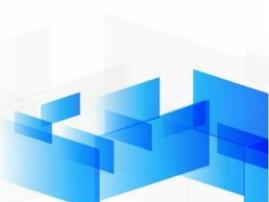




# Эффективные рекомендации и психопрактики профилактики травли среди обучающихся

Брагина Татьяна Вячеславовна

*Педагог-психолог отдела профилактики ГБУ «Центр  
диагностики и консультирования» КК*





МОСКВА, 24 июн - РИА Новости. Законопроект о профилактике травли среди детей должен быть принят до конца 2025 года в соответствии с нацпроектом "Молодежь и дети", заявил в интервью РИА Новости на ПМЭФ глава комитета Госдумы по молодежной политике Артем Метелев.

"В соответствии с нацпроектом "Молодежь и дети" он (законопроект о профилактике травли среди детей – ред.) должен быть принят до конца года", - сказал Метелев.

**РИА НОВОСТИ**

## В Госдуме назвали сроки принятия закона о профилактике травли среди детей

Депутат Метелев: закон о профилактике травли среди детей примут до конца года



По его словам, это будет пакет законопроектов, содержащий четыре инициативы. С точки зрения содержания они будут направлены на построение системы профилактики травли и ответственности за нее.

"Первое: школы должны фиксировать у себя факт травли, то есть мы должны поменять парадигму, когда школа замалчивает сегодня факты травли... В каждой школе комиссия по урегулированию споров будет функционировать. Когда возникают случаи травли, школа сначала сама должна своими силами с участием и детей, и старшеклассников, и педагога-психолога решить эту проблему. Если факт травли произошел, то в отношении детей, кто пострадал, и агрессора, и так называемых свидетелей, оказывается им педагогическая, социально - психологическая помощь", - пояснил Метелев.

Согласно проекту, в образовательный процесс будут внедрены "антибуллинговые мероприятия, то есть уроки, фильмы, командообразующие тренинги и другое, что будет способствовать недопущению случаев травли".



В новом законопроекте будет дано определение понятию "травля". По словам депутата Артема Метелева, под ней будут понимать **систематические действия (три и более раза)**, которые привели к физической или психологической травме, умалению достоинства посредством агрессии или иных действий.

Также появится категория **"организатора травли"**. "Сегодня из-за того, что нет субъекта - организатора травли - в отношении этих детей практически ничего нельзя сделать, особенно если они младше 14 лет", - подчеркнул Артем Метелев. По его словам, с агрессорами планируют проводить индивидуальную профилактическую работу.



## Какие виды ответственности за буллинг есть уже сейчас?

### Гражданско-правовая

В ГК РФ существует ряд статей, предполагающих возмещение вреда, причиненного оскорблением, клеветой, распространением ложных сведений, порочащих честь, достоинство и деловую репутацию человека.

Ст. 152 ГК РФ предполагает, что лицо, распространившее такие сведения, обязано их публично опровергнуть. Ст. 151 ГК РФ гласит, что если такое распространение сведений причинило ущерб, он должен быть возмещен виновным лицом.

### Административная ответственность за буллинг

Отдельной статьи КоАП именно за травлю в школе нет, однако такие действия подпадают под ст. 5.61, 20.1 КоАП РФ - оскорбление, мелкое хулиганство. Всё зависит от особенностей действий, которые составляют объективную сторону буллинга в каждом конкретном случае.

### Уголовная ответственность за буллинг

Причинение вреда здоровью: в зависимости от наступивших последствий это может быть ст. 111, 112, 113, 115, 116 или 117 УК РФ. Более вероятно применение последней статьи 117 УК РФ, т.к. именно здесь имеет место систематическое причинение физических или психических страданий несовершеннолетнему лицу. Наказание серьёзное - лишение свободы.



