

# Способы выявления буллинга и профилактические меры по предотвращению явления

**Татьяна Алексеевна Булгакова,**  
педагог-психолог, кризисный психолог,  
Член Президиума педагогов-психологов Краснодарского края;  
семейный психолог, спортивный психолог,  
тренер-преподаватель МБУ ДО СШ №7 МО г.Анапа

# Условия организации безопасной образовательной среды в школе

- гуманизация отношений самих участников образовательного процесса;
- адресная помощь ребенку в решении актуальных задач жизнедеятельности (затруднения, личностные и межличностные проблемы);
- Изучение особенностей психолого-педагогического статуса каждого учащегося с целью своевременной профилактики и эффективного решения проблем, возникающих в психическом состоянии, общении, развитии и обучении.
- Создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп в воспитательно-образовательном процессе, так и в период трудной жизненной ситуации (составление программы или плана работы по профилактике суицидального поведения учащихся).
- активное предупреждение возникновения острых, деструктивных проблем развития ребенка в течение учебного дня в школе;
- эффективное применение адекватных методов и технологий работы в условиях стрессовой ситуации;
- повышение уровня психолого-педагогической компетентности педагогов, психологов, управленцев, родителей, а также самих детей, включая овладение ими технологиями индивидуальной и групповой работы в условиях стрессовой ситуации.

# Способы выявления буллинга

## *Особенности поведения и психоэмоциональных состояний:*

- - отстраненность от взрослых и других обучающихся;
- - негативизм при обсуждении темы взаимоотношений со сверстниками;
- - агрессивность к взрослым и детям;
- - напряженность и страх при появлении ровесников;
- - грусть, печаль и неустойчивое настроение в школе;
- - необоснованная обидчивость и раздражительность.

# **Методики на оценку отношения к школе, отдельным предметам и учителям**

- **Проективная методика «Рисунок школы», «Дерево с человечками» (с 1 класса)**
- **Проективная методика «Карта эмоциональных состояний»: школа, дом, одноклассники, родители ( Светлана Панченко)**
- **Методика «Школа зверей» Автор Светлана Панченко**
- **Опросник С.В. Левченко «Чувства в школе» (с 4 класса)**
- **Методика «Цветные письма» (с 5 класса), интерпретация цветов по М. Люшеру**

# Анкета изучения восприятия обучающимися проблемы буллинга

1. Вы знаете, что такое «буллинг»?
2. Сталкивались ли вы с ситуациями издевательства одних людей над другими?
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\_\_\_\_\_

# Анкета изучения восприятия обучающимися проблемы буллинга

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;

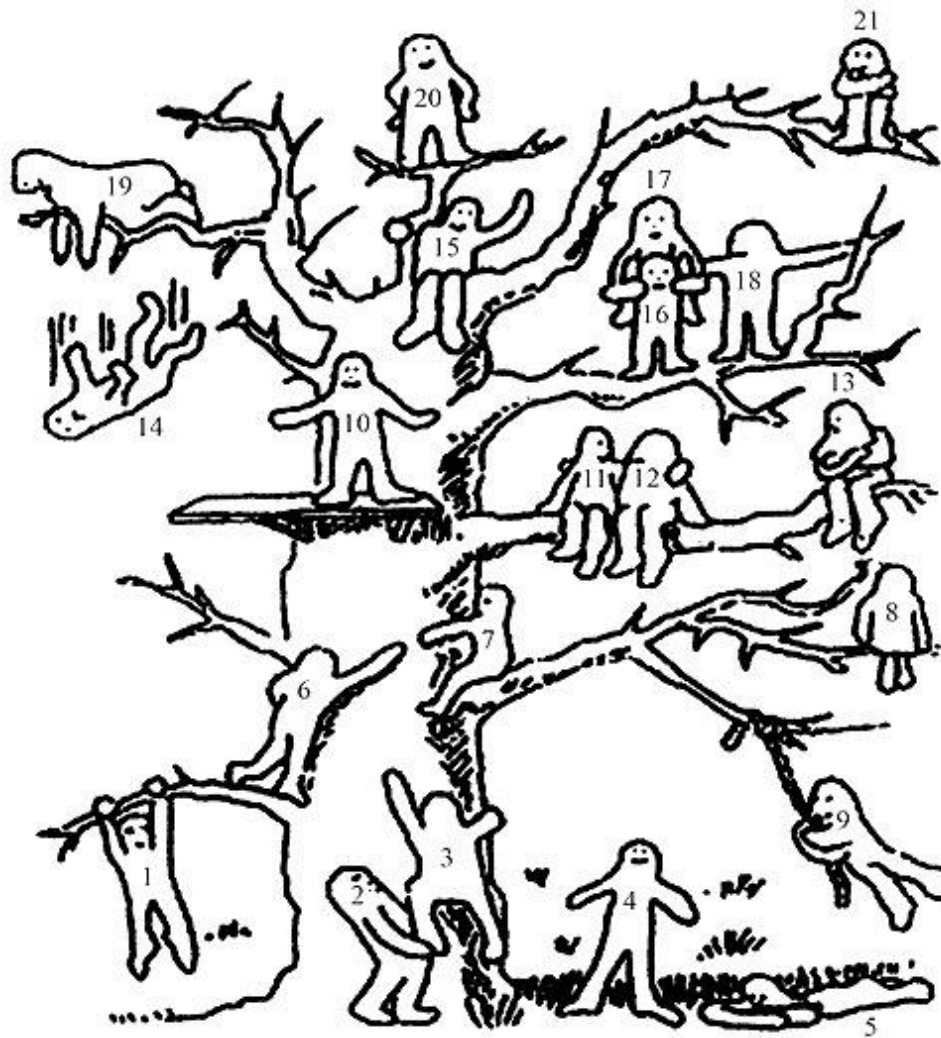
б) во дворе, на улице;

