Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №15 Советского района Волгограда»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 259C9C91200AE7C5A183DC0415273759
Владелец: Ляпина Елена Юрьевна
Действителен: с 19.08.2024 до 12.11.2025

Программа
профилактики буллинга, кибербуллинга, агрессии, жестокого обращения среди обучающихся «Мы такие какие мы есть»

Период реализации 2023 – 2028 учебный год

Разработчики:

Проскурина Е.В.– социальный- педагог,
Трунова А.В., советник директора по воспитанию и связям с детскими общественными объединениями,
Гологанова Л.Г., методист,
Комиссарова И.Ю., уполномоченный по правам детей в гимназии,
Костина О.Ю., руководитель методического объединения классных руководителей.

Волгоград
2023 год

Содержание программы:

Паспорт программы

1. Пояснительная записка

2. Правовое обеспечение работы по профилактике буллинга.

3. Содержание основных понятий, используемых в Программе и при ее реализации.

4. Теоретическое обоснование для реализации Программы.

5. Механизмы реализации Программы

6.Условия реализации, точки риска, ожидаемые результаты, контроль за реализацией Программы.

7.Комплекс основных ежегодных профилактических мероприятий по предупреждению травли (буллинга) в гимназии.

Список литературы

Приложения

Паспорт программы

Наименование Программы	Программа профилактики буллинга, кибербуллинга, агрессии, жестокого обращения среди обучающихся «Мы такие какие мы есть» 2023 – 2028 учебный год
Основания для создания Программы	Конституция Российской Федерации; Конвенция о правах ребенка; Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» Устав МОУ гимназии №15
Разработчики Программы	Инициативная группа: Проскурина Е.В.– социальный- педагог, педагог- психолог, Трунова А.В., советник директора по воспитанию и связям с детскими общественными объединениями; Гологанова Л.Г., методист; Комиссарова И.Ю., уполномоченный по правам детей в гимназии, Костина О.Ю., руководитель методического объединения классных руководителей.
Цели создания Программы	- Профилактика буллинга, кибербуллинга, агрессии, жестокости в школьной среде; - Создание комплексной психолого-педагогической системы в гимназии для обеспечения психологически безопасной образовательной среды, повышения результативности предупреждения и раннего выявления травли (буллинга); - Содействие социализации детей и подростков.
Задачи Программы	• Координация совместной деятельности классных руководителей, педагогов- предметников, социального педагога, педагога-психолога, родителей (законных представителей) по профилактике буллинга, кибербуллинга, агрессии, жестокости в школьной среде; • Формирование у участников образовательных отношений (обучающиеся, педагоги, родители (законные представители)) нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся; • Развитие личностных качеств, препятствующих проявлению буллинга у обучающихся (саморегуляция, эмоциональная уравновешенность, уверенность в себе, критичность, ответственность, эмпатия и др.); • Обучение учащихся различным формам противостояния агрессии и буллингу в среде сверстников; • Предоставление психологической помощи участникам образовательного процесса в кризисных ситуациях, связанных с насилием и буллингом; • Формирование адекватного представления об агрессии и буллинге и способах противостояния им у всех участников образовательных отношений (обучающиеся, педагоги, родители (законные представители)); • Повышение уровня образованности и компетентности родителей, информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях, связанных с травлей (буллингом) среди детей и подростков.
Целевая аудитория	Учащиеся 1-11класса, родители (законные представители) обучающихся, педагоги МОУ гимназии №15
Сроки реализации Программы	2023 – 2028 г.
Ожидаемые конечные результаты	• сформированность комплексной психолого-педагогической системы в гимназии для обеспечения психологически безопасной образовательной среды, профилактики буллинга, кибербуллинга, агрессии, жестокости; повышения результативности предупреждения и раннего выявления

	травли (буллинга); • сформированность у участников образовательных отношений (обучающиеся, педагоги, родители (законные представители)) нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся; • сформированность у обучающихся личностных качеств, препятствующих проявлению буллинга (саморегуляции, эмоциональной уравновешенности, уверенности в себе, критичности, ответственности, эмпатии и др.); • сформированность системы обучения учащихся различным формам противостояния агрессии и буллингу в среде сверстников; • созданы условия для предоставления психологической помощи участникам образовательного процесса в кризисных ситуациях, связанных с насилием и буллингом; • сформированность у всех участников образовательных отношений (обучающиеся, педагоги, родители (законные представители)) адекватного представления об агрессии и буллинге и способах противостояния им; • повышение уровня образованности и компетентности родителей, информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях, связанных с травлей (буллингом) среди детей и подростков; • создание условий для содействия в социализации обучающимся гимназии; • информационное и методическое взаимодействие всех участников образовательных отношений, направленное на профилактику травли (буллинга); • практическая помощь обучающимся и родителям (законным представителям) при возникновении проблемных ситуаций, связанных с профилактикой травли (буллинга); • ознакомление родителей навыкам социально-поддерживающего и развивающего поведения в семье и во взаимоотношении с ребѐнком (подростком).
Контроль реализации Программы	Контроль реализации Программы осуществляет Педагогический совет. Координатором программы является Координационный совет и его председатель- социальный педагог.

1.Пояснительная записка

Программа профилактики буллинга, кибербуллинга, агрессии, жестокого обращения среди обучающихся «Мы такие какие мы есть» 2023 – 2028 учебный год (далее - Программа) разработана инициативной группой муниципального общеобразовательного учреждения «гимназия №15 Советского района Волгограда» (далее - МОУ гимназия №15, гимназия): Проскуриной Е.В.– социальным- педагогом, Гологановой Л.Г., методистом, Комиссаровой И.Ю., уполномоченным по правам детей в гимназии, Труновой А.В., советником директора по воспитанию и связям с детскими общественными объединениями, Костиной О.Ю., руководителем методического объединения классных руководителей, - и представляет собой описание комплексной системы деятельности коллектива гимназии в процессе решения проблем, связанных с отклоняющимся поведением- буллингом.

Актуальность разработки Программы.

Травля детей сверстниками («буллинг») – одна из наиболее распространенных проблем в образовательных организациях и детских коллективах, которая существенно увеличивает риск суицида среди подростков, приводит к эскалации агрессии и насилия в группе и в учреждении, снижению успеваемости, эмоциональным и невротическим проблемам.

В настоящее время проблеме исследования и профилактике буллинга уделяется большое внимание. И потому вопрос предупреждения ситуаций насилия в системе образования очень актуален, как во всем мире, так и в России. По данным ООН насилию в образовательной организации подвергается каждый десятый школьник в мире, и этот показатель ежегодно растет. При этом 40 % пострадавших детей никому об этом не рассказывали. Каждый третий школьник в промышленно развитых странах признает, что сам неоднократно участвовал в травле своих сверстников. Девять из десяти детей считают, что травля — это большая проблема, две трети сами подвергались издевательствам. При этом лишь треть рассказали об этом друзьям или родителям, поскольку считают это явление «неизбежным злом. В России ежегодно в среднем до 30% молодых людей в возрасте от 14 до 24 лет подвергаются насилию в той или иной форме. В группу повышенного риска по частоте буллинга попадают дети 11 -12 лет: 28% детей этого возраста, по меньшей мере, один раз подвергались обидам и унижениям за последние 12 месяцев. В России субъектов буллинга (обидчиков) в 2 раза больше, чем в среднем по европейским странам. Примерно пятая часть всех случаев насилия в отношении подростков и молодых людей совершается в системе образования. Поэтому вопросы, связанные с предупреждением этого явления, очень актуальны как в Российской Федерации, так и во всем мире. Профилактика и пресечение случаев травли в школьном коллективе являются одной из первостепенных задач, поскольку буллинг может привести к серьезным негативным последствиям. Значительно осложняет профилактическую работу то, что травля имеет не только систематический, но и зачастую скрытый характер, что требует от педагогов специальной подготовки для ее выявления.

В связи со сложившейся ситуацией на образовательные организации ложится ответственность за проработку и устранения проблемы буллинга. Это позволит сохранить психологическое здоровье учащихся и создание комфортной развивающей образовательной среды, обеспечивающей высокое качество образования, духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся. Данные мероприятия гарантируют охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся.

В современных условиях педагоги и психологи все чаще обращаются к вопросам толерантности и противостояния агрессии. Особенную актуальность эти вопросы приобретают в подростковом возрасте в силу его изначальной кризисности, отсутствия стабильности и чувства защищенности. Крайне актуальным становится вопрос о психологической безопасности образовательной среды и профилактики негативных явления.

Особую тревогу вызывают последствия травли: это не только психические и физические травмы, но и самоубийства, и их попытки. Так, по результатам анализа материалов уголовных дел о преступлениях, совершенных посредством доведения лица до самоубийства или до покушения на самоубийство, проведенного в 2020 г., поводами к совершению самоубийства или к попытке его совершения стали действия, связанные с травлей (буллингом) потерпевшего, совершенные в подростковой среде.

Даже если травля не носит физического характера, человек, подвергающийся буллингу, может на всю жизнь получить эмоциональную травму из-за пережитого. Буллинг в школе

вносит вклад в повышение рисков самоповреждающего и суицидального поведения, психосоматических проблем, употребления психоактивных веществ, криминализации, причем многое касается не только тех, кто оказывался в роли жертвы буллинга, но и тех, кто играл роль агрессивной жертвы или агрессора в буллинг-ситуациях. Вовлеченность в ситуацию буллинга негативно отражается в перспективе на физическом и психическом здоровье, реализуемой образовательной траектории и вовлеченности в учебу, дружеских и супружеских отношениях, успешности трудоустройства, финансовом благополучии выросших школьников. Спектр негативных последствий буллинга чрезвычайно широк и учитывается при проектировании данной антибуллинговой программы.

Данная Программа разработана для повышения результативности предупреждения и раннего выявления травли (буллинга), содействия социализации детей и подростков и призвана помочь педагогам, психологам гимназии в решении специфичных проблем, связанных с распространением случаев травли (буллинга) среди детей и подростков. Большое внимание при реализации Программы будет уделяться профилактике буллинга, как деструктивного явления.

Основания для разработки программы

- Конституция Российской Федерации;
- Конвенция о правах ребенка;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Устав МОУ гимназии №15.

Цели создания Программы

- профилактика буллинга, кибербуллинга, агрессии, жестокости в школьной среде;
- **с**оздание комплексной психолого-педагогической системы в гимназии для обеспечения психологически безопасной образовательной среды, повышения результативности предупреждения и раннего выявления травли (буллинга);
- содействие социализации детей и подростков.

Задачи Программы:

- координация совместной деятельности классных руководителей, педагогов- предметников, социального педагога, педагога-психолога, родителей (законных представителей) по профилактике буллинга, кибербуллинга, агрессии, жестокости в школьной среде;
- формирование у участников образовательных отношений (обучающиеся, педагоги, родители (законные представители)) нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся;
- развитие личностных качеств, препятствующих проявлению буллинга у обучающихся (саморегуляция, эмоциональная уравновешенность, уверенность в себе, критичность, ответственность, эмпатия и др.);
- обучение учащихся различным формам противостояния агрессии и буллингу в среде сверстников;
- предоставление психологической помощи участникам образовательного процесса в кризисных ситуациях, связанных с насилием и буллингом;
- формирование адекватного представления об агрессии и буллинге и способах противостояния им у всех участников образовательных отношений (обучающиеся, педагоги, родители (законные представители));
- повышение уровня образованности и компетентности родителей, информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях, связанных с травлей (буллингом) среди детей и подростков.

Целевая аудитория.

Учащиеся 1-11класса, родители (законные представители) обучающихся, педагоги МОУ гимназии №15

Исполнители Программы: педагог-психолог, социальный педагог, методисты, классные руководители, учителя-предметники, советник директора по воспитанию и связям с общественными объединениями, родители (законные представители) обучающихся, специалисты служб системы профилактики (в рамках межведомственного взаимодействия)

Сроки реализации Программы: 2023-2028г.

Место реализации Программы: Программа реализуется на базе муниципального общеобразовательного учреждения «Гимназия №15 Советского района Волгограда»

Финансово – экономическое обоснование Программы: финансово-экономических

затрат для реализации Программы не требуется.

2.Правовое обеспечение работы по профилактике буллинга.

Профилактическая работа в сфере травли (буллинга) и социализации детей и подростков регламентируется рядом нормативно-правовых актов. В ходе реализации Программы будет осуществляться ознакомление участников образовательных отношений с нормативно - правовым обеспечением работы по профилактике буллинга, правовыми нормами, которые при определенных условиях можно применить к отдельным деяниям, составляющим травлю (буллинг), или к ее последствиям.

Основной закон государства **— Конституция Российской Федерации в главе 2** закрепляет равенство прав и свобод граждан вне зависимости от таких признаков, как пол, раса, национальность, религия и т. д., и запрещает любые формы дискриминации граждан, а также создание организаций, деятельность которых направлена на свержение конституционного строя, подрыв территориальной целостности и разжигание розни. Никто не должен подвергаться пыткам или жестоким, бесчеловечным или унижающим достоинство видам обращения или наказания.

Цель профилактической работы — это предотвращение распространения травли (буллинга) детей и унижающего чести и достоинства воздействия на них. **Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ** указывает на то, что ни один ребенок не должен подвергаться пыткам, жестокому, бесчеловечному или унижающему достоинство обращению или наказанию. В ходе обучающей и воспитательной деятельности, осуществляемой в семье или в любом образовательном учреждении, не могут быть ущемлены права ребенка.

В Федеральном законе «**О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»** содержится запрет на распространение информации, побуждающей детей к совершению действий, представляющих угрозу их жизни и здоровью, либо жизни и здоровью иных лиц, либо направленной на склонение или иное вовлечение детей в совершение таких действий.

Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» закрепляет понятие «воспитание» как деятельность, направленную на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Это определение содержит внутреннюю логику организации управленческой деятельности в сфере воспитания и акцентирует следующие аспекты:

- деятельность, направленная на развитие личности;
- создание условий для самоопределения и социализации обучающегося;
- социокультурные, духовно-нравственные ценности и принятые в обществе правила и нормы поведения;
- интересы человека, семьи, общества и государства.

Каждый из этих аспектов находит свое отражение в статьях Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и конкретизируется в его отдельных положениях:

Так, ст. 12—13 и 15—19 позволяют сформировать представление о воспитательном потенциале образовательного процесса, представленного в его содержании, формах реализации, образовательных технологиях на основе сетевого взаимодействия, электронного и дистанционного обучения как необходимых условий организации деятельности, направленной на личностное развитие детей и подростков.

Особое место в Федеральном законе от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ отводится роли социокультурных и духовно-нравственных ценностей. Так, в ст. 14 «Язык образования» закрепляется норма получения образования на «государственном языке Российской Федерации,

а также выбор языка обучения и воспитания в пределах возможностей, предоставляемых системой образования». Часть 4 этой статьи обращает внимание на право получения дошкольного, начального общего и основного общего образования на родном языке из числа языков народов Российской Федерации, а также на право изучения родного языка из числа языков народов Российской Федерации в пределах возможностей, предоставляемых системой образования, в порядке, установленном законодательством об образовании. Это особенно ценно в нашей многонациональной стране для сохранения и укрепления культурных традиций, национального самосознания и самобытности народов и национальностей по всей территории Российской Федерации. Это одно из условий взаимного уважения и развития связей и дружеских отношений между народами России.

На формирование уважительного отношения к духовным ценностям и культурным традициям также направлена ст. 87 «Особенности изучения основ духовно-нравственной культуры народов Российской Федерации». Также большее значение в деле профилактики травли (буллинга) и социализации детей имеет **Федеральный закон от 23.06.2016 г. № ФЗ-182 «Об основах системы профилактики правонарушений»**. В нем устанавливается фундамент профилактической работы, нацеленной на предотвращение правонарушений и антиобщественного поведения, а также основные направления (в том числе противодействие терроризму и экстремизму) и формы профилактической работы (от бесед до социальной адаптации).

В данном законе определено понятие профилактики правонарушений (ст. 2) как совокупности мер социального, правового, организационного, информационного и иного характера, направленных на выявление и устранение причин и условий, способствующих совершению правонарушений, а также на оказание воспитательного воздействия на лиц в целях недопущения совершения правонарушений или антиобщественного поведения.

Кроме того, закреплены принципы, на которых должна строиться и осуществляться профилактическая деятельность (ст. 4); указаны виды профилактики (ст. 15) — общей и индивидуальной; основные направления профилактики правонарушений (ст. 6); формы профилактического воздействия. В ст. 17 указанного закона указаны такие формы, как правовое просвещение и правовое информирование, профилактическая беседа, официальное предостережение, профилактический учет и надзор; социальная адаптация, ресоциализация, социальная реабилитация, помощь лицам, пострадавшим от правонарушений или подверженным риску стать таковыми. Следует отметить также и то, что в законе введено понятие мониторинга в сфере профилактики правонарушений, под которым понимается система наблюдений за состоянием профилактики правонарушений, анализ и прогнозирование причин и условий, способствующих совершению правонарушений, а также оценка эффективности деятельности субъектов профилактики правонарушений (ст. 2).

Приказ Минобрнауки России от 31.05.2021 г. (№ 287) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» содержит требования по формированию коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности. В этом приказе предусмотрено:

- освоение всеми обучающимися базовых навыков (в том числе когнитивных, социальных, эмоциональных), компетенций;
- уважение личности обучающегося, развитие в детской среде ответственности, сотрудничества и уважения к другим и самому себе;
- личностное развитие обучающихся, в том числе гражданское, патриотическое, духовно-нравственное, эстетическое, физическое, трудовое, экологическое воспитание, ценность научного познания;
- применение обучающимися технологий совместной/коллективной работы на основе осознания личной ответственности и объективной оценки личного вклада каждого в решение общих задач.

В основе ФГОС лежат представления об уникальности личности и индивидуальных

возможностях каждого обучающегося и ученического сообщества в целом.

В законодательстве РФ не предусмотрено юридической ответственности непосредственно за травлю (буллинг). Однако в гражданском (Гражданский кодекс Российской Федерации. ч. 2.), административном (Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях от 30.12.2001 г. № 195-ФЗ) и уголовном законодательстве (Уголовный кодекс Российской Федерации от 13.06.1996 г. № 63-ФЗ) есть соответствующие правовые нормы, которые при определенных условиях можно применить к отдельным деяниям, составляющим травлю (буллинг), или к ее последствиям.

Так, в ст. 1074 Гражданского кодекса Российской Федерации закреплено, что с 14 лет несовершеннолетний может быть привлечен к гражданско-правовой ответственности на общих основаниях, а в случае недостаточности денежных средств — совместно с родителями. Гражданско-правовая ответственность может наступить за причинение морального вреда (физические или нравственные страдания) — ст. 151 ГК РФ. Кроме того, гражданин вправе требовать по суду опровержения порочащих его честь, достоинство или деловую репутацию сведений, если распространивший не докажет, что они соответствуют действительности, — ст. 152 ГК РФ.

В соответствии с Кодексом Российской Федерации об административных правонарушениях административная ответственность за деяния, составляющие травлю (буллинг), может наступить в соответствии со следующими нормами:

— ст. 5.61 КоАП РФ: «Оскорбление, то есть унижение чести и достоинства другого лица, выраженное в неприличной или иной противоречащей общепринятым нормам морали и нравственности форме». Наказание — наложение административного штрафа на граждан в размере от трех тысяч до пяти тысяч рублей;

ст. 6.1.1 КоАП РФ: «Нанесение побоев или совершение иных насильственных действий, причинивших физическую боль, но не повлекших последствий, указанных в статье 115 Уголовного кодекса Российской Федерации, если эти действия не содержат уголовно наказуемого деяния, влечет наложение административного штрафа в размере от пяти тысяч до тридцати тысяч рублей, либо административный арест на срок от десяти до пятнадцати суток, либо обязательные работы на срок от шестидесяти до ста двадцати часов».

Также предусмотрена административная ответственность, возлагаемая на родителей и законных представителей:

— ч. 1 ст. 5.35 КоАП РФ — за неисполнение родителями или иными законными представителями несовершеннолетних обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних.

Целый ряд признаков буллинга может охватываться положениями нескольких статей Уголовного Кодекса РФ: в соответствии с ч. 1 ст. 20 УК РФ уголовной ответственности подлежит лицо, достигшее ко времени совершения преступления 16-летнего, а в отдельных случаях — 14-летнего возраста.

Зачинщиков травли (буллинга) можно привлечь к ответственности за действия, входящие в травлю: оскорбление, нанесение побоев, угрозы и т. д.: ч. 1 ст. 111 УК РФ «Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью»; ч. 1 ст. 112 УК РФ «Умышленное причинение средней тяжести вреда здоровью»; ч. 1 ст. 115 УК РФ «Умышленное причинение легкого вреда здоровью»; ст. 116 УК РФ «По- бои»; ч. 1 ст. 117 УК РФ «Истязание»; ч. 1 и ч. 2 ст. 128.1 УК РФ «Клевета»; ч. 1 ст. 167 УК РФ «Умышленные уничтожение или повреждение имущества».

