

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
РЕСПУБЛИКИ БУРЯТИЯ
ГБОУ «РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ»
Республиканский центр психолого-педагогической, медицинской
и социальной помощи**



**Методические рекомендации
для педагогических работников
по профилактике и предотвращению травли
в образовательных организациях**

Улан-Удэ

2025

УДК 159.9:37

ББК 88.6

Методические рекомендации для педагогических работников по профилактике и предотвращению травли в образовательных организациях / Авторы-составители: Цыбикова Т. Ю., Кунакова С. Н., Алагуев М. В. – Улан-Удэ: Республиканский центр образования, 2025. – 78 с.

В методических рекомендациях раскрыты современные подходы к организации работы образовательных организаций по профилактике травли. Представлены способы и методы выявления травли, общий алгоритм действий участников образовательных отношений по пресечению травли и оказанию помощи вовлеченным сторонам, рекомендации руководству образовательных организаций по разработке программ профилактики и предотвращения травли, организации деятельности педагогов-психологов образовательных организаций по профилактике и предотвращению травли.

Методические рекомендации адресованы руководителям образовательных организаций, педагогам-психологам, учителям, преподавателям, социальным работникам и другим участникам образовательных отношений.

Оглавление

Введение	5
I. Феномен травли в образовательной среде.....	8
1.1. Особенности, виды и формы травли	8
Отличительные особенности феномена травли	8
Виды и формы травли.....	10
1.2. Стадии травли.....	14
Стадии школьной травли.....	14
Фазы переживания травли пострадавшим.....	15
1.3. Психологические особенности участников травли	17
Ребенок – агрессор	18
Дети, участвующие в травле	19
Ребенок – «жертва».....	20
Свидетели.....	21
Защитники.....	21
1.4. Последствия травли	22
Последствия для пострадавших.....	22
Последствия для свидетелей	23
Последствия для обидчиков.....	24
Последствия для образовательной организации.....	25
II. Организация работы по выявлению и профилактике травли	27
Основные ориентиры в профилактике травли	27
Использование медиативного подхода в профилактике и предотвращении травли.....	31
Электронные и интернет-ресурсы противодействия травле	32
III. Алгоритмы действий педагогических работников в случае выявления травли в образовательной среде	34
3.1. Деятельность педагога-психолога	35
3.1.1. Профилактическая работа педагога-психолога по предотвращению случаев травли в образовательной организации.....	36

1. Среди классных руководителей	38
2. Среди родителей (законных представителей) обучающихся.....	38
3. Среди обучающихся	39
4. Среди иных педагогических работников	39
3.1.2. Выявление и сопровождение случаев травли среди обучающихся образовательной организации.....	40
Подготовительный этап.....	40
Основной этап	41
Работа с «жертвой»	41
Работа с «агрессором (ами)».....	44
Работа со «свидетелями» травли	46
Работа с родителями (законными представителями) обучающихся ...	46
Завершающий этап.....	47
3.1.3. Взаимодействие с советником по воспитанию	47
3.1.4. Организация межведомственного взаимодействия в рамках работы со случаем травли	48
3.2. Деятельность иных членов педагогического коллектива	49
Заключение.....	53
Список литературы.....	54
Приложение 1: Опросник Д. Олвеуса «Буллинг»	59
Приложение 2: Опросник риска травли в школе	61
Приложение 3: Форма заявления о подозрении на травлю	66
Приложение 4: Образец плана мероприятий по предотвращению насилия в образовательном учреждении	67
Приложение 5: Программа профилактики агрессии и травли в школе «Каждый важен»	73

Введение

Травля – это длительное повторяющееся физическое или психическое насилие со стороны индивида или группы, который(-е) имеет(-ют) определенное преимущество относительно жертвы, и происходящее в основном в организованных коллективах; это умышленная агрессия, которая может носить характер самозащиты (Создание и обеспечение..., 2024).

На сегодняшний день проблема профилактики и предотвращения жестокого обращения и насилия в отношении детей остаются актуальными проблемами современного российского общества. Травля влечёт за собой серьёзные последствия, она влияет не только на психику участников данного явления, но и в целом на формирование общества. Травля ломает личность, делает человека неуверенным в себе, эмоционально нестабильным. Поэтому важно не просто бороться с этой проблемой, важно её предотвращать и обучать детей выходить из конфликтных ситуаций без агрессии.

В соответствии с Конституцией Российской Федерации дети являются важнейшей ценностью государства и общества. Государство создает условия, способствующие всестороннему духовному, нравственному, интеллектуальному и физическому развитию детей, воспитанию в них патриотизма, гражданственности и уважения к старшим.

Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24 июля 1998 № 124-ФЗ гарантирует, что защита детей от факторов, негативно влияющих на их физическое, интеллектуальное, психическое, духовное и нравственное развитие является целью государственной политики в интересах детей. Ни один ребенок не должен подвергаться пыткам, жестокому, бесчеловечному или унижающему достоинство обращению или наказанию.

Стратегия комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденная указом Президента Российской Федерации от 17 мая 2023 г. № 358, определяет профилактику агрессивного поведения детей и

их травли одной из задач государственной политики в сфере обеспечения безопасности детей.

Вопросы профилактики травли в образовательной среде включены также в Концепцию развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года и план мероприятий на 2024–2030 годы по реализации Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденные Министром просвещения Российской Федерации С. С. Кравцовым 18 июня 2024 г. № СК-13/07вн.

По данным опроса ВЦИОМ в сентябре 2024 г. 25% респондентов ответили, что сами сталкивались с травлей в школе, а 19% – что сталкивались их дети/внуки. Травля в школе – серьезная проблема, требующая обязательного разбирательства и помощи пострадавшему ученику. С этой точкой зрения согласны 84% опрошенных (Травля в школе..., 2024).

Таким образом, на образовательную среду возложена ответственность за профилактику и предотвращение травли. Данные методические рекомендации разработаны с целью повышения компетентности педагогических работников образовательных организаций в вопросах профилактики и предотвращения травли, что в свою очередь позволит сохранить психологическое здоровье обучающихся, создать для них комфортную образовательную среду.

Соблюдая преемственность в работе, настоящие методические рекомендации подготовлены с опорой на ранее разработанные в 2021 г. «Методические рекомендации для педагогических работников по профилактике и предотвращению буллинга в образовательных учреждениях» с учетом изменений и дополнений в действиях педагогических работников по профилактике и предотвращению травли в образовательной среде.

Также настоящие методические рекомендации составлены с учетом разработок Федерального координационного центра по обеспечению развития психолого-педагогической помощи в системе образования Российской Федерации

ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет» по теме организации и эффективного оказания психологической помощи участникам образовательных отношений (Алгоритмы деятельности..., 2024).

I. Феномен травли в образовательной среде

1.1. Особенности, виды и формы травли

Отличительные особенности феномена травли

Понятие «травля» в том понимании, в котором оно используется в современных нормативных и стратегических документах и научно-методических публикациях, также рассматривается в рамках психологии и девиантологии под термином «буллинг». Здесь и далее в методических рекомендациях понятия «травля» и «буллинг» трактуются как тождественные и взаимозаменяемые.

Буллинг – достаточно новое понятие в жизни современного человека. Из повседневного определения это слово преобразовалось в международный термин и содержит в себе ряд социальных, психологических, юридических и педагогических проблем. Понятие «буллинг» происходит от английского *bully* – хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник и подразумевает под собой притеснение, травлю, дискриминацию. В более широком смысле травля – это особый вид насилия, когда один человек (или группа) физически нападает или угрожает другому, более слабому физически и морально человеку (или группе лиц).

Единого определения термина «буллинг» нет, разные ученые дают различные определения данному понятию. Так Таттум (1989) понимал под травлей особый вид насилия, когда человек длительное время нападает физически, либо угрожает другому человеку, слабому и бессильному, для того чтобы человек ощущал себя изолированным, напуганным, лишенным свободы действий. Согласно Т.Р. Heald (1994), буллинг – это длительное насилие, физическое или психологическое, осуществляемое одним человеком или группой и направленное против человека, который не в состоянии защититься в фактической ситуации, с осознанным желанием причинить боль, напугать или подвергнуть человека длительному напряжению.

В отечественной психологии исследованием травли занимались: И. С. Кон, С. Н. Ениколопов, В. С. Собкин, С. В. Кривцова, А. А. Белевич, А. Н. Шапкина, Г. У. Солдатова, А. А. Бочавер, К. Д. Хломов. Одна из первых работ принадлежит

И. С. Кону и называется «Что такое буллинг и как с ним бороться?». Кон определил буллинг как запугивание, физический или психологический террор, который может быть направлен на подчинение одного человека другому и на то, чтобы вызвать у другого страх (Кон, 2006).

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) определяет насилие как преднамеренное применение физической силы или власти, действительное или в виде угрозы, направленное на себя или иное лицо или группу лиц, которое влечет или с большой вероятностью может повлечь нанесение телесных повреждений, психологической травмы, смерть, отклонения в развитии или другой ущерб (Всемирная организация здравоохранения, 2003).

Изучая проблему травли в школьной среде, Т. Арора (1994), пришла к выводу, что буллинг – поддающиеся наблюдению действия, имеющие место в общении между молодыми людьми в школе, которые являются причиной появления чувства обиды или стресса (Arora, 1994).

Травля – это социальное явление, свойственное преимущественно организованным детским коллективам, в первую очередь, школе. Травля проявляется через различные формы физических и (или) психических притеснений, переживаемых детьми, со стороны других детей. Для одних детей – это систематические насмешки, отражающие какие-то особенности внешнего вида или личности пострадавших. Для других – порча их личных вещей, заталкивание под парту, вымогательство. Для третьих – откровенные издевательства, унижающие чувство человеческого достоинства, например, попытка заставить публично просить прощения, стоя на коленях перед унижающим (Драганова, 2020).

Можно выделить некоторые общие особенности травли:

1. Травля асимметрична – с одной стороны находится обидчик, обладающий властью в виде физической и/или психологической силы, с другой – пострадавший, такой силой не обладающий и остро нуждающийся в поддержке и помощи третьих лиц.

2. Травля осуществляется преднамеренно, направлена на нанесение физических и душевных страданий человеку, который выбран целью.

3. Травля подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает здоровье, самоуважение и человеческое достоинство.

4. Травля – это групповой процесс, затрагивающий не только обидчика и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь класс (группу), где оно происходит.

5. Травля никогда не прекращается сам по себе: всегда требуется защита и помощь пострадавшим, инициаторам травли (обидчикам) и свидетелям.

При травле всегда есть жертва, которая не может себя защитить. Она всегда носит систематический характер. Травля всегда преследует цель деморализовать жертву, вызвать у нее страх, унижить, подчинить. В образовательных организациях травля встречается среди сверстников и нередко происходит в отношении младших учеников со стороны более старших.

В процессе травли агрессоры могут прибегать к любым видам насилия, чтобы причинить боль объекту издевательств (Методические..., 2020).

Виды и формы травли

Существуют различные критерии для определения видов насилия, которые происходят в образовательных учреждениях. Как правило, в международных исследованиях применяется классификация насилия, основанная на видах агрессивных действий в отношении пострадавшего: физическое, психологическое (эмоциональное), сексуальное и экономическое (вымогательство, порча или отбирание вещей, денег) насилие. К насилию также относится дискриминация по любому признаку, которая проявляется в предвзятом отношении и различных действиях. Для различения относительно новой, но получившей широкое распространение формы насилия, осуществляемой в виртуальном пространстве, используется термин «кибербуллинг». Среди насилия, происходящего в образовательных учреждениях, отдельное место занимают телесные наказания, применяемые учителями в отношении учеников (Глазырина, 2015).

Традиционно различают два вида буллинга: прямой и косвенный (скрытый).

1. Скрытый (косвенный) буллинг – игнорирование, бойкот, исключение из отношений, манипуляции, намеренное распускание негативных слухов и т.п.

2. Прямой буллинг подразумевает физическую агрессию (умышленные толчки, побои и др.), сексуальное (действия сексуального характера) или психологическое насилие (действие на психику, наносящее психологическую травму, преследование, запугивание, эмоциональные страдания) (Фатеева, 2022).

В научной литературе выделяют следующие виды насилия:

– Физическое насилие – это действия с применением физической силы в целях причинения человеку боли, дискомфорта, унижения его достоинства. К физическому насилию относятся удары, наносимые рукой, ногой, при помощи каких-либо предметов, избиение, толчки, пинки, подзатыльники, укусы, надрывание ушей, выкручивание рук, заламывание пальцев, принуждение оставаться в какой-либо неудобной или унижительной позе, удушение, дерганье за волосы, тряска и нападение с каким-либо предметом или оружием и др. Физическое насилие может привести к физическим и психологическим травмам, инвалидности пострадавшего или смерти в результате травмы или суицида.

– Психологическое насилие включает в себя совокупность намеренных вербальных и поведенческих действий, направленных на унижение достоинства, игнорирование, отторжение, контролирование или социальную изоляцию человека. Психологическое насилие может проявляться в насмешках, обзываниях (присвоении обидных кличек), высмеивании, отказе от общения, недопущении в группу, игру, на спортивное занятие или другое мероприятие, а также в оскорблении, грубых и унижительных высказываниях, ругани, которые подрывают самооценку и самоуважение человека, убеждают его в «никчемности», отверженности со стороны сообщества, обесценивают его личность.

– Сексуальное насилие – это принуждение человека к сексуальным отношениям помимо его желания и воли, а также любые действия сексуального характера со стороны взрослого в отношении несовершеннолетнего, не достигшего возраста согласия. Такое насилие наносит глубокую психологическую травму, приводит к снижению самооценки и может стать причиной попытки покончить с жизнью. Сексуальное насилие может проявляться через нежелательные объятия и прикосновения, в том числе к половым органам другого человека, или непристойное

обнажение своих половых органов, показ порнографии, подглядывании за человеком в обнаженном виде.

– Экономическое насилие в образовательном учреждении проявляется в порче или насильственном отбирании имущества (одежды, школьных принадлежностей, личных вещей, телефонов и др.) и денег у учащихся или работников. Часто этот вид насилия проявляется через вымогательство – разовое или периодическое требование денег, вещей под давлением и принуждением, включая угрозу расправы физической силой, разглашения каких-то сведений, распространения слухов и сплетен. Подобные действия наносят жертве не только материальный, но и моральный ущерб от причиненных физических и нравственных страданий (боли, страха, унижения).