# Проблемы института семьи



Социокультурный разрыв



*Низкий уровень психолого-  
педагогической  
компетентности родителей*



*Рост агрессии в семье*



*Снижается  
значимость  
института семьи*





# Буллинг является именно психологическим насилием!



## Социальное насилие

- *деструктивные взаимоотношения между участниками образовательного процесса, строящиеся на применении силы и на грубом принуждении*

## Психологическое насилие

- *отторжение;*
- *игнорирование;*
- *запугивание;*
- *применение угроз;*
- *подрыв чувства собственного достоинства и т.д.*

## Буллинг (от англ. **bullying**) (как форма психологического социального насилия)

- это особый вид насилия, проявляющийся в виде агрессивного преследования одного из членов коллектива со стороны остальных членов коллектива (или его части), отличающейся систематичностью и регулярностью



**Также важно понимать разницу между **КОНФЛИКТОМ** и **БУЛЛИНГОМ**.**

**Конфликт** - это столкновение двух или более субъектов, противостояние, вызванное несовместимостью, противоположностью их потребностей, интересов, знаний или системы ценностей.

**Важно в контексте данной темы знать, что такое **моббинг!****

**Буллинг отличается от **МОББИНГА**** тем, что в роли преследователя выступает не весь класс, а конкретный ученик или группа учеников, которые имеют авторитет.

В конце XX века в зарубежной литературе появился термин «буллинг», как травля одних учеников другими.



*Как думаете, существовал ли буллинг до конца XX века?*



## Признаки буллинга

- дискредитация жертвы в глазах остальных
- буллер манипулирует другими
- ~~- буллер не осознает, что делает~~  
**умышленный характер буллера**
- буллер негативно реагирует на действия жертвы

## Участники буллинга

*Агрессор*



*Жертва*

*Свидетели*



# **Эмоциональное насилие**

**(как разновидность буллинга, также входящей в  
состав психологического насилия)**

- *присвоение оскорбительных кличек*
- *бесконечные замечания*
- *принижение*
- *предвзятое отношение на основании пола,  
национальности, внешности, особенностей  
здоровья*
- *унизительные надписи на доске, записки*

# Физическое насилие

- *применение физической силы (избиения, удары, подзатыльники, шлепки и т.д.)*
- *может использоваться оружие*



# Притеснения сексуального характера

- *нежелательные прикосновения*
- *сексуальные намеки или комментарии*
- *обнажение, демонстрация фотографий порнографического характера*
- *предложение вступить в сексуальные отношения*

# Экономическое насилие

- *вымогательство*
- *порча имущества*
- *предмет вымогательства – деньги, обеды, завтраки, дорогие вещи*
- *принуждение к совершению хищения чужого имущества*

# Виды насилия в интернете

## Флейминг

разжигание спора, **публичные оскорблении** и эмоциональный обмен репликами в интернете между участниками в равных позициях.

## Троллинг

размещение в интернете **провокационных сообщений** с целью вызвать негативную эмоциональную реакцию или конфликты между участниками.

## Хейтинг

**негативные комментарии** и сообщения, иррациональная критика в адрес конкретного человека или явления, часто без обоснования своей позиции.

## Киберсталкинг

использование электронных средств для **преследования жертвы** через повторяющиеся сообщения, вызывающие тревогу и раздражение.

## Кибербуллинг

это вид травли с применением интернет-технологий, включающий **оскорблении, угрозы, клевету, компромат и шантаж, с использованием личных сообщений.**

## Груминг

это установление взрослыми дружеских **отношений с детьми** через Интернет для вступления с ними в **интимную связь, запугивания и шантажа.**

АиФ.ru провел опрос с детьми, которые стали жертвами кибербуллинга.

## Валерия

... Мой лучший друг отвернулся от меня, поверив рассказам о том, что я осуждаю его за спиной. Затем он начал встречаться с той девушкой, которая специально нас поссорила. Мне было плохо морально. Дальше началось самое «веселое». На сайт, на котором был мой профиль, мне стали приходить десятки анонимных сообщений: «У тебя никогда не будет друзей, мужа, семьи. Ты лживая, страшная, никому не нужная». Потом я узнала, что все сообщения были написаны моим бывшим лучшим другом и его девушкой. После очередного сообщения (с текстом «Ты настоящая сволочь») я сломалась. Внутренняя боль стала невыносимой, я даже не помню, как сделала надрез на руке. После этого случая меня отгородили от интернета, забрали пароли от всех сайтов, записали к психологу. Однако полностью оправиться от этой истории я не могу до сих пор.