В ст. 137 Уголовного кодекса РФ содержится запрет на незаконное собирание или распространение сведений о частной жизни лица, составляющих его личную или семейную тайну, ст. 119 УК РФ предусматривает уголовную ответственность за угрозу убийством или причинением тяжкого вреда здоровью.

3.Содержание основных понятий, используемых в Программе и при ее реализации.

В данной Программе и при ее реализации используются следующие термины и понятия.

Агрессор (буллер) — человек с лидерскими качествами, не склонен к анализу своих поступков, но обладает высоким эмоциональным интеллектом, харизмой, способен к манипулированию, не имеет социального навыка нести ответственность за свои поступки, активен, достаточно позитивно относится к себе, не принимает ответственности за свои поступки,

приписывает результаты своих действий внешним обстоятельствам.

Активные защитники — авторитетные представители группы, обладающие лидерскими качествами, у них развитая система ценностей и высокий эмоциональный интеллект, способны противостоять травле, защищать преследуемых, редко становятся агрессорами и никогда — жертвами, без опасений неодобрения они могут даже привлечь к разрешению ситуации взрослых или старших сверстников.

Бодишейминг — публичное осуждение людей за недостатки их внешности, такие как вес, фигура, размер бедер и т. д.; дискриминация тех, кто не вписывается в общепринятые стандарты красоты.

Буллинг (от англ. bully — хулиган, драчун, насильник) — повторяющиеся акты различных видов насилия и издевательств со стороны одного лица или группы лиц в отношении индивида, который не может себя защитить. Сознательно планируемое продолжающееся во времени физическое и (или) психологическое насилие, прекращение которого требует вмешательства третьих лиц — директора, учителей, других работников школы, учеников, родителей, а иногда и представителей правоохранительных органов.

Внешний буллинг (внешкольный) — буллинг, при котором субъект буллинга — лицо, не обучающееся в одном образовательном учреждении с объектом буллинга. Так, объект буллинга может быть подвергнут травле со стороны лиц, имеющих отношение к месту проживания жертвы (соседи, дети со двора и др.). *Буллинг со стороны родителей/законных представителей* — разновидность внешнего (внешкольного) буллинга. Домашняя травля не менее опасна для ребенка, чем буллинг со стороны сверстников. Домашний буллинг также может быть дифференцирован как физический (избиения, пинки, толчки и др.) и психологический (обесценивание, игнорирование, агрессия (в том числе и вербальная)), наиболее частотны случаи смешения физического и психологического видов буллинга.

Жертва травли — человек, отличный по каким-либо признакам: росту, внешнему виду, национальности, отличник и др. Есть и другая категория жертвы — капризные, плаксы, выскочки, обычно по характеру — тревожные, со слабой самооценкой, испытывающие трудности в общении, не способные разрешить проблемную ситуацию.

Интернет-травля — действия, выражающиеся в намеренном оскорблении, угрозах, сообщениях другим, компрометирующих жертву с помощью современных средств коммуникации (электронной почты, социальных сетей, различных мессенджеров, блогах, стримовых сообщений и т. д.). Иногда это может более «изощренный» способ — создание фальшивой страницы или аккаунта, веб-страницы в социальных сетях с целью преследования, оскорбления других лиц от имени жертвы. Основная опасность Интернет-травли — это анонимность, сложность с выявлением подобных действий агрессора.

Интернет-травля может осуществляться также через показ и отправление резких, грубых или жестоких текстовых сообщений, передразнивание жертвы в режиме онлайн, размещение в открытом доступе личной информации, фото или видео с целью причинения вреда или смущения жертвы. Интернет-травля отличается от других видов насилия тем, что позволяет обидчику сохранить анонимность и вероятность быть непойманным Отличительной чертой интернет-травли является то, что она всегда носит психологический/социальный характер.

В последнее время к формам психологического давления, присущего традиционной травле, добавились возможности всемирной паутины — *кибермоббинг и кибербуллинг.*

Кибермоббинг и кибербуллинг – интернет-травля — это намеренные оскорбления, угрозы, сообщение другим компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации: компьютеров, мобильных телефонов, электронной почты, Интернета, социальных сетей, блогов, чатов и т.д.

Кибersталкинг — использование электронных средств для преследования жертвы через повторяющиеся сообщения, вызывающие тревогу и раздражение.

*Моббинг (*англ. mob — толпа) — форма психологического насилия в виде массовой травли человека в коллективе.

Прессинг (аппрессия) — жесткое, силовое или морально-психологическое давление с целью деморализовать жертву.

Потенциальные защитники — это лица, которые пассивно не одобряют травлю, но из страха оказаться на месте жертвы бездействуют, они понимают, что чувствует жертва, и склонны поддерживать ее на начальных стадиях, если поблизости нет преследователя, могут переходить в

ранг «вторичных» жертв или активных защитников).

Последователи агрессора (буллера) — это подражатели, помощники, которые применяют в травле прямую агрессию (вербальную, психологическую), равняются на лидера, удовлетворяя тем самым его жажду в насилии.

Равнодушные — это никак не оценивающие ситуацию, встречаются редко.

Сталкинг (от англ. stalking — преследование) — нежелательное навязчивое внимание к одному человеку со стороны другого человека или группы людей.

Травля — агрессивное преследование одного из членов коллектива (особенно коллектива школьников и студентов, но также и коллег) со стороны другого члена коллектива.

Троллинг — форма социальной провокации или издевательства в сетевом общении, использующаяся как персонифицированными участниками, заинтересованными в большей узнаваемости, публичности, эпатаже, так и анонимными пользователями без возможности их идентификации до секстинга.

Секстинг — случаи последовательного «выманивания» у ребенка интимных фотографий посредством различных манипуляций (в том числе угроз, запугиваний), а при получении данных фотографий — шантажирования распространением среди знакомых/друзей/родителей ребенка.

Флейминг — агрессивное речевое взаимодействие, смысл которого состоит исключительно в развитии агрессивного, оскорбляющего диалога и полилога, часто является результатом троллллинга.

Психологический буллинг, который имеет несколько подвидов:

• *вербальный буллинг* – 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;

• *невербальный буллинг* – 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 унизительными 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.

Школьная травля — систематическое психологическое или физическое агрессивное поведение группы лиц, являющихся участниками образовательного процесса, в отношении одного или нескольких лиц.

4.Теоретическое обоснование для реализации Программы.

Травля, или буллинг, — это преднамеренное систематически повторяющееся агрессивное поведение, включающее неравенство социальной власти или физической силы. В современном мире это явление начинает принимать новые формы, все чаще травля происходит в интернете — кибертравля (кибербуллинг).

Современным детям и подросткам, являющимся жертвами буллинга, сложнее противостоять ситуациям травли, что негативно сказывается на их психологическом состоянии и может иметь последствия во взрослой жизни.

Сегодня буллинг – это социальное явление, без которого не строится ни один детский коллектив. В любом классе, группе есть лидер, «середнячки» и «слабое звено» – тот, кто становится объектом насмешек. Если ребенок по каким-то причинам выпадает из общей массы, рядом обязательно найдется тот, кто захочет самоутвердиться за его счет. В детском коллективе

буллинг зачастую является результатом незанятости детей.

Предпосылками буллинга являются:

• зависть, желание унизить жертву ради удовлетворения своих амбиций, для развлечения, самоутверждения;

• желание подчинить, контролировать кого-то;

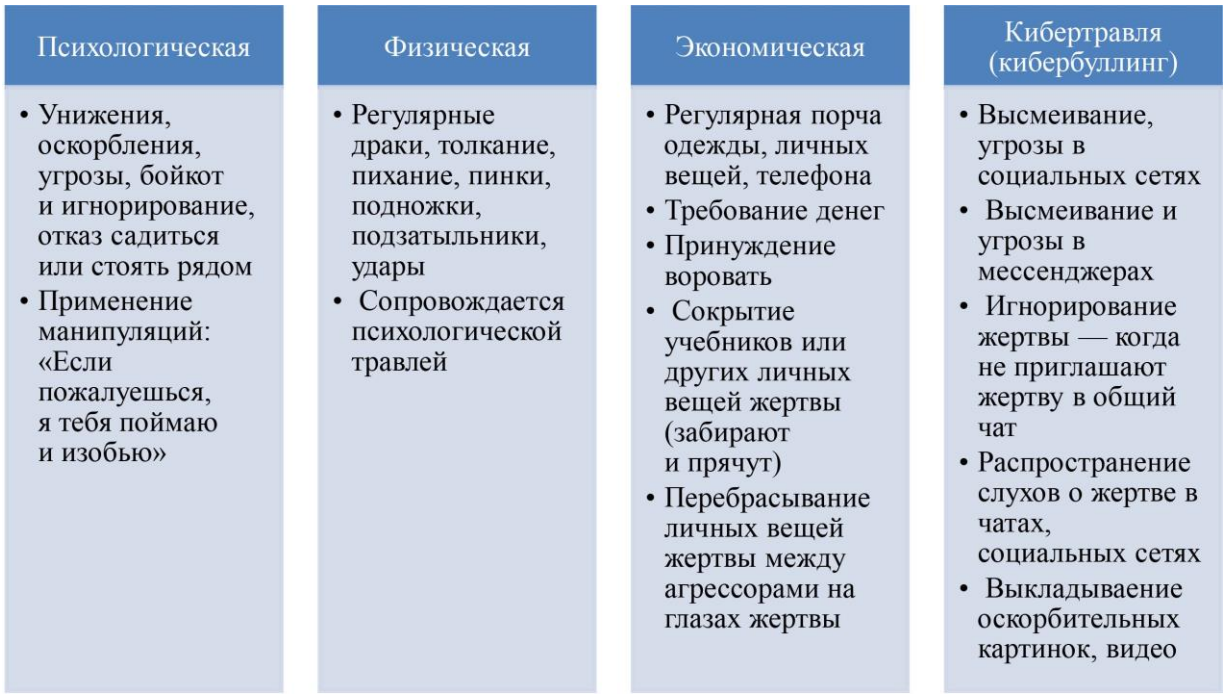
• виктимность жертвы (особенности личности и поведения индивида, навлекающие на него агрессию со стороны других людей, такие как покорность, внушаемость, неумение постоять за себя, неосторожность, доверчивость, легкомыслие, недифференцированная общительность, а также психические расстройства).

Последствия буллинга могут быть различными: от не успешности в учебной деятельности и в жизни до самоубийства жертвы.

Кроме того, буллинг зачастую это скрытый процесс и для его предотвращения, разрешения конфликта и устранения последствий необходимо слаженное взаимодействие окружения ребенка и всех вовлеченных в образовательную деятельность лиц.

Как правило, школьная травля (буллинг) может осуществляться в четырех формах, представленных на рисунке «Формы травли (буллинга)»

Зачастую эти формы реализуются в различных комбинациях.



В связи с тем что травля (буллинг) — очень разнородное понятие, ее диагностика является достаточно сложной.

При возникновении травли в детском (подростковом) коллективе образуется буллинг-структура. На рисунке представлены участники травли.

Роли участников ситуации травли (буллинга) не жестко закреплены и способны меняться от ситуации к ситуации и от сообщества к сообществу. Однако исследователи часто говорят о том, что существуют внутренние предпосылки, которые способствуют тому, что ребенок наиболее активно осваивает определенную из этих ролей. Участники буллинга часто обладают характерными личностными и поведенческими чертами.

На жертву влияют абсолютно все участники травли, даже равнодушные. Жертва понимает, что они все видят, но проявляют безразличие и не приходят на помощь, аналогично со всеми участниками травли.

Жертвы травли, как правило, чувствительны, тревожны, склонны к слезам, слабы физически, у них низкая самооценка, мало друзей, и они предпочитают проводить время со взрослыми. Типичная жертва травли — замкнутый ребенок с поведенческими нарушениями, негативными убеждениями о самом себе и социальными сложностями. Эти особенности могут быть как следствиями травли, так и ее предпосылками — «сигналами» другим детям о том, что ребенка легко сделать жертвой. В группу риска оказаться в ситуации жертвы попадают дети с трудностями в обучении, синдромом дефицита внимания и гиперактивности, расстройствами аутистического спектра, диабетом, эпилепсией, дети с нарушением веса и другими нарушениями и хроническими заболеваниями, особенно влияющими на внешность. Вероятные сопряженные риски: дети, оказавшиеся жертвами травли, испытывают сложности со здоровьем и успеваемостью, в три раза чаще по сравнению со сверстниками имеют симптомы тревожно-депрессивных расстройств, апатию, головные боли и энурез и совершают попытки суицида. Они склонны представлять мир полным опасностей, а себя неспособными повлиять на происходящее.

Агрессор (буллер), или преследователь.

У агрессоров (преследователей) отмечается готовность применять насилие для самоутверждения и импульсивность; они легко испытывают фрустрацию, с трудом соблюдают правила, демонстрируют грубость и отсутствие сострадания к жертвам, агрессивны со взрослыми. Хотя эти дети могут казаться одиночками с дефицитом социальных навыков, это не так: они менее депрессивны, одиноки и тревожны, чем их сверстники, и часто имеют среди них высокий социальный статус и хотя бы маленькую группу сообщников. Они хорошо распознают чужие эмоции и психические состояния и успешно манипулируют детьми. Основными мотивами травли (буллинга) служат потребность во власти, удовлетворение от причинения вреда другим и вознаграждение — материальное (деньги, сигареты, другие вещи, отбираемые у жертвы) или психологическое (престиж, социальный статус и т. п.). Вероятные сопряженные риски: низкая успевае-мость и прогулы, драки, воровство, вандализм, хранение оружия, употребление психоактивных веществ. Как правило, они не имеет социального навыка нести ответственность

за свои поступки.

Последователи агрессора (буллера) — подражатели, помощники, которые применяют в травле прямую агрессию (вербальную, психологическую), равняются на лидера, удовлетворяя тем самым его жажду в насилии.

Одобряющие (могут быть активными и пассивными) — обязательно присутствуют при травле жертвы: снимают происходящее на камеру телефона, хлопают в ладоши, то есть демонстрируют заинтересованность в продолжении, они не так сильны духом, чтобы участвовать в травле.

Равнодушные — это никак не оценивающие ситуацию дети, встречаются редко.

Активные защитники — это могут быть авторитетные представители группы, обладающие лидерскими качествами, у них развитая система ценностей и высокий эмоциональный интеллект, способны противостоять травле, защищать преследуемых, они редко становятся агрессорами и никогда — жертвами, без опасений неодобрения они могут даже привлечь к разрешению ситуации взрослых или старших сверстников.

Потенциальные защитники — пассивно не одобряют травлю, но из страха оказаться на месте жертвы бездействуют, они понимают, что чувствует жертва, и склонны поддерживать ее на начальных стадиях, если поблизости нет преследователя, могут переходить в ранг «вторичных» жертв или активных защитников.

Свидетели — их позицию занимает большинство участников ситуаций травли (буллинга). Практически все дети (но чем старше, тем реже) сообщают о чувстве жалости к жертве, но меньше половины пытаются ей помочь, хотя реакция свидетелей чрезвычайно важна для происходящего: присоединение к травле и даже малейшее ее одобрение (улыбка и т. п.) свидетелей служит вознаграждением для преследователей, а сопротивление или принятие стороны жертвы удерживают от дальнейшего насилия. Свидетели травли ощущают небезопасность среды, переживают страх, беспомощность, стыд за свое бездействие и в то же время — желание присоединиться к агрессору. Если травля не прекращается, у свидетелей слабеет способность к эмпатии.

Основной способ выявления травли (буллинга) — наблюдение со стороны педагогов и родителей (законных представителей) за поведением учеников. Успешнее всего сотрудниками образовательных учреждений выявляется внутренняя физическая травля (буллинг), так как она имеет конкретное выражение (в случае физической травли (буллинга) на объекте травли могут появляться синяки, ссадины и др.).

Внутренняя психологическая травля (буллинг) также хорошо различима опытным педагогом, так как издевки со стороны субъектов травли в отношении жертвы в какой-то момент становятся обыденностью, а «типичное» агрессивное поведение может реализовываться даже на глазах учителя, в том числе и во время уроков.

В поведении жертв травли (буллинга) могут проявляться следующие черты:

— агрессивность ко взрослым и сверстникам;

— отстраненность от взрослых и сверстников;

— негативизм при обсуждении темы взаимоотношений со сверстниками;

— напряженность и страх при появлении ровесников;

— грусть, печаль и неустойчивое настроение в школе;

— необоснованная обидчивость и раздражительность;

— опоздания, нежелание или полный отказ посещать школу;

— пребывание в школе в одиночестве (на переменах сидит один за партой, не общается практически ни с кем из школьного коллектива);

— наблюдается снижение учебной мотивации и успеваемости;

— страдает психосоматическими заболеваниями, имеет постоянно плохое самочувствие, отмечаются частые головные боли и ряд других черт[1].

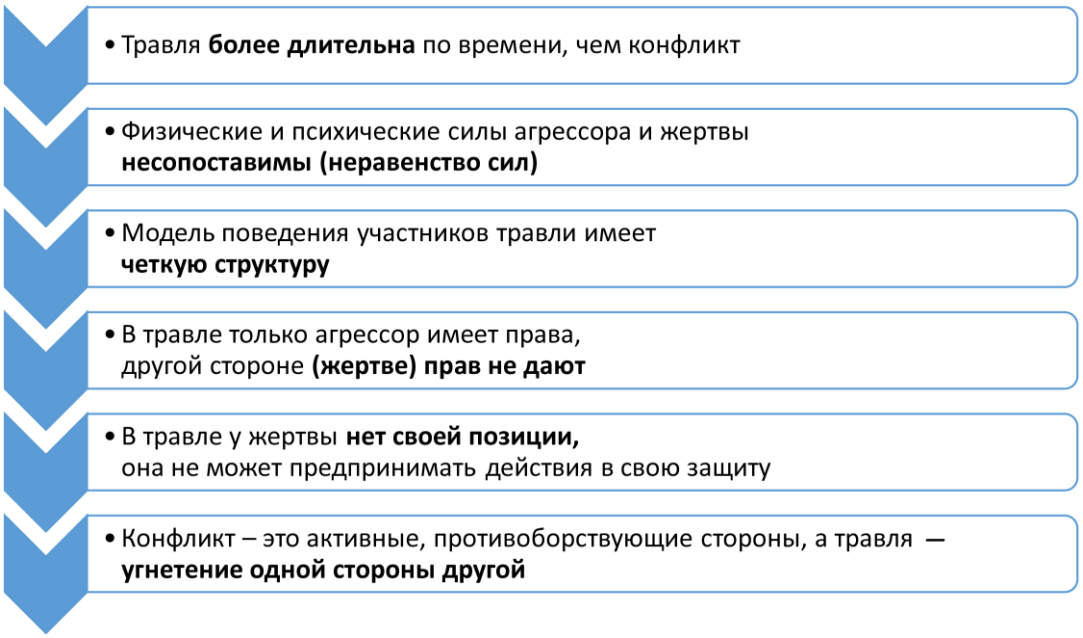
Данные черты не являются стопроцентными «индикаторами» травли (буллинга), однако могут стать своеобразными маркерами (особенно при сочетании нескольких признаков, а также в случае резкого изменения поведения ребенка). Сложность для диагностики представляет внешняя травля (буллинг) (в том числе домашний буллинг, а также внешний кибербуллинг).

Зачастую данные формы травли (буллинга) сопровождаются угрозами, направленными на объект травли, так, объект травли (буллинга) предупреждается о возможных неблагоприятных последствиях в случае распространения сведений о субъекте буллинга.

Ключевую роль при выявлении внешней травли (буллинга) со стороны третьих лиц играют родители/законные представители объекта травли, так как они могут распознать следующие признаки: появление подозрительных переписок в социальных сетях/мессенджерах, поведенческие изменения ребенка (скрытность, частое стремление уединиться, плаксивость и т. д.), появление странных фотографий, излишняя увлеченность телефоном, стремление спрятать телефон. При выявлении домашней травли (буллинга) помощь педагогу могут оказать друзья жертвы травли. Так, жертва травли (буллинга) может жаловаться друзьям на поведение родителей, друг объекта домашней травли (буллинга) может своими глазами, находясь в гостях у ребенка, видеть поведение родителей (представителей несовершеннолетнего). Также ярким внешним признаком домашней травли (буллинга) является нежелание ребенка идти домой (в связи с чем все свободное время он проводит у друзей/на улице /в кружках).

Признаки травли (буллинга), а также симптомы ребенка, подвергающегося травле, представлены в **Приложении №1** к настоящей Программе

В работе по профилактике буллинга педагогическим работникам гимназии следует различать случаи травли от межличностных конфликтов, которые могут иметь место в школьном коллективе. Основные отличия представлены на рисунке:



5. Механизмы реализации Программы

5.1.Виды и формы профилактических мероприятий по предупреждению травли (буллинга) в гимназии

Профилактическая работа по предупреждению травли (буллинга) в гимназии заключается в исполнении комплекса мероприятий для обучающихся, которые направлены на стабилизацию и гармонизацию межличностных отношений, формирование культуры продуктивного взаимодействия внутри учебного коллектива.

