

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 2» городского округа Судак**

**РАССМОТРЕНО**

на педагогическом совете школы  
Протокол № 6  
От 20.05.2024г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом директора  
МБОУ «СОШ № 2»  
городского округа Судак  
Приказ № 222 от 22.05.2024г.

**Программа работы социально-психологической службы по профилактике буллинга, жестокого обращения с детьми и иных форм социально-опасного поведения**

Программу составил педагог-психолог  
МБОУ «СОШ№2» городского округа Судак  
О.Н.Гордаш

Судак, 2024г.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2"  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА СУДАК**, Шишкина Наталья Викторовна, Директор

22.05.24 13:30 (MSK)

Сертификат 00BDEAF6A79C62155BFA0CE078ED8B8EE6

## Актуальность.

Под буллингом принято понимать травлю, притеснение и дискриминацию. Это такой вид насилия, когда один человек или группа людей физически, морально или психологически нападают на другого человека, угрожают ему. Насилие происходит над человеком, который не может защититься, а у агрессоров стоит желание напугать, причинить боль, обидеть или задеть. И особенно остро данное явление проявляется в школьной среде. Школьная травля стала еще более травматичной, циничной, жестокой из-за того, что ее сцены теперь легко записываются на видео и распространяются по школе или в Интернете.

Буллинг (травля) – очень болезненная и сложная тема для всех участников школьного сообщества. Практически у всех есть опыт встречи с ситуациями травли в той или иной роли и этот опыт, как правило, травматичен, мало осознан и не привязан к последовательному алгоритму прекращения подобных ситуаций. Применительно к школьной среде следует отметить, что буллинг проявляется не только в детских взаимоотношениях, но также и в системе отношений «учитель/взрослый-ребенок».

Мотивацией к буллингу могут выступать чувство неприязни, нейтрализация соперника, восстановление справедливости, борьба за власть, подчинение лидеру, зависть, самоутверждение, месть, и даже удовлетворения садистских потребностей отдельных личностей.

Формы школьного буллинга могут быть различными: систематические насмешки, вымогательство, физические и психические унижения, различного вида издевательства, бойкот и игнорирование, порча личных вещей и др. Булли (зачинщики травли) чрезвычайно изобретательны.

### Типы буллинга:

1. «Косвенный» - социальная агрессия;
2. «Физический» - непосредственный - агрессия с физическим насилием;
3. «Поведенческий» - преследователь вынуждает жертву перенести оскорбительные и унижающие для неё чувства собственного достоинства; вербальная агрессия: сплетни, интриги, вымогательства, шантаж; возможны бойкоты жертве, различные «пакости» (похищение тетрадей с домашней работой).
4. «Словесный» - унижение непристойными словами, обзываниями, кличками.
5. Новая разновидность школьного буллинга - «кибербуллинг» - жертва получает оскорбления на свой электронный адрес или через другие электронные устройства.

Обычно все виды травли сопутствуют друг другу. Насмешки и издевательства могут продолжаться длительное время, вызывая у жертвы длительные травмирующие переживания.

### Принято выделять следующие причины буллинга:

- невысокий уровень воспитания школьника;
- заниженная самооценка;
- злоупотребление различными токсичными веществами;
- постоянная высокая агрессивность ребенка;
- повышение статуса в коллективе;
- неограниченное желание доминирования;
- низкая успеваемость по предметам;
- плачевная обстановка в семье;
- насилие в семье;
- конфликты в семье;
- низкое материальное положение семьи;
- отношение родителей гиперопека или гипоопека.

### Чаще всего, в таком процессе, как буллинг в школе, выделяются такие стороны:

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

жертвы обнаруживаются головные боли, мигрени, депрессивные расстройства и отставания в развитии. Жертвы видят мир, который повсюду таит опасность.

2. Агрессоры, место которых занимают ребята из авторитарных, неблагополучных семей. Такие дети отстают в школьной программе, они активны, стремятся занять место лидера и быть в центре внимания. Замечания, наказания и угрозы абсолютно не останавливают агрессоров. Используя травлю, они достигают собственные цели.
3. Свидетели, которых можно также назвать зрителями. Такие люди становятся очевидцами процесса буллинга, ведь он происходит прямо у них на глазах. Хотя они и видят все со стороны, но точно также подвергаются психологического воздействию. Такие люди чувствуют страх при нахождении в школе, чувствуют себя беспомощными. Роль свидетелей могут занимать как учителя, учащиеся, так и работники школы.

#### **Жертвами буллинга чаще всего становятся:**

- дети с нестандартной внешностью (шрамы, косоглазие, вес);
- тихие и слабые дети;
- броско одетые и неопрятно одетые;
- стукачи и ябеды;
- неуспевающие по учебе;
- дети с различными заболеваниями (тики, заикания);
- дети с физическими недостатками (очки, слуховые аппараты);
- замкнутые, стеснительные и застенчивые;
- ребята других национальностей;
- новички, которые только появились в классе;
- любимчики учителей.

Буллинг в школе, как проблема, требует должного внимания, ведь травля несет последствия в жизни жертв – это и проблемы с социальным развитием, со школьной адаптацией. Учащиеся, которые были подвержены травле получают глубокую психологическую травму, которая запомнится им навсегда. Через много лет после окончания школы, приходя на сеансы к психологу взрослые вспоминают о травле, плачут, рассказывают об этих травмах. Ведь буллинг в школе сказывается не только на жертвах, но и на агрессорах, зрителях. Дети, которые были подвержены буллингу в школе в пять раз чаще испытывают головные боли, психологические расстройства, апатию и совершают попытки суицида.

Данная проблема требует комплексного подхода. И большую роль здесь играют первичные профилактические мероприятия.

В 1-4 классах профилактика буллинга осуществляется через обеспечение социально-психологической адаптации обучающихся к школьному обучению, через формирование детского коллектива, организацию общеклассных дел, коррекцию школьной дезадаптации.

В 5-11 классах реализуется весь комплекс мероприятий профилактической программы, а именно проведение классных часов, психологических тренингов, направленных на снижение агрессивности, на формирование сплоченности классного коллектива, развитие эмпатии и уверенного поведения, формирование умений противостоять агрессии и др.; родительские собрания и обучающие семинары для педагогов.

#### **Типы трудностей и проблем, на решение которых направлена программа**

Буллинг является проблемой всего классного коллектива, поэтому важна работа с классным руководителем, жертвой буллинга, агрессором, а после индивидуальной работы по необходимости беседа со всем классом, поскольку одноклассники тоже оказываются невольно втянуты в ситуацию травли, даже если они просто пассивные наблюдатели.

Должны быть проговорены и проанализированы такие важные вопросы:

- почему жертва буллинга и агрессор оказались в своих ролях,
- что при этом чувствовал и чувствует каждый участник травли,
- что каждому необходимо сделать сейчас, чтобы ситуация не повторилась в будущем.

Программа позволит сохранить психологическое здоровье учащихся, создать

психологического и социального здоровья обучающихся.

**Цель** программы: создание комплексной психолого-педагогической системы профилактики буллинга как условия обеспечения психологически безопасной образовательной среды через организацию и проведение просветительских, диагностических, обучающих, коррекционно- развивающих мероприятий с субъектами образовательного процесса (обучающиеся, родители, педагоги, специалисты сопровождения).

### **Задачи программы:**

1. Формирование адекватного представления об агрессии и буллинге и способах противостояния им у всех участников образовательного процесса (обучающиеся, педагоги, родители).
2. Создание психолого-педагогических условий для формирования дружного, сплоченного классного коллектива.
3. Развитие личностных качеств, препятствующих проявлению буллинга у обучающихся (саморегуляция, эмоциональная уравновешенность, уверенность в себе, критичность, ответственность, эмпатия и др.).
4. Обучение учащихся различным формам противостояния агрессии и буллингу среди сверстников.
5. Предоставление квалифицированной психологической помощи участникам образовательного процесса в кризисных ситуациях, связанных с насилием и буллингом.

### **Для эффективной работы с уже возникшей ситуацией буллинга необходимо:**

1. Осознать, что факт травли существует. Травля – это проблема коллектива, а не отдельно взятого человека. Поэтому работа должна начинаться с классного руководителя – руководителя школьного коллектива – класса. 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 одного часа. А запущенные случаи могут отравлять жизнь в классе годами. Роль педагога-психолога в этой работе - помочь классному руководителю: разработать вместе стратегию действий, обсудить, что получается, поддержать педагога в процессе работы. При этом стоит работать с теми взрослыми, кто готов взять ответственность; тем, кто во всем обвиняет детей и «агрессию в обществе», психолог помочь не сможет.
2. Обсуждать травлю как проблему группы.
3. Поговорить отдельно с каждым ребенком: и с жертвой, и с агрессором;
4. Поговорить отдельно с каждым членом группы, если такая имеется (обычно на стороне агрессора), узнать их отношение, спросить, что они думают и чувствуют;
5. Предложить совместную встречу жертве и агрессору (при согласии обеих сторон и при понимании сложности происходящего);
6. Сформулировать позитивные правила жизни в группе и закрепить договоренности. Достаточно просто вместе с детьми сформулировать правила жизни в группе. Например, провести классный час на тему «Как мы будем реагировать в случае возникновения конфликтных ситуаций». 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 хорошо работает с детьми и со взрослыми. Если правила кто-то нарушает, ему могут просто показать на плакат с его собственной подписью.
7. Поддержка позитивных изменений. Очень важно, чтобы педагоги после проведенной работы регулярно спрашивали, как дела, что удается, что трудно, чем помочь. Суть в том, что класс постоянно получает заинтересованный интерес от авторитетного взрослого и по-прежнему считает победу над травлей своим общим делом.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2"  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА СУДАК**, Шишкина Наталья Викторовна, Директор

22.05.24 13:30 (MSK)

Сертификат 00BDEAF6A79C62155BFA0CE078ED8B8EE6

### Основными направлениями и формами реализации программы являются:

- психолого-педагогическая диагностика;
- просвещение, реализуемое через групповые и индивидуальные консультации для родителей, информирование педагогов о выявленных особенностях ребенка и семьи, с целью оптимизации взаимодействия участников образовательного процесса, вербальные, наглядные и интерактивные формы работы с обучающимися;
- коррекционно-развивающая работа; организационно-координирующая деятельность, предполагающая совершенствование содержания работы специалистов и служб сопровождения образовательного учреждения;
- методическая помощь как создание условий для постоянного развития профессионализма специалистов сопровождения и других категорий педагогических работников в области обеспечения психологической безопасности образовательного процесса;
- исследовательская деятельность, подразумевающая поиск наиболее эффективных диагностических и корректирующих методов, учитывающих половозрастные характеристики обучающихся и позволяющих внедрить разработанную программу профилактики буллинга в различные образовательные учреждения.

