

Центр "Перекресток"



Бочавер Александра

Психолог, руководитель лаборатории социально-психологических проблем взросления в Центре "Перекресток", кандидат психологических наук. В 2004 году окончила факультет психологического консультирования МГППУ, в 2010 году защитила диссертацию на тему «Метафора как способ внутренней репрезентации жизненного пути личности».



Женодарова Елена

Руководитель школьного отдела центра "Перекресток", психолог, нарративный практик, медиатор, ведущая восстановительных программ.

Закончила Московский технический университет связи и информатики (экономический факультет), Московский открытый социальный университет (факультет психологии), Институт групповой и семейной терапии, Центр нарративной психологии и практики.



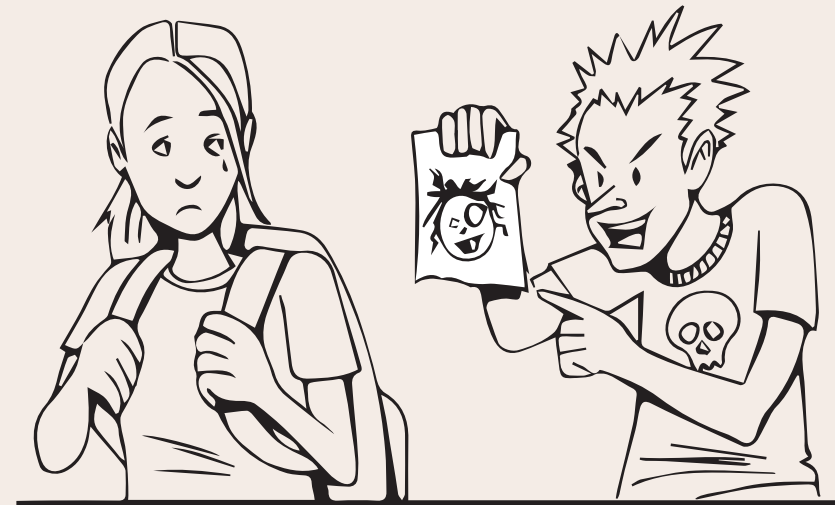
Хломов Кирилл

Руководитель Центра "Перекресток", кандидат психологических наук. Психотерапевт, психолог, медицинский психолог, сертифицированный гештальт терапевт.

Закончил МГУ им. М.В. Ломоносова, ф-т психологии, Московский Гештальт Институт. Ведущий тренинговых программ в областях работы с подростками, работы с волонтерами, работы с командами и трудовыми коллективами (сопровождение изменений), коммуникативных навыков, самоменеджмента, социального проектирования.

Ведущий психотерапевтических групп для подростков и взрослых.

Методические рекомендации по снижению частоты ситуаций буллинга в школе для учителей и других специалистов, работающих в школах



А.А.Бочавер
Е.Д.Женодарова
К.Д.Хломов

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

Центр социально-психологической адаптации
и развития подростков "Перекресток"

Данные рекомендации были разработаны сотрудниками Центра «Перекресток» в рамках выполнения научно-исследовательской работы на тему «Изучение установок и методов разрешения ситуаций школьного буллинга», проведенной в результате выполнения государственного задания Департамента образования города Москвы ГБОУ ВПО «Московский городской психолого-педагогический университет» в 2013 году.

Центр социально-психологической адаптации и развития подростков

////////////////////// «ПЕРЕКРЕСТОК» ////////////////////////

**предлагает различные программы для подростков,
их родителей, школ и других организаций:**

Для подростков:

- подростковый клуб «Территория свободного общения»
- мастерские
- словесные ролевые игры
- походы (пешие и байдарочные)
- психологические группы

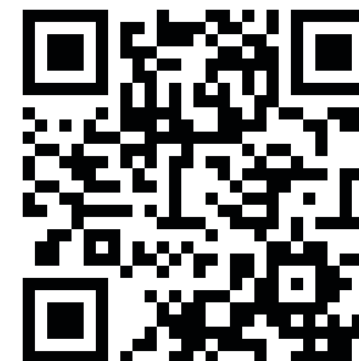
Для семей:

- индивидуальное и семейное психологическое консультирование
- детско-родительский тренинг
- семейная игротека выходного дня
- работа с конфликтными ситуациями в семье
- посредничество между семьей и социальными институтами в конфликтных и иных сложных ситуациях

Для организаций:

- системное социально-психологическое сопровождение подростка и его семьи по запросу учреждений (школы, колледжи, КДНиЗП)
- тематические тренинги (командообразование, развитие жизненных навыков, тренинги эффективного общения и т.д.)
- программы по профилактике социально-психологической дезадаптации в школах (для учащихся, родителей и педагогов)
- создание и сопровождение школьной службы примирения
- выездной «Родительский клуб»
- сопровождение подростков, совершивших правонарушение
- медиация
- организация и проведение программ по заглаживанию вреда
- мастерские для специалистов по социально-психологической работе с семьей

<http://www.perekrestok.info/>
119146, РФ, г. Москва, Фрунзенская наб., д.36/2
Телефон: +7 (495) 609-17-72
Электронная почта: mail@perekrestok.info



Аннотация

Методические рекомендации адресованы психологам, социальным педагогам, учителям, администраторам учреждений общего и специального образования, которые сталкиваются в своей работе с ситуациями школьной травли (буллинга).