Основной целью профилактических мероприятий ситуаций травли (буллинга) гимназии является создание безопасной образовательной среды и минимизация внешних и внутренних факторов возникновения и распространения травли с целью оптимизации межличностных отношений и содействия успешной социализации каждого ребенка, а также правового просвещения обучающихся, родителей (законных представителей), что позволит устранить психотравмирующую и социально опасную ситуацию, связанную с травлей (буллингом) в детских коллективах; изменить представление ребенка (подростка) о самом себе и об отношениях с окружающими.

Объединение профилактических мероприятий в единую систему позволит создать в образовательной организации безопасное психологическое пространство. В основном меры сводятся к формированию определенных установок у каждого отдельного ученика, а также введению правил и норм, направленных против буллинга.

Основное требование к организации профилактической работы — это повышение осведомленности и вовлеченности в профилактику всех участников образовательных отношений. Эффективность профилактики травли (буллинга) зависит от того, насколько она носит системный характер.

Профилактика буллинга в гимназии реализуется на следующих *уровнях*:

— общешкольном;

— групповом;

— личностном.

На общешкольном уровне профилактика возникновения травли (буллинга) должна быть реализована через

- механизмы создания благоприятной и безопасной среды для развития и социализации обучающихся;
- оценки уровня психологического комфорта и безопасности среды образовательного учреждения;
- эффективной работы педагога-психолога, опирающегося в своей деятельности на восстановительные и здоровьесберегающие технологии;
- повышения компетентности педагогов и сотрудников образовательных учреждений, курирующих воспитательную работу с детьми и молодежью в вопросах профилактики травли (буллинга) и сплочения коллективов;
- обеспечения незамедлительного вмешательства сотрудников образовательного учреждения в ситуацию травли (буллинга).

На групповом уровне реализуются следующие направления профилактики:

- проведение тренинговых занятий, открытых лекций, вебинаров и кураторских часов с обучающимися с целью наиболее комфортной и эффективной социализации и интеграции в образовательную среду, направленных на формирование навыков эффективного взаимодействия, позволяющих проявлять активную жизненную позицию;
- реализация профилактических программ, направленных на снижение и устранение проявлений травли (буллинга).

На личностном уровне реализуются следующие направления профилактики:

- психокоррекционная работа с обучающимся, имеющими агрессивные, насильственные и асоциальные проявления;
- психокоррекционная работа с обучающимися, проявляющими виктимное поведение.

Социализация — это двуединый процесс: с одной стороны, это внешнее для человека влияние на него со стороны общества его социальных институтов и общественной атмосферы, нравственных норм и культурных ценностей, образа жизни людей; с другой –внутреннее, личностное освоение каждым человеком такого влияния в процессе социального становления.

В соответствии с поставленной целью основными направлениями по профилактике травли (буллинга) и социализации детей и подростков в гимназии выступают:

- диагностическое;
- информационно-просветительское;
- профилактическое;
- коррекционно-развивающее;
- консультативное;
- методическое.

5.2.Основные направления деятельности педагогов по профилактике травли (буллинга) и социализации детей и подростков в гимназии

Диагностическое

Задача	Сбор и анализ информации об опыте, осведомленности о феномене травли (буллинга), об обучающихся; наблюдение за поведением учеников; психологическое тестирование
Содержание	Диагностика межличностных отношений в целях выявления социального статуса и иерархической позиции обучающихся внутри группы. Выявление дисфункциональных отношений в группе, характеризующихся возникновением ситуативных конфликтов активного и агрессивного характера, ситуаций непосредственной активной травли. Диагностика деформации индивидуально-психологических характеристик жертвы и инициатора травли (буллинга). Безопасность образовательной среды
Формы реализации	Опрос; анкетирование; применение формализованных психолого-педагогических методик диагностики
Коррекционно-развивающее	
Задача	Развитие и совершенствование у обучающихся навыков саморегуляции, самоконтроля; обучение конструктивным действиям в конфликтных ситуациях; развитие коммуникативных навыков (эффективная коммуникация), помощь в определении и постановке жизненных целей
Содержание	Организация курса внеклассной (внеурочной) деятельности, направленного на формирование и развитие ключевых компетенций личности для процесса социализации (коммуникабельность, рефлексия, эмпатия). Организация коррекционно-развивающих занятий для обучающихся, испытывающих трудности в адаптации. Содействие преодолению дезадаптивных периодов, преодоление последствий травли (буллинга) в жизни обучающихся посредством групповых коррекционно-развивающих занятий. Работа по сплочению классных коллективов, по оптимизации межличностных взаимо- отношений, развитию коммуникативных умений и навыков устойчивости, бесконфликтного общения, эмоционального интеллекта
Формы реализации	Методы активного социально-психологического обучения, тренинги, когнитивно-поведенческая коррекция, арт-терапевтические техники
Информационно-просветительское	
Задача	Психолого-педагогическое и правовое просвещение обу- чающихся. Информирование обучающихся о последствиях агрессивного поведения, об уголовной и административной ответственности. Информирование родителей об особенностях подросткового возраста, методах воспитания. Информирование педагогического состава об особенностях обучающихся, эффективных приемах взаимодействия, возможных отклонениях поведения
Содержание	Развитие уровня психологической грамотности субъектов образовательных отношений. Распространение и расширение представлений об агрессивном поведении и его последствиях, ответственности, возрастных особенностях, методах воспитания, эффективных приемах взаимодействия
Формы реализации	Лекции, родительские собрания, распространение ин- формационных материалов (буклетов, плакатов, социальная реклама)
Профилактическое	
Задача	Приобщение обучающихся к полезному досугу и здоровому образу жизни; гармонизация психологического климата среди обучающихся в образовательном процессе, развитие эмпатии

Содержание	Предотвращение возникновения тех или иных проблем у обучающихся, предупреждение травли (буллинга). Профилактика отклоняющегося поведения, предполагающая внедрение системы общих и специальных мероприятий на различных уровнях социальной организации: общегосударственном, правовом, общественном, педагогическом, социально-психологическом. Профилактика, направленная на устранение неблагоприятных факторов, вызывающих определенное явление, а также на повышение устойчивости личности к влиянию этих факторов. Профилактика, также направленная на предупреждение рецидивов у лиц с уже сформировавшимся девиантным поведением
Формы реализации	Индивидуальное консультирование родителей по во- просам детско-родительских отношений, формирование единого профилактического пространства в образовательной среде путем объединения усилий всех участников профилактического процесса для обеспечения ком-плексного системного воздействия на целевые группы профилактики. Мониторинг состояния организации профилактической деятельности в образовательной среде и оценка ее эффективности. Формирование социально значимых знаний, ценностных ориентаций, нравственных представлений и форм поведения у обучающихся. Мероприятия по психологической поддержке и развития позитивно ориентированных интересов, досуга и здоровья
Методическое	
Задача	Повышение уровня методического сопровождения деятельности педагогического состава
Содержание	Подбор и разработка наиболее эффективных методов психолого-педагогической диагностики, коррекции и развития. Подготовка материалов для просветительской деятельности (наглядные пособия, видеоролики, инфографика и др.). Повышение уровня собственной профессиональной компетентности
Формы реализации	Изучение психолого-педагогической литературы; обмен опытом посредством посещения методических объединений, конференций, круглых столов
Консультативное	
Задача	Оказание помощи и поддержки обучающимся, педагогам и родителям по вопросам организации психолого-педагогического сопровождения
Содержание	Консультирование обучающихся по вопросу развития не- обходимых качеств, навыков и социальных компетенций для успешной реализации социальной адаптации в целях гармонизации межличностных отношений. Консультирование педагогов и родителей по вопросу де- задаптации и отклонений в процессе социализации
Формы реализации	Индивидуальные и групповые консультации

5.3.Основные группы методов профилактики буллинга в гимназии:

1) методы, ориентированные на конкретных детей и подростков;
2) методы, ориентированные на отношения в семье;
3) методы, ориентированные на ближайшее окружение ребѐнка (микросоциум).

5.4.В гимназии применяются 3 вида профилактики буллинга:

Первичная профилактика реализуется по 3 направлениям:

1. Создание условий недопущения буллинга.
2. Скорейшее и грамотное разобщение ребенка со стрессовыми воздействиями.
3. Укрепление защитных сил организма в противостоянии травле как для условно здоровых

детей, так и для уже имеющих соматическую или психическую патологию.
На первом этапе следует признать наличие проблемы и осознать ее масштаб.
На втором – определить проблему (ее суть, серьезность, частоту возникновения, длительность, состояние жертвы, участников, свидетелей). Контролируются агрессивные намерения обидчиков и состояние жертвы. Вырабатывается план действий.
На третьем – реализуется выработанный план.

Вторичная профилактика сводится к своевременному выявлению у подростков патологических последствий буллинга и оказанию квалифицированной комплексной помощи.

Третичная профилактика предполагает реабилитацию детей и подростков с тяжелыми формами последствий травли. Острый психоз и суицидальное поведение – поводы для экстренной госпитализации. При выявлении признаков тяжелого душевного расстройства необходимо экстренно убеждать родителей проконсультировать ребенка у психиатра.

Основные формы и виды профилактических мероприятий и мероприятий по социализации детей и подростков в гимназии представлены на рисунке:

5.5.Виды профилактических мероприятий в образовательной деятельности гимназии

1. Профилактический урок.

Целевая аудитория: учащиеся гимназии в возрасте от 7 до 17 лет.

Время проведения: 30—45 мин.

Цель: дать общие представления о явлении травли (буллинга), его признаках, правилах коммуникативного взаимодействия в школьном коллективе. Как вариант — рассмотреть лишь один из вопросов, например явление травли (буллинга).

Особенности: традиционный, легко организуемый в рамках образовательного процесса формат, позволяющий сформировать базовое представление о травле (буллинге), правилах коммуникативного взаимодействия в коллективе. Важно при этом использовать аудио- и видеоматериалы, презентации, наглядные схемы, иллюстрации, инфографику.

2.Профилактическая лекция

Целевая аудитория: обучающиеся от 15 до 18 лет.

Время проведения: 60—80 мин (1 пара).

Цель: дать общие представления о явлении травли (буллинга), его признаках, правилах коммуникативного взаимодействия в школьном коллективе. Как вариант — рассмотреть лишь один из вопросов, например явление травли (буллинга).

Особенности: профилактическая лекция мало чем отличается от профилактического урока за исключением того, что используемые в ней материалы могут относиться к более старшей аудитории: педагогам, родителям (законным представителям). Кроме того, важно помнить, что в рамках проведения профилактической лекции обязательно следует оставлять время для вопросов из аудитории.

3.Ежедневный мониторинг ситуаций общения между учащимися через наблюдение.

Целевая аудитория: дети и подростки в возрасте от 7 до 17 лет.

Цель: сбор и анализ информации об опыте, осведомленности о феномене травли (буллинга), сбор и анализ информации об обучающихся, наблюдение за поведением учеников, психологическое тестирование.

Особенности: диагностика межличностных отношений в целях выявления социального статуса и иерархической позиции обучающихся внутри группы.

4.Тематические классные часы.

Целевая аудитория: дети и подростки в возрасте от 7 до 17 лет.

Время проведения: 30—45 мин.

Цель: дать общие представления о явлении травли (буллинга), его признаках, правилах коммуникативного взаимодействия в школьном коллективе, сплочение классных коллективов; оптимизация межличностных взаимоотношений; развитие коммуникативных умений и навыков устойчивости, бесконфликтного общения, эмоционального интеллекта.

Особенности: достаточно интересный формат профилактических мероприятий, возможна работа в малых группах по 3—4 человека, а также дистанционный формат, формат тренингов, квестов, упражнений. Более подробно данное мероприятие будет рассмотрено в разделе «Обобщение положительного опыта профилактики травли (буллинга) и социализации детей и подростков».

5.Дискуссии, круглые столы.

Целевая аудитория: учащиеся в возрасте от 14 до 18 лет.

Время проведения: 40—60 мин.

Цель: дать представления о явлении травли (буллинга) и возможных способах противодействия ему.

Особенности: данный формат мероприятий предполагает предоставление возможности в неформальной обстановке пообщаться с педагогами, приглашенными лицами, экспертами в данной области, представителями правоохранительных органов. Как правило, это практические работники органов государственной власти и местного самоуправления, правоохранительных органов, педагоги, психологи, занимающиеся проблемами профилактики травли (буллинга) в школьных коллективах.

6.Виды мероприятий в рамках воспитательной работы

6.1.Просмотр фильмов.

Целевая аудитория: подростки в возрасте от 12 до 18 лет, родители (законные представители), педагоги.

Время проведения: 60—90 мин.

Цель: дать представление о явлении травли (буллинга) и возможных способах противодействия ему.

Особенности: на классных часах на тему «Взаимоотношения между подростками, коммуникации» можно использовать художественные фильмы или их фрагменты. В качестве рекомендации можно предложить к просмотру фрагменты из к\ф «Осторожно, каникулы!» студии игрового кино «КРАСКИ», (2015) или к\ф «Чучело» (реж. Р. Быков), просмотр и обсуждение фильмов «Класс коррекции», «Класс», «Темное зеркало».

Ученики, как правило, узнают показанные в фильме приемы, после просмотра фильма необходимо его обсудить, выделив положительные и отрицательные моменты, а последующее обсуждение помогает повысить уровень осознания. Большинство обучающихся проникается чувствами жертвы травли (буллинга), когда видят происходящее на экране. Учитель имеет

возможность дать ученикам высказаться и сам дает необходимые пояснения. Многие учителя при обсуждении с учениками темы травли (буллинга) с помощью фильма могут проиллюстрировать, о чем шла речь. В последние годы был выпущен целый ряд различных по качеству фильмов и телевизионных передач о травле (буллинге). Такой видеоматериал также подходит для просмотра в учительском коллективе и на встречах с родителями.

6.2.Чтение книг.

Целевая аудитория: подростки в возрасте от 14 до 18 лет, родители (законные представители), педагоги.

Цель: дать представление о явлении травли (буллинга) и возможных способах противодействия ему.

Особенности: обсуждение произведений искусства, посвященных проблеме травли, например главы «Ивины» из книги «Детство» (Л. Н. Толстой). Главное, чтобы учитель выбрал книгу на основании своей профессиональной оценки, сначала оценил ее сам и только потом — вместе с учениками **(Приложение 2. Что почитать детям, подросткам и родителям по проблеме буллинга).**

6.3.Приглашение волонтеров, студентов, психологов.

Целевая аудитория: подростки и молодежь в возрасте от 14 до 35 лет.

Цель: помощь в организации и проведении мероприятий по профилактике травли (буллинга), социализации детей и молодежи.

Особенности: привлечение волонтеров из числа молодежи позволяет как повысить эффективность и нарастить масштаб профилактической работы, так и помочь молодым людям самим лучше усвоить основы безопасного общения в коллективе через помощь другим людям, например студенты направления «Психология» ВолГУ и ВГПУ, которые вместе с преподавателями вузов помогают организовать работу службы психологической помощи в рамках сетевого взаимодействия школа- вуз. Волонтеров можно задействовать в проведении досуговых мероприятий, в качестве киберволонтеров и для распространения тематических информационных материалов.

6.4.Патриотическое воспитание.

Целевая аудитория: подростки в возрасте от 10 до 18 лет.

Цель: социализация детей и подростков, сплочение классных коллективов; оптимизация межличностных взаимоотношений; развитие коммуникативных умений и навыков эмоционального интеллекта.

Особенности: работа по сплочению классных коллективов; по оптимизации межличностных взаимоотношений; развитию коммуникативных умений и навыков устойчивости, бесконфликтного общения, эмоционального интеллекта.

Патриотическое воспитание — это система, создающая и упорядочивающая смыслы, образы, интерпретации в образовательном процессе. Стержнем этой системы становится ведущая нравственная ценность, обусловливающая постановку цели, содержания, принципов, форм и методов воспитательно - образовательного процесса, взаимодействия педагогов и учащихся, направленная на формирование патриотического сознания и ценностей, чувств и отношений, убеждений и мотивов служения Отечеству в условиях усвоения учащимися опыта познавательной деятельности, эмоционально-ценностных отношений и действенно-практического опыта в различных видах патриотически ориентированной активности в процессе учебной и внеурочной деятельности.

Хорошим примером подобных мероприятий является участие учащихся гимназии в совместных мероприятиях по патриотическому воспитанию, проведение уроков истории в музеях образовательных учреждений и музеях города.

6.5. Духовно-нравственное воспитание.

Целевая аудитория: дети и подростки в возрасте от 10 до 18 лет.

Цель: социализация детей и подростков, сплочение классных коллективов; оптимизация межличностных взаимоотношений; развитие коммуникативных умений и навыков эмоционального интеллекта.

Особенности: духовно-нравственное воспитание может быть рассмотрено как социальное воспитание, которое проявляется в единстве целенаправленного и стихийного воздействия на

личность, в процессе социализации формируются и развиваются духовные потребности личности, не заданные человеку от рождения. Результативность духовно-нравственного воспитания как процесса социализации, то есть адаптации и интеграции человека в общество с целью саморазвития и самореализации, будет значительнее при ус- ловии снижения негативного, неуправляемого влияния среды, усилении ее положительного воздействия, использовании всего арсенала воспитательных средств.

Это достаточно большой блок мероприятий по воспитанию детей и подростков, неразрывно связанный с патриотическим воспитанием. В этот блок мероприятий можно отнести тематические занятия, экскурсии, игры, праздники, чтение книг и просмотр фильмов (например, проведение Дня борьбы с буллингом).

Международный день борьбы с буллингом отмечается 4 мая по инициативе ООН, которая признала его проблемой всеобщего масштаба. История возникновения Дня борьбы с буллингом положила начало всемирной борьбе против буллинга в школах. В День борьбы с буллингом проводятся акции, как символ противостояния насилию. Проводимые мероприятия направлены на работу с детьми и взрослыми. В качестве примера можно привести массовые флешмобы и другие мероприятия, нацеленные на повышение осведомленности людей о существующей проблеме.

В гимназии в Международный день борьбы с буллингом проводится акция с тематикой «Час против ненависти».

7.Виды мероприятий в рамках просветительской работы с учителями, родителями и учащимися

7.1.Просветительская беседа, встреча.

Целевая аудитория: подростки в возрасте от 12 до 18 лет, родители (законные представители), педагоги.

Время проведения: 40—60 мин.

Цель: дать представление о явлении травли (буллинга) и возможных способах противодействия ему.

Особенности: данный формат мероприятий предполагает предоставление возможности в неформальной обстановке пообщаться с педагогами, приглашенными лицами, экспертами в данной области, представителями правоохранительных органов.

7.2.Круглые столы с представителями правоохранительных органов.

Целевая аудитория: подростки в возрасте в возрасте от 14 до 18 лет.

Время проведения: 40—60 мин.

Цель: дать представление о явлении травли (буллинга) и возможных способах противодействия ему.

Особенности: как правило, подобный формат реализуется в свободное от образовательного процесса время. При этом мероприятия могут проходить как в гимназии, так и на базе правоохранительных органов или вообще на независимых площадках. Для реализации этого вида профилактических мероприятий одним из самых важных требований является заранее подготовленная программа круглого стола, можно предусмотреть выступления не только представителей правоохранительных органов, но и учащихся. В конце выступления обязательно необходимо оставлять время на вопросы из аудитории.

Для проведения круглых столов могут быть приглашены представители отделов ПДН ОП 6, сотрудники прокуратуры, следственного комитета, студенты юридических вузов Обучающимся должна озвучиваться реальная судебная практика по категориям дел, к которым может привести школьная травля.

7.3.Взаимодействие с сотрудниками (участковыми уполномоченными ПДН), привлечение их к проведению занятий, бесед с учениками и родителями.

Целевая аудитория: подростки в возрасте от 14 до 18 лет, родители.

Время проведения: 40—60 мин.

Цель: дать представление о явлении травли (буллинга) и возможных способах противодействия ему.

Особенности: наибольший эффект имеет систематическое проведение занятий и классных часов, на которых обучающимся доводится информация об ответственности (административной,

уголовной и гражданской) за травлю (буллинг) и агрессивное поведение.

7.4.Родительские собрания.

Целевая аудитория: родители.

Время проведения: 40—60 мин.

Цель: дать представление о явлении травли (буллинга) и возможных способах противодействия ему, правовое и психологическое просвещение и информирование родителей.

Особенности: значительную роль в профилактике травли (буллинга) играют и родительские собрания (встречи с родителями). В рамках этих мероприятий родителей должны информировать о необходимости контроля за социальными сетями/мессенджерами детей (родители как законные представители правомочны контролировать телефоны несовершеннолетних), однако данный контроль должен быть незаметным, ненавязчивым, не нарушающим личные границы ребенка.

8.Виды досуговых мероприятий

8.1.Проведение совместных классных мероприятий (игр, квестов, тренингов, упражнений).