### Критерии оценки планируемых результатов:

1. Знание способов конструктивного взаимодействия, конструктивного реагирования на ситуации буллинга и использование их в практической деятельности;
2. Применение навыков самоанализа и самоконтроля;
3. Понимание своего эмоционального состояния и состояние другого человека;

### Ожидаемые результаты реализации программы.

- повышение психолого-педагогической компетентности педагогов при работе с ситуациями буллинга;
- умение учителей, классных руководителей и подростков конструктивно выходить из начавшейся ситуации буллинга и эффективно разрешать уже текущую ситуацию;
- снижение количества ситуаций буллинга;
- улучшение психологической обстановки в классах и в школе в целом.

Показателями результативности программы являются снижение уровня тревоги, агрессивности, уменьшение детей, оказывающихся в позиции изолированного (отвергаемого), повышение позитивного психологического уровня в классе.

## План профилактических мероприятий по предупреждению, профилактике буллинга, жестокости обращения с учащимися на 2024 – 2025 учебный год.

| № п/п | Мероприятие  | Участники                                   | Дата           | Ответственные                                     |
|-------|--|---|----------------|---|
| 1     | Акция «Телефон доверия» под девизом: «Информирование о телефоне доверия – шаг к безопасности ребенка!»   | Все участники образовательного процесса     | Сентябрь       | Психолог,<br>Социальный педагог                   |
| 3.    | Беседа с инспектором по делам несовершеннолетних на тему: «Школьный буллинг как предпосылка противоправного поведения несовершеннолетних и его предупреждение» | Классные руководители и учащиеся 5-11 класс | В течение года | Социальный педагог,<br>Педагог – психолог,<br>ЗВР |
| 4.    | Общешкольное родительское собрание   | Родители                                    | Сентябрь       | Специалисты<br>КДНЗП                              |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
 УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2"  
 ГОРОДСКОГО ОКРУГА СУДАК, Шишкина Наталья Викторовна, Директор

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"  
 22.05.24 13:30 (MSK) Сертификат 00BDEAF6A79C62155BFA0CE078ED8B8EE6

|    |  |                                      |                                    |  |
|----|--|--------------------------------------|------------------------------------|--|
|    | значительные изменения в жизни обучающихся, приводящие к психическому дистрессу»   |                                      |                                    |  |
| 5. | Социально-психологический тренинг «Навстречу друг другу»   | 8-9 классы                           | Октябрь                            | Педагог-психолог   |
| 6. | Родительские собрания в классах: <ul style="list-style-type: none"> <li>• О правах ребенка на защиту от любой формы насилия.</li> <li>• Как пережить последствия буллинга, причиненного в подростковом возрасте.</li> <li>• Как предотвратить и преодолеть буллинг?</li> <li>• К чему может привести буллинг?</li> </ul>   | Родители<br>классные<br>руководители | Ноябрь,<br>Апрель                  | Классные<br>руководители,<br>педагог – психолог,<br>социальный педагог |
| 7. | Лекции для классных руководителей: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Буллинг в школе: как помочь ребенку побороть агрессию.</li> <li>• Буллинг в школе. Его причины и устранение.</li> <li>• Основные фазы развития буллинга в ОО.</li> <li>• Безрезультатные способы разрешения буллинга в школе.</li> <li>• Насилие в школе: агрессоры и аутсайдеры</li> </ul>  | классные<br>руководители             | Октябрь,<br>Февраль                | Социальный педагог,<br>Педагог – психолог                              |
|    | Анкетирование «Что я знаю о буллинге?»   | 5-9 классы                           | Ноябрь                             | Классные<br>руководители,<br>педагог-психолог                          |
| 8  | Классные часы:<br>Законы сохранения доброты.<br>Я не дам себя обижать.<br>Наша школа живет без насилия.  | 1-4 классы                           | Январь<br>Февраль<br>Апрель<br>Май | Классные<br>руководители   |
| 9  | Классные часы: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Бояться страшно. Действовать не страшно.</li> <li>• О правилах поведения и безопасности на улице.</li> <li>• Буллинг как стадный допинг.</li> <li>• Учись быть добрым.</li> <li>• Безопасное поведение.</li> <li>• Что такое агрессия?</li> <li>• Добро против насилия.</li> <li>• Как не стать жертвой насилия.</li> <li>• Способы решения конфликтов с ровесниками.</li> </ul> | 5-9-е классы                         | Январь<br>Февраль<br>Апрель<br>Май | Классные<br>руководители   |
| 10 | Классные часы: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Учись управлять своими эмоциями.</li> <li>• Воспитание характера через искоренение отрицательных привычек.</li> <li>• Как преодолеть школьный буллинг?</li> <li>• Предупреждение насилия и жестокости в школе.</li> </ul>  | 10-11-е классы                       | В<br>течение<br>учебного<br>года   | Классные<br>руководители   |
|    | • Прекрасно сам, и добивает<br>милосердие!<br>• Знаю, что знаю до ООЯ  |                                      |                                    |  |

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

|     |  |                              |                                    |  |
|-----|--|------------------------------|------------------------------------|--|
|     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Как бороться с конфликтами.</li> <li>• Нравственный закон внутри каждого.</li> <li>• Моя жизненная позиция</li> </ul>   |                              |                                    |  |
| 11  | Тренинговое занятие «Мы разные, но мы вместе»  | 5-8 классы                   | Декабрь                            | Педагог-психолог   |
| 12  | Занятие с элементами тренинга, посвященное Всемирному дню людей с инвалидностью «Разные возможности – равные права»  | 9-11 классы                  | Декабрь                            | Педагог-психолог, социальный педагог   |
| 13. | <p>Просмотр художественных фильмов с последующим обсуждением:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Чучело» (1983 г.)</li> <li>• «Класс» (2007 г.).</li> <li>• «Розыгрыш» (2008 г.)</li> </ul>   | 8-11 классы                  | Январь<br>Февраль<br>Апрель<br>Май | Классные руководители  |
| 14. | <p>Консультации педагога-психолога, социального педагога:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Дети, которых затравили в Интернете.</li> <li>• Если в школе обижают. Рекомендации родителям.</li> <li>• Как помочь ребенку, ставшему жертвой агрессии в школе?</li> <li>• Отличие буллинга от простой неосторожности и неприятности. Скрытые цели и провокации буллинга. Последствия.</li> <li>• Как родителям проконтролировать ситуацию, если ребенок подвергается насилию в школе.</li> <li>• Защита прав и интересов детей.</li> <li>• Законодательство для родителей о воспитании детей.</li> <li>• Ошибки семейного воспитания и их влияние на формирование у ребенка системы ценностей</li> </ul> | Обучающиеся<br>Родители      | По запросу                         | Педагог-психолог   |
| 15  | Урок доверия «Международный день детского телефона доверия»  | Учащиеся 2-11 классов        | Май                                | Классные руководители  |
| 16  | Выявление детей, склонных к проявлению жестокости к другим обучающимся   | Учащиеся 2-11 классов        | В течение года                     | Социальный педагог   |
| 17  | Работа школьной службы медиации  | Учащиеся, родители, педагоги | В течение года                     | Педагог-психолог, социальный педагог, заместитель директора по ВР, классные руководители |

## Заключение

Предупреждение буллинга в образовательной среде требует комплексного, систематического подхода к рассмотрению данной проблемы и реализации определенных профилактических мероприятий.

Буллинг – это сложноорганизованное явление, представленное целой совокупностью форм его проявления, что составляет основу для многоплановой разработки мероприятий. Знание основных личностных особенностей, возрастных характеристик участников буллинга позволяет выявить конкретные формы взаимодействия с ними, разработать тактику профилактической работы. Индивидуальная работа с учащимися должна быть организована на основании изученных особенностей поведения подростков в целом, их индивидуальных качеств и возможных психоповеденческих отклонений.

Профилактическая работа с данной проблемой должна начинаться с выявления причин и последствий буллинга в конкретной образовательной среде, так как они имеют четкую взаимосвязь и составляют совокупность асоциальных факторов девиации подростков. Самой распространенной причиной являются конфликтогенность в ученическом коллективе, а также отсутствие надлежащего контроля за ситуацией в группе со стороны педагога, в связи с чем подростки лишаются возможности развиваться физически и нравственно в психологически благоприятных условиях.

Реализация программы профилактики буллинга должна осуществляться группой специалистов, профилактическая деятельность которых разграничена и определена в соответствии со спецификой деятельности каждого из них.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Описание и источники психодиагностического инструментария, используемого для оценки достижения планируемых результатов.

#### Методика А.А. Андреевой

#### «Удовлетворенность обучающихся школьной жизнью»

Цель: определить степень удовлетворенности учащихся школьной жизнью.

Ход проведения.

