Утверждена приказом

№ 25 от 01.03.2023

**МКОУ «ООШ Нурменский ЦО»**

**Программа**

профилактики буллинга

\

# СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка
2. Примерный комплексный план мероприятий по профилактике явлений буллинга (моббинга) в ОУ на один учебный год
3. Заключение
4. Приложения. Диагностические материалы.
- Методика на выявление буллинга и его структуры

- Рекомендации педагогам и родителям

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Актуальность проблемы.**

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

В настоящее время проблеме исследования и профилактике буллинга уделяется большое внимание. И потому вопрос предупреждения ситуаций насилия в системе образования очень актуален, как во всем мире, так и в России. В группу повышенного риска по частоте буллинга попадают дети 11 -12 лет.

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

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

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, унизить, 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 буллингне 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 отправление резких, грубых или жестоких текстовых сообщений, передразнивание жертвы в режиме онлайн, размещение в открытом доступе личной информации, фото или видео с целью причинения вреда или смущения жертвы; 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.

Наиболее часто употребляемым в настоящее время понятием, обозначающим все указанные явления, выступает «буллинг». И сегодня буллинг – это социальное явление, без которого не строится ни один детский коллектив. В любом классе, группе есть лидер,

«середнячки» и «слабое звено» – тот, кто становится объектом насмешек. Если ребенок по каким-то причинам выпадает из общей массы, рядом обязательно найдется тот, кто захочет самоутвердиться за его счет. В детском коллективе буллинг зачастую является результатом незанятости детей.

Предпосылками буллинга являются:

* зависть, желание унизить жертву ради удовлетворения своих амбиций, для развлечения, самоутверждения;
* желание подчинить, контролировать кого-то;
* виктимность жертвы (особенности личности и поведения индивида, навлекающие на него агрессию со стороны других людей, такие как покорность, внушаемость, неумение постоять за себя, неосторожность, доверчивость, легкомыслие, недифференцированная общительность, а также психические расстройства).

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

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

# Цель, задачи, методы, направления работы.

# Цель программы:

 1. Формирование в образовательном процессе нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся;

 2. Повышение информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях;

 3. Повышение ответственности родителей за действия, направленные против детей;

 4. Воспитание у обучающихся уважения к правам человека, личности, как к неповторимой сущности человека;

 5. Формирование у обучающихся адекватных представлений о правах человека и правилах поведения у опасных ситуациях.

 6. Информирование педагогов о способах профилактики буллинга в детской среде. Программа предусматривает решение следующих задач:

 - профилактика всех форм насилия над обучающимися дома, в образовательной организации, в общественных местах;

 - организация совместной работы с родителями по повышения их уровня образованности и компетентности в различных трудных жизненных ситуациях;

 Основные группы методов профилактики:

1. Методы, ориентированные на конкретных детей и подростков;

2. Методы, ориентированные на семейные отношения;

3. Методы, ориентированные на ближайшее окружение ребѐнка (микросоциум).

# Направления работы:

1. Направления работы на уровне ОУ:
	* + диагностика психоэмоциональной среды ОУ и мотивационно-образовательная работа с администрацией;
		+ программы формирования благоприятного психологического климата ОУ
2. Направления работы с педагогическим коллективом и родителями:
* консультативно-образовательная работа с педагогическим составом и родителями;
* мероприятия, напрвленные повышение психолого-педагогической компетентности взрослых (родителей, педагогов).
1. Направления работы с обучающимися
* консультативно-коррекционная работа с детьми, подвергшимися жестокому обращению;
* информационно-просветительская работа с коллективом обучающихся;
* повышение уровня коммуникативной культуры обучающихся;
* профилактика и коррекция отклонений в эмоциональной сфере детей и подростков;
* профилактика асоциального поведения школьников;
* развитие навыков стрессоустойчивости, конструктивного поведения в конфликте и уверенного поведения, навыков саморегуляции.

Мероприятия должны осуществляться на трех уровнях: образовательной организации, группы и индивидуальном.

Первичная профилактика реализуется по 3 направлениям:

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

На первом этапе следует признать наличие проблемы и осознать ее масштаб.

На втором – определить проблему (ее суть, серьезность, частоту возникновения, длительность, состояние жертвы, участников, свидетелей). Контролируются агрессивные намерения обидчиков и состояние жертвы. Вырабатывается план действий.

На третьем – реализуется выработанный план.

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

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

Если проявления буллинга вовремя не пресекаются, то со временем они становятся все более опасными. Реакция образовательного сообщества на случаи насилия – важный аспект в решении проблемы.

Одномоментно и навсегда искоренить проблему буллинга невозможно. Однако если ею будут вплотную и серьезно заниматься все участники образовательного процесса, то высока вероятность избежать многих конфликтов.