Целевая аудитория: дети и подростки в возрасте от 7 до 18 лет, родители (законные представители)

Время проведения: 30—45 мин.

Цель: дать общие представления о явлении травли (буллинга), его признаках, правилах коммуникативного взаимодействия в школьном коллективе. Как вариант — рассмотреть лишь один из вопросов, например явление травли (буллинга).

Примеры проведения мероприятий для обучающихся и родителей **(Приложения №3, 4).**

8.2.Профилактические мероприятия с использованием творческих методов, например арт-терапии.

Это могут быть такие виды арт-терапии, как

1) музыкотерапия — основан на целительном воздействии музыки на психологическое состоянии человека;

2) психодрама — человек повторяет свои действия путем театрализации, представляя свои внутренние процессы при помощи сценического действия;

3) изотерапия — коррекция посредством изобразительной деятельности;

4) библиотерапия — воздействие чтением, вызывающим положительные эмоции (в том числе сказкотерапия);

5) игровая терапия — метод коррекции посредством игры;

6) песочная терапия — сочетание невербальной формы психокоррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении ребенка (композиции из фигурок) и вербальной (рассказ о готовой работе);

7) танцевальная терапия, в которой тело является инструментом, а движение — процессом, помогающим пережить, распознать, выразить свои чувства;

8) куклотерапия — метод комплексного воздействия на детей, который предполагает использование кукол и театральных приемов (этюдов, игр, упражнений, специально заданных ситуаций с помощью персонажей кукольного театра);

9) кинезиотерапия — воздействие через танцевально-двигательную, коррекционную ритмику (воздействие движениями), хореотерапию;

10) фототерапия — использование фотоматериалов и слайдов в работе.

5.6.Действия педагогов гимназии в случае выявления случаев травли (буллинга)

Педагог должен проанализировать ситуацию, осознать степень ее опасности, а также оценить, способен ли он разрешить проблему своими силами (без привлечения ПДН).

На первом этапе педагог (с привлечением педагога-психолога) должен поговорить с объектом травли (буллинга), узнать у него, как именно реализуется травля в отношении него. Педагогу необходимо учитывать тяжелое психоэмоциональное состояние ребенка, беседа должна быть мягкой, но содержательной. Если объект травли (буллинга) неконтактен, педагог на основании имеющейся у него информации должен поговорить с его друзьями/приятелями.

Удостоверившись в существовании травли (буллинга), педагог должен неза- медлительно проинформировать родителей/законных представителей объекта травли (буллинга) о проблемной ситуации, возникшей у их ребенка, а также поставить в известность руководство гимназии. Все дальнейшие действия педагога должны быть согласованы с родителями/законными представителями и руководством.

На следующем этапе должны быть обнаружены субъекты травли (буллинга). Если данные лица также являются обучающимися, в известность должны быть поставлены их родители/законные представители. Дальнейшее разрешение проблемы зависит от мотивации и понимания серьезности ситуации всеми ее участниками. При невозможности разрешения проблемы педагогом/ администрацией гимназии должны быть привлечены сотрудники ПДН.

Если в ситуации травли (буллинга) субъектом является совершеннолетнее лицо (особенно если речь идет о секстинге), сотрудники правоохранительных органов должны быть привлечены педагогом/ администрацией гимназии незамедлительно.

Если у педагога имеются основания полагать, что обучающийся подвергается буллингу со стороны родителей, а сам обучающийся не идет на контакт, к разрешению проблемной ситуации также незамедлительно должны быть подключены сотрудники полиции.

Нибольший эффект имеет систематическое проведение занятий и классных часов, на которых обучающимся доводится информация об ответственности (административной, уголовной и гражданской) за травлю (буллинг) и агрессивное поведение.

В **Приложении №5** содержатся рекомендации для работы педагогических работников с классом по профилактике буллинга.

Часто взрослые (педагоги, родители (законные представители) , сталкиваясь с травлей в детском коллективе, совершают типичные ошибки, которые приводят к тому, что ситуация травли консервируется или даже усугубляется. В **Приложении №6** представлены рекомендации о том, чего не надо делать в случае травли педагогам для работы по профилактике травли (буллинга) с родителями (законными представителями) и учащимися .

При решении проблемы травли (буллинга) с классом как с группой работает учитель/ классный руководитель. А психолог как раз может помочь в этом учителю: разработать вместе стратегию действий, обсудить, что получается, да и просто поддержать педагога в процессе работы. При этом стоит работать с теми взрослыми, кто готов взять ответственность, тем, кто все валит на детей и «агрессию в обществе», психолог помочь не сможет. В **Приложении №7** даны рекомендации о правильных действиях взрослых при выявлении признаков травли (буллинга).

5.7.Модельные алгоритмы действий по профилактике травли (буллинга) и социализации детей и подростков

Субъектами профилактики травли (буллинга) детей в образовательных учреждениях выступают органы государственной власти, правоохранительные органы, образовательные и социальные учреждения, родители и сами подростки. В данной Программе предлагаются модельные алгоритмы действий по профилактике травли, которые предназначены для педагогов, классных руководителей гимназии.

Субъекты профилактики травли детей и подростков и их социализации

Направления работы по профилактике буллинга:

1. на уровне гимназии:

- диагностика психоэмоциональной среды гимназии и мотивационно-образовательная работа с администрацией;
- программы формирования благоприятного психологического климата гимназии;
- мероприятия, направленные на сплочение образовательного сообщества.

2. с педагогическим коллективом и родителями:

- консультативно-образовательная работа с педагогическим составом и родителями;
- программы повышение психолого-педагогической компетентности взрослых (родителей, педагогов)

3. с учащимися:

- консультативно-коррекционная работа с детьми, подвергшимися жестокому обращению;
- информационно-просветительская работа с коллективом учащихся;
- повышение уровня коммуникативной культуры учащихся;
- профилактика и коррекция отклонений в эмоциональной сфере подростков;
- профилактика асоциального поведения школьников
- развитие навыков стрессоустойчивости, конструктивного поведения в конфликте и уверенного поведения, навыков саморегуляции.

Мероприятия по профилактике травли (буллинга) в *гимназии* (рекомендации для классных руководителей)должны осуществляться на трех уровнях: образовательной организации, группы и индивидуальном.

Стандартными формами групповой работы для классных руководителей являются:

1) проведение классных часов с использованием элементов тренингов социальной коммуникации, которые способствует сплочению коллектива, личностному развитию ребенка и укреплению его социальной позиции в группе;

2) проведение родительских собраний по вопросам профилактики травли, буллинга, жестокого обращения с возможностью подключения родительской общественности к коллективной взаимопомощи по созданию психологически безопасной образовательной среды;

3) размещение адресной антибуллинговой информации на стендах в классах с ответами на практические вопросы и учеников, и родителей, с указаниями актуальных адресных ссылок;

Классные руководители должны знать о трех уровнях реакции на травлю ученика:

1) нормативный — это разъяснение ученикам законодательства и иных актов, относящихся к сфере предупреждения буллинга и социализации школьников;

2) ассертивный, предполагающий организацию разрешения детьми сложностей и развития у них уверенности и решительности;

3) избегающий, предполагающий организацию педагогом дистанции между преследователем и преследуемым и советы детям по взаимному игнорированию.

Пошаговая модель действия классного руководителя при проявлении буллинга:

1) регулярный анонимный опрос обучающихся о распространенности травли;
2) обсуждение проблемы травли в классах и на родительских собраниях;
3) разработка в классе кодекса антибуллингового поведения;
4) проведение антибуллинговых уроков, классных часов, занятий в классе;
5) внедрение службы медиации;
6) разбор в классе взаимодействия в ситуации буллинга.

5.8.Методы профилактики травли (буллинга) и социализации детей в работе классных руководителей с классом.

Классными руководителями могут применяться *программы антибуллинговых уроков для обучающихся разных возрастных групп:* 10—13 и 14—17 лет, в том числе для использования на уроках предлагаются *программы профилактики агрессии*, представленные в методическом издании автора Яновой Натальи Геннадьевны, кандидата социологических наук, доцента, заведующего кафедрой психометрики Института психологии ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет» на базе МБУ ДО ГППЦ «Потенциал»: Янова Н.Г. От буллинга к антибуллингу: школьные программы профилактики агрессии. – Барнаул: Принт-Экспресс, 2021

Цель использования программ антибуллинговых уроков:

- профилактическая цель. Такие занятия направлены в большинстве случаев на свидетелей буллинга;
- психотехническая цель. Занятия основываются на эмоциональном вовлечении школьников и получении нового личностного опыта;
- ценностная цель. В ходе таких занятий формируется установка, препятствующая возникновению и распространению травли;
- предметная цель. Занятие затрагивает вопросы эмпатии, взаимного уважения, позитивной коммуникации школьников, навыки развития сочувствия и сопереживания, а также навыки толерантности и культуры многообразия.

Проведение в классе антибуллинговых уроков, классных часов, занятий по теме травли (буллинга) и социализации детей имеет две функции:

• ориентирующую — формирует у учащихся категорически отрицательное отношение к понятию, процессу и результату травли (буллинга) объектов окружающей действительности, выработку у подростков иерархии материальных и духовных ценностей и осуждение виновных в травле (буллинге);

• направляющую — воздействует на практическую сторону жизни школьников, их поведение, выбор ими правильного решения сложившейся ситуации при проявлениях травли (буллинга).

Разработка в классе кодекса (или правил) антибуллингового поведения.

Правила класса разрабатываются и письменно формулируются вместе с учащимися на общем собрании путем голосования. Список правил вывешивается в классе. Правила могут действовать в течение определенного времени.

Ролевая игра.

Ролевые игры позволят снизить агрессивные и враждебные реакции подростков, оптимизировать межличностные и межгрупповые отношения, сформировать навыки конструктивного реагирования в конфликте, развить толерантность и эмпатию.

Класс может самостоятельно поставить ролевую игру о травле (буллинге), разыграв проблемную ситуацию. Классные руководители способствуют закреплению принципов, помогая ученикам подготовить и провести ролевую игру.

Сочинение.

Ученикам дается задание написать небольшое сочинение о травле (буллинге), можно дополнительно пояснить, какие вопросы должны быть в нем отражены. Задание можно выполнить в гимназии или дома. Процесс написания сочинения дает более глубокое понимание темы.

Методов профилактики травли (буллинга) и социализации детей гораздо больше. И каждый педагог выбирает тот или иной метод в зависимости от ситуации, сложившейся между подростками.

Некоторые виды мероприятий по профилактике травли (буллинга)

5.8.Алгоритм действий классного руководителя по профилактике травли (буллинга) при использовании педагогической поддержки

Педагогическая поддержка - это «деятельность субъекта - представителей образовательного учреждения, направленная на оказание превентивной и оперативной помощи детям в решении их индивидуальных проблем, связанных с физическим и психическим здоровьем, успешным продвижением в обучении, эффективной деловой и межличностной коммуникацией, жизненным самоопределением».

Предметом педагогической поддержки становится процесс совместного с обучающимся определения его собственных интересов, целей, возможностей путем преодоления препятствий (решения проблем), мешающих ему сохранить свое человеческое достоинство и самостоятельно достигать желаемых результатов в обучении, самовоспитании, общении, образе жизни.

Целью данной модели профилактики буллинга будет являться содействие обучающимся подросткового возраста в предупреждении и преодолении индивидуальных и групповых факторов возникновения буллинга.

Педагогическая поддержка состоит из нескольких взаимосвязанных этапов, среди которых выделяют:

- диагностический;
- программный;
- деятельностный;
- рефлексивный.

Первый этап — диагностический (беседа). Он включает в себя деятельность педагога в виде определения наличия в поведении подростка агрессивных либо конформных поступков.

На втором этапе - программном - подростки должны принять существующие проблемы и осознать важность их решения, совместно с классным руководителем и педагогом-психологом выбрать направление и способы решения данных проблем. На данном этапе можно использовать следующие методы: дискуссия, мозговой штурм, проектирование.

На третьем - деятельностном - этапе предполагается активное участие подростков в

программе и мероприятиях, направленных на профилактику травли (буллинга), на выстраивание нормальных взаимоотношений со сверстниками и знакомство со способами решения конфликтных ситуаций. При работе с потенциальными жертвами классный руководитель и педагог-психолог создают необходимые условия для формирования адекватной самооценки, снижения уровня тревожности, развития эмоциональной устойчивости и коммуникативных навыков. Работая со свидетелями травли (буллинга), необходимо развивать просоциальную активность и социальную ответственность. На данном этапе при работе с потенциальными членами ситуации травли (буллинга) можно использовать такие методы, как беседа, воспитывающие ситуации, тренинг, игры, метод социальной пробы.

На последнем этапе все субъекты профилактики осуществляют диагностику и соотносят полученные результаты с необходимыми: насколько развиты социальная и коммуникативная компетенции. Потенциальные обидчики, жертвы и свидетели используют методы самонаблюдения, самоанализа и самоотчета.

Кроме того, существуют модели занятий, тренингов и иных интерактивных мероприятий по профилактике травли, направленных на социализацию (здоровую коммуникацию) детей и подростков, которые классный руководитель может проводить как на внеклассных уроках с подростками, так и на родительских собраниях с их родителями. **(Приложение№ 8).**

Травля (буллинг) также имеет групповые факторы, которые необходимо учитывать при ее профилактике в подростковой среде. В ходе работы с классом необходимо предупредить ее возникновение либо преодолеть влияние существующих групповых факторов травли (буллинга).

Коллектив как форма организации межличностных отношений позволяет предупредить формирование буллинг-структур за счет их замещения структурой коллективных взаимоотношений. Просоциальная коллективная деятельность класса будет создавать такие характеристики взаимодействий в нем, как доброжелательность, взаимная ответственность, взаимопомощь, активность и др.

6.Условия реализации, точки риска, ожидаемые результаты, контроль за реализацией Программы.

6.1.Условия реализации Программы:

- комплексная диагностика причин и условий, способствующих травле, буллингу;
- повышение уровня образованности и компетентности родителей, информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях, связанных с травлей (буллингом) среди детей и подростков;
- развитие межведомственного взаимодействия между субъектами профилактики, педагогическим коллективом гимназии, родителями (законными представителями) и учащимися.

6.2.Точки риска реализации мероприятий Программы:

- недостаточное развитие взаимодействия между педагогическим коллективом гимназии, родителями и учащимися;
- недостаточная информированность участников образовательных отношений (родителей (законных представителей), учащихся, педагогов) по вопросам травли (буллинга), о причинах и условиях, способствующих буллингу, возможностях разрешения ситуации буллинга;
- недостаточная сформированность системы обучения учащихся различным формам противостояния агрессии и буллингу в среде сверстников.

6.3.Ожидаемые результаты реализации Программы:

- сформированность комплексной психолого-педагогической системы в гимназии для обеспечения психологически безопасной образовательной среды, профилактики буллинга, кибербуллинга, агрессии, жестокости; повышения результативности предупреждения и раннего выявления травли (буллинга);
- сформированность у участников образовательных отношений (обучающиеся, педагоги, родители (законные представители)) нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся;

• сформированность у обучающихся личностных качеств, препятствующих проявлению буллинга (саморегуляции, эмоциональной уравновешенности, уверенности в себе, критичности, ответственности, эмпатии и др.);
• сформированность системы обучения учащихся различным формам противостояния агрессии и буллингу в среде сверстников;
• созданы условия для предоставления психологической помощи участникам образовательного процесса в кризисных ситуациях, связанных с насилием и буллингом;
• сформированность у всех участников образовательных отношений (обучающиеся, педагоги, родители (законные представители)) адекватного представления об агрессии и буллинге и способах противостояния им;
• повышение уровня образованности и компетентности родителей, информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях, связанных с травлей (буллингом) среди детей и подростков;
• создание условий для содействия в социализации обучающимся гимназии;
• информационное и методическое взаимодействие всех участников образовательных отношений, направленное на профилактику травли (буллинга);
• практическая помощь обучающимся и родителям (законным представителям) при возникновении проблемных ситуаций, связанных с профилактикой травли (буллинга);
• ознакомление родителей навыкам социально-поддерживающего и развивающего поведения в семье и во взаимоотношении с ребѐнком (подростком).

6.4.Регулирование выполнения Программы проводится ежемесячно по результатам диагностик, планам классных руководителей, проводимым мероприятиям, по работе с обучающимися «группы риска».

6.5.Управление и контроль реализацией Программы осуществляет Педагогический совет. Координатором программы является Координационный совет и председатель Координационного совета.

7.Комплекс основных ежегодных профилактических мероприятий по предупреждению травли (буллинга) в гимназии.

В таблице представлен Комплекс основных ежегодных профилактических мероприятий по предупреждению травли (буллинга), проводимых для всех участников образовательных отношений в гимназии.

№п/п	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
Нормативно-правовое и информационное обеспечение мероприятий, определяющих профилактику буллинга:			
1.	1. Утвердить на педагогическом совете программу профилактики буллинга (моббинга)	сентябрь	Социальный педагог, педагог-психолог, советник директора по ВР
	2. Разработать: • комплексный план мероприятий по профилактике и предотвращению буллинга (моббинга); • методические материалы (рекомендации для педагогов и родителей, классные часы, беседы, тренинги и пр.) в рамках реализуемого плана мероприятий	сентябрь в течение уч.года	Социальный педагог, педагог-психолог, советник директора по ВР
	1. Изучить нормативно-правовые документы по профилактике явлений	сентябрь-	Социальный педагог,

	буллинга (моббинга) в образовательной среде 2. Подготовить: • информационный материал по профилактике детского насилия и буллинга (моббинга) для размещения на сайте; • раздаточные материалы (памятки, буклеты, стендовую информацию) для всех субъектов образовательных отношений (обучающихся, педагогов, родителей) по проблеме буллинга; 1. Организовать работу «почты доверия» для сообщения случаев буллинга (моббинга)	октябрь октябрь сентябрь	педагог-психолог, советник директора по ВР
Организационно-педагогическая и научно-методическая работа с педагогическим коллективом			
1.	1. Пополнение методической копилки новыми формами работы по профилактике и предотвращению буллинга (моббинга) 2. Лекторий для педагогического коллектива на тему: «Буллинг (моббинг) как социально-педагогическая проблема»: Лекция 1. Буллинг как форма насилия в ученическом коллективе. Лекция 2. Буллинг: причины и последствия Лекция 3. Буллинг как дискриминация прав ребенка на образование Лекция 4. Как педагогу противостоять травле детей 1. Семинары, круглые столы, деловые игры, тренинги для педагогов на темы: • Нормативные основания и алгоритм действий педагогов в случае подозрения на возможный факт насилия в детском коллективе. •Буллинг (моббинг) в образовательной среде: как помочь ребенку побороть агрессию. Методы предотвращения буллинга • Формирование личности ребенка как основа для противодействия насилию 1. Конкурс методических разработок, программ, сценариев внеурочных мероприятий по профилактике буллинга (моббинга)в детской среде 2. Групповые консультации по	сентябрь октябрь ноябрь январь март май	Социальный педагог, педагог-психолог, советник директора по ВР

	проблемным ситуациям: • Насилие в образовательной среде: что противопоставить жестокости и агрессии? • Буллинг или как не стать жертвой? • Детский буллинг (моббинг). Как защитить ребенка от травли? 1. Индивидуальные консультации педагогов по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха		
Работа с родителями обучающихся			
1.	1. Общее родительское собрание «Буллинг (моббинг) в детской среде» 2. Родительские собрания в группах: • О правах ребенка на защиту от любой формы насилия. • Как предотвратить и преодолеть буллинг (моббинг)? • Буллинг (моббинг) – это не детская шалость. • Невидимый буллинг. • Психологический дискомфорт обучающихся в образовательной среде: причины, проявления, последствия и профилактика • Буллинг, изгои, отверженные – одна проблема? 1. Психологический практикум «Психология поведения жертвы буллинга (моббинга)» 2. Индивидуальные консультации педагога-психолога по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха 3. Психологическая диагностика в контексте проблемы буллинга: • Анкетирование «Как я воспитываю своего ребенка»	октябрь октябрь апрель апрель в течение уч. года (по запросу) март-апрель	Социальный педагог, педагог-психолог, советник директора по ВР
Информационное, организационно-кадровое и психолого-педагогическое обеспечение профилактики и предотвращения буллинга (моббинга) обучающихся			
1.	1. Информационные часы, беседы (примерная тематика). 1-4 классы: • Законы сохранения доброты. • Я не дам себя обижать. • Наш Центр живет без насилия. • Давайте жить дружно! • Мы против насилия. Как защитить себя? • Будем добрыми.	в течение уч. года	Социальный педагог, педагог-психолог, советник директора по ВР, педагоги

	• Как я отношусь к насилию. • Как научиться жить без драки. 5-8 классы: • Бояться страшно. Действовать не страшно. • О правилах поведения и безопасности на улице. • Буллинг как стадный допинг. • Безопасное поведение. • Что такое агрессия? • Добро против насилия. • Как не стать жертвой насилия. • Способы решения конфликтов с ровесниками. 9-11 классы: • Навыки саморегуляции. • Воспитание характера. • Предупреждение насилия и жестокости в жизни. • • Как бороться с конфликтами. • Нравственный закон внутри каждого. • Моя жизненная позиция		
	1. Просмотр и обсуждение художественных фильмов: • «Чучело» (1983 г.). • «Класс» (2007 г.). • «Розыгрыш» (2008 г.). • «Школа» (телесериал, 2010 г.)	в течение уч. года (на каникулах)	
	1. Психологическая диагностика (наблюдение, анкетирование, тестирование) в контексте проблемы буллинга: • выявление детей, склонных к проявлению жестокости к другим обучающимся; • взаимоотношения в группе; • изучение личностного развития обучающихся с целью профилактики нарушений в развитии личности (толерантность, самооценка и уровень притязаний, тревожности, мотивации)	в течение уч. года сентябрь, январь	
	1. Цикл развивающих занятий по формированию навыков межличностного общения: • Стиль поведения. Умеем ли мы общаться? • Профилактика насилия в подростковом сообществе • Стратегии безопасного поведения • Недопустимость насилия и жестокости в обращении со сверстниками	в течение уч. года (1 раз в четверть)	
	1. Контрольно-оценочная деятельность в целях проверки информационной доступности правил поведения и нормативных документов по профилактике буллинга 2. Индивидуальные консультации обучающихся (по результатам диагностики, общение со	в течение уч. года (по запросу)	

	сверстниками, детско-родительские отношения, конфликты) 3. Информационная акция «Нет насилию!» 1. Конкурсы: • плакатов «Мы против буллинга!» • рисунков «Территория детства» • творческих поделок «Гармония – в цвете, гармония – в душе, гармония – в жизни» • презентаций «Стоп насилию!» • сочинений, эссе «Дружба – главное чудо»		

Также в рамках Программы ежегодно, в течение всего периода ее реализации, разрабатывается и утверждается приказом директора гимназии разработанный с учетом проведенного анализа работы гимназии по данному направлению, результатов диагностик, запросов участников образовательных отношений, плана деятельности МОУ гимназии №15 по профилактике правонарушений и безнадзорности, наркомании, токсикомании, алкоголизма, табакокурения, ВИЧ, СПИДа, половой неприкосновенности, гендерному воспитанию и репродуктивному здоровью, экстремизма и терроризма, гармонизации межконфессиональных, межэтнических, межличностных отношений, жестокого обращения с детьми, детского суицида, буллинга, безопасного пребывания несовершеннолетних в интернет-пространстве (далее - План профилактики) на каждый учебный год, который предусматривает мероприятия по выявлению, профилактике буллинга, жестокого обращения, кибербуллинга на конкретный учебный год.