Пожалуйста, прочитайте утверждения и оцените степень согласия с их содержанием по следующей шкале:

4 - совершенно согласен; 3 - согласен; 2 - трудно сказать; 1 - не согласен;

0 - совершенно не согласен.

1. Я иду утром в школу с радостью.
2. В школе у меня обычно хорошее настроение.
3. В нашем классе хороший классный руководитель.
4. К нашим школьным учителям можно обратиться за советом и помощью в трудной жизненной ситуации.
5. У меня есть любимый учитель.
6. В классе я могу свободно высказать свое мнение.
7. Я считаю, что в нашей школе созданы условия для развития моих способностей.
8. У меня есть любимые школьные предметы.
9. Я считаю, что школа готовит меня к самостоятельной жизни.
10. На каникулах я скучаю по школе.

Подсчитайте, пожалуйста, и напишите общую сумму баллов на листках!

Обработка результатов. Показателем удовлетворённости учащихся школьной жизнью (У) является частное от деления, где в числителе указывается общая сумма баллов ответов всех учащихся, а в знаменателе произведение количества учащихся на общее количество ответов (10).

Например, общая сумма ответов 15 учащихся составляет 420. Тогда  $420 : (15 \cdot 10) = 2,8$ . Полученный коэффициент соотносится с интервальной шкалой:

|  |           |
|--|-----------|
| Низкий уровень удовлетворённости учащихся школьной жизнью  | 0 – 2,0   |
| Средний уровень удовлетворённости учащихся школьной жизнью | 2,1 – 2,9 |
| Высокий уровень удовлетворённости учащихся школьной жизнью | 3 – 4     |

### Алгоритм работы педагога-психолога с ситуацией буллинга.

Прежде чем приступить к работе с ситуацией буллинга, необходимо собрать информацию от классного руководителя, агрессора, жертвы; от возможных участников издевательств над жертвой, свидетелей.

В результате проведенного анализа необходимо прояснить следующие аспекты:

- реальность самого буллинга;
- его длительность;
- его характер (физический, психологический, смешанный);
- основные проявления буллинга;
- участники (инициаторы и исполнители буллинга);
- их мотивации к буллингу;
- свидетели и их отношение к происходящему;
- поведение жертвы;
- динамику всего происходящего;
- прочие важные для диагностики обстоятельства.

Вне зависимости от того, от кого поступила информация (от детей, от родителей, классного руководителя), работу необходимо начинать с беседы с классным руководителем.

#### Примерные вопросы для беседы с классным руководителем

1. Расскажите подробнее, что произошло?
2. Как давно вы это заметили?
3. Что пробовали делать?
4. Как думаете, почему это не помогло?
5. Кому в ходе всех событий был причинен вред?
6. К каким последствиям это привело?
7. Кто и как из участников может эти последствия исправить?
8. Как избежать повторения в дальнейшем?

#### Вопросы для обидчика и жертвы (задаются в индивидуальных беседах)

1. Расскажи подробнее, что произошло, на твой взгляд?
2. На кого и как повлияли твои действия?
3. Что тебя больше задело в этой ситуации?
4. Что для тебя самое важное в этой ситуации?
5. Что для тебя самое худшее в этой ситуации?
6. О чем ты думал (думала) тогда, находясь в этой ситуации?
7. Что ты думаешь сейчас?
8. Как ты сейчас относишься к случившемуся?
9. Как ты думаешь, насколько это нужно (важно) другой стороне?
10. Как ты думаешь, что он (она) чувствует в этой ситуации?
11. Пытался ли сам (сама) найти выход? Если да, то как?
12. Какой вред причинен?
13. Какие варианты заглаживания вреда ты видишь?
14. Что ты можешь сделать, чтобы исправить ситуацию?
15. Что исправит ситуацию, на твой взгляд?
16. Почему для тебя это важно?
17. Что может быть дальше, если ничего не менять?
18. Какие последствия могут быть?
19. Что ты можешь сделать, чтобы такое не повторилось?
20. Готов ли ты сохранить отношения? Какие у тебя планы на будущее? Как может эта ситуация отразиться на твоём будущем?

Обратите внимание на то, что вопросы общие для обидчика и жертвы. Вопросы

**Алгоритм работы с классным коллективом. Обязательные этапы:**

1. Получение информации от классного руководителя, о его отношении к ситуации.
2. Индивидуальная работа с агрессорами. Важно начинать работу именно с агрессоров, а не с жертвы. Без обвинений, с использованием восстановительных вопросов. В результате важно понимание, что агрессоры готовы изменить отношение к жертве и готовы участвовать в общей встрече.
3. Индивидуальная работа с жертвой. В результате важна готовность жертвы к общей встрече.
4. Работа с сообществом класса.

## Анкета

### Дорогой друг!

Просим тебя ответить на несколько вопросов. Прежде чем ответить на каждый вопрос, внимательно прочитай все варианты ответов и обведи правильный, на твой взгляд, ответ.

Выбери свой пол: мужской женский Класс \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_

1. Вы знаете, что такое «буллинг»?

- а) да
- б) нет

2. Сталкивались ли вы с ситуациями издевательства одних людей над другими?

- а) да, сталкивался
- б) никогда не встречал(а)
- в) другое \_\_\_\_\_

3. Если да, то в какой форме:

- а) унижение
- б) оскорбления(вербальная агрессия)
- в) физическое насилие
- г) съемка издевательства на телефон
- д) кибербуллинг (угрозы, издевательства и унижение в интернете)
- е) другое \_\_\_\_\_

4. Являлись ли вы сами участником травли, издевательства?

- а) да, как наблюдатель;
- б) да, как жертва;
- в) да, как агрессор (тот, кто является инициатором травли);
- г) нет, не являлся (являлась)

5. Где чаще всего встречается травля?

- а) в школе;
- б) во дворе, на улице;
- в) в соцсетях, в интернете;
- г) другое \_\_\_\_\_

6. Кто, с вашей точки зрения, чаще подвергается травле (буллингу)?

- а) тот, кто слабее и не может дать сдачи;
- б) тот, кто отличается от других (внешне, физически);
- в) тот, кто имеет своё мнение
- г) другое \_\_\_\_\_

7. Встречали ли Вы ситуации травли школьников со стороны педагогов?

- а) да, постоянно
- б) да, периодически
- в) нет
- г) другое \_\_\_\_\_

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2"  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА СУДАК, Шишкина Наталья Викторовна, Директор

22.05.24 13:30 (MSK)

Сертификат 00BDEAF6A79C62155BFA0CE078ED8B8EE6

б) да, но редко

в) нет, не встречал

8. Считаете ли вы, что взрослые недостаточно помогают детям, являющимися жертвами травли?

а) да

б) нет

в) не задумывался об этом

9. Как вы считаете, можно ли избежать травли в образовательной организации?

а) да, если вовремя заметят взрослые;

б) да, если жертва изменит своё поведение;

в) да, если наказать агрессора;

г) нет, он неизбежен;

д) другое \_\_\_\_\_

10. Кто, по вашему мнению, способен пресечь буллинг в образовательной организации?

а) администрация

б) педагогический коллектив

в) родители

г) ученики

д) другое \_\_\_\_\_

**Спасибо за участие!**

### Опросник «Обстановка в классе»

Учащихся просят анонимно ответить на следующие вопросы:

1. Можно ли назвать ваш класс дружным? Почему?
2. Нравится ли вам психологическая атмосфера в вашем классе? Почему?
3. Есть ли в классе человек, которого вы можете назвать вашим настоящим другом?
4. Как вы думаете, что нужно изменить в ваших отношениях внутри класса?
5. Согласились бы вы учиться в этой же школе, у тех же учителей, но с другими ребятами? Почему?

### Опросник «Идеальный одноклассник»

Учащимся предлагается письменно закончить несколько предложений. Разрешается не подписывать свои работы.

Вопросы:

1. Я думаю, что идеальный одноклассник - это...
2. Я думаю, что идеальная одноклассница - это...
3. Этот одноклассник мне неприятен, потому что он...
4. Эта одноклассница мне неприятна, потому что она...

**Групповое занятие с элементами тренинга на тему «Мы разные,но мы вместе!»  
для обучающихся 11-14 лет**

**Цель занятия:** профилактика буллинга в образовательной среде.

**Задачи занятия:**

1. Активизация знаний обучающихся по теме «буллинг».
2. Развитие уважения к различиям других.
3. Формирование доброжелательного отношения друг к другу.
4. Развитие навыков межличностного взаимодействия.

**Структура занятия:**

1. Вводная часть. Приветствие. Разминка «Наши сильные стороны».
2. Основная часть:
  - правила работы группы.
  - просмотр мультфильма «Helium» (режиссер TomKuzivat, 2005)
  - мини-лекция «Буллинг в школе»
  - упражнение «Чем мы отличаемся друг от друга» - «Чем мы похожи друг на друга».
  - упражнение «Этюды»
  - упражнение «Черты человека»
  - упражнение «Ярлыки»
  - «Оценивание развития собственных качеств»
3. Заключительная часть: Упражнение «Камень ножницы, бумага». Рефлексия «Смайл».

**Оборудование:** запись мультфильма «Helium» (режиссер TomKuzivat, 2005, Код доступа: <https://yandex.ru/video/search?text=«Helium»...>), карточки (игра в шахматы, пилка дров, перетягивание каната, игра в теннис, гребля в лодке, игра в волейбол, армрестлинг, зеркало и его отражение, игра в ладушки, рукопожатие при встрече, игра «Камень, ножницы, бумага», передача горячей картошки другому, игра в карты), слайды с характеристиками (флипчарт с надписями), карточки с чертами личности, смайлы по количеству участников.