Оглавление

Пояснительная записка	3
Что такое буллинг?	4
Как влияет буллинг?	5
Что лежит за буллингом?	7
Как воспринимают буллинг?	8
Как остановить буллинг?	12
Как предупреждать буллинг?	16
Рекомендуемая литература	20

Пояснительная записка

Целью методических рекомендаций является знакомство специалистов образовательных учреждений с понятием буллинга как отдельного социально-психологического феномена и с его психологическими последствиями для всех участников. Рассматриваются причины буллинга. Обсуждаются распространенные установки насчет буллинга. Далее рассматриваются подходы и принципы к прекращению и предупреждению буллинга. В результате работы с методическими рекомендациями специалист сможет осознанно распознавать ситуации буллинга, конструктивно на них реагировать и грамотно проектировать систему профилактических мер в классе или в школе.

Что такое буллинг?

Почти в каждом образовательном учреждении периодически происходят ситуации, связанные с тем, что одни дети целенаправленно преследуют и обижают других. Мы говорим не о конфликтах между детьми, в которых иногда выигрывает один, а иногда другой. Мы говорим о ситуациях, когда распределение ролей устойчиво, и кто-то один устойчиво остается преследователем, а кто-то другой – тем, кого преследуют. Особенно для нас имеют значение ситуации, которые регулярно повторяются с одними и теми же участниками.

Мы можем говорить о *школьном буллинге*, или о *школьной травле*, когда имеет место преднамеренное агрессивное поведение одних детей в отношении других, включающее неравенство власти или силы. Иногда такое неравенство может быть обусловлено различием в физической силе между детьми. Часто оно характеризуется разницей в социальной власти или статусе (ребенок с более высоким статусом может лучше учиться, иметь больше друзей и соратников, иметь более богатых или имеющих больше власти родителей, и т.п.). Обычно о травле говорят, когда имеет место систематическое повторение похожих ситуаций с насилием по отношению к одним и тем же детям. Помимо ребенка/детей, которые преследуют, и ребенка, которого преследуют, почти всегда присутствует большая группа детей – свидетелей происходящего, которые могут присоединяться (активно или неактивно, через поступки, улыбки, внимание) к тем, кто преследует или к тем, кого преследуют.

Бывает *прямая травля*: это ситуации, когда ребенка бьют, пинают, обзывают, дразнят, дают обидные прозвища, портят вещи, отбирают деньги, заставляют делать что-то, чего ребенок делать не хочет. Бывает, кроме того, *косвенная травля*: она

включает в себя распространение слухов и сплетен, социальное исключение и изоляцию (когда с ребенком никто не общается, не приглашает в игру, не выбирает в команду), избегание, манипуляцию дружбой («Если ты дружишь с ней – мы с тобой не друзья»). Помимо этого могут использоваться сексуально-окрашенные комментарии и жестикуляция, угрозы, прозвища, связанные с расой или этносом ребенка.

Ситуации косвенной травли обнаружить довольно сложно, поскольку и преследователи - инициаторы травли, и жертвы, и свидетели часто стремятся оставить ее в секрете.

Как влияет буллинг?

Исследования показывают, что ни для кого из тех, кто сталкивается с ситуациями травли, это не проходит бесследно.

Дети, которых систематически обижают, преследуют, игнорируют, испытывают много сложностей с физическим и психическим здоровьем, благополучием и учебной успеваемостью. У них в три раза чаще по сравнению со сверстниками встречаются симптомы тревожных и депрессивных расстройств, апатия, головные боли и энурез. Результаты исследования данной проблемы говорят о возможности заболевания у детей, подвергающихся травле, опорно-двигательного аппарата. Они чаще совершают попытки суицида, причем с суицидальными мыслями и намерениями более тесно связана косвенная (исключение из сообщества, распространение слухов и т.п.), чем прямая, физическая или словесная травля. В целом дети, которых часто дразнят, обижают или игнорируют, начинают представлять мир как полный опасностей, а себя – как неспособного повлиять на происходящее. Это заставляет ребенка чувствовать себя несчаст-

ным и никчемным, и способствует появлению тревожных и депрессивных расстройств.