## ФАКТОРЫ, ПОВЫШАЮЩИЕ РИСК РАСПРОСТРАНЕНИЯ ТРАВЛИ В ШКОЛЬНОЙ СРЕДЕ

### Со стороны детей

- **Заниженная самооценка** и притупленное чувство самосохранения у ребенка
- **Личностные характеристики учащегося** (агрессивность, высокая импульсивность; сложности контроля собственных эмоций и т.д.)
- **Неумение выстраивать контакты** с другими детьми, основанные на дружбе и сотрудничестве (бывает, что при помощи постоянного проявления силы некоторые дети пытаются дружить с другими)
- **Желание доминировать** над другими, добиться определенного статуса в группе и его поддерживать
- **Опыт пребывания в ситуациях**, когда близкие люди жестко демонстрируют собственную власть по отношению к тем, кто слабее их по каким-то признакам (например, когда отец в семье жестко контролирует мать, которая от него зависит финансово, та, в свою очередь, проявляет излишнюю жестокость в воспитании детей, кричит на них и т.д.)
- **Предшествующий опыт** поведения школьников, включающий в себя проявления собственной агрессивности
- **Прогулы и слабая успеваемость в школе**

## ФАКТОРЫ, ПОВЫШАЮЩИЕ РИСК РАСПРОСТРАНЕНИЯ ТРАВЛИ В ШКОЛЬНОЙ СРЕДЕ

### Со стороны взрослых

- Унижения ученика, который не успевает/преуспевает в учебе или уязвим в других отношениях
- Неготовность преподавателей противостоять травле в школе и заниматься ее профилактикой
- В такой ситуации у учеников складывается представление о том, что, с точки зрения взрослых, **травля в школе — это нечто допустимое**, потому что как минимум они не могут с ней справиться, или же закрывают на нее глаза
- Внутрисемейные конфликты, гиперопека или равнодушие со стороны родителей
- Завышенные требования к успеваемости, которые не всегда соответствуют способностям и возможностям ребенка
- Отсутствие контроля со стороны сотрудников школы за поведением учащихся на переменах

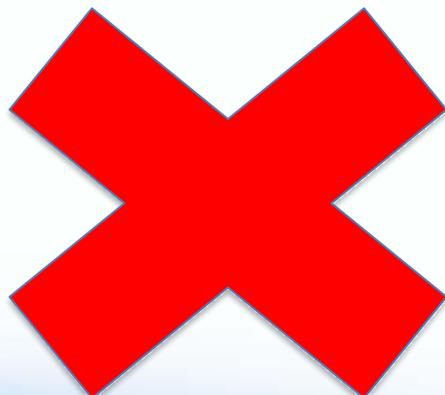
# Кибербуллинг

## Рекомендации родителям

- 1) быть в курсе, какие сайты посещает подросток;
- 2) хорошо, чтобы ребенок «дружил» с вами в соцсетях;
- 3) договориться с ребенком, что он сразу же расскажет вам о травле в Интернете по отношению к себе;
- 4) учить детей осознанно вести себя в соцсетях;
- 5) учить детей не делиться ни с кем паролями (исключение - родители);
- 6) не отвечать на оскорбительные сообщения и не пересылать их;
- 7) делать скриншоты, оставлять доказательства того, что нападение имело место;
- 8) блокировать того пользователя, от которого исходят оскорбительные сообщения;
- 9) сообщать провайдеру или руководству соцсети или сайта о том, что правила их сервиса нарушаются (в случае с кибербуллингом это почти всегда так).