Контроль реализации Плана профилактики осуществляется Педагогическим советом. Координатором реализации Плана профилактики является Координационный совет и секретарь Координационного совета,

Программу разработала инициативная группа:
Проскурина Е.В.– социальный- педагог, педагог- психолог_____,
Трунова А.В., советник директора по воспитанию и связям с детскими общественными объединениями_____;
Гологанова Л.Г., методист_____;
Комиссарова И.Ю., уполномоченный по правам детей в гимназии_____,
Костина О.Ю., руководитель методического объединения классных руководителей_____.

Список литературы:

1. Аверьянов А.И. Буллинг как вызов современной школе // Педагогика, психология и социология. – 2013. – № 18. – С. 45-50.
2. Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. - М.: Генезис, 2006. - 256 с.
3. Бердышев, И.С. Лекарство против ненависти // Первое сентября – 2005. – № 18. – С. 3.
4. Бочавер А.А., Хломов К.Д. Буллинг как объект исследований и культурный феномен // Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2013. – Т. 10. – № 3. – С. 149-159.
5. Вишневская В.И., Бутовская М.Л. Феномен школьной травли: агрессоры и жертвы в российской школе // Этнографической обозрение. – 2010. – №2. – С. 55-68.
6. Гребенкин Е.В. Профилактика агрессии и насилия в школе. – Р-н/Д: Феникс. 2006. – 157 с.
7. Глазман О. Л. Психологические особенности участников буллинга //Известия Российского гос. пед. ун-та имени А.И. Герцена. - 2009. - № 105. - С. 159-165.
8. Кон И.С. Что такое буллинг, как с ним бороться? [Электронный ресурс] Режим доступа: http://www.sexology.narod.ru/info18.html. (дата обращения: 06.06.2016)
9. Кривцова С.В. Буллинг в школе vs сплоченность неравнодушных. Организационная культура ОУ для решения проблем дисциплины и противостояния насилию. - М.: Федеральный институт развития образования, 2011. - 120 с.
10. Кутузова Д.А. Травля в школе: что это такое и что можно с этим делать // Журнал практического психолога. Вып.1. 2007. С. 72—90.
11. Лаптева В.Ю. Психологические особенности подростков с разным уровнем защищенности от психологического насилия в образовательной среде : автореф. дис. . канд. психол. наук. СПб, 2010. 26 с.
12. Лэйн Д. А. Школьная травля (буллинг) //Детская и подростковая психотерапия / под ред. Д. Лэйна и Э. Миллера. - СПб: Питер, 2001. С. 240-276.
13. Маланцева, О.Д. «Буллинг» в школе. Что мы можем сделать? // Социальная педагогика. – 2007. – № 4. – С. 90–92.
14. Методические рекомендации по предотвращению буллинга (травли среди сверстников) в детских коллективах/Сост. А.Е. Довиденко и др. – Екатеринбург: «Семья детям», 2014. - 29 с.
15. Мерцалова Т. Насилие в школе: что противопоставить жестокости и агрессии? // Директор школы. 2000. – № 3. – С. 25–32.
16. Ожиёва Е.Н. Буллинг как разновидность насилия. Школьный буллинг [Электронный ресурс] //Психологи и социология. 2008. №5. Режим доступа:http://www.rusnauka.com/33_NIEK_2008/Psihologia/37294.doc.htm (дата обращения: 03.06.2016)
17. Петросянц В.Р. Психологические характеристики старшеклассников — участников буллинга в образовательной среде // Эмиссия. Электронный научный журнал. 2010. – URL: http://www.emissia. org/offline/2010/1479.htm
18. Попова Е. И., Пчелинцева И. В. Специфика жестокого обращения с детьми в школьной среде // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2014. – № 6 (июнь). – С. 106–110. – URL: http://e-koncept.ru/2014/14158.htm.
19. Практическая психология образования/Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: «Академия», 2000. - 528 с.
20. Предотвращение насилия в образовательных учреждениях. Методическое пособие для педагогических работников /Л.А. Глазырина, М.А. Костенко; под ред. Т.А. Епояна. - М.: БЭСТ-принт, 2015. - 144 с.
21. Руланн Э.Г. Как остановить травлю в школе. Психология моббинга. – М.: Генезис, 2012. — 264 с.
22. Сафонова Т.Я., Цымбал Е.И. Жестокое обращение с детьми - М.: Психология и педагогика, 1993г.
23. Селиванова О.А., Шевцова Т.С. Профилактика агрессивности и жестокости в образовательном учреждении. - Тюмень: Издательство Тюменского государственного университета, 2011. – 232 с.

24. Стрельбицкая А.А. Динамика школьного буллинга в коллективах старшего звена // Педагогическая диагностика. – 2010. – №2. – С. 104-124.
25. Ушакова Е. Буллинг новый термин для старого явления // Директор школы. 2009. №6. С.84-87.
26. Файнштейн Е.И. Моббинг, буллинг и способы борьбы с ними // Директор школы. 2010. №7. С.72-76.
27. Школа без насилия. Методическое пособие/Под ред. Н.Ю. Синягиной, Т.Ю. Райфшнайдер. М.: АНО «Цнпро», 2015. - 150 с.

Список использованных источников

1. Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. - М.: Генезис, 2006. - 256 с.
2. Глазман О. Л. Психологические особенности участников буллинга //Известия Российского гос. пед. ун-та имени А.И.Герцена. - 2009. - № 105. - С. 159-165.
3. Кон И.С. Что такое буллинг, как с ним бороться? [Электронный ресурс] Режим доступа: http://www.sexology.narod.ru/info18.html.
4. Ожиёва Е.Н. Буллинг как разновидность насилия. Школьный буллинг [Электронный ресурс] //Психологи и социология. 2008. №5. Режим доступа:http://www.rusnauka.com/33_NIEK_2008/Psihologia/37294.doc.html.
5. Предотвращение насилия в образовательных учреждениях. Методическое пособие для педагогических работников /Л.А. Глазырина, М.А. Костенко; под ред. Т.А. Епояна. - М.: БЭСТ-принт, 2015. - 144 с.
6. Программа профилактики буллинга в образовательной организации. [Электронный ресурс] Режим доступа: http://psy.su/psyche/projects/1813/
7. Сафонова Т.Я., Цымбал Е.И. Жестокое обращение с детьми - М.: Психология и педагогика, 1993г.
8. Школа без насилия. Методическое пособие/Под ред. Н.Ю. Синягиной, Т.Ю. Райфшнайдер. М.: АНО «Цнпро», 2015. - 150 с.
9. Холодова Ю.Б. Профилактика буллинга в образовательном учреждении // Инновации в образовании и физической культуре: сб. науч. и метод. статей. - СПб: Свое издательство, 2016. - С. 31-38.
10. Курганский С.М. Профилактика буллинга [Электронный ресурс] Режим доступа: http://klepik.depon72.ru/?p=1348
11. Доктор Шлаукинд. Моббинг и буллинг, как формы психологического насилия в школе. [Электронный ресурс] Режим доступа: https://ekidz.eu/ru/mobbing-i-bulling-2/
12. http://mobbingu.net/articles/detail/49/#hcq=I1v4t6q
13. https://www.b17.ru/article/22384/
14. http://www.domrebenok.ru/blog/nasilie-v-shkole-chto-takoe-bulling-chem-on-opasen-i-kak-s-nim-borotsya/
15. http://iite.unesco.org/pics/publications/ru/files/3214740.pdf

Приложение №1
к программе профилактики буллинга,
кибербуллинга, агрессии, жестокого обращения
среди обучающихся «Мы такие какие мы есть»
2023 – 2028 учебный год

Признаки травли (буллинга) или как можно распознать травлю

- кого-то из учеников зажимают в углу помещения, класса;
- когда педагог или взрослый подходит к группе детей, они замолкают, раз- бегаются;
- один из учеников не выходит со всеми на перемену, сидит в классе, нахо- дится в изоляции;
- весь класс смеется над одним и тем же учеником;
- обидные прозвища;
- по внешнему виду одного из учеников (бледность, весь в слезах, напуган, трясется, имеются следы насилия на теле или лице);
- ученики младших классов боятся зайти в туалет;
- после занятий ученики не расходятся, кого-то ждут около школы и т.д.;
- страх посещать или покидать учреждение образования;
- нежелание оставаться на длительное время в замкнутом пространстве с другими обучающимися или сотрудниками учреждения образования;
- просьбы сопровождать в учреждение образования;
- резкие негативные изменения в поведении;
- пропуск учебных занятий без уважительной причины;
- тревожность, апатия, критичность по отношению к себе или окружающим, снижение самооценки, агрессивность, враждебность, плаксивость;
- рассуждения о смерти, суицидальные наклонности;
- нарушения сна, ночные кошмары;
- нарушение аппетита;
- жалобы на головные боли, боли в животе, головокружения;
- резкое ухудшение академической успеваемости;
- пропажа или порча личных вещей;
- просьба выделять больше карманных денег, воровство их;
- необъяснимые физические повреждения (синяки, царапины, следы от ударов, тушения раскаленных предметов, сигарет, ожоги и так далее).

Особенности поведения детей, являющихся жертвами.

Обычно их поведение вызывает раздражение у одноклассников и учителей по следующим признакам:

- гиперактивность и повышенная возбудимость;
- плохая успеваемость;
- ябеды;
- синдром дефицита внимания;
- любимчики учителей;
- с трудом усваивающие чтение и письмо;
- гиперопекаемые родителями;
- воображалы;
- хвастуны;
- «белые вороны» во внешности (например, заячья губа, необычная форма ушей, сколиоз, шрамы, очки, тики, косоглазие…);

• неопрятно одетые или же суперодетые;

• одаренные;

• кичащихся достижениями своих родителей;

• не имеющие электронных новинок или же имеющие самые дорогие из них, не доступные другим детям;

• вундеркинды;

• интроверты с затрудненной коммуникацией;

• часто болеющие дети и пропускающие из-за этого уроки в школе;

• необычная манера речи, «необычное» в однокласснике с точки зрения его соучеников (это может быть что угодно);

• дети, не умеющие за себя постоять из-за своей деликатности или психологических особенностей;

• дети другой национальности, непопулярной в данное время в стране.

Симптомы ребенка, подвергаемого травле:

• неохотно идет (или вовсе отказывается) в школу и возвращается подавленным;

• не упоминает одноклассников (имена, события и т. п.) и школьную жизнь;

• не знает, кому можно позвонить, чтобы узнать о домашнем задании или отказывается звонить;

• его не зовут гулять, не зовут на дни рождения, и он тоже;

• ребенок чаще упоминает свое будущее («хочу поступить туда-то», «хочу стать тем-то»), чем настоящее.

Приложение № 2
к программе профилактики буллинга,
кибербуллинга, агрессии, жестокого обращения
среди обучающихся «Мы такие какие мы есть»
2023 – 2028 учебный год

Что почитать детям и подросткам по проблеме буллинга

1. Богословский А. Верочка
2. Железников В. Чучело
3. Басова Е. Подросток Ашим
4. Майрок А. Почему я? История белой вороны
5. Паласио Ракель. Чудо
6. Сережкин А. Ученик
7. Вильке Д. Грибной дождь для героя
8. Пиколт Дж. Девятнадцать минут
9. Рис Г. Мыши
10. Тор А. Правда или последствия
11. Кауфман Б. Вверх по лестнице, ведущей вниз
12. Кэндзиро Хайтани. Взгляд кролика
13. Моска Дж. Воспоминания о школе
14. Макклин Гр. Самая прекрасная земля на свете
15. Экстенс Г. Вселенная против Алекса Вудса
16. Арутюнянц К. Я плюс все
17. Перлова Е. Танцы, огурцы и большие мечты
18. Доцук Д. Мандариновая пора
19. Габова Е. Не пускайте рыжую на озеро
20. Шолохова Е. Зарница
21. Павлова И. Прикоснись к химере»
22. Лавряшина Ю. Прощай, КоБра!»
23. Штомпель А. Игра в пазлы, или Девочка из Грозного
24. Бессонова М. Башня падает
25. Амраева А. Я хочу жить!
26. Романова Л. Люди крыш
27. Лубенец С. Любовь не красит жизнь мою
28. Лазаренская М. Северный ветер дул с юга
29. Шолохова Е. Запретная земля
30. Крюкова Т. Ведьма
31. Раин О. Отроки до потопа
32. Шолохова Е. Плохой, жестокий, самый лучший
33. Шолохова Е. Ниже бездны, выше облаков
34. Шолохова Е. Звезда
35. Свичкарь Т. И сколько раз бывали холода

Книги для родителей (законных представителей) по проблеме буллинга

2. Цымбаленко Н. Буллинг. Как остановить травлю ребенка
3. Моторина С. Травля: со взрослыми согласовано
4. Морено Элой. Невидимка
5. Мэтьюз Эндрю. Как остановить травлю?
6. Гийу Ян. Зло

Приложение №3
к программе профилактики буллинга,
кибербуллинга, агрессии, жестокого обращения
среди обучающихся «Мы такие какие мы есть»
2023 – 2028 учебный год

Сценарии классных часов для работы по профилактике буллинга

Сценарии классных часов взяты из антибуллинговой программы «Каждый важен» // Центр толерантности. URL: https:// xn--80aafhhcdvf2b2k.xn--p1ai/; Школа Москва. URL: https://bullying.shkolamoskva.ru/parent/**.**

Классный час «Урок дружбы»

Тема	Социализация ребенка в детском коллективе, безопасное поведение
Цель	Дети учатся понимать, что такое дружба, какие прави- ла дружбы существуют
Целевая аудитория	Школьники начальных классов и среднего звена
Количество человек	Школьный класс (25 человек)
Длительность занятия	1 урок (45 мин)
Формат	Тренинг
Дополнительные методические и вспомогательные материалы	*Урок дружбы. Рабочая тетрадь учителя*[1] (Урок дружбы. Рабочая тетрадь учителя. URL: https://course.bochkova.academy/pl/file-service/user/file/download/h/6a6a54a6436dfbcfc3c75e4ceb861895.pdf (дата обращения: 04.06.2023). Тетрадь предназначена для помощи в сопровождении детей на уроке, выполнении заданий и проведения качественных обсуждений. Ссылка на видеоурок: https://course.bochkova.academy/onlineuroki_dryzhba
Требования к аудитории	1. Экран или проектор для вывода изображения. 2. Для заданий 1—3 — доска, ватман или флипчарт. 3. Для задания 4 — раздаточные материалы: неболь- шие чистые листы (10 × 10 см) на каждого ученика в классе
Рекомендации по проведе- нию	Ведущий дает детям задания для обсуждения. Важно помогать детям отвечать на вопросы, стимулировать каждого участвовать в обсуждении, хвалить и благодарить за каждый ответ, но не отвечать за них, а лишь подталкивать к собственным мыслям и помогать формулировать. Старайтесь, чтобы каждый из учащихся высказал свое мнение. Обратите внимание, что в этой рабочей тетради подготовлены объяснительные тек- сты с подсказками, на что важно обратить внимание во время обсуждения. Также вы увидите выделенные отдельным форматом фрагменты, этот текст — прямая речь, которую педагог зачитывает детям дословно

Поминутный сценарий «Урока дружбы»

Этапы (описание) занятия, применяемый метод обучения, его содержание	**Запланированное время**
Подготовьте экран и урок. Поздоровайтесь с детьми и расскажите им, что их ждет	5 мин
Включите видео. Просмотрите его. Далее поставьте на паузу. **ЗАДАНИЕ 1. НАСТОЯЩИЙ ДРУГ** Дети получают задание охарактеризовать настоящего друга. Помогите им ответить на вопросы о положительном друге. Постарайтесь не подсказывать детям. Ваша задача подталкивать их к размышлениям и выводам, но не давать готовые решения. Для этого вы можете задавать дополнительные вопросы, приводить примеры из их повседневного общения, уточняя, считается ли такое поведение настоящей дружбой. Запишите на доске или на плакате ответы детей. Если дети давали развернутые ответы, запишите их коротко, передавая суть и общий смысл фраз	1:32 Поставьте видео на паузу, ориентируясь на подсказку на экране
Продолжите смотреть видео	
ЗАДАНИЕ 2. НЕНАСТОЯЩИЙ ДРУГ Дети получают задание охарактеризовать ненастоящего друга, то есть посмотреть на дружбу с другого ракурса. Помогите детям ответить на вопросы о друге со знаком «минус». Постарайтесь также не подсказывать детям. Ваша задача подталкивать их к размышлениям и выводам, но не давать готовые решения. Для этого вы можете задавать дополнительные вопросы, приводить примеры из их повседневного общения, уточняя «считается ли такое поведение ненастоящей дружбой». Снова запишите на доске или на плакате ответы детей	1:56 Поставьте видео на паузу, ориенти- руясь на подсказку на экране
Продолжите смотреть видео	
ЗАДАНИЕ 3. КЛАССНАЯ КОМПАНИЯ / УЖАСНАЯ КОМПАНИЯ Вам предстоит выполнение двух заданий, в которых дети будут перечислять качества дружелюбного класса и качества враждебного класса. По итогам перечисления они сравнят полученные характеристики и сделают вывод о своем классе. Разделите доску на две части, чтобы записать ответы в соответствующий раздел	10 мин
ЧАСТЬ 1. КЛАССНАЯ КОМПАНИЯ Задача детей — охарактеризовать дружелюбный класс, который состоит исключительно из настоящих друзей. Дети должны ответить на вопросы: • Хочется ли в такой класс ходить? • Насколько такой класс сплочен? • Как в этом коллективе дети друг с другом разговаривают, здороваются ли? • Как дети реагируют, когда кого-то в классе обижают? • Если в классе есть ребенок, у которого мало друзей, что будут делать дети? • Как дети реагируют, когда кому-то в классе нужна помощь? • Как дети ведут себя, если они поссорились? • Если кто-то из одноклассников провинился перед классом, как дети реагируют, что говорят провинившемуся? • Кого дети берут в игру? Что если ребенок не умеет что-то делать? • Если в такой класс попал новичок, что будут делать одноклассники? Рекомендация: для того чтобы получить полное представление	3:08 Поставьте видео на паузу, ориенти- руясь на подсказку на экране

о дружелюбном классе, зачитывайте вопросы детям еще раз и записывайте ответы на вопросы сразу за детьми.	
Продолжите смотреть видео	
ЧАСТЬ 2. УЖАСНАЯ КОМПАНИЯ	3:29 Поставьте видео на паузу, ориентируясь на подсказку на экране
Теперь задача детей охарактеризовать класс, состоящий только из ложных, ненастоящих друзей. Как будут вести себя дети в этом классе? Поставьте видео на паузу в момент, когда вопросы будут на экране (на видео это время 3:29). Пройдите по каждому вопросу и запишите эти ответы напротив ответов про дружелюбный класс	5 мин
Продолжите смотреть видео	
ЗАДАНИЕ 4. КАКОЙ МОЙ КЛАСС?	5:21 Поставьте видео на паузу, ориентируясь на подсказку на экране
У детей получились две характеристики классов: класс эльфов (дружелюбный и уважающий границы друг друга) и класс чудовищ (класс, где каждый сам за себя). Эти крайние характеристики позволяют нам сделать шкалу дружелюбности класса: 10 баллов: самый дружелюбный класс, максимально высокая оценка 8—9 баллов — вполне дружелюбный, но не идеальный класс 7—5 баллов — где-то посередине, есть и дружба, и вражда 4—2 балла — по большей части дети враждуют 1 балл — тот самый крайне враждебный класс	
Исходя из представленной шкалы, попросите детей дать характеристику своего класса, выбрав тот балл, который больше всего подходит	5 мин
Раздайте детям заранее заготовленные листочки, на которых они смогут написать одну цифру — оценку. Дайте задание детям: «Используя эту шкалу, оцените текущее положение класса. Как вам кажется, какой ваш класс — дружелюбный, средний или враждебный? Помните, что вы можете не показывать свою оценку кому-либо. Просто запишите ее и положите на стол учителю. Не стоит завышать или занижать отметку, необходимо ответить честно, так как это поможет со стороны посмотреть на класс и, возможно, улучшить отношения в нем. Подписывать листочек не нужно»	5 мин
Рекомендация: не пытайтесь посмотреть, кто какую оценку по-ставил. Анонимность очень важна в этом вопросе, дети должны отвечать максимально честно. После того как все дети оценили свой класс и сложили оценки, посчитайте среднее арифметиче- ское (сумму оценок разделите на общее число голосующих) и озвучьте детям получившуюся цифру	
Подведение итогов: После получения оценки уточните: «Удивлены? Довольны средним баллом?» Выслушайте мнения и впечатления детей, поблагодарите за участие и уточните: «Как вам кажется, есть ли к чему стремиться? Можно ли улучшить отношения в классе?» Выслушайте снова ответы. Сфокусируйтесь на ответе, который максимально соответствует дальнейшему плану действий, то	3 мин

есть желанию улучшить отношения в классе.	

