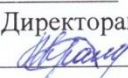




**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №4  
городского поселения «Рабочий поселок Ванино»  
Ванинского муниципального района Хабаровского края**

<p>Согласовано на заседании Методического совета Протокол № 1 от 30.08.2023г. Зам. Директора по ВР  /М.А. Крамская/</p>	<p>«Утверждено» Приказ №221 от 31.08.2023 г. Директор  /М.Н. Селиверстова/ </p>
--	---

**Программа по профилактике травли  
«Буллингу-нет!»**

Составитель: педагог-психолог  
Ринчинимаева С.Ю.

## Пояснительная записка

**Актуальность проблемы.** Каждый человек является личностью и достоин уважительного отношения к себе. Самоуважение, как неотъемлемая черта личности, зарождается с самых юных лет, поэтому очень важно, чтобы дети и подростки росли и развивались в доброжелательной атмосфере, атмосфере уважения. Большую роль при формировании самоуважения, самооценки играет не только семья, но и окружающие сверстники и взрослые. Особенно мнение сверстников становится очень важным в подростковый период, когда ведущей формой деятельности становится общение. Гармоничные отношения с ровесниками, наличие такой необходимой для подростков референтной группы (общности сверстников, чьи ценности и суждения они разделяют и принимают) очень сильно влияют на статус ребенка в коллективе. Школа - это дисциплинарное пространство, в котором становление личности ребенка, его социализация протекает в системном конфликте между социальной нормативностью и природным стремлением к мгновенному удовлетворению потребностей. Это, безусловно, порождает целый спектр внешних и внутренних конфликтов, энергия которых обеспечивает динамику социальных и личностных процессов развития. Но иногда конфликты внутри школы принимают деструктивную форму, выплёскиваются в агрессию по отношению к другим людям. И если вовремя не реагировать на начавшуюся конфликтную ситуацию, она может перерасти в многомесячный или даже многолетний конфликт, а иногда – в буллинг.

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». Стоит

отметить, что такое явление, как буллинг в школьной среде, появляется не только в результате возникающей антипатии или какого-то конфликта, вспыхнувшего между «агрессором» и «жертвой». Буллинг понимается как широкое социально-психологическое явление, которое возникает в результате воздействия множества факторов (личностных, семейных, средовых), в котором представлено множество внутригрупповых процессов и задействована (прямо или косвенно) целая группа людей (включая сторонних наблюдателей, педагогов, родителей и пр.). В нашей стране государством поддерживается развитие служб школьной медиации, которые эффективно помогают в разрешении конфликтов в образовательных организациях, в том числе, в ситуациях буллинга.

Программа предназначена для работы в основном общем уровне образования (5-9 классы) для детей и подростков с нормативным кризисом взросления, в результате применения которых снизится вероятность возникновения буллинга в классах, а возникающие проблемы будут решаться быстро и эффективно. В 1-4 классах профилактика буллинга осуществляется через обеспечение социальнопсихологической адаптации обучающихся к школьному обучению через формирование детского коллектива, организацию общеклассных дел, коррекцию школьной дезадаптации. В 5-9 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.

**Нормативно-правовой основой** для разработки данной программы явились следующие нормативно-правовые акты:

- Конвенция ООН о правах ребенка;
- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об

образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями); -

Федеральный закон от 24 июля 1998 года №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р. «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

- Распоряжение Правительства РФ от 23.01.2021г. № 122-р. План основных мероприятий до 2027 года в рамках Десятилетия детства;

- Письмо Министерства просвещения РФ от 28.04.2020г. № ДГ-375/07 «О направлении методических рекомендаций по развитию сети служб медиации (примирения) в образовательных организациях и в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»;

- Письмо Министерства просвещения РФ от 28.04.2020г. № ДГ-375/07 «О направлении методических рекомендаций по развитию сети служб медиации (примирения) в образовательных организациях и в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей».