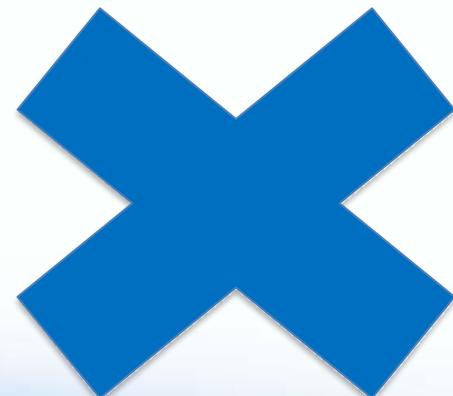
# ОШИБКИ ВЗРОСЛЫХ

*Думать и ждать, что  
все само пройдет*



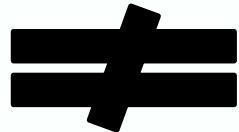
# ОШИБКИ ВЗРОСЛЫХ

*Искать причины и объяснения,  
из-за чего возникает травля*



# ОШИБКИ ВЗРОСЛЫХ

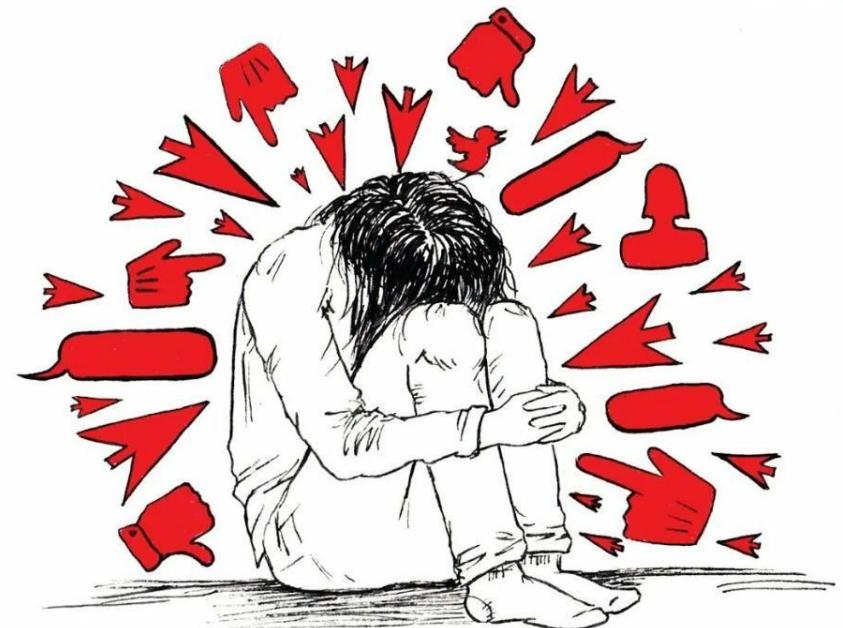
Травля



непопулярность

# ОШИБКИ ВЗРОСЛЫХ

*Травля – это  
проблема жертвы*



# ОШИБКИ ВЗРОСЛЫХ

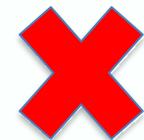
*Травля – это не проблема  
группы!*



## ОШИБКИ ВЗРОСЛЫХ



*Пытаться объяснить  
агрессорам, как жертве плохо  
и призывать  
посочувствовать!*



## ОШИБКИ ВЗРОСЛЫХ

*Принимать правила игры!  
Думать, что буллинг - это  
«норма» среди подростков!*



# Диагностика буллинга среди подростков

1. Методика «Буллинг-структура».
2. Методика «Социометрия» (Дж. Морено).
3. Методика А.Н. Лутошкина «Какой у нас коллектив».
4. Определение индекса групповой сплоченности К.Э. Сишора.
5. Тест Айзенка (темперамент).
6. Кинетический рисунок семьи.
7. Рисуночный тест «Дом – дерево – человек».
8. Тест тревожности Филлипса.

# ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Должен быть взрослый, кто поможет разобраться с проблемой!



## ЧТО ДЕЛАТЬ?

2. Не бояться  
говорить подросткам,  
что происходящее  
является насилием!



# ЧТО ДЕЛАТЬ?

3. Говорить, что это  
проблема всей  
группы/всего класса!