Классный час

«Тролли и где они обитают, или как не дать испортить себе настроение»[1]

Тема	Человек и личность (коммуникация и взаимодействие)
Цель	Дети узнают, какие виды троллей есть в Сети, какие правила общения нужно использовать
Целевая аудитория	Школьники 5—6-х классов
Количество человек	Школьный класс (25 человек)
Длительность занятия	2 урока (1—1,5 часа)
Формат	Тренинг
Дополнительные методические и вспомогательные материалы	Ссылка на видео: https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2509023/view Иллюстрации 1—5 Ссылка на презентацию: https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2509023?menuReferrer=catalogue
Требования к аудитории	1. Экран или проектор для вывода изображений и видео. 2. Для заданий 3, 6, 9 — доска, ватман или флипчарт, листы ватмана (листы для флипчата). Заранее подготовленные материалы для этих заданий. 3. Иллюстрации 1—6 в сценарии урока. Возможен дистанционный формат проведения занятия

Описание тренинга	Классный час на тему «Человек и личность (коммуникация и взаимодействие)». Дети узнают, какие виды троллей есть в Сети, какие правила общения нужно использовать. Тренинг состоит из следующих тем: 1. Тема классного часа 2. Правила взаимодействия 3. Виды троллей 4. Тролли сейчас 5. Комментарии в Сети 6. Виды троллей в Сети 7. Как победить тролля 8. Учимся определять тролля 9. Как избегать троллинга

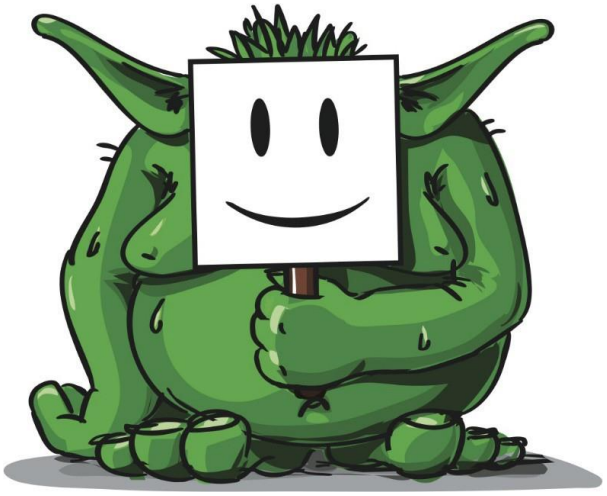
Сценарий урока «Тролли и где они обитают, или как не дать испортить себе настроение»

Этапы (описание) занятия, применяемый метод обучения, его содержание	Запланированное время
Подготовьте экран и урок. Поздоровайтесь с детьми и расска- жите им о плане занятия: цель, ожидаемые результаты	5 мин

ЗАДАНИЕ 1. ТЕМА КЛАССНОГО ЧАСА Детям предлагается определить тему встречи. Предлагается посмотреть видеофрагмент фильма «Гарри Потер». Включите видео. Просмотрите его. https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2509023/view Предлагается ответить на вопрос: Кого испугался профессор Квирелл? В видеофрагменте было убрано слово «тролль» , сегодня мы с вами поговорим о троллях	5 мин
ЗАДАНИЕ 2. ПРАВИЛА ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ Далее обсуждаем с детьми правила поведения в классном чате. Педагог на флипчате представляет заранее подготовленные правила. 1. Заходим в чат только под своим именем, а не ником 2. Используем чат только для общения по теме (не забываем о культуре речи) 3. Если нужно что-то спросить, используем микрофон, подни- маем «ладошку». Нам важно понимать, что вы принимаете эти правила, если вы с ними согласны, поднимите руку	3 мин
ЗАДАНИЕ 3. ВИДЫ ТРОЛЛЕЙ Далее разберем с ребятами, кто такие тролли. Учащимся предлагается выполнить задание: Определите, кто такой тролль. Предлагаются следующие варианты (педагог на флипчате представляет заранее подготовленные формулировки): 1. Тролль — милое, сказочное существо 2. Тролллль — огромное, зеленое чудище с болот 3. Тролль — воин армии Саурона Тролль — большой неотесанный здоровяк, любит валяться в подземелье и пугает Гермиону	4 мин
ЗАДАНИЕ 4. ТРОЛЛИ СЕЙЧАС Используются иллюстрации 1 и 2. Педагог с помощью проектора представляет на экране иллюстрации 1 и 2, далее 3 и 4. Беседа по иллюстрации. Предлагается учащимся выполнить задание: Определите, где сегодня чаще всего можно встретить тролля? Как было раньше? Как сейчас? Конечно, чаще всего сейчас троллей можно встретить в сети Интернет	5 мин

ЗАДАНИЕ 5. КОММЕНТАРИИ В СЕТИ Учащимся предлагается прокомментировать следующую ситуацию: «Финский разработчик и издатель “Supersell” объявил о переходе на платную подписку на игру с 1 января 2024 года». Учащимся предлагается ответить на вопрос: Если среди вас любители этой игры? Среди комментариев пользователей один комментарий вырыва- ется из общего посыла комментариев (предлагается продемонстрировать иллюстрацию 5). Педагог с помощью проектора представляет на экране иллюстрацию 5. Попросите ребят ответить на следующие вопросы: Как бы вы ответили автору данного комментария? Как вы ведете себя в подобных ситуациях? Какие цели пресле- дует тролль? Рекомендация: обсудите с учениками их ответы	4 мин
ЗАДАНИЕ 7. КАК ПОБЕДИТЬ ТРОЛЛЯ? Педагог с помощью проектора представляет на экране иллюстрацию 6. Педагог объясняет учащимся алгоритм, с помощью которого можно выявить и обезвредить тролля в сети Интернет. Далее ребятам предлагается ответить на вопрос: Помимо реальной жизни, где еще мы можем встретить тролля?	4 мин
ЗАДАНИЕ 8. УЧИМСЯ ОПРЕДЕЛЯТЬ ТРОЛЛЯ Включите видео. Просмотрите его. https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2509023/view Детям предлагается после просмотра видео ответить на вопрос, используя рассмотренную ранее схему: Определите вид тролля на просмотренных видео? (Правильные ответы: 1-е видео. Девушка в желтой одежде. 2-е видео. Мэг. е видео. Парень)	5 мин
ЗАДАНИЕ 9. КАК ИЗБЕГАТЬ ТРОЛЛИНГА? Подведение итогов: ребятам предлагается подвести итоги и вспомнить правила как избежать троллинга. Это четыре правила: 1. Закон самовозрастания тролля. Победи тролля — не корми тролля! Тролль существует, пока вы в него верите. Смысл троллинга в троллинге. 4. «Трололо» — любое обсуждение троллинга превращается в троллинг! Педагог на флипчате представляет заранее подготовленные предложения. Ребятам предлагается заполнить пропущенные слова в предложениях на флипчарте: ……. тролля — не корми тролля! ……существует, пока вы в него верите. Смысл троллинга в …… Трололо» — любое обсуждение троллинга превращается в ……	5 мин

Иллюстрация 1 к заданию 4 к сценарию классного часа *«Тролли и где они обитают, или как не дать испортить себе настроение»*



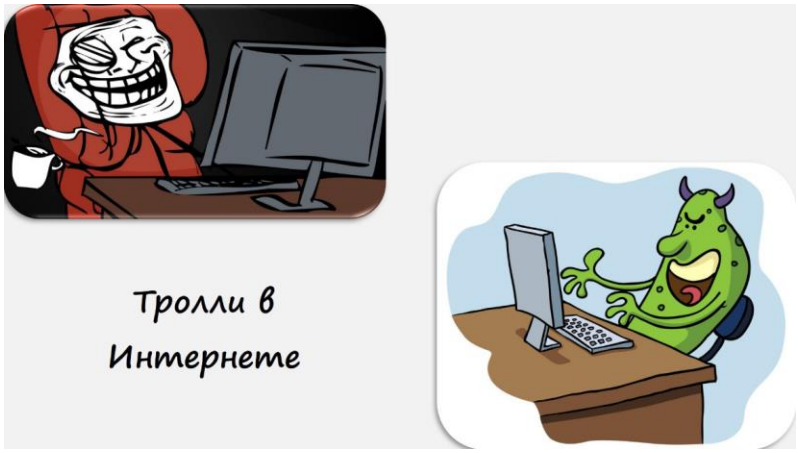


Иллюстрация 2 к заданию 4 к сценарию классного часа *«Тролли и где они обитают, или как не дать испортить себе настроение»*

Иллюстрация 3 к заданию 4 к сценарию классного часа *«Тролли и где они обитают, или как не дать испортить себе настроение»*

Иллюстрация 4 к заданию 4 к сценарию классного часа
«Тролли и где они обитают, или как не дать испортить себе настроение»

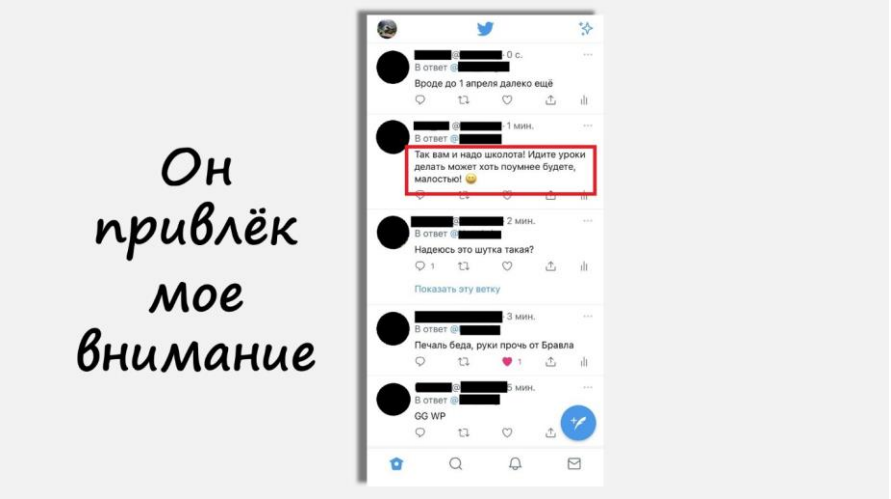


Иллюстрация 5 к заданию 5 к сценарию классного часа
«Тролли и где они обитают, или как не дать испортить себе настроение»

Приложение №4
к программе профилактики буллинга,
кибербуллинга, агрессии, жестокого обращения
среди обучающихся «Мы такие какие мы есть»
2023 – 2028 учебный год

Материалы для проведения родительского собрания по профилактике буллинга.

1. Рекомендации родителям по предупреждению травли (буллинга) среди детей:

а) Обратить внимание на обстановку дома. Дети, склонные к тому, чтобы третировать других, часто растут в семьях, где члены семьи, обладающие большей властью и статусом, злоупотребляют своим положением. Например, отец в конфликтах кричит на мать, родители заставляют детей подчиняться и угрожают жесткими наказаниями, старшие братья и сестры «отыгрываются» на младших. Важно дать ребенку понять, что насилие – это не норма человеческих взаимоотношений, а также следить за тем, чтобы у него не копились чувства обиды и гнева, для вымещения которых он искал бы кого-то слабее себя.

б) Следить за тем, чтобы, по возможности, у ребенка был контакт с обоими родителями, чтобы он мог обратиться и к матери, и к отцу, если у него возникнет потребность поговорить о важном. Исследователи показали, что чаще агрессорами становятся те ребята, у которых отцы не вовлечены в дела семьи, часто отсутствуют дома. Для девочек же важно, чтобы в доступе была мама; если контакта нет или есть конфликт и вражда, повышается шанс стать жертвой. Было сделано еще одно интересное наблюдение: почему-то дети для того, чтобы поговорить о том, что их обижают одноклассники, обычно

ыбирают кого-то одного из родителей, а не обсуждают это с ними обоими одновременно.

в) Важно, чтобы в семье были приняты достаточно открытые коммуникации между близкими. Когда родители показывают своим поведением детям, что им важно понимать, что происходит у другого на душе, что рассказать о том, что тебя беспокоит – это нормально, и не нужно бояться, что ты «напряжешь» или утомишь этим собеседника, дети знают, что если окажутся в беде (в том числе, в школе), то всегда смогут об этом рассказать.

г) Слишком сильная опека повышает вероятность того, что ребенок окажется жертвой травли. Показано, что дети, которые оказываются в роли жертв, часто очень сильно привязаны к кому- то из родителей (обычно, к матери), с большинством членов семьи у них также очень тесные отношения, и они привыкли соглашаться со всем, что им говорят. Такой ребенок, конечно, удобен и послушен, но у него, очевидно, большие сложности с тем, чтобы защитить себя.

д) Если у вас дочь. От девочек традиционно ожидается, что они должны быть спокойными и дружелюбными по отношению к окружающим, но поводы для гнева найдутся у любого ребенка. Но если прямо выражать гнев нельзя, а выхода он требует, тогда в силу вступает социальная агрессия. Что это такое? Девочки реже, чем мальчики, дерутся или обзывают обидчика в лицо. Зато они искусны в распускании слухов, создании почвы для того, чтобы коллектив решил не дружить с кем-то, и манипуляциях в сфере отношений (если ты не сделаешь так, как я хочу, ты мне не подруга). Иными словами, будучи обиженной кем-то, девочка зачастую откажется от того, чтобы прямо сказать обидчице, что думает о ней, а потом постарается сделать что-то, что ударит по ее статусу, самооценке или дружбе с другими детьми. Если же родители дают понять дочери, что испытывать разные эмоции – это нормально, что важно уметь различать и называть свои переживания, это существенно снижает риск того, что девочка начнет манипулировать отношениями с другими детьми. У нее будет возможность в ситуациях, когда ее кто-то обидел, расстроил или разозлил, сказать ему или ей об этом сразу и прямо. Чем больше прямоты – тем меньше манипуляций, это касается любых отношений и может здорово помочь в будущем.

е) Если у вас сын. Что в современном обществе значит быть мальчиком (юношей, мужчиной)? От мальчиков зачастую ожидается, что они не будут показывать слабости, не будут чувствительными, не станут плакать, когда и больно, грустно, страшно. Поэтому, с одной стороны, тот, кто позволит себе публичное проявление чувств, легко может стать и

мишенью насмешек. С другой стороны, обидные слова в его сторону помогут другим мальчишкам самоутвердиться («я не нюня и не размазня, в отличие вот от него»). Воспитывая сына, важно помнить, что табу на выражение любых негативных эмоций вряд ли позволит ему вырасти счастливым человеком, а вот в стан агрессоров или их жертв вполне может привести. Наконец, самый расхожий и токсичный миф – миф о виновности жертвы. Дети выбирают в качестве жертвы обычно того, кто по какому-то признаку отличается от подавляющего большинства. Это может быть самый полный или худой ребенок, ребенок из самой богатой или бедной семьи, отличник, иностранец и т.д. Поэтому говорить о «вине» жертвы бессмысленно: думаем, для каждого человека в мире найдется коллектив, в котором именно он будет «не таким». Итак, никакое отличие не дает права другим делать кого-то жертвой.

ж) Не стоит доверять мифам о школьной травле. Среди самых расхожих: «это происходит всегда, и с этим ничего не сделаешь, не стоит и пытаться; жертве не стоит обращать внимания на обидчиков, и тогда они сами отстанут; раз кого-то травят, значит, он сам дает какой-то повод, в общем, сам виноват». Когда жертва (и/или взрослые) не предпринимают попыток защиты, травля часто усугубляется.

Рекомендации родителям, ребенок которых оказывается вовлеченным в кибертравлю:

- родитель должен быть в курсе того, какую активность проявляет ребенок онлайн, какие сайты посещает. Также он должен интересоваться тем, что он делает в Интернете, если будут веские причины для беспокойства;
- можно поставить программу «Родительский контроль», но это не панацея, не стоит на нее полностью полагаться;
- если родителю удастся проявить искренний интерес к самым любимым сайтам ребенка и узнать о них побольше (и от ребенка, и покопавшись в них самим), это будет хорошим фактором повышения кибербезопасности ребенка;
- хорошо, если ребенок согласится «дружить» с родителем в социальных сетях. Если он отказывается, это его право, но, может быть, он согласится дружить при этом с каким-то другим взрослым, с которым у родителя есть контакт (например, со старшим братом или сестрой, хорошим другом семьи т.д.);
- родитель должен спросить у ребенка пароли от его аккаунтов и пообещать, что воспользуется ими только в случае крайней необходимости. И обязательно сдержать слово. Попытки «шпионить» за детьми приводят зачастую к быстрому разоблачению родителей и полному исчезновению доверия со стороны ребенка. После этого у родителя остается очень мало шансов узнать о происходящем, если ребенок действительно окажется в опасной ситуации;
- договориться с ребенком о том, что он сразу же расскажет родителю, если окажется в ситуации кибербуллинга, и заверить его в том, что при этом родитель не отберет у него телефон или компьютер. И сдержать слово.

Правила безопасности в Интернете, которым родитель должен обучить ребенка:

- Научить детей хорошенько думать о том, что они постят в сети. Научить никогда не делиться чем-то, что потом может их поставить в неловкое положение: единожды будучи помещенной в сеть, информация перестает принадлежать автору – это очень важно усвоить.
- Предложить детям задуматься над тем, кому, по их мнению, может иметь доступ к их личной информации: будет ли их страница открыта для всех или только для друзей, или друзей друзей и т.д.
- Научить детей ни с кем (кроме родителя) не делиться своими паролями. Если кибербуллинг уже имеет место:

— не отвечать на оскорбительные сообщения и не пересылать их;

— сделать скриншоты, оставить доказательства того, что нападение имело место;

— заблокировать того пользователя, от которого исходят оскорбительные сообщения;

— сообщить провайдеру или руководству соцсети или сайта о том, что правила их сервиса нарушаются.

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

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

Задачи:

1.Познакомить родителей с понятием «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:

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

Ход собрания

Мини-лекция

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, унизить, 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
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:

Это агрессивное и негативное поведение.
Оно осуществляется регулярно.
Оно происходит в отношениях, участники которых обладают неодинаковой властью.
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 вмешательства 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 необязательно 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 комментариев или слухов о ком-то в интернете, 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 блокирован 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 видеохостинга** 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);

– **кибersталкинг** – 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 издевательства в сетевом общении.

Что можно сделать, если вы столкнулись с ситуацией кибертравли?