Дети, которые занимают роль преследователей, часто присваивают агрессивный и неуважительный способ поведения с другими людьми и пренебрежение правилами как основной. В результате у них часто отмечаются различные формы антисоциального, криминального и девиантного поведения, включая драки, воровство, вандализм, хранение оружия, прогулы школы и низкие учебные достижения; они чаще употребляют алкоголь и курят. Исследования показали, что их самооценка имеет среднестатистический показатель или немного ниже. Разрыв между актуальной самооценкой и “желаемым Я” больше чем у других. И прежде всего это несоответствие проявляется в сфере доминантности: они считают себя влиятельными, но хотят занять более высокое положение. Эти дети в большей степени подвержены депрессии, чем “нейтральные” ученики и чаще “нейтральных” учеников задумываются о суициде. Учебные успехи у мальчиков, занимающихся травлей, несколько ниже среднестатистических показателей у мальчиков. Тенденция с годами укрепляется. Эти данные скорее говорят о том, что преследователи безразличны к учебе. Среди девочек же, занимающихся травлей, наблюдается противоположная тенденция.

Дети, которые занимают роль «преследователей/жертв», «провоцирующих жертв» чередуют оба способа поведения, таких детей мало, но с ними наиболее сложно работать учителям и они наименее популярны у детей. Именно они показывают самый высокий уровень суицидов и аутоагрессивного поведения.

Дети, которые являются свидетелями травли, ощущают небезопасность среды; они испытывают страх, беспомощность, стыд за свое бездействие, и одновременно чувствуют желание присоединиться к гонениям. Если взрослые ничего не делают

для прекращения травли, это ведет к тому, что у свидетелей снижается способность к сочувствию, они привыкают к своей пассивности, что ведет дальше к ухудшению социального климата в классе, школе, семье и сообществе. Это, в свою очередь, способствует росту в обществе молчаливого большинства, которое не выражает активно свою позицию, не реагирует на события, связанные с насилием, и готово встретиться с такой же агрессией в свой адрес.

Кроме того, отношения, построенные на травле в классе, негативно влияют на учебный процесс: они отвлекают на себя внимание детей, мешая им учиться; они портят психологический климат в классе, не давая сотрудничать и решать учебные задачи совместно. Если учитель по каким-то причинам не пресекает такие ситуации, они способствуют тому, что учитель чувствует свою беспомощность, бессилие, некомпетентность, неэффективность, у него растет напряжение и падает рабочая мотивация, в результате повышается вероятность его профессионального выгорания и ухода из профессии или прекращения эффективно выполнения своих профессиональных обязанностей.

Можно сделать вывод, что ситуации травли не являются нормой, вызывают множество серьезных негативных последствий и нуждаются в том, чтобы на них обращали внимание, обсуждали, прекращали и по возможности предупреждали.

Что лежит за буллингом?

Систематические агрессивные поступки, направленные на повышение статуса одного участника и понижение другого, выполняют задачу упорядочения статусов, выстраивания иерархической системы в коллективе. Необходимость этого сигнали-

зирует о том, что в группе высок уровень тревоги и неопределенности, участники не понимают своего места в группе и готовы таким жестоким способом добиваться определенности.

Школа является изначально конкурентной средой, в которой сравнение детей по успехам в обучении и выстраивание определенной иерархии происходит всегда, что, конечно, служит источником тревоги и агрессии у детей. Для того, чтобы эти переживания были не так сильны, и психологический климат в классе был благополучным, необходимо, чтобы у каждого ребенка был опыт успешности и переживания себя в статусе эффективного, компетентного и уверенного в себе. Выделение учителем отчетливых лидеров и явно неуспешных детей способствует оформлению жесткой иерархической структуры в классе, в которой будут устойчиво использоваться методы травли для поддержания этой структуры. Организация обучения таким образом, чтобы все дети имели возможность показать свои сильные стороны (ум, догадливость, память, готовность к взаимопомощи, изобретательность, чувство юмора, дружелюбие, физическую форму, отдельные навыки и т.п.) дает возможность детям чувствовать уверенность в себе и свою ценность, обходясь без травли другого.

Как воспринимают буллинг?

Буллинг – очень распространенное явление, практически каждый человек, учившийся в школе, может вспомнить примеры преследования одних детей другими. Существует ряд очень распространенных установок, которые зачастую воспринимаются как обычные, естественные и вполне безобидные. Однако важно представлять, какие идеи лежат за трансляцией таких установок, к чему может приводить такая позиция.

1. Травля является, и всегда будет оставаться, нормальной составляющей взросления.

Как мы уже писали, для всех участников травля не проходит бесследно, они сталкиваются с рядом негативных психологических последствий. Как и другие формы насилия, травля не является нормой. Согласие с точкой зрения о том, что это норма, усиливает травматизацию преследуемого ребенка, поддерживает агрессивность преследователя, показывает одобрение со стороны учителя такой формы отношений.