**Содержание занятия:**

*1. Вводная часть.* Ребята, доброе утро! Сегодня на занятии мы поговорим о вашем классе, о взаимоотношениях друг с другом. Но для начала давайте зарядимся позитивом и узнаем какие у вас сильные стороны. Я беру за руку своего соседа справа и говорю: «Ваня, у тебя замечательное чувство юмора». Ваня берет за руку своего соседа справа и называет его лучшее качество и т.д.

*2. Основная часть.*

Ребята, давайте вспомним правила работы группы:

- Мы всегда помогают друг другу
- На занятии все относится друг к другу с уважением;
- Говорим по очереди и внимательно слушаем друг друга

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

Каждый имеет право высказать, что он думает и чувствует.

*Вопросы для обсуждения:* Бывают ли в вашей школьной жизни ситуации, показанные в мультфильме? Как часто такое случается? Как вы думаете, почему у героев такие разные настроения, мироощущения жизни?

Итак, если показанная в мультфильме ситуация повторяется очень часто, то мы можем говорить о буллинге, т.е. систематическом насилии, унижении, оскорблении, запугивании одних школьников другими. Обратите внимание на следующее:

- 1) основными действующим лицами являются агрессор и жертва, которые очень наглядно представлены в мультфильме;
- 2) буллинг осуществляется преднамеренно, и направлен на нанесение физических и душевных страданий другому человеку.;
- 3) буллинг подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает здоровье, самоуважение и человеческое достоинство;
- 4) буллинг – это групповой процесс, затрагивающий не только обидчика и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь класс (группу), где оно происходит;
- 5) буллинг никогда не прекращается сам по себе: всегда требуется защита и помощь пострадавшим, инициаторам буллинга (обидчикам) и свидетелям.

Несмотря на то, что были показаны лишь два ярких персонажа: агрессор и жертва, всегда есть наблюдатели, это те, кто знает о травле, но не пресекает ее. Они могут быть на стороне агрессора, боясь самим стать жертвой, а могут сочувствовать жертве, но пассивно наблюдают за всем происходящим. Поэтому чем лучше мы относимся друг к другу, уважаем мнение других, тем меньше вероятности для появления буллинга. Обратите внимание, что обидчик тоже может стать жертвой, если появится более сильный агрессор, концовка мультфильма это наглядно показывает.

*Вопросы для обсуждения:* Как вы думаете, кто чаще из ребят становится жертвой? Какие особенности для них характерны?

Молодцы! Давайте сделаем вывод: жертвой травли при стечении определенных обстоятельств может стать практически любой ребенок или подросток. Тем не менее, можно выделить наиболее типичные личностные особенности пострадавших: внешние особенности (полнота, недостатки внешности, непривлекательность, плохая одежда), дети с низкой успеваемостью, плохим поведением, с заниженной самооценкой, не имеющие друзей в группе и трудности в выстраивании и поддержании близких отношений со сверстниками. Объектами травли также могут стать дети, принадлежащие к этническому, национальному или религиозному меньшинству.

### **Упражнение «Чем мы отличаемся друг от друга» - «Чем мы похожи друг на друга».**

А сейчас я предлагаю обратить внимание на то, что мы все разные. Например, у меня и Оксаны волосы разного цвета, Таня и Сережа – разного пола, а Настя и Олег - сегодня одеты в пуловеры разной цветовой гаммы. У нас разные национальности, возраст, пол, вес, цвет глаз и т.п.

*Вопросы для обсуждения:* Как вы думаете, насколько важно искать различия между людьми? Часто ли вы делаете это в жизни? Приносит ли вам это пользу?

Правильно, лучше мы будем искать то, чем мы друг на друга похожи, какие у нас есть схожие черты, качества. Например, у нас со Светой одинаковые имена. Кто из вас слушает музыку одной группы? Кто ходит в одну секцию, посещает один факультатив или элективный курс? Кто продолжит? (следим затем, чтобы все дети были названы).

А сейчас разминка - **упражнение «Этюды»**. Работа в парах, не договариваясь, показать: игра в шахматы, пилка дров, перетягивание каната, игра в теннис, гребля в лодке, игра в волейбол, армрестлинг, зеркала и его отражение, игра в ладушки, рукопожатие при встрече, игра

«Камень, ножницы, бумага», передача горячей картошки другому, игра в карты.

Вы замечательно справились. Даже не разговаривая, вы смогли договориться, а другие вас понимали без слов. Значит это возможно и в реальной жизни: найти компромисс, договориться.

А сейчас я предлагаю вам посмотреть на слайд, где представлены характеристики человека, в поведении которого присутствуют:

- оскорбления, насмешки;
- игнорирование (отказ в беседе, в признании);
- негативные стереотипы и предрассудки (составление обобщенного мнения о человеке, принадлежащем к иной культуре, полу, расе, этнической группе, как правило, на основе отрицательных характеристик);
- преследования, запугивания, угрозы.

*Вопросы для обсуждения:* Кто хочет иметь такого друга, товарища, одноклассника? Почему?

Посмотрите на 3 пункт – стереотипы, т.е. навешивание ярлыков. Давайте поиграем в «Ярлыки».

### Упражнение «Ярлыки».

Распечатки: «ленивый», «злой», «неудачник», «равнодушный», «бездельник», «балбес», «безответственный», «несерьезный», «драчун», «прогульщик». Раздать участникам случайным образом.

*Вопросы для обсуждения:* Ребята, нравится ли вам такая наклейка? Почему? Вы хотите от неё избавиться? Почему?

Сейчас вы рвете этот ярлык на мелкие кусочки, выбрасываете, а я раздаю вам другие наклейки: «умный», «красивый», «талантливый», «отзывчивый», «добросовестный», «сообразительный», «активный», «образованный», «воспитанный», «эрудит».

*Вопросы для обсуждения:* Что вы чувствовали, как вы себя ощущаете? Существуют ли "наклейки" в реальной жизни? Всегда ли ваше мнение о других людях соответствует реальному?

Вернемся к слайдам. Здесь представлены качества и характеристики другого человека:

1. Готовность принимать мнение другого человека, его верование.
2. Уважение чувства человеческого достоинства.
3. Уважение прав других.
4. Принятие другого таким, какой он есть.
5. Способность поставить себя на место другого.
6. Уважение права быть другим.
7. Признание многообразия людей, мнений, религий и т.д.
8. Признание равенства других.
9. Отказ от насилия и жестокости по отношению друг к другу.

*Вопросы для обсуждения:* Вам понятны все положения? Кто бы хотел иметь друга, у которого есть данные качества? Хотите учиться вместе с такими одноклассниками? Почему?

А сейчас мы предлагаем вам оценить себя по 5-тибалльной шкале – насколько у вас развиты

представленные на бланке качества. Читаете каждое утверждение, ставите 1 балл – у вас

неразвита эта черта, 5 – развита по максимуму. У вас на это 5 минут. Оцениваете себя честно. А

учреждение "Средняя общеобразовательная школа № 21 черту (черты) в себе вам нужно развивать!

### 3. Заключительная часть:

И в завершении нашего занятия давайте посмотрим насколько хорошо вы понимаете друг друга без слов. Знаете **игру «Камень, ножницы, бумага»**? Сейчас на мой счет 1, 2, 3, вы выкидываете одну из трех позиций. Закончим игру, когда у всех будет одинаковая позиция. При этом вы молчите и не договариваетесь.

*Рефлексия.* Вы получили смайлы. Если вам понравилось занятие, то дорисуйте рот таким образом, чтобы получился улыбающийся смайл, если понравилось наполовину, то начертите вместо рта горизонтальную черту, если вам совсем не понравилось – сделайте смайла грустным.

Спасибо за работу!

## Разработка классного часа для обучающихся 13-15 лет

**Цель мероприятия:** профилактика буллинга в образовательной среде.

### Задачи занятия:

1. Активизация знаний обучающихся по теме «буллинг».
2. Формирование толерантной позиции к другому.
3. Развитие навыков межличностного взаимодействия.

**Предварительная подготовка** может включать следующее:

- 1) просмотр фильмов «Чучело» (режиссер Р. Быков, 1983), «Класс» (режиссер И. Раага, 2007);
- 2) прочтение литературных произведений:
  - Богословский А. Верочка [Электронный ресурс] /А. Богословский. Код доступа: <http://www.rulit.me/books/verochka-read-338963-1.html>
  - Железников В. Чучело [Текст] /В. Железников. – М.: «Астрель», 2012. – 272 с.
  - Мурашова Е.В. Класс коррекции [Текст] /Е.В. Мурашова. – М.: «Самокат», 2014. – 192 с.

### Структура мероприятия:

1. Вводная часть. Приветствие. Оглашение темы классного часа.
2. Основная часть:
  - обсуждение прочитанного произведения (просмотренного фильма);
  - мини-лекция «Буллинг в школе»
3. Заключительная часть: подведение итогов классного часа.

### Содержание занятия:

#### 1. Вводная часть.

Ребята, добрый день! Сегодня я предлагаю вам обсудить тему школьной травли. Совсем недавно психологи проводили анкетирование по данной теме, в котором вы приняли участие. Справка по результатам проведенной работы свидетельствует о том, что 59% обучающихся нашей школы сталкивались с данной проблемой напрямую либо были наблюдателями подобных ситуаций.

#### 2. Основная часть.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Для того чтобы наглядно посмотреть на такие истории со стороны я просила вас прочитать документально выложенное видео. **Муниципальное бюджетное образовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа № 2" городского округа Судак**, Шишкина Наталья Викторовна, Директор

22.05.24 15:30 (MSK)

Сертификат: 0000EAF6A79C621556FA0CE078ED088EE6

*Вопросы для обсуждения:* Какова основная мысль произведения (фильма)? Каковы черты, характеры основных героев? Почему некоторые дети попадают в категорию жертв, а другие становятся агрессорами? Каким образом ведут себя окружающие в ситуации травли? Приведите конкретные примеры ситуаций, описанных в книге (показанных в фильме). Каким образом действуют взрослые в ситуации травли? Каким образом разрешается данная ситуация? Каковы последствия для все участников травли? Как вы думаете: травлю можно искоренить, либо она была есть и будет? Что может сделать каждый из нас, чтобы таких ситуаций вообще не возникало и что, если она всегда случилась?