Ключевые слова, раскрывающие сущность профилактики буллинга: предохранение, предупреждение, предостережение, устранение и контроль. Профилактическая работа предполагает изменение социальной, семейной, личностной ситуации обучающегося путем применения специальных педагогических и воспитательных мер, способствующих улучшению качества его жизни и поведения.

Основная цель профилактических мероприятий направлена на то, чтобы, помочь ребенку совладать со стрессовой ситуацией и агрессией.

**Задачи профилактики буллинга:**

* + подготовка учителей для работы с трудными детьми;
	+ содействие улучшению социального самочувствия;
	+ психолого-педагогическое просвещение родителей;
	+ устранение психотравмирующей и социально опасной ситуации;
	+ снижение риска злоупотребления токсическими веществами, наркотиками и алкоголем;
	+ развитие и формирование самостоятельности и социальной компетентности;
	+ изменение представлений о самом себе и об отношениях с окружающими.

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

Ожидаемые результаты программы: у участников образовательного процесса сформировано нетерпимое отношение к различным проявлениям насилия по отношению к другим; обучающиеся проинформиованы о возможных рисках и опасностях; повышение ответственности родителей за действия, направленные против детей; у обучающихся формируется адекватное представлене о правах человека и правилах поведения у опасных ситуациях; педагоги проинформированы о способах профилактики буллинга в детской среде; проведена совместная работа с родителями по повышению их уровня образованности и компетентности в различных трудных жизненных ситуациях.

# Примерный комплексный план мероприятий по профилактике явлений буллинга (моббинга)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Мероприятия | Сроки проведения | Ответственные |
| Нормативно-правовое и информационное обеспечение мероприятий,определяющих профилактику буллинга: |
| 1. | 1. Утвердить программу профилактики буллинга (моббинга) на учебный год
2. Разработать:
* комплексный план мероприятий

по профилактике и предотвращению буллинга (моббинга) на учебный год;* методические материалы (рекомендации для педагогов и родителей, классные часы, беседы, тренинги и пр.) в рамках реализуемого плана мероприятий

3) Подготовить:* информационный материал по профилактике детского насилия и буллинга (моббинга) для размещения на сайте школы;
* раздаточные материалы (памятки, буклеты, стендовую информацию) для всех субъектов

образовательных отношений (обучающихся, педагогов, родителей) по проблеме буллинга; | августавгуст- сентябрьв течение уч.годаоктябрьв течение уч.года | зам. директоразам. директора, педагог- психолог, социальный педагог, руководитель ШСПзам. директора, педагог- психолог, социальный педагог, руководительШСП |
| Организационно-педагогическая и научно-методическая работас педагогическим коллективом |
| 2. | 1. Совещание при директоре: «Организация работы по профилактике буллинга (моббинга) в образовательной среде школы»
2. Совещания при заместителе директора по работе по темам:
* распространенность и особенности проявления буллинга (моббинга) в группах обучающихся;
* буллинг (моббинг): актуальность, состояние проблемы и психологическое сопровождение жертв буллинга (моббинга);
* роль педагога в профилактике буллинга (моббинга) в ученических коллективах;
1. Пополнение методической копилки новыми формами работы по профилактике и предотвращению буллинга (моббинга) в школе
2. Семинары, круглые столы, деловые игры, тренинги для педагогов на темы:
* Нормативные основания и алгоритм действий педагогов в случае подозрения на возможный факт насилия в детском коллективе.
* Буллинг (моббинг) в образовательной среде: как
 | сентябрьв течение уч.годав течение уч.годав течение уч.года | зам. директора зам. директоразам. директора, педагог- психолог, социальный педагог, руководитель ШСПзам. директора, педагог- психолог, социальныйпедагог, |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | помочь ребенку побороть агрессию. Методы предотвращения буллинга5) Групповые консультации по проблемным ситуациям:* Насилие в образовательной среде: что противопоставить жестокости и агрессии?
* Буллинг или как не стать жертвой?
* Детский буллинг (моббинг). Как защитить ребенка от травли?