в) в соцсетях, в интернете;

г) другое \_\_\_\_\_

# «Дерево с человечками» (автор Д.Лампен)

адаптировал Л.П. Пономаренко



# Опросник С.В. Левченко «Чувства в школе» (с 4 класса)

- **Инструкция:** из 16 перечисленных чувств выберите только 8, которые наиболее часто испытываешь в школе.

Ф. И. \_\_\_\_\_ КЛАСС \_\_\_\_\_

Я испытываю в школе

Спокойствие

Усталость

Скуку

Радость

Уверенность в себе

Беспокойство

Неудовлетворенность собой

Ответственность

Сомнение

Обиду

Чувство унижения

Страх

Тревогу за будущее

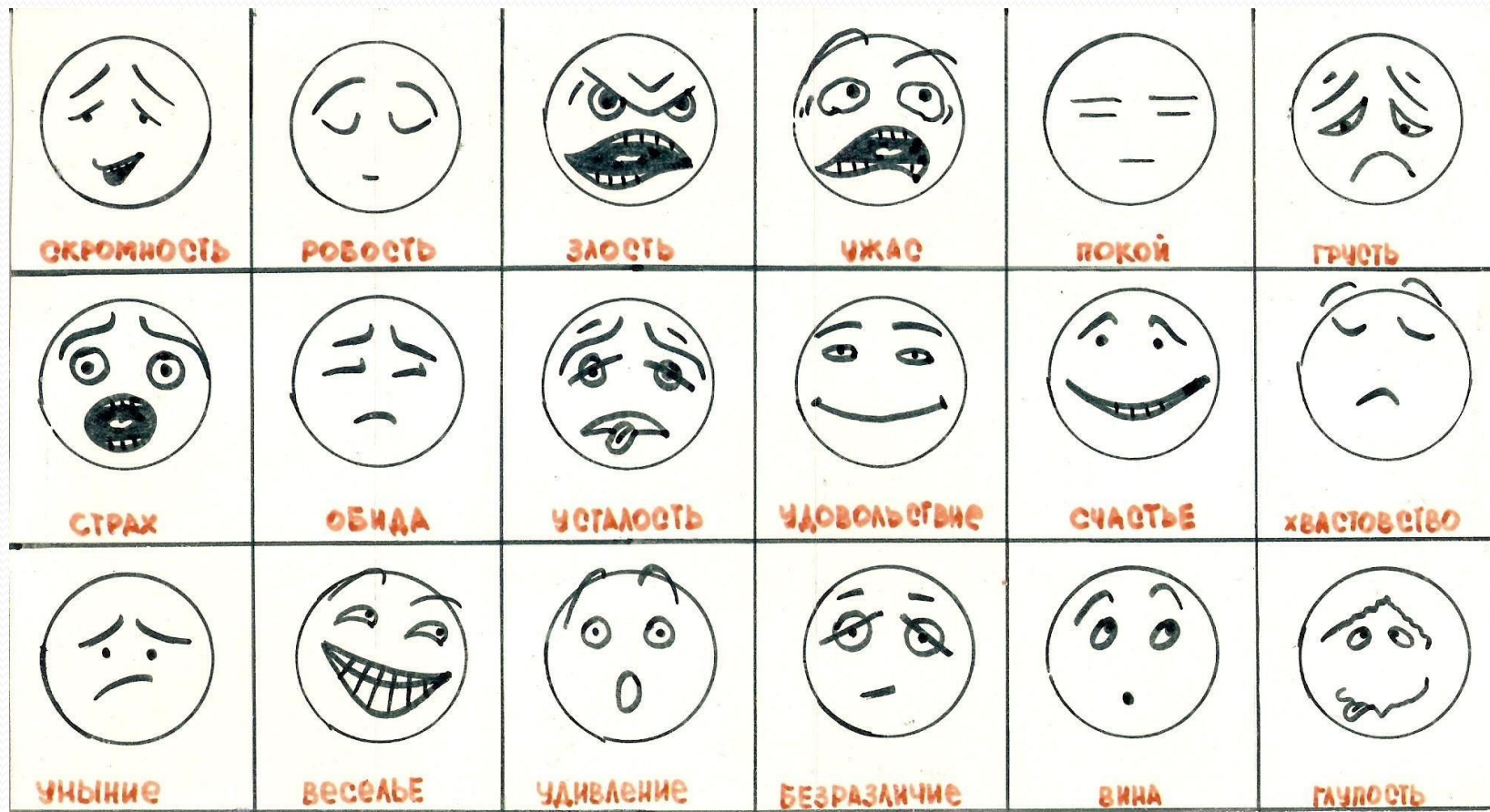
Благодарность

Симпатию к учителям

Желание приходить сюда

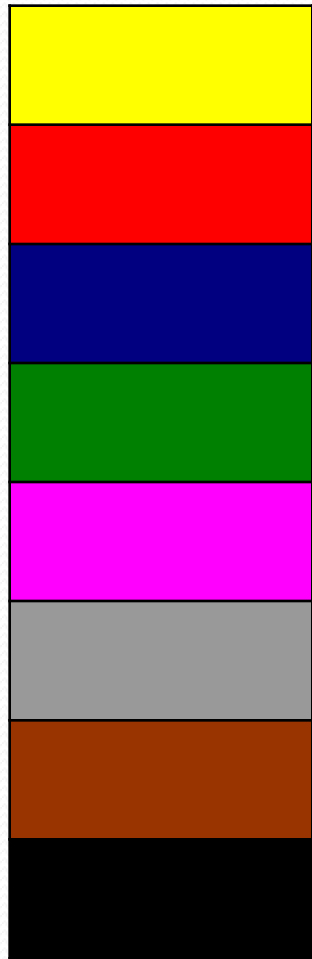