– Дискриминация подразумевает предвзятое или отличительное обращение с человеком на основании его национальности, пола, гендерной идентичности и сексуальной ориентации, социально-экономического положения, религиозной принадлежности, инвалидности, особенностей развития или поведения, наличия заболевания или любого другого признака. Дискриминация может проявляться по-разному: явно и открыто через оскорбительные и унижающие достоинство человека высказывания, комментарии, шутки, клички и обзывания, исключение из игр и мероприятий, а также неявно через предвзятое, неравное отношение.

– Гендерное насилие может принимать форму психологического, физического или сексуального насилия, в его основе лежат дисбаланс сил и гендерные стереотипы (Глазырина, 2015).

В настоящее время в мире стремительно распространяется такая форма травли как «кибербуллинг», который подразумевает травлю, преднамеренные систематические действия агрессивного характера, осуществляемые с помощью электронных средств взаимодействия (Профилактика травли, 2025). Кибербуллинг может осуществляться через показ и отправку резких, грубых или жестоких текстовых сообщений, передразнивание жертвы в режиме онлайн, размещение в открытом доступе личной информации, фото или видео, чтобы причинить вред жертве или смутить ее; создание фальшивой электронной почты, веб-страницы,

учетной записи в социальных сетях для преследования и издевательств над другими от имени жертвы.

Школьная травля, в зависимости от того, кто выступает агрессором, а кто – жертвой, подразделяется на:

– Горизонтальную. Это травля, при котором агрессор и жертва находятся на одной линии школьной иерархии, то есть являются школьниками. Особняком идут случаи, когда мальчики травят девочек; они распространены, поскольку мальчики в два раза чаще, чем девочки, выступают в качестве агрессоров, а девочки как более слабые являются привлекательным объектом для травли. В качестве изгоя в горизонтальной травле может выступать как один человек, так и группа. Количество агрессоров может быть неограниченным, нередко агрессорами становятся практически все одноклассники ребенка.

– Вертикальную. Участники травли находятся на разных уровнях школьной иерархии. В качестве жертвы или агрессора могут выступать учитель, директор, завуч. Учителя, травящие детей, – не редкость, и обычно они прибегают к психологическим методам воздействия, которые не всегда можно заметить. Учитель может чаще вызывать определенных детей к доске, а если они не смогут ответить на вопросы, начинает унижать прилюдно. Также ученики могут начать травлю учителя, который им не нравится, обычно в такой травле применяется только психологическое насилие (Методические рекомендации, 2020).

1.2. Стадии травли

В травле, как процессе, существует логика развития событий, имеющие свои стадии: начало – развитие – нарастание негативных последствий, кульминация (переломный момент) и завершение. Итоги травли могут быть трагическими, если не вмешаться (Кривцова, 2019).

П. П. Хайнеманн выделяет несколько этапов процесса буллинга по спирали:

1. Нейтральное состояние группы, где члены мирно общаются между собой.
2. Появление и нарастание напряжения, в связи с приходом нового человека, не являющегося членом группы, либо занимающего место отвергнутого или непринятого.
3. Непосредственная травля, где вся группа противопоставляет себя новому человеку, принимающему роль жертвы.
4. Возвращение группы к нейтральному состоянию, после полного уничтожения своей жертвы.

Стадии школьной травли

1. Первая стадия – это образование буллинг-группировки. В детско-подростковом коллективе вокруг «лидера», стремящегося к самоутверждению через демонстрацию физической силы или других форм насильственных действий, может образоваться группа «сторонников», также стремящихся к доминированию или к защите и покровительству «лидера». Если первые же проявления насилия не пресекаются решительно и строго, то их главный инициатор – «лидер» убеждается в своей безнаказанности, это повышает его авторитет среди сторонников и укрепляет группировку.

2. На второй стадии конфликт упрочивается. Невмешательство учителей, равнодушие одноклассников позволяют насильственным действиям повторяться, а подвергающийся им ученик постепенно теряет способность и волю к сопротивлению. Становясь более уязвимым, он тем самым дает повод для последующих нападений.

3. Третья стадия – деструктивное поведение. За учеником, который регулярно подвергается нападкам, окончательно закрепляется статус жертвы. Окружающие, привыкнув к постоянным издевательствам над этим человеком, его же обвиняют в сложившейся ситуации. Человек сам начинает верить в то, что виноват в издевательствах над собой. Своими силами он уже не может справиться с ситуацией, он подавлен, запуган и деморализован.

4. Четвертая стадия – изгнание. Пострадавший ученик, доведенный до крайней степени отчаяния и ощущения одиночества, стремясь избежать встреч с обидчиком и дополнительной травматизации, начинает эпизодически пропускать учебные занятия или вовсе перестает посещать образовательное учреждение. Данное явление получило название «академического вреда травли». Когда в ситуацию травли вмешиваются взрослые (родители, учителя, администрация образовательного учреждения), пострадавшего ученика могут перевести в другой класс (группу) или школу (училище), однако, часто не оказывая при этом необходимой социально-психологической помощи. Полученная в результате длительного насилия глубокая психологическая травма может помешать успешной интеграции пострадавшего в новый учебный коллектив и послужить одной из причин повторения травли уже на новом месте. Не получая поддержки и не находя выхода из ситуации насилия, пострадавший может причинить вред себе, задуматься о суициде и осуществить его (Глазырина, 2015).

Фазы переживания травли пострадавшим

1. 1 фаза – поведенческое совладание:

- 1) активное сопротивление пострадавшего нападкам обидчика;
- 2) активный поиск поддержки и помощи от третьих лиц;
- 3) может быть уход от проблемы через увлечение деятельностью

2. 2 фаза – эмоциональное совладание:

- 1) постоянное ощущение тревоги, угрозы, страха;
- 2) возможны психосоматические реакции (заикание, энурез);

3) развивается «катастрофическое мышление» – ощущение тотальной безнадежности и безысходности.

3. 3 фаза – интеллектуальное совладание:

1) ощущение неизбежности и непреодолимости ситуации травли, которая становится атрибутом повседневной жизни;

2) самообвинения и восприятие окружающего мира как враждебного;

3) сомнения в смысле жизни, возможна попытка суицида.

Политика раннего вмешательства предпочтительна, поскольку с каждой последующей стадией развития ситуации травли, переживания жертвы усугубляются, требуют больших энергозатрат и ресурсов, конструктивный копинг поведения субъективно представляется менее доступным (Янова, 2021).

1.3. Психологические особенности участников травли

Травля имеет свои возрастные, половые (гендерные) и иные психологические закономерности. По наблюдениям психологов, у 10–12-летних мальчиков травля вероятнее всего возникнет в начале учебного года, когда мальчики энергично борются за место в групповой иерархии. Позже, когда этот процесс завершен и иерархия оформлена, травля ослабевает. Каждый занимает и знает свое место.

Гендерные свойства травли связаны не столько с повышенной агрессивностью мальчиков как таковых (агрессивных по природе мальчиков значительно меньше, чем принято думать), сколько с особенностями мальчишеской нормативной культуры, которая заметно меняется с возрастом. В среде маленьких мальчиков физическая агрессия, как правило, влечет за собой непопулярность и социальное отторжение со стороны сверстников. У младших подростков положение меняется: «крутизна» и агрессивность способствуют повышению статуса мальчика у сверстников собственного пола, а затем и у девочек.

Сплетни, вербальные оскорбления и бойкоты являются наиболее часто встречающимися формами травли среди девочек. Такие повторяющиеся оскорбительные действия могут нанести вред физическому и эмоциональному развитию ребенка, против которого это направлено. Психологи обнаружили, что у детей, подвергшихся отвержению со стороны группы девочек, в будущем наблюдаются трудности в построении отношений, они склонны к гиперопеке собственных детей и часто становятся жертвами травли на рабочем месте (Методические рекомендации, 2020).

Взгляды на структуру травли расходятся. Среди основных точек зрения на структуру данного явления можно выделить следующие:

1. В травле участвуют только агрессор(-ы) и жертва.
2. В травле участвуют все члены группы.

Некоторые авторы уделяют особое внимание взаимоотношениям агрессора(-ов) и жертвы, не распространяя свои исследования на других членов группы. Буллинг, таким образом, в трактовке данных авторов – это насильственные действия

агрессора относительно жертвы. Однако же в случае возникновения травли в группе учащихся, в травле прямо или косвенно принимают участие все обучающиеся – учащиеся наблюдают за происходящими событиями, при этом одни обучающиеся могут принять сторону агрессора, другие – сторону жертвы и попытаться изменить ситуацию, другие постараются не вмешиваться, но это повлияет на их восприятие группы (Мамедова, 2014).

Таким образом, наличие травли в группе обучающихся оказывает влияние на всех ее участников. В рамках данной точки зрения, в структуре травли выделяют следующих участников:

1. Агрессор, помощники агрессора.
2. Жертва.
3. Защитники жертвы.
4. Наблюдатели (Соловьев, 2014).

Ребенок – агрессор (также булли или буллер – лидирующий, нападающий в детском коллективе)

Часто агрессорами в травле становятся:

- дети, воспитываемые родителями-одиночкам;
- дети из семей, в которых у матери отмечается негативное отношение к жизни;
- дети из властных и авторитарных семей;
- дети из конфликтных семей;
- дети с низкой устойчивостью к стрессу;
- дети с низкой успеваемостью.

Буллеры – это:

- активные, общительные дети, претендующие на роль лидера в классе;
- агрессивные дети, использующие для самоутверждения безответную жертву;
- дети, стремящиеся быть в центре внимания;
 - дети высокомерные, делящие всех на «своих» и «чужих» (что является результатом соответствующего семейного воспитания);

- максималисты, не желающие идти на компромиссы;
- дети со слабым самоконтролем, которые не научились брать на себя ответственность за свое поведение;
- дети, не обученные другим, лучшим способам поведения, т.е. не воспитанные.

Для агрессоров в травле характерны:

- импульсивность;
- раздражительность;
- эмоциональная неустойчивость;
- завышенная самооценка;
- враждебность (агрессивность);
- отсутствие коммуникативных навыков при внешнем соблюдением общепринятых норм и правил;
- склонность ко лжи или жульничеству (Соловьев, 2013).

Стоит отметить, что совпадение одного или нескольких признаков в случае обучающегося не означает, что он неизбежно станет субъектом травли. Это означает, что ему требуется повышенное психолого-педагогическое внимание.

Дети, участвующие в травле (следующие за поведением лидера, присоединившиеся к травле)

Довольно часто к травле присоединяется группа преследователей, с которыми агрессор осуществляет свою агрессию. Кто чаще всего становится преследователями, помощниками агрессоров:

- несамостоятельные, легко поддающиеся влиянию окружающих, безынициативные дети;
- дети, которые всегда стремятся следовать правилам, неким стандартам (очень прилежные и законопослушные);
- дети, не склонные признавать свою ответственность за происходящее (чаще всего считают виноватыми других);

- часто подверженные жесткому контролю со стороны старших дети (их родители очень требовательны и склонны применять физические наказания).
- эгоцентричные, не умеющие ставить себя на место другого (в беседах часто говорят: «я и не подумал об этом»);
- не уверенные в себе, очень дорожащие «дружбой», оказанным доверием со стороны лидеров класса;
- трусливые и озлобленные дети (Глазман, 2009).

Ребенок – «жертва» (объект травли)

Практически любой ребенок может стать жертвой травли. Например, ребенок, который по каким-то причинам поменял школу/класс, или ребенок, отличающийся по любым признакам от других детей (внешность, хорошая успеваемость, социально-экономическое положение и т.д.). Однако чаще всего насмешкам и издевательствам со стороны сверстников подвержены дети со слабой социализацией, низким эмоциональным интеллектом или находящиеся в конфликте с окружающим (внешним) миром. Такие дети не знают, как подавать себя в обществе и какой реакции от них ждут люди, а иногда они даже не осознают, что над ними смеются, так как не всегда способны отличить обычную шутку от злой.

«Жертвы» разделяются на категории – покорные и агрессивные. Агрессивная «жертва» имеет те же черты и поведение, что и обидчики, с той лишь разницей, что совершая агрессию, они становятся также и жертвой травли. Покорные «жертвы» характеризуются как тревожные, часто неуверенные, сверхосторожные, даже пугливые, они очень чувствительны, у них доминирует направленность на уход в себя. Их типичная реакция на травлю заключается в попытке его избежать. Агрессивные «жертвы» могут быть представлены как максимально агрессивные, эмоционально неустойчивые, но при этом организуют сопротивление травле, вовлекая в этот процесс противостояния с обидчиком нейтральных по отношению к ним окружающих, применяя свою агрессивность как месть сверстникам за провокацию (Шалагинова, 2014).

Свидетели

Свидетели выступают массовой – «статистами», которые реально ни на что не влияют, их «роль» – зафиксировать факт травли, создать обратную связь для агрессора и жертвы о том, что их противостояние было замечено окружающими.

Свидетелями могут быть поддерживающие дети, которые одобряют сторону нападающих, подбадривают их; наблюдатели — дети, которые просто собираются вокруг и смотрят и / или избегают ситуаций травли, не занимая ничью сторону; сочувствующие — которые хотят заступиться за жертву травли, но боятся, поскольку обидчик сильный или лидер. Наличие большого числа детей-свидетелей говорит о закреплении формы поведения на соответствующее поведение в аналогичных ситуациях, что в последующем станет причиной появления в обществе равнодушных свидетелей агрессии.

К этой категории могут относиться и окружающие взрослые, например: педагоги, персонал – непосредственные очевидцы травли, они чаще всего ощущают себя в моменты наблюдения беспомощными, так как уже не могут остановить процесс травли, из-за чего преимущественно подвержены чувству вины, либо из-за своего бездействия, либо из-за симпатии к агрессору (Екимова, 2015).

Защитники

Это дети, которые занимают очевидную позицию против травли, либо активно противодействуют нападающим и предпринимают действия для прекращения издевательств, либо успокаивают и поддерживают жертву. Существует экспериментальное исследование, показывающее позитивную роль в разрешении ситуации школьной травли защитников: при наличии защитников буллинг заканчивается, не успев начаться. Если же никто не вступает за жертву, то это «становится хорошей почвой для дальнейшей травли — дает обидчикам все основания покрасоваться, унижая другого ребенка» (Быкова, 2016).