## ЧТО ДЕЛАТЬ?

**4. Сформировать  
вместе новые  
правила!**

*Пусть даже каждый поставит свою  
подпись под этими правилами.*



## ЧТО ДЕЛАТЬ?

5. Поддерживать  
новые позитивные  
изменения



# ЧТО ДЕЛАТЬ?

6. Выявлять  
ценность каждого в  
группе





# Алгоритмы деятельности педагога-психолога по оказанию психологической помощи участникам образовательных отношений



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
(МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ)

Департамент государственной  
политики в сфере защиты прав  
детей

Люсиновская ул., д. 51, Москва, 115093  
Тел. (495) 587-01-10, доб. 3450  
E-mail: d07@edu.gov.ru

10.04.2025 № 07-1613

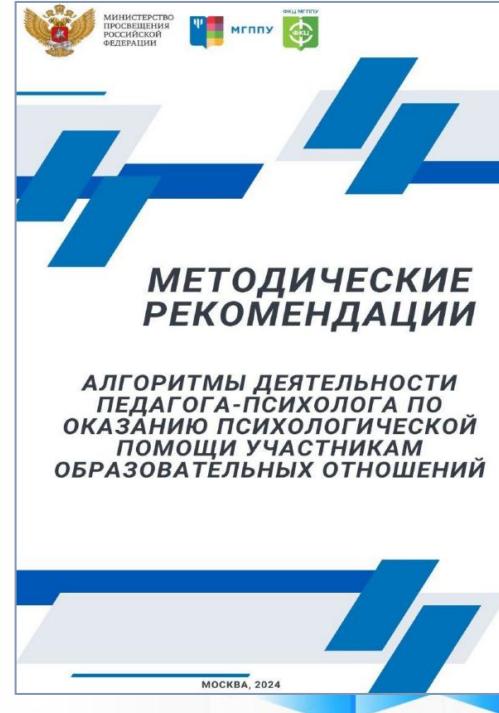
О методических рекомендациях

Департамент государственной политики в сфере защиты прав детей Минпросвещения России (далее – Департамент) информирует, что с целью организации и эффективного оказания психологической помощи участникам образовательных отношений Федеральным координационным центром по обеспечению развития психолого-педагогической помощи в системе образования Российской Федерации федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Московский государственный психолого-педагогический университет» в 2024 году разработаны методические рекомендации «Алгоритмы деятельности педагога-психолога (психолога в сфере образования) по оказанию психологической помощи участникам образовательных отношений» (далее соответственно – методические рекомендации, Материалы).

Методические рекомендации содержат алгоритмы действий педагога-психолога (психолога в сфере образования) в случае выявления суицидального риска и совершения суицидальных действий обучающимся

помощи, позволяют снизить психоэмоциональное напряжение специалиста, оказывающего помощь, и организовать целенаправленную и последовательную деятельность в сложных ситуациях

- Алгоритмы действий педагога-психолога в случае выявления суицидального риска и совершения суицидальных действий обучающимся
- Алгоритмы организации психолого-педагогического сопровождения участников образовательных отношений в ситуации травли в образовательной среде
- Алгоритм действий педагога-психолога в ситуации гибели близких и родственников обучающегося



## **2.4. Алгоритм действий педагога-психолога в случае выявления в образовательной организации травли среди обучающихся**

**2.4.1.** Направления деятельности педагога-психолога в случае выявления травли среди обучающихся: – профилактическая работа, направленная на предотвращение случаев дальнейшего распространения и развития травли в образовательной организации; – проведение психологической диагностики, позволяющей определить факторы риска вовлечения обучающихся в травлю и ресурсы ее преодоления; – сопровождение случая травли в случае ее выявления; – организация индивидуальной и групповой работы с обучающимися.

**2.4.2.** Деятельность педагога-психолога строится на принципах немедленного реагирования, работы в педагогическом коллективе, обязательной профилактики явления.

**2.4.3.** При установлении факта либо подозрении о существовании ситуации травли среди обучающихся педагог-психолог сообщает о сложившейся ситуации представителю администрации образовательной организации или участнику Рабочей группы в установленном порядке.

**2.4.4.** Педагог-психолог при выявлении травли в образовательной организации консультирует классного руководителя, социального педагога, представителей администрации образовательной организации, советника по воспитанию по вопросам психолого-педагогического сопровождения участников травли, конструктивного поведения участников образовательных отношений в ситуации травли, безопасного эмоционального реагирования, организации психологически безопасной образовательной среды; проводит, при необходимости, кризисное консультирование.