Типы трудностей и проблем, на решение которых направлена программа. Педагоги-психологи и особенно классные руководители не всегда знают, как правильно реагировать на проявления буллинга. Как правило, проводится воспитательная беседа с агрессором с дальнейшим запретом подходить к жертве буллинга. Но таким образом причина буллинга не устраняется. Буллинг является проблемой всего классного коллектива, поэтому важна работа со всем классом – классным руководителем, жертвой буллинга, агрессором, а после индивидуальной работы важна и работа со всем классом, поскольку одноклассники тоже оказываются невольно втянуты в ситуацию травли, даже если они просто пассивные наблюдатели. Если не будет проговорены и проанализированы такие важные вопросы, как то, почему жертва буллинга и агрессор оказались в своих ролях, что при этом чувствовал и чувствует каждый участник травли, что каждому необходимо

сделать в будущем, чтобы ситуация не повторилась, то ситуация буллинга, просто подавленная, но не проговорённая, может возникнуть с их участниками вновь, пусть не в этом классе, но вполне может повториться и в другой обстановке. Следовательно, программа направлена на то, чтобы у педагогов-психологов и классных руководителей появился новый эффективный инструмент – медиация и восстановительные технологии, с помощью которого они могли бы не только успешно работать с уже возникшей ситуацией буллинга, но и эффективно проводить профилактику. Это позволит сохранить психологическое здоровье учащихся и создать комфортную образовательную среду, обеспечивающую высокое качество образования, духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся. Медиация и восстановительные технологии гарантируют охрану и укрепление 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, коррекционноразвивающих мероприятий с субъектами образовательного процесса (обучающиеся, родители, педагоги, др.специалисты ).

**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.

#### **Этапы реализации программы:**

1. Профилактический этап, включающий в себя проведение классных часов, которые проводятся в начале учебного года и затем один раз в четверть.

2. Диагностический и организационный этапы, включающие в себя проведение и анализ результатов диагностики,

3. Основной этап, заключающийся в проведении индивидуальных бесед, медиаций, кругов сообщества, классных часов.

4. Завершающий этап, включающий в себя диагностику психологического климата в классе в марте -апреле.

#### **Алгоритм работы с ситуацией буллинга.**

##### Признаки, на которые важно обращать внимание педагогам:

Если ребенок - жертва или отвергаемый в классе, то: - его школьные принадлежности часто бывают разбросаны по классу или спрятаны; - на уроках ведет себя скрытно, боязливо, когда отвечает, в классе начинают распространяться шум, помехи, комментарии; - во время перемены держится в стороне от других школьников, скрывается, убегает от сверстников и старших школьников, старается находиться недалеко от учителей, взрослых; - его оскорбляют, дразнят, дают обидные прозвища, на агрессивные действия со стороны других детей он реагирует улыбкой, старается отшутиться, убежать, может заплакать;- во время групповых игр, занятий его игнорируют. Если ребенок агрессор, то: - на уроке может привлекать к себе внимание, вступает в пререкания при получении отрицательной отметки, вспыльчив; - манипулирует кругом друзей и знакомых, многие дети его боятся или заискивают перед ним; - может обманывать, чтобы избежать ответственности за свои действия; - на его поведение поступают жалобы как от детей, так и

взрослых.

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. Поможет это сделать применение восстановительных технологий в форме круга сообщества. Достаточно просто вместе с детьми сформулировать правила жизни в группе. Например,

провести классный час в круге 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 педагог-психолог после проведённой работы регулярно спрашивал, как дела, что удастся, 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.

**Методологической основой программы явились следующие принципы:**

1. Принцип системности предполагает разработку и проведение программных профилактических мероприятий на основе системного анализа психологического климата в классе и личностных особенностей подростков.

2. Принцип стратегической целостности определяет единую целостную стратегию профилактической деятельности, обуславливающую основные стратегические направления и конкретные мероприятия.

3. Принцип аксиологичности (ценностной ориентации). Этот принцип включает формирование у подростков мировоззрения, основанного на уважении к другому человеку, на понимании своих чувств и чувств других, на принятии разности людей, на принятии моральных ценностей.

