

ГБОУ «Республиканский центр образования»  
Республиканская психолого-педагогическая, медицинская  
и социальная служба

**Методические рекомендации  
по предотвращению буллинга  
(травли среди сверстников)**

г. Улан-Удэ  
2019 г.

Составители:

Сафонова О.А.- руководитель РППМСС

Гунсурунова Р.В. – старший методист РППМСС

## Содержание

1. Понятие буллинга .....	4
2. Виды буллинга .....	5
3. Проблемы диагностики буллинга.....	6
4. Алгоритм действий в случае выявления травли среди сверстников (буллинга) в образовательной организации .....	8
4.1 Принципы работы с проблемой с проблемой буллинга.....	8
4.2. Технология реагирования на выявленные либо установленные факты буллинга .....	9
4.3 Алгоритм работы для специалистов, которые впервые столкнулись с травлей в детской среде .....	10
5. Порядок работы с жертвами и обидчиками .....	15
7. Список рекомендованной литературы.....	20
8. Приложения .....	22

## ПОНЯТИЕ БУЛЛИНГА

По определению Игоря Кона, под буллингом обычно понимается запугивание, унижение, травля, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе. Во все времена это была одна из серьезных проблем подростковой среды. Исследования буллинга во многих странах начались еще в 70-е годы XX века, однако и сегодня эта тема не теряет своей актуальности. По мнению большинства исследователей, буллинг включает четыре главных компонента: агрессивное и негативное поведение, регулярность осуществления, дисбаланс власти в отношениях участников, умышленность.

В скандинавских и англоязычных странах для определения этого явления используются следующие термины: притеснение, дискриминация, моббинг (преимущественно групповые формы притеснения ребенка), буллинг. Последний термин используется в специальной литературе наиболее часто. Считается, что он полнее всего отражает суть обсуждаемого нами явления. Дэвид Лейн и Эндрю Миллер (2001 г.) ассоциируют этот термин с травлей. Они же определяют буллинг, как длительный процесс сознательного жестокого отношения, физического и (или) психического, со стороны одного или группы детей к другому ребенку (другим детям). В связи с этим, в дальнейшем мы будем использовать термин «буллинг» как технологически более емкий. Мотивация к буллингу различна: месть, восстановление справедливости, как инструмент подчинения лидеру, низвержение конкурентов, из чувства неприязни и др. Особенно опасна мотивация, связанная с удовлетворением садистических потребностей у определенной категории акцентуированных и дисгармонично развивающихся личностей.

Буллинг - это социальное явление, свойственное преимущественно организованным детским коллективам, в первую очередь, школе. Многочисленные исследователи объясняют это обстоятельство, прежде всего, тем, что школа (или любое другое детское учреждение, где дети бывают регулярно) – это универсальная арена, полигон для разрядки детьми своих многочисленных накопившихся дома негативных импульсов. В школе складываются определенные ролевые отношения среди детей в диапазоне «лидер-изгой». Дополнительным фактором, способствующим живучести буллинга в пространстве учреждения, является неспособность, а в некоторых случаях и нежелание педагогов совладать с этой проблемой. Буллинг проявляется через различные формы физических и (или) психических притеснений, переживаемых детьми, со стороны других детей. Для одних детей – это систематические насмешки, отражающие какие-то особенности внешнего вида или личности пострадавших. Для других – порча их личных вещей, заталкивание под парту, вымогательство. Для третьих

– откровенные издевательства, унижающие чувство человеческого достоинства, например, попытка заставить публично просить прощения, стоя на коленях перед унижающим.

## 2. ВИДЫ БУЛЛИНГА

Некоторые исследователи предлагают систематизировать все проявления буллинга в две большие группы: 1-я группа – проявления, связанные преимущественно с активными формами унижения; 2-я группа – проявления, связанные с сознательной изоляцией, исключением пострадавших из группы. В то же время на разные по содержанию и интенсивности проявления буллинга разные дети реагируют по-разному. Две основные формы буллинга:

**1. Физический буллинг** - умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных повреждений и др.;

- **Сексуальный буллинг** является подвидом физического (действия сексуального характера).

**2. Психологический буллинг** - насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональные страдания. К этой форме можно отнести:

- вербальный буллинг, где орудием служит голос (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, дразнение, распространение обидных слухов и т.д.);

- обидные жесты или действия (например, плевок в жертву либо в её направлении); --

- запугивание (использование агрессивного языка тела и интонаций голоса для того, чтобы заставить жертву совершать или не совершать что-либо);

- изоляция (жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью учеников или всем классом, детским коллективом);

- вымогательство (денег, еды, иных вещей, принуждение что-либо украсть);

- повреждение и иные действия с имуществом (воровство, грабёж, прятанье личных вещей жертвы);

- кибербуллинг – унижение с помощью мобильных телефонов, Интернета, иных электронных устройств (пересылка обидных, угрожающих изображений и фотографий, обзывание, распространение слухов и др.).

