

**Государственное автономное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Смоленский областной институт развития образования»
(ГАУ ДПО СОИРО)**

**ПРОФИЛАКТИКА ТРАВЛИ И НАСИЛИЯ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ:
ЭФФЕКТИВНЫЕ ПРАКТИКИ**

Методические рекомендации

**Смоленск
2026**

УДК 37.064
ББК Ч420.026
П 84

Автор-составитель:

Нетребенко Лариса Викторовна, доцент кафедры педагогики и психологии ГАУ ДПО СОИРО

П 84 Профилактика травли и насилия в образовательных организациях: эффективные практики: Методические рекомендации / Авт.-сост. Л.В. Нетребенко. – Смоленск: ГАУ ДПО СОИРО, 2026 – 72 с.

Предложенные методические рекомендации освещают методические и практические аспекты проблемы травли и насилия (буллинга) в образовательных организациях. В сборнике представлен региональный опыт работы образовательных организаций с родителями педагогов-психологов отдела службы сопровождения социально-психолого-педагогической деятельности МБУ «Центр ППМС помощи г. Смоленска, методиста НПФ «Амалтея» и Студии «Виэль» из Санкт-Петербурга, а также материалы победителей регионального этапа Всероссийского конкурса реализации комплексных профилактических мероприятий по формированию благоприятного социально-психологического климата «Школа#безОбид».

Методические рекомендации могут использоваться в деятельности руководителей образовательных организаций, педагогов-психологов, социальных педагогов, классных руководителей и др.

Материалы печатаются в авторской редакции.

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры педагогики и психологии ГАУ ДПО СОИРО (протокол № 5 от 16.06.2026 г).

УДК 37.064
ББК Ч420.026

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
Глава I. Методические рекомендации по профилактики травли, насилия в образовательных организациях	7
Статистические данные	7
Нормативно-правовое регулирование вопросов профилактики травли, насилия	10
Меры профилактики травли, насилия (буллинга)	12
Службы экстренной психологической помощи	14
Глава II. Эффективные практики	17
Материалы победителей регионального этапа и участников Всероссийского конкурса реализации комплексных профилактических мероприятий по формированию благоприятного социально-психологического климата «Школа#безОбид» в г. Москве 2025, 2026 гг.	17
Кейс комплексного сопровождения участников образовательных отношений МБОУ «Андрейковская СОШ» Вяземского района Смоленской области по реализации мероприятий, направленных на профилактику травли	18
Кейс успешного разрешения конфликта через посредничество обучающихся при участии службы медиации и примирения в МБОУ СШ № 1 г. Сычевки Смоленской области	27
Кейс комплексного сопровождения участников образовательных отношений по реализации мероприятий, направленных на профилактику травли в МБОУ СШ № 1 г. Сычевки Смоленской области	29
Антибуллинговые меры профилактики в школе	
Новикова И.В.	34
Коррекционно-профилактический инструментарий девиантного поведения	
Цыденова Н.В.	40
Родительское собрание «Школьная травля, или буллинг. Как помочь детям?»	
Корж М.А., Бобылева Т.Г., Влазнева И.П.	44
Мастер-класс «Психология уверенности: как научить ребёнка верить в себя»	
Харченко С.В.	60
Тезаурус	61
Заключение	64
Приложение 1	
Анкета «Риск буллинга в учебной группе» (В.М. Ганузин)	65
Приложение 2	
Опросник «Безопасно ли вам в школе?» для обучающихся 5–11 классов	67

Введение

Актуальность темы обусловлена масштабностью и остротой проблемы травли (буллинга) и насилия в современной образовательной среде. Это явление перестало быть исключительно внутришкольной проблемой и приобрело статус социально-педагогического феномена, требующего системного подхода.

Значительная доля школьников во всём мире регулярно сталкивается с различными формами травли. В России проблема также стоит крайне остро: статистика и резонансные случаи, освещаемые в СМИ, подтверждают, что ни один регион и ни один тип образовательной организации не застрахован от этого явления.

Трансформируются формы насилия. С развитием цифровых технологий к традиционным формам травли (физической, вербальной) добавился кибербуллинг. Он характеризуется анонимностью, круглосуточным доступом к жертве и возможностью мгновенного распространения компрометирующей информации, что многократно усиливает психологическую травму.

Тяжёлые последствия для всех участников. Проблема не ограничивается временным дискомфортом. Последствия травли носят комплексный и долгосрочный характер:

- для жертвы: высокий риск развития депрессии, тревожных расстройств, психосоматических заболеваний, снижения академической успеваемости и, в крайних случаях, суицидального поведения;
- для агрессора: формирование устойчивой модели асоциального поведения, что повышает вероятность совершения правонарушений и преступлений в будущем;
- для свидетелей: развитие чувства беспомощности, страха, деформация нравственных установок («эффект свидетеля»);
- для образовательной организации в целом: формирование токсичной атмосферы, которая подрывает доверие, снижает мотивацию к обучению и мешает реализации воспитательных задач.

Таким образом, игнорирование проблемы ведёт к прямым и косвенным социальным издержкам, снижая качество человеческого капитала и подрывая психологическую безопасность общества.

С научной точки зрения разработка методических рекомендаций по профилактике травли является междисциплинарной задачей, находящейся на стыке педагогики, психологии, социологии и юриспруденции.

- Для педагогики: тема актуализирует переход от традиционной дисциплинарной модели к созданию поддерживающей и безопасной образовательной среды. Она требует разработки новых подходов к воспитанию, основанных

на формировании эмпатии, эмоционального интеллекта и конструктивных навыков разрешения конфликтов.

- Для психологии: исследование буллинга позволяет глубже понять механизмы групповой динамики, причины агрессивного поведения у детей и подростков, а также разработать эффективные программы психологической помощи, как жертвам, так и агрессорам.

- Для социологии: изучение травли как социального явления даёт возможность анализировать влияние на него таких факторов, как социально-экономическое положение семьи, ценности общества и модели поведения, транслируемые через СМИ.

Создание методических рекомендаций на основе анализа научных данных способствует систематизации знаний и их переводу в практическую плоскость.

Практическая значимость темы для образовательных организаций является ключевой. Педагогические работники находятся на переднем крае борьбы с травлей, но часто не обладают достаточными компетенциями для её эффективного предотвращения и разрешения.

1. Инструмент для педагога. Методические рекомендации предоставляют учителям, классным руководителям, социальным педагогам и психологам конкретный инструментарий:

- алгоритмы распознавания ранних признаков травли;
- методики диагностики ситуации в классе;
- сценарии профилактических мероприятий (классные часы, тренинги);
- чёткие инструкции по реагированию на инциденты насилия;
- модели работы с каждой из сторон конфликта: жертвой, агрессором и свидетелями.

2. Основа для системной работы. Рекомендации позволяют выстроить в школе не разрозненные акции, а целостную систему профилактики. Это включает работу на трёх уровнях: с учащимися (просвещение), с педагогами (повышение квалификации) и с родителями (вовлечение в профилактическую деятельность).

3. Снижение профессионального выгорания. Наличие у педагога понятного алгоритма действий в сложной ситуации снижает уровень стресса и чувство беспомощности, которые часто приводят к профессиональному выгоранию. Это позволяет ему действовать уверенно и профессионально.

4. Для педагогов выбранная тема имеет прямое практическое значение. Она напрямую отвечает на их профессиональные вызовы и потребности.

- **Повышение профессиональной компетентности.** Рекомендации становятся доступным ресурсом для самообразования и повышения квалификации в области создания безопасной среды. Педагоги получают знания о воз-

растных особенностях детей, причинах агрессивного поведения и современных технологиях воспитательной работы.

- **Обеспечение правовой защищённости.** Четкие методические указания помогают педагогу действовать в рамках правового поля при реагировании на случаи насилия. Это защищает его от возможных обвинений в бездействии или, наоборот, в чрезмерном давлении на участников конфликта.

- **Реализация воспитательной миссии.** Борьба с травлей — это не просто выполнение формальных требований. Это реализация главной миссии педагога: не только передать знания, но и воспитать гуманную, ответственную, безопасную и психологически здоровую личность. Методические рекомендации дают ему инструменты для выполнения этой высокой задачи.

В итоге выбор темы «Профилактика травли и насилия в образовательных организациях» является оправданным. Её актуальность диктуется остротой социальной проблемы, а значимость для практики заключается в необходимости систематизации знаний и предоставлении педагогическим работникам конкретных инструментов для создания безопасной и поддерживающей среды для развития каждого ребёнка.

Структура данного издания представлена введением, двумя главами, тезаурусом, заключением, Приложением.

Предложенные методические рекомендации освещают методические и практические аспекты проблемы травли и насилия (буллинга) в образовательных организациях. В сборнике представлен региональный опыт работы образовательных организаций с родителями педагогов-психологов отдела службы сопровождения социально-психолого-педагогической деятельности МБУ «Центр ППС помощи г. Смоленска, методиста НПФ «Амалтея» и Студии «Виэль» из Санкт-Петербурга, а также материалы победителей регионального этапа Всероссийского конкурса реализации комплексных профилактических мероприятий по формированию благоприятного социально-психологического климата «Школа#безОбид», опытом работы образовательных организаций, специалистов социально-психолого-педагогической службы.

Методические рекомендации могут использоваться в деятельности руководителей образовательных организаций, педагогов-психологов, социальных педагогов, классных руководителей и др.

Глава I. Методические рекомендации по профилактики травли, насилия в образовательных организациях

Статистические данные

В настоящее время актуализируются различного рода риски такие, как рост явлений насилия, агрессии, игровой и интернет-зависимостей, десоциализации, виктимности.

Буллинг: статистика детско-подростковая.

До 10% детей регулярно (раз в неделю и чаще) и 55% эпизодически (время от времени) подвергаются тем или иным формам жестокого обращения, насилия со стороны одноклассников (младший школьный и подростковый) возраст.

11 лет: 22% мальчиков; 21% девочек.

15 лет: 13% мальчиков; 12% девочек.

Около 26% матерей считают своих детей жертвами жестокого обращения со стороны одноклассников.

Исследования показали, что жертвами травли зачастую становятся сами педагоги.

70% преподавателей сталкивались с систематическим буллингом.

50% получали от учеников угрозы. 40% подвергались кибербуллингу.

Наблюдаются неблагоприятные условия как факторы риска, порождающие насилие среди участников образовательных отношений:

- социальные;
- средовые;
- семейные;
- ситуационные;
- личностные.

За последний год количество обращений, связанных с конфликтами и травлей в школах, увеличилось примерно на 30% (среднестатистические данные по Российской Федерации). Эксперты связывают этот рост с общим повышением уровня стресса в обществе изменением представлений о традиционных духовно-нравственных ценностях, ослаблением семейных ценностей.

Подобные тенденции связаны с перестройкой семьи как социального института, жестокого обращения в семье, что порождает новую социальную ситуацию развития обучающихся, а также с расширением границ доступности средств массовой информации и иных ресурсов при низком уровне безопасности информационной среды для обучающихся.

В Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Рос-

сийской Федерации на период до 2030 г. (Принята Министерством просвещения РФ 18.06.2024) акцентируется внимание педагогов-психологов на следующих позициях:

1. Содействие созданию условий для сохранения и укрепления психологического и психического здоровья и развития обучающихся, оказание им психологической поддержки и содействия в трудных жизненных ситуациях.
2. Содействие в позитивной социализации.
3. Организация и участие в мероприятиях по профилактике и коррекции отклоняющегося (агрессивного, аддиктивного, виктимного, суицидального и т.п.) и делинквентного (противоправного) поведения детей, молодежи с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

К числу основных задач в сфере профилактики преступлений, совершаемых как несовершеннолетними, так и в отношении несовершеннолетних, обозначенных в рамках Стратегии комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 17 мая 2023 г. № 358, относятся развитие системы профилактики антиобщественного и противоправного поведения несовершеннолетних, профилактика агрессивного поведения детей и их травли, совершенствование механизмов оказания своевременной правовой и психолого-педагогической помощи детям и их родителям (законным представителям), в том числе в случаях нарушения прав и законных интересов детей, обеспечение психологической безопасности детей, переживших кризисные состояния.

К сожалению, в образовательных организациях наблюдаются разные виды насилия, это запугивание, физический и/или психологический террор в отношении ребенка со стороны группы одноклассников. Это и жестокое обращение, когда физически или психически сильный индивид или группа получает удовольствие, причиняя физическую или психологическую боль более слабому в данной ситуации человеку.

С течением времени меняется конкретное содержание агрессивных актов, например, в какие-то моменты их становится больше на национальной почве; сейчас насилие уходит в пространство интернета (директор Института социологии образования РАО, академик РАО В. Собкин).

Выделяют три главных признака травли, насилия:

- агрессивное и негативное поведение осуществляется регулярно;
- происходит в отношениях, участники которых обладают неодинаковой властью, статусом;
- действия являются умышленными.

В каждой ситуации насилия присутствует три стороны: правовая, этическая, психологическая. Поэтому педагогам, классным руководителям, необхо-

димо анализировать каждый случай и работать в этих направлениях.

Последствия школьного насилия, травли.

Исследования показывают, что ни для кого из тех, кто сталкивается с ситуациями травли, это не проходит бесследно.

- Дети, которых систематически обижают, преследуют, игнорируют, испытывают много сложностей с физическим и психическим здоровьем, благополучием и учебной успеваемостью. Совершают попытки суицида. С суицидальными мыслями и намерениями более тесно связана косвенная травля.

- Дети, которые исполняют роль преследователей, часто усваивают агрессивный и неуважительный способ поведения с другими людьми, пренебрегают правилами. В результате у них часто отмечаются различные формы антисоциального, криминального и девиантного поведения, включая драки, воровство, вандализм, хранение оружия, прогулы школы, низкие учебные достижения; они чаще употребляют алкоголь и курят.

- Дети, которые являются свидетелями травли, ощущают небезопасность среды: они испытывают страх, беспомощность, стыд за свое бездействие и одновременно чувствуют желание присоединиться к гонениям.

Таким образом, в педагогической и психологической помощи, в том числе неотложной, нуждаются несовершеннолетние, имеющие риски аутодеструктивного поведения, а также обучающиеся, в классных коллективах которых произошел суицид / суицидальная попытка, как следствие травли, насилия.

Поэтому определяются целевые группы обучающихся, в том числе: дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации, дети, проявляющие различные формы отклоняющегося поведения, дети – жертвы насилия.

Приоритетные направления в оказании педагогической и психологической помощи участникам образовательных отношений в сфере общего образования и среднего профессионального образования – это «сохранение населения, здоровье и благополучие людей», «возможности для самореализации и развития талантов» (в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»).

Нормативно-правовое регулирование вопросов профилактики травли, насилия

С 2025 года в соответствии с Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.10.2024 № 704 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования» (Зарегистрирован 11.02.2025 № 81220) исключение понятий «толерантность», «буллинг», «гендер». «Домашнее насилие и буллинг» заменили на «психологическое насилие, систематическое унижение чести и достоинства, издевательства, преследование».

В нормативных документах, методических рекомендациях, которыми мы пользуемся, до 2025 года понятие буллинг содержится.

В Российской Федерации вопросы профилактики травли, насилия (буллинга) регулируются как на законодательном уровне, так и через методические рекомендации для образовательных организаций.

1. Федеральный закон «Об образовании в РФ» (273-ФЗ) Основопологающим документом является Федеральный закон № 273-ФЗ. В частности, статья 28 обязывает образовательные организации создавать безопасные условия обучения, воспитания, присмотра и ухода, а также защищать обучающихся от всех форм физического и психического насилия. Это базовая норма, на которую опираются все последующие документы.

2. Стратегия комплексной безопасности детей В 2023 году была утверждена «Стратегия комплексной безопасности детей в Российской Федерации до 2030 года». В этом документе профилактика травли и насилия рассматривается как одно из ключевых направлений обеспечения безопасности несовершеннолетних, в том числе в цифровой среде.