4. Принцип ситуационной адекватности означает соответствие профилактических действий реальной социально-экономической ситуации в образовательной среде, обеспечение непрерывности, целостности, динамичности, постоянства, развития и усовершенствования профилактической деятельности с учетом оценки эффективности и мониторинга ситуации.

5. Принцип соблюдения прав человека — профилактические



действия не должны нарушать права и свободы человека.

**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.

**Измеряемые конструкты и критерии оценки планируемых результатов и характеристики** (признаки, свойства, параметры и т.п.), на которые программа должна оказывать эффект:

- Знание способов конструктивного взаимодействия, конструктивного реагирования на ситуации буллинга и использование их в практической деятельности;
- Применение навыков самоанализа и самоконтроля;
- Понимание своего эмоционального состояния и состояние

другого человека;

- Применение восстановительным технологий в процессе деятельности.

### **Ожидаемые результаты реализации программы.**

- Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов-психологов и классных руководителей при работе с ситуациями буллинга;
- Трансляция знаний и умений, помогающих классным руководителям и подросткам конструктивно выходить из начавшейся ситуации буллинга и/или эффективно разрешить уже текущую ситуацию;
- Снижение количества ситуаций буллинга;
- Улучшение психологической обстановки в классах и в школе в целом.

### **Внутренний контроль реализации программы.**

Программа проводится педагогом-психологом совместно с заместителем директора по учебно-воспитательной работе и классными руководителями.

**Критерии оценки планируемых результатов.** Эффективность и результативность программы рассматривается через анализ динамики результатов диагностики до и после реализации программы. Диагностический комплекс позволяет выявить психологический климат в классе, уровень взаимоотношений между детьми, а также уровень их тревожности и агрессивности. Показателями результативности программы являются снижение уровня тревоги, агрессивности, уменьшение детей, оказывающихся в позиции изолированного (отвергаемого), повышение позитивного психологического уровня в классе. Описание и источники психодиагностического инструментария, используемого для оценки достижения планируемых результатов. (Приложение1)

## План работы

№	Наименование мероприятий	Срок	Ответственный
<b>Работа с обучающимися</b>			
1	1.Диагностика «Исследование психоэмоционального состояния 2.Диагностика уровня толерантности обучающихся 7-11 классов	По запросу в течение года Ноябрь	Педагог-психолог
2	Классный час на тему: 1.«Дружба и ссоры. Как правильно мириться» 2.«Каким вы хотите видеть свой класс?» 3.«Как вы будете решать конфликты в своём классе?» 4.«Если другой человек – другой...?» 5. «Как защититься от травли в сети» 6. «Ответственность за распространение информации в сети Интернет» 7. Тренинг «Травля среди подростков -норма или жестокость?» 8.Тренинг «Умей сказать нет» 9.Тренинг «Стоп, мне так не нравится»	1-4 четверть	Кл. руководители Педагог – психолог Психолог КГКУ ЦСПН
3	Индивидуальные занятия с	В течение	Педагог-психолог

	элементами тренинга	года	
<b>Работа с педагогами</b>			
1	Семинары: «Буллинг и кибербуллинг в школе: проблемы и пути решения»	ноябрь	Педагог-психолог
2	Технологии психолого-педагогической помощи детям в ситуации буллинга. Повторение алгоритма действий.	март	Педагог-психолог
3	Индивидуальные консультации	В течение года	Педагог-психолог
<b>Работа с родителями</b>			
1	Родительский лекторий «Как помочь ребенку не стать жертвой»	1 четверть По запросу	Кл. руководители Педагог-психолог
2	Консультации по проблемным ситуациям по запросу	В течение года	Педагог-психолог
3	Советы профилактики	В течение года	Зам. директора по ВР Кл. руководители Педагог-психолог