*Буллинг – в основном скрытый для окружающих процесс, но дети, которые подверглись травле, получают психологическую травму различной степени тяжести, что приводит к тяжёлым последствиям вплоть до самоубийства. И не имеет значения, имел место физический буллинг или психологический.*

### 3. ПРОБЛЕМЫ ДИАГНОСТИКИ БУЛЛИНГА

Не существует определенного психологического портрета жертвы буллинга, который смог бы помочь в диагностике этой травматической ситуации у пострадавших детей. Тем не менее, при наблюдении за такими детьми могут проявиться следующие, характерные и для иных форм переживания буллинга, эмоциональные и поведенческие особенности.

*Поведенческие особенности:*

- отстраненность от взрослых и других детей;
- негативизм при обсуждении темы буллинга;
- агрессивность к взрослым и детям.

*Эмоциональные особенности:*

- напряженность и страх при появлении ровесников;
- обидчивость и раздражительность;
- грусть, печаль и неустойчивое настроение.

Важно отметить, что только сочетание нескольких признаков, а также эмоционального состояния жертвы и отношения группы к ребенку позволяет диагностировать ситуацию травли в отношении ребенка. Специалистам следует быть внимательными при работе с данными признаками, они являются поводом для обращения внимания на ребенка и на группу детей. Необходимо периодически собираться командой специалистов, работающих с конкретной группой, чтобы обсудить ситуацию, с целью выявить, к примеру, как часто ребенок жалуется на головные боли и как это связано с посещениями пропусками школы.

*Физическое состояние и поведение ребенка:*

- У ребенка есть следы (синяки, порезы, царапины) или рваная одежда, которые не объясняются естественным образом (т.е., не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т.п.)
- Часто бывает в порванной одежде, с порванными учебниками или тетрадями.
- Избегает говорить вслух (отвечать) и производит впечатление тревожного и неуверенного в себе.
- Выглядит расстроенным, депрессивным, часто плачет.
- По утрам плохой аппетит, частые головные боли, боли в желудке, расстройство ЖКТ, резкое повышение температуры.
- Беспокойно спит, жалуется на плохие сны, часто во сне плачет.
- Выглядит несчастным, расстроенным, депрессивным, или наблюдаются частые перемены настроения, раздражительность, вспышки.
- Требуется или крадет деньги, чтобы выполнить требования «агрессоров».

*Отношения со сверстниками:*

- 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).
- Ребенок часто проводит время в одиночестве, и исключен из компании сверстников. У него, по наблюдениям, нет ни одного друга в группе.
- В командных играх дети выбирают его в числе последних или не хотят быть с ним в одной команде
- Ребенок не спрашивает тему урока, домашнее задание у сверстников, если он не успел записать
- Ребенка никогда не приглашают на праздники вечеринки, или он сам не хочет никого приглашать и устраивать праздник (потому что считает, что никто не захочет прийти)

*Школа или любое другое детское учреждение:*

- Дети берут учебники, деньги, другие личные вещи ребенка, разбрасывают их, рвут, портят
- Ребенок старается держаться рядом со взрослым.
- У ребенка резко или постепенно ухудшается успеваемость.
- Боится или не хочет идти в школу.
- Убегает из учреждения.
- Выбирает длинный и неудобный путь в школу и из школы.
- Никогда не приводит одноклассников или других сверстников к себе домой, очень редко проводит время в гостях у одноклассников.
- Нет ни одного друга в учреждении, с которым можно провести время (играть, сходить в кино или на концерт, погулять или заняться спортом, поговорить по телефону и т.п.).

Чаще всего медицинские и социальные работники, а также педагоги сталкиваются со случаями буллинга, свидетелями которых они становятся сами по месту их работы в детских учреждениях. Реже, при работе с детьми, они могут обнаружить у них переживания, связанные с уже имевшим место ранее буллингом. Это происходит при успешной диагностике случаев травли среди сверстников или же, когда дети сами сообщают специалистам о своей проблеме.

Конечно, максимальная информация может быть также получена в результате искренней беседы специалиста и пострадавшего. Однако это возможно далеко не всегда и к тому же требует особой подготовки. Настойчиво допытываться ответы ребенка или подростка на

тему насилия категорически нельзя. С другой стороны, любой врач или социальный работник должен быть готов к адекватному, понимающему и сопереживающему отражению исповеди травмированного ребенка о травле другими детьми, если последний решил ему открыться. Особенно печально, когда ребенок или подросток (подросткам, как правило, это дается крайне тяжело) решается открыться взрослому, рассказать о своей беде, а взрослого по тем или иным причинам такие откровения не интересуют. Здесь может быть упущена драгоценная возможность узнать о серьезных проблемах в жизни детей и подростков, возможно даже не связанных с темой насилия. Дети в качестве доверенного лица во многих случаях склонны выбирать авторитетных взрослых. Для многих детей врач или психолог, социальный работник – это последний рубеж защиты, последняя надежда на помощь. Особенно это актуально для врачей и социальных работников, работающих в немедицинских учреждениях: в детских домах, интернатах, специальных учреждениях для несовершеннолетних. В подобных учреждениях риск насилия вообще и жесточайшей травли, в частности, крайне высокий. Это подтверждается, в первую очередь, соответствующими исследованиями в отношении суицидального риска у несовершеннолетних. Во многих случаях взрослые, в том числе и специалисты в области работы с детьми, не придают значения сложным взаимоотношениям разных детей друг с другом до тех пор, пока эти отношения не становятся чрезмерными. Только тогда, когда взрослые становятся очевидцами явного насилия, они вмешиваются с разной степенью успешности для последующей безопасной жизни жертвы. На этом фоне «незначимые», «неочевидные» переживания пострадавших детей от травли для многих взрослых представляется неактуальными. Плюс к этому связанная с одним из предубеждений готовность многих взрослых реагировать на детей, и особенно на подростков, обращающихся к ним за помощью от травли, как на ябед и доносчиков.