# Проективная методика «Карта эмоциональных состояний»: школа, дом, одноклассники, родители



# Методика «Цветные письма»

значение цветовыбора, как отношение к уроку,  
мероприятию



Веселость, открытость, общительность, интерес

Активность, энергичность, успешность

Доверительность, доброжелательность, эмоциональная близость

Высокая организованность, достижение цели, самореализация

Будит воображение, мечты, романтические образы

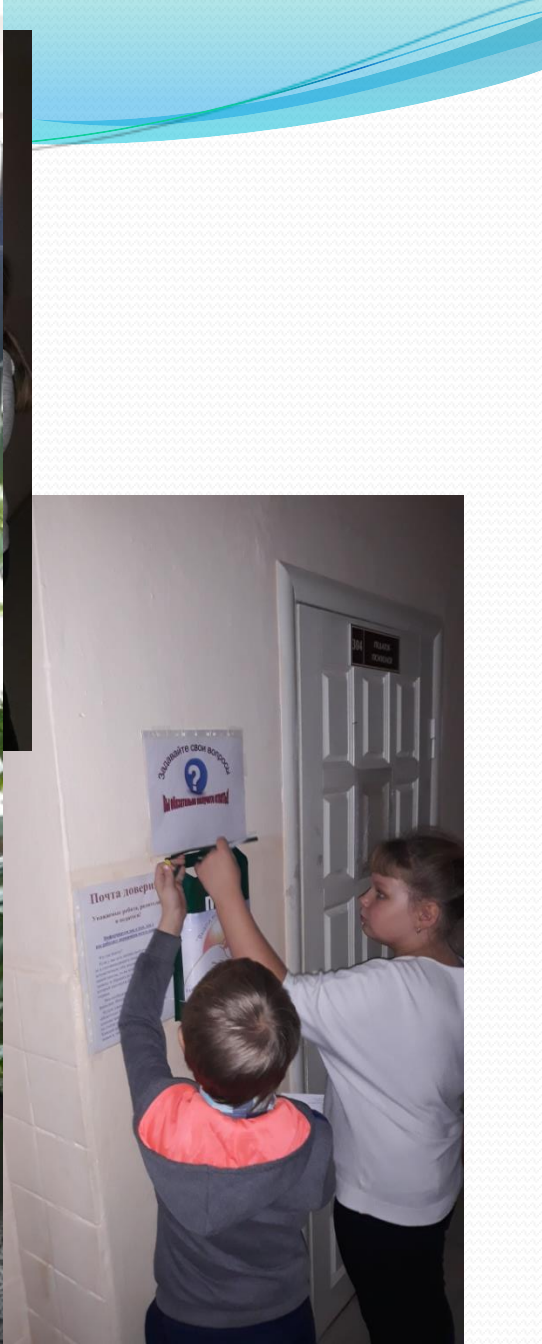
Эмоциональная защита, хронические стрессовые ситуации

Чувства печали, грусти, вины, сожаления

Конфликт, выраженное негативное отношение

Волонтеры психологической службы привлекают к проведению общешкольных мероприятий учащихся «группы риска», а также учащихся состоящих на различных видах учета