Как распознать 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 обратится 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, неспокойно 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. Книги, 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 те, которые **неверны** 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 индульгенцию на вымещение накопленной обиды и злости на других детях. Те в свою очередь получат 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»

Зачастую происходит подмена понятий, и родители принимают каждый синяк или царапину за буллинг или, наоборот, даже самые откровенные признаки списывают на детские пустяковые стычки – мол, сами разберутся. У настоящего буллинга есть три основных маркера, которые не позволят ошибиться и которые важно уметь распознать: *намеренность, повторяемость, неравенство сил.* Другими словами, если угрозы, унижения, оскорбления, порча вещей, высмеивание, шантаж, физическое насилие стали регулярны, вред был причинен нарочно, а ребёнок не может постоять за себя и глубоко переживает происходящее – это буллинг. Даже если нет пресловутых синяков *(эмоциональный, психологический террор незаметен, но от этого не менее опасен*).

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 и 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 действенно, 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. <u>Мини-лекция</u>

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. <u>Типы агрессоров:</u>

- «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 унизительные 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.

<u>Чувства агрессоров:</u>

- 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 то 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, тики и гиперкинезы, 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, издевательств, 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.

Последствия школьного насилия

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.

Приложение №5
к программе профилактики буллинга,
кибербуллинга, агрессии, жестокого обращения
среди обучающихся «Мы такие какие мы есть»
2023 – 2028 учебный год

Рекомендации для работы педагогических работников с классом по профилактике буллинга

Для учителей самыми частыми последствиями буллинга являются большее количество негативных эмоций в общении с детьми, проблемы с дисциплиной в классе, снижение статуса среди учеников, чувство собственной несостоятельности и бессилия, риск административных взысканий, когда ситуация выходит из-под контроля, и травля приводит к физическим повреждениям, суицидальному поведению, конфликтам с родителями. Мотивирование класса на борьбу с буллингом – это главная задача классного руководителя и команды учителей, преподающих в данном классе. Потребуются спокойствие, много терпения, твердое убеждение и решимость: «Вместе мы справимся! Мы этого не потерпим! Это должно прекратиться!» Побуждайте ребят к тому, чтобы вместе работать над возникающими проблемами, над созданием хорошей и открытой атмосферы в классе. Особенный вклад вносит способность учителя быть примером для своих учеников. Целесообразно создание свода правил, совместно с детьми, в отношении буллинга и поведения детей при столкновении (напрямую или косвенно) с ним. Пример: Правила класса Мы внимательно слушаем друг друга. Мы даем друг другу высказаться. Мы говорим с человеком, а не о нем. Мы ни о ком не говорим плохо.

11 Мы не говорим об отсутствующих. Мы отказываемся от обидных прозвищ и ругательств. Мы не смеемся над кем-то, если он сделал ошибку или еще чего-то не умеет. Если с кем-то обращаются несправедливо, мы обращаем на это внимание и помогаем ему. Мы не собираемся в группы, чтобы «дружить

против» кого-то. В течении одного часа/дня мы говорим друг другу только хорошее. Хорошую службу в случае острого буллинга может сослужить заведенная в классе Книга жалоб и предложений. В этом же смысле очень полезным бывает назначение учителем специального времени, когда ему можно звонить по телефону для обсуждения своих проблем. Это особенно нужно в острой фазе буллинга, когда ребята могут опасаться открыто подойти к учителю. Регулярно (примерно раз в неделю, пусть даже в течение нескольких минут) разговаривайте с классом о хорошем, что произошло за неделю, а также о возникших проблемах. В таких беседах можно также обсудить, насколько хорошо работают принятые в классе правила. Здесь можно вырабатывать и новые правила, а также выбирать «правило недели». Важно, чтобы на таком классном форуме взгляд был обращен преимущественно на сегодня и завтра, а не на вчера.

Мероприятия при обнаружении конкретного случая буллинга: Осторожные и аккуратные действия по защите жертвы буллинга. Выравнивание сил. Учитель показывает классу, что уважает тех, кто оказался в слабом положении, в особенности тогда, когда класс не проявляет к этому человеку уважения и не признает его. Учитель никогда не критикует подвергающегося буллингу ученика в присутствии других ребят. При необходимости учитель ищет с ним контакт на переменах, чтобы поговорить с глазу на глаз. В классе учитель вселяет в него

мужество, поскольку мужество – это первое, что пытаются в нем разрушить при буллинге.

Выстраивание структуры непосредственной поддержки как жертвы, так и буллеров. Учитель разговаривает с каждым из ребят один на один или собирает для беседы группу, состоящую из жертвы, буллеров и их друзей, обсуждая происходящее и вырабатывая для них определенные правила. Учителям важно обращать пристальное внимание на категории учеников, которые, с их точки зрения, являются полностью «благополучными». Тем не менее, они также могут стать жертвами травли. К таким «счастливчикам», например, часто относятся отличники. Для многих учителей ребенок, который учится на «пять», априори непроблемный, свое хорошее отношение к нему они приписывают и другим детям,

его окружающим. Хотя общеизвестно, что во многих школах, где общий уровень успеваемости невысок, именно отличники становятся мишенью нападок. При выявлении в своём классе буллинга, учителю стоит поставить в известность руководство школы, школьного психолога, а также родителей учеников.

Приложение №6
к программе профилактики буллинга,
кибербуллинга, агрессии, жестокого обращения
среди обучающихся «Мы такие какие мы есть»
2023 – 2028 учебный год

Рекомендации педагогам для работы по профилактике травли (буллинга) «Ошибки взрослых»

Часто взрослые, сталкиваясь с травлей в детском коллективе, совершают типичные ошибки, которые приводят к тому, что ситуация травли консервируется или даже усугубляется. Итак, *чего не надо делать в случае травли.*

1. ***Ждать, что само пройдет.***

Само не проходит. У детей до подросткового возраста – точно. Позже есть небольшой шанс, что в группе найдутся достаточно авторитетные дети, не обязательно лидеры, которые вдруг увидят эту ситуацию не как привычную игру, а как жестокость и недостойное поведение и решатся заявить о своем видении. Это может если не полностью прекратить, то сильно уменьшить травлю. Но до примерно 12 лет детям сложно опираться на собственные моральные ориентиры и тем более идти против группового давления (это и взрослым дается непросто). Если взрослые не занимаются атмосферой в детской группе, травля сама по себе никуда не денется.

2. **Искать причины и объяснения.**

Причин, по которым возникает травля много: и потребность возраста, и давление закрытой системы, и личные особенности детей, и недостаток опыта у педагогов, и фоновая агрессия в обществе. Все это очень важно и интересно, и безусловно стоит изучать и понимать.

Но множество вполне объективно существующих причин не делают травлю приемлемой. Можно долго искать причины и факторы, вызывающие какую-то болезнь, но нельзя делать это вместо помощи тем, кто страдает уже сегодня. Травля в конкретном классе, от которой страдают прямо сейчас конкретные дети – не вопрос научных изысканий, это вопрос морали и прав человека. Издевательство недопустимо. Никакие особенности школы, общества, семей и детей не могут служить оправданием травли.

Если в голове взрослого такого твердого убеждения нет, остановить травлю он не сможет. Он будет бесконечно рассуждать о том, какие дети, какие родители, какое общество, приводить примеры, чем дети, которых (или которые) травят, отличаются от других детей в классе и разводить руками: «Ну, они такие, что я могу поделать!». И заниматься по сути поддержанием травли, ведь в ее основе как раз лежит этот прием: объявить кого-либо «не таким» и на этом основании выдать себе индульгенцию на насилие.

Кроме того, причины травли часто столь глобальны, что устранить их невозможно. Скажем, агрессию в обществе или насильственность и закрытость школьной системы мы вряд ли сможем преодолеть в обозримом будущем. Дети, обделенные любовью родителей и потому самоутверждающиеся за счет других, всегда были, есть и будут. Люди социальны и ориентированы на группу, задача возраста – пережить сплоченность.

Все это так, но это не значит, что надо терпеть травлю. Нет задачи устранить причины, есть задача обеспечить безопасность каждого ученика в школе, а для этого нужно изменить конкретное поведение конкретной группы детей.

3. ***Путать травлю и непопулярность.***

Никто никому не обязан, чтобы его все любили и хотели с ним дружить. Не могут быть все одинаково популярны. Многим детям, кстати, 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.

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. Популярность – это

вопрос психологический. Групповое насилие – это вопрос нарушения прав.

Педагоги, 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 может сработать при одном условии: травля как насилие УЖЕ прекращена. Если нет – любые достоинства жертвы в глазах группы, захваченной азартом травли, будут мгновенно превращены в недостатки. Выиграл олимпиаду – «ботан». Помог кому-то – «подлиза». Нарисовал хорошо – «художник-мазила-мочи Левитана». В грязной атмосфере насилия не пробьются ростки интереса и уважения. Сначала надо провести дезинфекцию.

ошибку, кстати, нередко поддерживают детские книжки и фильмы. Соверши подвиг, впечатли всех, и жизнь наладится. Если дело только в непопулярности – может быть. Если идет травля – нет. И даже может быть наоборот. Дети, которые стали успешны и известны благодаря спортивным победам, роли в кино или каким-то еще достижениям, могут много рассказать о школьной травле. Только в мелодрамах фото на обложке журнала означает признание в классе. В реальности это скорее принесет новые проблемы.

4. Считать травлю проблемой только жертвы.

Конечно, явственно страдает именно жертва. Те, кто травит, прямо сейчас могут выглядеть очень довольными собой. Однако важно понимать, что страдают в результате все.
Страдает жертва, получившая опыт унижения, отвержения и незащищенности, травму самооценки, а то и нарушения эмоционального развитии из-за долгого и сильного стресса.
Страдают свидетели, те, кто стоял в стороне и делал вид, что ничего особенного не происходит, и в это самое время получал опыт бессилия перед властью толпы и стыда за свое слабодушие, поскольку не решился вступиться и поддерживал травлю из страха самому оказаться жертвой.
Страдают преследователи, получая опыт шакалов в стае, или опыт кукловода, опыт безнаказанности, иллюзию своей силы и правоты. Этот опыт приводит к огрублению чувств, отрезанию возможностей для тонких и близких отношений, в конечном итоге – к деструктивным, асоциальным чертам личности. Пиррова победа, которая потом обернется одиночеством и положением изгоя во взрослом коллективе, где никто уже не станет особо бояться такого «булли», а вот общаться с ним не захочет. Даже если он будет успешен и станет начальником, счастья в его жизни будем немного.

Наконец, это все плохо для группы в целом, для ее эффективности, способности справляться с трудностями. Насилие – страшный пожиратель энергии, ни на что другое сил у группы уже не остается. В том числе и на учебу.

Это то, что важно доносить до родителей: если это не вашего ребенка травят – не думайте, что у вас нет повода для беспокойства. Не говоря уже о том, что тлеющая подолгу травля всегда прорывается вспышками настоящего насилия. И тогда абсолютно любой – в том числе и ваш – ребенок может оказаться «назначен» группой исполнить ее волю и «дать ему как следует». Он сам потом не сможет объяснить, почему так озверел и почему сделал то, что ему вовсе не свойственно. Ну, а дальше варианты. Либо он сам рискует совершить серьезное преступление, либо доведенная до отчаяния жертва даст отпор, и может произойти все что угодно.

5. Считать травлю проблемой личностей, а не группы.

Это подход «все дело в том, что они такие». Чаще всего приходится слышать, что жертва – «такая» (причем неважно, в негативном ключе: глупая, некрасивая, конфликтная или в позитивном: одаренная, нестандартная, «индиго» и т. д.).

«Козлом отпущения» может стать каждый. Это иллюзия, что для этого надо быть каким-то особенным. Очки (веснушки), толщина (худоба), национальность, дешевая одежда – все может стать основанием для объявления жертвы «не такой». Причина травли – не в особенностях жертвы, а в особенностях группы. Один и тот же ребенок может быть изгоем в одной группе и своим в другой. Или перестать быть изгоем в тот же самой за короткий срок, скажем, после смены классного руководителя.

Так же не имеет смысла сводить причину травли к качествам тех, кто травит. Конечно, роль инициаторов травли часто берут на себя дети не самые благополучные внутренне. Но одних только их качеств недостаточно. Часто самые отъявленные травители, случайно оказавшись с жертвой вдвоем, например, на продленке, мирно с ней

играют. А если учитель вмешивается и начинает активно работать с травлей, агрессоры иногда за считанные дни меняют свое поведение, хотя, конечно, они не могли бы так стремительно решить свои «внутренние проблемы» или повысить свой «культурный уровень».

Эта ошибка лежит в основе попыток преодолеть травлю путем «разговоров по душам» или «индивидуальной работы с психологом». С жертвой ли, с агрессорами ли. Травля, как любое застревание в деструктивной динамике – болезнь группы. И работать надо с группой в целом. Обсуждать происходящее, устанавливать новые правила. И только в этом контексте могут быть полезны разговоры с жертвой и обидчиками.

Пытаться решить проблему травли, решая личные проблемы действующих лиц, – все равно что пытаться решить проблему аварий на дорогах не разумными правилами дорожного движения и контролем за их исполнением, а развитием у каждого отдельного водителя скорости реакции, вежливости и любви к ближнему. Одна из основных задач возраста в конце начальной и средней школе – разобраться в правилах общежития, научиться жить в социуме. И правила должны задавать взрослые.

Конечно, помогать детям решать внутренние проблемы тоже нужно, но это работа долгая и в ситуации актуальной травли невозможная обычно. Надо сначала прекратить травмирующее воздействие, а потом уж лечить.

6. Давить на жалость.

Пытаться объяснить агрессорам, как жертве плохо и призывать посочувствовать. Не поможет чаще всего. Только укрепит их в позиции сильного, который хочет казнит, хочет милует. Обычно агрессоры потому и травят, что очень хорошо знают, каково жертве, и боятся оказаться на ее месте (скорее всего, уже там бывали: в своей семье или в другой группе).

Логика травли состоит в том, что луч прожектора общего негативного внимания обращен на жертву, и она мечется в нем, как обреченный кролик в свете фар автомобиля. Поэтому любые разговоры о жертве подкрепляют травлю. Наша задача – перевести луч прожектора на саму травлю как явление, сделать мишенью насилие как таковое.

7. Принимать правила игры.

Это самое важное, пожалуй. Ситуация травли сдвигает «точку нормы». Через какое-то время всем кажется, что так и надо, «таких» и надо травить, а как же иначе – ведь они «такие».

Любая ситуация насилия провоцирует выбор: либо «меня бьют, потому что я слабый, и всегда будут бить», либо «меня бить не будут, потому что я сильный и бить буду я». При всей кажущейся разнице обе эти позиции сходны. Они обе базируются на одном и том же убеждении о том, как устроен мир. А именно: «сильный бьет слабого». И часто взрослые, пытаясь помочь, на самом деле подкрепляют эту картину мира.

Например, когда говорят пострадавшему: «подумай, в чем ты сам мог бы измениться», или «дай ему, чтоб неповадно было». По сути, ребенку сообщают вот что: «Мир устроен так, что в нем правит сила, и другого мира у нас для тебя нет. Ты можешь капитулировать перед насилием, предать себя и измениться так, как от тебя требуют («научись ладить с ребятами!»). Им виднее, каким ты должен быть, они сильны, а значит – правы. Или можешь наплевать на собственную безопасность («не бойся! дай отпор!») и озвереть, тогда тебя не тронут. Еще вариант: отрезать от себя чувства («не обращай внимания!») и научиться изображать лицом не то, что происходит внутри. По сути, взрослый во всех этих случаях солидаризируется с травлей как явлением и оставляет ребенка один на один с ней. Ребенок за всеми этими «Учись налаживать отношения» или «Дай сдачи» слышит: «Тебя никто не защитит, даже не надейся. Справляйся сам, как знаешь».

Поэтому нужно идти на конфронтацию, но не конфронтацию с конкретными детьми, а конфронтацию с правилами игры по которым сильный имеет право бить слабого. С травлей как насилием, как болезнью, отравой, моральной ржавчиной. С тем, чего не должно быть. Что нельзя оправдывать, от чего любой ребенок должен быть защищен – и точка.

Без конфронтации здесь невозможно, уговоры не помогут, медиация и «командообразование» тоже.

Приложение №7
к программе профилактики буллинга,
кибербуллинга, агрессии, жестокого обращения
среди обучающихся «Мы такие какие мы есть»
2023 – 2028 учебный год

Рекомендации о правильных действиях взрослых (классных руководителей, родителей (законных представителей) при выявлении признаков травли (буллинга).

1. Присвоить проблему.

Любая проблема решается только тогда, когда есть тот, кто ее решает, кто берет на себя ответственность. Если взрослые будут разводить руками и говорить «ну, что поделать, такие сейчас дети», ничего не изменится.

Кто может быть ответственным? Мы помним, что травля – болезнь группы, значит, работать с ней должен тот человек, который общается с группой и руководит ей, кто может задавать правила игры. То есть учитель, классный руководитель. Иногда это может быть кто-то из руководства школы, например, заместитель директора по воспитательной работе, но обычно это возможно в школах не очень большого размера, где все всех знают, и школа воспринимается как одна большая группа. В идеале весь педагогический коллектив должен иметь общий взгляд на проблему травли и всем должны быть известны алгоритмы согласованных действий в случае, когда кто-то заметил в одном из классов травлю. Чем более единую, согласованную профессиональную реакцию взрослых получает детская группа, тем быстрее разрешается проблема. Чтобы победить зарождающуюся травлю, иногда достаточно пяти минут. А запущенные случаи могут отравлять жизнь в классе годами.

Часто в школах пытаются решение проблемы травли переложить на школьных психологов. Но психолог не работает с классом как с группой, он не может исправить плохие правила жизни в этой группе. Это может сделать только учитель. А психолог как раз может помочь в этом учителю: разработать вместе стратегию действий, обсудить, что получается, да и просто поддержать педагога в процессе работы. При этом стоит работать с теми взрослыми, кто готов взять ответственность, тем, кто все валит на детей и «агрессию в обществе», психолог помочь не сможет.

Психолог может также индивидуально работать с детьми: эмоционально поддержать пострадавших и помочь им осмыслить болезненный опыт, чтобы не тащить его в дальнейшую жизнь; работать с агрессорами, искать причины их поведения, работать с их семейной ситуацией. Он может после преодоления травли провести с детьми занятия для сплачивания группы. Но все это будет полезно только после или одновременно с изменением с работой с группой, которую проводит педагог.

2. Назвать явление.

Никаких «У Пети Смирнова не ладится с одноклассниками». Когда ребенка намеренно доводят до слез, согласованно и систематически дразнят, когда отбирают, прячут, портят его вещи, когда его толкают, щипают, бьют, обзывают, подчеркнуто игнорируют – это называется «травля». Насилие. Пока не назовете происходящее своим именем, ничего не получится сделать. Неназванную проблему решать невозможно.

Не менее важно назвать явление самим детям. Дети часто не осознают, что именно делают. У них в голове это называется «мы его дразним» или «мы так играем» или «мы его не любим». Мальчики, которых застали за перекидыванием рюкзака одноклассника, со слезами мечущегося между ними, могут сказать: «мы просто играли». Нет, это не игра. Игра – это когда весело всем. И когда все играют добровольно. Девочки, которые издевательски копируют или комментируют внешность одноклассницы, могут сказать: «Мы просто так шутим». Нет, это не шутка. Шутка не имеет целью причинить кому-то боль. Шутка – это

когда весело всем, в том числе тому, про кого шутят. Дети должны услышать это от взрослого: то, что вы делаете – не невинная забава, не игра и не шутка, это травля, это насилие, и это недопустимо.

Описывая ситуацию с точки зрения жертвы, важно не давить на жалость. Ни в коем случае не «представляете, как ему плохо, как он несчастен?». Только: как было бы вам в такой ситуации? Что чувствовали бы вы? И если в ответ идут живые чувства, не злорадствовать и не нападать. Только сочувствие: да, это всякому тяжело. Мы люди и нам важно быть вместе.

3. Дать однозначную оценку травле.

Люди могут быть очень разными, они могут нравиться друг другу больше или меньше, но это не повод травить и грызть друг друга, как пауки в банке. Люди на то и люди, что они способны научиться быть вместе и работать вместе, используя свои различия для общего успеха. Даже если они очень-очень разные и кто-то кому-то кажется совсем неправильным.

Можно привести примеры, что нам может казаться неправильным в других людях: внешность, национальность, реакции, увлечения и т. д. Привести примеры, как одно и то же качество в разные времена и в разных группах оценивалось по-разному.

Конечно, все это получится, только если сам взрослый так искренне считает. Если нет, он прочтет нотацию, дети почувствуют фальшь и все останется как было. Поэтому хорошо бы педагогу сначала спросить себя о своем отношении к другим и непохожим.

4. Обсуждать травлю как проблему группы.

Когда людям предъявляют моральное обвинение, они начинают защищаться. В этот момент их не интересует, правы они или нет, главное – оправдаться. Дети не исключение.