#### **4. АЛГОРИТМ РАБОТЫ В СЛУЧАЕ ВЫЯВЛЕНИЯ ТРАВЛИ СРЕДИ СВЕРСТНИКОВ (БУЛЛИНГА) В ДЕТСКОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

##### **4.1. ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ С ПРОБЛЕМОЙ БУЛЛИНГА**

1. Конфиденциальность – специалисты, работающие с проблемой буллинга должны гарантировать конфиденциальность участникам этой ситуации (жертве, агрессору, свидетелям). Это будет способствовать раскрываемости таких случаев в детском коллективе, повышению доверия детей взрослым.
2. Этапность (изучение ситуации, подготовительные работы внутри коллектива, согласие участников, выработка программы помощи, её реализация и оценка).

3. Отказ от обвинений кого-либо из взрослых в допущении случаев буллинга.
4. Категорический запрет на любое насилие в учреждении («Скажи насилию нет!»). Любое насилие несправедливо и его можно предотвратить, вмешавшись в ситуацию.
5. Комплексность (учет всех аспектов и участие разных сотрудников в работе).
6. Индивидуальный подход в каждом случае буллинга.
7. Смещение акцента с наказания обидчиков на их реабилитацию. Особое внимание следует обращать на случаи, когда действия обидчика представляют опасность для жизни и здоровья других или являются нарушением закона.

#### **4.2. ТЕХНОЛОГИЯ РЕАГИРОВАНИЯ НА ВЫЯВЛЕННЫЕ ЛИБО УСТАНОВЛЕННЫЕ ФАКТЫ БУЛЛИНГА**

1. При установлении факта либо подозрении на существование ситуации травли специалист (педагог, воспитатель, врач, психолог и др.), сообщает о сложившейся ситуации представителю администрации (директору, завучу по воспитательной работе) в письменном виде по форме (Приложение 1 Форма заявления).

2. Администрация совместно с психологической службой учреждения принимает решение о неотложности реагирования на выявленный факт агрессии. Для определения ситуации буллинга и его последствий необходим сбор соответствующей информации и проведение клинико-психологического обследования.

Сбор информации проводится по следующим направлениям:

1. от самого пострадавшего;
2. от возможных участников издевательств над жертвой;
3. от свидетелей.

Следует самым тщательным образом провести анализ всей полученной информации. В результате проведенного анализа необходимо прояснить следующие аспекты: факты, подтверждающие наличие буллинга среди сверстников (обратить внимание на признаки травли среди сверстников, описанные выше);

- его длительность;
- его характер (физический, психологический, смешанный);
- основные проявления буллинга – что конкретно происходило, в каких формах выражалось, кто в этом принимал участие;
- участники (инициаторы и исполнители буллинга);
- мотивация участников к буллингу;
- свидетели и их отношение к происходящему;

- поведение жертвы (пострадавшего);
- динамика всего происходящего;
- прочие важные для диагностики обстоятельства.

Полученную информацию специалист должен сопоставить с анамнезом жизни пострадавших детей. В анамнезе жизни особенно важными для нас станут любые данные о предшествующем негативном жизненном опыте таких детей в семье, в различных детских коллективах и среди ровесников в неформальных ситуациях, количество случаев и характер пережитого ими в прошлом насилия, в частности, буллинга. При этом учитывается вероятность оговора или ложной, ошибочной интерпретации межличностных отношений самим ребенком, равно как и отказ от обсуждения своей ситуации жертвой или диссимиляция (сокрытие) как самого факта буллинга, так и его последствий.

#### **4.3. АЛГОРИТМ РАБОТЫ ДЛЯ СПЕЦИАЛИСТОВ, КОТОРЫЕ ВПЕРВЫЕ СТОЛКНУЛИСЬ С ТРАВЛЕЙ В ДЕТСКОЙ СРЕДЕ**

Оценить всю информацию, выделить факты, интерпретации и эмоциональные оценки, тщательно ее проанализировать, сделать для себя резюме, наметить план действий. Для реализации данного пункта рекомендуем ознакомиться с технологией, описанной Людмилой Петрановской, педагогом-психологом, специалистом по семейному устройству, лауреатом Премии Президента РФ в области образования «7 шагов к прекращению травли в детском коллективе».

##### **7 шагов к прекращению травли в детском коллективе**

Ситуации очень разнообразны, это общие принципы и шаги.

#### **1. Назвать явление**

Никаких «У Пети Смирнова не ладится с одноклассниками». Когда ребенка намеренно доводят до слез, согласованно и систематически дразнят, когда отбирают, прячут, портят его вещи, когда его толкают, щипают, бьют, обзывают, подчеркнуто игнорируют – это называется ТРАВЛЯ. Насилие. Пока не назовете своим именем, все будут делать вид, что ничего особенного не происходит.