Молодцы! Вы очень многие моменты отметили верно. Хочу обратить ваше внимание на то, что школьная травля, издевательства, агрессия называется «буллинг». Причем буллинг, это систематическая агрессия, травля. Существуют различные *виды буллинга*: прямой и скрытый. Скрытый буллинг подразумевает игнорирование ученика, его бойкот, исключение из отношений, намеренное распускание негативных слухов и т.п. прямой буллинг включает в себя прямую физическую агрессию, сексуальное или психологическое насилие. Физическое насилие- умышленные толчки, удары, пинки, побои, нанесение иных телесных повреждений и др. Сексуальный буллинг подразумевает действия сексуального характера. Психологический буллинг связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональные страдания. Отдельно следует отметить кибербуллинг как травлю посредством общения в интернете, мобильной связи.

Как мы с вами видим, в травле всегда есть несколько участников:

- лидер-агрессор,
- школьники, участвующие в травле (присоединяющиеся к лидеру),
- ребенок-жертва,
- свидетели, подкрепляющие травлю (дети, которые занимают сторону нападающих, смеются, выражают поддержку нападающим/подбадривают их, просто собираются вокруг и смотрят),
- свидетели-аутсайдеры (дети, которые избегают ситуаций травли, не занимая ничью сторону);
- защитники (дети, которые занимают очевидную позицию против травли, либо активно противодействуя нападающим и предпринимая что-то для прекращения издевательства, либо успокаивая, поддерживая жертву).

Давайте всех действующих героев обозначим как участников травли. Кто агрессор? Кто жертва? И т.д.

Ребята, любой участник образовательных отношений при стечении определенных обстоятельств может быть вовлечен в насилие. Жертвой, обидчиком или свидетелем насилия потенциально может стать каждый учащийся. Тем не менее, мы с вами в процессе обсуждения уже выделили ряд особенностей, характерных для обидчиков и жертв.

Как правило, дети и подростки, которые становятся *обидчиками*, – это уверенные в себе, склонные к доминированию в группе и подчинению других, морально и физически сильные, эмоционально импульсивные и легко приходящие в состояние гнева и агрессии, с низким уровнем эмпатии к своим жертвам, часто «задирающие» не только своих сверстников и более младших, но и взрослых (учителей, родителей, представителей органов правопорядка). Тревожность, обусловленная семейным неблагополучием, напряженными отношениями с родителями, учебной неуспеваемостью и завистью к более успешным ученикам из благополучной семьи, может создавать угрозу для статуса доминантных детей и подростков. Обращение к насилию позволяет им утвердить свой статус в классе или группе, школе или училище силой, вызовом учителям, унижением сверстников или более младших, а иногда и более старших учащихся, удержанием всех в страхе.

А сейчас обратим внимание на общие характеристики возможных жертв буллинга.

- высокий уровень тревожности, неуверенность, отсутствие жизнерадостности,
- низкая самооценка и негативное представление о себе,
- отсутствие друзей в группе и трудности в выстраивании и поддержании близких отношений со сверстниками,
- слабость в физическом плане,
- особенности внешности (полнота, отчетливые физические недостатки, непривлекательность, плохая одежда),
- особенности поведения (чрезмерно подвижные, невнимательные, вспыльчивые, не умеющие держать дистанцию, с нелепыми проявлениями, раздражающими окружающих и т.п.),
- дети, принадлежащие к этническому, национальному или религиозному меньшинству.
- нетрадиционная сексуальная ориентация универсальный фактор высокого риска травли,
- чувствительный, тихий, замкнутый, пассивный, послушный, застенчивый ребенок, который легко и часто плачет, а также избегает прямой конфронтации в общении, испытывает трудности с самоутверждением в группе сверстников.

Согласны? Хотите добавить еще какие-то характеристики?

А сейчас давайте поговорим о последствиях буллинга для всех его участников. Переживание буллинга в детском и подростковом возрасте чрезвычайно травматично, и кроме актуальных последствий оказывает значительное влияние на дальнейшую жизнь человека. Прежде всего, влияет на формирование самооценки ребенка, его коммуникативные возможности, мотивацию к развитию и достижениям.

Итак, психологи выделяют:

- аффективные нарушения (снижение настроения, депрессивность, высокий уровень тревоги, многочисленные страхи, негативные эмоции),
- соматические нарушения (нарушения сна, аппетита головные боли, боли в животе, нарушения работы желудочно-кишечного тракта, неожиданные повышения температуры и т.д),
- когнитивные нарушения (неустойчивость внимания, трудности сосредоточения, нарушения концентрации памяти и т.п.),
- нарушение школьной адаптации (снижение мотивации к учебе, пропуски уроков, снижение успеваемости),
- поведенческие нарушения (агрессивность, уходы из дома, протестное поведение),
- суицидные мысли и попытки.

К другим наиболее часто общим последствиям буллинга относятся снижение самооценки, нарушение доверия к окружающему миру.

Буллинг наносит существенный вред всем, кто в него вовлечен. Пострадавшие дети не только страдают от физической агрессии, но и получают психологическую травму, которая влияет на самооценку ребенка и может оказывать длительное воздействие на социальную адаптацию ребенка. Снижение успеваемости, отказ посещать школу, самоповреждающее поведение - наиболее частые последствия буллинга.

Дети агрессоры чаще других детей попадают в криминальные истории, формируют искажённое представление о разрешении конфликтов и социальном взаимодействии.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

Документ подписан электронной подписью

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2"  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА СУДАК, Шишкина Наталья Викторовна, Директор

22.05.24 13:30 (MSK)

Сертификат 00BDEAF6A79C62155BFA0CE078ED8B8EE6

Дети, непосредственно участвующие в травле, переживают много негативных эмоций: страха, боли на месте жертвы, бессилия, негативного отношения к школе.

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.

Недоброжелательная обстановка, разобщенность между детьми, снижение мотивации к учебе, недоверие к взрослым – это основные последствия травли для детского коллектива.

А сейчас главный вопрос: что мы можем сделать, чтобы такого явления не было в школе вообще? Итак:

1. Говорить об этом, не замалчивать ситуации, свидетелями которых вы стали.
2. Со своими трудностями вы всегда можете обратиться к психологу, ко мне, как классному руководителю.
3. Уважать другого, его индивидуальность, право на самовыражение, собственное мнение.
4. Дружить с одноклассниками.
5. Помогать друг другу.

*3. Заключительная часть:*

И в завершении нашего классного часа скажите: интересна ли вам была данная тема? Что полезного вы сегодня узнали?

## Методы профилактики буллинга для педагогов.

### *Классный час*

Можно использовать для бесед время классного часа. Воздействие будет максимальным, если обсуждение темы станет естественным продолжением школьных будней. Короткие, но частые беседы гораздо эффективнее, чем редкие и продолжительные. Такой ритм - еженедельное краткое обсуждение темы - очень эффективен. Ученики постоянно ощущают, что учитель, родители и школа не потерпят травли, а хорошие поступки не останутся без внимания и будут оценены по достоинству. Однако важно, чтобы эти беседы не превратились в формальный ритуал, проводимый лишь для того, чтобы быть проведенным. Тогда они потеряют свою силу, а в худшем случае приведут к обратному результату. Ученики заметят, что педагогу, в сущности, все равно, и создается лишь видимость того, что все в порядке, что его легко провести. Это на руку преследователям, а жертве становится еще тяжелее.

### *Внутриклассные правила*

Обычно правила класса разрабатываются и письменно формулируются вместе с учащимися. Это можно сделать различными способами. Можно каждому дать задание письменно сформулировать правила, затем разделить учеников на группы, в которых они отберут, скажем, по три правила. Группы выносят свое решение на общее обсуждение, и правила выбираются путем голосования. Список правил вывешивается в классе.

Правила могут действовать в течение определенного времени, но их необходимо подкреплять и соблюдать. Их следует документально зафиксировать, важно также, чтобы директор и учителя придавали им значение.

### *Просмотр фильмов*

Многие учителя, посмотрев фильм с классом, и обсуждая с учениками тему буллинга, с помощью фильма могли проиллюстрировать, о чем шла речь. Ученики, как правило, узнают показанные в фильме приемы, а последующее обсуждение дает им названия и помогает повысить уровень осознания. Большинство учащихся проникаются чувствами жертвы буллинга, когда видят происходящее на экране. Тогда учитель имеет возможность дать ученикам высказаться и сам дает необходимые пояснения.

В последние годы был выпущен целый ряд различных по качеству фильмов и телевизионных передач о буллинге. Главное, чтобы учитель выбрал фильм на основании своей профессиональной оценки и посмотрел его вместе с учениками. Такой видеоматериал также подходит для просмотра в учительском коллективе и на встречах с родителями.

### *Постановки*

Школа или класс могут самостоятельно поставить спектакль о буллинге. Правильный выбор актеров, хорошая подготовка и соответствующее исполнение помогут донести до зрителей принципы, за которые борется школа. Актеры и сами могут многому научиться, а в дальнейшем стать хорошими ролевыми моделями для остальных. Сотрудники школы способствуют закреплению принципов, помогая ученикам подготовить и провести спектакль.