# Методика оценки психологической атмосферы в коллективе (по Фидлеру)

	1	2	3	4	5	6	7	8	
1. Дружелюбие		*							Враждебность
2. Согласие			*						Несогласие
3. Удовлетворенность			*						Неудовлетворенность
4. Продуктивность		*							Непродуктивность
5. Теплота			*						Холодность
6. Сотрудничество				*					Несогласованность
7. Взаимоподдержка				*					Недоброжелательность
8. Увлеченность					*				Равнодушие
9. Занимательность				*					Скука
10. Успешность			*						Безуспешность

# Определение индекса групповой сплоченности Сишора

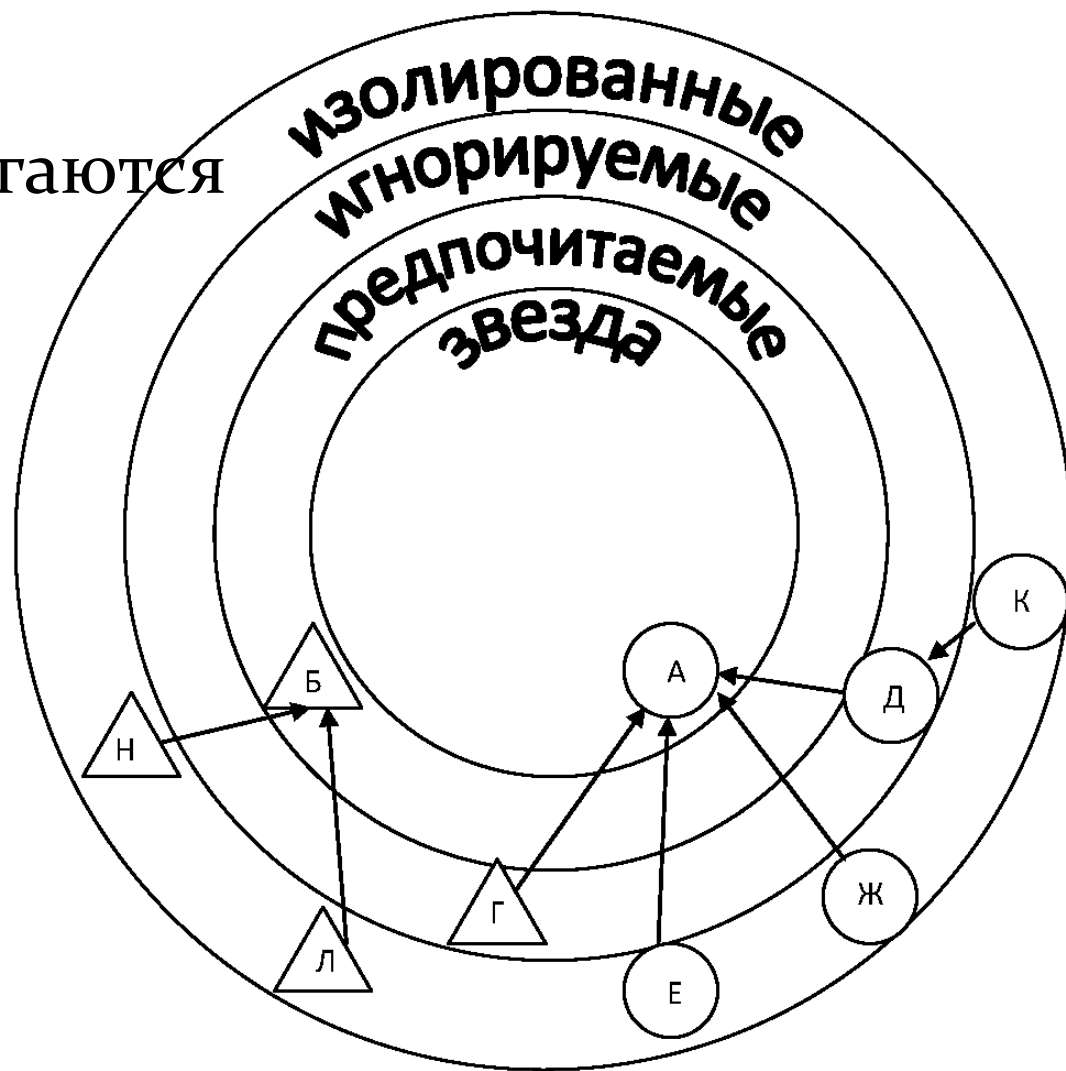
- 1. Как бы вы оценили свою принадлежность к группе?
- - Чувствую себя ее членом, частью коллектива (5)
- - Участвую в большинстве видов деятельности (4)
- - Участвую в одних видах деятельности и не участвую в других (3)
- - Не чувствую, что являюсь членом группы (2)
- - Живу и существую отдельно от нее (1)
- - Не знаю, затрудняюсь ответить (1)

Каково отношение к делу (учебе и т.п.) в вашем коллективе?