## Приложение 1.

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

**Социометрия Дж. Морено.** Термин «социометрия» буквально означает «социальное измерение», социометрическая методика предназначена для оценки межличностных отношений неформального типа: симпатий и антипатии, привлекательности. Имея характер опроса, социометрия существенно отличается от анкетного опроса и интервью тем, что вопросы касаются эмоциональной сферы отношений людей. Социометрическая процедура заключается в том, что членам группы предлагают перечислить в порядке предпочтения тех товарищей по группе, с которыми они хотели бы вместе работать, отдыхать, сидеть за партой и тому подобное. Вопросы о желании человека совместно с кем-то участвовать в определенной деятельности называются критериями выбора. Например, «С кем Вы хотели бы вместе готовиться к экзамену?» или:

«Кого бы Вы пригласили на день рождения?» и тому подобное. Успех изучения взаимоотношений зависит от правильного подбора этих вопросов. Различают слабые и сильные критерии выбора. Чем важнее для человека та или иная деятельность, чем теснее и продолжительнее общение она предусматривает, тем сильнее считается критерий выбора. Чаще всего в социометрическом исследовании сочетаются вопросы разных типов. Они добиваются таким образом, чтобы выявить стремление человека к общению с членами группы в различных видах деятельности — в труде, учебе, отдыхе, дружбе и тому подобное. Опросник агрессивности Басса - Дарки предназначен для выявления уровня агрессивности респондентов. Опросник состоит из 75 утверждений. На русском языке стандартизирован А.А. Хваном, Ю.А. Зайцевым и Ю.А. Кузнецовой в 2005 году. А. Басс, воспринявший ряд положений своих предшественников, разделил понятия агрессии и враждебность и определил последнюю как: «...реакцию, развивающую негативные чувства и негативные оценки людей и

событий».

**«Психологическая безопасность образовательной среды школы» (И.А. Баева).** Опросник состоит из трех частей: - отношение к образовательной среде школы. - значимые

характеристики образовательной среды школы и удовлетворенность ими. - защищенность от психологического насилия во взаимодействии. Исследование может проводиться как индивидуально, так и в групповой форме.

**Шкала самоуважения Розенберга.** Самоуважение - это субъективная оценка человеком себя как внутренне положительного или отрицательного до какой-то степени. Опросник создавался и использовался как одномерный, хотя, проведенный позднее, факторный анализ выявил два независимых фактора: самоунижение и самоуважение: чем выше одно, тем ниже другое.

**Методика оценки уровня психологического климата коллектива (А.Н. Лутошкин).** Процедура проведения состоит в том, что в левой стороне листа описаны те качества коллектива, которые характеризуют благоприятный психологический климат, в правой - качества коллектива с явно неблагоприятным климатом. Степень выраженности тех или иных качеств можно определить с помощью 7-балльной шкалы, помещенной в центре листа (от +3 до -3). Используя схему, следует прочесть сначала предложение слева, затем - справа и после этого знаком «+» отметить в средней части листа ту оценку, которая наиболее соответствует истине.

Описание используемых методик, технологий.

**Восстановительная медиация** - это процесс, в котором медиатор (ведущий восстановительных программ) создает условия для восстановления способности людей понимать друг друга и договариваться о приемлемых для них вариантах разрешения проблем (при необходимости - о заглаживании причиненного вреда), возникших в результате конфликтных или криминальных ситуаций. Восстановительная медиация включает предварительные встречи медиатора с каждой из сторон по

отдельности и общую встречу сторон с участием медиатора. Это могут быть метиативные встречи (например, с участием агрессора и жертвы), а также круги сообщества (например, с обсуждением вопросов: что вы думаете о конфликтной ситуации в классе? Как к ней относитесь и как не допустить подобного в будущем?)

Круги сообществ - важнейшей особенностью кругов является привлечение к обсуждению проблемы всех заинтересованных людей, что обеспечивает их активное участие в принятии решения и разделении ответственности за его выполнение. Процесс круга позволяет включать в работу значительное число участников. Программа позволяет работать:

- с конфликтами, в которые вовлечены много участников;
- со сложными школьными ситуациями в детских и педагогических коллективах, школьных сообществах;
- со вновь сформированными классами и коллективами – для профилактики возможных конфликтов и правонарушений;
- с затяжными ситуациями: «буллинг», «недружный класс», «конфликтующие группировки в классе и школе», «непринятие новичка-сверстника», «непринятие классом педагога» и т.д.