Особенно дети – зачинщики травли, потому что очень часто они абсолютно неспособны переносить стыд и вину. И они будут драться за свою роль «самых-самых». То есть в ответ на называние травли насилием, начнется: «А чего он? А мы ничего... А это не я. А это он сам».

Понятно, что толку от обсуждения в таком ключе не будет.

Поэтому не надо спорить о фактах, выяснять, кто именно что и т. д. Нужно дать понять, что вы знаете, что происходит, что не намерены с этим мириться и обозначить травлю как болезнь группы. Вот если человек не моет руки, он может подхватить инфекцию и заболеть. А если группа использует грязные способы общения, она тоже может заболеть – травлей. Это очень грустно, это всем вредно и плохо. И давайте-ка вместе срочно лечиться, чтобы у нас был здоровый, дружный класс. Это позволит зачинщикам сохранить лицо и даже предоставит им возможность хотя бы попробовать примерить роль позитивной «альфы», которая не обижает других, а заботится о группе. И, что особенно важно, это снимает противопоставление между жертвами-насильниками-свидетелями. Все в одной лодке, общая проблема, давайте вместе решать.

С детьми постарше можно посмотреть и обсудить «Повелителя мух» Голдинга или (лучше) «Чучело» Железникова. С младшими школьниками можно посмотреть «Гадкого утенка» Гарри Бардина.

5. Активизировать моральное чувство и сформулировать выбор.

Результат не будет прочным, если дети просто примут к сведению формальные требования учителя. Задача – вывести их из «стайного» азарта в осознанную позицию, включить моральную оценку происходящего.

Можно предложить детям оценить, каков их вклад в болезнь класса под названием «травля». 1 балл – это «я никогда в этом не участвую», 2 балла – «я иногда это делаю, но потом жалею», 3 балла – «травил, травлю и буду травить, это здорово». Пусть все одновременно покажут на пальцах – сколько баллов они поставили бы себе? Обычно «три» сам себе никто не ставит. Только ни в коем случае нельзя пытаться уличить: нет, на самом

деле ты травишь. Наоборот, лучше сказать: «Как я рад, у меня от сердца отлегло. Никто из вас не считает, что травить – это хорошо и правильно. Даже те, кто это делал, потом жалели. Это замечательно, значит, нам будет нетрудно вылечить свой класс».

Если группа очень погрязла в удовольствии от насилия, конфронтация может быть более жесткой. Например, можно перечитать с детьми сказку «Гадкий утенок», тот отрывок, в котором описана травля утенка другими птицами, и сказать примерно следующее: «Обычно, читая эту сказку, мы думаем о главном герое, об утенке. Нам его жаль, мы за него переживаем. Но сейчас я хочу, чтобы мы подумали о вот этих курах и утках. С утенком-то все потом будет хорошо, он улетит с лебедями. А куры и утки? Они так и останутся тупыми и злыми, неспособными ни сочувствовать, ни летать. Когда в классе возникает похожая ситуация, каждому приходится определиться: кто он-то в этой истории. Неужели среди вас есть желающие играть роль тупых злобных кур? Каков ваш выбор?».

Этот же прием может помочь родителям осознать, что если травят не их ребенка, а наоборот, это тоже очень серьезно. Их дети находятся в роли участников травли, а такие роли присыхают так крепко, что начинают менять личность. Они этого хотят для своих детей?

6. Сформулировать позитивные правила жизни в группе и заключить контракт.

До сих пор речь шла о том, как не надо. Ошибкой было бы остановиться на этом, потому что, запретив детям прежние способы реагировать и вести себя и не дав других, мы провоцируем стресс, растерянность и возвращение к старому.

Момент, когда прежняя, «плохая» групповая динамика прервана, раскрутка ее губительной спирали прекращена, – самый подходящий, чтобы запустить динамику новую. И это важно делать вместе.

Достаточно просто вместе с детьми сформулировать правила жизни в группе. Например: «У нас никто не выясняет отношения кулаками. У нас не оскорбляют друг друга. У нас не смотрят спокойно, как над кем-то издеваются – это немедленно прекращают».

Правила выписываются на большом листе и за них все голосуют. Еще лучше – чтобы каждый поставил подпись, что обязуется их выполнять. Этот прием называется «заключение контракта», он прекрасно работает в терапевтических и тренинговых группах для взрослых, и с детьми тоже вполне эффективен. Если правила кто-то нарушает, ему могут просто молча указать на плакат с его собственной подписью.

7. Поддержка позитивных изменений.

Очень важно чтобы взрослый, который взялся решать проблему травли, не бросал это дело. Он должен регулярно спрашивать, как дела, что удается, что трудно, чем помочь.

Можно сделать «счетчик травли», какой-нибудь сосуд или доску, куда каждый, кому сегодня досталось или кто видел что-то, что было похоже на насилие, может положить камешек или воткнуть кнопку. По количеству камешков определяется, хороший ли сегодня был день, лучше ли на этой неделе, чем на прошлой и т.д. Можно ставить спектакли, сочинять сказки и делать коллажи про «хронику выздоровления», сделать «график температуры» и т.д.

Суть в том, что группа постоянно получает заинтересованный интерес от авторитетного взрослого и по-прежнему считает победу над травлей своим общим делом. Гармонизировать иерархию.

Вот теперь пора думать про популярность. Про то, чтобы каждый имел признание в чем-то своем, мог предъявить себя группе, быть полезным и ценным в ней. Праздники, конкурсы, смотры талантов, походы, экспедиции, игры на командообразование – арсенал богатый. Чем дольше группе предстоит прожить в этом составе, тем этот этап важнее.

Признак гармоничной групповой иерархии – отсутствие жестко закрепленных ролей

«лидеров» и «массовки», гибкое перетекание ролей: в этой ситуации лидером становится тот, в той – другой. Один лучше всех рисует, другой шутит, третий забивает голы, четвертый придумывает игры. Чем больше разнообразной и осмысленной деятельности, тем здоровее группа.

Приложение №8
к программе профилактики буллинга,
кибербуллинга, агрессии, жестокого обращения
среди обучающихся «Мы такие какие мы есть»
2023 – 2028 учебный год

Модели занятий, тренингов и иных интерактивных мероприятий по профилактике травли, направленных на социализацию (здоровую коммуникацию) детей и подростков

Тренинг «Здоровая коммуникация без конфликтов и буллинга»

Тема	Здоровая коммуникация без конфликтов и буллинга
Цель	Изучение травли (буллинга) как явления
Целевая аудитория	Школьники старших классов
Количество человек	Школьный класс (25 человек)
Длительность занятия	1—1,5 часа
Формат	Тренинг
Дополнительные методи- ческие и вспомогательные материалы	Ссылка на методические рекомендации и помощь педагогу в проведении тренинга https://drive.google.com/drive/folders/1wIcRc6UNZ_p5_V0r9-elC7Yj-uoL3nKw Иллюстрации к упражнению «Мишень»
Требования к аудитории	1. Экран или проектор для вывода изображения. 2. Для заданий — доска, ватман или флипчарт, ли- сты ватмана (листы для флипчата). Заранее подготовленные материалы для заданий
Рекомендации по проведению	На интерактивных занятиях участники становятся не просто слушателями, а активными создателями процесса. Важность данного формата состоит в том, что не мы как ведущие и педагоги рассказыва- ем участникам, как правильно поступать, а созда- ем то пространство, где они могут самостоятельно найти ответы на вопросы и самостоятельно решить, какой формат поведения в той или иной ситуации для них будет наиболее подходящим. 1. Для начала мы вводим участников тему. 2. Затем проводим упражнение, которое позволяет участникам актуализировать проблему. 3. Затем совместно анализируем, какие выводы по итогам упражнения появились у группы. 4. Затем рассматриваем, могла ли такая ситуация произойти в жизни. 5. После проводим упражнение, которое позволяет участникам понять, как в случае такой ситуации в жизни они могут действовать. 6. В итоговой части занятия проводим рефлексию, где у каждого появляется возможность сделать соб- ственные выводы относительно поставленной в на-

	чале занятия проблемы. Возможно проведение в формате «равный равному» (дети выступают в роли участников и ведущих)

Сценарий упражнения «Знакомство»

Этапы (описание) занятия, применяемый метод обучения, его содержание	Запланированное время
Мы начинаем с приветствия и знакомства с группой	5 мин
Введение в тему, определение буллинга. Затем мы вводим ре- бят в тему занятия. Оно посвящено профилактике травли. Пред- лагаем задать вопросы: что вы понимаете под словом травля? Сталкивались ли вы с таким явлением в жизни? Все ответы фиксируем на флипчарте (доска), чтобы можно было по итогам данного обсуждения сформировать понятие травли в нашей группе. По итогам обсуждения вопросов формируем об- щее понятие травли, исходя из ответов ребят. Важно указать на три составляющие травли: — это проблема группы, — это систематическая проблема, — это неравенство сил	10 мин
Далее нам важно показать участникам, что стать жертвой трав- ли может любой и что травля может проявляться не только в формате физического насилия, которое легче заметить, но и в других формах. Мы делаем это через упражнение «Кого не лю- бят? Как не любят?»	

Сценарий упражнения «Кого не любят? Как не любят?»

Этапы (описание) занятия, применяемый метод обучения, его содержание	Запланированное время
1. Деление на группы, работа в микрогруппах	3 мин
Мы начинаем с того, что делим всю группу на микрогруппы по 4—5 человек. В данных микрогруппах мы предлагаем участни- кам поразмышлять над двумя вопросами: • кого чаще не любят в обществе? • как это нелюбовь проявляется? Важно дать уточнение, что необходимо конкретизировать свои ответы. Участники работают в своих микрогруппах	7—10 мин
2. Фиксация идей	—
По итогам работы ведущий записывает на флипчарт идеи участников на вопрос «Кого не любят?» Участники должны ответить, обозначив группу людей, которых не любят, и дав характеристи- ку, по которой не любят. После этого ведущий записывает идеи участников на вопрос «Как не любят?» Участники должны обозначить действия, которые предприни- маются в отношении тех, кого не любят; как выражается проявление нелюбви	10 мин

3. Анализ	—
По итогам данного упражнения важно провести анализ. Можно задать следующие вопросы: • легко ли вам было составить список? Почему? • как думаете, кто чаще всего становится жертвой травли? • почему травля продолжает оставаться в группах?	7—10 мин
4. Выводы	—
Ведущий обобщает написанное, просит поднять руку тех ребят, которые не попали ни в одну из категорий. Обычно таких нет или их единицы. Ведущий делает акцент на том, что жертвой травли действительно может стать абсолютно каждый человек и многие обозначенные действия запрещены законом. Однако не всегда можно оценить юридически вербальные проявления нелюбви	5 мин

Сценарий упражнения «Мишень»

Этапы (описание) занятия, применяемый метод обучения, его содержание	Запланированное время
Педагог (ведущий) представляет на экране с помощью проектора иллюстрации № 7. На экране ребятам показаны тройки людей	2 мин
Задача участников занятия — выбрать из иллюстрации № 7 из каждого ряда (А, Б, В и т. д.) того человека, который, на их взгляд, имеет наибольшие шансы стать жертвой травли	5 мин
Участники пишут свой выбор на листке, так повторяется трижды (можно больше). Затем педагог (ведущий) предлагает поделиться мнениями: участники поднимают руки по очереди (ведущий спрашивает, «Кто проголосовал за первый вариант? за второй?» и т. д.). Как правило, мнения разделяются и за каждую из «потенциальных жертвы травли» на экране голосует примерно треть всех участников	10 мин
Вывод заключается в том, что жертвой травли может стать любой человек, так как все мы разные — кому-то «не понравятся» очки человека, кому-то – цвет волос, кому-то — «излишняя» тяга к знаниями и т. д.	3 мин

1	2	3

Иллюстрации к упражнению «Мишень». Ряд А

1	2	3

Иллюстрации к упражнению «Мишень». Ряд Б

1	2	3

Иллюстрации к упражнению «Мишень». Ряд В

Сценарий квеста «Про травлю»

Этапы (описание) занятия, применяемый метод обучения, его содержание	Запланированное время
На данном этапе занятия нам важно вместе с участниками рассмотреть, какие возможны варианты действий, если они встретятся с травлей в реальной жизни. Для этого мы предлагаем им кейсы, которые представлены в качестве приложения к данному сценарию ниже (под таблицей). *Рекомендации. Цель данного квеста — социализация детей. Если вы уверены, что в вашей группе происходит травля кого-то из учеников, мы не рекомендуем брать ситуации, приведенные ниже в приложении, так как опыт их анализа может быть травматичным.* *Кейсы (ситуации) предложены ниже в приложении к сценарию квеста. Вы можете взять не только данные кейсы, но и найти другие ситуации, более подходящие для вашей целевой аудито- рии.* *Вам необходимо распечатать сами кейсы и варианты решения ситуации с комментариями (они обозначены меткой «Решение» и «Комментарий»).* *Важно: комментарии необходимо напечатать на оборотной* *стороне решения*	5 мин

1. Введение Мы начинаем это упражнение с того, что предлагаем участникам подумать о том, как они могут действовать в различных ситуациях, когда могут стать жертвой или свидетелями травли. Даем участникам следующую инструкцию: «Сейчас я буду зачитывать вам различные ситуации, связанные с буллингом. К каждой ситуации будет несколько вариантов решения. Вам необходимо выбрать подходящий вам вариант решения, если бы вы оказались на месте главного героя кейса. Важно, чтобы вы могли пояснить, почему выбираете именно этот вариант»	2 мин
2. Первый кейс Далее вы зачитываете первый кейс и все варианты решения к нему. Каждый из вариантов решения необходимо разместить в отдельном месте в аудитории, чтобы у участников была возможность выбрать этот вариант и подойти к нему	5 мин
3. Работа в микрогруппах После того как участники определятся с вариантом, который для них является наиболее приемлемым в данной ситуации, вы предлагаете в тех группах, которые образовались у каждого варианта решения, обсудить, почему именно этот вариант они выбрали. На этом этапе важно не оценивать выбор участников и не давать своих комментариев	5 мин
4. Сбор выводов Затем вы проводите краткий сбор выводов по каждому решению. В данном случае это хорошая возможность, чтобы все участники группы услышали различные точки зрения на то, как можно действовать в ситуации травли (буллинга)	3 мин
5. Комментарий психолога Далее вы предлагаете участникам взять свое решение, перевернуть его на оборотную сторону и прочитать комментарии психолога о том, что произойдет, если они будут действовать в данной ситуации именно так	3 мин
Анализ комментариев Далее вы задаете участникам вопросы: Согласны ли они с комментариями? Совпала ли их позиция? Не хотят ли они изменить свое решение? Почему?	5 мин
7. Итоги По итогам сбора выводов всех кейсов нам важно акцентировать внимание, что в ситуации травли мы можем действовать очень по-разному, однако есть те стратегии, которые могут не сработать, а возможно, еще больше увеличить эффект буллинга	5 мин

Приложение к сценарию квеста «Про травлю»

Ситуация 1. На переменах и после школы группа ребят регулярно окружает двух одноклассников и начинает их обзывать, толкать, бить, отбирать рюкзаки, содержимое которых вываливается на пол в коридоре. Несколько человек удерживают пострадавших, а остальные, весело смеясь, пинают ногами их вещи, разбрасывая по всей школе.

Решение: ПОПРОБОВАТЬ УБЕЖАТЬ.

Комментарий. Несмотря на то что для многих данный вариант — проявление слабости, на самом деле это не так. Постарайся убежать от преследователей. Но помни, что подобное поведение может их раззадорить и они устроят за тобой погоню. Если тебе удалось сбежать от них, сразу обратись за помощью к учителям или прохожим. Беги не в сторону безлюдных пустырей, а в магазин, аптеку и т. д. Оттуда позвони родителям, друзьям, в полицию и сообщи о факте нападения. Если ты не хочешь или не можешь рассказать близким о случившемся, напиши в анонимную службу психологической поддержки детей и подростков.

Решение: НАЧАТЬ ПЕРЕГОВОРЫ.

Комментарий. Попробуй вступить с обидчиками в диалог. Постарайся отвлечь их, выяснить, почему они выбрали тебя своей жертвой, сообщи о готовности поделиться видением сложившейся ситуации. Важно помнить, что при выборе подобной стратегии поведения тебе стоит рассказать о происходящем тому, кому ты доверяешь и кто способен тебя защитить. Если такого человека нет, ты можешь обратиться за поддержкой на сайт психологической помощи детям и подросткам.

Решение: ВСТУПИТЬ В ДРАКУ.

Комментарий. Дать отпор обидчикам — смелое решение. Но не всегда данный выбор наиболее безопасный выход из положения. С одной стороны, защищаясь, ты демонстрируешь окружающим умение постоять за себя. С другой — ответная агрессия способна еще больше разозлить преследователей. Постоянно будешь ощущать себя как на вулкане, который вот-вот взорвется, — нужно все время быть настороже, готовым оказать яростное сопротивление. Это отнимает твои силы, негативно влияет на здоровье — и психологическое, и физическое. В любом случае важно рассказать о том, что происходит, человеку, которому доверяешь.

Решение: ЗАЩИЩАТЬСЯ.

Комментарий. Защитить себя можно по-разному, и не всегда через драку. Защищаться — значит, в первую очередь признать, что проблема существует, осознать ее масштабы. Открыто говорить о насилии, поделиться с родствен- никами, друзьями, учителями, поставить в известность администрацию школы и/или полицию. Родители или иные взрослые поддержат тебя, помогут найти выход из сложившейся ситуации, вместе с тобой поищут решение, как обеспечить твою безопасность, примут меры по отношению к агрессорам.

Решение: ТЕРПЕТЬ И НИЧЕГО НЕ ДЕЛАТЬ.

Этот стиль поведения — самый тяжелый и травматичный для человека, который подвергается регулярным нападкам и оскорблениям. Постоянное игнорирование собственных чувств и переживаний, когда убеждаешь себя, что ничего особенного не происходит, после пережитого насилия приводит к повышению уровня тревоги, появлению страхов, снижению самооценки, возникновению чувства вины, ухудшению успеваемости в школе. Важно не закрывать глаза на то, что происходит, и рассказать об этом кому-то из взрослых.

Сценарий упражнения Джеффа

Этапы (описание) занятия, применяемый метод обучения, его содержание	ированное время

Мы условно делим пространство на три зоны (в каждой из зон висит соответствующая надпись). Зона для тех, кто выбирает ответ «Да»; зона для тех, кто выбирает ответ «Нет»; зона для тех, кто выбирает ответ «Не знаю» (возможно использование варианта «Смотря когда/как»). Если нет возможности зонировать помещение (класс, актовый зал с неподвижными стульями), можно устроить голосование руками — понимать руку влево, вправо, вверх	5 мин
Ведущий читает и показывает на экране ситуацию. **Кейс 1.** Алине не нравится Наташа. Алина постоянно высмеивает Наташу при всем отряде. Подружки Алины тоже смеются над Наташей. Наташа молчит или плачет. И далее задает вопрос — является ли эта ситуация травлей? Участники должны проголосовать: «да», «нет, «не знаю/смотря когда». Далее идет обсуждение: какие маркеры буллинга (не) увидели участники в данном кейсе, почему это не является просто конфликтом и т. д. Можно предложить несколько подобных ситуаций. **Кейс 2.** Вожатая Марина работает в старшем отряде, она невысокого роста, у нее тихий, тонкий голос. Несколько задиристых парней постоянно передразнивают ее голос, обсуждают за спиной и называют мышью (сравнивая ее голос с писком). Остальные над этим смеются. Марина иногда тайком плачет от обиды, но не может призвать к порядку. **Комментарий:** да, это буллинг, в отношении взрослого — вожатой. **Кейс 3.** Максим случайно задел Андрея, Андрей решил, что это было сделано умышленно, и сильно толкнул Максима. Произошла небольшая драка, ребят разняли другие подростки и учительница. Через пару часов Максим и Андрей весело разговаривают и шутят. **Комментарий:** нет, не буллинг — это конфликт, стычка	20 мин
Далее после кейсов можно также вынести на обсуждение дискуссионные вопросы. И вновь использовать упражнение Джеффа. Дискуссионные вопросы: • Считаете ли вы буллинг нормальным для школьников явлением? • Если происходит травля, и ребенок или подросток говорит о ней родителям, считаете ли вы такого ребенка ябедой или предателем? Должны ли взрослые вмешиваться в ситуацию травли? • Были ли вы когда-то свидетелем ситуации буллинга? Защитником? • Считаете ли вы, что никогда не станете жертвой буллинга или агрессором? • Нужно ли принимать какие-то меры по противодействию травле? Есть ли у вас идеи, как бороться с травлей?	10 — 15 мин

Приложение №9
к программе профилактики буллинга,
кибербуллинга, агрессии, жестокого обращения
среди обучающихся «Мы такие какие мы есть»
2023 – 2028 учебный год

Анкета «Риск буллинга в учебной группе (классе)»

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 часто подкалывают кого-то, подшучивают над кем-то, передразнивают		
2.	В моей группе есть такие студенты, 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 ровняться		
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 студенты, 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.