3. Методические рекомендации Минпросвещения РФ (март 2025 г.) Наиболее актуальной нормативной и методической базой являются документы, опубликованные Министерством просвещения. 26 марта 2025 года были утверждены и опубликованы «Методики и рекомендации» по вопросам противодействия травле (буллингу) для обучающихся, родителей (законных представителей) и педагогических работников.

- Содержание документа: Памятка содержит алгоритмы действий для всех участников образовательного процесса при выявлении случаев травли, описание признаков, по которым можно определить жертву или агрессора, а также методические материалы для проведения профилактических мероприятий. Официальный текст и сопутствующие материалы доступны в Банке доку-

ментов Минпросвещения РФ[1].

4. Уголовный кодекс РФ и Кодекс об административных правонарушениях (КоАП РФ) Сами по себе понятия «травля» не выделены в отдельные статьи УК РФ или КоАП РФ. Однако действия, составляющие травлю, квалифицируются по существующим статьям:

- УК РФ: Статьи 110 (Доведение до самоубийства), 111–116 (Умышленное причинение вреда здоровью разной степени тяжести), 117 (Истязание), 128.1 (Клевета), 130 (Оскорбление — статья утратила силу, но её положения инкорпорированы в другие составы).

- КоАП РФ: Статья 5.61 (Оскорбление), статья 6.1.1 (Побои).

5. Внутренние документы образовательных организаций.

На основе федеральных рекомендаций каждая школа обязана разработать и утвердить локальные нормативные акты: правила внутреннего распорядка, кодексы этики и поведения, а также положения о службе примирения (медиации) и комиссиях по урегулированию споров. В этих документах прописываются конкретные процедуры реагирования на инциденты.

Таким образом, для получения самой последней нормативной документации следует обращаться к методическим рекомендациям Минпросвещения РФ от 2025 года, которые являются основным рабочим инструментом для школ и родителей.

Источники

1. Памятка для обучающихся, родителей (законных представителей) и педагогических работников по вопросам противодействия травле (буллингу) на сайте Министерства просвещения РФ <https://docs.edu.gov.ru/document/4bbe134c3a6f2af77697311de9027567/?ysclid=mq965zhcaq931087572>

2. Александрова А.С. «Учимся создавать бесконфликтную среду: детский буллинг как разновидность насилия» <https://infourok.ru/detskiy-bulling-kak-raznovidnost-nasiliya-3806974.html>

Меры профилактики травли, насилия (буллинга)

Первичная профилактика травли, насилия (буллинга) в образовательной организации

В профилактической работе главное действие на опережение, предупреждение, а не постфактум, борьба с последствиями.

Поэтому возникает необходимость постоянного мониторинга психологического климата в школьных классах и в школе в целом, конфликтов, явлений травли, насилия (буллинга) в образовательной организации. Это начальное звено в профилактике.

Необходимо акцентировать внимание педагогических работников на рассмотрении каждого случая травли, насилия (буллинга) в образовательных организациях, в школьном коллективе, классе и тщательном его анализе, вскрывая причины. Это проблемное поле, с которым работают: директор образовательной организации, заместитель директора и советник по воспитательной работе, учитель, классный руководитель, педагог-психолог, социальный педагог в рамках всей школы и отдельного класса.

Основными причинами травли, насилия (буллинга) являются:

- несформированность системы ценностных ориентаций и стремления к просоциальному поведению, позитивному развитию собственной личности;
- в ценностных ориентациях современных подростков зачастую преобладают материальные ценности, удовольствия и развлечения, наблюдается духовно-нравственный нигилизм; среди развлечений значительное место отводится компьютерным играм и интернету;
- зависимость от мнений и точек зрения окружающих людей, высокая степень восприимчивости к негативному социальному опыту взаимодействия с окружающими;
- избегание родительского контроля, высокий уровень конфликтности между членами семьи;
- высокая потребность в общении, наличие проблем, сложностей в общении, обусловленных отсутствием коммуникативных навыков.

Каждую из этих причин можно перевести в воспитательные задачи, сформулировать как задачи: формировать, развивать, научить, обучить и др.

Чем хуже школьный климат, тем выше уровень агрессивности. Уровень травли значимо ниже в школах с более высокими показателями благоприятного школьного климата, а именно – вовлеченностью учителей в учебный процесс, большей их эмоциональной доступностью для учеников, большим уровнем контактов между сотрудниками школы, а также наличием четкой и обязательной для исполнения системой школьных правил.

В случаях травли, насилия (буллинга) наблюдается определенная структура участников.

* это – обидчик, преследователь (булли);

* это – жертва;

* это – наблюдатель (-ли).

С каждой из этих категорий обучающихся нужно работать отдельно, выявив причины внешнего или внутреннего порядка, и классному руководителю, и социальному педагогу, и педагогу-психологу.

Обеспечение организации в образовательных учреждениях общедоступных спортивных секций, технических и иных кружков, клубов и привлечение к участию в них несовершеннолетних предусматривает:

- развитие системы дополнительного образования детей в общеобразовательном учреждении;
- разработку и реализацию программ дополнительного образования детей,
- привлечение к занятиям по этим программам детей, требующих особого педагогического внимания;
- организацию постоянного мониторинга посещаемости детьми «группы риска» спортивных секций, творческих коллективов, факультативов, занятий в студиях, клубах;
- обеспечение занятости несовершеннолетних, находящихся в трудной жизненной ситуации в каникулярное время.

Осуществление мер по реализации программ и методик, направленных на формирование законопослушного поведения несовершеннолетних, через:

- организацию в рамках воспитательно-профилактической работы мероприятий по формированию правовой культуры, гражданской и уголовной ответственности у обучающихся (проведение акций, коллективных творческих дел, нестандартных учебных занятий и т.д.);
- использование педагогами школы современных технологий правового обучения и воспитания;
- использование тренингов, деловых и ролевых игр, социального проектирования, компьютерного программирования, совместной продуктивной деятельности и т.д.;
- организацию участия школьников в реализации социально значимых проектов, конкурсов, акций областного и федерального уровня, направленных на формирование гражданско-правового сознания обучающихся;
- привлечение ведомств, общественных организаций, учреждений культуры, науки, спорта, здравоохранения, родительской общественности

для проведения совместных проектов по профилактике травли, насилия;

- использование информационных материалов, сборников, публикаций, электронных журналов, плакатов, художественной литературы для организации выставок, проведения классных часов, внеклассных мероприятий по предметам, декад правовой культуры и др. по профилактике травли, насилия;

- проведение опросов, анкетирования обучающихся и родителей по основам правовых знаний, законопослушного поведения, уровню правовой культуры;

- создание страницы на школьном сайте, выпуск школьной стенгазеты, размещение специальных информационных стендов, посвященных интересным аспектам гражданско-правовой культуры и поведения обучающихся [3].

Обязательным является использование различных ресурсов, в том числе информационных (сайты образовательных организаций, горячих линий, телефонов доверия и др.).

В данном сборнике представлен региональный опыт по профилактике травли, насилия (буллинга) в образовательных организациях.

Службы экстренной психологической помощи

1. Детский телефон доверия 8-800-2000-122 (круглосуточно).
2. Приемное отделение ОГБУЗ Смоленской областной клинической Психиатрической больницы (телефон доверия) 42-76-58 <http://sokpb67.zdrav.admin-smolensk.ru/>
3. Московский государственный психолого-педагогический университет. Центр экстренной психологической помощи. Детский телефон доверия: 8 (800) 2000-122; 8 (495) 624-60-01.
4. Сайт Уполномоченного по правам ребенка в Смоленской области: <http://deti.gov.ru/region/smolensk/bio>

Список источников

1. Письмо Министерства просвещения России, Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей. «О направлении методических пособий по противодействию и профилактике буллинга (для детей, родителей и педагогов) в целях их использования при организации профилактической работы в образовательных организациях» от 23.12.2019 № 07-9187. Руководство по противодействию и профилактике буллинга / Под редакцией академика РАО А.А. Реана.

2. Воспитание и социализация учащихся.5–9 / Науч. ред. Е.Н. Шавринова. – СПб.: Каро, 2015. – 176 с.

3. Назаретян А.П. Насилие в СМИ: сегодня и завтра // Вопросы психологии. – 2009. – № 5.

4. Маралов В.Г., Ситаров В.А. Педагогика и психология ненасилия в образовании: Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры / В.Г. Маралов, В.А. Ситаров.– Люберцы: Юрайт, 2016. – 424 с.

5. Профилактика безнадзорности и правонарушений среди обучающихся: Методическое пособие / Авт.-сост. С.А. Васицева. – Смоленск: ГАУ ДПО СОИРО, 2021. – 193 с.

6. Профилактика агрессивных и террористических проявлений у подростков / С.Н. Ениколопов, Л.В. Ерофеева, И. Соковня [и др.] / Под ред. И. Соковни. – М.: Просвещение, 2002. – 158 с.

7. Пряжников Н. Информационное насилие // Школьный психолог. – 2003. – № 42.

8. Психолого-педагогическое сопровождение профилактической работы с подростками. – Выпуск 4 / Под общ. ред. Г.В. Солдатовой. – СПб.: АППО, 2014. – 124 с.

9. Солдатова Г.У., Рассказова Е.И. Роль родителей в повышении безопасности ребёнка в интернете // Вопросы психологии. – 2013. – № 26.

10. Розет М.В. Черняева С.А. Исследование внутришкольного насилия в школах Санкт-Петербурга. // Буллинг в условиях образовательной среды: межкультурный аспект – Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2018. - 172 с.

Ресурсы ГАУ ДПО СОИРО:

1. Методические рекомендации для классных руководителей и педагогов-психологов по выявлению детей, подвергшихся сексуализированному насилию, участию педагогов в процессуальных действиях, сопровождении детей, подвергшихся сексуализированному насилию / Составление Л.В. Жариковой, Е.М. Паламарчук, О.А. Шаталовой. – Смоленск: ГАУ ДПО СОИРО, 2025.– 44 с.

2. Родительский всеобуч: Современный подросток в социуме: причины асоциального поведения и возможности профилактики: Методическое пособие / Авт.-сост. Л.В. Нетребенко, Л.В. Жарикова. – Смоленск: ГАУ ДПО СОИРО. – 2020. – 60 с. Доступ к ресурсу: <https://ru.calameo.com/read/0063988585c349330f9b4>

3. Родительский всеобуч по вопросам профилактики насилия и жестокого обращения с несовершеннолетними, суицидального поведения у детей, урегулирования детско-родительских отношений: Методическое пособие / Авт.-сост. Л.В. Жарикова. – Смоленск: ГАУ ДПО СОИРО, 2020. – 72 с. – До-

ступ к ресурсу: <https://ru.calameo.com/read/00639885848064a6dfdca>

4. Детско-родительские отношения – конфликт или союз поколений?:
Методическое пособие / Авт.-сост. О.А.Шаталова. – Смоленск:
ГАУ ДПО СОИРО, 2020. – 44 с. – Доступ к ресурсу:
<https://ru.calameo.com/read/006398858af6950af35d0>

Глава II. Эффективные практики

Материалы победителей регионального этапа и участников Всероссийского конкурса реализации комплексных профилактических мероприятий по формированию благоприятного социально-психологического климата «Школа#безОбид» в г.Москве 2025, 2026 гг.

АНКЕТА УЧАСТНИКА

Всероссийского конкурса реализации комплексных профилактических мероприятий
по формированию благоприятного социально-психологического климата

I. Общие сведения (по состоянию на 1 ноября 2024 г.)		
1.	Наименование общеобразовательной организации (по уставу)	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Андрейковская средняя общеобразовательная школа» Вяземского района Смоленской области
2.	Населенный пункт, муниципальный район, адрес, телефон общеобразовательной организации	с. Андрейково, Вяземский муниципальный округ Адрес: ул. Мира, д.10а, с. Андрейково, Вяземский район, Смоленская область, 215158 тел/факс: 8-(48131) 3-24-10
3.	Фамилия, имя, отчество руководителя общеобразовательной организации (телефон, электронная почта)	Галецкая Лариса Валерьевна, тел: +7-910-784-45-93, e-mail: galeckaya_larisa@bk.ru
	Общая численность обучающихся из них: 1–4 классы 5–9 классы 10–11 классы	Всего обучающихся – 344, из них: 1–4 классы – 110 5–9 классы – 197 10–11 классы - 37
	Фактическая численность педагогических работников	22
II. Содержание деятельности		
№	Критерий оценки	Подтверждение
1.	Наличие локальных актов в общеобразовательной организации, регулирующих профилактику травли в образовательной среде и/или содержащих алгоритмы работы в случае выявления травли	Приказ о профилактике травли в школе от 03.09.2024 № 278а/01-10, приложение Алгоритмы работы https://andreykovo-school-67.gosuslugi.ru/netcat_files/191/2925/Prikaz_profilaktika_travli.pdf

2.	Взаимодействие с государственными и негосударственными организациями с целью создания благоприятного социально-психологического климата, профилактики травли и иных форм социально опасного поведения	1. Договор о сотрудничестве с СОГБУ «Вяземский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Гармония» https://andreykovo-school-67.gosuslugi.ru/netcat_files/191/2925/Garmoniya.pdf 2. Взаимодействие с Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, Фонд-детям (негосударственный) в рамках ерос-сийского конкурса «Города для детей» с проектом «Андрейково-территория детства» http://smi67.ru/24969-prizery-vserossijskogo-konkursa/
3.	Участие в проектах / программах федерального и регионального уровня, направленных, в том числе, на создание благоприятного социально-психологического климата, профилактику травли и иных форм социально опасного поведения	Региональный уровень – Победитель конкурса «Педагог-психолог России–2023» http://dpo-smolensk.ru/news/1101/89389/?sphrase_id=201729 https://andreykovo-school-67.gosuslugi.ru/netcat_files/191/2925/MyDoc_08_14_07.pdf С 2023 года школа является стажировочной площадкой ГАО ДПО «СОИРО» по теме «Эффективное взаимодействие участников образовательных отношений как условие повышения качества образования» https://andreykovo-school-67.gosuslugi.ru/netcat_files/191/2925/Prikaz_ot_08.12.2023_170_OD_RSP.pdf https://disk.yandex.ru/d/KSk6WzMiv9r6jg Федеральный уровень – участник конкурса «Педагог-психолог России–2023» (г. Москва) https://педагогпсихолог.рф/user/1209

КЕЙС

комплексного сопровождения участников образовательных отношений МБОУ «Андрейковская СОШ» Вяземского района Смоленской области по реализации мероприятий, направленных на профилактику травли

1. Название кейса:

«Разрешение конфликтов через развитие эмпатии и коммуникативных навыков».

2. Целевая группа, для которой применен кейс:

Обучающиеся 5-го класса, педагоги, классный руководитель, социальный педагог, педагог-психолог, заместитель директора по воспитательной работе, советник директора общеобразовательного учреждения.

3. Проблемная ситуация в образовательной среде:

Проблема конфликта, отраженного в кейсе, травля пятиклассниками мальчика одноклассника из-за слабого зрения (ношения очков) и полноты.

4. Сценарий кейса.

Школьная травля имеет самые неприятные последствия для всех участников. Ученики, подвергающиеся буллингу, пребывают в депрессии, склонны к развитию психических расстройств и нередко предпринимают попытки самоубийства.

Дети-агрессоры испытывают проблемы со школьной успеваемостью, приобретают криминальные наклонности и вынуждают педагогический коллектив заниматься поддержанием дисциплины вместо ведения уроков.

Очевидцы травли зачастую испытывают страх оказаться на месте жертвы и могут присоединиться к буллерам, либо испытывают чувство вины за своё невмешательство и получают травму наблюдателя.

Подростковый буллинг – проблема, для решения которой требуется комплексный подход. С травлей в школе должен разбираться не ребёнок в одиночку, а все стороны – родители, педагоги и сам школьник. Главный совет для тех, кто столкнулся с буллингом – как можно скорее получить консультацию специалиста.

Ситуация:

В пятом классе Вадим М. начал носить очки. По этому поводу над Вадимом сначала стала издеваться небольшая группа ребят, а потом и весь класс. Усугубляло ситуацию и то, что Вадим был полным.

