут себя и никто не запрещает, значит здесь это нормально»);
- Желание соответствовать группе («все так делают — и я так делаю, чтобы не выделяться и быть принятым»).

Наблюдение на уроке. На что можно обратить внимание?

Как реакции
учителя
влияют на
класс?

Что происходит в
классе, когда
ученик отвечает у
доски? С места?

Какие реакции и
отношения в
классе можно
заметить?

Что происходит на уроках
с нестандартной
обстановкой (физкультура
и т.п.) и на переменах?

Кто выглядит
тревожным,
удрученным,
напуганным?

Твое мнение очень важно для нашей школыКласс _____ Пол _____ **Анкету подписывать не надо!**

1. Совершал ли кто-то из одноклассников по отношению к тебе действия из таблицы?

Поставь знак «+» в соответствующее поле напротив каждого пункта.

Действия	никогда	иногда	постоянно
Обзывал тебя или членов твоей семьи, давал тебе обидные прозвища, дразнил, доводил тебя до слёз			
Бил, толкал тебя, запирали где-либо			
Отбирал твои вещи, деньги, или специально портил твои вещи			
Специально не замечал тебя и подговаривал других не общаться с тобой			
Унижал тебя в социальных сетях, «троллил», оставлял негативные комментарии насчет тебя			
Угрожал тебе, заставлял тебя делать то, что ты не хочешь			

2. Обижает ли тебя кто-то из **учителей** с начала учебного года **постоянно**?

А) да Б) нет

3. Знаешь ли ты, к кому обратиться за помощью, когда тебе плохо?

А) да Б) нет

Спасибо за участие!

Твое мнение очень важно для нашей школы

Класс _____ Пол _____ Анкету подписывать не надо!

1. Совершал ли кто-то из одноклассников по отношению к тебе действия из таблицы?

Поставь знак «+» в соответствующее поле напротив каждого пункта.



Действия	никогда	иногда	постоянно
Давал тебе или членам твоей семьи обидные прозвища, унижал			
Бил, толкал тебя, запирали где-либо			
Отбирал у тебя вещи, деньги, или специально портил твои вещи			
Намеренно игнорировал тебя и подговаривал других устроить тебе бойкот			
Унижал тебя в социальных сетях, преследовал, «троллил», оставлял негативные комментарии насчет тебя			
Распространял о тебе неправду, слухи, и пытался настроить других против тебя			
Угрожал тебе, заставлял тебя делать то, что ты не хочешь			



2. Допускает ли кто-то из **учителей** недопустимые высказывания в твой адрес **постоянно**?

А) да

Б) нет

3. Знаешь ли ты, к кому обратиться за помощью, когда тебе плохо?

А) да

Б) нет

Спасибо за участие!

Как взрослый может выслушать и поддержать подростка в ситуации травли



- специально выделите время и место для беседы;
- попросите рассказать всю историю от начала до конца;
- дайте понять, что вы слышите и понимаете его, относитесь серьёзно (используйте перефразирование, резюмирование, эхо-технику);
- не задавайте наводящих вопросов (не торопите рассказ, не подводите его к конкретному ожидаемому ответу);
- задавайте открытые вопросы («С чего все началось?», «Что он сказал?», «Чтобы было потом?» и др.)
- поблагодарите ребенка за доверие и за открытость («хорошо, что ты мне об этом рассказал», «я тебе верю», «это не твоя вина», «ты важен для меня, и мы постараемся сделать так, чтобы такого больше не повторилось»);
- помогите ребенку почувствовать, что он способен справиться с ситуацией, исследуйте способы решения проблемы («Вместе мы со всем справимся», «Давай вместе решим, что мы будем делать?», «Как ты думаешь, что можно сделать в этой ситуации?»).

Восстановительные практики как форма профилактики травли

Основа программы – добровольная встреча сторон, на которой обидчик готов услышать переживания пострадавшего, последствия своих действий, выразить раскаяние и сожаление, загладить причиненный вред, совершить действия по недопущению повторения подобного в будущем.

Такие встречи возможны только в случае признания обидчиком факта травли, недопустимости такого явления.

Положения восстановительного подхода:

- включение в урегулирование ситуации всех причастных;
- возвращение участникам возможности разрешать собственные конфликты и сложные ситуации;
- голос каждого: диалог и совместное принятие решений, которое всех удовлетворит;
- исцеление;
- ответственность обидчика без стигматизации: осознание и заглаживание причиненного вреда;
- фокус на том, что нужно сделать, а не на обвинениях («что делать?», а не «кто виноват?»);
- вовлечение в решение проблем позитивных ресурсов социального окружения;
- забота о будущем: выявление и решение проблем, приведших к ситуации, и проблем, связанных с ее последствиями;
- восстановление способности людей понимать друг друга.

Вопросы для беседы с пострадавшим:

- Сколько времени уже длится эта ситуация?
- Что тебе пришлось пережить? В какой форме осуществлялись притеснения? Что конкретно происходило? Что тебя больше всего задевало?
- Кто в этом участвовал?
- Как эти нападки повлияли на тебя? Что ты ощущал?
- Какой была твоя жизнь в это время?
- Пытался ли ты что-то против этого предпринять? Что и когда?
- Как обстояли дела с аппетитом, сном, здоровьем?
- Оцени степень своего отчаяния (чувства безнадежности ситуации, своей беспомощности); шкала 0-5-10
- Какова степень твоей уверенности в себе веры в лучшее? шкала 0-5-10
- Думал ли ты о том, что больше не можешь это выдерживать? Какие мысли у тебя были о том, что ты мог бы в этой ситуации сделать?
- Чего бы ты хотел (твое желание)? По каким признакам ты мог бы определить, что тебе стало лучше?
- Что должно было бы произойти, чтобы в школе, в гардеробе, в классе, на переменах, по дороге в школу тебе стало лучше?
- Как ты думаешь, что ты сам мог бы сделать, чтобы изменить свою ситуацию к лучшему?
- Есть ли еще что-то важное, о чем ты хотел бы сказать?