### *Комбинирование форм работы*

Литература, фильмы, постановки, сочинения и беседы способствуют профилактике буллинга. Такие формы работы можно использовать как по отдельности, так и в сочетании друг с другом. Это не потребует больших временных затрат, но продемонстрирует позицию школы, даст учащимся повод задуматься и послужит систематическим напоминанием. Если учитель пользуется доверием учеников, то эти профилактические меры бывают весьма эффективными.

Для выявления буллинга в классе можно провести анонимное анкетирование и опрос учащихся.

## **Обязательные правила профилактики буллинга для всех взрослых, работающих в образовательном учреждении:**

### *1. Не игнорировать, не преуменьшать значение.*

Если в школе пришли к общему пониманию и соглашению о том, что буллинг является проявлением насилия, то тогда даже у тех, кто не является прямым участником, повышается восприимчивость к ситуациям буллинга и появляется способность адекватно реагировать.

### *2. Проявить активность в данной ситуации.*

Если учителю стало известно о случае буллинга, или он стал свидетелем такого случая, он должен занять ясную и недвусмысленную позицию. Учитель может попытаться добиться того, чтобы, по меньшей мере "наблюдатели", а по возможности и сам "агрессор», изменили свою позицию в отношении буллинга, а также объяснить им, каковы психологические последствия для жертвы в этой ситуации.

### *3. Разговор с "агрессором" буллинга.*

Если стало известно о случае буллинга, необходимо провести беседу с зачинщиком, где, прежде всего, ясно дать понять, что в школе не будут терпеть буллинг.

Нужно учитывать, что при работе с буллерами (агрессорами) разрешается критиковать, а также корректировать поведение, но ни в коем случае не переходить на личности. Нужно учитывать, что такие дети и подростки обычно теряют интерес совершать насилие, если находят в своем учреждении какое-то достаточно осмысленное, а также ценное занятие для себя, в котором они способны проявить свой потенциал, а также пережить чувство успеха.

Санкции являются отличным средством, чтобы дать ребенку понять, чем может быть чреват его свободный выбор. Если взрослый выдерживает такие ограничения, это учит подростка нести ответственность за свои поступки.

Нужно учитывать, что ответственность за нормальные отношения между детьми и взрослыми лежит исключительно на представителях старшего поколения.

### *4. Разговор с "жертвой" буллинга.*

Очень важно защитить ученика, ставшего "жертвой" и перестать скрывать буллинг. Провести доверительную беседу с ребенком, которого обидели, попытаться понять его, поддержать, помочь устранить негативные эмоции (чувство страха, обиды, вины).

### *5. Разговор с классом.*

Обсудить с ребятами в классе случай буллинга. Такой разговор сделает ситуацию явной для всех, поможет разрешить конфликт и разногласия, вместе обсудить имеющиеся правила против буллинга или выработать новые. При этом активно привлекаются к беседе и обсуждению те школьники, которые ведут себя позитивно.

### *6. Проинформировать педагогический коллектив.*

Педагогический коллектив должен знать о случае буллинга и взять ситуацию под контроль.

### *7. Пригласить родителей для беседы.*

Если буллинг имеет место в начальной школе, то особенно важно, как можно раньше привлечь родителей, обсудить с ним, какие есть (или могут быть) признаки, свидетельствующие о буллинге, и какими могут и должны быть стратегии реагирования.

### *8. Наступление последствий.*

Буллеры должны встретиться с неизбежными последствиями своих действий. Сюда относится, в том числе, принесение извинений "жертве" и восстановление того имущества, которое было повреждено в результате буллинга.

## Психологические аспекты профилактики буллинга

В отношении постстрессовых последствий буллинга первичная профилактика реализуется по трем направлениям.

1. Создание условий недопущения буллинга.
2. Скорейшее и грамотное разобщение ребенка (подростка) с соответствующими стрессовыми воздействиями.
3. Укрепление защитных сил личности и организма в противостоянии травле как для условно здоровых детей и подростков, так и для уже имеющих соматическую или психическую патологию.

Первый этап самый ответственный, заключается в том, чтобы признать, что такая проблема существует. Признание проблемы в рамках образовательного учреждения требует, чтобы кто-то взял на себя инициативу сказать о ее существовании и о работе с ней. Лучше, если человек, который будет руководить этим, обладает административной властью. Пока не будет достигнуто согласие, начинать работу смысла нет.

Главный аргумент инициативной группы для неприсоединившихся членов школьного сообщества следующий: «Если вы ничего не предпринимаете для решения проблемы, вы сами становитесь ее частью». Важно, чтобы к сотрудникам учреждения образования присоединились ученики и их родители.

Второй этап – определение проблемы.

Не может существовать унифицированных признаков определения проблемы. Тем не менее, инициативная группа взрослых и детей должна определить:

- суть проблемы (проблем);
- серьезность проблемы;
- частоту проблемы.
- привести соответствующие примеры.

После этого необходимо разработать совместный план действий.

Далее инициативная группа оповещает все школьное сообщество о сути происходящего, о тех направлениях работы, которые будут реализовываться для профилактики насилия.

Например,

- создание атмосферы нетерпимости к любому акту насилия в образовательном учреждении;
- лучшее наблюдение за холлами, комнатами отдыха, столовыми;
- соответствующая воспитательная работа по классам (группам) в режиме свободной дискуссии;
- разработка этического кодекса;
- ясно выраженное ожидание, что дети будут сообщать о нарушениях либо администрации, либо консультантам;
- создание консультантами групп поддержки для пострадавших и групп для работы с обидчиками.

Цель работы с последними: контроль агрессивных намерений обидчиков и их реабилитация.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

III этап - выполнение программы.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2"  
Городского округа Судак, Шишкина Наталья Викторовна, Директор

22.05.24 13:30 (MSK)

Сертификат 00BDEAF6A79C62155BFA0CE078ED8B8EE6

Лучше, если выполнение этого плана начнется с

начала очередного учебного года. Здесь может быть сопротивление отдельных групп и личностей, потому что:

- многие дети не считают притеснения (травлю) проблемой;
- некоторые родители ожидают от своих детей, что они будут агрессивными, а не наоборот;
- некоторые педагоги не верят, что в их обязанности входит учить детей заботиться о себе.

Этими вопросами целесообразно лично заниматься ответственному лицу, координатору программы. Важное место занимает подготовка педагогов к тому, что им делать в ситуации травли.

Педагогам необходимо:

- оставаться спокойным и руководить;
- воспринять случай или рассказ о нем серьезно;
- принять меры как можно скорее;
- подбодрить потерпевшего, не дать ему почувствовать себя неадекватным или глупым;
- предложить пострадавшему конкретную помощь, совет и поддержку
- сделать так, чтобы обидчик понял, что вы не одобряете его поведение;
- постараться сделать так, чтобы обидчик увидел точку зрения жертвы;
- наказать обидчика, если нужно, но очень взвешенно подойти к тому, как это сделать;
- ясно объяснить наказание и почему оно назначается.

Один из аспектов выполнения подобных программ – развенчание мифа о том, что «агрессивное поведение – это нормально».

Для этих целей предлагается агрессивно-ориентированным школьникам пережить альтернативный опыт в виде различных тренингов из арсенала конфликтологии.

Вот основные направления работе с компаниями обидчиков:

- обидчиков нужно экстренно и эффективно разоблачать;
- не напирать на наказание, это только лишь усилит групповую солидарность обидчиков;
- работая с одним человеком, нужно умело использовать силу конфронтации всего, например, классного сообщества.

Целесообразно также индивидуальное консультирование обидчика психологом и социальным работником, направленное на высвобождение чувств агрессии, страха, обиды и исследование цепочки преследователь - жертва. Также необходима работа по снижению агрессивных и враждебных реакций, улучшению межличностных и межгрупповых отношений, формированию навыков разрешения конфликтов, правильной реакции в конфликтах, развитию толерантности, эмпатии.

Непосредственная работа с жертвами и преследователями может выглядеть следующим образом:

- переговорить отдельно с каждым ребенком, ставшим жертвой, и предложить письменно описать все случившееся;
- переговорить отдельно с каждым членом группы агрессоров и получить от них письменное изложение инцидента;

Оператор ЭДО ООО Компания "Тензор"

- объяснить каждому члену девиантной группы, что он нарушил правила поведения, и указать меру ответственности за содеянное;
- собрать всю группу и предложить каждому её члену рассказать перед другими, о чем говорили с ним в индивидуальной беседе;
- подготовить членов группы к встрече с остальными ребятами: «Что вы собираетесь сказать другим ребятам, когда выйдете отсюда?»
- поговорить с родителями детей, участвовавших в девиантной группе, показать им письменные объяснения ребят;
- вести дневник с записью всех инцидентов, с письменными объяснениями детей и принятыми мерами;
- обучить с помощью психолога детей, чаще всего попадающих в положение жертвы, методам психологической защиты;
- потребовать от обидчиков извинений;
- если обидчик заявил, что это была шутка, обратить внимание детей при обсуждении данного случая на то, что это не смешно;
- если действия обидчика прикрывались игровой формой, зафиксировать, кто еще из детей принимал участие в такой «игре».

Спросите ребенка, с кем еще он может поговорить о своих чувствах. «Я заметил, что в последнее время ты кажешься не очень счастливым. Могу ли я чем-нибудь тебе помочь? Я за тебя беспокоюсь. Может быть, ты хочешь еще с кем-нибудь поговорить?». Объясните ребенку вашу роль и роль представителей органов, оказывающих ему поддержку (работник организации защиты детей, социальный работник, консультант и т.д.). Дети нуждаются во множестве безопасных возможностей разрядки своей тревоги.

Скажите ребенку, подвергшемуся насилию: «Я тебе верю». «Мне жаль, что с тобой это случилось». «Это не твоя вина». «Хорошо, что ты мне об этом сказал». «Я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность».