6) Индивидуальные консультации педагогов по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха | в течение уч.года(по запросу)в течение уч.года(по запросу) | руководитель ШСПзам. директора, социальный педагог, рукводитель ШСПзам. директора, социальный педагог, рукводитель ШСП |
| Работа с родителями обучающихся |
| 3. | 1) Родительские собрания в классах ( рамках месячника "Здоровье и безопансоть школьников":* Как предотвратить и преодолеть буллинг (моббинг)?
1. Родительские собрания в классах "Безопасное поведение детей"
2. Устный журнал (стендовая информация, информация на сайте школы):
* Буллинг (моббинг) – это не детская шалость.
* Психологический дискомфорт обучающихся в образовательной среде: причины, проявления, последствия и профилактика и др.
1. Индивидуальные консультации социального педагога, руководителя ШСП, заместителя директора по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха и др.
2. Работа ШСП по запросу ролителей (разрешение конфликтных ситуаций)
 | Сентябрь- октябрьмайв течение уч.годав течение уч.годав течение уч. года(по запросу) | зам. директора, классные руководителизам. директора, классные руководители зам. директоразам. директора, социальный педагог, руководитель ШСПруководитель ШСП |
| Информационное, организационно-кадровое и психолого-педагогическоеобеспечение профилактики и предотвращения буллинга (моббинга) обучающихся |
| 4. | 1) Классные часы, беседы (примерная тематика). 7-11 лет:* Законы сохранения доброты.
* Я не дам себя обижать.
* Давайте жить дружно!
* Мы против насилия. Как защитить себя?
* Будем добрыми.
* Как научиться жить без драки.
* Риски в сети Интернет 12-15 лет:
* Бояться страшно. Действовать не страшно.
* О правилах поведения и безопасности на улице.
 | в течение уч. года | Классные руководители, социальный педагогог, зам. директора |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | * Буллинг как стадный допинг.
* Безопасное поведение.
* Что такое агрессия?
* Добро против насилия.
* Как не стать жертвой насилия.
* Способы решения конфликтов с ровесниками.
* Риски в сети Интернет
* Отвественность несовершеннолетних за свои поступки
* Навыки саморегуляции.
* Воспитание характера.
* Предупреждение насилия и жестокости в жизни.
* Как вести себя в конфликтной ситуации.
* Нравственный закон внутри каждого.
* Моя жизненная позиция.
* Риски в сети Интернет
* Отвественность несовершеннолетних за свои поступки

2) Информационный вестник (стендовая информация раздаточные материалы) для обучающихся на темы:* Мы – против насилия!
* Мы – против жестокого обращения!
* Безопасность в сети Интернет
* Детский телефон доверия
* Если меня обижают
* Кто такой уполномоченный по правам ребенка.
* Как веси себя в конфликтной ситуации.

3) Психологическая диагностика (наблюдение, анкетирование, тестирование) в контексте проблемы буллинга:* выявление детей, склонных к проявлению жестокости к другим обучающимся;
* взаимоотношения в группе;
* изучение личностного развития обучающихся с целью профилактики нарушений в развитии

личности (толерантность, самооценка и уровень притязаний, тревожности, мотивации)4)Индивидуальные консультации обучающихся (по результатам диагностики, общение со сверстниками, детско-родительские отношения, конфликты) | Октябрь Ноябрьв течение уч. года(по запросу)Апрель-майв течение уч. года(по запросу) | зам. директора, социальный педагог, Социальный педагог зам. директора, педагог- психолог, социальный педагогзам. директора, педагог- психолог, социальный педагог |

# Заключение

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

Буллинг (моббинг) – это сложноорганизованное явление, представленное целой совокупностью форм его проявления, что составляет основу для многоплановой разработки мероприятий. Знание основных личностных особенностей, возрастных характеристик участников буллинга (моббинга) 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 (моббинга) 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 (моббинга) должна осуществляться группой специалистов, профилактическая деятельность которых разграничена и определена в соответствии со спецификой деятельности каждого из них.

В настоящее время проблема буллинга (моббинга) еще недостаточно проработана как отечественными исследователями, так и на законодательном уровне. Однако, данное явление существует в образовательной среде и требует разработки и реализации предупредительных мер. Необходим комплекс мероприятий, который будет направлен, прежде всего, на проработку системы отношений в детском коллективе, с учетом особенностей членов группы, на индивидуальную работу с каждым участником, а также на просвещение всех субъектов образовательных отношений (администрации, педагогического коллектива, родителей и учащихся) в рамках настоящей проблемы и в области разработки направлений профилактики буллинга (моббинга).

Главным принципом как в проведении профилактической работы в рамках проблемы буллинга (моббинга), так и в отношениях, в общении на разных уровнях должен стать «Не навреди!».