При беседе использовать следующие **техники**:

Эхо-техника. Сущность эхо-техники в том, что собеседнику возвращается его высказывание, сформулированное своими словами. Это повторение произнесённого собеседником текста. Стандартные вводные фразы:

- правильно ли я тебя поняла...
- по твоему мнению...

Структура эхо-техники в медиации

1. Правильно ли и вас понимаю?
2. Факт – интерпретация – эмоция Эхо-техника позволяет:
  - дать собеседнику представление о том, как вы его поняли,

- мы помогаем собеседнику услышать его высказывание со стороны, возможно, заметить в нем ошибки, более четко осознать и сформулировать свои мысли,

- смягчить выражения, расставить нужные акценты,

- используя «эхо», мы выкраиваем время на обдумывание, что особенно важно в ситуациях,

когда не сразу можно найти, что сказать.

- создает атмосферу безопасности,

- сохранить нейтральность,

- обладает благоприятным эмоциональным воздействием.

Собеседнику обычно очень приятно, когда его слова перефразируют, так как это свидетельствует о том, что его слушают,

стремятся понять, а, следовательно, относятся к нему с уважением, считаются с его мнением.

- снижению напряжения, а в сложных ситуациях облегчает течение конфликта;

- в процессе медиации эхо-техника позволяет другой стороне услышать историю первой стороны нейтрально, не так эмоционально.

Техника резюме и развития идеи.

1. Резюме – итог сказанного, основная идея: итак..., таким образом..., правильно ли я вас поняла...

2. Как бы вы хотели разрешить эту ситуацию? Мы выводим логическое следствие из слов собеседника или выдвигаем предположение относительно причин высказывания: «Вы так полагаете, видимо, потому, что...», «Если исходить из того, что вы сказали, то...».

«Развитие идеи» обладает многими достоинствами:

- позволяет уточнить смысл сказанного,

- быстро продвинуться вперед в беседе,

- дает возможность получить информацию без прямых вопросов и

Т. П.



Я-сообщения – важные составляющие нашего общения. Используя эту технику, вы сможете снизить напряжение даже в случае, если произошло неприятное для вас событие.

«Я»-сообщение состоит из следующих частей:

1. Описывает поведение;
2. Описывает ваши чувства по отношению к поведению;
3. Сообщает, какова ваша реакция на поведение;
4. Предлагает возможное решение

## **Приложение 2**

### **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 . 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), 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?
21. Какие у тебя планы на будущее?
22. Как может эта ситуация отразиться на твоём будущем?

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

Вопросы безоценочные и безобвинительные и направлены на осознание и обидчика и жертвы произошедших событий и их последствий.

### **Алгоритм работы с классным коллективом.**

Восстановительные программы (круги сообщества) Обязательные этапы:

1. Получение информации от классного руководителя, о его отношении к ситуации. В результате важно согласие классного руководителя участвовать в восстановительной программе с целью изменения 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. На общей встрече обязательно присутствие классного руководителя и его активное участие.

Возможные вопросы для Круга сообщества по ситуации буллинга (важна обязательная предварительная подготовка, индивидуальная работа):

1. Круг ценностей. Вопрос выбирается исходя из ситуации, например: Какое качество вы больше цените в себе и в других людях? Важно, чтобы вопрос носил позитивный характер.

2. Первый круг: расскажите о вашем видении ситуации (этот вопрос необходимо проговорить на индивидуальной встрече). Важно, чтобы на круге присутствовали все, кого так или иначе коснулась ситуация травли и у кого есть собственное мнение по этому вопросу.

3. Второй круг: какой может быть выход из этой ситуации, какое может быть решение?

Это вопрос также проговаривается на предварительной индивидуальной встрече. Очень важно, чтобы каждый участник понимал

свой вклад в проблему и в её решение. Ответы записываются помощником (волонтеров службы школьной медиации (примирения) на большом листе.

4. Третий круг: что каждый из вас готов сделать для изменения ситуации? Ответы записываются помощником (волонтеров службы школьной медиации (примирения) на большом листе.