Можно было бы сказать, что школьные годы пройдут и детские обиды забудутся, но психологи доказали, что это совсем не так. Школьное насилие буквально ломает личность жертвы, а его последствия сказываются на жизни человека в течение десятилетий. Жертвы частого или постоянного буллинга в школе, становясь взрослыми, существенно чаще жалуются на здоровье, страдают от депрессии, нервных расстройств и склонны к суициду. Они менее успешны в профессиональной деятельности, у них более низкий доход, выше риск остаться без работы. Они чаще ведут одинокий образ жизни, не имея семьи и друзей. Иначе говоря, «детские обиды» оборачиваются вполне серьёзными взрослыми проблемами. Зная это, родителям и педагогам стоит внимательнее следить за тем, чтобы их ребёнок не стал жертвой буллинга.

## Разработка родительского собрания «Буллинг в школьной среде»

**Цель:** актуализировать знания родителей по проблеме буллинга в школе, чем он опасен и как с ним бороться.

### **Задачи:**

1. Познакомить родителей с понятием «буллинг».
2. Сформировать представление об алгоритме действий при появлении признаков насилия по отношению к ребенку
3. Сформировать представление об алгоритме действий, если ребенок сам становится агрессором.

### **Ход собрания**

Все знают, что в любой школе, в любом классе есть дети, которые любят обижать, задирают, бить, обзывать других, отбирать у них деньги и вещи. Есть дети, которые чаще других становятся жертвами хулиганов, задира, обидчиков. И унижение, издевательства, травля, насилие в разных формах это повседневная, обыденная реальность для большинства школьников. Одни участвуют в этом процессе непосредственно, в качестве агрессора или жертвы. Другие — большинство — пассивно, как очевидцы и свидетели.

Но как-то так получилось, что у процесса, в который вовлечены миллионы детей и подростков нет обобщающего русского названия. Поэтому психологи и педагоги стали пользоваться англоязычным термином «буллинг» (bullying), который как раз и означает всё вместе: моральное и физическое насилие, доминирование и принуждение, запугивание и вымогательство.

Буллинг (из словаря) — это повторяющиеся акты различных видов насилия, издевательства со стороны одного лица либо группы лиц над человеком, который не может себя защитить; травля одного человека другим, агрессивное преследование одного ребенка другими детьми.

Проявляется во всех возрастных и социальных группах. В сложных случаях может принять некоторые черты групповой преступности.

Буллинг всегда преследует цель – затравить жертву, вызвать у нее страх, унижить, подчинить.

Люди привыкли думать, что организаторами и исполнителями школьного насилия (булли) становятся физически сильные, но интеллектуально неразвитые дети из «неблагополучных» семей, пытающиеся таким образом компенсировать свою ущербность.

На самом деле в этой группе могут оказаться вполне приличные детки вполне приличных родителей. Ущербность, конечно, имеет место быть, но другого, скорее нравственного порядка: готовность идти к цели по головам, неумение сопереживать и сочувствовать, искажённость моральных ориентиров, гипертрофированное стремление к лидерству и популярности.

Вожака всегда поддерживает группа последователей, состоящая из детей, которые не могут или боятся противостоять влиянию лидера, боятся сами оказаться на месте жертвы, пытаются стать частью большинства, привыкшие к насилию дома или просто развлекающиеся таким образом.

Все дети очень разные, и особенностью, из-за которой сверстники могут начать обижать ребенка, может стать абсолютно любая его черта: внешность, успеваемость, черта характера. Однако это теоретически. А на практике большинство учителей благодаря своему опыту могут сразу сказать, каких детей обижают в школе.

- Чаще всего это: *Дети с ярко выраженными особенностями внешности* (маленький или очень высокий рост, полнота, какой-либо дефект или черта, выделяющие ребенка среди других);
- *Дети из неблагополучных семей.* Часто они одеты хуже других детей в классе, плохо учатся, опаздывают;
- *Медлительные, рассеянные и невнимательные* по природе дети;

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2"  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА СУДАК, Шишкина Наталья Викторовна, Директор

22.05.24 13:30 (MSK)

Сертификат 00BDEAF6A79C62155BFA0CE078ED8B8EE6

- **Дети, которые выглядят «забитыми».** Это может быть школьник, который уже перенес какие-то унижения и обиды от сверстников, а может быть и первоклашка опять же из неблагополучной семьи, который забит в прямом смысле этого слова.
- **Агрессоры.** Вспыльчивые, драчливые, они готовы броситься на каждого, чей взгляд показался им недостаточно дружелюбным. Такое поведение может вызвать не страх, а напротив, насмешки одноклассников, которые будут дразнить задиру специально.

С другой стороны, попасть под прицел насмешек может и самый уверенный, спокойный и «благополучный» ребенок. Небольшой промах или раскрытый напрасно секрет о первой любви могут вызвать серьезный и отрицательный для ребенка отклик в детском коллективе.

Итак, в роли жертвы может оказаться практически любой. Группа может затравить даже физически и интеллектуально сильного ребёнка. Но чаще всего, жертву выбирают из детей-изгоев и «не таких» как все. Критерий может быть почти любой, достаточно прицепить ярлык: тупой или сильно умный, наглый или тихоня, быдло или мажор, коротышка или дылда, не так разговаривает, не так одевается, ботан, рыжий и т.п.

Ничуть не лучше, если ваш ребёнок сам участвует в насилии и тем более является заводилой. Большинство из таких детей растут одиночками, так как дружба, основанная на страхе, не бывает искренней и прочной. Сам школьный тиран почти всегда это чувствует и нередко страдает от этого.

**Сами дети часто скрывают, что их преследуют и травят одноклассники: обращайтесь внимание на тревожные «звоночки». Нужно немедленно выяснить, всё ли в порядке, если ребёнок:**

- постоянно находится в подавленном настроении;
- стал получать низкие оценки;
- ищет предлоги, чтобы не идти в школу;
- по дороге в школу и домой выбирает обходные маршруты;
- приходит домой с испорченной или грязной одеждой, порванными учебниками и тетрадами;
- то и дело «теряет» вещи и карманные деньги;
- отказывается выходить играть во двор;
- часто приходит домой с синяками и ссадинами;
- не встречается с одноклассниками, не приглашает их домой и не ходит в гости;
- стал замкнут или вспыльчив, срывает зло на младших братьях и сёстрах.

## **ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ УЗНАЛИ, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК ПОДВЕРГАЕТСЯ ТРАВЛЕ?**

Универсального ответа на этот вопрос быть не может. Слишком многое зависит от обстановки в классе и школе, от позиции учителей, от особенностей личности вашего ребёнка. Жертва буллинга чувствует себя одинокой, ей как никому нужен друг, защитник, советчик. Кто должен им стать, если не родитель?

В такие моменты ребенку-жертве, как никогда, нужна поддержка родителей и понимание, что его вины в том, что происходит, нет.

### **1. НЕ ЗАБЫВАЙТЕ, ЧТО НИЧТО НЕ ОПРАВДЫВАЕТ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВА!**

Поведение, характер, национальность, форма тела, цвет волос, материальное положение, навыки и знания (или их отсутствие), одежда или привычки человека не оправдывают нападок на него.

### **2. РЕБЕНОК, СТАВШИЙ ЖЕРТВОЙ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВ, МОЖЕТ БЫТЬ НЕ ГОТОВ ОБСУЖДАТЬ ЭТО.**

Любое обсуждение заставит ребенка вновь пережить негативные эмоции, а это значит, что вы должны быть очень деликатны, когда разговариваете с ним. Поговорите с ребёнком, пусть он знает, что вы на его стороне и готовы помочь. Только постарайтесь обойтись без выпытывания подробностей, если он не готов их обсуждать, и без навязчивых, обязательных к исполнению советов. Если он будет знать, что мама и папа всегда на его стороне, то по крайней

мере не будет держать свои обиду и страх в себе. А атмосфера любви внутри семьи в какой-то

следует разобраться в ситуации, обдумать её, почитать литературу или ещё лучше — поговорить с психологом. Не давите, но постарайтесь вызвать доверие со стороны ребенка.

### 3. НЕ ПЫТАЙТЕСЬ СДЕЛАТЬ СОБЫТИЯ МЕНЕЕ ЗНАЧИМЫМИ ИЛИ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ИРОНИЮ; НЕ ПРЕДЛАГАЙТЕ БЫСТРЫЕ РЕШЕНИЯ И НЕ ОБВИНЯЙТЕ НИКОГО.

Избегайте говорить такие вещи, как: «Это ничего, ты будешь в порядке, ничего страшного!», «Ты больше не ребенок, ты должен с этим справиться!», «Просто держись подальше от хулиганов!» или «Не будь таким плаксой!». Это с позиции вашего жизненного опыта детские проблемы несерьезны, а для ребенка самоощущение в школе — важная часть жизни. А «непротивление злу» может вообще иметь плачевные последствия. Обидчики, увидев собственную безнаказанность, будут издеваться над ребенком еще больше.

### 4. ТОЛЬКО САМ РЕБЕНОК МОЖЕТ ОЦЕНИТЬ, ЧУВСТВУЕТ ЛИ ОН СЕБЯ ХОРОШО И БЕЗОПАСНО ИЛИ ЧУВСТВУЕТ УГРОЗУ ОТ ЧЬЕГО-ТО ПОВЕДЕНИЯ

То, что кажется незначительным для родителя, может восприниматься ребенком как что-то страшное. Ребенка обязательно нужно выслушать и вникнуть в суть его проблемы.

### 5. НЕ ТОЛЬКО ШКОЛА И УЧИТЕЛЯ НЕСУТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА СЛУЧАИ ИЗДЕВАТЕЛЬСТВ

Хотя родителям может показаться, что учителя могут и должны контролировать все, что происходит в школе, на практике это невозможно. Всегда есть моменты в течение дня, когда сотрудники школы не находятся там, где происходит травля, и не могут засвидетельствовать случай буллинга.