В начале Вадима просто обзывали, но случались и физические выпады в его сторону. У него отбирали и ломали очки, с ним не хотели сидеть за одной партой или разговаривать, говорили: «Не подходи, ты в очках и толстый».

Вадим в свою сторону часто слышал от одноклассников такие слова, как «очкарик», «толстый», «быть таким, как ты, противно».

На одном из уроков физкультуры одноклассник Вадима, Алексей, спровоцировал конфликт с Вадимом и под одобрительный смех присутствовавших на уроке пятиклассников толкнул его в стену. В результате Вадим разбил голову, на лбу образовалась большая опухоль.

Классный руководитель заметил, что Вадим начал сторониться одноклассников, находится в подавленном настроении. На вопросы учителя Вадим отвечал, что у него проблем нет – просто плохое настроение.

Классный руководитель связался с родителями Вадима по этому вопросу. Мама сказала, что с Вадимом не общаются одноклассники по причине того, что он носит очки, насмеваются над его плохим зрением и полнотой. В школу Вадим собирается как на каторгу. Каждый день он встаёт через силу.

В работу с проблемой включились:

- заместитель директора по воспитательной работе;
- классный руководитель;
- педагог-психолог;
- социальный педагог.

5. Характеристика кейса:

5.1. Описание этапов, алгоритмов и содержания профессиональных действий при решении кейса. Указание педагогических работников, принявших участие в реализации кейса. Вовлеченность и содержание действий обучающихся на каждом этапе. Степень вовлечения родителей (законных представителей) обучающихся.

Классный руководитель:

- наблюдал за состоянием участников конфликта, беседовал с детьми и их родителями;
- привлёк к работе по разрешению конфликта педагога-психолога, социального педагога, заместителя директора по воспитательной работе;
- провёл разговор с классом. Обсудил с ребятами имеющийся случай буллинга, имеющиеся правила против буллинга.

Педагог-психолог:

- оценил психологическое состояние пострадавшего, обидчиков, свидетелей, оказал им психологическую помощь;
- проконсультировал классного руководителя, других педагогов по тактике поведения в отношении участников конфликта, проведения разъяснительной и профилактической работы в классе, в общеобразовательном учреждении в целом;
- продолжает отслеживать психологическое состояние участников конфликта, других учащихся класса, проводит консультирование, организует тренинги, беседует с родителями.

Социальный педагог:

- совместно с заместителем директора по воспитательной работе, классным руководителем организовал обсуждение случившегося и профилактическую беседу с классом;
- проинформировал родителей о программе профилактики буллинга и мерах, которые собирается предпринять школа.

Заместитель директора по воспитательной работе:

- провёл родительское собрание в классе, на котором довёл следующую информацию:
 - а) о правах ребенка на защиту от любой формы насилия;
 - б) как пережить последствия буллинга, причинённого в подростковом

возрасте;

в) как предотвратить и преодолеть буллинг;

г) чему может привести буллинг;

– взял на контроль оказание помощи участникам конфликта и принятие в их отношении воспитательных и дисциплинарных мер воздействия.

5.2. Продолжительность реализации кейса и каждого его этапа.

Работа по разрешению возникшей ситуации продолжалась 5 дней. Обстановка в классе нормализовалась. Повторных проявлений травли со стороны обидчиков в отношении пострадавшего не наблюдается.

5.3. Описание условий, в которых успешно решен кейс.

Организационно-управленческие условия

В школе имеются все необходимые ресурсы и полномочия для реализации кейса. Успешно работает служба медиации.

Предметно-пространственные условия

В школе работает кабинет социально-психологической поддержки, в котором все участники конфликта получили психологическую помощь.

Информационные условия

На сайте школы размещена необходимая информация в разделе «Школа без обид»

<https://andreykovo-school-67.gosuslugi.ru/glavnoe/inklyuzivnaya-shkola/>

Программно-методические условия

В школе реализуется Программа психологического сопровождения, направленная на формирование благоприятного социально-психологического климата и профилактику буллинга https://andreykovo-school-67.gosuslugi.ru/netcat_files/30/50/Programma_antibullying.pdf

Социальные условия

В разрешении конфликта приняли участие социальный педагог, педагог-психолог, заместитель директора по воспитательной работе, одноклассники Вадима, родители участников конфликта.

5.4. Описание средств, которые используются при осуществлении данного кейса (дидактические, методические, информационные и т.п.).

В классе проведена комплексная работа по следующим направлениям:

– умения принимать друг друга;

– развития **способностей чувствовать эмоции, которые соответствуют эмоциям другого человека**, умении мысленно вставать на его место и отзываться на его переживания (эмпатии);

– формирования коммуникативных навыков.

Примеры конкретных методов и приёмов

№ п/п	Наименование	Цель	Рефлексия
1.	Классный час «Один за всех и все за одного!»	Профилактика проявлений агрессии	Сочинение «Я не дам обижать себя и своих товарищей»
2.	Акция «Идём в кино!». Просмотр художественного фильма «Чучело» (1983 г.)	Профилактика проявлений травли	Обсуждение фильма и выработка внутри-классных правил против буллинга
3.	Тренинг социально-психологического общения «Я и мой класс»	Развитие коммуникативных качеств, сплочение коллектива класса	Обсуждение итогов тренинга (выводы)
4.	Психологическая игра «Иди, мой друг, всегда иди дорогою добра»	Развитие эмпатии, сплочение коллектива класса	Обсуждение итогов игры (выводы)
5.	Социально-психологический тренинг «Навстречу друг другу»	Развитие коммуникативных качеств, эмпатии, сплочение коллектива класса	Обсуждение итогов тренинга (выводы)
6.	Родительское собрание «Буллинг в детской среде как значительные изменения в жизни обучающихся, приводящие к психическому дистрессу»	Психологическое просвещение родителей, ознакомление с психологическим инструментарием по формированию у детей негативного отношения к буллингу	Обсуждение

5.5. Представление данных, которые подтверждают успешность решения кейса у целевых групп (обучающихся, родителей (законных представителей), педагогов).

Обучающиеся осознали своё неправильное отношение к Вадиму, раскаялись, принесли ему свои извинения. Обстановка в классе нормализовалась, повторных проявлений травли не наблюдается. Восстановлена благоприятная обстановка взаимопонимания и доверия.

https://andreykovo-school-67.gosuslugi.ru/netcat_files/191/2925/Dmitriev_1_.pdf

АНКЕТА УЧАСТНИКА

регионального этапа Всероссийского конкурса реализации комплексных профилактических мероприятий по формированию благоприятного социально-психологического климата
«Школа#безОбид» 2026 г.

I. Общие сведения (по состоянию на 1 декабря 2025 г.)		
1.	Наименование организации (по Уставу)	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя школа № 1 г. Сычевки Смоленской обл.
2.	Населенный пункт, муниципальный район, адрес, телефон организации	215280, Смоленская обл., г. Сычевка, ул. Крыленко, д.45
3.	Фамилия, имя, отчество руководителя организации (телефон, электронная почта)	Ефимова Марина Вячеславна — 89507071849, efimovam67@mail.ru
4.	Общая численность обучающихся	1 – 4 классы – 139 чел. 5 – 9 классы – 227 чел. 10 – 11 классы – 46 чел.
5.	Фактическая численность педагогических работников	31 чел.
II. Содержание деятельности		
№ п/п	Критерий оценки	Подтверждение
1.	Наличие в общеобразовательной организации/профессиональной образовательной организации/организации дополнительного образования/организации отдыха детей и их оздоровления локальных актов, регулирующих профилактику травли в образовательной среде и/или содержащих алгоритмы работы в случае выявления травли	https://sh1-sychevka-r66.gosweb.gosuslugi.ru/glavnoe/shkolabezobid/
2.	Взаимодействие с государственными и негосударственными организациями с целью создания благоприятного социально-психологического климата, профилактики травли и иных форм социально опасного поведения	https://sh1-sychevka-r66.gosweb.gosuslugi.ru/glavnoe/shkolabezobid/
3.	Участие в проектах/программах федерального и регионального уровня, направленных в том числе на создание благоприятного социально-психологического климата, профилактику травли и иных форм социально опасного поведения за 2024/25 учебный год	https://sh1-sychevka-r66.gosweb.gosuslugi.ru/glavnoe/shkolabezobid/

4.	Включение в рабочую программу воспитания мероприятий по созданию благоприятного социально-психологического климата, профилактике травли и иных форм социально опасного поведения	1. Предоставление сканированной копии рабочей программы воспитания, утвержденной руководителем общеобразовательной организации/профессиональной образовательной организации/организации дополнительного образования/организации отдыха детей и их оздоровления. https://sh1-sychevka-r66.gosweb.gosuslugi.ru/glavnoe/shkolabezobid/ 2. Количество и наименование мероприятий с указанием Модуля рабочей программы воспитания, в котором они находятся (инвариантные и вариативные, в том числе безопасность и профилактика) https://sh1-sychevka-r66.gosweb.gosuslugi.ru/glavnoe/shkolabezobid/ 3. Доля участников образовательных отношений (с указанием параллели) в общеобразовательной организации/профессиональной образовательной организации/организации дополнительного образования/организации отдыха детей и их оздоровления, участвующих в мероприятиях по профилактике травли и по созданию благоприятного социально-психологического климата в соответствии с Модулями рабочей программы воспитания https://sh1-sychevka-r66.gosweb.gosuslugi.ru/glavnoe/shkolabezobid/
5.	Наличие программ (-ы) психолого-педагогического сопровождения, направленных (-ой) на формирование благоприятного социально-психологического климата, профилактику травли и иных форм социально опасного поведения	https://sh1-sychevka-r66.gosweb.gosuslugi.ru/glavnoe/shkolabezobid/
6.	Наличие утвержденного алгоритма действий в ситуации травли	https://sh1-sychevka-r66.gosweb.gosuslugi.ru/glavnoe/shkolabezobid/
7.	Наличие на сайте общеобразовательной организации профессиональной образовательной организации/организации дополнительного образования информации о способах получения психолого-педагогической помощи, в том числе в случае травли	https://sh1-sychevka-r66.gosweb.gosuslugi.ru/glavnoe/shkolabezobid/ На сайте школы в разделе «Безопасность и здоровье» и «Полезная информация» (вкладка «Родителям и ученикам») размещены информационные листы-флаеры о способах получения психологической помощи:

		1) номера телефонов и адресов для обращения по вопросам защиты прав обучающихся; 2) информационные ресурсы по оказанию психологической помощи; 3) электронный баннер детского телефона доверия https://sh1-sychevka-r66.gosweb.gosuslugi.ru/roditelyam-i-uchenikam/bezopasnost-i-zdorove/ https://sh1-sychevka-r66.gosweb.gosuslugi.ru/roditelyam-i-uchenikam/poleznaya-informatsiya/
8.	Наличие педагогических работников, реализующих психолого-педагогическое сопровождение в общеобразовательной организации/профессиональной образовательной организации/организации дополнительного образования/организации отдыха детей и их оздоровления	1. Численность в общеобразовательной организации: – педагогов-психологов (психологов в сфере образования) – 1. – социальных педагогов – 1. 2. Численность и доля педагогических работников (процент от общего числа), освоивших за последние 3 года (2022, 2023, 2024 гг.) дополнительные профессиональные программы по вопросам профилактики травли; медиации; оказания кризисной психологической помощи: 6% – Курсы повышения квалификации «Арт-терапия как метод работы с эмоциональными проблемами детей дошкольного и младшего школьного возраста» – 1 человек – Курсы онлайн-обучения для православных психологов по помощи участникам СВО, вернувшимся с фронта, и участникам их семей – 1 человек – Курсы повышения квалификации «Проблемы девиантного поведения детей и подростков: буллинг, суицид» – 1 человек – Курсы повышения квалификации «Медиация. Особенности применения медиации в образовательных организациях» – 2 человека https://sh1-sychevka-r66.gosweb.gosuslugi.ru/glavnoe/shkolabezobid/
9.	Наличие в общеобразовательной организации/профессиональной образовательной организации/организации дополнительного образования/организации отдыха детей и их оздоровления службы медиации и примирения с вовлечением обучающихся в процесс разрешения конфликта	https://sh1-sychevka-r66.gosweb.gosuslugi.ru/glavnoe/shkolabezobid/

10.	Вовлеченность участников образовательных отношений в программу комплексных профилактических мероприятий по созданию благоприятного социально-психологического климата, профилактике травли и иных форм социально опасного поведения	1. Доля участников образовательных отношений, принявших участие в программе комплексных профилактических мероприятий по созданию благоприятного социально-психологического климата, профилактике травли и иных форм социально опасного поведения: – педагогические работники –100%. – родители (законные представители) и иные члены семей обучающихся (бабушки, дедушки, сестры, братья и иные лица) – 67% – обучающиеся с 1 по 4 класс – 100%; – обучающиеся с 5 по 9 класс –100%; – обучающиеся с 10 по 11 класс – 100%. 2. Общее количество мероприятий по созданию благоприятного социально- психологического климата, профилактике травли и иных форм социально опасного поведения с учетом различных форм проведения: – всего проведено мероприятий – 73. из них: – тренинговые занятия – 8 – игровые занятия – 5 – вебинары –1 – круглые столы –2 –мастер-классы – 2 – лекции – 4 – классные часы – 11 – родительские собрания – 9 – конференции – 1 – иные мероприятия – 30
11.	Наличие успешного опыта в научно-методическом сопровождении участников образовательных отношений по вопросам создания благоприятного социально- психологического климата, профилактики травли и иных форм социально опасного поведения	https://sh1-sychevka-r66.gosweb.gosuslugi.ru/glavnoe/shkolabezobid/
12.	Описание успешного кейса комплексного сопровождения участников образовательных отношений по реализации мероприятий, направленных на профилактику травли (не более 1000 слов)	Приложение 1
13.	Описание кейса успешного разрешения конфликта через посредничество обучающихся при участии службы медиации и примирения	Приложение 2

**Кейс успешного разрешения конфликта через посредничество
обучающихся при участии службы медиации и примирения
в МБОУ СШ № 1 г. Сычевки Смоленской области**

Название кейса: «Превращение школьного буллинга в историю принятия через медиацию и арт-терапию».

Целевая группа:

Обучающиеся 6-го класса (12–13 лет), их родители, классный руководитель. Прямые участники: Семён (жертва) и группа инициаторов буллинга (3 чел., лидер Никита). Косвенные участники: весь класс (наблюдатели).

Конфликтная ситуация

В 6 классе сложилась тяжелая атмосфера. Семён – замкнутый подросток, увлеченный компьютерными играми. Группа Никиты устроила систематическую травлю: оскорбления, порча вещей, насмешки. Семён не умел выстраивать вербальную защиту, что приводило к агрессивным вспышкам и дракам (по инициативе Семёна от бессилия). Учителя наказывали обоих. Класс разделился: большинство молча наблюдало, боясь стать следующей жертвой. Жалобы родителей и усилия классного руководителя результата не дали.

Сценарий кейса

Обстоятельства возникновения. Семён учится в этом классе с начальной школы, но всегда держался особняком. Никита, стремясь к лидерству, выбрал его объектом для самоутверждения.

Роль ШСМ. Классный руководитель обратился в Школьную службу медиации (ШСМ). Куратор понял, что стандартная медиация не сработает из-за группового характера конфликта. Было решено использовать технологию «Круг сообщества» с привлечением сверстников-медиаторов и интеграцией методов арт-терапии для раскрытия эмоций.

Действия и мероприятия:

1. Подготовительный этап (ШСМ + актив класса). Куратор провел тренинг для волонтеров-медиаторов из старшеклассников и встретился с «нейтральными» учениками класса, предложив им роль «инициаторов перемен».

2. Индивидуальные встречи (премедиация + арт-терапия). Члены ШСМ провели встречи с ключевыми участниками.

Работа с Семёном (психолог). Семёну предложили нарисовать «Карту мира» – ситуацию в классе. Он изобразил маленький замок в углу, в замке мальчик-принц, окруженный темным лесом. В лесу живут драконы. Также он придумал название для своей истории: «Заколдованный принц и драконы». Это позволило ему вынести боль наружу, отделить эмоции от фактов и осознать,

что его агрессия делает его «драконом», а не «принцем».