Дальше нужно понять, кто готов взять на себя ответственность за прекращение этого дела. Признак того, что готов – как раз готовность назвать травлю травлей. Идеально, если это сразу учитель, воспитатель, психолог образовательного учреждения.

Дальше тот взрослый, кто взял на себя ответственность, для простоты будем называть его учителем, хотя это может быть вожатый в лагере, тренер, завуч и т. д. должен поговорить с группой, в которой происходит травля и НАЗВАТЬ явление группе.

По многим комментариям бывших «травильщиков» видно, насколько дети не осознают, что именно делают. У них в голове это называется «мы его дразним» или 15 «мы так играем» или «мы его не любим». Они должны узнать от взрослого, что когда они делают так и эдак, это называется вот так и это – недопустимо.

Бывает, необходимо описать ситуацию с точки зрения жертвы. Мне, как ни странно, потребовалось делать это для педагогов. Иначе не получалось вытащить их из «подумаешь, дети всегда друг друга дразнят». Я им предложила представить себе: «Вот вы приходите на работу. Никто не здоровается, все отворачиваются. Вы идете по коридору – сзади смешки и шепот. Вы приходите на педсовет, садитесь. Тут же все сидящие рядом встают и демонстративно отсаживаются подальше. Вы начинаете контрольную – и обнаруживаете, что заранее записанное на доске задание кто-то стер. Вы хотите заглянуть в свой ежедневник – его нет на месте. Позже вы находите его в углу туалета, со следами ног на страницах. Однажды вы срываетесь и кричите, вас тут же вызывают к директору и отчитывают за недопустимое поведение. Вы пытаетесь пожаловаться и слышите в ответ: «Нужно уметь ладить с коллегами!» Ваше самочувствие? Как долго вы сможете это выдержать?

Важно: не давить на жалость. Ни в коем случае не «представляете, как ему плохо, как он несчастен?». Только: как было бы ВАМ в такой ситуации? Что чувствовали бы ВЫ? И если в ответ идут живые чувства, не злорадствовать и не нападать. Только сочувствие: да, это всякому тяжело. Мы люди и нам важно быть вместе.

Иногда первого пункта и хватает, если только-только началось.

2. **Дать однозначную оценку.** Люди могут быть очень разными они могут нравиться друг другу больше или меньше, но это не повод травить и грызть друг друга, как пауки в банке. Люди на то и люди, разумные человеки, что они способны научиться быть вместе и работать вместе без того, чтобы... . Даже если они очень-очень разные и кто-то кому-то кажется совсем неправильным. Можно привести примеры, что нам может казаться неправильным в других людях: внешность, национальность, реакции, увлечения и т. д. Привести примеры, как одно и то же качество в разные времена и в разных группах оценивалось по-разному. Конечно, все это получится, только если сам взрослый так искренне считает. Это должна быть проповедь, а не нотация.
3. **Обозначить травлю как проблему группы.** Когда на людей «наезжают», предъявляя им моральное обвинение, они начинают защищаться. В этот момент их не интересует, правы они или нет, главное – оправдаться. Дети не исключение. Особенно дети, зачинщики травли, потому что очень часто это дети с нарциссической травмой, абсолютно неспособные переносить стыд и 16 вину. И они будут драться, как

гладиаторы за свою роль «супер-пупер альфа». То есть в ответ на называние травли насилием, вы услышите: «А чего он? А мы ничего... а это не я» и все в таком духе. Понятно, что толку от обсуждения в таком ключе не будет. Поэтому не надо его вести. Не надо спорить о фактах, выяснять, что именно «он», кто именно что и т. д. Нужно обозначить травлю как болезнь ГРУППЫ. Так и сказать: есть болезни, которые поражают не людей, а группы, классы, компании. Вот если человек не моет руки, он может подхватить инфекцию и заболеть. А если группа не следит за чистотой отношений, она тоже может заболеть – насилием. Это очень грустно, это всем вредно и плохо. И давайте-ка вместе срочно лечиться, чтобы у нас был здоровый, дружный класс. Это позволит зачинщикам сохранить лицо и даже предоставит им возможность хотя бы попробовать примерить роль не деструктивной «альфы», которая «отвечает за здоровье класса». И, что особенно важно, это снимает противопоставление между жертвами-насильниками-свидетелями. Все в одной лодке, общая проблема, давайте вместе решать. С детьми постарше можно посмотреть и обсудить книгу «Повелитель мух» или «Чучело». С маленькими – «Гадкого утенка».

4. **Активизировать моральное чувство и сформулировать выбор.** Результат не будет прочным, если дети просто прогнутся под формальные требования учителя. Задача – вывести их из «стайного» азарта в осознанную позицию, включить моральную оценку происходящего. Можно предложить детям оценить, каков их вклад в болезнь класса под названием «травля». Допустим 1 балл – это «я никогда в этом не участвую», 2 балла – «я иногда это делаю, но потом жалею», 3 балла – «травил, травлю и буду травить, это здорово». Пусть все одновременно покажут на пальцах – сколько баллов они поставили бы себе? Если это не подростки, «троек» не будет, даже у самых отпетых агрессоров. В этом месте ни в коем случае нельзя пытаться уличить: нет, на самом деле ты травмишь. Наоборот, нужно сказать: «Как я рад, у меня от сердца отлегло. Никто из вас не считает, что травить – это хорошо и правильно. Даже те, кто это делал, потом жалели. Это замечательно, значит, нам будет нетрудно вылечить свой класс». Так моральная оценка травли становится не внешней, навязанной взрослым, ее дают сами дети.