# Приложение 1.

# МЕТОДИКА

# НА ВЫЯВЛЕНИЕ

#  БУЛЛИНГА И ЕГО СТРУКТУРЫ.

# *Составитель Норкина Е.Г.*

# Краткое описание методики.

# Ключевые слова: буллинг, «буллинг-структура», методика.

# В последнее время в психолого-педагогической литературе появился новый термин

# «буллинг». И хотя термин новый явление, которое он обозначает довольно старое и всем

# хорошо известное. В связи с тем, что проблема буллинга малоисследована, до сих пор нет

# точного научного определения.

# Как отмечает Е.Н. Ожиева буллинг — довольно новое понятие в жизни современного

# человека. Из повседневного определения это слово преобразовалось в международный термин и содержит в себе ряд проблем: социальных, психологических, юридических и педагогических

# По определению Е.С. Илларионовой буллинг ‒ это запугивание, психологический или

# физиологический террор, агрессия, направленная на подчинение себе другого человека или

# вызывание у него чувства страха

# По определению А. И. Аверьянова буллинг — это особый вид насилия, когда один

# человек (или группа) физически нападает или угрожает другому человеку (группе), последний из которых слабее и не может себя защитить ни физически, ни морально.

# Как отмечает О.Л. Глазман для того, чтобы лучше понять индивидуально-психологические особенности участников буллинга, необходимо понять, какие позиции они

# занимают и какие роли играют, т.е. определить «буллинг-структуру» .

# «Буллинг-структуру» как социальную систему, предложенную Е. Роландом, описывает

# Д. Лейн, включающую обидчиков (преследователей агрессоров, хулиганов), их жертв и

# свидетелей (наблюдателей).

# Еще одну классификацию «буллинг-структуры» описывает О.Л. Глазман, которая

# состоит из:

# 1. Инициаторов (обидчиков), характеризуются как индивиды, обладающие высоким

# потенциалом общей агрессивности. Они «нападают» не только на своих жертв, но и на

# педагогов и родных.

# 2. Помощников инициатора характеризуются стремлением помогать и подражать

# «обидчику». Они пользуются прямым буллингом, именно они обзывают и бьют.

# 3. Защитников «жертвы», как правило, защитники обладают наибольшим авторитетом

# среди одноклассников. Они реже всех проявляют буллинг по отношению к сверстникам и

#  реже подвергаются буллингу.

# 4. Жертв. Такие дети испытывают психологическое насилие, изолированность и

# одиночество, ощущение опасности и тревоги. «Жертвам» буллинга свойственно проявление

# симптомов депрессии, высокий уровень тревожности и иные сходные отрицательные

# эмоциональные проявления.

# 5. Наблюдателей (свидетелей). В ситуациях буллинга в роли «свидетелей» находится

# большинство детей во всем своем многообразии и разнородности .

# На основании предложенной классификации «буллинг-структуры», нами была создана

# авторская методика, целью которой является определение ролей и позиций, занимаемых

# подростками в буллинге. Данный тест предназначен для подростков. Состоит из 25 вопросов, три из которых позволяют узнать о наличии насилия в классе, как со стороны учеников, так и педагогов.