Работа с Никитой. Ему предложили нарисовать портрет «Идеального лидера». В рисунке у лидера были кулаки, широко открытый рот, фигура, изображающая лидера, была крупной с мышцами на руках и широкими плечами. Вокруг были маленькие человечки. Вопрос медиатора («А уважение здесь есть?») заложил зерно сомнения в его методах.

3. Примирительная встреча («Круг сообщества» + арт-терапия): Встреча с участием Семёна, обидчиков, 5 «нейтральных» одноклассников, классного руководителя и медиаторов-ровесников.

Процесс. Медиаторы-сверстники вели диалог. Поворотным моментом стали слова «нейтральной» девочки: «Мне было стыдно, что я молчу, когда Семёна обзывают». Это показало обидчикам, что их поведение осуждается сверстниками. Семён смог сформулировать: «Я злюсь, потому что мне очень обидно. Я не знаю, как с вами разговаривать». Никита признал: «Не думали, что тебе так хреново».

Завершающий этап («Картина класса»). После подписания примирительного договора участники выполнили коллективное упражнение. На большом листе каждый нарисовал свою ладонь и внутри написал качество, которое готов привнести в класс (Семён – «Стратегия», Никита – «Дружба», девочка – «Дружба»). Переплетенные ладони стали визуальным символом единства. Рисунок повесили в классе.

4. Постмедиация. Договорились о прекращении насмешек, вовлечении Семёна в общие дела (игры, где нужна стратегия) и помощи Семёну в записи в кружок по информатике.

Характеристика кейса (Этапы и алгоритм действий с элементами арт-терапии)

Этап 1. Диагностика (3 дня). Куратор собирает информацию.

Этап 2. Обучение посредников (1 неделя). Куратор готовит старшеклассников-медиаторов и нейтральных учеников.

Этап 3. Премедиация с арт-терапией (1 неделя). Индивидуальные встречи.

Действия. Психолог работает с Семёном (рисуночные техники «Карта мира», «Мой герб», элементы сказкотерапии). Старшеклассники-медиаторы работают с обидчиками.

Вовлеченность. Высокая. Семён через рисунок выражает чувства гнева и страха, дистанцируется от проблемы через метафору.

Этап 4. Примирительная встреча с арт-практикой (2–2,5 часа). Круг сообщества + коллективное творчество.

Действия. После вербальной части все участники создают общий рисунок

(«Ладочки класса»). Процесс снимает остаточное напряжение и невербально закрепляет новые роли.

Вовлеченность. 100%. Даже замкнутые вовлекаются в игру с цветом.

Этап 5. Постмедиация с арт-терапией (1 месяц). Контроль и закрепление.

Действия. Через 2 недели классный руководитель предлагает написать сочинение-сказку «Один день из жизни нашего класса через 10 лет» для визуализации позитивного будущего. Рисунок с ладошками остается как якорь.

Продолжительность реализации 3,5–4 недели.

Описание условий

Активная и авторитетная ШСМ. Подготовленные медиаторы-сверстники. Нейтральное пространство для встреч. Согласие родителей. Поддержка администрации. Наличие материалов для арт-терапии (ватманы, краски, карандаши).

Описание средств

- **Дидактические:** бланки примирительных договоров, памятки, распечатки с незаконченными предложениями для сказкотерапии.
- **Методические:** технология «Круг сообщества», картотека арт-терапевтических упражнений для подростков («Карта мира», «Коллаж будущего»), адаптированные сказки.
- **Информационные:** стенд ШСМ с примерами работ.

Представление данных, подтверждающих успешность

Для обучающихся:

Прекращение жалоб и драк. Положительная динамика посещаемости. Изменение тематики рисунков Семёна (от темных замков к людям и деревьям). Позитивные сочинения-сказки класса.

Для родителей:

Стабилизация эмоционального состояния детей дома.

Для педагогов:

Улучшение микроклимата в классе, снижение нагрузки на классного руководителя.

Кейс комплексного сопровождения участников образовательных отношений по реализации мероприятий, направленных на профилактику травли в МБОУ СШ № 1 г. Сычевки Смоленской области

Название кейса: «Творческая терапия как средство психолого-педагогической коррекции кибербуллинга в школьной среде»

Целевая группа:

Обучающиеся 7-го класса, классный руководитель, педагог-психолог, со-

циальный педагог, заместитель директора по воспитательной работе, родители (законные представители) обучающихся.

Проблемная ситуация в образовательной среде

В 7 классе девочка Алиса, малообщительная, имеющая одну подругу, слабо успевающая, увлекающаяся соцсетями, сняла на перемене на телефон конфликт между двумя одноклассницами (Викой и Лерой), которые выясняли отношения с использованием нецензурной брани. Не задумываясь о последствиях, Алиса выложила видео в школьный Telegram-чат без согласия участниц. Видео мгновенно распространилось по школе.

Вика и Лера, почувствовав себя униженными из-за публичной огласки, организовали травлю Алисы: оскорбления, обзывательства, бойкот, толчки. К травле подключились другие ученики, даже единственная подруга Алисы, Катя, временно отстранилась от неё из страха. Алиса видео не удаляла. Когда в ситуацию вмешались классный руководитель и завуч, Алиса удалила видео, а Вике и Лере был объявлен выговор. Однако это не прекратило травлю, а усилило её: одноклассники сочли Алису «стукачкой», и давление перешло в скрытую форму кибербуллинга и социальной изоляции.

Сценарий кейса

Классный руководитель заметила резкую смену настроения Алисы: девочка стала замкнутой, подавленной, на переменах сидела одна. После беседы с Алисой и её мамой выяснилась причина — систематическая травля со стороны одноклассников. Педагог незамедлительно подключила к работе школьного психолога, социального педагога и завуча по ВР. Родители всех участников были проинформированы. Началась комплексная работа, направленная не только на прекращение травли, но и на глубинное изменение отношений в коллективе.

Характеристика кейса

Этапы и содержание профессиональных действий:

1. Классный руководитель:

- Провела индивидуальные беседы с Алисой, Викторией, Лерой, Катей.
- Инициировала обращение к специалистам и встречу с родителями.
- Совместно с психологом разработала план классных часов и мероприятий.

- На всём протяжении отслеживала динамику отношений в классе.

2. Педагог-психолог:

- Провела диагностику психоэмоционального состояния всех участников (жертва, инициаторы, свидетель).
- Оказала экстренную поддержку Алисе, проработала с ней чувство страха и вины.

- С Викой и Лерой провела беседы о природе агрессии, ответственности и последствиях травли для самих обидчиков.

- Разработала и провела цикл занятий с элементами арт-терапии и сказкотерапии.

3. Социальный педагог:

- Провела правовой ликбез: разъяснила Алисе незаконность съёмки и распространения видео без согласия; Вике и Лере — о юридической ответственности за травлю и кибербуллинг.

- Консультировала родителей по правовым аспектам.

4. Заместитель директора по ВР:

- Провела административную беседу с Викой, Лерой и их родителями, вынесла предупреждение.

- Координировала работу специалистов, зафиксировала мероприятия в журнале учёта.

Вовлеченность обучающихся:

На каждом этапе ученики были активными участниками: в индивидуальных беседах, в групповых тренингах, в творческих занятиях, где через метафоры и художественное выражение они могли безопасно выразить свои чувства и переосмыслить ситуацию.

Вовлеченность родителей:

Родители Алисы оказали дочери поддержку и помогли осознать ошибку. Родители Вики и Леры после разъяснительной работы провели воспитательные беседы. Для всех родителей проведено собрание на тему «Кибербуллинг: как распознать и что делать».

Продолжительность реализации кейса и каждого его этапа

Общая продолжительность – 4 недели.

- 1-й день: выявление проблемы, первичные беседы.
- 2–3-й дни: экстренное вмешательство (индивидуальная работа психолога, соцпедагога, административная беседа).
- 4-й день: первичный классный час, принесение извинений.
- 2–4-я недели: системная работа с классом (классные часы, тренинги, арт-терапия, сказкотерапия) — 3 занятия в неделю.
- По окончании 4-й недели: итоговая диагностика, выставка творческих работ.

Описание условий, в которых успешно решен кейс

- **Организационно-управленческие.** Наличие в школе службы медиации, локального акта по профилактике буллинга, чёткое взаимодействие всех специалистов.

- **Предметно-пространственные.** Кабинет социально-психологической поддержки, оснащённый материалами для творчества (краски, бумага, пластилин, журналы для коллажей).

- **Информационные.** Стенд «Территория безопасности», памятки на сайте школы, информационные посты в родительских чатах.

- **Программно-методические.** Наличие комплексной программы психологического сопровождения, включающей модули по арт-терапии и сказкотерапии.

- **Социальные.** Вовлечение всех родителей, активное участие каждого ученика в профилактических мероприятиях.

Описание средств, которые используются при осуществлении данного кейса

- **Дидактические.** Презентации к классным часам, раздаточный материал (карточки с ситуациями), памятки.

- **Методические.** Сценарии тренингов, авторские разработки занятий по арт-терапии («Маска», «Дерево класса», «Цветок эмоций»), сказкотерапевтические тексты («Сказка о Чёрном зеркале и Цветном стекле»).

- **Информационные.** Видеоролики о кибербезопасности, подборка книг для подростков.

- **Материалы для творчества.** Краски, кисти, бумага, пластилин, журналы для коллажей, природные материалы.

Содержание комплексной работы с классом (арт-терапия и сказкотерапия)

1. **Сказкотерапия «Сказка о Чёрном зеркале и Цветном стекле».** Метафорическое осмысление травли. Обсуждение помогло детям без прямых обвинений увидеть ситуацию со стороны и снизить напряжение.

2. **Арт-терапия «Маска, которую я показываю миру».** Создание двух масок – «для других» и «настоящей». Вика и Лера впервые открыто сказали о своей неуверенности, Алиса почувствовала общность переживаний.

3. **Арт-терапия «Дерево нашего класса» (коллаж).** Каждый создал свой листок с записью о том, что он ценит в классе. Общее дерево визуализировало единство и ценность каждого.

4. **Арт-коучинг «Цветок эмоций».** Рисование реальных и желаемых эмоций в классе, составление «копилки добрых дел».

5. **Итоговая сказкотерапия «Создаём свою сказку».** Группы сочиняли продолжение сказки о Чёрном зеркале, что закрепило позитивные модели поведения.

Параллельно с Алисой психолог проводил индивидуальные арт-терапевтические занятия (создание «Мандалы силы» для снятия тревожности).

Представление данных, которые подтверждают успешность решения кейса у целевых групп

- **Обучающиеся.** Алиса преодолела страх, восстановила отношения с подругой, в её рисунках появились яркие цвета. Вика и Лера публично извинились, их агрессия снизилась, они направили энергию в конструктивное русло (участие в организации классных дел). Класс перестал делить на «жертву» и «агрессоров», повысился уровень взаимопомощи и эмпатии. Повторных проявлений травли не зафиксировано.

- **Родители.** Отметили улучшение эмоционального состояния детей, поблагодарили за грамотное и тактичное разрешение ситуации. Родители Вики и Леры признали эффективность проведённой работы.

- **Педагоги.** Зафиксировали более доброжелательную атмосферу на уроках, снижение конфликтности, повышение ответственности учеников за своё поведение в соцсетях. Совместная творческая деятельность стала новой традицией класса, поддерживающей благоприятный климат.

Антибуллингowe меры профилактики в школе

Новикова И.В.,

директор МБОУ «ЦО № 1 «Академия детства» г. Смоленска

Аннотация: в статье описываются антибуллингowe меры администрации школы, направленные на профилактику травли, насилия (буллинга) среди школьников; действия директора и заместителей директора школы в случае выявления или подозрения на травлю среди учащихся.

Ключевые слова: травля, насилие (буллинг), организационно-управленческие антибуллингowe меры, информационно-просветительские антибуллингowe меры, антибуллингowa программа.

Вопросам раннего выявления и профилактики буллинга в детской среде в последнее время в нашей стране уделяется самое пристальное внимание. Буллинг – это преднамеренное поведение одного человека по отношению к другому с целью навредить или унижить [2]. Для буллинга характерно:

- намеренные и неспровоцированные попытки одного человека или группы людей причинить вред (моральный, физический, психологический) другому человеку или людям;
- психологическая и физическая слабость и нестабильность жертвы, либо восприятие ей обидчика как более сильного.

Современный буллинг осложнен активностью подростков в социальных сетях. Дети не просто издеваются, но и записывают это на видео и распространяют в сети Интернет. Проблема буллинга может носить скрытый характер и всегда является систематически повторяющимся явлением, что осложняет работу специалистов и требует от них особых навыков и подготовки.

Предотвращение случаев травли среди сверстников является важнейшей задачей, поскольку жестокое отношение к ребёнку неминуемо приводит к негативным последствиям.

При установлении факта либо подозрении на существование ситуации травли в школе необходимо как можно быстрее это предотвратить. Для этого нужно придерживаться следующего алгоритма действий:

1. Сообщить о сложившейся ситуации представителю администрации (директору, заместителю директора).
2. Администрация совместно с психологической службой учреждения принимает решение о неотложности реагирования на выявленный факт агрессии.
3. Собрать информацию по следующим направлениям:
 - от самого пострадавшего;

- от возможных участников издевательств над жертвой;
- от свидетелей.

4. Оценить всю информацию, выделить факты, интерпретации и эмоциональные оценки, тщательно их проанализировать, сделать вывод, наметить план действий. Следует самым тщательным образом провести анализ всей полученной информации.

5. Принять экстренные меры по защите жертвы от дальнейшей агрессии, но при этом руководствоваться принципом реабилитации обидчиков в целях недопущения подобных явлений в дальнейшем.

В работе по разбору буллинга или подозрении на него нужно соблюдать ряд принципов:

1. Конфиденциальность – специалисты, работающие с проблемой буллинга должны гарантировать конфиденциальность участникам этой ситуации (жертве, агрессору, свидетелям). Это будет способствовать раскрываемости таких случаев в детском коллективе, повышению доверия детей взрослым.

2. Этапность (изучение ситуации, подготовительные работы внутри коллектива, согласие участников, выработка программы помощи, её реализация и оценка).

3. Отказ от обвинений кого-либо из взрослых в допущении случаев буллинга.

4. Категорический запрет на любое насилие в учреждении («Скажи насилию – нет!»). Любое насилие несправедливо и его можно предотвратить, вмешавшись в ситуацию.

5. Комплексность (учет всех аспектов и участие разных сотрудников в работе).

6. Индивидуальный подход в каждом случае буллинга.

7. Смещение акцента с наказания обидчиков на их реабилитацию.

Особое внимание следует обращать на случаи, когда действия обидчика представляют опасность для жизни и здоровья других или являются нарушением закона.

Для создания безопасной среды как важнейшей предпосылки минимизации проявлений буллинга в школе необходимо реализовать комплекс организационно-управленческих и информационно-просветительских мер (по выявлению случаев буллинга, реагированию на них и профилактике). Эти меры разрабатываются и осуществляются руководством ОО, учителями в сотрудничестве с учащимися, родителями, вышестоящими и партнерскими организациями.

Организационно-управленческие меры:

- Анализ ситуации в ОО с обеспечением безопасности и здорового социально-психологического климата;
- разработка документа «Политика ОО в отношении буллинга и насилия»;
- интеграция положений «Политики» в локальные нормативные акты, алгоритмы действий, правила, инструкции; назначение ответственных лиц;
- разработка и реализацию плана и графика мероприятий по противодействию насилию и буллингу.
- организация службы психологической поддержки в ОО, установление контактов с партнерскими организациями и специалистами для оказания помощи всем лицам, вовлеченным в ситуацию буллинга.
- дополнительно проводить диагностику межличностных отношений в классах (социометрия Морено по деловому и эмоциональному критерию) и оценку психологического климата коллектива (модифицированный вариант методики Б.Д. Парыгина).