- - Лучше, чем в большинстве коллективов (3)
- - Примерно такие же, как и в большинстве коллективов (2)
- - Хуже, чем в большинстве коллективов (1)
- - Не знаю (1)

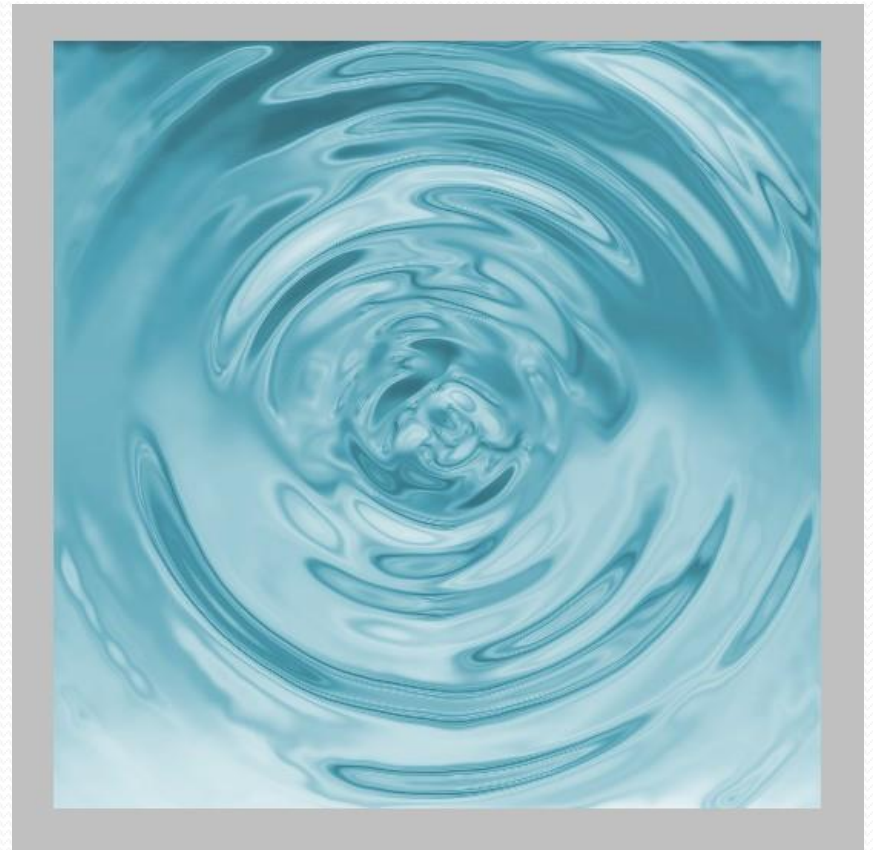
# Социометрия

- Учащимся предлагаются вопросы на положительный выбор участников группы



# Методика «Круги на воде»

- Предлагается лист бумаги, на котором нарисовано 5 кругов, один в другом.
- В каждый круг нужно вписать имена одноклассников (одногогруппников) по степени значимости для себя.
- В каждый круг вписывается не более трех имен одноклассников





# "ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ»

(автор Ирина Александровна Баева)

Опросник трех вариантов (для родителей, для учеников и для педагогов) состоит из трех частей:

- 1) отношение к образовательной среде школы;
- 2) значимые характеристики образовательной среды школы и удовлетворенность ими;
- 3) защищенность от психологического насилия во взаимодействии.

Исследование проводится анонимно в групповой форме.

# **Некоторые вопросы из методики И.А. Баевой**

**Если бы переехали в другой район города, стали бы ездить на учебу в свою школу (колледж)?**

**Считаешь ли ты, что обучение в школе помогает развитию:**

- а) Интеллектуальных способностей
- б) Жизненных умений и навыков

**Какое настроение чаще всего бывает у тебя в школе (колледже)?**

**Считаешь ли ты свое обучение в школе интересным?**

**Насколько защищённым ты чувствуешь себя в школе (колледже) со стороны сверстников, со стороны учителей от:**

**Публичного унижения/оскорблений, принуждения делать что-либо против твоего желания, игнорирования, недоброжелательного отношения**

# Работа с ситуацией буллинга

## *Служба школьной медиации (примирения):*

- а) индивидуальная работа с агрессорами и жертвами;
- б) работа с сообществом класса.

Работа школьного медиатора с агрессором и жертвой проводится по процедуре восстановительной медиации. Работа с классом проводится с помощью восстановительной программы «Круг примирения» и «Круг исцеления».

# Тренинги по сплочению коллектива и командное взаимодействие

Упражнение «Мы с тобой похожи тем, что...»

Игра «Атомы и молекулы»

Игра «Зеркало молчащее  
и говорящее»

Игра «Крокодил»

Упражнение «Слепой и поводырь»

Упражнение «Поезд»

Сочинение сказки по кругу на любую тему

Групповые упражнения арт-терапии и арт-педагогике



# «Заперта в 4-х стенах»



# СУИЦИДАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Суицидальное поведение лиц с психическими заболеваниями

Суицидальное поведение психически здоровых лиц

Демонстративно-шантажное

Аффективное


Альтруистическое

Истинное

Истинное суицидальное поведение – это уход из жизни под воздействием тяжелых обстоятельств, характеризуется устойчивостью и целенаправленностью действий, связанных с мотивами лишения себя жизни. То есть истинный суицид – это осознанный акт ухода из жизни под воздействием острых психотравмирующих ситуаций, при которых собственная жизнь теряет для человека смысл.