1.4. Последствия травли

Последствия для пострадавших

Некоторые дети и подростки на насилие отвечают насилием. Чтобы противостоять обидчику, они прибегают к самообороне, обращаются за помощью к друзьям, старшим братьям или сестрам, реже – к родителям и учителям. На словесные оскорбления или вымогательство дети могут ответить асимметрично – применить физическое насилие, что в большей степени характерно для мальчиков. В целях самообороны девочки могут прибегнуть к непрямому насилию. При сравнительном равенстве сил (физических и моральных) насилие может прекратиться, если обидчик убедится в том, что не может запугать и деморализовать жертву. Однако в большинстве случаев насилие бывает обращено на тех, кто не может оказать должного сопротивления.

Насилие наносит пострадавшему психологический вред, который выражается в снижении самооценки и самоуважения, повышении уровня тревоги (ситуативной и личностной), развития депрессивного состояния. Дети, которым регулярно причиняют обиды, со временем теряют способность постоять за себя, у некоторых формируется комплекс вины – в том, что их обижают, они обвиняют себя.

Пострадавшие от насилия боятся и стесняются обращаться за помощью к взрослым и сначала пытаются защитить себя с помощью ответной агрессии, что нередко усугубляет их социальные и психологические трудности. Утаивание насилия имеет несколько причин: пострадавший не верит, что учителя или родители смогут помочь, боится еще большего насилия после вмешательства взрослых, считает постыдным «закладывать» обидчиков. Невозможность попросить о помощи и неверие, что она будет оказана, еще больше травмируют пострадавшего.

Ребенка, пострадавшего от насилия, можно определить по его изолированности от остальных учащихся, замкнутости, снижению активности, пугливости, стремлению избегать общения с окружающими и друзьями, отказу рассказать о происходящем.

Одним из наиболее серьезных последствий насилия является высокий риск суицидального или самоповреждающего поведения у пострадавших. В целом самоубийство – не такое частое явление среди подростков, но для тех, кто становится жертвой травли, сексуального или гендерного насилия, риск самоубийства или самоповреждения возрастает. В случаях постоянной и жестокой травли дети и подростки могут рассматривать самоубийство как избавление от страданий, так как с течением времени и при отсутствии поддержки и помощи со стороны они постепенно теряют надежду на позитивное решение проблемы. Их безнадежность усиливается иррациональным мышлением, и смерть кажется единственным способом избавления от постоянно травмирующей ситуации и сопутствующего чувства безысходности, боли, одиночества.

Среди физических проблем лиц, пострадавших от насилия, – частые головные боли и жалобы на плохое самочувствие во время учебных занятий, нарушение сна, боли в животе, плохой аппетит, соматизация тревоги, энурез.

Серьезной академической проблемой является самоустранение пострадавших от учебного процесса. Жертвы насилия вначале могут опаздывать на уроки, потом у них появляется стремление пропустить урок или определенный день недели из-за страха подвергнуться нападению, например урок физкультуры, так как инциденты насилия часто происходят в раздевалках. В результате у учащихся, пострадавших от насилия, снижаются учебная и познавательная мотивация и успеваемость, что в дальнейшем сокращает для них возможности продолжения образования после окончания школы или училища.

У пострадавших от насилия последствия могут проявляться в течение многих лет в виде посттравматических стрессовых расстройств, тревожности, беспокойства, социальной изоляции, асоциального поведения.

Последствия для свидетелей

Свидетели насилия – это учащиеся, учителя, вспомогательный и технический персонал образовательного учреждения и иногда родители. Став свидетелем насилия (не дружеской потасовки, а настоящей драки или изощренного

издевательства), подавляющее большинство взрослых, детей и подростков испытывают ощущение беспомощности и чувство вины из-за своего бездействия или неспособности остановить происходящее, а также страх оказаться на месте жертвы. Многие свидетели насилия не сообщают о происшествии учителям и не рассказывают родителям, потому что сомневаются в том, что будут приняты действенные меры и обеспечена их безопасность. Кроме того, для большинства детей сообщение о насилии равносильно признанию собственной слабости, неумения справляться с трудностями, доносу, «стукачеству», что не одобряется сверстниками и чревато отвержением и наказанием.

Когда насилие не пресекается немедленно и повторяется, у части наблюдателей возникает желание ассоциировать себя с силой (обидчиком), а не со слабостью (жертвой); они находят различные оправдания насилию, обвиняют в нем жертву. Повторяющиеся сцены насилия притупляют чувство сострадания у очевидцев, формируют толерантность к агрессии. Подобные переживания ухудшают социально-психологический климат в классе (группе) и в целом в образовательном учреждении и негативно влияют на взаимоотношения среди учащихся и между учащимися и преподавателями. Атмосфера в образовательном учреждении становится отчужденной и жестокой. Без оказания помощи свидетелям насилия искоренить его невозможно.

Последствия для обидчиков

Нередко опыт «успешного» доминирования в образовательном учреждении закрепляется у обидчиков как единственно возможный способ завоевать желаемое положение в сообществе. В таком случае насилие становится способом коммуникации обидчика с окружающими (в семье, с коллегами по работе) и во взрослом возрасте.

Проявления насилия часто сопровождаются другими видами проблемного поведения учащихся – пропусками занятий, курением, потреблением алкоголя, различными правонарушениями. Однако не у всех обидчиков наблюдается такое сочетание проблем, и наоборот, далеко не все дети и подростки, у которых есть

подобные проблемы, обязательно становятся инициаторами насилия в школе или училище.

У многих обидчиков ниже успеваемость, некоторые из них из-за своего агрессивного поведения могут быть исключены из образовательного учреждения, поставлены на учет в полицию, а в случае серьезных правонарушений или тяжелых последствий своих насильственных действий для жизни и здоровья жертвы – понести административное или уголовное наказание.

Если насильственные действия учащегося в образовательном учреждении являются отражением домашнего насилия, то обидчик рискует подвергнуться телесному наказанию дома, если о его поведении будут проинформированы родители. Страх подобного наказания может на время заставить ребенка или подростка отказаться от насилия, но не устранил саму причину агрессивного поведения.

Последствия для образовательной организации

Проявления насилия в образовательном учреждении отражают существующие в нем проблемы. В школах и училищах, где случаи насилия происходят часто, неблагоприятная социально-психологическая атмосфера, которая, в свою очередь, способствует распространению и закреплению насилия.

Сталкиваясь с насилием среди учащихся, некоторые педагоги и руководители образовательных учреждений занимают позицию невмешательства, считая конфликты в детско-подростковом коллективе нормальным и неизбежным явлением, необходимым для воспитания характера, жизнестойкости, умения отстаивать свои взгляды, постоять за себя и быть готовыми к сложной взрослой жизни. Попустительство «небольшому» насилию, как правило, приводит к его перерождению в буллинг не только слабых и непопулярных учеников, но и учителей.

Аналогичная ситуация складывается и в том случае, когда у образовательного учреждения авторитарное руководство, которое стремится жестко контролировать все аспекты жизни школы или училища. Подобный контроль держит

педагогический и ученический коллектив в напряжении, но не избавляет от насилия, наоборот, способствует формированию у учащихся модели агрессивного поведения, которое направляется на сверстников и педагогов.

Руководство и учителя образовательных учреждений, не справляясь с насилием как в первом, так и во втором случае, часто делегируют ответственность за поддержание видимости порядка самим инициаторам насилия, заботясь главным образом о том, чтобы о происходящем в школе или училище не узнали вышестоящие инстанции.

В таких ситуациях учащиеся остро ощущают, что учителя ничего не делают, и воспринимают взрослых как людей, не контролирующих ситуацию, а потому не имеющих ресурсов для защиты и поддержки пострадавших. Не получая поддержки ни со стороны взрослых, ни со стороны сверстников, пострадавшие от насилия начинают пропускать занятия, переходят в другую школу или училище или вовсе бросают учебу. При этом все учащиеся испытывают последствия неблагоприятной ситуации в школе или училище: они не могут в полной мере концентрироваться на учебном процессе, так как не чувствуют себя в безопасности, у них преобладают подавленное настроение, пессимизм, инертность, обособленность, антипатия, нетерпимость и агрессивность друг к другу и работникам образовательного учреждения, которое они воспринимают враждебно.

Насилие также негативно сказывается на преподавателях и других сотрудниках школы или училища. В образовательных учреждениях с авторитарным руководством объектом притеснения и унижения становятся сами учителя, вспомогательный и технический персонал. Нездоровые отношения в учительском коллективе переносятся в ученическую среду.

Неспособность или нежелание образовательного учреждения справиться с проявлениями насилия приводит к конфликтам с родителями и их отчуждению от школы (училища). Родители перестают посещать родительские собрания, участвовать в жизни образовательного учреждения, переводят пострадавшего ученика или обидчика в другую школу или училище.

Многочисленные негативные последствия насилия в образовательном учреждении для всех вовлеченных сторон требуют тщательно спланированных и решительных мер по его преодолению (Глазырина, 2015).

II. Организация работы по выявлению и профилактике травли

Основные ориентиры в профилактике травли

Прежде чем предпринимать конкретные шаги по внедрению программ противодействия травле, стоит принять во внимание следующее.

Программа будет наиболее эффективна только в том случае, когда она поддерживается и возглавляется школьной администрацией.

Программа эффективна, если работает на разных уровнях: в нее входят как общешкольные мероприятия, так и активности внутри класса, и индивидуальная работа с обучающимися. Начинать нужно рано — с момента, когда дети приходят в школу, с начальных классов.

У программы не должно быть момента, когда она заканчивается: ее элементы встраиваются в жизнь школы на протяжении всего года, и регулярно обновляться каждый год.

Весь персонал школы должен пройти обучение поведению по предотвращению и вмешательству в ситуации травли. Обучение должно включать навыки распознавания ситуаций травли, выявления причин появления буллинга и оценку его последствий. Обучение должно быть направлено на формирование навыков вмешательства в ситуации, когда травля осуществляется непосредственно, на то, как вести просветительскую работу по предотвращению. Обучение должно быть доступно всем сотрудникам школы, не только прямо осуществляющим образовательную деятельность (Руководство..., 2019).

Зарекомендовавшие себя программы борьбы с травлей имеют четко определенный набор компонентов, которые используются на разных уровнях взаимодействия (индивидуальном, классном, школьном, уровне местного

сообщества и т. п.). Ключевые элементы антибуллинговых программ, связанные с наибольшей их эффективностью:

- вовлечение в работу всех учеников, а не только непосредственно участвующих в травле;
- предпочтение подходам, в которых акцент делается на том, чтобы дать виновнику возможность исправить причиненный им жертве ущерб, в противовес подходам, исповедующим важность наказаний;
- просветительская и психологическая работа с родителями, учителями и другими участниками школьного сообщества (Молчанова, 2020).

В настоящее время наиболее распространены и широко применяются в мире 3 программы: OBPP, KiVa и Positive Action.

Olweus Bullying Prevention Programm (программа предотвращения травли Д. Олвеуса) — это многоуровневая, многокомпонентная программа, предназначенная для уменьшения и предотвращения буллинга в начальной, средней и старшей школе. Частными целями программы являются: 1) повышение осведомленности и знаний учащихся о школьной травле; 2) вовлечение учителей и родителей в профилактику буллинга; 3) разработка четких правил против травли; 4) оказание поддержки и защиты жертв.

KiVa («хороший») — школьная программа из Финляндии, она разрабатывалась в 2006 — 2009 годах, и с 2009 года это единственная программа профилактики школьной травли в этой стране. Ее цель — уменьшить показатели школьного буллинга и снизить уровень виктимизации среди сверстников. Работа со сверстниками является одной из центральных тем финской программы. Работа с данной категорией лиц, вовлеченных в буллинг, заключается в улучшении способности детей распознавать ситуации травли и уметь противодействовать ей, используя возможности коллектива.

Positive Action, PA (Позитивное действие) — созданная в США многопрофильная программа, работающая со многими видами девиантного поведения, в том числе с буллингом. В фокусе ее внимания не школьная травля как таковая, а любое отклоняющееся поведение. Это школьная программа социально-

эмоционального обучения, рассчитанная на учеников начальных и средних школ. Итогом работы здесь становится повышение социально одобряемого поведения, снижение количества случаев девиантного поведения, улучшение навыков социально-эмоционального обучения и показателей школьного климата (Молчанова, 2020).

Отечественные программы антибуллинга в школах направлены на меры выявления и устранения психотравмирующей и социальноопасной ситуации; порядок взаимодействия и алгоритм поведения педагогов в ситуациях буллинга; снижение агрессии и враждебных реакций у участников буллинга; формирование навыков конструктивного реагирования в конфликте; содействие улучшению психологического климата и социального самочувствия в школе через паспорт психологической безопасности; развитие групповой сплоченности и навыков командного взаимодействия; развитие толерантных установок межличностных и межгрупповых отношений; развитие навыков сопереживания и сочувствия в ролевых тренингах антибуллинга.

Технологии предупреждения буллинга в большинстве программ включают два уровня. Первый уровень предполагает работу с психолого-педагогическим процессом, решает задачи улучшения психологического климата и психологической безопасности в классе. Второй уровень посвящен тематической работе с проблемой буллинга и включает в себя обсуждение с детьми, учителями, родителями темы травли и способов обращения с ней. Методически важно, чтобы формирование представления о феномене буллинга и его последствиях предшествовало внедрению технологий по прекращению и предотвращению буллинга.

В качестве основ организационной работы в учреждении по профилактике буллинга выступают:

- Разработка плана мероприятий по предотвращению насилия в образовательном учреждении. За основу плана профилактики насилия может быть использован образец плана, представленный в Методическом пособии для педагогических работников «Предотвращение насилия в образовательных учреждениях» (приложение 4) (Глазырина, 2015).

- Выработка плана работы службы психолого-педагогического сопровождения по профилактике травли;
- Выявление зон риска и усиление контроля за этими зонами, с привлечением дежурных учащихся;
- Создание школьной службы примирения.

Основные способы работы психолога и педагога с эпизодами травли – индивидуальная работа с теми, кто оказался в роли агрессора и жертвы, и групповая работа с сообществом класса. Главные мишени работы – повышение толерантности и навыков саморегуляции агрессоров, развитие социальной компетентности детей, ставших объектом травли, усиление атмосферы взаимопомощи и поддержки в классе, взаимного доверия между учениками, учителями и родителями.