Информационно-просветительские меры:

- обучение учителей по вопросам выявления случаев насилия и буллинга и адекватного реагирования на них;
- обучение учащихся знаниям и навыкам, необходимым для распознавания проявлений буллинга и насилия, своевременного и адекватного реагирования на них;
- информирование, обучение и консультирование родителей;
- создание и распространение информационных материалов, проведение мероприятий в целях профилактики буллинга и насилия;
- обучать детей конструктивным способам решения конфликтов;
- развивать у детей чувство эмпатии и толерантности;
- обучать навыкам самоконтроля и саморегуляции;
- проводить групповые внеклассные мероприятия, направленные на сплочение класса;
- «хвалить при всех, ругать наедине»;
- Устраивать совместные праздники и чаепития;
- помогать детям решать конфликтные ситуации, стараясь не принимать сторону одного из участников, помогать находить компромисс.

Цель просветительской работы заключается в повышении осведомленности всех участников образовательных отношений о природе буллинга, его негативных последствиях, обучение способности быстро выявлять и эффективно противодействовать ему.

Обязанности директора и администрации школы

Директор организации:

- принимает меры к профилактике и выявлению школьной травли;
- информирует участников учебного процесса о признаках школьной травли, ее опасности, методах выявления и пресечения;
- организует, в том числе с привлечением профильных некоммерческих организаций, лекции, семинары, практические занятия, способствующие борьбе со школьной травлей;
- взаимодействует с государственными органами, другими образовательными учреждениями, законными представителями учащихся с целью обобщения практики борьбы со школьной травлей.

Администрация школы обязана регистрировать любые обращения о фактах школьной травли, реагировать на них и принимать все меры по профилактике, выявлению и пресечению школьной травли, включая, но не ограничиваясь, следующими:

- замена классного руководителя;
- организация совместных бесед с участниками травли, законными представителями учащихся;
- организация встреч с участниками образовательного процесса по профилактике школьной травли;
- образование согласительных комиссий;
- обращение к медиаторам;
- создание профильной внутришкольной организации учащихся, деятельность которой направлена на предотвращение травли, урегулирование конфликтов между участниками образовательного процесса, имеющими признаки травли;
- привлечение профильных некоммерческих организаций;
- применение в отношении зачинщиков и участников травли дисциплинарных мер ответственности, предусмотренных законом.

Рекомендации для школьной администрации по устранению и профилактике буллинга

Все превентивные действия можно разделить на следующие категории:

1. Текущая работа: обсуждение мониторинг-ситуации общения между школьниками по классам.
2. Просветительская работа со всеми категориями участников образовательного процесса: учащимися, педагогами, родителями.
3. Создание и распространение информационных материалов.

Возможные мероприятия в рамках антибуллинговой программы, направленные на работу с учащимися:

- Обсуждение в рамках классных часов таких вопросов: что такое травля, какие виды травли бывают, что делать, если травля происходит на моих глазах, что делать, если я знаю о травле в отношении одноклассника или другого ребенка из школы. Очень важным моментом является установка на то, чтобы вмешательство в ситуации школьной травли или сообщение о них не воспринималось детьми как проявление ябедничества. Принципиальным моментом, который должны понимать и разделять как педагоги, так и дети, является то, что вмешательство в травлю или сообщение о ней происходит с целью сделать жизнь одноклассника или товарища по школе лучше, а «ябедничество» преследует обратную цель – навредить кому-либо).

- Обсуждение на классных часах или уроках литературы произведений искусства, посвященных проблеме травли, например, к/ф «Чучело» (режиссер Р. Быков) или главы «Ивины» из книги «Детство» (Л.Н. Толстой).

- Обсуждение на классных часах правил поведения в классе и школе.

- Проведение групповых занятий в рамках классных часов или занятий с психологом на темы уважения к окружающим, ответственности, эмпатии, способам бесконфликтного поведения.

- Создание группы «управления гневом» для наиболее агрессивных учащихся школы.

- Создание группы поддержки для тех, кто был вовлечен в травлю в качестве жертвы.

- Проведение конкурса антибуллинговых плакатов.

Возможные мероприятия в рамках антибуллинговой программы для педагогов:

- Проведение обучающего семинара, посвященного способам работы с ситуациями травли.

- Проведение педагогического совета, посвященного выработке единой позиции школы в отношении травли и способа фиксации инцидентов травли.

- Проведение групповых встреч для классных руководителей и психологов с целью обмена опытом работы со случаями травли, обмена методическими материалами для классных часов, посвященных профилактике травли и поддержке, в случае необходимости. Возможные мероприятия в рамках антибуллинговой программы для родителей.

- Просветительская работа на классных собраниях, посвященных информированию о травле, ее видах и способах вмешательства, если они видят подобное поведение на школьном дворе.

- Проведение родительских клубов на темы: «Как разговаривать с деть-

ми о травле?», «Что делать, если мой ребенок стал жертвой травли?», «Что делать, если мой ребенок проявляет агрессию к другим детям?».

Важное место в вопросах профилактики и предотвращения буллинга занимает школа. Не менее важную роль играет и семья. Когда травля имеет место, учитель и родители должны решать проблему в тесном взаимодействии, только тогда эффект будет максимальным.

Для того чтобы школа могла взять проблему буллинга под контроль, необходимо развивать восприимчивость к этой теме у всех участников образовательного процесса для своевременного распознавания проблемы и эффективного противодействия. На практике нередко оказывается, что школа начинает предпринимать что-то только тогда, когда вскрываются вопиющие случаи буллинга, которые уже просто нельзя дальше игнорировать. Именно поэтому так важно знать, как распознать буллинг, какие существуют методы и возможности для проведения антибуллинговой работы, а также осуществлять долговременную профилактику.

Список литературы

1. Буллинг в школе: вопросы противодействия и профилактики: Методические рекомендации (для школьной администрации, учителей и психологов). – Уфа, 2021. – 23 с.
2. Психология депривации: Словарь специальных терминов и понятий. – 2021. – 71 с.
3. Руководство по противодействию и профилактике буллинга: Для школьной администрации, учителей и психологов / А.А. Реан, М.А. Новикова, И.А. Коновалов, Д.В. Молчанова / Под ред. акад. РАО А.А. Реана – М., 2019.

Коррекционно-профилактический инструментарий девиантного поведения

Цыденова Н.В.,

методист НПФ «Амалтея» и Студии «Виэль»,
г. Санкт-Петербург

Проблема отклоняющегося (девиантного) поведения детей и подростков, в том числе буллинга, является одним из основных направлений психолого-педагогической деятельности. Особую важность в решении данной проблемы составляет первичная психологическая профилактика.

Раннее выявление поведенческих проблем у подростков, системный анализ характера их возникновения и адекватная воспитательно-коррекционная работа дают возможность предотвратить десоциализацию в дальнейшем.

Для предупреждения девиаций среди подростков и детей целесообразно своевременно выявлять нарушения в их личностной, эмоционально-волевой, социально-коммуникативной сферах, а также их склонности к различным формам девиантного поведения.

Для реализации данной цели могут быть использованы психодиагностические компьютерные программы, разработанные в студии Виэль.

В частности, **программа «Диагностика личностных отклонений подросткового возраста. Новая версия»** позволяет проводить психологическое тестирование школьников с 11 до 18 лет как в индивидуальном формате, так и в групповом.

В данном блоке представлены 6 тестов, которые помогут выявить группы риска в подростковой среде, а также оценить особенности каждого подростка с целью выбора наиболее эффективной стратегии коррекционной работы и программ психологического сопровождения.

1. Методика диагностики показателей и форм агрессии разработана А. Бассом и А. Дарки для диагностики склонности человека к агрессивным проявлениями враждебности. В данном блоке предлагается в адаптации А.К. Осницкого.

2. Опросник для идентификации акцентуаций характера у подростков (по А.Е. Личко).

3. Тест отсчитывания минуты. Тест отсчитывания минуты – одна из разновидностей физиологических проб, направлен на исследование субъективного восприятия времени человеком. Индивидуальная длительность минуты напрямую связана со способностью переносить стресс.

4. Методика диагностики предрасположенности личности к конфликтному поведению – методика американского социального психолога К. Томаса (1973) в адаптации Н.В. Гришиной (1978) – предназначена для определения типичных способов реагирования на конфликтные ситуации.

5. Метод исследования уровня субъективного контроля (УСК) – адаптация методики Д. Роттера в авторстве Е.Ф. Бажина, Е.А. Голынкиной, А.М. Эткинда, разработана в НИИ им. Бехтерева. Позволяет быстро и эффективно оценить сформированный у испытуемого уровень субъективного контроля над разнообразными жизненными ситуациями.

6. Фрайбургский многофакторный личностный опросник FPI предназначен для диагностики состояний и свойств личности, которые имеют первостепенное значение для процесса социальной адаптации и регуляции поведения. Методика FPI была создана с учетом опыта построения и применения таких известных опросников, как 16PF Кеттела, MMPI (СМИЛ), EPI Айзенка и др. Тест FPI используется для психодиагностики, профориентации, психологического консультирования, экспертизы и т.п.

Тесты предназначены для выполнения самим тестируемым, результаты защищены параметрами настройки и доступны для просмотра только специалистом.

Программа предполагает полную автоматизацию диагностики, кроме того, есть возможность печати стимульных материалов и бланков ответов с последующей компьютерной обработкой результатов.

Следующая программа **«Диагностика и развитие социальной ответственности подростков»**, созданная совместно с доктором психологических наук С.В. Быковым, предназначена для психологической оценки социальных качеств личности учащихся, влияющих на адаптацию, риск девиантного поведения, способность преодолевать кризисные ситуации, на эффективность коммуникации.

Программа содержит 8 тест-опросников.

1. 1. Опросник уровня субъективного контроля (УСК) Е.Ф. Бажин с соавт. Стандартизация опросника УСК на испытуемых подросткового и раннего юношеского возраста проводилась С.В. Быковым.

2. Опросник ДУМЭОЛП – диагностика уровня морально-этической ответственности личности И.Г. Тимощука.

3. Определение деструктивных установок в межличностных отношениях В.В. Бойко.

4. Тест-опросник исследования волевой саморегуляции А.В. Зверькова и Е.В. Эйсмана.

5. Методика самоконтроля в общении М. Снайдера.

6. Копинг-тест Р. Лазаруса и С. Фолкмана, адаптированный Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой.

7. Методика «Мотивация аффилиации» А. Мехрабиана в модификации М.Ш. Магомед-Эминова.

8. Методика диагностики социально-психологической адаптации (СПА) К. Роджерса и Р. Даймонда, адаптированная А.К. Осницким.

2. Авторское методическое пособие доктора психологических наук С.В. Быкова

Предлагается тренинговая программа ранней профилактики социальной дезадаптации несовершеннолетних. Методическое пособие адресовано школьным психологам, педагогам, социальным работникам, специалистам пенитенциарных учреждений.

Следующие блоки экспериментальных психологических методик посвящены аддиктивному поведению подростков:

1. Оценка индивидуального риска аддиктивного поведения у подростков

Блок психодиагностических методик для осуществления индивидуальной и групповой общей скрининговой и специальной психологической экспертной оценки вероятности наличия и степени выраженности проявлений отдельных форм химических и нехимических зависимостей и способов аддиктивной реализации у подростков.

Назначение:

- для оценки вероятности наличия и степени выраженности проявления отдельных химических и нехимических зависимостей и форм аддиктивной реализации у подростков;
- при индивидуальном или групповом тестировании в группах подростков, с выявленным в ходе предварительного скринингового обследования высоким риском склонности к аддиктивному поведению или как отдельный этап для оценки индивидуальной и групповой динамики;
- для психологического и экспертного сопровождения профилактических, реабилитационных или просветительских программ, направленных на предупреждение или отказ от злоупотребления психоактивными веществами или аддиктивной реализации у детей и подростков.

Содержание

- Тест «Зависимость от алкоголя».
- Опросник для выявления ранних признаков алкоголизма.
- Опросник «Мотивация потребления алкоголя».
- Тест «Почему курю?»
- Опросник-тест для оценки никотиновой зависимости Фа-

герстрема.

- Опросник «Мотивы употребления наркотиков».
- Тест-опросник для оценки выраженности игровой зависимости.
- Тест-опросник для оценки выраженности интернет-зависимости.
- Шкала для выявления интернет-зависимости.
- Тест-опросник для оценки выраженности аддикции упражнений (спортивного работоголизма).
- Опросник на основе спектра и критериев ТВ-аддикции.

2. Оценка психологических факторов предрасположенности к аддиктивному поведению у подростков

Блок методик для осуществления индивидуальной и групповой экспертной оценки психологических факторов, влияющих на увеличение риска аддиктивной реализации у подростков, степени выраженности отдельных проблем – индивидуальные особенности, эмоциональные нарушения, социальная адаптация, семейные отношения – повышающих риск аддиктивной реализации.

Как способ коррекции психоэмоционального состояния, сопряженного часто с девиантным поведением, вашему вниманию предлагается аппаратно-программный комплекс на основе технологии функционального биоуправления с биологической обратной связью (БОС) под названием «**Нейрокурс**», созданный в НПФ «Амалтея».

Комплекс БОС «Нейрокурс» с успехом используется в работе психотерапевтов, наркологов, психиатров, психологов, спортивных психологов, врачей-терапевтов, реабилитологов, дефектологов.

Принцип коррекционной работы состоит в том, что тренирующийся под руководством обученного методиста учится самостоятельно управлять психофизиологическими параметрами, опираясь на объективные показатели сигналов обратной связи в виде увлекательных сюжетов-заданий и, тем самым улучшать свое психоэмоциональное и физическое состояние.

Абсолютных противопоказаний не существует.

Приглашаем к сотрудничеству!

Наши контакты: СПб, ул. Большая Монетная, д. 16 e-mail: amalteaspb@mail.ru тел: (812)336-50-36 факс: (812)336-51-36 www.amalteapb.ru www.test-psy.ru

Родительское собрание «Школьная травля, или буллинг. Как помочь детям?»

Корж М.А., Бобылева Т.Г., Влазнева И.П.,

специалисты МБУ «ЦППМС помощи» г. Смоленска;

Агеева А.А., Козлова В.С.,

педагоги-психологи МБОУ «ЦО № 1 «Академия детства» г. Смоленска

Цель: актуализировать знания родителей по проблеме буллинга в школе средствами технологии развития критического мышления.

Задачи:

1. Познакомить родителей с понятием травля, насилие (буллинг).
2. Дифференцировать понятия «буллинг» и «конфликт».
3. Сформировать представление об алгоритме действий при появлении признаков насилия по отношению к ребенку.
4. Дать практические рекомендации при столкновении с буллингом.

Программа родительского собрания:

1. Мини-лекция.
2. Практическая часть. Работа в малых группах (1 группа, 2 группа) (Приложение 1).
3. Работа в мини-группах. Обсуждение памяток.
4. Представление результатов работы групп. Подведение итогов.

Ход собрания. Мини-лекция

Травля, буллинг – это повторяющиеся акты различных видов насилия, издевательств со стороны одного лица или группы лиц в отношении индивида, который не может себя защитить; травля одного человека другим, агрессивное преследование одного ребенка другими детьми. Проявляется во всех возрастных и социальных группах. В сложных случаях может принять некоторые черты групповой преступности. Буллинг всегда преследует цель – затравить жертву, вызвать у нее страх, унижить, подчинить. Но не любая ссора является буллингом. Давайте рассмотрим, чем травля отличается от обычного конфликта.

ЧЕМ ТРАВЛЯ ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ КОНФЛИКТА?	
ТРАВЛЯ	КОНФЛИКТ
В травле есть неравенство сил	В конфликте люди равны
Травля–длительный процесс	Конфликт–более локальный, разовый
У травли нет явного повода	У конфликта есть повод
Травля всегда намеренна	Конфликт случаен

ЧЕМ ТРАВЛЯ ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ КОНФЛИКТА?	
ТРАВЛЯ	КОНФЛИКТ
Поскольку у травли нет повода, непонятно, когда она прекратится. Нет четких фаз	У конфликта есть фазы. Он может прекратиться, когда повод исчерпан
Травля часто сопряжена с унижением	Конфликт не предполагает явного унижения. Конфликт – борьба интересов

Обратите внимание на основные маркеры травли:

1. Это агрессивное и негативное поведение.
2. Оно осуществляется регулярно.
3. Оно происходит в отношениях, участники которых обладают не-одинаковой властью.