Если группа очень погрязла в удовольствии от насилия, конфронтация может быть более жесткой. Я описывала прием с «Гадким утенком» в книжке, перескажу здесь коротко. Напомнив детям тот отрывок, в котором описана травля, можно сказать примерно следующее: «Обычно, читая эту сказку, мы думаем о главном герое, об утенке. Нам его жаль, мы за него переживаем. Но сейчас я хочу, чтобы мы подумали о вот этих курах и утках. С утенком-то все потом будет хорошо, он улетит с лебедями. А они? Они так и останутся тупыми и злыми, неспособными ни сочувствовать, ни летать. Когда в классе

возникает похожая ситуация, каждому приходится определиться: кто он-то в этой истории. Среди вас есть желающие быть тупыми злобными курами? Каков ваш выбор?». Этот же прием может помочь родителям осознать, что если травят не их ребенка, а наоборот, это тоже очень серьезно. Их дети находятся в роли тупых и злобных кур, а такие роли присыхают так крепко, что начинают менять личность. Они этого хотят для своих детей? Для индивидуального разговора с ребенком, не понимающим, что плохого в травле, это тоже подходит.

**5. Сформулировать позитивные правила жизни в группе и заключить контракт.** До сих пор речь шла о том, как не надо. Ошибкой было бы остановиться на этом, потому что, запретив детям прежние способы реагировать и вести себя и не дав других, мы провоцируем стресс, растерянность и возвращение к старому. Момент, когда прежняя, «плохая» групповая динамика прервана, раскрутка ее губительной спирали прекращена, самый подходящий, чтобы запустить динамику новую. И это важно делать вместе. Достаточно просто вместе с детьми сформулировать правила жизни в группе. Например: «У нас никто не выясняет отношения кулаками. У нас не оскорбляют друг друга. У нас не смотрят спокойно, если двое дерутся – их разнимают». Если дети постарше, можно разобрать более сложные ситуации, например, то, что люди по-разному чувствительны, и то, что для одного – дружеская борьба, для другого может быть больно. Это может найти отражение в таком, например, правиле. «Если я вижу, что невольно задел и обидел человека, я прекращу делать то, что я делаю немедленно». Но слишком много, тонко и сложно не надо, по крайней мере для начала. 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 прекрасно работает в терапевтических и тренинговых группах для взрослых, и с детьми тоже вполне эффективен. Если правила кто-то нарушает, ему могут просто молча указать на плакат с его собственной подписью.

**6. Мониторинг и поддержка позитивных изменений.** Это очень важно. Очень важно чтобы взрослый (взрослые), который взялся разруливать ситуацию, не бросал группу. Он должен регулярно спрашивать, как дела, что удается, что трудно, чем помочь. Можно сделать "счетчик травли", какой-нибудь сосуд или доску, куда каждый, кому сегодня досталось или кто видел что-то, что было похожее на насилие, может положить камешек или воткнуть кнопку. По количеству камешков определяется, хороший ли сегодня был день, лучше ли на этой неделе, чем на прошлой и т. д. Да множество есть технологий, тренеры и игротехники их знают. Можно ставить спектакли, сочинять сказки и делать коллажи про «хронику выздоровления», сделать «график температуры» и т. д. Суть в

том, что группа постоянно получает искренний интерес от авторитетного взрослого и по-прежнему считает победу над травлей своим общим делом.

### **7. Гармонизировать иерархию.**

Вот теперь пора думать про популярность. Про то, чтобы каждый имел признание в чем-то своем, мог предъявить себя группе, быть полезным и ценным в ней. Праздники, конкурсы, смотры талантов, походы, экспедиции, игры на командообразование – арсенал богатый, гуляй-не хочу. Чем дольше группе предстоит прожить в этом составе, тем этот этап важнее.

Признак гармоничной групповой иерархии – отсутствие жестко закрепленных ролей «альфа», «бета» и «омега», гибкое перетекание ролей: в этой ситуации лидером становится тот, в той – другой. Один лучше всех рисует, другой хохмит, третий забивает голы, четвертый придумывает игры. Чем больше разнообразной и осмысленной деятельности, тем здоровее группа.

Ну, это уже из серии «совсем хорошо». Даже если так не получается, достаточно мирного, спокойного сосуществования, а реализовываться дети могут в других местах. (Примечание ред. Заусенко И.В.) В случае травли в образовательном учреждении ошибочным является мнение, что надо поработать с детьми, чтобы они изменились. Принципиально важно сотрудникам понимать, что им также необходимо меняться, менять систему приоритетов, ценностей, может быть, стиль взаимодействия, систему поощрений и наказаний, организовать новые виды деятельности детей, вместе с ними разрабатывать правила общежития, обеспечивающие безопасность всем (и жертвам и преследователям и сотрудникам). В настоящее время нередко объектом травли учеников становятся наиболее уязвимые педагоги – начинающие или пожилые, поэтому забота о безопасности в образовательном учреждении – это прежде всего дело всех сотрудников. Сотрудникам необходимо:

1. Обсудить с коллегами и администрацией детского учреждения программу помощи и профилактики.
2. Обязательно сформировать команду специалистов, которая будет работать со случаями буллинга: психолог, педагоги, воспитатели, социальный педагог. Желательно, чтобы команда специалистов была постоянной и владела максимально полной информацией о буллинге.
3. В случаях совершения правонарушения несовершеннолетними подключить правоохранительные органы, а при подозрении на психическое (наркологическое) неблагополучие – психиатров и наркологов.