Стандартные формы групповой работы предполагают универсальный протокол и отработанный рапорт действий:

- проведение классных часов с основами психологии и тренингами социальной коммуникации способствует сплочению коллектива, личностному развитию ребенка и укреплению его социальной позиции в группе;
- специальные тренинги и психотехнические упражнения активно обучают правилам противостояния насилия;
- личные примеры из опыта взрослых о способах противостояния насилию оказывают влияние на личную мотивацию неприятия агрессии;
- родительские собрания на тему травли, кибербуллинга, детских суицидов, жесткого обращения с детьми способствуют не только просвещению родителей, но и подключению родительской общественности к коллективной взаимопомощи по созданию психологически безопасной образовательной среды;
- размещение адресной информации по теме профилактики травли на стенде в фойе и школьном сайте с ответами на практические вопросы родителей: что делать, если ребенка травят или ваш ребенок зачинщик травли; как поступить, если вам стало известно о случае травли в классе или школе. Для ребенка информация должна отвечать на вопросы: что делать, если ты или твой одноклассник оказались в

ситуации буллинга, как себя вести, к кому обращаться, от кого и какой помощи ждать (Янова, 2021).

Таким образом, травлю возможно преодолеть, объединив усилия всех субъектов образовательного процесса, оказывая сопротивление и системно работая на всех уровнях.

Использование медиативного подхода в профилактике и предотвращении травли

Следует учитывать, что профилактика и предотвращение травли – задача образовательной организации в целом, а не педагога-психолога или социального педагога. Ресурсом образовательной организации в противодействии травле может являться школьная служба медиации (далее – ШСМ). Акцент работы ШСМ делается на медиативный метод урегулирования споров и конфликтов, освоение всеми участниками образовательного процесса способов конструктивной коммуникации. Медиативные в настоящих методических рекомендациях не рассматриваются в качестве психологических, педагогических, юридических или правозащитных и рекомендованы к применению в ситуации травли и конфликтов¹.

Деятельность ШСМ позволит создать условия для повышения уровня социальной и психологической безопасности и комфортности общеобразовательной среды. В результате продвижения медиативного подхода в образовательном пространстве должно быть сформировано сообщество ведущих восстановительных программ (медиаторов), устойчиво развивающееся и активно участвующее в распространении своего опыта.

Администрации общеобразовательной организации рекомендуется поддерживать координатора (куратора / руководителя) и специалистов активно и профессионально действующей Службы. Следует отметить, что для координатора (куратора / руководителя) ШСМ рекомендовано обучение по программам

¹ Методические рекомендации по организации деятельности служб медиации и примирения (письмо Министерства просвещения Российской Федерации 11 апреля 2025 г. № 07-1660). – URL: https://fcprc.ru/media/media/mediacia/Методические_рекомендации_по_организации_служб_медиации_и_примирения_2024.pdf (дата обращения: 24.04.2025)

дополнительного профессионального образования (программы повышения квалификации и (или) программы профессиональной переподготовки) по направлениям медиации и (или) восстановительному подходу не менее 72 академических часов; для специалиста ШСМ – не менее 36 академических часов (Методические рекомендации..., 2024).

Оптимизация деятельности ШСМ является предметом отдельных организационных мероприятий. Кроме ШСМ, следует также пользоваться ресурсами комиссий по урегулированию споров между участниками образовательных отношений или советом профилактики, создаваемых локальным нормативным актом в образовательных организациях в соответствии со ст. 45 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Как предусматривает п. 4 вышеуказанной статьи, решение комиссии по урегулированию споров между участниками образовательных отношений является обязательным для всех участников образовательных отношений в организации, и подлежит исполнению в сроки, предусмотренные указанным решением.

Электронные и интернет-ресурсы противодействия травле

Важно также иметь ввиду, что ситуация травли вызывает у всех участников тревогу, неуверенность в себе, ощущение беспомощности, что может объективно препятствовать их обращению за психологической помощью. Также, ввиду факта, что травля часто развивается в образовательной среде – среде взрослых, контролирующих поведение подростков, – педагог-психолог образовательной организации нередко рассматривается участниками травли как ещё один контролирующий взрослый, которому также нельзя доверять. В связи с этим крайне важным направлением работы является информирование обучающихся о других способах получения психологической помощи (Чат-бот как способ..., 2023).

В России действует Единый Общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей, работающий бесплатно, анонимно, круглосуточно, по

всей территории России. Получить консультацию можно по телефонам 8-800-2000-122, либо по короткому номеру **124**.

Telegram-бот «Трудно подросткам» [@trudno_podrostkam_bot](https://t.me/@trudno_podrostkam_bot) запущен в 2021 году, на 2022 у него более 16 тыс. подписчиков. В боте представлена информация о самых распространенных среди подростков проблемах: домашнее насилие, зависимое поведение, травля, половое созревание, самоповреждение. Помимо этого, чат-бот оснащен кнопкой «Мне нужна помощь», нажимая на которую, ребята получают контакты профессиональных служб помощи подросткам (Государственный Совет Российской Федерации, 2022).

Естественно, чат-бот не сможет заменить работу психотерапевта по созданию безопасной ситуации, однако в его силах поддерживать минимальный уровень безопасности, снижать уровень аффекта с помощью техник релаксации и на поверхностном уровне прорабатывать негативные эмоциональные состояния. Его значимость тем более очевидна, если учесть, что дети и подростки, и особенно дети и подростки, переживающие агрессию сверстников и равнодушие взрослых, склонны не доверять психологам и страдают от одиночества (Чат-бот как способ..., 2023).

В целях помощи в урегулировании споров, разногласий и конфликтных ситуаций в образовательных организациях по поручению Министерства просвещения Российской Федерации в ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей» открыта Горячая линия по вопросам урегулирования конфликтов в школе, медиации и примирения в образовательных организациях. Получить консультацию можно в рабочие дни с 9:00 до 18:00 (по московскому времени) по телефонам: **8-800-444-18-06, 8-800-222-34-17**.

Горячая линия кризисной психологической помощи Министерства просвещения Российской Федерации – **8(800)600-31-14**. На линии ежедневно и круглосуточно оказывается психологическая помощь и поддержка всем позвонившим, находящимся в кризисном состоянии или в кризисной ситуации.

Также в России работают некоммерческие проекты по поддержке людей в противодействии травле. В проекте «Травли NET» (АНО «БО «Журавлик»)

действует Горячая линия поддержки по вопросам травли для детей, родителей и учителей, в рабочие дни с 10:00 до 20:00 (по московскому времени) по телефону **8-800-500-44-14**. Кроме этого, проект принимает обращения по любым вопросам (детей и подростков, родителей, специалистов, педагогических работников) на сайте (<https://травлинет.рф/feedback>).

Министерством образования и науки Республики Бурятия организована Горячая линия для родителей по разрешению конфликтов:

- на базе МБУ ДО «Центр диагностики и консультирования» г. Улан-Удэ консультационную помощь детям и родителям, проживающим в г. Улан-Удэ, оказывают по телефону: **8(3012)55-38-16**, а также посредством консультаций в социальной сети «ВКонтакте» (http://vk.com/club_psycenter), на сайте ЦДиК (<https://tsdik.buryatschool.ru/>).

- на базе ГБОУ «Республиканский центр образования» консультационную помощь детям и родителям, проживающим в районах Республики Бурятия, оказывают по телефону: **8(9021)69-55-29**.

III. Алгоритмы действий педагогических работников в случае выявления травли в образовательной среде

Деятельность педагогического коллектива образовательной организации в случае выявления в образовательной организации травли среди обучающихся организуется в соответствии методическими рекомендациями с Федерального координационного центра по обеспечению развития психолого-педагогической помощи в системе образования Российской Федерации (ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет») (Алгоритмы деятельности..., 2024).

В указанных методических рекомендациях приведена рекомендация по созданию в целях выявления и/или реагирования на случаи травли Рабочей группы. В состав Рабочей группы могут входить следующие сотрудники образовательной организации: руководитель образовательной организации, заместитель

руководителя, советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями (далее – советник по воспитанию), педагог-психолог, социальный педагог, классный руководитель, иные педагогические работники (далее – участники Рабочей группы). Деятельность Рабочей группы координирует заместитель руководителя или советник по воспитанию.

В рамках проведения психологической диагностики педагог-психолог ориентируется на психодиагностический инструментарий, представленный в Открытом реестре психодиагностических методик, вызывающих доверие профессионального сообщества², с описанием минимально необходимых условий и требований их использования (заимствования) и реализации в образовательной организации.

3.1. Деятельность педагога-психолога

Деятельность педагога-психолога строится на принципах немедленного реагирования, работы в педагогическом коллективе, обязательной профилактики явления.

Педагог-психолог организует деятельность по профилактике и противодействию травле по следующим направлениям:

1. Профилактическая работа, направленная на предотвращение случаев травли в образовательной организации в индивидуальном и групповом форматах.

2. Выявление случаев травли среди обучающихся образовательной организации, проведение психологической диагностики – как индивидуальной, так и групповой, с целью выявления факторов риска возникновения ситуации травли, оценки социально-психологического климата в классе (учебной группе), а также выявления ресурсов преодоления травли. Сопровождение случая совершения травли среди обучающихся, включая принятие мер по защите прав и законных интересов

² Система функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях: методические рекомендации (распоряжение Минпросвещения России от 28 декабря 2020 г. № Р-193). – URL: <https://mgppu.ru/resources/images/Методические%20рекомендации%202020.pdf> (дата обращения: 30.04.2025).

обучающихся, защите «жертвы» травли от продолжения агрессии, формированию психологически безопасной образовательной среды, психолого-педагогическое сопровождение участников образовательных отношений, урегулирование ситуации методами медиации

3. Взаимодействие с советником по воспитанию, которого педагог-психолог информирует о факте травли, как в письменной форме, рекомендованной письмом Министерства просвещения Российской Федерации³ (указывая информацию: сведения о «жертве» и «агрессоре», в течение какого периода совершаются агрессивные действия в отношении «жертвы», какие именно агрессивные действия совершаются, описание ситуации и дата обращения), так и в устной форме при непосредственном обращении.

4. Организация межведомственного взаимодействия в рамках работы со случаем травли.

Далее деятельность педагога-психолога по профилактике и противодействию травле в рамках указанных направлений рассмотрена подробнее.

3.1.1. Профилактическая работа педагога-психолога по предотвращению случаев травли в образовательной организации.

В рамках психологической профилактики педагог-психолог на основе полученных диагностических данных изучения психологического климата⁴, психоэмоциональных состояний и индивидуальных особенностей психологического развития обучающихся разрабатывает рекомендации, проводит профилактические мероприятия со всеми участниками образовательных отношений.

Профилактическая работа педагога-психолога выстраивается на трех уровнях:

³ Алгоритм действий советника директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями при поступлении обращения по факту травли в общеобразовательной организации (письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 20 декабря 2024 г. № 07-6170). – URL: <https://legalacts.ru/doc/pismo-minprosveshchenija-rossii-ot-20122024-n-07-6170-o-napravlenii/> (дата обращения: 30.04.2025).

⁴ Профилактика девиантного поведения обучающихся в образовательных организациях: психолого-педагогический скрининг и формирование благоприятного социально психологического климата (письмо Минпросвещения России от 28 июля 2023 г. № 07-4251) – URL: https://cdo-respublikanskij-ulan-ude-r81.gosweb.gosuslugi.ru/glavnoe/tsentr-ppmsp/rppmsp/dokumenty_1394.html (дата обращения: 30.04.2025).

- первичная профилактика – направлена на позитивную социальную адаптацию обучающихся, обеспечение психологической безопасности образовательной среды и профилактику социально-психологической дезадаптации обучающихся;

- вторичная профилактика – включает в себя систему мер психолого-педагогической поддержки обучающихся группы повышенного риска, направленной на устранение факторов риска травли и предупреждение перехода факторов риска в дезадаптацию;

- третичная профилактика – организованное психолого-педагогическое сопровождение, направленное на предотвращение ситуации травли, возможности ее возобновления и восстановления благоприятного социально-психологического климата в образовательной среде.

Профилактическая работа имеет усиленный эффект, если параллельно осуществляется индивидуальная работа с обучающимися из группы риска, проявляющими тенденцию к агрессивному поведению и подавляющему доминированию, проявляющих повышенную тревожность, боязливость, исключенными из группы сверстников (в силу разнообразных причин).

В рамках профилактической работы, позволяющей своевременно выявлять отклонения в групповой динамике и выявлять становление явлений травли на их раннем этапе, педагог-психолог:

- организует и проводит просветительские мероприятия для обучающихся образовательной организации по вопросам создания благоприятного социально-психологического климата, принципам конструктивного общения и разрешения конфликтов;

- организует и проводит просветительские мероприятия для педагогических работников образовательной организации по вопросам формирования благоприятного социально-психологического климата, вопросам групповой динамики и ее нарушениям, раскрывает явление травли;

- организует проведение социометрических исследований, осуществляет обработку и анализ полученных данных. Проводит сравнительный анализ динамики

крайних статусных ролевых позиций обучающихся («формальный» и «неформальный» лидеры, «отверженные»);

- проводит изучение ценностно-ориентационного единства учебных коллективов, на основании которого выявляет ключевые ценностные предпочтения групп, определяет обучающихся, демонстрирующих крайние варианты ценностных предпочтений, для пролонгированного наблюдения социального статуса;

- проводит адресную психологическую диагностику с целью определения ресурсов обучающихся, находящихся в зоне риска проявления дисфункциональных состояний (тревога, агрессия, самоповреждающее поведение, акцентуации характера).

Основные формы профилактической работы в школе:

1. Среди классных руководителей

- информирование классных руководителей о результатах тестирования;
- обсуждение приоритетных направлений совместной работы по организации воспитательного процесса;
- предоставление информации по буллингу (выступление на ШМО классных руководителей, педсовете по теме «Буллинг», разработка и предоставление методических рекомендаций по профилактике буллинга, консультирование по различным ситуациям, связанным с ситуацией буллинга, предоставление литературы по данной проблеме, оформление информационных стендов «Буллинг», «Развитие межличностных отношений в коллективе»).