Вопросы для беседы с учащимся, выступившим в роли агрессора

- Четко и подробно расскажи мне о случившемся.
- Сейчас не важно, кто начал, скажи, что делал именно ты.
- У тебя не было необходимости его бить. Ты сам хотел это сделать.
- Как, по-твоему, он себя чувствовал в это время?
- Зачем ты заставляешь людей страдать? Что поможет тебе перестать это делать?
- Чего ты хотел этим добиться? Позабавиться или привлечь внимание?
- Что еще ты мог бы сделать в этих обстоятельствах?
- Может, тебя что-то гнетёт и поэтому ты ищешь жертву?
- Каким образом ты можешь теперь исправить ситуацию?

Восстановительные практики классного руководителя:

- 1. Исключение слов-конфликтогенов и отказ от предубеждений;**
- 2. Поддерживающие высказывания («ты отлично проявил себя на уроке», «у тебя получится», «ты сможешь», «я в тебя верю», «у тебя есть хорошие качества»);**
- 3. Восстановительные высказывания («мне неприятно, когда ты...», «мне обидно, что ты...»);**
- 4. Восстановительные вопросы («что тебя задело?», «как бы ты мог исправить ситуацию?», «как это повлияет на будущие отношения?»);**
- 5. Умение за поведением/позицией видеть потребности и конструктивно реагировать на них («ты хочешь кого-то ударить, потому что тебе самому обидно?»);**
- 6. Умение организовывать эффективное общение в понимающей, нейтральной позиции с участниками образовательных отношений.**

Восстановительные высказывания

(реакция на негативные действия)

Принципиально важно отделять то, что сделано, от того, кто это сделал

- Меня расстраивает, когда происходит...
- Мне обидно, когда мой труд не ценится, и я чувствую к себе негативное отношение...
- Я сожалею, что мой труд по подготовке к занятию, в который я вложила много сил, остался незамеченным...

Типичная реакция	Восстановительное высказывание
Перестань дразнить Машу!	Мне неприятно слышать, как ты дразнишь Машу.
Нельзя разговаривать в классе!	Мне обидно, что ты не слушаешь меня.
Не делай этого!	Я расстраиваюсь, когда ты говоришь Диме такие вещи.
Сиди тихо!	Меня огорчает, когда ты разговариваешь и шутишь во время пары.
Чтобы я больше никогда не видел, как ты дерешься!	Я был поражен, когда увидел, как ты ударил Диму.

Карточки с восстановительными вопросами

В случае конфликта вы можете дать обеим сторонам написать ответы на вопросы карточек (одной на каждого или сразу двух, если роли не выражены).

Далее вы читаете карточки и можете попросить учеников что-то дополнить или прояснить.

Следующий шаг - предложение ученикам собраться вместе, обсудить ответы и ситуацию, соблюдая правила: говорить по очереди и не оскорблять друг друга.

Главное - не поучать, а задавать ученикам вопросы на рефлекссию.

Восстановительные вопросы 1 (Обидчик)	Восстановительные вопросы 2 (Жертва)
На кого и как повлияли твои действия?	Что тебя больше всего задело в случившемся?
Что может быть дальше, если ничего не менять?	Что исправит ситуацию? Почему тебе это важно?
Как ты сейчас относишься к случившемуся?	Готов ли ты сохранить нормальные отношения?
Что ты можешь сделать, чтобы исправить ситуацию?	Что нужно сделать, чтобы такое не повторилось?
Что ты можешь сделать, чтобы такое не повторилось?	

**От классного руководителя зависит
создание «здорового ядра коллектива»
и организация эффективного общения между учениками**

Пример правил класса:

1. Мы внимательно слушаем друг друга.
2. Мы даем друг другу высказаться, не перебивая.
3. Мы говорим с человеком, а не о нем.
4. Мы ни о ком не говорим плохо.
5. Мы не говорим об отсутствующих.
6. Мы отказываемся от обидных прозвищ и ругательств.
7. Мы не смеемся над кем-то, если он сделал ошибку или чего-то не умеет.
8. Если с кем-то обращаются несправедливо, мы обращаем на это внимание и помогаем.
9. Мы не собираемся в группы, чтобы «дружить против» кого-то.
10. В течение одного дня мы говорим друг другу только приятное.



МИНИСТЕРСТВО
ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ДЕПАРТАМЕНТ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПОЛИТИКИ В СФЕРЕ
ЗАЩИТЫ ПРАВ ДЕТЕЙ**

**ПИСЬМО
от 10 апреля 2025 г. N 07-1613**

О МЕТОДИЧЕСКИХ РЕКОМЕНДАЦИЯХ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

**АЛГОРИТМЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ПО
ОКАЗАНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
ПОМОЩИ УЧАСТНИКАМ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ**

**Раздел 2. Алгоритмы организации психолого-педагогического сопровождения
участников образовательных отношений в ситуации травли в образовательной
среде**

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ по предотвращению буллинга в школьных коллективах

(для классных руководителей)



**Методические рекомендации для администрации и педагогов
образовательных организаций по профилактике
и предотвращению ситуаций буллинга в образовательной среде**

Авторы-разработчики: Женодарова Е.Д., Коновалов А.Ю., Путинцева Н.В.



<https://gsp.gppc.ru>