Письмо от 05.05.2017 г. № 47-8196 / 17-11 Министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края

**«Алгоритм деятельности специалистов образовательных организаций по профилактике суицидальных попыток и суицидов несовершеннолетних на территории муниципальных образований Краснодарского края».**

Методические рекомендации Министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края по организации системы мониторинга психоэмоционального состояния обучающихся с целью выявления «группы риска», склонных к суицидальным попыткам с целью профилактики и предупреждения суицидальных проявлений среди обучающихся от 20.08.2021г. № 47-01-13-17826/4

# Согласно Алгоритму и Плану формирования жизнестойкости

- в сентябре-октябре и марте-апреле с письменного согласия родителей (законных представителей) проводят психологическую диагностику психоэмоционального состояния обучающихся 5-11 классов с целью выявления факторов риска суицидального поведения.
- . Мониторинг проводится в 2 этапа:
- - первичная диагностика на выявление «группы риска»
- - «углубленная» диагностика

# Методы психодиагностики

Приложение к письму  
министерства образования,  
науки и молодежной политики  
Краснодарского края

от 2008 ч № 47-8196 / 17-11

## Методические рекомендации по проведению мониторинга психозмоционального состояния обучающихся в целях профилактики суицидального поведения

Образовательные организации, расположенные на территории Краснодарского края (далее – образовательные организации) ежегодно в сентябре-октябре и марте-апреле с письменного согласия родителей (законных представителей) проводят психологическую диагностику психозмоционального состояния обучающихся 5-11 классов с целью выявления факторов риска суицидального поведения в соответствии с планом по формированию жизнестойкости (Письмо от 05.05.2017 г. № 47-8196 / 17-11 Министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края). Мониторинг психозмоционального состояния обучающихся в целях профилактики суицидального поведения проводится в два этапа: первичная (скрининговая) диагностика на выявление «группы риска» и углубленная диагностика, которая позволит подтвердить или опровергнуть результаты первичного исследования.

При проведении мониторинга психозмоционального состояния педагогам-психологам для *первичной (скрининговой диагностики)* рекомендуется к использованию:

- 1) *Лист наблюдения* за поведением учащихся, который заполняется классным руководителем и передается педагогу-психологу (Приложение 1);
- 2) *1 или 2 психодиагностических методик* на выбор (Приложение 2), которые подбираются с учетом возраста обучающихся, сфер диагностики, количества обучающихся на 1 ставку педагога-психолога и имеющихся в наличии автоматизированных психодиагностических комплексов, возможностей он-лайн тестирования. Для снижения нагрузки педагогов-психологов рекомендуется максимально использовать результаты других психодиагностических обследований (СПТ-тестирования, диагностики адаптации, мониторинга психологической комфортности и безопасности образовательной среды и др.) при совпадении областей диагностики.

Пример №1. План скрининговой диагностики психозмоционального состояния  
на 2021 – 2022 уч. год.

1-е полугодие		2 -е полугодие	
Лист наблюдения		Лист наблюдения	
5 – 7 классы	8 -11 классы	5 – 7 классы	8 -11 классы

WHO5 Well Being Index (1998) Индекс хорошего самочувствия	Методика «Диагностика самочувствия, активности и настроения» (САН) В.А.Доскин, Н.А.Лаврентьева, В.Б.Парай, М.П.Мирошников	Тест уровня школьной тревожности Филлипса	Шкала депрессии А. Бека (подростковая)
Тест «Исследование самооценки» (адап. Г.Н. Казанцевой)	Методика диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д. Рассела, Фергюсона	«Дерево с человечками» (автор Д.Лампен) адаптировал Л.П. Пономаренко	Тест жизнестойкости Мауди (скрининговый) адаптация Е. Н. Осин

Пример №2. План скрининговой диагностики психоэмоционального состояния на 2021 – 2022 уч. год.

1-е полугодие		2-е полугодие	
Лист наблюдения		Лист наблюдения	
5 – 7 классы	8-11 классы	5 – 7 классы	8-11 классы
Моросанова В.И., Бондаренко И.Н., Фомина Т.Г. Русскоязычная версия опросника «Шкала проявлений психологического благополучия подростков (ПБП)»	Опросник социально-психологической адаптации (К. Роджерс и Р. Даймонд)	Проективная методика «Карта эмоциональных состояний» (школа, дом, одноклассники, родители) (С. Панченко)	Самооценка психических состояний Г. Айзенка (адаптация к подростковому возрасту М.В. Хайкиной)

Если обучающийся по результатам листа наблюдения имеет высокий суицидальный риск и (или) имеет признаки психоэмоционального неблагополучия по результатам психодиагностических методик, то с ним необходимо провести углубленную диагностику.

