



## Профилактика травли в образовательной организации: подходы и практики, организация службы примирения

*Миллер Юлия Альбертовна,  
заведующий кафедрой психологии, педагогики и дополнительного образования*

*Горшенина Екатерина Вячеславовна,  
специалист Центра сопровождения воспитательных проектов и программ, взаимодействия с общественными организациями*



# Психологическая безопасная образовательная среда

Письмо Минпросвещения РФ от 21.02.2028 №07-1058/ДСП  
«О методических рекомендациях».

## Понятие психологической безопасности

Психологическая безопасность представляет собой многоуровневый, интегративный конструкт, характеризующий состояние защищенности психики индивида от деструктивных внутренних и внешних воздействий.

В научной литературе существует множество подходов к определению данного феномена, что свидетельствует о его сложности и многогранности.





# Агрессивное поведение

Агрессия — форма поведения, нацеленная на причинение ущерба другому живому существу, не желающему подобного обращения (Р. Бэрн).

Вербальная агрессия.

Физическая агрессия.

Прямая агрессия.

Непрямая агрессия.





**Буллинг** (от английского bullying — «запугивание», «издевательство», «травля») — **это систематические акты агрессии** (словесной, психологической или физической), направленные против одной или нескольких жертв.

Буллинг и травля — это синонимы, описывающие одно и то же явление.





**Это явление новое, или подобное уже  
было в истории???**











# Причины травли

## Внешние

- Связаны с окружением.
- Мало зависят от участников травли.
- Обусловлены социальными, экономическими и культуральными явлениями.

## Внутренние

- Определяются личностными особенностями самих детей, включенных в ситуацию травли.
- Обусловлены биологическими и психологическими факторами.





# Наше время

•Современные технологии, безусловно, оказывают заметное влияние на все аспекты жизни, включая травлю. Негативный контент в интернете способствует распространению этого явления, увеличивая его масштабы.

•Видеоролики с насилием и издевательствами становятся легкодоступными, негативно влияя на умы детей и подростков, провоцируя их на повторение увиденного.







# Переход агрессии в травлю

- В условиях, когда отмечается высокая напряженность внутригрупповой системы (наличие неразрешимых конфликтов, запрет на высказывания или проявления недовольства, ощущение небезопасности, скрытое поощрение агрессивного поведения со стороны значимых взрослых и т. д.), возможен переход агрессии в буллинг.
- Признаки:
  - Насилие (физическое или эмоциональное).
  - Систематичность.
  - Спланированность.
  - Направленность на одного и того же человека.
  - Групповое действие.





# Отличие травли от конфликта

1. Дисбаланс сил, неравенство сил и власти при буллинге.  
В случае конфликта обе стороны обладают одинаковой властью влиять на ситуацию. Буллинг ассиметричен, дает агрессору ощущение власти над другим, а жертва всегда беспомощна.
2. Буллинг — это преднамеренное действие в отличие от конфликта, это спланированное издевательство с враждебными намерениями, насилие над другим, заведомо более слабым.
3. При буллинге причина травли — не в поведении жертвы. В случае буллинга пострадавшая сторона виновата ровно так, как ягненок из басни Крылова: «Ты виноват уж тем, что хочется мне кушать».
4. Продолжительность и повторяемость действия. Конфликт — это одномоментное действие. Буллинг — это целенаправленное, повторяющееся, регулярное действие с целью унижения и причинения страданий.





# Мифы о буллинге

- Буллинг — школа жизни.
- В буллинге виновата жертва.
- Дети сами разберутся.
- Разговоры о буллинге могут спровоцировать его появление.
- Буллинг — это только физическое насилие.
- Обязательно привлечение родителей агрессора.
- Учитель самостоятельно должен справиться с буллингом в своем классе.







# Признаки начала травли

1. Один и тот же ребенок остается один, не стремится к общению, и с ним не стремятся к общению.
2. Если он попадает в класс, меняется обстановка (молчание, переговаривания, смешки).
3. Попытки начать общение натываются на групповое отчуждение.
4. Во время разговора напряжен, в защитной позе, избегает прямого контакта «в глаза».
5. Стараются избегать общения (быстро уходит после урока, предпочитает оставаться на переменах в классе, в туалет отпрашивается на уроках).
6. Начал опаздывать на уроки.
7. На одежде, портфеле — следы пыли, порчи.
8. Ребенок начал покупать кому-то что-то в столовой.
9. Отдает в пользование свои личные вещи.





# Субъекты травли

**Агрессор (преследователь)**

**Жертва (мишень)**

**Наблюдатели (свидетели)**





Травля— групповой процесс  
(жертва + агрессоры + свидетели).