**2.4.5.** Профилактическая работа педагога-психолога по предотвращению случаев травли в образовательной организации.

Профилактическая работа педагога-психолога выстраивается на трех уровнях:

- первичная профилактика – направлена на позитивную социальную адаптацию обучающихся, обеспечение психологической безопасности образовательной среды и профилактику социально-психологической дезадаптации обучающихся;
- вторичная профилактика – включает в себя систему мер психолого-педагогической поддержки обучающихся группы повышенного риска, направленной на устранение факторов риска травли и предупреждение перехода факторов риска в дезадаптацию;
- третичная профилактика – организованное психолого-педагогическое сопровождение, направленное на предотвращение ситуации травли, возможности ее возобновления и восстановления благоприятного социально-психологического климата в образовательной среде.

2.4.6. Педагог-психолог в случае выявления факта травли организует свою работу в соответствии со следующими этапами:

**Подготовительный этап** включает проведение анализа и уточнение информации, полученной из обращения участников образовательных отношений или выявленных фактов травли. На основе полученных данных разрабатываются совместные с педагогическими работниками психокоррекционные мероприятия, а также психолого-педагогические мероприятия для участников травли. Данные мероприятия включаются в разрабатываемый Рабочей группой план профилактической работы.

**Основной этап** включает в себя действия педагога-психолога, направленные на коррекцию социально-психологического климата, оказание психологической помощи пострадавшим участникам травли.

**Завершающий этап.** После снятия острых кризисных состояний у участников травли педагог-психолог планирует проведение мероприятий (в том числе, совместно с педагогическими работниками), направленных на формирование благоприятного социально-психологического климата и умения распознавать признаки травли всеми участниками образовательных отношений.

# Эффективные упражнения

I. Обсуждение проблемы напрямую и через просмотр фильмов (мультфильмов).

С подростками

«Повелитель мух»



«Чучело»



С младшими школьниками

«Гадкий утенок»



# Эффективные упражнения

## *II. Арт-терапия:*

упражнение «Мои эмоции»: участники разбиваются на пары, им выдается большой ватман, который делится мысленно пополам. Каждый подросток должен нарисовать на своей половине «Мои эмоции сейчас», но этот ватман необходимо закрыть так, чтобы участники не видели, кто и что рисует. После того как они закончат рисовать, нужно убрать ширму, взглянуть на два получившихся рисунка на одном ватмане и обсудить, что они видят, что чувствуют, когда два разных рисунка находятся на одном листе. Данное упражнение способствует более глубокому осознанию, что человек, находящийся рядом с тобой, может переживать совершенно другие эмоции, отличные от тебя, поэтому общение и дружба всегда предполагают понимание состояния другого;

упражнение «Совместный рисунок»: участники разбиваются на пары, им предлагается нарисовать на одном ватмане совместный рисунок на свободную тему. Данное упражнение учит подростков уметь договариваться, продумывать вместе различные идеи, воплощать задуманное и в то же время выстраивать границы.

# Эффективные упражнения

## III. Упражнения на коммуникацию

упражнение «Умение слушать»<sup>1</sup>. Участники делятся на пары. В каждой паре участники должны за 5 минут рассказать другому о себе на заданную психологом тему (откуда родом, про свою семью, о своем хобби, о последнем просмотренном фильме, о последней прочитанной книге и т.д.). Психолог объединяет пары в четверки и просит каждого участника рассказать о том, что он узнал о партнере, другой паре. При этом партнер молчит и никак не исправляет того, что о нем говорят. В заключении проводится обсуждение: все ли рассказали или были потери информации?

- упражнение «Такси»<sup>1</sup>. Участники разбиваются на пары и получают следующую инструкцию: «Вы выходите поздно вечером из кинотеатра и вам необходимо как можно быстрее уехать. Вы видите, как в нескольких метрах от вас останавливается такси и водитель приоткрывает дверцу, чтобы пригласить пассажира. Вы подходите к такси одновременно с другим человеком (это ваш партнер по игре). Ему тоже срочно нужно ехать, но в другую сторону. Вам нужно решить, кто из вас поедет на этом такси. У вас есть 5 минут, чтобы убедить партнера, что вам такси нужнее».