# «Буллинг-структура»

# 1. Среди одноклассников у меня много друзей:

# А) да, я дружу со всеми;

# Б) у меня есть пару друзей;

# В) нет, я ни с кем не дружу;

# Г) мне бы хотелось дружить со всеми.

# 2. Для меня важна внешность окружающих:

# А) да, если человек мне не симпатичен, я не буду с ним общаться;

# Б) нет, главное, чтобы человек был интересен;

# В) я сам страдаю из-за своей внешности;

# Г) конечно, если человек не обладает хорошей внешностью, он не заслуживает ничего

# хорошего.

# 3. В моем классе есть ребята, которые мне не приятны:

# А) да, один или два;

# Б) нет, мне приятны все;

# В) мне все не нравятся;

# Г) да, но они не приятны всем в классе.

# 4. Мне кажется, что мои одноклассники лучше меня:

# А) да, во всем;

# Б) иногда;

# В) нет, на меня все равняются;

# Г) нет, я не чувствую себя хуже других.

# 5. Если мой одноклассник пришел в очках:

# А) буду общаться с ним так же как всегда;

# Б) буду смеяться над ним;

# В) перестану с ним общаться;

# Г) буду общаться только тогда, когда не видят другие ребята.

# 6. У меня очень дружный класс:

# А) да мы очень дружны;

# Б) нет, мы почти не общаемся;

# В) в основном да, если не считать некоторых;

# Г) у нас есть ребята, которые всех «задирают».

# 7. Я часто испытываю чувство одиночества и тревоги:

# А) да;

# Б) нет;

# В) иногда;

# Г) часто.

# 8. Если при мне обижают одноклассника, я чувствую:

# А) облегчение, хорошо, что меня это не касается;

# Б) не справедливость и заступаюсь за одноклассника;

# В) ничего не чувствую, наверняка он это заслужил;

# Г) мне нет до этого никакого дела.

# 9. Я бы хотел проводить больше времени с одноклассниками:

# А) да, но это бывает редко;

# Б) мы и так постоянно проводим свободное время вместе;

# В) нет, мне с ними не интересно;

# Г) нет, потому что некоторые ребята все портят.

# 10. Мне кажется, что мои одноклассники не хотят со мной общаться:

# А) да это так и мне это неприятно;

# Б) нет, со мной все дружат;

# В) да, но меня это устраивает;

# Г) это я не хочу с ними общаться.

# 11. У нас в классе есть пару ребят, на которых все равняются:

# А) да, я думаю, что я один из них;

# Б) да, но они этого не заслуживают;

# В) нет, у нас таких нет;

# Г) да, я тоже на них равняюсь.

# 12.Когда меня ругают, я испытываю чувство гнева:

# А) да;

# Б) нет;

# В) иногда;

# Г) часто.

# 13. В нашем классе есть несколько ребят, которых все боятся:

# А) да, они всех унижают, а иногда и бьют;

# Б) нет, у нас таких нет;

# В) я и сам из их числа — меня все боятся;

# Г) конечно, так и должно быть, это нормально.

# 14. Мне бы хотелось учиться в другом классе или школе:

# А) да, мне не нравится наш коллектив;

# Б) нет, меня все устраивает;

# В) иногда, после ссоры с одноклассниками;

# Г) нет, а вдруг там будет хуже.

# 15. Мне кажется, что с помощью силы можно решить любую проблему:

# А) да это самый действенный способ;

# Б) нет, лучше решать «мирным» путем;

# В) иногда без этого не обойтись;

# Г) все зависит от обстоятельств и от людей.

# 16. В моем классе есть один (несколько) человек, с которыми никто не дружит

# А) да и мне их жаль;

# Б) нет, мы все дружим;

# В) да, но они этого заслуживают;

# Г) я сам из их числа.

# 17. Мне кажется, что в нашем классе часто происходят акты насилия (обзывания, насмешки, обидные жесты или действия):

# А) да, постоянно ссоры и драки;

# Б) нет, у нас такого не бывает;

# В) почти нет, если не считать пару случаев;

# Г) конечно, так и должно быть.

# 18. Если я увижу драку между одноклассниками то я:

# А) пройду мимо это меня не касается;

# Б) обязательно остановлюсь и посмотрю;

# В) сниму это все на телефон, и после размещу в интернете, пусть все увидят;

# Г) попытаюсь остановить драку и выяснить в чем дело.

# 19. Мне кажется, что в коллективе меня недооценивают:

# А) да;

# Б) нет;

# В) иногда;

# Г) часто.

# 20. По-моему педагоги в школе унижают и оскорбляют учащихся:

# А) да;

# Б) нет;

# В) иногда;

# Г) часто.

# 21. Если бы мой класс был на корабле, я бы стал:

# А) капитаном;

# Б) помощником капитана;

# В) обычным матросом;

# Г) юнгой.

# 22. Если у человека изъяны во внешности (бородавки, косоглазие, ожирение и др.):

# А) это повод для насмешек;

# Б) я с таким не буду общаться;

# В) меня это не беспокоит, буду общаться;

# Г) не буду общаться, чтобы не уронить свою репутацию.

# 23. Если при мне кто-то подвергается насмешкам:

# А) я буду поступать так же как все;

# Б) встану на его защиту;

# В) один из первых стану смеяться над ним;

# Г) ничего делать не буду, меня это не касается.

# 24. Я часто огорчаюсь, когда не пользуюсь успехом в классе:

# А) да, для меня это очень важно;

# Б) нет-мне все равно;

# В) я всегда пользуюсь успехом;

# Г) нет, я никогдане был успешен в классе.

# 25. Я нуждаюсь в поддержке одноклассников:

# А) да;

# Б) нет;

# В) иногда;

# Г) часто.

# Ключ-таблица

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Инициатор  | Помощник  | Защитник | Жертва  | Наблюдатель |
| 1  | А  | Б  | А  | Б  | Г  |
| 2  | Г  | А  | Б  | В  | Б  |
| 3  | Г  | Г  | Б  | А  | В  |
| 4  | В  | Г  | В  | Б  | В  |
| 5  | В  | Б  | А  | А  | Г  |
| 6  | А  | Б  | Г  | Г  | Г  |
| 7  | Б  | В  | Б  | А  | В  |
| 8  | Г  | В  | Б  | Г  | А  |
| 9  | Б  | В  | А  | В  | Г  |
| 10  | Б  | Г  | Б  | В  | А |
| 11  | А  | В  | А  | Б  | Б  |
| 12  | А  | Г  | В  | В | Б  |
| 14  | Б  | Б | В  | Г  | А  |
| 15  | Г  | А  | Б  | В  | Г  |
| 16  | Б  | В  | А  | Г  | В  |
| 18  | Б  | В  | Г  | А  | Б  |
| 19  | Б  | А  | Б  | Г  | В  |
| 21  | А  | Б  | А  | Г  | В  |
| 22  | Г  | А  | В  | В  | Г  |
| 23  | А  | В  | Б  | Г  | А  |
| 24  | В  | А  | Б  | Г  | Б  |
| 25  | В  | Г  | Б  | В  | А  |