# Агрессоры

- Активные, общительные дети.
- Агрессивные дети.
- Дети, стремящиеся любой ценой быть в центре внимания.
- Дети, привыкшие относиться к окружающим с чувством превосходства.
- Эгоцентрики, не умеющие сочувствовать.
- Максималисты, не желающие идти на компромиссы.





<https://sksp.akamaized.net/schools/956/lesson/200419/audio/6520378c843406.66581401rebenok-zacinsik-travli.pdf>

- Важно отделение поступка и личности.
- Не нападаем на ребенка, даже если считаем, что он категорически не прав.
- Важно не повышать уровень внутренней напряженности ребенка.
- Очень взвешенно подходим к привлечению родителей.



## Ребенок — зачинщик травли. Что делать?



1. **Оцените свое эмоциональное состояние и успокойтесь**  
Лишние эмоции - плохой помощник в решении проблемы
2. **Отделите проблему от личности ребенка**  
«Плохой» — не ребенок, а его поступки
3. **Поговорите с ребенком и проясните ситуацию**
  - Обозначьте проблему, кратко называя конкретные факты и предлагая высказаться: «Я знаю от М., что ты распускаешь слухи про Н., насмехаешься и прячешь вещи. Мне важно это обсудить. Расскажи, как ты это видишь со своей стороны.»
  - Внимательно выслушайте, помогите подвести итог и построить связь между действиями ребенка и внутренними причинами. Например:  
«Обидно, когда подруга начинает дружить не с тобой, иногда хочется мстить.»  
«Сдерживаться непросто, случается, что от злости делаешь человеку больно.»  
«Бывает мы завидуем успехам других и от зависти нападаем на них.»  
«Иногда кажется, что обидные шутки - это нормальный способ развлечения.»
  - Выразите однозначное отношение к происходящему: «То что ты делаешь - это насилие.»
  - Вместе найдите альтернативы агрессивному поведению, выразите свою готовность поддерживать ребенка на пути к изменениям.  
(Подробнее о том, как поговорить, и каких ошибок избежать - в таблице ниже.)
4. **Переформулируйте проблему в задачу**  
Дети ведут себя хорошо, если могут. Если они ведут себя плохо, на это есть причины. Нужно решать проблему, опираясь на ее источник.  
Если ребенок нарушает правила, важно понять, в каком элементе происходит сбой. Элементы действия «соблюдать правила»: знать правило, разделять правило (считать их разумными и справедливыми), знать последствия невыполнения и считать их достаточно серьезными, уметь действовать по правилам, хотеть действовать по правилам. Разговор и внимательное слушание помогут в этом разобраться.  
Другие возможные причины агрессивного поведения: низкий уровень эмпатии, черно-белый взгляд на мир, непонимание социального контекста, потребность в дополнительном внимании, желание самоутвердиться, желание отомстить, скука, симпатия к отрицательным героям и идентификация с ними, опыт участия в травле в роли жертвы (и это не все).
5. **Спокойно оцените доступные ресурсы для решения задачи (эмоциональные, временные, когнитивные (знания, как решать проблему), физические (наличие сил), финансовые (если нужна помощь специалистов))**  
Какой объем помощи требуется ребенку? Есть ли у вас необходимые знания, опыт, силы и время или вам нужна помощь?
6. **Действуйте!**  
Самостоятельно или вместе со специалистами - психологами.





# Последствия для агрессора

- Сами являются жертвами буллеров (чаще дома).
- У буллеров-жертв более выраженное чувство неполноценности, более низкая самооценка, чем у просто буллеров.
- В будущем криминальное поведение и проблемы с законом.
- У них более высокий уровень гиперактивности, расстройств поведения.
- Больше расстройств поведения у буллеров-жертв, чем у просто буллеров или просто жертв.
- Злоупотребление ПАВ.
- Исследование С. Брауна и К. Тэйлора (измерявших различные параметры интеллекта и личности английских детей 1958 года рождения).







# Последователи

- Это дети, которые активно помогают инициатору травли или обеспечивают ему пассивное одобрение.
- Характеристики:
  - Несамостоятельные.
  - Конформисты.
  - Несклонные признавать свою ответственность за происходящее.
  - Подвержены жесткому контролю со стороны старших.
  - Не думающие о последствиях.
  - Неуверенные в себе.
  - Необходимость принадлежности к коллективу.





# Мотивы «последователей»

- **«Стадное чувство».** Ребенок не задумывается над происходящим, слепо повинуюсь общим настроениям и признанным «авторитетам» класса.
- **Попытка заслужить расположение лидера.** Такие дети травят жертву в попытке стать ближе к лидеру, получить его одобрение и поддержку.
- **Страх стать жертвой.** Ребенок может принимать участие в травле из страха пойти против большинства и навлечь на себя недовольство агрессора.
- **Самоутверждение.** Обычно это дети, которые и сами имеют склонности зачинщика. Они не решаются первыми проявить агрессию, но с радостью ее поддерживают.