Для вторичной (углубленной) диагностики используется:

1) 1 - 2 методики диагностики выявления суицидального риска (Приложение 3).

2) Карта кризисного состояния (суицидального риска), которую нужно заполнить на основе индивидуальной беседы с обучающимся (Приложение 4).

Пример №3. План проведения углубленной диагностики.

	1-е полугодие		2-е полугодие	
	Карта кризисного состояния		Карта кризисного состояния	
	5 – 7 классы	8-11 классы	5 – 7 классы	8-11 классы
Опросник детской депрессии (CDI) М. Ковач	Госпитальная Шкала Тревоги и Депрессии (HADS) (Шкала тревожности и депрессии Зигмунда)	Метод неоконченных предложений вариант методики SakS-Sindey адаптирована в НИИ психоневрологии им. Бехтерева	Измерение степени выраженности сниженного настроения – субдепрессия (Zung Self-Rating Depression Scale, SDS) модифицированный вариант Т.Н. Балашовой	
Рисуночный тест Р. Сильвер	Проективная методика Л.Б. Шнейдер Графический тест «Ваши мысли о смерти»	Нарисуй историю Р. Сильвер	Цветовой тест М. Люшера (Метод цветных выборов в модификации Л.Н. Собчик)	

Если состояние обучающегося оценивается как кризисное, педагог-психолог включает его в банк данных обучающихся «группы риска», консультирует родителей (законных представителей) обучающегося, направляет на консультацию к психиатру. При составлении статистического и аналитического заключения, указывает основные факторы риска, составляет рекомендации классному руководителю, педагогам по вопросам организации дальнейшей работы с обучающимися «группы риска». На совете профилактики с целью оказания своевременной комплексной психолого-педагогической, социально-педагогической помощи разрабатывают и утверждают индивидуальную программу сопровождения (далее ИПС) обучающегося «группы риска» суицидального поведения.

#### Список рекомендуемой литературы:

1. Методические рекомендации по организации обследования детей и подростков нарушениями поведения/СВ. Алексина, В.В. Дегибалт, Н.В. Дворничков, Е.Г. Дозорцева, М.Г. Дебольский, А.В. Дегтярев Д.А. Машкина, В.А. Пимонов, Н.Я. Семаго, М.М. Семаго, Р.В. Чиркина – М.: ФГБОУ ВО МГППУ, 2017/  
<https://sakhalinadeti.ru/files/2018/10/Методические-рекомендации-Организация-обследования-детей-с-девиантным-поведением.pdf>
2. Методические рекомендации по системе функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях/ утв. Распоряжением Минпросвещения России от 28.12.2020 N Р-193  
<https://rospsy.ru/sites/default/files/2021->

# По результатам диагностики

- 1) психолог составляет статистическое и аналитическое заключение, в котором формирует банк данных обучающихся «группы риска», указывает основные факторы риска у данной категории обучающихся
- 2) составляет рекомендации классному руководителю, педагогам по вопросам организации дальнейшей работы.
- 3) ОО направляют статистические данные мониторинга в управление образования, в территориальные психолого-медико-педагогические комиссии (далее ПМПК).

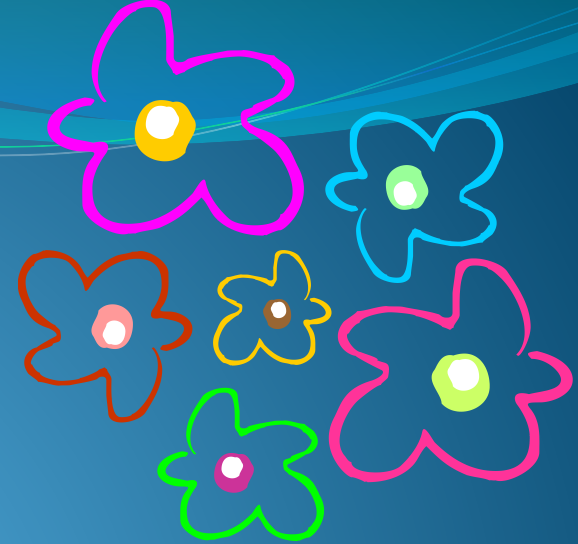
# ИПС - индивидуальная

## программа сопровождения

**На совете профилактики** утверждают индивидуальную программу сопровождения (далее ИПС) обучающихся, имеющих факторы риска суицидального поведения.

Индивидуальная программа сопровождения разрабатывается и реализуется при активном участии родителей (законных представителей) и с привлечением специалистов: педагога-психолога, социального педагога, завуча во ВР, специалистов здравоохранения, психолога ППМС-центра.