# За каждый совпавший ответ по отдельной шкале начисляется по баллу. Ответы на вопросы 13, 17 и 20 позволяет узнать о наличии насилия в классе, как со стороны учеников, так и педагогов.

# Таким образом, данная методика дает возможность социальному педагогу или

# психологу определить «буллинг-структуру» в классе, для дальнейшей работы по

# профилактике школьного буллинга.

# Приложение 2.

# ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ

# КРАТКО О БУЛЛИНГЕ

# Травля детей сверстниками («буллинг») – одна из наиболее распространенных проблем в

# школах и детских коллективах, которая существенно увеличивает риск суицида среди подростков,

# приводит к эскалации агрессии и насилия в группе и в школе, снижению успеваемости, эмоциональным и невротическим проблемам.

# Буллинг – травля, повторяющаяся агрессия по отношению к определенному субъекту, включающая в себя принуждение и запугивание. Может проявляться в физическом насилии, угрозах,

# вербальной агрессии, унижении.

# Можно выделить некоторые особенности буллинга:

# 1) буллинг асимметричен – с одной стороны находится обидчик, обладающий властью в виде

# физической и/или психологической силы, с другой - пострадавший, такой силой не обладающий и

# остро нуждающийся в поддержке и помощи третьих лиц;

# 2) буллинг осуществляется преднамеренно, направлен на нанесение физических и душевных

# страданий человеку, который выбран целью;

# 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.

# При буллинге всегда есть жертва, которая не может себя защитить. Он всегда носит

# систематический характер.

# По данным Организации объединенных наций, насилию в школе подвергается каждый десятый школьник в мире, и этот показатель ежегодно растет (Всемирный доклад 2006 г. о насилии в отношении детей).

# ПРИЗНАКИ БУЛЛИНГА

#  Ученик на всех переменах один.

#  Он всегда один выполняет задания в малых группах.

#  Ученик приходит в класс в потрепанном виде: разорванная, испачканная одежда, синяки,

# ссадины – следы драки.

#  Послушный ребенок вдруг начал опаздывать в школу или сидеть в классе после уроков, чегото выжидая.

#  Стал хуже учиться.

#  Стал хуже себя чувствовать (психосоматика).

#  С кем-то из учеников никто не хочет сидеть.

#  Группа детей стоят плотным кольцом, озираются, возбужденно что-то обсуждают,

# чувствуется агрессия.

#  Группа детей после уроков ждет кого-то на школьном дворе.

#  Старшеклассники суетятся возле туалетов младших классов.

#  В столовой кто-то покупает на свои деньги еду для другого.

#  Те, кто сильнее физически или старше, постоянно «просят взаймы» у младших детей или

# требуют дать позвонить по их телефону.

#  Один ученик отбирает спортивную форму (кроссовки) у другого: «просит» поделиться.

# Ребенок просит деньги у родителей – якобы в школе собирают на какие-то нужды.

# ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА В ШКОЛЕ

# Известно, что школьный буллинг не имеет шансов зародиться в тех классах, где учитель в

# курсе классных событий.

#  Помогают совместно созданные правила группы. Их можно выписать на отдельном плакате и

# повесить в классе. Но они не должны быть формальными. Группа и учитель постоянно мониторят их исполнение и обсуждают, что еще нужно сделать, чтобы класс стал более

# дружным и сплоченным.

#  Если что-то испортило репутацию ребёнка, педагогу нужно приложить силы, чтобы поднять авторитет, показать его в выгодном свете.

#  Нельзя затягивать с мерами пресечения любых насмешек над слабостями одноклассников, презрительных замечаний в их адрес.

#  Дать проявиться детям (особенно непопулярным) в их дарах, помочь увидеть коллективу их

# полезность и ценность для всего класса.

#  Не допускать при всём классе оценивать и обсуждать неблагополучные и личные качества ребёнка.

#  Объединять класс совместными мероприятиями: поездки, участие в школьных мероприятиях,

# часы общения, экскурсии, прогулки, игры в перемену.

#  Максимально включать весь класс в процесс работы, чтобы не почувствовали не востребованными.

#  Нельзя сравнивать способности между детьми.

#  Проводить упражнения на совместную деятельность; учить давать отпор обидчикам, постоять за себя.

#  Организовать внеурочную деятельность обучающихся (занятия в кружках, секциях).

#  Организовать дискуссии, игры-размышления, просмотр видеоматериалов и фильмов, демонстрирующих специфические проблемы молодежи, санитарно-просветительская работа.