### 6. ПОЙМИТЕ СТРАХ ВАШЕГО РЕБЕНКА ПЕРЕД ИЗДЕВАТЕЛЬСТВАМИ

Дети могут ощущать, причем вполне обоснованно, неспособность своих родителей или учителей немедленно и навсегда решить проблему, поскольку ни родители, ни учителя не сопровождают ребенка постоянно. Существует также угроза того, что, открыто говоря о проблеме, они могут быть осуждены своими сверстниками.

### 7. РАССМОТРИТЕ ВОЗМОЖНОСТЬ ТОГО, ЧТО ВАШ РЕБЕНОК НЕ СКАЗАЛ УЧИТЕЛЮ О ТОМ, ЧТО ЕГО ТРАВЯТ, ЧТО ОН НЕ МОЖЕТ РАССКАЗАТЬ ВАМ ВСЕ ИЛИ ЧТО ОН МОЖЕТ ИСКАЗИТЬ НЕКОТОРЫЕ ДЕТАЛИ

Дети могут чувствовать, что они виноваты в некоторых ситуациях, что они бесполезны или что сокрытие правды спасет их от осуждения другими детьми или родителями.

### 8. КАК РОДИТЕЛЬ, ВЫ НЕ МОЖЕТЕ ТРЕБОВАТЬ, ЧТОБЫ ВАШ РЕБЕНОК БЫЛ ПОПУЛЯРЕН В СВОЕМ КЛАССЕ, НО ВЫ ИМЕЕТЕ ПРАВО ПРЕДПОЛАГАТЬ, ЧТО, КОГДА ВАШ РЕБЕНОК ОТНОСИТСЯ К ДРУГИМ С УВАЖЕНИЕМ, К НЕМУ ОТНОСЯТСЯ С УВАЖЕНИЕМ В ОТВЕТ

#### *Стоит ли вмешиваться? Что вы должны делать?*

Если вы заметили признаки в поведении ребенка, по которым можно предположить, что он стал жертвой буллинга (уходы из школы, страх школы, отсутствие друзей, гнев против всех и вся, признаки физического насилия и т. д.)

#### 1. СОХРАНЯЙТЕ СПОКОЙСТВИЕ И ПОДУМАЙТЕ, КАК БЫ ВЫ МОГЛИ ОБСУДИТЬ ЭТОТ ВОПРОС С РЕБЕНКОМ

Некоторые родители сгоряча хотят разобраться с обидчиком самостоятельно, пригрозив или даже применив физическую силу. Не поддавайтесь эмоциям! Помимо того, что вы вступаете в нечестный «бой», ребенку такая помощь сделает только хуже, ведь он станет в глазах сверстников ябедой. Вы как родитель подаете пример своему ребенку своим поведением. Хотя это может быть трудно для вас, постарайтесь сохранить спокойствие, действия на эмоциях может привести вас к принятию решений, о которых вы позже будете сожалеть.

#### 2. ПОГОВОРИТЕ С РЕБЕНКОМ И РАССКАЖИТЕ ЕМУ, ЧТО ВЫ ЗАМЕТИЛИ, ЧТО У НЕГО ПРОБЛЕМЫ

Скажите ему, что вы беспокоитесь и хотите помочь. Поддержите своего ребенка и будьте человеком, которому он может безоговорочно доверять.

#### 3. ПООБЕЩАЙТЕ СВОЕМУ РЕБЕНКУ, ЧТО ВЫ НЕ БУДЕТЕ СЕРДИТЬСЯ НА НЕГО, ЕСЛИ ОН РАССКАЖЕТ ВАМ ВСЕ

Когда ребенок говорит о сложных вещах, он должен знать, что родители поддержат его.  
Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор" Сертификат 0000EAF6A79C621658F1DCE078ED688EE6  
 ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2" ГОРОДСКОГО ОКРУГА СУДАК, Шишкина Наталья Викторовна, Директор  
 22.05.24 13:50 (МСК)



В этом случае родитель, говорящий ребенку, что бить других — неправильно, выглядит для ребенка неискренним.

### **ЧТО ВЫ ДОЛЖНЫ СДЕЛАТЬ?**

Если вы заметили тревожные признаки в поведении ребенка и можете предположить, что он ведет себя по отношению к другим детям как хулиган (отправляет унижающие других сообщения, часто выражает презрение к однокласснику, говорит злобные вещи про конкретного ребенка и т. д.)

#### **1. СОХРАНЯЙТЕ СПОКОЙСТВИЕ И ПОДУМАЙТЕ О ТОМ, КАК ВЫ МОГЛИ БЫ ОБСУДИТЬ ЭТОТ ВОПРОС СО СВОИМ РЕБЕНКОМ**

Вы как родитель подаете пример своему ребенку своим поведением. Хотя вам это может быть трудно, сохраняйте спокойствие, действия на эмоциях могут привести вас к принятию решений, о которых вы позже будете сожалеть.

#### **2. ОЦЕНИТЕ СВОИ ЗНАНИЯ И НАВЫКИ**

Вы в состоянии разрешить ситуацию самостоятельно, или вам нужна помощь? При необходимости найдите кого-нибудь, кто может вам помочь (например, психолога в школе или консультационном центре). Не стыдно признаться, что вы боитесь или не знаете, как подойти к вопросу. Гораздо хуже не обращать внимания на ситуацию.

#### **3. ПОГОВОРИТЕ С РЕБЕНКОМ И ВЫСЛУШАЙТЕ ЕГО; ОБСУДИТЕ ЭТОТ ВОПРОС ВМЕСТЕ И НА РАВНЫХ**

Найдите время для своего ребенка, поговорите с ним и постарайтесь понять, как он воспринимает и понимает ли ситуацию. Пусть ребенок опишет вам все своими словами. Если ребенок должен будет описать, что он сделал с другим ребенком, это может помочь ему лучше понять, как тот ребенок себя чувствовал. Пусть ваш ребенок объяснит причины своего поведения, но не забывайте, что он может запутаться и не сможет объяснить свое поведение.

#### **4. ЗАДУМАЙТЕСЬ О ТОМ, ИМЕЕТ ЛИ ВАШ РЕБЕНОК ДОСТАТОЧНО ВОЗМОЖНОСТЕЙ, ЧТОБЫ УДОВЛЕТВОРИТЬ ПОТРЕБНОСТЬ В ДОСТИЖЕНИИ И ПРИЗНАНИИ (ХОББИ, СПОРТ И Т. Д.)**

Буллинг может быть связан с потребностью ребенка во внимании и признании или с его низкой самооценкой. Помогите ребенку найти хобби или дело, в которое у него хорошо получается. Хвалите ребенка в ситуациях, когда он вел себя хорошо — негативная обратная связь сама по себе не научит его вести себя правильно. Однако вы также должны четко указывать ему, когда его поведение неприемлемо, в том числе, если он издевается над другими детьми.

#### **5. КАК МОЖНО СКОРЕЕ СВЯЖИТЕСЬ С УЧИТЕЛЕМ И/ИЛИ ДРУГИМ ПРЕДСТАВИТЕЛЕМ ШКОЛЫ.**

Расскажите о своих наблюдениях и попросите совета, как вести себя в такой ситуации.

#### **6. ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ ОБРАТИТЕСЬ К ПСИХОЛОГУ.**

Вы можете обратиться за помощью к школьному психологу или специалисту, работающему в консультационном центре.

Очень часто возникает вопрос у родителей: « А может *стоит перевести ребенка в другую школу?*»

Перевод в другую школу остается крайним вариантом в случае, если больше ничего не помогает. Учитывайте, что адаптация к новому коллективу – это дополнительный стресс. При этом никто не может гарантировать, что в другой школе ситуация не повторится просто из-за страха ребенка и его настроения на волну неудач.

#### **Как же сделать ребенка более уверенным в себе?**

Хороший вариант – спортивная секция. Но цель в таком случае должна быть не научить ребенка драться, а именно придать ему уверенности в себе. Такой же эффект может принести и любое другое серьезное занятие, к которому можно привлечь ребенка – рисование, музыка, уход за животными. Вдобавок новый, внешкольный коллектив позволит почувствовать свободу от школьных отрицательных установок. А успешный, морально сильный человек, даже если он выглядит не так, как все, своим самоощущением постепенно вызовет уважение даже у самых отпетых хулиганов.

Дайте ребенку понять, что он – **Личность**, достойная уважительного к себе отношения.

Мы знаем, что профессия родитель — самая трудная на Земле и требует от вас постоянного внимания, терпения, мудрости и непрерывной работы, прежде всего, над собой и атмосферой в семье. Для ребенка жизненно важно видеть в вашем лице друга и помощника. И даже если ребенок не прав, вы не должны оставлять его одного со своей проблемой — будьте всегда на стороне своего ребенка. Даже если причина конфликта кроется в его поведении, то не обязательно беспричинно поддерживать поведение ребенка: «Умница, молодец, так им и надо». Следует сказать: «Да, я на твоей стороне, но ты попал в беду, и давай мы пойдем вместе, как из этой беды выйти».

Вы, родители, самые близкие для ребенка люди, должны быть внимательны к своим детям, чувствовать их переживания. Ваши отношения должны быть доверительными. В случае обнаружения признаков того, что Ваш ребенок участвует в травле, первое – поговорите с ним, второе – сообщите в образовательную организацию, третье – имеете право обратиться с заявлением в полицию. Помните! **ВЫ НЕ ОДНИ! ВАМ ГОТОВЫ ПОМОЧЬ!**

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2"  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА СУДАК**, Шишкина Наталья Викторовна, Директор

22.05.24 13:30 (MSK)

Сертификат 00BDEAF6A79C62155BFA0CE078ED8B8EE6