Вопросы для обсуждения: 1. Кто победил в вашей паре? 2. Как победителю удалось убедить партнера, что такси нужнее именно ему? 3. Можно ли обобщить этот опыт? Какие методы убеждения были использованы?

# Эффективные упражнения

## *III. Упражнения на коммуникацию*

упражнение «Знаменитости»<sup>2</sup>. Участники распределяются по парам. Каждому на спину прикрепляется листок бумаги с именем знаменитости (певца, политика и т. д.). После этого группа получает следующую инструкцию: «У вас на спине прикреплен листок бумаги с именем знаменитости. Вам нужно, не снимая и не читая, что у вас там написано, угадать, о ком идет речь. Вы не можете сами посмотреть написанное имя, но это может сделать ваш партнер. Ваша задача — узнать у него это имя, задавая ему вопросы, на которые можно ответить «да» или «нет», например: «Это женщина?», «Это политик?» и т.д. Нельзя задавать никаких других вопросов, кроме вопросов, на которые можно ответить «да» и «нет»;



## КЕЙС 1

Группа школьниц 8 «Б» (Татьяна, Елена, Ольга) из неблагополучных семей, с октября месяца еженедельно после уроков поджидала на спортивной площадке школьного двора Иванову Иру, ученицу 7 «В» класса. Они вымогали у нее деньги, угрожали физической расправой над ней и ее младшей сестренкой в случае неповиновения.

В течение трех месяцев родители Ирины заметили изменения в поведении дочери: Ирина стала замкнутой, пугливой, появились пропуски уроков, преимущественно стоящие в расписании последними.

Однажды, в начале декабря, Ирина вернулась домой на 1,5 часа позже обычного, в порванной куртке, сильно избитая. На вопросы матери долго не отвечала, только плакала. Затем рассказала, что ее избила группа школьниц 8 класса, так как у нее не оказалось требуемой вымогательницами суммы.

На следующее утро мама Ирины пошла к директору школы.



## КЕЙС 1



Вопросы:

1. Кем из педагогов и какая помощь будет оказана Ивановой Ирине («жертве»), родителям Ирины? К каким выводам должна прийти Ира и ее родители в процессе получения психолого-педагогической помощи?
2. Кем из педагогов и какая помощь будет оказана Татьяне, Елене, Ольге («обидчики») и их родителям? К каким выводам должны прийти «обидчики» и их родители в процессе получения психолого-педагогической помощи?
3. Цели и содержание работы с классными коллективами 8 «Б» и 7 «В» по формированию общественного мнения к фактам насилия?
4. Составьте перечень вопросов для обсуждения с учащимися 8 «Б» художественного фильма «Чучело» после его просмотра, с учетом того, что в данном классе обучаются «свидетели» и «обидчики» инцидента.
5. Составьте перечень вопросов для обсуждения с учащимися 7 «В» художественного фильма «Чучело» после его просмотра, с учетом того, что в данном классе обучаются «свидетели» и «жертва» инцидента.
6. Какие аспекты пресечения и предотвращения случаев жестокого обращения должны быть обсуждены на родительских собраниях 8 «Б», 7 «В» и других классах?



«Буллинг — это болезнь не жертвы, а коллектива. Лечить нужно всю группу, а не одного человека».

«Когда есть авторитетный взрослый, который не приемлет агрессивного поведения, насилия в детском коллективе не будет!!!»

***Благодарим за внимание!***



сайт учреждения: [cdik-center.ru](http://cdik-center.ru)

адрес электронной почты: [diagn.prof@bk.ru](mailto:diagn.prof@bk.ru)

контактный телефон отдела профилактики: 8 (861) 992-66-73



**Государственное бюджетное учреждение,  
осуществляющее психолого-педагогическую  
и медико-социальную помощь  
«Центр диагностики и консультирования»  
Краснодарского края**