# Последствия для «последователей»

- Подверженность манипуляциям окружающих.
- Зависимость от официальных авторитетов.
- Страх личной ответственности.
- Общая уязвимость.







# Наблюдатели

- Желающие помочь, но не имеющие полномочия.
- Пассивно-агрессивные наблюдатели (поощрение травли).
- Нежелающие привлекать к себе внимание.





# Защитники

- Находятся на стороне жертвы, понимают всю несправедливость ситуации.
- **Активные** (активно участвует в процессе, всегда защищают, не боятся оказать прилюдную поддержку).
- **Пассивные** (сочувствуют, оказывают поддержку незаметно, активно в конфликт не включаются, но при этом оказывают поддержку в тихой, «безопасной для себя ситуации»).





# Жертвы

- Невольно провоцирующие негативное отношение (вызывающие зависть, претендующие на лидерские позиции)
- Дети с внутренней уязвимостью (дети физически слабые, тревожные, с заниженной самооценкой).





# Дополнительные типы жертв

- **«Прилипала».** Сложность выстраивания правильной коммуникации приводит к тому, что дети крайне назойливы, постоянно нуждаются в поощрении и сочувствии, но агрессоры видят в них слабость и атакуют.
- **«Козел отпущения».** Обычно это излишне вспыльчивый ребенок с низким эмоционально-поведенческим самоконтролем, его легко спровоцировать, сделать виноватым перед учителем.
- **«Любимчик».** Ребенок с отличной успеваемостью и тягой к похвале, его часто выделяют учителя, и он сам стремится заполучить их внимание. Это может быть следствием дисфункционального воспитания — ребенка с детства приучают, что любовь нужно «заслужить». Одноклассники его не любят, видят в нем угрозу.
- **«Озлобленные».** Много агрессии дома, могут выплескивать агрессию, часто учителя невольно поощряет агрессию к таким детям.
- **«Странные».**







# Последствия для жертвы

- Буллинг-виктимизация.
- Чаще думают о самоубийстве.
- Низкая самооценка.
- Тревога.
- Суицидальное поведение. (Они рассуждают так: мои школьные проблемы непреодолимы, даже те, кто мне дороги (близкие и родные), угнетены ими, поэтому мой уход из жизни может стать решением всех проблем для тех, кого я люблю. Такой ход мысли вызван тем, что дети воспринимают свою жизнь как бремя для своих близких и поэтому верят, что посредством самоубийства освободят их от этой тяжести и перестанут быть обузой).





# Создание антибуллинговой среды

## **Соблюдение законов и профессиональной этики:**

1. немедленная реакция после первого же случая насилия;
2. создание атмосферы истинного коллективизма;
3. постановка нескольких разноплановых общих привлекательных целей, позволяющая создать многообразие ранжирования;
4. за достижение общих целей поощряются все причастные;
5. выделение лидеров за реальные заслуги, признаваемые в коллективе;
6. назначение им персональной ответственности с четко проговоренными нормами прав и обязанностей;
7. создание традиции добровольной помощи тем, кто не справляется.





1. Формирование личных положительно окрашенных отношений между учителем и учениками.
2. В средней и старшей школе на первый план начинают выходить дружеские отношения со сверстниками.

- Крайне редко травля начинается в старшей школе.
- В старшей школе мы скорее говорим о последствиях травмы.





# Последствия травли

- Последствия для здоровья
- Академические последствия
- Отношения в семье и дружба
- Последствия для буллеров
- Физические последствия у буллеров жертв
- Трудоустройство и финансовое положение
- Отношения в семье и раннее родительство
- Правонарушения





# ШКОЛА = БЕЗОПАСНОСТЬ

## Микроклимат образовательного учреждения

- «Политическая» система учреждения образования (агрессивные взаимоотношения внутри педагогического коллектива, авторитарно-директивный стиль управления).
- Взаимоотношения между учителем и учеником (неуважительное отношение педагога, публичное порицание и т. п.).
- Система взаимоотношений внутри класса (наличие в классе признанного «лидера», негармоничная иерархия в классе — распределение статусов учеников, в основе которого лежат принципы власти и подчинения).
- Нежелание преподавателей в силу своего незнания брать на себя ответственность за противостояние властолюбивому поведению учеников.
- Отсутствие контроля со стороны преподавателей за поведением учащихся на переменах.

Дети не выбирали быть в классе, их распределили на группы взрослые для своего удобства. Значит, именно взрослые отвечают за обстановку в этих группах и за то, чтобы в них всем детям было безопасно и спокойно.

Л. Петрановская







# Как учитель может влиять на ситуацию травли

1. Опосредованно через влияние на структуру и атмосферу класса.
2. Непосредственно через активные действия.