5. Четвертый круг: что будет, если договоренности, к которым вы сейчас пришли, будут нарушены? Какая может быть ответственность? Ответы записываются помощником (волонтеров службы школьной медиации (примирения) на большом листе.

6. Пятый круг, рефлексивный. Поделитесь своими ощущениями от нашей сегодняшней встречи. Что самое важное было для вас сегодня.

### Приложение 3

#### 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, 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!**

## Приложение 4

Англоязычное слово «буллинг» (bullying) становится в последнее время общепринятым для обозначения школьной травли и обозначает травлю, повторяющуюся агрессию по отношению к определенному субъекту, включающую в себя принуждение и запугивание. Однако это явление имеет много «лиц». Так, **моббинг, буллинг, хейзинг, кибермоббинг и кибербуллинг** – англоязычные названия разновидностей этого опасного явления. И для того, чтобы определить направления профилактической работы, субъекты воздействия, необходимо дифференцировать вышеуказанные понятия.

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

**Школьный моббинг** – это разновидность эмоционального насилия в школе, когда класс или большая часть класса ополчается на кого-то одного и начинает его травить с какой-либо целью. Тех, кто травит, называют мобберами, а тех, кого травят, — «жертвами».

**Моббинг** – это своего рода «психологический террор», включающий систематически повторяющееся враждебное и неэтичное отношение одних людей, направленное против других, в основном одного человека. Например, моббинг против «новичка».

Формы моббинга: насмешки над физическими недостатками, изоляция, отвержение, подразнивание, толкание, высмеивание одежды и т.д.

**Буллинг** (англ. bullying, от bully — хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник) — это систематическое, регулярно повторяющееся насилие, травля со стороны одного школьника или группы школьников в отношении отдельного школьника, который не может себя защитить.

**Буллинг** – это психологический террор. Он всегда преследует цель — затравить жертву, вызвать у нее страх, деморализовать, унижить, подчинить. Обидчики дают ребенку неприятные прозвища, обзывают, бойкотируют, угрожают, отбирают личные вещи или намеренно портят их, бьют или

пинают, заставляют делать неприглядные и оскорбляющие достоинство действия, распространяют лживые сведения, сплетни и слухи, исключают ребенка из круга общения, совместных занятий, игр, игнорируют и т.д. Обидчики — булли — чрезвычайно изобретательны.

Обидчиками могут быть и девочки-подростки, ибо буллинге зависит от пола, роста, национальности или предпочтений. Он просто есть и все, как элемент школьной жизни. Повод может быть самым разным. Поэтому пострадать от буллинга может любой ученик. При этом зачастую могут даже отсутствовать какие-либо конкретные основания для агрессии. Объектом буллинга чаще всего выбирают тех, кто отличается от других детей и не может себя защитить.

По сути моббинг и буллинг схожие понятия — это травля. В то же время буллинг отличается от моббинга тем, что в роли преследователя выступает не весь класс, а конкретный ученик или группа учеников, которые имеют авторитет.

**Хейзинг** (англ. *hazing*) — неформальные ритуальные насильственные обряды, исполняемые при вступлении в определенную группу, и для дальнейшего поддержания иерархии в этой группе. В большей степени хейзинг характерен для закрытых (военизированных, спортивных, интернатных, и др.) учреждений.

**Хейзинг** – это неуставные отношения в коллективе, например, известная у нас «дедовщина». **Хейзинг** встречается и в обычных образовательных учреждениях, особенно, если при них есть общежития. Новичкам одноклассники или учащиеся более старших классов (курсов) навязывают унижающие достоинство различные действия, например, публично пройтись раздетым, вымыть пол в туалете зубной щеткой и т.д.

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.

**Интернет-травля** может осуществляться также через показ и отправку 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; создание фальшивой учетной записи в социальных сетях, электронной почты, веб-страницы для преследования и издевательств над другими от имени жертвы и т.д.

Интернет-травля отличается от других видов насилия тем, что позволяет обидчику сохранить анонимность и вероятность быть непойманным.