2. Среди родителей (законных представителей) обучающихся

- выступление на родительских собраниях (темы: «Буллинг и кибербуллинг», «Психологические особенности подросткового возраста», «Способы эффективного взаимодействия с ребенком», «Стили семейного воспитания», «Профилактика жестокого обращения с ребенком»);
- подготовка методических рекомендаций («Способы эффективного взаимодействия с ребенком», «Как научить ребенка быть сильным», «Профилактика суицидального поведения у детей»);

- разработка программы и организация занятий в семейном клубе «Согласие» (в том числе по вопросам «стили семейного воспитания», «способы эффективного общения», «как решать семейные конфликты», «система наказаний и поощрений» и др.);
- размещение на школьном сайте информации о профилактике буллинга для родителей;
- информирование о возможности получения психологической помощи в городе/районе и возможности телефонных консультаций;
- тренинги для родителей «Эффективный родитель».

3. Среди обучающихся

- подготовка информационных стендов («ответственность», «Способы эффективного общения», предоставление информации о возможности получения психологической помощи (адреса, телефоны доверия);
- организация тренингов и классных часов для учащихся («Умение решать конфликты», «Способы эффективного общения» и др.);
- внедрение школьных программ антибуллинга. Антибуллинговые программы для школьников предполагают серию антибуллинговых уроков в формате психологических тренингов по формированию антибуллинговых установок мышления и навыков поведения. Когнитивно-поведенческий тренинг антибуллинговых компетенций целесообразно делегировать специалистам школьной психологической службы и службы примирения. Примером успешного внедрения школьных антибуллинговых программ для подростков является опыт федерального научно-методического центра в области психологии и педагогики толерантности (Центр толерантности, г.Москва) (Школа без насилия, 2015). Специалистами Центра разработана программа антибуллинга «Каждый важен» (приложение 5) (Программа профилактики..., 2023).
- Школа медиаторов (в перспективе для детей, пожелавших принять участие в работе «школьной службы примирения»).

4. Среди иных педагогических работников

- улучшение психоэмоционального климата в коллективе путем профилактики психоэмоционального выгорания и профдеформаций;
- тренинг «Психологические защиты», «Из конфликта – с позитивом», «Саморегуляция» и др.;
- информационные стенды: «Психическое здоровье», «Профдеформации» и др.;
- сеансы цветотерапии, направленные на снижение стрессового состояния, психологическую разгрузку (Методические рекомендации, 2020).

3.1.2. Выявление и сопровождение случаев травли среди обучающихся образовательной организации

Выявление травли в учебных коллективах возможно из нескольких источников по результатам:

- профилактических мероприятий и групповой скрининговой диагностики;
- обращения к педагогу-психологу непосредственно самого обучающегося, его родителей (законных представителей) по факту травли;
- обращения к педагогу-психологу классного руководителя, иного педагогического работника по факту травли;
- в процессе психолого-педагогического наблюдения.

Педагог-психолог в случае выявления факта травли организует свою работу в соответствии со следующими этапами:

Подготовительный этап

Включает проведение анализа и уточнение информации, полученной из обращения участников образовательных отношений или выявленных фактов травли. На основе полученных данных разрабатываются совместные с педагогическими работниками психокоррекционные мероприятия, а также психолого-педагогические мероприятия для участников травли. Данные мероприятия включаются в разрабатываемый Рабочей группой план профилактической работы.

Педагог-психолог совместно с педагогическими работниками определяет социальные роли участников травли («агрессор», «жертва», «свидетели») и

проводит, в первую очередь, с пострадавшим(-ими) индивидуальную беседу, в рамках которой устанавливаются: фактическая картина произошедшего; степень и вид причиненного вреда; степень готовности пострадавшего(-их) говорить о произошедшем и решать проблему.

Основной этап

Включает в себя действия педагога-психолога, направленные на коррекцию социально-психологического климата, оказание психологической помощи пострадавшим участникам травли.

Работа с «жертвой»

Интенсивность и содержание психолого-педагогической помощи зависит от степени нанесенного ущерба. Кризисная психологическая помощь направлена на работу со страхом посещения образовательной организации, общения со сверстниками, снятием повышенной тревожности. Психолого-педагогическая помощь может носить пролонгированный, плановый характер и быть направленной как на стабилизацию позитивных отношений в учебном коллективе, укрепление межличностных связей, так и на развитие индивидуальной личностной целостности, научения уверенной позиции и снятия фобических реакций у пострадавших от травли.

Сложности на данном этапе могут возникнуть из-за:

- неготовности ребенка говорить о происходящем. Это может быть следствием того, что
 - он запуган агрессорами;
 - он уверен, что будет «стукачом», если расскажет о происходящем;
 - он думает, что вмешательство взрослых только ухудшит ситуацию.
- ребенок может находиться в шоковом состоянии, являющемся следствием психологической травматизации, которая может иметь шоковый характер (если столкновение с обидчиками было очень интенсивным и произошло недавно) или же хронический характер;
- ребенок может быть уверен, что сам виноват в том, что происходит, и даже ожидать наказания за свое поведение.

Основными принципами работы с ребенком на этапе становления контакта и прояснения деталей произошедшего будут следующие:

- Совладать в первую очередь с собственными эмоциями в отношении сложившейся ситуации, отделить собственные страхи и переживания от чувств ребенка.
- Оценить, находится ли ребенок в шоковом состоянии (дезориентация, трудности формулирования ответов на вопросы, «выпадение» из диалога и т.д.).
- Дать понять ребенку, что в том, что он расскажет о происходящем, нет элемента «стукачества» и «предательства» по отношению к другим участникам событий.
- С пониманием отнестись к тому, что ребенок может стесняться рассказать о некоторых деталях произошедшего – ситуации травли порой бывают очень унижительными.
- С пониманием отнестись к тому, что ребенок может считать произошедшее собственным «социальным провалом», ситуацией, в которой никто не может ему помочь.
- Позволить ребенку быть главным в диалоге. Возможно, он вообще захочет от вас на первых этапах только роли слушателя.
- Дать понять ребенку, что вы готовы очень внимательно его слушать, сколько потребуется (применить техники активного слушания), и что ничего из сказанного им вас не шокирует.
- Быть готовым к тому, что эмоции ребенка включают в себя страх, стыд, беспомощность, гнев и жажду мести.
- Не использовать по возможности закрытые вопросы, на которые ребенок может ответить односложно «да» или «нет».
- Стараться задавать вопросы в третьем лице: «Расскажи мне о травле в школе», «Расскажи мне, какие вещи могут случиться в нашей школе с человеком, которого травят».

Стратегически важные моменты взаимодействия

- Избегайте давать советы. Помогите жертве развить такой собственный подход к решению проблемы, который она сможет применять в будущем.
- Не перебивайте.
- Постарайтесь не сидеть выше, чем ребенок.
- Сядьте немного по диагонали от ребенка: расположение лицом к лицу может восприниматься как угрожающее.
- Сохраняйте открытую позу, не скрещивайте руки и не подавайтесь сильно вперед.
- Говорите спокойным тоном, не быстро.
- Старайтесь делать ребенку как можно больше «стратегических комплиментов», например, тому как ему удалось сохранить самообладание в трудной ситуации, быть смелым, трезво мыслить и т.д.
- Продемонстрируйте, что вы понимаете, что говорить о произошедшем тоже требует большой смелости.
- Постарайтесь уточнить, какой именно помощи ребенок ждет в ситуации, и получайте его разрешение перед тем, как осуществлять какие-то действия.

Как было неоднократно сказано выше, жертве очень трудно зачастую говорить о том, что произошло или происходит с ней. Обычно готовность говорить наступает постепенно и проходит несколько стадий, к чему психолог должен быть готов в своей работе:

- отрицание – жертва говорит, что никакой травли не было;
- частичное раскрытие – говорит, что травля была, но она не жертва травли;
- признает, что она жертва, но называет это не важным;
- раскрытие и принятие – жертва готова говорить;
- готовность к решению проблемы.

Разговор о том, как ребенок может справиться с травлей, должен быть ориентированным на решение проблемы. Это позволяет ребенку сразу же почувствовать себя более уверенным, потому что речь почти сразу начинает идти о том, что может быть сделано прямо сейчас для улучшения ситуации. Ориентированный на решение метод хорошо подходит для консультирования в

школе, так как является краткосрочным, и даже первая встреча с ребенком может принести большую пользу.

Изначально разговор стоит вести о вещах, которые вызывают у ребенка интерес, найти что-то, что вызовет у вас истинное восхищение и уважение (такие черты, увлечения, способности или мечты можно найти у любого ребенка). После того, как, по вашему мнению, жертва будет готова говорить непосредственно о ситуации травли, беседа будет следовать нижеизложенным пунктам.

- В чем заключается проблема?
 - Как ты себя чувствуешь в связи с ней?
 - Дать в сокращенной форме обратную связь для прояснения и для того, чтобы жертва могла почувствовать себя услышанной.
 - Что из того, что ты пробовал(а) было успешным, хотя бы частично?
 - Что ты еще можешь попробовать сделать?
 - Какие у тебя есть варианты дальнейшего поведения?
 - Какие будут последствия каждого из этих вариантов?
 - Какой вариант кажется тебе наилучшим?
 - Как ты собираешься это делать?
 - Признать, что разговор был трудным, поблагодарить за смелость!
- (Руководство..., 2019).

Работа с «агрессором (ами)»

Психолого-педагогическая помощь агрессору(-ам) направлена на выяснение мотивов поведения, научение другим паттернам общения / решения конфликтов / и пр., в зависимости от зоны дефицита и мотива. Рекомендуется работа с членами семьи «агрессора». Если «агрессором» является педагогический работник, проводится индивидуальное консультирование педагога, при его согласии. При отсутствии такого согласия вопросы деструктивного педагогического общения рассматриваются представителями администрации или Рабочей группой.

Инициатор травли зачастую нуждается в помощи не меньше, чем и ее жертва. При этом работа с ним может быть значительно сложнее, поскольку психолог может

испытывать сильные негативные эмоции в его адрес. Основные аспекты работы с инициатором травли:

- прояснять для детей различия между лидерством и доминированием — можно быть лидером для других ребят, при этом не пытаясь их при- или унизить;
- у многих агрессоров отличные коммуникативные способности и лидерские качества. Их стоит использовать во благо: они могут вести какие-то кружки, организовывать школьные события, помогать с учебой тем, кто в этом нуждается. Важно: им стоит побольше иметь дело с теми, кто старше: им легче будет держать поведение в рамках;
- иногда причиной буллинга бывает скука. Таким образом, следует обдумать, куда могут быть направлены энергия и внимание ребенка;
- бывает, что у подростка не хватает важных социальных навыков: эмпатии, способности договариваться, справляться с негативными эмоциями. В итоге для них характерен сильный эгоцентризм и неумение распознавать нужды окружающих. Решением здесь будет тренинг эмоциональных и социальных навыков, который может проводиться как в группе, так и в индивидуальном порядке;
- бывает, что кто-то из детей с помощью такого поведения пытается завести себе друзей, не понимая, что это далеко не самый лучший способ. Часто это происходит как следствие того, что раньше ребенок был сам подвержен нападкам. Он выстроил определенную стратегию совладания (связанную с унижением других), и теперь использует ее в общении, часто нападая «первым», и думая, что это — показатель «крутости», из-за которого другие захотят с ним общаться;
- среди агрессоров часть (малая) имеют расстройства личности, связанные с нечувствительностью к чужим страданиям и получением от них радости. Может потребоваться консультация психиатра. Важно проводить своевременную психологическую диагностику (с использованием, например, МПДО);
- буллинг может быть спровоцирован завистью или ревностью, особенно если речь идет о девочках. В данном случае нужно выявить их причину.
- часто дети нападают на тех, за кем замечают те же огрехи и ошибки («косяки»), что и за самой собой;

- у хулигана может наблюдаться недостаток уверенности в себе;
- травля – способ привлечь к себе внимание для многих детей, соответственно, нужно осваивать доступные альтернативы;
- кому-то из инициаторов травля может казаться забавной, веселой шуткой;
- при помощи травли дети могут «уводить» друзей от других учеников, потому что в ином случае боятся остаться в одиночестве (чаще встречается среди девочек) (Руководство..., 2019).

Работа со «свидетелями» травли

При организации психолого-педагогической помощи, как в индивидуальной, так и в групповой форме, особое внимание уделяется проговариванию пережитого опыта в безопасной обстановке с обязательным соблюдением правил конфиденциальности. При организации групповой работы обеспечивается чувство безопасности всем участникам. Проводятся групповые занятия, направленные на снижение уровня конфликтности, сплочение (при отсутствии острой фазы конфликта), на понимание и осознание произошедшего, принятие решения о недопустимости травли в любых формах.

Работа с родителями (законными представителями) обучающихся

- оказание психологической помощи, в том числе кризисной, по запросу родителей (законных представителей);
- проведение консультаций для родителей (законных представителей) обучающихся, участвующих в травле, по вопросам реализуемых в семье стратегий воспитания, детско-родительских отношений, поиска причин вовлечения в ролевые позиции участников травли («жертва», «агрессор», «свидетели»), определения психологических и иных ресурсов преодоления деструктивных ролевых позиций и поведенческих реакций; обсуждается и разрабатывается стратегия реагирования родителей (законных представителей) на проявление травли, в том числе условия, при которых родители (законные представители) могут обсуждать эту ситуацию с обучающимися;
- информирование родителей (законных представителей) о желательности консультации обучающегося (при необходимости) у медицинских специалистов

(невролог, психиатр, клинический психолог) и выдача направления на посещение медицинского специалиста. В направлении родители (законные представители) письменно подтверждают согласие или отказ от направления к медицинским специалистам.

Завершающий этап

После снятия острых кризисных состояний у участников травли педагог-психолог планирует проведение мероприятий (в том числе, совместно с педагогическими работниками), направленных на формирование благоприятного социально-психологического климата и умения распознавать признаки травли всеми участниками образовательных отношений.

1. Педагог-психолог корректирует планируемую деятельность (диагностическую, просветительскую, коррекционно-развивающую, методическую) в соответствии с анализом текущей ситуации, выявленной проблематикой и установленным Рабочей группой планом профилактической работы, направленной на предотвращение схожих ситуаций среди обучающихся в дальнейшем.

2. Организует проведение методических семинаров, тренинговых групп для педагогических работников с целью обмена опытом работы со случаями травли, обмена методическим материалами для классных часов, посвященных профилактике травли и поддержке, в случае необходимости.