4. Быть готовым к случаям давления на инициативы со стороны администрации, желающей скрыть проблемы жестокого обращения в детской среде, преодолевать административные барьеры, руководствуясь действующим законодательством.

5. Иметь в виду психологически понятную позицию пострадавших детей из-за опасений еще больше ухудшить положение, «спустить всё на тормоза». Грамотно поддерживать пострадавших детей.

6. Принять экстренные меры по защите жертв от дальнейшей агрессии. Но при этом руководствоваться принципом реабилитации обидчиков в целях недопущения подобных явлений в дальнейшем.

7. В качестве методических рекомендаций по диагностике и работе с участниками буллинга можно использовать, в зависимости от профиля своей деятельности т.е. источники, которые вам покажутся наиболее подходящими и доступными.

## **5. ПОРЯДОК РАБОТЫ С ЖЕРТВАМИ И ОБИДЧИКАМИ**

Проведение беседы отдельно с каждым ребенком, пострадавшим от травли. Важно задокументировать беседу с ребенком любым доступным способом (протокол, запись на диктофон и т.д.).

### **Рекомендации по проведению интервью с детьми – участниками буллинга**

- Используйте открытые вопросы, избегайте вопросов, на которые можно дать односложный ответ;
- Если ребенок говорит фрагментарно, недостаточно подробно, можно возвращаться к тому или иному эпизоду отдельно. При этом надо избегать концентрации на самых травматических моментах;
- Дайте ребенку эмоционально отреагировать произошедшее;
- Используйте простые слова, избегайте специальных терминов, грамматически сложных вопросов;
- Избегайте вопросов «почему?»;
- Вместо местоимений используйте имена собственные и названия мест;
- Свяжите вопросы относительно времени с конкретными событиями и занятиями ребенка;
- При опросе по поводу сексуального насилия определите вместе с ребенком, как он называет различные части тела. В дальнейшем в своих вопросах используйте его обозначения. С дошкольниками и младшими школьниками можно использовать

рисуночные техники. При этом не следует интерпретировать рисунок; лучше обсудить реальные факты, задавать вопросы фактологического характера:

- Что он (ты) сделал?
- Как он (ты) себя повел?
- Как он (ты) ответил?
- Что происходило дальше?
- Кто в этом принимал участие? Как?

### **Этапы интервью**

- Подготовка: перед началом интервью необходимо собрать как можно больше информации о ситуации, ребенке и семье. Определите, кто из членов междисциплинарной команды будет проводить интервью. Подготовьте помещение. Определитесь с формой проведения интервью.

- Налаживание контакта: представьтесь, помогите ребенку преодолеть страх и стеснение. Например, предложите ему рассмотреть поближе игрушки, спросите как у него настроение, как прошел день, нравится ли ему в кабинете.

- Объяснение цели и процедуры опроса: поговорите с ребенком о цели вашей встречи, в том числе о необходимости говорить правду, в соответствии с уровнем развития ребенка. Например, с маленькими детьми необходимо выяснить, как они понимают разницу между правдой и ложью, используя понятия «хорошо» и «плохо». Предоставьте возможность ребенку в определенной мере контролировать интервью: просить перерыв, переспрашивать и т.п.

- Воссоздание обстоятельств происшествия: задайте вопросы, касающиеся обстоятельств жестокого обращения и отношения ребенка к произошедшему. Начать необходимо со свободного повествования, а когда ребенок закончит свой рассказ, нужно задать вопросы для сбора недостающей информации.

- Завершение: ответьте на все вопросы, возникшие у ребенка. Объясните ему, какими будут Ваши следующие шаги. Не давайте обещаний, которые не сможете сдержать.

Поблагодарите ребенка за участие вне зависимости от результатов интервью.

### **Рекомендации по проведению беседы с пострадавшим ребенком.**

Информация о жестоком обращении, которую необходимо собрать:

- факты насилия в отношении несовершеннолетнего и (или) пренебрежения основными нуждами ребенка со стороны родителей (законных представителей);
- продолжительность, регулярность и тяжесть жестокого обращения;
- обстоятельства выявления жестокого обращения (кто и при каких обстоятельствах обратился за помощью);

- отношение ребенка и его окружения к произошедшему;
- кто из ближайшего окружения ребенка знал о фактах жестокого обращения; если жалобы были, каков был результат, какая поддержка была оказана;
- актуальное эмоциональное и физическое состояние ребенка; считает ли ребенок, что его жизни и здоровью угрожает непосредственная опасность.