4. Это поведение является умышленным.

Обычно физическое и психологическое насилие сопутствуют друг другу. Насмешки и издевательства могут продолжаться длительное время, вызывая у жертвы травмирующие переживания.

- Потенциально «жертвой» или насильником может стать любой ребёнок при стечении определенных ситуационных жизненных обстоятельств. Тем не менее, юные насильники – это преимущественно активные, уверенные в себе, склонные к доминированию, морально и физически сильные дети.

- Поскольку мы с вами живем в век информационных технологий, тема кибербуллинга может коснуться каждого ребенка, давайте подробнее рассмотрим данный вид буллинга.

Кибербуллинг

Кибербуллинг – это сравнительно новая форма буллинга, который происходит в новом контексте: в интернете и/или посредством современных электронных устройств.

Кибербуллинг – это систематическое и целенаправленное негативное воздействие на пользователя в социально-сетевой среде с целью причинения психологической травмы и введения в состояние депрессии. Это намеренные оскорбления, угрозы, диффамации и сообщение другим компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации, как правило, в течение продолжительного периода времени.

Статистика

Вовлеченность российских подростков в различные типы сетевых групп, связанных с интернет-рисками:

58% – случаи кибертравли были урегулированы только в результате вме-

шательства взрослых;

13% – случаи кибертравли имели продолжение в офлайн-пространстве;

7% – подростки, вовлеченные в кибертравлю, получили тяжелую психологическую травму;

26% – родители узнают о том, что ребенок стал жертвой кибертравли, лишь в момент проявления симптомов психологической травмы.

Три главных отличия травли в интернете и в реальной жизни

Отсутствуют временные и географические ограничения. Когда человеку устраивают травлю в школе, этот процесс не продолжается круглосуточно. При этом круг издевающихся ограничивается учебным заведением. В интернете этих границ нет: окончание учебного дня не прекращает издевательства, а расстояние и отсутствие личного знакомства не мешают присоединиться к травле. Издевательства в интернете не дают жертве передышки.

Проще привлечь новых участников и усилить травлю. Информация в интернете распространяется стихийно и с большой скоростью. В реальности на распространение клеветы и слухов нужно время: их должно обсуждать большинство. Кроме того, от распространения слухов многих сдерживает страх. В интернете можно мгновенно разослать сообщения и привлечь к издевательствам огромную аудиторию. Когда такой процесс запущен, его трудно остановить.

Сильнее чувство безнаказанности за травлю. Для распространения не обязательно открывать свою личную информацию, можно делать это с «фейковой» (ненастоящей) страницы, сохраняя анонимность. На таких условиях легче присоединиться к травле, чем в реальности.

Кибербуллинг включает широкий спектр различных форм воздействия на жертву, от непристойной шутки до психологического виртуального террора, наносящего тяжелые психологические травмы, вплоть до суицида.

АНОНИМНОСТЬ / СКОРОСТЬ / МАССОВОСТЬ

Тактика киберзапугивания

- ✓ Публикация в интернете комментариев или слухов о ком-то, которые являются вредными или неловкими.
- ✓ Угроза причинить кому-то боль или призыв убить себя.
- ✓ Публикация компрометирующей картинки или видео.
- ✓ Публикация материалов через фальшивый аккаунт.
- ✓ Троллинг на тему национальности, расы, вероисповедания.
- ✓ Создание порочащей информации о ком-либо.
- ✓ Рассылка порочащей информации, содержащей личные данные

жертвы.

Откуда можно ждать опасности? Какие средства используются для кибербуллинга?

Мобильная связь. Телефон может быть использован как для фиксации фото- и видеоизображений с целью дискредитации жертвы, так и для доставки объекту преследования текстовых и мультимедийных сообщений.

Сервисы мгновенных сообщений. Такие популярные сервисы, как Whats. App, Viber, также могут быть использованы для отправки сообщений жертве. Кроме того, аккаунт самой жертвы может быть взломан и использован для рассылки дискредитирующих сообщений друзьям и родственникам.

Чаты и форумы могут быть использованы для рассылки агрессивных сообщений, а также для раскрытия анонимности владельца одного из аккаунтов – выбранной жертвы, может быть выложена конфиденциальная, личная информация.

Электронная почта при кибербуллинге используется для отправки жертве запугивающих сообщений, в том числе содержащих фото и видео, а также писем, содержащих вирусы. Могут быть опубликованы также личные письма жертвы, не предназначенные для широкой огласки.

Веб-камеры. Используются для видеосвязи с провоцированием жертвы, с последующей публикацией видеозаписи.

Социальные сети. Такие сервисы, как ВКонтакте, Одноклассники и др. могут применяться для размещения запугивающих и издевательских комментариев, фото и видео. Аккаунт жертвы может быть заблокирован группой людей, на него могут быть отправлены массовые жалобы. Он может быть взломан для рассылки порочащих сообщений от имени жертвы. Может быть также создан и использован аккаунт от имени жертвы для дискредитирующей деятельности.

Сервисы видео хостинга используются для размещения издевательских или запугивающих видеороликов.

Игровые сайты и виртуальные игровые миры. Кроме широких коммуникативных возможностей, позволяющих размещать сообщения так же, как это делается в социальных сетях, группа людей может целенаправленно вредить игровому персонажу жертвы, что также оказывает серьезное психологическое давление.

Наиболее популярные формы кибербуллинга в России:

исключение из общения или групп (носит характер бойкота человека в интернете);

домогательства, при которых одним человеком или группой лиц формируются угрозы и преследования;

аутинг (от англ. outing – предание гласности), то есть публикация персональных данных без согласия человека (например, подробности состояния здоровья или адреса проживания);

киберсталкинг – одна из самых опасных форм буллинга, когда преследование человека переходит из виртуального мира в реальный, а сбор информации в интернете используется для запугивания или домогательств;

поддельные профили, которые формируются на основе открытых данных о человеке (фото- и видеоконтент и данные, которые он сам публикует). На человека создается фейковый (поддельный) аккаунт, и от его имени рассылается ложная, негативная и компрометирующая информация;

троллинг – намеренная социальная провокация или издевательств в сетевом общении.

Что можно сделать, если вы столкнулись с ситуацией кибертравли?

Как распознать насилие, буллинг. Признаки буллинга

О насилии в отношении ребенка могут свидетельствовать особенности его поведения, настроения, внешний вид, «беспричинные» пропуски занятий и снижение успеваемости. Если вы заметили за своим ребёнком серьёзные перемены не в лучшую сторону, это повод задуматься и более пристально за ним понаблюдать, а в случае подтверждения опасений о травле ребёнка незамедлительно обратиться к администрации школы, или к классному руководителю, или к психологу.

Итак, ребенок:

- по утрам часто жалуется на головные боли, расстройство в желудке или придумывает какие-либо причины, чтобы не идти в школу;
- задумчив, замкнут, ест без аппетита, беспокойно спит, плачет или кричит во сне;
- у него наблюдается пессимистическое настроение, может говорить о том, что боится ходить в школу или покончит жизнь самоубийством;
- выпрашивает или тайно крадет деньги, внятно не объясняя причину своего проступка;
- выглядит неудачником, в поведении просматриваются резкие перемены в настроении. Злость, обиду, раздражение вымещает на родителях, родственниках, более слабых объектах (младшие братья и сестры, домашние животные);
- приходит домой с мелкими ссадинами, ушибами, его вещи выглядят так, словно кто-то ими вытирал пол. Книжки, тетради, школьная сумка находятся в аварийном состоянии;
- выбирает нестандартную дорогу в школу.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ. РАБОТА В МАЛЫХ ГРУППАХ

1 ГРУППА (Приложение 1)

Из предложенных карточек выберите, которые не верны и приведут к ухудшению ситуации, а не к конструктивному взаимодействию.

На вопрос ребенка: «Что мне делать, меня обижают в классе?» или «Моего одноклассника травят!» – родители говорят:

«Дай сдачи»	«Не обращай внимания»	«Это же дети, подумаешь, подрались!»
«Не буду вмешиваться, сделаю только хуже, разбирайся сам»	«Не вмешивайся, а то и тебе достанется»	«Сами разбирайтесь, учись строить отношения. Будешь крепче, преодолев препятствие»
«Ты сам виноват, что тебя травят, надо быть (гибче, мягче, добрее, веселее)»	«Ты должен быть выше этого, не замечать, пусть себе толпа глумится, мы-то знаем, что ты (выше, лучше, умнее, чище)».	«Ничего страшного, все само пройдет!»
Давай все обсудим	«Ничего страшного, не каждый Человек должен быть популярен в классе»	«Похоже, тебя травят. Давай подумаем, как мы будем действовать»

2 ГРУППА

Из предложенных карточек выберите те, которые верны и приведут к улучшению ситуации и конструктивному взаимодействию (карточки те же, что в 1 группе).

Далее организуется обсуждение в общей группе.

Приложение 2

«Мама, они меня обзывают!» – родителю школьника лучше всего заранее быть готовым к такому повороту событий. Однако не каждый сможет дать действительно полезный совет. Что же сказать ребёнку, которого обижают в школе, и как вести себя самому?

1. «Дай сдачи»

Этот совет – лидер по популярности и одновременно по нецелесообразности, вредности и нелогичности. Во-первых, он приучает ребёнка к тому, что все проблемы можно (и нужно) решать силой. Во-вторых, проблема агрессивного поведения не исчезнет, просто теперь сменятся роли.

Так что своим советом вы дадите ребёнку не только ложное представление о том, как цивилизованно решать конфликты, но и indulgence на

вымещение накопленной обиды и злости на других детях. Тев свою очередь получают от старших ту же рекомендацию – дать сдачи, продемонстрировать силу.

К тому же сложно дать сдачи, если тебя травят группой: загнанный в угол тремя-четырьмя одноклассниками или старшеклассниками ребёнок просто физически не может постоять за себя. Если агрессор один, но в два раза шире и на голову выше ребёнка, ответная агрессия жертвы может только подстегнуть и раззадорить его. Возможен и другой сценарий: доведённый до отчаяния ребёнок вполне способен нанести серьёзные повреждения обидчику, например, на глазах у учителя, который всей ситуации не знает, а застал лишь кульминацию истории и сделал соответствующие выводы. Тогда вина ляжет, как ни парадоксально, на жертву.

2. «Не обращай внимания»

Совет, который встречается практически так же часто, как и предыдущий. И его тоже нельзя назвать рациональным. У ребёнка может сформироваться ошибочное мнение: мне плохо – я не должен обращать на это внимание, мои переживания не важны – я не важен, в том числе и для родителей. Нужно дать чётко понять ребёнку, что он самое важное для вас и всё, что тревожит его, волнует и вас. Вдобавок схема «не обращай внимания – сам отстанет» очень часто не срабатывает: агрессор, не сумев добиться желаемой реакции своими действиями, может начать искать другие, уже гораздо более жестокие и изощрённые методы травли.

3. «Это же дети, подумаешь – подрались»

Однако может оказаться, что драка или ссора – просто единичный мимолётный конфликт интересов, который дети уладили самостоятельно. Вполне вероятно, что уже завтра вчерашнего противника ваш ребёнок пригласит в гости. Поэтому важно помнить простое правило: наблюдайте за поведением ребёнка и постарайтесь получить от него максимум информации, заметив неладное.

4. «Не буду вмешиваться – сделаю только хуже»

Нет. Сделать хуже можно как раз отсутствием какой-либо реакции на проблемы ребёнка. В первую очередь, необходимо дать ему понять очень важную вещь: что бы ни случилось, вы всегда поддержите. Это очевидно для вас, но может быть открытием для ребёнка. Фразы, без которых не обойтись: «Спасибо, что рассказал мне», «Ты ни в чём не виноват», «Мы со всем справимся». Ребёнок должен понять, что взрослый знает о ситуации, что он взял часть ответственности на себя, что теперь будет легче. Однако полностью брать контроль в свои руки не стоит. Лучше не предпринимать ничего без ведома ребёнка и каждый шаг обсуждать и согласовывать по мере возможности

с ним.

Если у вас есть все основания опасаться, что здоровью ребёнка может что-то угрожать, например, на протяжении нескольких недель вы замечаете следы побоев или ребёнок часто плачет из-за поведения своих сверстников, полезно собрать доказательства травли: выписки из травмпункта, диктофонные записи реальных угроз и оскорблений, SMS, распечатки звонков, сообщения и посты в социальных сетях, свидетельства одноклассников, друзей. С их помощью обезопасить вашего ребёнка будет проще. Есть шанс, что обидчик или его родители наконец осознают: у любого действия есть последствия. Также собранные доказательства можно представить администрации школы, для педагогов это будет сигналом. Помимо этого, можно сформировать так называемую буферную зону: приглашайте одноклассников ребёнка в гости, чтобы посмотреть, как он общается с другими детьми

5. «Не вмешивайся, а то и тебе достанется»

Молчание, конечно, золото, но не в борьбе с буллингом. Говорить, говорить и ещё раз говорить о проблеме, а не замалчивать её. На всех доступных уровнях. Говорить с детьми должны родители и учителя – о взаимовыручке и поддержке, честности и справедливости. Очень часто травля становится возможной ещё и потому, что за жертву некому заступиться – все боятся. «Не лезь, а то ещё сам получишь», – такие советы, конечно, могут уберечь ребёнка от определённых боевых травм, однако велика вероятность воспитать равнодушного эгоиста и молчаливого свидетеля. Необязательно внушать ему мысль о том, что надо в любой ситуации кидаться на амбразуру. Иногда достаточно просто привлечь внимание кого-то из взрослых, позвать учителя, сообщить охраннику или кому-то ещё из школьных работников о том, что кого-то обижают.

Обсуждение проблемы – это первый шаг к её решению. Говорить нужно с самими родителями, и с педагогами.

6. «Ты сам виноват, что тебя травят, надо быть (гибче, мягче, добрее, веселее)

Объяснений, почему возникает травля – воз и маленькая тележка. Здесь и потребность возраста, и давление закрытой системы (школа, тюрьма, армия), и групповая иерархия (альфы-омеги), и личные особенности детей (например, пережитый опыт насилия, приведший к виктимности или агрессивности). Все это очень важно и интересно, и, безусловно, стоит изучать и понимать. Но... Если из всего этого делается вывод: «Так что же вы хотите, вот ведь сколько причин, потому и травят», это и есть оправдывать, объясняя. *Травля в конкретном классе, от которой страдают прямо сейчас конкретные дети не вопрос научных изысканий, это вопрос морали и прав человека.* С этой точки

зрения неважно, кто какая буква. Будь ты хоть трижды альфа, будь он хоть сто раз странный и «не такой», травить не смей!

Если у взрослого такого твердого убеждения нет, и он в упоении от собственной проницательности «анализирует причины» вместо того, чтобы дать определенную оценку и выдвинуть требования, остановить травлю он не сможет.

Надо ставить цели скромнее: нет задачи изменить причины, есть задача изменить ПОВЕДЕНИЕ конкретной группы детей.

7. «Ничего ,само пройдет»

Само не проходит. У детей до подросткового возраста – точно. Позже – есть небольшой шанс. Если в группе найдутся достаточно авторитетные дети (не обязательно лидеры), которые вдруг увидят эту ситуацию иначе и решатся заявить о своем видении – это может сильно уменьшить травлю. Но до 12 лет с собственной моралью у детей слабовато (еще и мозг не созрел). *И задавать им моральные ориентиры обязаны взрослые.* Дети в этом возрасте очень готовы их услышать и принять. И наоборот, в подростковой группе взрослый может и не справиться, если там уже сложилась, так сказать, «антимораль». По крайней мере, ему будет гораздо труднее.