Классное руководство **напрямую** влияет на существование травли в классе.

Повышение эффективности классного руководства способствует созданию качественной среды класса и уменьшает травлю.





# Агрессоры

- **Что могло бы активизировать сдерживающие механизмы агрессоров?**
- Социальные нормы и значимые личности. Поэтому:
- **Требовательность и поддержка классного руководителя — факторы уменьшения буллинга.**
  1. Наличие ясной и четкой руководящей позиции взрослого — учащиеся должны хорошо понимать, чего от них хотят, и знать, что хорошо, а что неприемлемо.
  2. При этом отношения построены на доверии и имеют позитивное воздействие.





**Недостаточно только поощрять правильное поведение или ругать за неприемлемое**

Взрослый должен четко демонстрировать свою позицию как к позитивным, так и к нежелательным действиям.

Как именно:





- На личном примере: быть приветливым, не позволять себе унижать или задевать других.
- Высказывать свою позицию, реагируя на поступки: выражая одобрение или не боясь вмешаться в негативную ситуацию.
- Воздействие должно быть целостным, непротиворечивым и последовательным.
- За авторитетом должны стоять согласованные принципы, например, не допускать неуважительного отношения к людям и не бережного к вещам.
- Не должно быть различий в словах и в действиях. Если на мероприятиях обсуждают одно, а на деле ведут себя иначе — дети не научатся соблюдать эти правила.







# Принципы классного руководителя, учителя

## Авторитетный — не значит авторитарный

- Авторитарный стиль опирается на принуждение и запугивание, авторитетный — на рациональную аргументацию, проявляя внимание и заботу.
- Он порождает доверие.
- Чтобы было доверие, человеку важно знать, что его слышат. Ученик должен чувствовать, что его могут выслушать и понять, тогда учитель будет для него более значимым, а запреты будут восприниматься легче.





## Упор на обучение

- Успехи класса в учебе — делают их частью успешной группы, повышают лояльность к учителю, улучшают отношение к школе.
- При этом, считать обучение единственно важным — это другая крайность, которая не приводит к успеху.





# Хорошо организованный урок

1. Начало работы — **совместное коллективное действие** — поддерживает связь с учителем и всем классом, помогает ученикам настроиться и включиться в работу.
2. **Разрушение анонимности** — создать контакт с как можно большим количеством учеников в начале работы. В дальнейшем они будут этого ожидать. Это создает хорошие предпосылки для дальнейшей работы.
3. За несколько минут до конца урока **закончить урок** — подвести итоги, сделать сообщение и т. д. Так ученики снова объединятся вокруг учителя.





## Проявление заботы

Заботу необходимо проявлять:  
спрашивать, как дела;  
говорить, что был рад встрече  
и т. д. Это дает ученику понять,  
что учитель хорошо ко мне  
относится.

Внимание.

Поддержка.





## Установление границ

- Даже критика воспринимается лучше от того, кто о тебе заботится.
- Иногда полезно приправить долей юмора или теплоты, или держаться нейтрально.
- При этом не посвящать критике много времени.
- Лучше обращаться к каждому отдельно, контакт нейтральный и краткий, без агрессивности.







## Постепенное делегирование ответственности

- При условии, что ученики к ней готовы. Это приводит к положительным последствиям. Возросшее осознание ответственности приводит к тому, что ученики могут сами контролировать ситуацию по своей инициативе.





## Отдельные эпизоды недопустимы

- Важно подчеркнуть это в момент, если происходит что-то подобное.
- Вмешаться в конфликт и обозначить свою позицию.
- Не вступать в дискуссию, закончить разговор на том, что будете держать это на контроле.
- Вмешательство сразу в моменте демонстрирует нормы и ценности.





## Подведу итоги

- Внимательное, поддерживающее отношение учителя к ученикам и установление границ и норм поведения — основа авторитета учителя.
- При этом согласованность учителей, родителей, администрации школы необходима для создания антибуллинговой среды.





# Ресурсы Института развития образования

Портал педагога.23



Институт развития образования



Сообщество педагогов-психологов

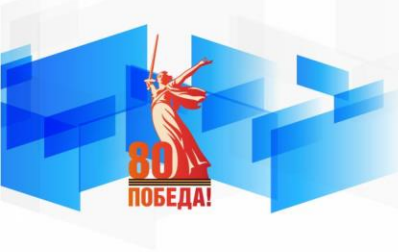


Навигатор профилактики «Безопасное  
детство»



Воспитательная деятельность





<b>Психолого-педагогическое сопровождение</b>	
<b>Про профилактику</b>	
<b>Медиация (служба примирения)</b>	







Официальные каналы Министерства образования  
и науки Краснодарского края



Официальные каналы ГБОУ ДПО  
«Институт развития образования Краснодарского края»