# Таким образом, на образовательные организации ложится ответственность за проработку и устранение проблемы буллинга, что позволит сохранить психологическое здоровье учащихся и создание комфортной развивающей образовательной среды, обеспечивающей высокое качество образования, духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, а также гарантирующей охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся.

# ФОРМИРОВАНИЕ У УЧАЩИХСЯ КОНСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА СЛУЧАЙ

# БУЛЛИНГА В ИХ АДРЕС

# Дети должны уметь и быть готовы:

#  рассказать о случае буллинга своим родителям, либо взрослым, которым они доверяют;

#  вести себя уверенно, быть настойчивым и задиристым (хотя бы внешне);

#  искать друзей среди сверстников и одноклассников;

#  избегать ситуаций, в которых возможен буллинг;

#  если требуется, методично и последовательно заниматься восстановлением самооценки с помощью специалиста;

#  не надеяться (мечтать) отомстить с помощью еще большей жестокости и не применять оружие;

#  учиться использовать юмор – самое мощное оружие против вербальной агрессии.

# Неэффективные методы преодоления буллинга (что не надо делать):

#  Перекладывать всю ответственность на психолога;

#  Переадресовать проблему родителям;

#  Проводить единовременные и краткосрочные мероприятия, акции;

#  Отправлять участников (жертву и буллера) к директору, требовать от буллера извинений;

#  Рекомендовать жертве не обращать внимание.

# Эффективные методы включают:

#  Влияние на агрессора извне. После 12 лет у ребенка уже сформированы моральные убеждения, поэтому изменить их будет не так просто. Личность и авторитет взрослого иотходят на второй план, а на первый выходит референтная группа ровесников. Поэтому действовать придется тонко, исподволь формируя общественное мнение.

#  Разговор с детьми младшего школьного возраста. До 12 лет проблему буллинга в школе решить проще, чем со старшими детьми. В этом возрасте у школьников еще не сформированы моральные принципы, и они опираются на мнение учителя. Достаточно будет провести беседы со всеми участниками травли, показать неприглядность поведения агрессоров и собственное негативное отношение к происходящему.

#  Привлечение авторитетного союзника. Сначала надо попробовать переубедить, объяснить недопустимость и неэффективность буллинга. Разговаривать с классом должен авторитетный

# для детей педагог или взрослый, потому что здесь все зависит от силы убеждения и внутренней веры в то, что говорится. Иначе все пролетит мимо ушей. Дети должны уважать этого человека, прислушиваться к нему. Если придет такой же по значимости для них учитель, вся беседа не будет иметь смысла.

# Действия учителей

#  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 прямыми участниками, повышается восприимчивость к ситуациям буллинга и появляется способность адекватно реагировать.

#  Если учителю стало известно о случае буллинга, или он стал свидетелем такого случая, он

# должен занять ясную и недвусмысленную позицию и попытаться добиться того, чтобы по меньшей мере «наблюдатели», а по возможности и сам буллер также изменили свою позицию

# в отношении происходящего, а также объяснить им, каковы психологические последствия для жертвы в этой ситуации.

#  Пригласить родителей для беседы. Если буллинг имеет место в начальной школе, то особенно важно как можно раньше привлечь родителей, обсудить с ними тревожные сигналы, свидетельствующие о буллинге, и какими могут и должны быть стратегии реагирования.

#  Программа шефства: система шефства старших школьников над младшими создает коммуникативное пространство, способствующее более быстрому обнаружению случаев буллинга и привлечению шефов к разрешению таких ситуаций.

# План беседы с детьми должен содержать такие ключевые моменты:

# 1. Прямота. Называем проблему своим именем – это травля, гнобление. Не стоит ходить вокруг да около, дети этого не любят. Объясните, что травля – это проблема класса, не конкретного человека. Насилие похоже на инфекционную болезнь, которой заболел коллектив, и нужно всем заботиться о здоровье внутри их группы. Отношения стоит содержать в чистоте так же, как лицо и одежду.

# 2. Смена ролей. Приведите пример таким образом, чтобы каждый почувствовал себя на месте жертвы. Этот метод можно применить наедине с агрессором или с учителями, если они не понимают

# серьезности происходящего: «Представь себе, что ты заходишь в класс, здороваешься, а от тебя все отворачиваются, что ты почувствуешь?» Объясните, что люди разные, и у каждого человека имеются особенности, которые могут раздражать других.