Если Вы – первый человек, кому ребенок рассказал о травле:

- сохраняйте спокойствие;
- скажите ребенку, что Вы ему верите и, что он поступил правильно, рассказав Вам о насилии;
- выслушайте его рассказ внимательно, проявите терпение, постарайтесь сдержать свои эмоции;
- скажите ребенку, что произошедшее с ним – это не его вина;
- заверьте ребенка в том, что Вы сделаете все возможное, чтобы обеспечить его безопасность.

#### **Рекомендации для проведения беседы с ребенком-агрессором.**

Цель проведения интервью с ребенком-агрессором - получение информации об обстоятельствах случая:

- Что произошло?
- О чем ты думал, когда это делал?
- Что ты думаешь об этом после, сейчас?
- На кого повлияло то, что ты сделал? Каким образом?
- Как ты считаешь, что тебе необходимо сделать, чтобы исправить ситуацию?
- Как можно сделать так, чтобы подобная ситуация не повторилась?

В работе с агрессором важно:

1. Попытаться выяснить его мотив к изменениям. Что для него важно. Для чего он будет менять свое поведение.
2. Говорить о последствиях для агрессора, а не для жертвы, так как детям агрессорам трудно сопереживать и проявлять эмпатию.
3. Задавать больше открытых вопросов (начинаются с вопросительных слов, требуют развернутого ответа, а не только «да-нет»):

- Кто там был?
- Кто что делал?
- Как это выглядело?
- Что происходило?

- Как он (ты) себя повел?
- Как он (ты) ответил?
- Что происходило дальше?
- Кто в этом принимал участие? Как?

Вместо вопроса «почему?» (заставляет ребенка оправдываться) использовать вопросы «зачем?», «чего ты хотел, когда это делал?», «с какой целью ты это делал» (проясняет мотивацию ребенка, поможет определить дальнейшие формы работы психолога с ребенком).

4. Задавать вопросы по одному, давать ребенку время на обдумывание ответа. Когда вопросов много подряд, непонятно, на какой отвечать.

5. Важно, чтобы ребенок признал, какие именно действия он совершал в отношении жертвы: «Что конкретно ты делал NN?».

Предложить ребенку письменно описать все случившееся, предпочтительно отразить это в заявлении (Приложение 2 - Форма заявления для ребенка).

а) побеседовать отдельно с каждым членом группы агрессоров и получить от них письменное изложение инцидента и предшествовавших инциденту событий или подобных случаев (помнить, что буллинг – это неоднократные конфликты или столкновения, это система, серия издевательств одних детей над другими) (Приложение 3 - Форма объяснительной для обидчика). Для объяснения происшедшего можно использовать рисуночные техники, т.е. предложить ребенку нарисовать, что конкретно происходило, кто участвовал, как это выглядело. При опросе важно уделять внимание не интерпретациям рисунка, а фактам, отраженным в рисунке.

б) объяснить каждому члену группы обидчиков, что он нарушил правила поведения, и указать меру ответственности за содеянное. Если обидчик заявил, что это была шутка, обратить его внимание при обсуждении данного случая на то, что это не смешно. Если действия обидчика прикрывались игровой формой, зафиксировать, кто ещё из детей принимал участие в такой «игре».

в) собрать группу свидетелей и предложить каждому её члену рассказать свидетелем каких ситуаций они выступали, какова была их роль в этом, каково их отношение к происшедшему, ко всем участникам буллинга.

г) составить дальнейшие планы работы со всеми участниками:

- с жертвой – план индивидуальной реабилитации в зависимости от тяжести случая буллинга;
- с обидчиками – план коррекционной работы.

- со свидетелями - план коррекционной или реабилитационной работы, в зависимости от степени вовлеченности свидетелей в буллинг и их ролей в нем. План профилактических мероприятий должен быть составлен для всей группы несовершеннолетних.

д) подготовить членов группы к встрече с остальными ребятами с целью предотвратить искажение информации при обсуждении подростками случая. Несовершеннолетних необходимо спросить: «Что вы собираетесь сказать другим ребятам, когда выйдете отсюда?».

е) поговорить с родителями или родственниками детей-обидчиков и детей-жертв, показать им письменные объяснения ребят с целью разъяснения возможных причин и последствий такого поведения со стороны несовершеннолетних, а также информирования о формах дальнейшей работы с ним;

и) пересмотреть ведение журнала происшествий с записью всех инцидентов, с письменными объяснениями детей и принятыми мерами. В журнал внести отдельный раздел о случаях буллинга и регулярно обсуждать со специалистами возникающие случаи.

л) обучить с помощью психолога детей, чаще всего попадающих в положение жертвы, методам психологической защиты.

м) обучить с помощью психолога детей-агрессоров способам контроля над гневом.