8. «Ничего страшного, не каждый человек должен быть популярен в классе»

В данном случае путают травлю и непопулярность. Никто никому не обязан, чтобы его все любили. Не могу быть все одинаково популярны. *Суть травли – не в том, что кто-то кого-то не любит. Суть травли – НАСИЛИЕ.* Это групповое насилие, эмоциональное и/или физическое. И именно за это отвечает взрослый, которому доверена группа детей. За их защищенность от насилия. Многим детям и не нужна особая популярность в классе, они вполне без нее проживут. Они могут быть от природы интровертны, застенчивы или просто душой принадлежать не к этой, случайно собранной по административному признаку, а совсем к другой группе. Они хотят одного –безопасности. И имеют на нее полное право. Взрослые, сводящие все к непопулярности, часто искренне стараются исправить дело. Они обращают внимание группы на достоинства жертвы, пытаются повысить ее рейтинг особыми поручениями и т.д. И это все действительно, при одном условии: травля как насилие УЖЕ прекращена. Тогда да, можно грамоты на стенку вешать. Если нет – все и любые достоинства жертвы в глазах группы, захваченной азартом травли, будут мгновенно превращены в недостатки.

3. Мини-лекция

Если травят не вашего ребенка – не думайте, что лично у вас нет повода для беспокойства. В ситуации травли всегда есть несколько действующих

лиц, и беспокоиться нужно обо всех:

«Агрессор» – человек, который преследует и запугивает жертву.

Типы агрессоров:

«Нигилист» – чаще мальчик, чем девочка. Это логик по типу мышления. Патологическая безэмоциональность – его отличительная черта. Слышит только себя и считается только с собственным мнением. Придумывает для других язвительные и унижительные прозвища.

«Компенсатор» – недостаток знаний и способностей к учению восполняет проявлением власти, ложью, грубостью. Любит измываться над слабыми и беззащитными. Нанесенные ему обиды помнит долго, всегда пытается взять реванш. Единственная возможность борьбы с таким буллером – завоевать поддержку коллектива. Как только он понимает, что жертву поддерживают другие, накал его агрессии снижается.

«Комбинатор» – жестокий подросток с развитым интеллектом. Ему нравится манипулировать другими, цинично сталкивая одноклассников между собой, оставаясь при этом в стороне. Искреннее общение с таким буллером в любой момент может обернуться внезапным и очень болезненным ударом.

Чувства агрессоров:

злорадство, злость, агрессия, ощущение власти, удовлетворение, азарт («Будет мне за это что-то или нет?»), адреналин, чувство превосходства;

- при этом есть чувство неполноценности, которое он скрывает. Это может быть самозащита: он сам может чем-то отличаться и, чтобы его не травили, наносит упреждающий удар.

«Жертва» – человек, который подвергается агрессии.

Жертвой травли может стать любой ребенок, но обычно это те дети, кто слабее или чем-то отличаются от других:

- дети с отличающейся внешностью, всем, что выделяет ребенка из общей массы: избыточный вес, рост, очки и т.д.
- дети с ограниченными возможностями здоровья.
- дети с особенностями поведения, в том числе связанными с особенностями развития, синдромом дефицита внимания и гиперактивности, расстройством аутистического спектра, т.д.
- «домашние» дети, не имеющие опыта жизни в детском коллективе, не посещавшие детский сад, испытывающие страх перед посещением школы;
- дети, имеющие заболевания, которые вызывают насмешки и издевательства со стороны сверстников:
- эпилепсия, тикии, перкинезы, энурез, энкопрез, косноязычие (дислалия), безграмотное письмо (дисграфия), заикание и т.д.

- дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации, дети из семей мигрантов, беженцев;
- низкий интеллект и трудности в обучении.

Низкие способности ведут за собой и более низкую обучаемость ребенка, что приводит к низкой самооценке. Низкая самооценка, в одном случае, может способствовать формированию роли «жертвы», а в другом – насильственному поведению как варианту компенсации.

Причина буллинга – не в особенностях ребенка, на которого нападают, и не в агрессивности одного или нескольких детей, а в характере отношений между детьми в коллективе. Обычно, если ребенок, которого травят, просто уходит из класса или школы на его месте скоро оказывается следующая жертва.

Чувства жертвы:

- отчаяние, страх, беззащитность, стыд, вина, некоторая агрессия, сознание своей неполноценности, одиночество, отрешенность.

Действия жертвы:

- замалчивание ситуации травли из-за недоверия к тому, что родители могут чем-то помочь,
- уступки, приспособление, желание уйти от реальности различными путями; возможно, поиск другого социума, слезы, нервные реакции, истерики, постоянная готовность к нападениям других,
- желание мести.

Цель, желания жертвы:

- мечтает прекратить травлю, поменяться ролями, добиться справедливости, отомстить, но ничего для того не делают. Жестокость рождает жестокость.

«Защитник» – человек, находящийся на стороне жертвы и пытающийся оградить её от агрессии.

«Сторонники» – люди, находящиеся на стороне агрессора, непосредственно не участвующие в издевательствах, но и не препятствующие им.

«Наблюдатель», или **«Свидетель»** – человек, знающий о деталях агрессивного взаимодействия, издевательствах, но соблюдающий нейтралитет.

Группа свидетелей делится на два типа:

1. У свидетелей первого типа сформированы личностные ценности. Их чувства: вина за происходящее, страх, понимание того, что это неправильно, радость оттого, что не с ними это происходит.
2. Второй тип: злорадство и удовлетворение («Кому-то плохо, но это делаю не я»), слабость, незащищенность.

Действия свидетелей первого типа: жалеют жертву, проявляют слабый

протест, пытаются защищать жертву.

Вторые: наблюдают, им интересно, поддерживают агрессоров, немного им помогают. Обе группы действуют достаточно пассивно.

РАБОТА В МИНИ-ГРУППАХ

Обсудить памятки:

- 1 Группа 1: памятку «Как вести себя родителю, чтобы помочь ребенку, которого травят.
- 2 Группа 2: памятки и рекомендации – как помочь агрессору.
- 3 Группа 3: памятку – как нужно вести себя родителям, чтобы прекратить кибербуллинг.

Представление результатов работы групп. Обсуждение.

ПРАКТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

Общие рекомендации для родителей

- Старайтесь избегать скандалов и публичных ссор при ребенке, так это может сформировать у него модель конфликтного поведения, которое он будет переносить на окружающий социум.
- Следите за тем, как ваш ребенок питается до школы и в школе. Большинство детей приходят в школу с пустым желудком, что также провоцирует агрессивное поведение.
- Не будьте равнодушными к проблемам ребенка, старайтесь посещать школу не только в то время, когда проводится родительское собрание, но и в течение четверти.
- Избегайте практики физического наказания, в частности, после посещения родительского собрания многие родители возвращаются домой с одной целью, как можно сильнее наказать ребенка и тем самым отомстить за пережитый позор. После подобной тактики воспитания конфликты между родителем и ребенком становятся традиционной формой общения, дети перестают доверять не только родителям, но и взрослым вообще, боятся рассказывать о своих проблемах и трудностях, лгут и выкручиваются, становятся замкнутыми, убегают из дома, ищут поддержки на стороне.

Научите вашего ребёнка поступать следующим образом во избежание

попадания в группу риска по школьному буллингу:

- вести себя скромно: без хвастовства своими успехами, родителями и друзьями, вещами;
- вести себя достойно, без подлизываний к учителям, сверстникам;
- найти себе хотя бы одного друга среди одноклассников;
- приглашать одноклассников в гости;
- научиться уважать мнение своих одноклассников;
- не пытаться всегда побеждать в своих спорах со сверстниками;
- научиться проигрывать и уступать, если ваш ребёнок на самом деле не прав.
- помогите ребёнку стать членом классного коллектива, а не просто ходить учиться.

Если ваш ребёнок оказался жертвой буллинга, вам как родителю необходимо:

- Не оставлять его один на один с этой ситуацией. Выслушать ребенка и разобраться, в чем суть конфликта, как давно он длится, существует ли опасность для ребенка. Разговаривайте со своими детьми.
- Если выясняется, что другие дети его бьют, обзывают, портят вещи, смеются над ним, унижают, реагируйте сразу.
- Помните о том, что ребенок, которого травят, не может завоевать симпатии одноклассников, если будет добиваться успехов в чем-то или совершать хорошие поступки. Он будет получать пятерки, его назовут «ботаником», будет помогать кому-то, назовут «слабаком», и так бесконечно. Его успехи будут провоцировать группу на еще большие нападки.

Сохраняйте спокойствие. Ребенку важно знать, что вы справитесь любой ситуацией. Разговаривайте с родителями буллеров. Но не вступайте с ними в конфликт. Вам нужно совместными усилиями помочь детям.

Мой ребенок травит одноклассника. Почему это происходит и что теперь делать?

Агрессору нужна помощь родителей и их любовь.

Родителям неприятно слышать, что их ребенок агрессивен со сверстниками и участвует в травле. Никто не хочет верить в это. Как себя вести, если ваш сын или дочь травят одноклассника.

Итак, что вы сделаете, когда кто-то расскажет вам, или вы сами увидите, что ваш ребенок издевается над другими детьми? Вот несколько советов.

Не выходите из себя, но и не делайте вид, что все нормально

«Главное – не паниковать. Не менее важно не решать автоматически, что все неправда, – говорит Элизабет Энгландер, директор Массачусетского центра по снижению агрессии. – Иногда вполне добрые и дружелюбные дети как бы примеряют на себя роль буллера, потому что такое поведение для них – один из способов обрести популярность.

Ребенок, которому трудно поладить с одноклассниками, может опробовать стратегию буллинга, чтобы получить внимание или восхищение других детей, объясняет Энгландер.

Примите тот факт, что ваш ребенок, возможно, делает вещи, которые не соответствуют ценностям вашей семьи. Его поведение может быть очень плохим. Но у вас есть все возможности прекратить его и сделать так, чтобы это больше не повторилось.

Убедитесь, что это действительно травля

Повышенная осведомленность о проблеме буллинга – это прекрасно, но эксперты считают, что не все понимают верно, что такое травля. Важно различать конфликт (несогласие, при котором обе стороны могут действовать агрессивно, но имеют равные права) и травлю (действие принудительное, агрессивное, умышленное и повторяющееся, где есть обидчик и жертва).

Избегайте ярлыка «буллер»

«При обсуждении темы буллинга важно, какой язык мы используем, поскольку он влияет на восприятие школьников, вовлеченных в ситуацию, – говорит Бейли Хьюстон, координатор Национального центра профилактики буллинга PACER. – Вместо того чтобы называть ребенка «буллером», лучше использовать такие термины: «ребенок, который занимается буллингом» или «ребенок с поведением буллера». Тогда, в первую очередь, мы признаем, что буллер – ребенок, а во-вторых, сделаем акцент на его поведении».

Поговорите с ребенком о причинах

Когда вы узнали, что ваш ребенок совершил что-то плохое (не важно, была ли это травля), ваша ответственность как родителя – немедленно поговорить с ним о том, что произошло. Разговор должен быть открытым и непредвзятым. Также это шанс ясно обозначить, что такое травля, и однозначно выразить отрицательное отношение семьи к буллингу.

Подчеркните, что важно действие, а не намерение

Вполне возможно, что ваш ребенок будет искренне удивлен, когда его начнут ругать за травлю. «О, ну это же была просто шутка», – скажет он. Или: «Да он смеялся, когда я это делал».

В этот момент нужно дать понять, что есть разница между шуткой (когда всем весело) и насмешкой (когда один человек чувствует себя обиженным

или униженным). Объясните, что даже если жертва травли смеялась в тот момент, возможно, она делала это, чтобы сохранить лицо перед сверстниками, но в глубине души ей было очень больно.

Возможно, ваш ребенок, не хотел быть жестоким, но это не важно. Ваша обязанность прояснить, в чем отличие между намерением и действием.

Чтобы изменить поведение ребенка нужно время. Будьте готовы к неудачам и терпеливы, пока ваш ребенок учится справляться со своими чувствами и конфликтами. Самое главное – оказывать ему поддержку и показывать вашу любовь.

Кибербуллинг. Как помочь ребёнку?

- Для начала надо убедиться, что у вас (вашего ребёнка) надёжный пароль в соцсетях, нужно отрегулировать настройки приватности.
- Если стал известен факт кибербуллинга вашего ребёнка, не вариант забирать у него телефон или перекрывать доступ в интернет, т.к. тем самым вы как бы его наказываете, а он и так страдает.
- Дайте ребёнку понять, что готовы помочь и не будете его ругать или осуждать.
- Разберитесь в ситуации вместе с ребёнком. Важно найти ответы на вопросы: когда возник конфликт? Что стало причиной? Кто принимает участие в травле? Существует ли угроза жизни и здоровью ребёнка?
- Соберите доказательства травли (скриншоты, электронные письма, фотографии и т.д.).
- Научите правильно реагировать на агрессора. Лучший способ остановить травлю – игнорировать обидчиков. Помогите ребёнку заблокировать агрессоров или добавить их в «чёрный список». Иногда стоит временно удалить аккаунт ребёнка в тех ресурсах, где происходит травля.
- Обратитесь за помощью.
- Если травля происходит в открытом сообществе или группе, обратитесь к администраторам ресурса с просьбой заблокировать обидчиков, прикрепите скриншоты с доказательствами кибербуллинга.
- Если в травле участвуют ученики школы, расскажите о ситуации классному руководителю, либо психологу, либо администрации школы.
- Если существует угроза жизни и здоровью ребёнка, обратитесь в правоохранительные органы, приложив к заявлению все собранные доказательства.

Исследования показывают, что пик вовлечения в киберагрессию приходится на пятые–шестые классы.

Обучайте детей следовать правилам цифровой грамотности

- Не переходить по сомнительным ссылкам, не общаться с незнакомцами, ставить сложные уникальные пароли для каждого аккаунта в соцсети (12 символов, с цифрами, большими и маленькими буквами) и периодически менять их. Не скачивать подозрительные файлы.
- Для детей есть специальные серии мультиков «Фиксики» и «Приключения Робота Каспера». Тем, кто постарше, можно послушать Ежегодные курсы федерального проекта «Урок цифры».

Мастер-класс «Психология уверенности: как научить ребёнка верить в себя»

Харченко С.В.,

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 2»

г. Сафоново Смоленской области

Целевая аудитория: родители школьников, классные руководители, школьные психологи, социальные педагоги и другие специалисты, работающие с детьми младшего и среднего школьного возраста.

Цель мастер-класса: научить участников помогать ребёнку развивать уверенность в себе, повышать самооценку и успешно преодолевать препятствия на пути к успеху.

Задачи мастер-класса:

- Понять природу детской неуверенности и факторы, влияющие на детскую самооценку.
- Ознакомиться с простыми и эффективными методами, помогающими ребёнку поверить в свои силы.
- Попробовать практиковаться в роли родителя или наставника, поддерживающего ребёнка в сложных жизненных ситуациях.
- Познакомиться с интересными играми и упражнениями, укрепляющими доверие и веру в себя.

Программа мастер-класса:

I блок. Основы уверенности и самооценки

1. Источники детских страхов и сомнений: откуда берётся неуверенность.
2. Понятие самооценки и её роль в учёбе и повседневной жизни ребёнка.
3. Воздействие семейного окружения и примера взрослого на восприятие ребёнком самого себя.

II блок. Способы поддержки уверенности

1. Эффективные поощрения и похвала: правильные слова, создающие крепкую самооценку.
2. Ролевые игры и игровые методы для проработки страхов и тревоги.
3. Простые советы, как хвалить ребёнка так, чтобы он рос уверенным и открытым человеком.

III блок. Практические упражнения и домашние задания

1. Игровая практика: игра «Я умею лучше всех!» – учимся признавать сильные стороны ребёнка.

2. Тренировка: вместе сочиняем рассказы о маленьких победах наших детей.

3. Игра «Я горд собой, потому что...» – раскрываем внутренние достоинства ребёнка.

IV блок. Советы и выводы

Подведение итогов мастер-класса, обмен мнениями и впечатлениями. Получение советов и рекомендаций для ежедневной работы с ребенком дома и в школе.

Материалы для участников: электронная презентация с ключевыми тезисами, памятка «Советы родителям», полезные чек-листы и рабочий лист для самостоятельного применения.

Формы работы: теоретические блоки чередуются с активной практической частью: ролевые игры, упражнения, работа в малых группах, обсуждение кейсов из жизни детей и подростков.