3. Участвует в супервизиях и интервизиях педагогов-психологов для обмена опытом по результатам оказания экстренной и кризисной психологической помощи и оценке эффективности проводимых профилактических мероприятий.

3.1.3. Взаимодействие с советником по воспитанию

При установлении факта либо подозрении о существовании ситуации травли среди обучающихся педагог-психолог сообщает о сложившейся ситуации представителю администрации образовательной организации в установленном порядке.

Педагог-психолог при выявлении травли в образовательной организации консультирует классного руководителя, социального педагога, представителей

администрации образовательной организации, советника по воспитанию по вопросам психолого-педагогического сопровождения участников травли, конструктивного поведения участников образовательных отношений в ситуации травли, безопасного эмоционального реагирования, организации психологически безопасной образовательной среды; проводит, при необходимости, кризисное консультирование.

3.1.4. Организация межведомственного взаимодействия в рамках работы со случаем травли

При организации межведомственного взаимодействия возможно привлечение педагога-психолога к следственно-процессуальным действиям (особенно в ситуации совершения физического насилия или сексуализированных действий с несовершеннолетним обучающимися).

3.2. Деятельность иных членов педагогического коллектива

Рабочая группа образовательной организации принимает меры по оценке безопасности образовательной среды, выявляет возможные социально-психологические ресурсы для преодоления травли, разрабатывает план мероприятий по урегулированию и профилактике травли в образовательной среде («Дорожная карта»). Мероприятия «Дорожной карты» рекомендуется обсудить и согласовать с представителями родительской общественности образовательной организации.

При подозрении или установлении факта травли педагогический работник образовательной организации, которому стала известна информация о случае травли, сообщает об этом представителям администрации образовательной организации (руководителю, его заместителям, советнику по воспитанию) в письменном виде.

Представители администрации образовательной организации совместно с участниками Рабочей группы принимают решение о неотложности реагирования на выявленный факт агрессии.

Члены Рабочей группы при выявлении травли в образовательной среде организуют и реализуют деятельность в следующем порядке:

1. Руководитель Рабочей группы (советник по воспитанию образовательной организации, либо заместитель директора по ВР) совместно с социальным педагогом, педагогом-психологом, с привлечением классного руководителя оперативно организует сбор информации о факте травли для общего сбора и фиксации необходимой информации:

- реальность факта совершения насильственных или дискриминационных действий;
- длительность и повторяемость этих действий (первый и единственный случай, повторные насильственные действия или систематические издевательства); на основании подтверждения реальности факта совершения насильственных или дискриминационных действий и с учетом их повторяемости событие квалифицируется как конфликт или травля;

- характер действий и обстоятельств, при которых они происходили;
- участники действий («жертва(ы)», «агрессор(ы)», «свидетели»);
- состояние «жертвы» («жертв») травли;
- мотивация совершения насильственных действий, проявления дискриминации;
- отношение «свидетелей» к происходящему, «агрессору(ам)» и «жертве» (жертвам»);
- динамика происходящего, возможные последствия насилия для всех его участников и вероятная модель развития ситуации.

В процессе анализа оцениваются факты агрессивных или дискриминационных, противоправных действий, их систематичность и повторяемость, на основе которых определяется характер кризисной ситуации (конфликт или травля); в случае травли – устанавливаются социальные роли участников травли («жертва», «агрессор», «свидетели»), определяется вовлеченность родителей (законных представителей), характер педагогических коммуникаций и действия, принятые в целях профилактики травли.

2. Руководитель Рабочей группы совместно с участниками Рабочей группы, и, при наличии, службы медиации (примирения), инициирует проведение малого педагогического совета, на котором проводится анализ ситуации и позиции образовательной организации по отношению к травле, разрабатывается план по педагогическому урегулированию ситуации травли – «Дорожная карта» с конкретными мерами урегулирования ситуации травли, после чего «Дорожная карта» обсуждается с обучающимися и их родителями (законными представителями). Руководитель Рабочей группы совместно с классным руководителем информирует родителей (законных представителей) участников ситуации травли о выявленном случае, приглашает их к взаимодействию в рамках реализации «Дорожной карты». При наличии службы медиации (примирения) руководитель Рабочей группы поддерживает ее деятельность для организации конструктивного диалога между участниками травли, при необходимости с привлечением родителей (законных представителей), для прекращения травли.

3. Участники Рабочей группы проводят следующие мероприятия:

- оценивают необходимость информирования и привлечения правоохранительных органов, иных органов и учреждений системы профилактики о факте травли в образовательной организации.
- принимают экстренные меры по защите «жертвы» («жертв») от дальнейшей агрессии, руководствуясь при этом принципом реабилитации «агрессора(ов)» в целях недопущения подобных явлений в дальнейшем.
- проводят консультации отдельно с каждым обучающимся, пострадавшим от травли.
- составляют план дальнейшей работы со всеми участниками травли: с «жертвой» («жертвами») – план индивидуальной психологической работы в зависимости от тяжести случая травли; с «агрессором(ами)» – план индивидуальной коррекционной психологической работы; со «свидетелями» – план коррекционной или реабилитационной работы в зависимости от степени вовлеченности «свидетелей» в травлю и их ролей в нем. План профилактических мероприятий составляется для всей группы обучающихся (учебного коллектива) и тех обучающихся, которые прямо или косвенно были вовлечены в травлю.
- осуществляют реализацию профилактических и коррекционных мероприятий в отношении произошедшего события с его участниками.
- информируют родителей (законных представителей) о профилактических и коррекционных мероприятиях в отношении произошедшего события.

Руководитель Рабочей группы, в случае единичного инцидента травли, оказывает содействие классному руководителю, социальному педагогу в организации проведения профилактических мероприятий с участниками травли. Дает рекомендации педагогам по организации проведения коррекционных мероприятий с участниками травли.

4. Руководитель Рабочей группы производит отсроченный контроль за ситуацией.

5. Руководитель Рабочей группы может привлекать ресурсы других организаций для оказания профилактических мероприятий. В случае повторного

возникновения травли, информирует руководителя общеобразовательной организации, осуществляет передачу сведений руководителю образовательной организации для ее отправки в территориальное отделение МВД России, а также в иные органы и учреждения системы профилактики.

Заключение

Явление травли — достаточно распространенное явление, которое может оказывать неблагоприятное влияние на формирование личности и социально-психологическую адаптацию как агрессоров, так и жертв травли. Дети-жертвы не только страдают от физической агрессии, но и получают психологическую травму, которая влияет на самооценку ребенка, детерминирует его социальную дезадаптацию. Снижение успеваемости, отказ посещать школу, самоповреждающее поведение — наиболее частые последствия травли. Дети-агрессоры чаще других попадают в криминальные истории, у них формируется искаженное представление о разрешении конфликтов и нормах социального взаимодействия в целом. Дети-наблюдатели, непосредственно не участвующие в травле, также переживают негативные эмоции: страх оказаться на месте жертвы, бессилие, негативное отношение к школе, в которой возможно унижение одного человека другим (Калинкина, 2022).

Анализ современных работ, посвященных проблемам травли в образовательной среде, показывает необходимость глубокого и систематического изучения этого феномена, а также разработки и внедрения программ профилактики и противодействия травле. Наиболее эффективными остаются комплексные подходы, при которых школы выбирают из ряда компонентов те, которые они считают наиболее подходящими для своей ситуации.

В профилактике травли имеют значения усилия всех участников образовательных отношений — как педагогов-психологов, так и других педагогических работников, участников школьных служб медиации

Программы профилактики и противодействия травле в первую очередь должны быть нацелены на развитие компетенций педагогов, психологов, школьников и родителей (как ключевых субъектов образования) в противодействии школьной травле, обучение их технологиям создания социальных, психологических, педагогических условий формирования безопасной образовательной среды (нетерпимой к проявлениям насилия, агрессии и жестокости в школе).

Список литературы

1. Arora, T. (1994). Measuring Bullying with the “Life in School” Checklist. *Pastoral Care in Education*, 12(3), 11–15. <https://doi.org/10.1080/02643949409470880>
2. Аверьянов А.И. Школьный буллинг в воспоминаниях студентов МГПИ // *Современные проблемы и пути их решения в науке, транспорте, производстве и образовании: Мат-лы междунар. научн.- практ. конф. - Вып. 4. Том 15. - Одесса, 2016. - С. 22-26.*
3. Алгоритмы деятельности педагога-психолога по оказанию психологической помощи участникам образовательных отношений. Методические рекомендации / Федеральный координационный центр по обеспечению развития психолого-педагогической помощи в системе образования Российской Федерации. — Москва: МГППУ, 2024. — 41 с.
4. Бочавер А.А., Кузнецова В.Б., Бианки Е.М. и др. Опросник риска буллинга (ОРБ) // *Вопросы психологии*. 2015. №5. – С.146-157
5. Бутенко В.Н., Сидоренко О. А. Буллинг в школьной образовательной среде: опыт исследования психологических особенностей «Обидчиков» и «Жертв» // *Вестник КГПУ им. В.П. Астафьева - Красноярск*, 2015. – 148 с
6. Быкова, Е. А. Проблема профилактики буллинга в образовательной организации / Е. А. Быкова, С. В. Истомина // *Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика.* – 2016. – Т. 22, № 3. – С. 75-78.
7. Всемирная организация здравоохранения. Насилие и его влияние на здоровье. Доклад о ситуации в мире [Электронный ресурс]. – 2003. – URL: https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/42495/5777702252_rus.pdf?sequence=4 (дата обращения: 24.04.2025)
8. Глазман, О. Л. Психологические особенности участников буллинга / О. Л. Глазман // *Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена.* – 2009. – № 105. – С. 159-165.

9. Глазырина, Л. А. Предотвращение насилия в образовательных учреждениях : Методическое пособие для педагогических работников / Л. А. Глазырина, М. А. Костенко. – Москва : БЭСТ-принт, 2015. – 144 с.

10. Государственный Совет Российской Федерации. О реализации молодёжной политики в современных условиях [Электронный ресурс]. – 2022. – URL: <https://mollab.hse.ru/mirror/pubs/share/823942055.pdf> (дата обращения: 24.04.2025)

11. Довиденко А.Е., Третьякова А.П., Мелях А.С. и др. Методические рекомендации по предотвращению буллинга (травли среди сверстников) в детских коллективах / Малоистокский специальный (коррекционный) детский дом для детей с ограниченными возможностями здоровья. – Екатеринбург, 2014. – 29 с.

12. Драганова, О. А., Болдырева, О. А. Методические рекомендации по профилактике буллинга, скулшутинга и кибераддикции в образовательных организациях /О. А. Драганова, О. А. Болдырева – Липецк: Изд-во «Открытый мир», 2020. – 20 с.

13. Екимова, В. И. Жертвы и обидчики в ситуации буллинга: кто они? / В. И. Екимова, А. М. Залалдинова // Современная зарубежная психология. – 2015. – Т. 4, № 4. – С. 5-10. – <https://doi.org/10.17759/jmfp.2015040401>

14. Калинкина, Е.М. Преодоление и профилактика буллинга в школе / Е.М. Калинкина, Н.Ю. Камракова. – Вологда : ВИРО, 2018. – 52 с.

15. Кон И.С. Что такое буллинг и как с ним бороться? // «Семья и школа», 2006, № 11. с.15-18.

16. Кривцова, С. В. Школьный буллинг: прояснение понятий / С. В. Кривцова, А. Н. Шапкина, М. П. Малыгина // Вопросы психологии. – 2019. – № 3. – С. 17-28.

17. Маланцева О.Д. «Буллинг» в школе. Что мы можем сделать? / О. Д. Маланцева // Социальная педагогика. - 2017. - № 4. - С. 90-92.

18. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях: справочник практического психолога / И. Малкина-Пых. - М.: Изд-во Эксмо, 2015. - 960 с.

19. Мамедова А.Г. Профилактика жестокого обращения среди подростков. Буллинг. [Электронный ресурс]. – 2014. – URL: <https://www.eduportal44.ru/psy-med-clinic/DocLib9/Статья.%20Профилактика%20жестого%20обращения,%20буллинг.pdf> (дата обращения: 24.04.2025)

20. Методические рекомендации по профилактике буллинга в общеобразовательной организации / отв. ред. Погребная С.К., Чиркова Т.Н., Бзыкова А.А., Лебедина Е.В., Масалова Т.С., Бородин А.А. – Краснодар, 2020. – 24 с.

21. Методические рекомендации по профилактике, выявлению и коррекции буллинга в детских коллективах / Уполномоченный по правам ребенка в Республике Башкортостан. – Уфа: Изд-во «Мир печати». – 2020. – 36 с.

22. Молчанова, Д. В. Противодействие школьному буллингу: анализ международного опыта / Д. В. Молчанова, М. А. Новикова // Современная аналитика образования. – 2020. – № 1(31). – С. 1-72.

23. Петросянц В.Р. Психологическая характеристика старшеклассников, участников буллинга в образовательной среде, и их жизнестойкость: дис. ... кандидата психологических наук: 19.00.07 / В.Р. Петросянц; Рос. гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена. – СПб, 2011. – 210 с.

24. Программа профилактики агрессии и травли в школе «Каждый важен» // Федеральный научно-методический Центр толерантности в области психологии и педагогики [Электронный ресурс]. – 2022. – URL: <https://tolerancecenter.ru/programs/programma-profilaktiki-agressii-i-travli-v-shkole-kazhdyy-vazhen/> (дата обращения: 24.04.2025)

25. Профилактика буллинга: куда обращаться и как себя защитить? / АНО «Центр изучения и сетевого мониторинга молодежной среды». [Электронный ресурс]. URL: <https://www.cism-ms.ru/poleznye-materialy/profilaktika-bullinga-sredi-podrostkov-kuda-obrashchatsya-i-kak-sebya-zashchitit/> (дата обращения: 10.03.2025)

26. Профилактика кибербуллинга среди обучающихся образовательной организации / Департамент образования Вологодской области, Вологодский

институт развития образования [Н.В. Носова, Е.М. Калинин, Н.Ю. Камракова]. – Вологда: ВИРО, 2019. – 52 с.

27. Руководство по противодействию и профилактике буллинга / А. А. Реан, М. А. Новикова, И. А. Коновалов, Д. В. Молчанова. – М.: Лаборатория профилактики асоциального поведения Института образования НИУ «Высшая школа экономики» Фонд поддержки и сохранения культурных инициатив «Собрание». – 2019. – 64 с.