# 3. Введение новых правил поведения и ответственность. Предложите альфам, инициирующим насилие, взять на себя ответственность за новшества. Это поможет им сохранить лицо и выйти из деструктивной позиции. Что касается изменений, то они могут коснуться досуга в свободное школьное или внешкольное время.

# 4. Помощь специалиста. Пригласите психолога, чтобы провел специальные психологические игры, дающие возможность почувствовать себя на месте жертвы и осознать недопустимость

# буллинга.

# ВЫЯВЛЕНИЕ И ДИАГНОСТИКА БУЛЛИНГА

# A. В школе

# Первичные признаки:

#  Ребенок регулярно подвергается насмешкам со стороны сверстников в оскорбительной манере:

# его часто обзывают, дразнят, унижают, либо угрожают ему, требуют выполнения пожеланий других сверстников, командуют им.

#  Ребенка часто высмеивают в недоброжелательной и обидной манере.

#  Ребенка часто задирают, толкают, пинают, бьют, а он не может себя адекватно защитить.

#  Ребенок часто оказывается участником ссор, драк, в которых он скорее беззащитен и которых пытается избежать (часто при этом плачет).

#  Дети берут учебники, деньги, другие личные вещи ребенка, разбрасывают их, рвут, портят.

#  У ребенка есть следы – синяки, порезы, царапины или рваная одежда, которые не объясняются естественным образом (то есть не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т.п.).

# Вторичные признаки:

#  Ребенок часто проводит время в одиночестве и исключен из компании сверстников во время перемен, обеда. У него, по наблюдениям, нет ни одного друга в классе.

#  В командных играх дети выбирают его в числе последних или не хотят быть с ним в одной команде.

#  Ребенок старается держаться рядом с учителем или другим взрослым во время школьных перемен.

#  Избегает говорить вслух (отвечать) во время уроков и производит впечатление тревожного и неуверенного в себе.

#  Выглядит расстроенным, депрессивным, часто плачет.

#  У ребенка резко или постепенно ухудшается успеваемость.

#  Не дают списать, не подсказывают, не спрашивает тему урока, домашнее задание.

# В. Дома

# Первичные признаки:

#  Возвращается домой из школы с порванной одеждой, с порванными учебниками или тетрадями.

#  У ребенка есть следы - синяки, порезы, царапины, или рваная одежда, которые не объясняются естественным образом (то есть не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т.п…).

# Вторичные признаки:

#  Никогда не приводит домой (после школы) одноклассников или других сверстников или очень редко проводит время в гостях у одноклассников или в местах, где они играют/проводят время.

#  Нет ни одного друга, с которым можно провести время (играть, сходить в кино или на концерт, погулять или заняться спортом, поговорить по телефону и т.п.).

#  Ребенка никогда не приглашают на праздники/вечеринки, или он сам не хочет никого приглашать и устраивать праздник (потому что считает, что никто не захочет придти).

#  Боятся или не хотят идти в школу, по утрам перед школой плохой аппетит,

#  частые головные боли, боли в желудке, расстройство.

#  Выбирает длинный и неудобный путь в школу и из школы.

#  Беспокойно спит, жалуется на плохие сны, часто во сне плачет.

#  Потерял интерес к школьным предметам/занятиям, ухудшилась успеваемость.

#  Выглядит несчастным, расстроенным, депрессивным, или наблюдаются частые перемены настроения, раздражительность, вспышки.

#  Требует или крадет деньги у родителей (чтобы выполнить требования «агрессоров»).

#  Наличие агрессивных (часто дерущихся, постоянно задевающих и оскорбляющих других детей,

# импульсивных) детей должно настораживать взрослых в отношении возможности существования буллинга.

# ПОСЛЕДСТВИЯ ТРАВЛИ ДЛЯ ДЕТЕЙ-ЖЕРТВ И ДЕТСКИХ КОЛЛЕКТИВОВ

# 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.

# Актуальные последствия:

#  Аффективные нарушения: снижение настроения, депрессивность, высокий уровень тревоги, многочисленные страхи, злость (большое количество негативных эмоций).

#  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: мотивации к учебе, пропуски школы, уроков, снижение успеваемости.

#  Поведенческие нарушения: агрессивность, уходы из дома, протестное поведение и т.п.

#  Суицидные мысли и попытки.

# К другим, наиболее общим последствиям буллинга, часто относятся снижение самооценки, нарушение доверия к окружающему миру, склонность к виктимности (склонность становиться жертвой).

# 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.

# Дети, непосредственно не участвующие в травле, переживают много негативных эмоций: страха быть 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.