### Список рекомендуемой литературы по теме буллинга.

1. Воробьева, К. Детская агрессивность как следствие деструктивного семейного воспитания / К. Воробьева // Воспитание школьников. - 2008. - № 7. - С. 48-56.
2. Глазман, О. Л. Психологические особенности участников буллинга / О. Л. Глазман // Известия Российского государственного педагогического университета имени А.И.Герцена. - Санкт-Петербург, 2009. - № 105. - С. 159-165.
3. Журлова, И. В. Работа социального педагога с агрессивными детьми / И. В. Козлова // Сацьяльна-педагогічна работа. - 2008. - № 7. - С. 3- 8.
4. Детская подростковая психотерапия. Коллективная монография, под редакцией Дэвида Лейна и Эндрю Миллера. СПб., 2001 г.
5. Егоров А.Ю., Игумнов С.А. Расстройства поведения у подростков: клиникопсихологические аспекты. СПб., 2005 г.
6. Козлова, С. А. Анализ причин проявления агрессивности у современных дошкольников / С. А. Козлова // Современное дошкольное образование. - 2008. - № 1. - С. 62-64.
7. Кон, И. С. Что такое буллинг, как с ним бороться? / И. С. Кон // [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.sexology.narod.ru/info18.html>. - Дата доступа : 25.01.2011.
8. Кондратьев М.Ю. Социальная психология закрытых образовательных учреждений. СПб., 2005 г.
9. Князюк, О. В. Основные принципы построения коррекционной работы с агрессивными подростками / О. В. Князюк // Развитие профессиональной компетентности специалистов социально-педагогической и психологической службы :Респ. науч.-практ. конф., Гомель, 18 сент. 2008г. / ГГУ им. Ф. Скорины; редкол. Ф. В. Кадол (науч. ред.) [и др.]. - Гомель, 2008. - С. 169-172.
10. Кулганов В.А., Котова С.А. Как сохранить здоровье, работая в школе. М., 2010 г.
11. Лэйн, Д. А. Школьная травля (буллинг) / Д. А. Лэйн / [Электронныйресурс]. - Режим доступа : <http://www.zipsites.ru/psy/psyib/info.php?414>. - Дата дотупа : 25.01.2011.
12. Маланцева, О. Д. «Буллинг» в школе. Что мы можем сделать? / О. Д. Маланцева // Социальная педагогика. - 2007. - № 4. - С. 90-92.
13. Малкина-Пых, И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях: справочник практического психолога / И. Г. Малкина-Пых. - М. : Изд-во Эксмо. - 2005. - 960 с.
14. Мальцева, О. А. Профилактика жестокости и агрессивности в подростковой среде и способы ее преодоления / О. А. Мальцева // Тюменский государственный университет - 2009. - № 7. - С. 51-54.
15. Мерцалова, С. Т. Насилие в школе: что противопоставить жестокости и агрессии? / Т.Мерцалова // Директор школы. - 2000. - № 3. - С. 25-32.

16. Макларен Питер. Жизнь в школах: введение в критическую педагогику. М., 2007 г.
17. Млодик И.Ю. «Школа и как в ней выжить: взгляд гуманистического психолога». М., 2008 г.
18. Пирожков В.Ф. Законы преступного мира молодежи (криминальная субкультура). М., 1992.
19. Проблемы насилия над детьми и пути их преодоления. Коллективная монография, под ред. Волковой Е.Н. СПб., 2008 г.
20. Протокол межведомственного взаимодействия по оказанию помощи несовершеннолетним, пострадавшим от жестокого насилия. СПб., 2010.
21. Психология современного подростка. Коллективная монография, под ред. Ругуш Л.А. СПб., 2005 г.
22. Психологические особенности ориентации педагогов на личностную модель взаимодействия с детьми. Коллективная монография, под ред. Маралова В.Г. М., 2005г.
23. Хасан Б.И., Сергоманов П.А. Разрешение конфликтов и ведение переговоров: Учебное пособие. Красноярск; Москва, 2001
24. Методическая разработка. «Буллинг в детской среде как значительные изменения в жизни детей, приводящие к психическому дистрессу».
25. Профилактика жестокости и агрессивности в школьной среде и способы ее преодоления. Составлено Мальцевой О.А., к.пс.н., доцентом кафедры педагогики и андрологии ТОГИРРО.
26. Петербургское государственное учреждение социальной помощи семьям и детям «Региональный центр «Семья», Медико-психологические аспекты профилактики буллинга.
27. Ушакова, Е. Н. Буллинг - новый термин для старого явления / Е. Н. Ушакова /

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

### Форма заявления о подозрении на буллинг

Директору ОУ \_\_\_\_\_

от \_\_\_\_\_ (Ф.И.О., должность, место работы)

### ЗАЯВЛЕНИЕ

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года в \_\_\_ часов \_\_\_ минут были обнаружены (указать кем) признаки буллинга в отношении несовершеннолетнего (указать несовершеннолетнего, его местожительство, место учебы), в отношении которого неустановленными лицами (либо указать конкретных лиц, если они известны потерпевшему) были совершены действия (указать какие). Признаками, дающими основания подозревать буллинг, являются (указать конкретные признаки).

Прошу рассмотреть вопрос о привлечении к установленной законом ответственности.

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ года

\_\_\_\_\_

(должность, подпись, Ф.И.О.)

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

### Форма заявления для ребенка о случае жестокого обращения.

На имя директора

от (имя ребёнка)

Довожу до вашего сведения, что я (ФИО) число месяц, год время место, пострадал от действий (имя обидчика), описание случившегося.

Указание возможной причины и текущего эмоционального и физического состояния пострадавшего.

Число, подпись

**ПРИЛОЖЕНИЕ 3.**

**Объяснительная для ребенка-агрессора.**

На имя директора

от

имя ребёнка

Объяснительная

Я ФИО время, место, что сделал, кто пострадал, объяснение причин.

Число, подпись