Формат участия: очно или онлайн, возможен индивидуальный разбор случаев, возникающих у участников в процессе воспитания и обучения детей.

Продолжительность: стандартный формат: 2–3 часа интенсивной работы. Расширенный формат: два блока по 2 часа с перерывом и дополнительными материалами для домашней работы.

Дополнительные материалы: рекомендуемая литература по психологии детства, подборка фильмов и мультфильмов, вдохновляющих детей и формирующих положительные качества личности.

Заключение. Данный мастер-класс помогает взрослым расширить спектр своих навыков, сделать общение с детьми более глубоким и эффективным, укрепить семейные и школьные отношения, создать здоровую обстановку для развития сильных сторон и талантов ребёнка.

ТЕЗАУРУС

«Агрессор», булли – человек, который преследует и запугивает жертву.

Типы агрессоров:

- «Нигилист» – чаще мальчик, чем девочка. Это логик по типу мышления. Патологическая безэмоциональность – его отличительная черта. Слышит только себя и считается только с собственным мнением. Придумывает для других язвительные и унижительные прозвища.

- «Компенсатор» – недостаток знаний и способностей к учению восполняет проявлением власти, ложью, грубостью. Любит измываться над слабыми и беззащитными. Нанесенные ему обиды помнит долго, всегда пытается взять реванш. Единственная возможность борьбы с таким буллером–

завоевать поддержку коллектива. Как только он понимает, что жертву поддерживают другие, накал его агрессии снижается.

- «Комбинатор» – жестокий подросток с развитым интеллектом. Ему нравится манипулировать другими, цинично сталкивая одноклассников между собой, оставаясь при этом в стороне. Искреннее общение с таким буллером в любой момент может обернуться внезапным и очень болезненным ударом.

Чувства агрессоров:

- злорадство, злость, агрессия, ощущение власти, удовлетворение, азарт («Будет мне за это что-то или нет?»), адреналин, чувство превосходства.

- при этом есть чувство неполноценности, которое он скрывает. Это может быть самозащита: он сам может чем-то отличаться и, чтобы его не травили, наносит упреждающий удар.

Буллинг– это повторяющиеся акты различных видов насилия, издевательств со стороны одного лица или группы лиц в отношении индивида, который не может себя защитить; травля одного человека другим, агрессивное преследование одного ребенка другими детьми. Проявляется во всех возрастных и социальных группах. В сложных случаях может принять некоторые черты групповой преступности. Буллинг всегда преследует цель – затравить жертву, вызвать у нее страх, унижить, подчинить. Поэтому не любая ссора является буллингом.

Жестокость – черта характера, проявляющаяся в крайне враждебном отношении человека к другим людям. Жестокость побуждает человека к совершению агрессивных действий в отношении других. Жестокий по своему характеру человек отличается склонностью получать удовольствие от причинения неприятностей, нанесения ущерба людям и животным, а также от видения того, как они страдают.

Кибербуллинг– это систематическое и целенаправленное негативное воздействие на пользователя в социально-сетевой среде с целью причинения психологической травмы и введения в состояние депрессии. Это намеренные оскорбления, угрозы, диффамации и сообщение другим компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации, как правило, в течение продолжительного периода времени.

Формы кибербуллинга в России:

- **исключение из общения или групп** (носит характер бойкота человека в интернете);

- **домогательства**, при которых одним человеком или группой лиц формируются угрозы и преследования;

– **аутинг** (от англ. outing – предание гласности), то есть публикация персональных данных без согласия человека (например, подробности состояния здоровья или адрес проживания);

– **киберсталкинг**– одна из самых опасных форм буллинга, когда преследование человека переходит из виртуального мира в реальный, а сбор информации в интернете используется для запугивания или домогательств;

– **фрейпинг** – обман, поддельные профили, которые формируются на основе открытых данных о человеке (фото- и видеоконтент и данные, которые он сам публикует). На человека создается фейковый (поддельный) аккаунт, и от его имени рассылается ложная, негативная и компрометирующая информация;

– **троллинг**– намеренная социальная провокация или издевательства в сетевом общении;

– **кетфишинг**–кража профиля с различными дальнейшими действиями;

– **троллинг** – намеренная провокация при помощи оскорблений или некорректной лексики на интернет-форумах и в социальных сетях.

Мобинг – это внутриорганизационные, преднамеренные, регулярные, атакующие действия со стороны человека или группы лиц (мобберов) по отношению к определенному субъекту или группе лиц (мишени) в форме обесценивания, провокаций, манипуляций, унижения с целью нанести психический и репутационный ущерб, а также вынудить покинуть группу.

Мотивы травли–побуждение к травле, что движет агрессором, булли.

Три наиболее часто встречающиеся мотива: зависть, самоутверждение, месть.

Психологическое насилие –вербальные действия, связанные с воздействием на психику, наносящие психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, которыми умышленно причиняется эмоциональная неуверенность.

Психологическое насилие имеет несколько подвидов:

- **вербальное** – обидное имя или кличка, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, насмешки, распространение обидных слухов, бесконечные замечания, необъективные оценки, унижение в присутствии других детей. Обзывания могут также принимать форму намеков по поводу предполагаемой половой ориентации ученика;

- **невербальное** – обидные жесты или действия (плевки в жертву либо в её направлении, показывания неприличных жестов);

- **запугивание** – использование постоянных угроз, шантажа для того, чтобы вызвать у жертвы страх, боязнь и заставить совершать определенные действия и поступки;

- **изоляция** – жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью учеников или всем классом. С ребенком отказываются играть, дружить, гулять, не хотят с ним сидеть за одной партой, не приглашают на дни рождения и другие мероприятия. Это может сопровождаться распространением записок, нашептыванием оскорблений, которые могут быть услышаны жертвой, либо унижительными надписями на доске или в общественных местах;

- **вымогательство** – от жертвы требуют деньги, ценные вещи и предметы, талоны на бесплатное питание путем угроз, шантажа, запугивания;

- **повреждение и иные действия с имуществом** – воровство, грабёж, прятанье личных вещей жертвы;

- **школьный кибербуллинг** – оскорбление, унижение через интернет, социальные сети, электронную почту, телефон или через другие электронные устройства (пересылка неоднозначных изображений и фотографий, анонимные телефонные звонки, обзывания, распространение слухов, жертв буллинга снимают на видео и выкладывают в интернет).

Физическое насилие – применение физической силы по отношению к ребенку, в результате чего возможны телесные повреждения и физические травмы (избиение, побои, толчки, шлепки, удары, подзатыльники, пинки). В крайних случаях применяется оружие, например, нож. Такое поведение чаще встречается среди мальчиков, чем у девочек. Подвидом физического насилия является сексуальное (домогательства, принуждения к сексу).

Заключение

Профилактика травли (буллинга) и насилия в образовательной среде – это непрерывный, системный процесс, требующий консолидации усилий всего педагогического коллектива, обучающихся и их родителей. Успех этой работы напрямую зависит от создания в школе безопасной, поддерживающей и психологически комфортной атмосферы, где каждый ребенок чувствует себя ценным и защищенным.

Эффективность профилактических мер определяется не разовыми акциями, а последовательной реализацией комплекса мероприятий: от формирования позитивного школьного климата и внедрения социально-эмоционального обучения до оперативного реагирования на инциденты и оказания квалифицированной помощи всем участникам конфликтных ситуаций. Ключевым элементом является переход от карательного подхода к восстановительному, направленному на разрешение конфликтов, примирение сторон и изменение деструктивного поведения, а не на наказание виновных.

Представленные в данных рекомендациях практики демонстрируют, что наиболее устойчивые результаты достигаются при сочетании общешкольной политики нетерпимости к насилию с индивидуальной работой с учащимися группы риска. Важнейшей задачей администрации и педагогов остаётся постоянное повышение своей компетентности в вопросах возрастной психологии и методов медиации, а также поддержание открытого диалога с родительским сообществом.

Таким образом, систематическое применение описанных подходов позволяет не только снизить количество проявлений агрессии, но и сформировать у обучающихся навыки эмпатии, ответственности и конструктивного общения, которые являются фундаментом для их успешной социализации и психологического благополучия в будущем.

Приложение 1

Анкета «Риск буллинга в учебной группе» (В.М. Ганузин)

Данная методика предназначена для социально-психологической оценки учебной группы с точки зрения возникновения в ней предпосылок возникновения различных видов насилия. **Буллинг** – это агрессивное преследование одного человека другим (или группой лиц). Данное явление особенно распространено среди школьников и студентов. Использование данной методики позволяет составить социально-психологический портрет учебной группы, определить ее психологический климат, характер отношений в коллективе и оценить риски возникновения в ней подобных негативных явлений, а также определить перечень профилактических мер для борьбы с проблемой насилия в образовательной среде.

Данная методика может быть использована для диагностики классным руководителем, куратором учебной группы или педагогом-психологом. Диагностика проводится анонимно. В бланке указывается только идентификационный номер учебной группы. Анкета содержит 16 вопросов. Возможные варианты ответа «да» и «нет».

Инструкция

Оцените, насколько приведенные ниже суждения верны по отношению к вашей учебной группе. Если вы согласны с ними, то поставьте «+» в графе вариантов «Да», если нет, поставьте «+» в графе вариантов «Нет».

Помните, что не существует правильных и неправильных ответов!

№ п/п	Вопросы	Варианты ответа	
		ДА	НЕТ
1.	В моей группе (классе) часто подкалывают кого-то, подшучивают над кем-то, передразнивают		
2.	В моей группе есть такие ребята, с которыми даже учитель не может справиться		
3.	Я не могу назвать свою группу дружной		
4.	В моей группе определенно есть лидеры, на которых многие хотят равняться		
5.	В моей группе есть один (или несколько) человек, с которым (-и) никто не хочет общаться		
6.	В моей группе часто бывает, что кого-то обзывают, насмехаются над кем-то, демонстрируют обидные жесты или предпринимают в отношении него действия с целью поиздеваться		
7.	В моей группе часто бывает, что кому-то дают обидные прозвища		
8.	В моей группе часто бывает, что кого-то обсуждают за его спиной, распускают слухи		
№ п/п	Вопросы	Варианты ответа	
		ДА	НЕТ
9.	В моей группе часто стараются выставить кого-нибудь на посмешище		
10.	Бывает, что члены моей учебной группы позорят и унижают кого-нибудь в социальных сетях		
11.	В моей группе часто берут у кого-нибудь вещи без разрешения и портят их		
12.	Бывает, что в моей группе у кого-нибудь вымогают деньги		
13.	В моей группе, определенно, есть люди, склонные проявлять агрессию		
14.	Если вся группа будет смеяться над кем-то одним, то, скорее всего, на его защиту никто не встанет		
15.	В нашей группе, определенно, есть ребята, которые считают себя лучше других		
16.	Я не могу сказать, что в моей группе царит добрая, комфортная психологическая атмосфера		
Общее количество баллов			

Обработка результатов

Максимальное количество баллов по методике – 16. Результат определяется путем суммирования ответов «да». Общее количество баллов вносится в бланк.

Обработка результатов методики проводится в соответствии со следующими критериями:

результат **более 8 баллов** говорит о неблагоприятной психологической обстановке в группе и, как следствие, потенциальных предпосылках возникновения различных видов насилия.

Приложение 2

Опросник «Безопасно ли вам в школе?» для обучающихся 5–11 классов

Опросник «Безопасно ли вам в школе?» – это инструмент для оценки уровня безопасности образовательной среды с точки зрения обучающихся 5–11 классов. Он позволяет выявить риски внутришкольного насилия, оценить эмоциональный климат в классе и школе, а также определить уровень осведомлённости учащихся о ресурсах помощи.

Цель опросника – оценить уровень защищённости обучающихся от физического и психологического насилия, выявить риски буллинга, оценить общий климат в школе и классе, определить уровень осведомлённости учащихся о ресурсах помощи. Результаты могут использоваться для разработки мер по улучшению школьной среды и профилактике деструктивных проявлений.

Особенности проведения

Анонимность. Опрос обычно проводится анонимно.

Возрастные группы. В некоторых исследованиях анкетирование организуют для 5-х, 7-х и 9-х классов.

Обработка данных. Обычно используется описательная статистика, данные анализируют по процентному соотношению. Можно к проведению и интерпретации данных привлекали специалистов из сторонних организаций, что поможет создать комфортные условия для детей и получить достоверные сведения.

При проведении исследования важна идея о недопустимости насилия и соответственно обеспечение безопасности школьной среды, которую нарушают все виды насилия.

Время заполнения анкеты 15 минут.

	Вопросы анкеты	Мальчики	Девочки
		Да+ Нет-	Да+ Нет-
.	Вы идете в школу обычно с хорошим настроением?		
.	Вы устаете в школе?		
.	У вас есть друзья в школе?		
.	Часто ли у вас бывают конфликты в школе?		
.	Часто ли вам приходилось испытывать унижения, оскорбления, издевательства со стороны кого-то из сверстников?		
.	Бывало ли, что такие действия исходили от группы сверстников?		
.	Били ли вас в школе одноклассники или другие учащиеся?		
.	Были ли вы сами свидетелем избиения кого-то?		
.	Объявляли ли у вас в классе кому-либо бойкот?		
0.	Случалось ли вам быть жертвой вымогательства в школе?		
1.	Случалось ли, что у вас в классе педагоги унижали, оскорбляли, обзывали учеников?		
2.	Случалось ли, что у вас в классе педагоги применяли к ученикам телесные наказания?		
3.	Сталкивались ли Вы в школе с оскорблениями в адрес педагогов со стороны учащихся?		
4.	Замечали ли вы, что кого-то подвергают травле в социальных сетях?		
5.	Случалось ли вам быть жертвой вымогательства в социальных сетях?		
6.	Останавливают ли педагоги драки и оскорбления между учащимися?		
7.	Можете ли вы рассчитывать на помощь кого-либо из педагогов, если вам угрожают или Вас обижают в школе?		
	Чувствуете ли вы себя в безопасно-		

	Вопросы анкеты	Мальчики	Девочки
		Да+ Нет-	Да+ Нет-
8.	сти в школе?		
9.	Можете ли вы рассчитывать на помощь родителей, если вам угрожают или вас обижают в школе?		
0.	Готовы ли вы поделиться своими проблемами, позвонив по телефону доверия?		

Представить результаты можно, сгруппировав их в три раздела:

1. Переживание безопасности в школе. Чувство безопасности является одной из ведущих потребностей личности, оно особенно значимо для детей. Ощущение безопасности в школьной среде переживается детьми через самоощущение и отношение к значимым аспектам школьной жизни, поэтому имеет внутренний и внешний аспекты. Важнейшими источниками, определяющими субъективное благополучие для детей и подростков, является наличие устойчивого позитивного фона настроения, невысокие пороги усталости, принадлежность к референтной группе. Важнейший источник позитивных переживаний школьников – наличие дружеских отношений.

2. Факты насилия в школе: виды и формы. К основным фактам можно отнести насильственные действия и угрозы физического насилия. К фактам психологического насилия относятся унижения, оскорбления, издевательства, бойкот, травля.

3. Роль взрослых в обеспечении безопасности учащихся. Очевидно, что проблема насилия в школе связана с отношением к ней со стороны взрослых и учащихся. Большую роль в обеспечении психологически благополучной среды играют взаимоотношения учащихся и педагогов. Обеспечение безопасности учащихся взрослыми в целом демонстрирует достаточно благоприятную ситуацию возможности получить помощь и поддержку от реальных людей: родителей, педагогов.

Автор-составитель:
Нетребенко Лариса Викторовна

**ПРОФИЛАКТИКА ТРАВЛИ И НАСИЛИЯ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ:
ЭФФЕКТИВНЫЕ ПРАКТИКИ**

Методические рекомендации

Подписано в печать 16.06.2026 г. Бумага офсетная.
Формат 60х84/16. Гарнитура «Times New Roman».
Печать лазерная. Усл. печ. л. 4, 5
Тираж 100 экз.

ГАУ ДПО СОИРО
214000, г. Смоленск, ул. Октябрьской революции, 20а