28. Создание и обеспечение системы экстренной и кризисной психологической помощи в составе психологической службы в системе общего образования и среднего профессионального образования: методические рекомендации / О.А. Ульянина, О.Л. Юрчук, А.В. Ермолаева, Я.А. Онкамо, Н.Н. Филатова. — Москва: МГППУ, 2024. — 170 с.

29. Соловьев, Д. Н. Буллинг в среде школьников подросткового возраста / Д. Н. Соловьев // Обучение и воспитание: методики и практика. – 2013. – № 5. – С. 19-23.

30. Соловьев, Д. Н. Модель профилактики буллинга среди школьников подросткового возраста / Д. Н. Соловьев // Интернет-журнал Науковедение. – 2014. – № 3(22). – С. 155.

31. Травля в школе: масштаб проблемы и пути решения [Электронный ресурс]. – 2025. – URL: <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/travlja-v-shkole-masshtab-problemy-i-puti-reshenija> (дата обращения: 23.04.2025)

32. Фатеева, В. А. Буллинг в колледже: выявление, устранение и профилактика [Электронный ресурс]. – 2022. – URL: https://fioco.ru/Media/Default/Documents/AC_BestPractices/2024/ЯНАО_программа_Буллинг_в_колледже.pdf (дата обращения: 24.04.2025)

33. Чат-бот как способ поддержки жертв школьной травли / А. Ю. Роговец, А. Мазуркевич, И. Ю. Суворова [и др.] // Современная зарубежная психология. – 2023. – Т. 12, № 3. – С. 103-114. – <https://doi.org/10.17759/jmfp.2023120310>

34. Шалагинова, К. С. Теоретико-методические основы деятельности педагога-психолога по предотвращению буллинга в школах Тульского региона:

гендерно-возрастной аспект : монография / К. С. Шалагинова, Т. И. Куликова, С. А. Черкасова ; Под общей редакцией К.С. Шалагиновой. – Тула : Аквариус, 2014. – 176 с. – ISBN 978-5-8125-2057-1

35. Школа без насилия. Методическое пособие / Под ред. Н.Ю. Синягиной, Т.Ю. Райфшнайдер. – М.: АНО «ЦНПРО», 2015. – 150 с. – ISBN 978-5-905430-41-1

36. Янова, Н. Г. От буллинга к антибуллингу: школьные программы профилактики агрессии : методическое издание для специалистов образовательных учреждений / Н. Г. Янова ; Комитет по образованию г. Барнаула, МБУ ДО Городской психолого-педагогический центр Потенциал. – Барнаул : Принт-Экспресс, 2021 – 175 с.

Опросник Д. Олвеуса «Буллинг»

Цель: Выявление распространенности и специфики травли в образовательной среде.

Инструкция: Внимательно прочитайте утверждения, выберите вариант ответа и отметьте его любым знаком:

		никогда не было	было раз или два	бывает иногда	бывает раз в неделю	бывает несколько раз в неделю
1.	я кого-то обозвал					
2.	я с кем-то специально не разговаривал					
3.	я нанес кому-то физический вред, например, толкнул или ударил					
4.	я распространял о ком- то сплетни					
5.	я угрожал					
6.	я украл или испортил чьи-то вещи					
7.	меня обзывали					
8.	обо мне распространяли сплетни					
9.	никто не хочет сидеть со мной или проводить свободное время					
10.	у меня украли вещи					
11.	мне нанесли физический вред (ударили, толкнули)					
12.	никто не говорит со мной					
13.	мне угрожали					

Описание: Измеряет два отдельных аспекта: проявления травли и подверженность ему.

Прямой активный буллинг – проявления физической (умышленные толчки, удары, пинки, побои, нанесение иных телесных повреждений, кража или порча вещей, обидные жесты) и вербальной (оскорбления, угрозы, запугивание) агрессии;

Косвенный активный буллинг – проявления изоляции (социальной депривации): сплетни, заговоры, бойкоты, игнорирование просьб;

Прямой пассивный буллинг (виктимизация) – подверженность физической и вербальной агрессии;

Косвенная виктимизация (косвенный пассивный буллинг) – подверженность социальной депривации.

Предлагались варианты ответа, за которые потом присваивались баллы:

- никогда не было – 0 баллов;
- было раз или два – 1 балл;
- бывает иногда – 2 балла;
- бывает раз в неделю – 3 балла;
- бывает несколько раз в неделю – 4 балла.

Ключ к опроснику:

- активный буллинг (проявление агрессии):

1, 3, 5, 6 – прямой буллинг, а 2 и 4 – косвенный буллинг;

- для выявления виктимизации (пассивный буллинг, т.е. подверженность агрессии): 7, 10, 11, 13 – прямая виктимизация, а 8, 9, 12 – косвенная виктимизация

Обработка результата: Полученные баллы группируются в соответствии с ключом и подсчитывается количество баллов по каждой шкале. Сумма баллов делится на количество вопросов в данной шкале.

Показатель выраженности проявлений активного и пассивного травли колеблется в диапазоне от 0 до 4:

0 - 1 балл – показатель слабо выражен;

более 1 балла- менее 3 баллов – умеренно выражен (эпизодически);

3 - 4 балла – ярко выражен (регулярно, систематически)

Опросник риска травли в школе

(А.А. Бочавер, В.Б. Кузнецова, Е.М. Бианки и др.)

Добрый день! Мы предлагаем вам поучаствовать в исследовании, потому что нам хочется понять, насколько комфортно ученики себя ощущают в школе. Исследование анонимно, никто не сможет узнать, чьи это ответы. Здесь нет правильных или неправильных ответов. Мы понимаем, что люди в школах не только учат и учатся, но и общаются, дружат, дерутся, спорят, делают что-то вместе. Нам как раз интересно, насколько приятно и легко или тяжело и сложно в школе с кем-то взаимодействовать. Спасибо, что принимаете участие в нашем исследовании.

Сообщите, пожалуйста, данные о себе:

Пол..... Возраст..... Класс..... Дата.....

Школа/колледж.....

...

Отметьте, пожалуйста, для каждого пункта, согласны или не согласны вы с этими утверждениями.

УТВЕРЖДЕНИЯ			ДА	НЕТ
1	<i>В вашем классе принято...</i>			
	1.1	мешать друг другу, лезть, приставать		
	1.2	вместе развлекаться после уроков		
	1.3	шутить над кем-нибудь так, чтобы смеялся весь класс		
	1.4	драться		
	1.5	ходить друг к другу в гости		
	1.6	заступаться за своих		
	1.7	обзывать		
	1.8	не мешать друг другу заниматься, чем захочется		
2	<i>В вашем классе есть кто-то...</i>			
	2.1	кого все уважают		
	2.2	кого все боятся		
	2.3	над кем все смеются		
	2.4	кем часто недовольны учителя		
	2.5	на кого хочется быть похожим		
	2.6	с кем лучше не спорить		
	2.7	кто никогда не прогуливает		

	2.8	с кем даже учитель не может справиться		
3	<i>Как к вам в классе обращаются обычно учителя?</i>			
	3.1	по имени		
	3.2	по имени и отчеству		
	3.3	по фамилии		
	3.4	по прозвищам		
4	<i>Когда в школе происходит драка, вы...</i>			
	4.1	удивляетесь		
	4.2	не обращаете внимания, это обычное дело		
	4.3	присоединяетесь, встав на чью-то сторону		
	4.4	много это потом обсуждаете между собой в классе		
5	<i>Ценные вещи ...</i>			
	5.1	стараюсь не носить в школу вообще		
	5.2	спокойно оставляю в классе		
	5.3	можно оставить в коридоре		
	5.4	был случай, что украли		
	5.5	оставляю в раздевалке		
6	<i>Вызов к директору – это...</i>			
	6.1	хотят за что-то похвалить		
7	<i>В вашей школе мат, ругательства...</i>			
	7.1	звучат на переменах в личных разговорах		
	7.2	не приняты вообще		
8	<i>В вашей школе...</i>			
	8.1	курят в туалетах, под лестницами		
9	<i>В вашей школе стены, мебель...</i>			
	9.1	исписанные, испачканные		
10	<i>Если кто-то начинает орать, драться, класс «встает на уши»; что нужно, чтобы это прекратилось:</i>			
	10.1	кто-то из учеников должен сказать «хватит»		
	10.2	должен прийти директор		
	10.3	это прекратится, когда все устанут		
11	<i>В школе вам...</i>			
	11.1	в целом нравится, приятно, интересно		
	11.2	в целом не нравится, плохо, никто ни с кем не дружит		
12	<i>Перемену я провожу:</i>			
	12.1	захожу к друзьям в другие классы		
13	<i>Когда ваш класс едет куда-то с учителями:</i>			
	13.1	это обычная ситуация		
	13.2	вам это нравится, это весело		
	13.3	вы стараетесь не ездить		
	13.4	учителям это сложно, они каждый говорят, что это «в последний раз»		

14	<i>Ваш класс имеет репутацию</i>			
	14.1	отличников		
	14.2	хулиганов		
	14.3	самого обычного, ничем не отличающегося от других классов в школе		
	14.4	класса, в котором никто не хочет быть классным руководителем		

Ключи к опроснику выглядят следующим образом:

Шкала ***небезопасности***:

ДА – 1.1; 1.3; 1.7; 2.3; 2.4; 2.8; 3.4; 7.1; 8.1; 9.1; 10.2; 14.2; НЕТ – 1.8; 4.1; 7.2; 10.1;

Шкала ***благополучия***:

ДА – 2.7; 3.1; 5.2; 5.3; 13.1; 14.3; НЕТ – 3.3; 5.1; 5.4; 13.4; 14.4;

Шкала ***разобщенности***:

ДА – 1.4; 4.2; 10.3; 11.2; 13.3; НЕТ – 1.2; 1.5; 1.6; 11.1; 13.2;

Шкала ***равноправия***:

ДА – 2.1; 2.2; 2.5; 2.6; 3.2; 4.3; 4.4; 5.5; 6.1; 12.1; 14.1.

Каждое совпадение с ключом оценивается в один балл. Баллы суммируются, сумма баллов делится на количество участников опроса. Итоговый показатель сравнивается со средним значением по методике (см. таблицу 1). Диапазон средних значений определяется с учетом средних квадратичных отклонений.

Таблица 1

Средние значения (M) и средние квадратичные отклонения (SD)
по шкалам опросника

Распределение по группам	Шкала небезопасности		Шкала благополучия		Шкала разобщенности		Шкала равноправия	
	M	SD	M	SD	M	SD	M	SD
Общая выборка N = 285	8,51	3,20	6,10	2,20	2,55	2,14	3,98	2,19

Девочки N = 152	8,26	3,29	6,46	2,35	2,42	2,11	3,79	1,88
Мальчики N = 130	8,84	3,06	5,68	1,97	2,69	2,13	4,18	2,49
Младшие подростки N = 155	9,21	2,14	5,30	1,88	2,64	2,18	4,00	2,17
Старшие подростки N = 133	8,20	3,19	6,47	2,25	2,47	2,04	3,98	2,18

Краткое описание шкал опросника.

Шкалы-предикторы

1. Шкала *небезопасности* измеряет степень распространенности в классе неуважения, небезопасности и пренебрежения правилами и границами. Высокие показатели по этой шкале говорят о высоком субъективном ощущении небезопасности у участников группы и повышенном риске различных дезадаптивных способов совладания с тревогой (в том числе травли, других форм агрессивного поведения). Шкала *небезопасности* отражает негативные характеристики психологической атмосферы, уровень фонового напряжения в группе, которое связано с низким качеством отношений и соблюдения правил общения. Это ведет к негативным установкам в общении: привлечении обид из прошлого; раздражении, негативизме и разобщенности в настоящем; подозрительности относительно перспектив общения.

2. Шкала *разобщенности* выявляет отсутствие сплоченности, величину дистанции между подростками, а также между ними и учителями, что связывается с отсутствием инструментов взаимодействия и взаимовлияния. Высокие показатели характеризуют неконтролируемость группы, отсутствие возможности диалога. Это не обуславливает буллинг напрямую, однако при развитии ситуации травли снижает вероятность его прекращения, поскольку в группе низка взаимовыручка и поддержка. Шкала *разобщенности* оценивает не фоновое, а актуальное и имеющее непосредственные ситуативные причины напряжение (вызываемое, например, драками), которое отражается и в негативных, агрессивных установках по отношению друг к другу, и одновременно в высокой степени тревоги в сочетании с переживанием одиночества.

Шкалы-антипредикторы

1. Шкала *благополучия* характеризует устойчивость границ, соблюдение правил и утверждение уважения как нормы в группе. Высокие показатели по этой шкале указывают на реализацию ценности уважения, которая представляет собой качественную альтернативу ценности власти и силы и служит фактором защиты от риска развития ситуаций травли. Шкала *благополучия* выявляет факторы, способствующие доверию и открытому диалогу в школе и, как следствие, снижению вероятности травли. Она оценивает устойчивость границ и правил коммуникаций в среде, что обеспечивает снижение уровня негативных установок по отношению к общению и взаимодействию.

2. Шкала *равноправия* оценивает способность группы к принятию различий участников, распределение ролей и возможность конструктивных, позитивных коммуникаций. Высокие показатели по этой шкале означают, что в группе распределены роли, есть отрефлексированная социальная определенность и есть диалогичные отношения. Это снижает тревогу и защищает группу от риска разворачивания травли на фоне выстраивания системы социальных статусов. Шкала *равноправия* также оценивает возможные пути стабилизации межличностных отношений в группе: несмотря на то, что эта шкала связана с физической и вербальной агрессией, она не коррелирует с другими показателями агрессивности или тревожности. Можно говорить о том, что в группе присутствуют проявления агрессивности, но они имеют такую форму, что не пугают членов группы и не способствуют их изоляции друг от друга, а, напротив, сочетаются с уважительными и принимающими разнообразие отношениями.

Форма заявления о подозрении на травлю

Директору ОУ _____

от _____ (Ф.И.О., должность, место работы)

ЗАЯВЛЕНИЕ

« ____ » _____ 20__ года в ____ часов ____ минут были обнаружены (указать кем) признаки травли в отношении несовершеннолетнего (указать несовершеннолетнего, его местожительство, место учебы), в отношении которого неустановленными лицами (либо указать конкретных лиц, если они известны потерпевшему) были совершены действия (указать какие). Признаками, дающими основания подозревать травлю, являются (указать конкретные признаки).