# Элективные курсы «Твое здоровье», «Мой выбор»

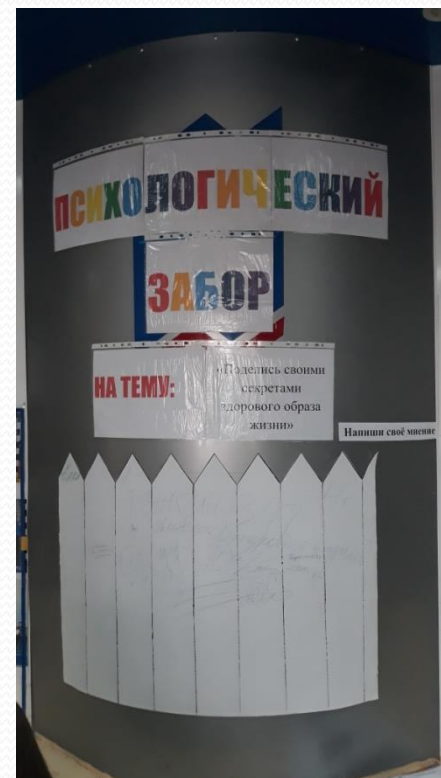
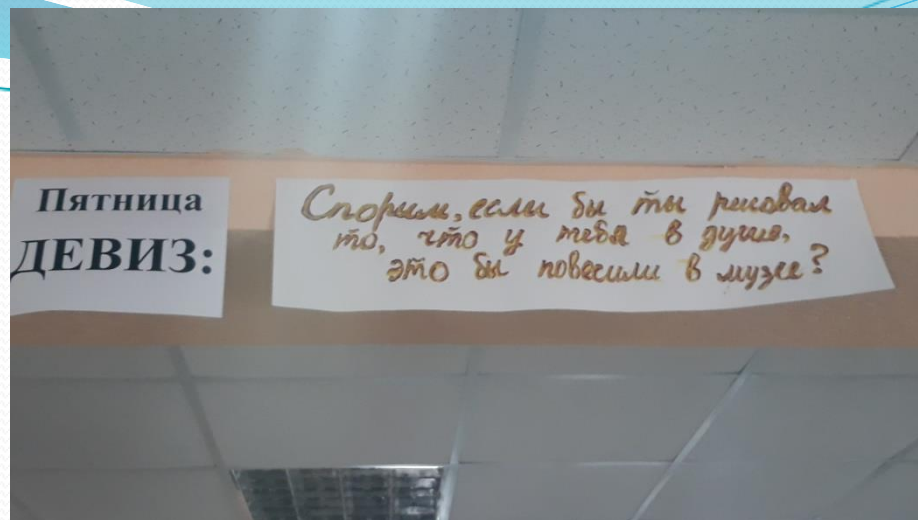


ВОЛОНТЕРСКОЕ ДВИЖЕНИЕ – ОДИН ИЗ  
ПУТЕЙ ПРОФИЛАКТИКИ БУЛЛИНГА,  
АДДИКТИВНОГО И СУИЦИДАЛЬНОГО  
ПОВЕДЕНИЯ









# Телефон и почта доверия

Если у тебя неприятности, если тебе плохо, ты не должен этого скрывать.

Ты можешь подойти к классному руководителю или любому учителю и рассказать ему о своих неприятностях.

Ты можешь обратиться к психологу, социальному педагогу, который поможет решить твою проблему.

Если ты не можешь или не хочешь рассказать о своих проблемах учителю или психологу, ты можешь воспользоваться почтой доверия (она находится .....)

Ты можешь позвонить по своему сотовому телефону или отправить SMS на телефон доверия: тел. ...

Помни! Любую проблему можно решить!

Тебе всегда помогут!

# **Всероссийский конкурс лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде**

Образовательная (просветительская) психолого-педагогическая программа *«Развитие эмоционально-личностной и коммуникативной сфер подростков, обучающихся в интернациональной образовательной среде «Калейдоскоп успеха»* (Сюрин Сергей Николаевич, Макарова Наталья Ильинична, Дмитриев Тимур Исаевич, Тимофеева Елена Игоревна)

Программа психолого-педагогической *профилактики девиантного поведения детей и подростков «Путь к себе»* (Шагивалиева).

*Программа по профилактике буллинга среди детей подросткового возраста «Дорога добра»* (Гимаджиева Оксана Сергеевна)

*Программа «Безопасная медиасреда»* (Т.Л. Гаврилова, Н.А. Машанова)

## **Классика.**

### **Микляева А.В. «Я – подросток. Программа уроков психологии»**

Авторские программы уроков психологии для школьников с образцами рабочих тетрадей и приложениями.

Программы уроков для 7-го класса ("Мир эмоций"),

8-го класса ("Встречи с самим собой")

и 9-го класса ("Я среди других людей").

Важно!!!

Помочь детям развить умение вести здоровый образ жизни...

Помочь обрести ориентиры на будущее, включая продолжение их образования и ответственное отношение к себе и другим...

Научить детей общаться со сверстниками и противостоять дурному влиянию со стороны...



**Спасибо за внимание!**