Прошу рассмотреть вопрос о привлечении к установленной законом ответственности.

« ____ » _____ 20__ года

(должность, подпись, Ф.И.О.)

Образец плана мероприятий по предотвращению насилия в образовательном учреждении

План мероприятий школы № _____
по предотвращению насилия в _____ учебном году

№	Мероприятия	Ответственный	Сроки проведения	Отметка об исполнении
Нормативно-правовое и информационное обеспечение профилактики насилия				
1.	Подготовка приказа «О профилактике насилия в образовательном учреждении»	Директор		
2.	Подготовка приказа «О порядке действий персонала при столкновении со случаями насилия в образовательном учреждении»	Ответственный заместитель директора		
3.	Совещания с различными категориями работников по вопросам профилактики насилия: ☐ педагогический персонал; ☐ вспомогательный персонал; ☐ технический персонал	Заместители директора Школьный уполномоченный по правам ребенка		
4.	Обсуждение и принятие правил поведения в классах, оформление правил в виде наглядного стенда	Классные руководители, старосты классов (8-11 классы)		
5.	Организация работы «почты доверия» (установка информационных ящиков) для сообщения о случаях насилия	Школьный уполномоченный по правам ребенка Педагог-психолог, классные руководители		
6.	Создание (или обновление) раздела о профилактике насилия	Ответственный за работу сайта		

№	Мероприятия	Ответственный	Сроки проведения	Отметка об исполнении
	и размещение нормативных документов, телефонов служб помощи на сайте школы	школы		
7.	Подготовка Папки- памятки для педагогов с нормативными документами, рекомендациями по профилактике насилия в образовательной среде	Ответственный заместитель директора		
8.	Подготовка методических рекомендаций для педагогов: - по изучению ученического коллектива; - по распознаванию признаков различных видов насилия в отношении детей	Ответственный заместитель директора, Школьный уполномоченный по правам ребенка Педагог- психолог		
9.	Оформление наглядного стенда «Наша школа живет без насилия»	Ответственный заместитель директора		
10.	Подготовка буклетов «Мы – против насилия» для обучающихся	Ответственный заместитель директора		
11.	Рейды по школе в целях проверки информационной доступности правил поведения и нормативных документов по профилактике насилия	Ответственный заместитель директора Школьный уполномоченный по правам ребенка		
12.	Информационная акция для старшеклассников «Нет насилию!»	Ответственный заместитель директора Школьный уполномоченный по правам ребенка		
13.	Выступление на общешкольном родительском собрании о профилактике насилия в ученическом коллективе	Директор, ответственный заместитель директора Школьный уполномоченный		

№	Мероприятия	Ответственный	Сроки проведения	Отметка об исполнении
		по правам ребенка Педагог-психолог		
14.	 и др.			
Работа с педагогами, другим персоналом				
15.	Проведение обучающих семинаров для учителей по предотвращению насилия и мерам реагирования	Ответственный заместитель директора		
16.	Инструктивные совещания по вопросам профилактики насилия со вспомогательным, техническим персоналом	Директор, ответственный заместитель директора Школьный уполномоченный по правам ребенка		
17.	Тренинг для учителей по предотвращению гендерного насилия в школьной среде	Педагог-психолог, привлеченные специалисты		
18.	Собеседование с классными руководителями по результатам диагностики классного коллектива	Ответственный заместитель директора, Педагог-психолог		
19.	Консультирование классных руководителей по проблемным ситуациям	Педагог-психолог, социальный педагог		
20.	 и др.			
Работа с обучающимися				
21.	Проведение СПтренингов для старшеклассников по межличностному общению, формированию навыков разрешения конфликтов	Педагог-психолог		

№	Мероприятия	Ответственный	Сроки проведения	Отметка об исполнении
22.	Имитационная игра для младших школьников (1–4-й классы) «Если тебя обижают»	Классные руководители		
23.	Неделя толерантности	Ученический совет, классные руководители		
24.	День открытых дверей у школьного психолога	Педагог-психолог		
25.	Имитационная квест-игра для учащихся средних и старших классов «Сообщи о насилии»	Ученический совет, классные руководители		
26.	Конкурс плакатов против насилия	Ученический совет, заместитель директора по воспитательной работе		
27.	Конкурс на самый миролюбивый класс	Ученический совет, классные руководители		
28.	Открытие школьной службы медиации	Обученный специалист Школьный уполномоченный по правам ребенка Педагог-психолог,		
29.	 и др.			
Работа с родителями				
30.	Общешкольное родительское собрание «О правах ребенка на защиту от любой формы насилия»	Директор с участием представителей ПДН ОВД Школьный уполномоченный по правам ребенка		
31.	Подготовка памятки для родителей о способах сообщения о предполагаемых и реальных	Ответственный заместитель директора		

№	Мероприятия	Ответственный	Сроки проведения	Отметка об исполнении
	случаях насилия в отношении детей и мерах защиты и оказания помощи детям			
32.	Открытие семейного клуба «Дети без насилия»	Психолог, председатель родительского комитета Школьный уполномоченный по правам ребенка		
33.	Родительские собрания в классах «Ваш ребенок – ваша ответственность»	Классные руководители Школьный уполномоченный по правам ребенка		
34.	Проведение консультаций психолога по вопросам взаимоотношений родителей с детьми	Педагог-психолог, классные руководители		
35.	Консультирование родителей по защите прав и интересов детей	Школьный уполномоченный по правам ребенка		
36.	 др.			
Мониторинг жизнедеятельности школы				
37.	Создание базы данных учащихся групп риска	Социальный педагог		
38.	Самообследование школьной среды на предмет безопасности и комфорта	Администрация школы, учебный коллектив		
39.	Анонимное анкетирование учащихся 5–11-го классов об опыте столкновения с насилием в школе	Психолог		
40.	Анкетирование родителей о безопасности школы	Классные руководители		
41.	Диагностика взаимоотношений в школе (анкетирование учащихся и педагогов)	Психолог, социальный педагог		

№	Мероприятия	Ответственный	Сроки проведения	Отметка об исполнении
42.	Анализ информации из журнала учета случаев насилия	Ответственный заместитель директора		
43.	Подготовка отчета о выполнении мероприятий по профилактике насилия	Ответственный заместитель директора		
44.	 и др.			

Программа профилактики агрессии и травли в школе «Каждый важен»

(опыт федерального научно-методического центра в области психологии и педагогики толерантности (Центр толерантности, г. Москва)

Программа профилактики агрессии и травли в школе «Каждый важен» имеет психотехнический игровой дизайн, обеспеченный грамотной методической базой и тренерской подготовкой. Дидактические единицы программы включают универсальные навыки поведения в конфликте и копинги поведения в травле. Программа антибуллинговых уроков для школьников представлена серией из 7 интерактивных занятий для двух возрастных групп (10-13 и 14-17 лет) продолжительностью 1,5 часа каждое.

Важными атрибутами программы являются:

- Профилактический подход. Занятия носят профилактический характер и адресованы, не агрессорам или жертвам, а свидетелям травли, благодаря равнодушию и молчаливому согласию которых в классах и происходит буллинг.
- Психотехнический подход. Программа использует эффективные психологические технологии профилактики агрессии и травли в образовательных организациях через эмоциональное вовлечение школьников и получение нового личностного опыта.
- Ценностный подход. Программа направлена на формирование в классе среды, нетерпимой к проявлению насилия и жестокости. Формирование ценностей и установок, препятствующих возникновению и распространению травли.
- Компетентностный подход. Программа ориентирована на развитие у подростков общих антибуллинговых компетенций – навыков эмпатии, взаимного уважения, позитивной коммуникации, установок ответственного поведения в ситуации травли.

Предметный фокус занятий затрагивает вопросы:

- Что такое травля в классе;

- Что такое эмпатия, навыки развития сочувствия и сопереживания;
- Укрепление активной позиции противодействия травле в классе;
- Понимание ресурсов и возможностей в противодействии агрессии и насилию;
- Навыки эмоциональной поддержки;
- Навыки конструктивной коммуникации;
- Навыки толерантности и культуры многообразия;
- Ценности и договоренности для обеспечения комфортной и безопасной среды в классе.

Конечным практическим результатом становится совместный творческий продукт: класс-участник при помощи педагога придумывает и реализует антибуллинговую инициативу для школы или младших классов

Аннотация цикла занятий «Каждый важен»

Тренинг «Однажды в классе» (занятие 1)

Цель: Занятие направлено на постановку проблемы школьной травли, ее проявлений и «драматургии». Интерактивный диалог с ребятами идет о том, кто действующие лица травли и какова их роль в истории травли. Типичные сценарии травли демонстрируются на примере мини-фильмов.

Задачи:

- содействие осознанию того, что буллинг можно встретить в школьной жизни, пониманию его проявлений;
- содействие получению опыта эмпатии по отношению к жертве травли, осознанию важности уважительного отношения к другим;
- содействие пониманию роли конструктивного индивидуального и группового поведения для общего социально-психологического климата в классе.
- содействие сплочению группы и активной позиции каждого участника.

Тренинг «Я понимаю тебя» (занятие 2)

Цель: Занятие направлено на развитие у подростков эмпатии по отношению жертвам травли (как эмпатия может проявляться и какова ее сила против травли). Осознание собственных чувств и эмоций в похожих ситуациях может принести

больше пользы для недопущения агрессии, чем сотни нотаций и поучений. Вопросы: Что может заставить нас задуматься над словами и поступками в адрес других людей? Что может нас остановить от нанесения обиды, оскорбления? Что может заставить заступиться за другого?

Задачи:

- содействие пониманию того, что такое эмпатия и как она влияет на отношения;
- содействие осознанию собственных способностей к эмпатии и того, как она может проявляться в повседневном школьном общении;
- содействие пониманию того, какие собственные действия будут способствовать или препятствовать положительному психологическому климату в классе и как эти действия связаны с эмпатией.

Тренинг «А что я могу?» (занятие 3)

Цель: Занятие направлено на развитие у подростков активной социальной позиции, способствует расширению представлений о способах оказания поддержки жертвы, о роли действий каждого в создании классной среды, препятствующей появлению и распространению травли. Работа с установками: «А я здесь не при чем», «Я никого не обижаю», «А что я могу сделать?», «Мне все равно», за которыми прячутся те, кто мог бы повлиять на обстановку в классе, но не знает как (что я могу?). И потому находится в роли молчаливого большинства, с позволения которого травля происходит.

Задачи:

- содействие пониманию участниками важности равнодушного отношения каждого к проявлениям травли;
- содействие пониманию участниками многообразия способов конструктивного влияния на ситуацию травли;
- содействие сплочению группы и активной позиции каждого участника.

Тренинг «В мире ресурсов» (занятие 4)

Цель: Занятие направлено на восприятие травли, как проблемы, которую можно и нужно решать, на совместный поиск ресурсов поддержки как для свидетелей

травли, так и для тех, кто оказался в роли ее объекта. Фабула: Часто мы ощущаем себя беспомощными и уязвимыми, даже если не мы оказались в роли «жертвы» травли. Мы сочувствуем, расстраиваемся, переживаем из-за бездействия и отводим глаза. Мы говорим «нет, ничего плохого не происходит, мне показалось» и остаемся в маске равнодушия. Либо так получилось, что именно мы ощущаем себя беспомощными перед обидчиками и нам кажется, что мир отворачивается от нас и никто не может помочь. Вопросы: Как же быть в этих ситуациях? К кому обратиться? У кого найти поддержку?

Задачи:

- содействовать формированию активной субъектной позиции по отношению к ситуации травли как к проблеме, требующей решения;
- содействие созданию разнообразных решений, куда и к кому может обратиться жертва или свидетели травли за поддержкой;
- содействие пониманию подростками того, что каждый из нас может стать поддерживающим ресурсом для жертвы травли;
- содействие сплочению группы и активной позиции каждого участника.

Тренинг «Навыки уверенного поведения» (занятие 5)

Цель: Занятие направлено на содействие формированию навыков уверенного поведения в ответ на агрессию в ситуациях наблюдаемого травли (позиция защитника). Задача научиться чувствовать и вести себя уверенно и полезно не только в классе. Конструктивное поведение каждого влияет на общую атмосферу в коллективе.

Задачи:

- содействие пониманию, как различные стили поведения влияют на процесс коммуникации и ситуацию травли;
- развитие навыков асертивного (уверенного поведения) в различных типовых ситуациях;
- содействие пониманию важности конструктивного индивидуального и группового поведения для ситуации в классе в целом;

➤ содействие пониманию важности положительного психологического климата в классе и роль каждого в его формировании.

Тренинг «Быть похожим или уникальным?» (занятие 6)

Цель: Занятие направлено на укрепление ценности уважения индивидуальности и многообразия в классе. Конструктивная установка: как много в нас похожего, но каждый из нас уникален. С помощью интерактивных технологий тренинг показывает важность индивидуальных различий и их позитивного восприятия.

Задачи:

- содействие пониманию важности различий для класса и для общества;
- содействие пониманию своих собственных уникальных черт;
- содействие пониманию последствий негативного восприятия различий, позитивного восприятия многообразия в классе;
- содействие пониманию важности для общения поиска объединяющих принципов в противовес разъединяющим.

Тренинг «Зависит от каждого» (занятие 7)

Цель: Занятие направлено на развитие ценностей, нетерпимых к проявлениям насилия и агрессии. Успешное обучение, отношения в школьном коллективе, состояние и настроение учеников во многом зависят от комфортного психологического климата в классе. Упражнения тренинга помогут определить и создать комфортную среду в своем классе, которая подходит каждому.

Задачи:

- содействие прояснению образа желаемого психологического климата в классе;
- содействие пониманию, какие собственные действия участников будут способствовать или препятствовать достижению комфортного психологического климата в классе;
- создание условий для договоренности о действиях и правилах, которые помогут участникам создать положительный психологический климат в классе.

Особенностью реализации программы является работа с целым классом как сформированным коллективом, участие в программе педагога-классного

руководителя, системный, а не автономный цикл занятий. Психотехническая особенность включает формат игротехники, который не только позволяет легко и доступно организовать восприятие материала, но и обеспечивают эмоциональное проживание игровых ситуаций. Важным компонентом программы является соответствие сценария и медиа-контента возрастной норме. Внешний по отношению к школе тренерский состав обеспечивает экологическую атмосферу доверия и свободы на занятиях.