2. Учителям легко разобраться, кто в классе обидчик, а кто – жертва травли.

Действительно, учителя быстро замечают наиболее заметные признаки травли, связанные с физической (удары, пинки и т.п.) и словесной (обзывание, грубости) агрессией. Менее заметные косвенные формы травли не бросаются в глаза, о них можно узнать только от участников или случайно, и важно обращать внимание на косвенные признаки – присутствие одиноких, ни с кем не общающихся в классе детей, наличие группировок, постоянно подавленное настроение у кого-то из детей, слезы, необъяснимые перемены настроения, отсутствие желания ходить в школу, внезапное падение интереса к учебе и др.

3. Есть такие дети, которых обязательно будут травить, в какой бы социальной группе они ни оказались.

Такая позиция поддерживает выстраивание отношений на неравенстве власти и не признает других способов выстраивания отношений. Таким образом поддерживается агрессивность «большинства» в отвержении кого-то, кто оказался в меньшинстве и не может постоять за себя. Агрессор

получает поддержку в своей агрессивности, а тот ребенок, которого преследуют, оказывается снова отверженным, и, более того, такое послание подразумевает, что опыт отвержения будет сопутствовать ему всегда. На самом деле травля является характеристикой не ребенка, а коллектива.

4. Травля происходит в любой социальной группе.

Травля происходит обычно в той группе, куда участники попали недобровольно или случайно, без возможности выбора и выхода из нее по собственному желанию. Вероятность травли сильно снижается, когда формирование группы происходит с опорой на интересы, потребности и индивидуальные особенности участников. Поэтому поиск общности между детьми, искусственно объединенными в одну группу (по возрастному признаку), формирование общих интересов, активное включение их в режим совместности, сотрудничества позволяет трансформировать такую группу в сторону большей добровольности и усиления привязанности друг к другу, что снижает тревогу, улучшает психологический климат и снижает вероятность травли.

5. Травля происходит потому, что ребенок чем-то отличается.

Каждый ребенок отличается от других, но это не должно быть причиной выстраивания с ним неуважительных отношений, унижения и преследования его. Ребенок подвергается травле не потому, что отличается от других по внешности, манере одеваться или говорить. Риск оказаться в ситуации травли теснейшим образом связан с внутренними факторами, проявляющимися вовне, в поведении ученика: потеря контроля над ситуацией (слезы, испуг, беспомощная злость, подозрительность), страх, тревожность, низкая самооценка,

недостаточное развитие социальных умений и навыков. Дети, про которых учитель видит, что они легко выходят из себя, плачут, имеют выше риск оказаться в роли жертвы травли, они нуждаются в дополнительной поддержке со стороны педагогов и родителей, в опыте успешности и компетентности, а также в развитии навыков самоконтроля.

6. В ситуации травли задействованы две роли: обидчика и жертвы.

Практически всегда у ситуаций травли есть свидетели: это одноклассники, дети из других классов. Поведение свидетелей чрезвычайно важно для преследователя и жертвы. Малейшее одобрение преследования (внимательное наблюдение, улыбка, подначивание, повторение дразнилок) усиливают страдания жертвы и служат важным фактором подкрепления для агрессора; во многом внимание свидетелей и является мотивом такого поведения. В то же время любые действия по неодобрению травли и попытки защитить жертву имеют важнейшее значение для ребенка, которого обижают. Исследования показывают, что дети, которые убеждены в недопустимости травли, активно противопоставляются такому способу поведения и поддерживают жертву, способны прекратить буллинг-поведение у агрессора. Однако это бывает редко. Дети, оказавшиеся свидетелями травли, всегда сталкиваются с дилеммой: с одной стороны, они понимают, что травля - это неправильный способ поведения и что стоит попытаться прекратить ее; с другой стороны, они испытывают страх потерять свой собственный статус, тоже стать жертвой и лишиться имеющейся безопасности. Этот страх часто блокирует намерение поступить правильно и защитить ребенка, которого преследуют, и может вести к присоединению к агрессору,

а потом за собой влечет стыд, чувство вины, обесценивание ситуации и постепенное снижение эмпатии. Учителю важно представлять себе этот процесс и помогать детям поддерживать позитивную атмосферу взаимной поддержки в классе, придумать правила реагирования на ситуации травли, чтобы дети, оказавшиеся свидетелями таких эпизодов, имели представление о том, как можно реагировать на такие ситуации и не чувствовали себя беспомощными при виде агрессивного преследования кого-то из детей.

7. «Для твоей же пользы»: из опыта травли ребенок извлекает для себя урок.

Из ситуаций травли ребенок может усвоить такие уроки, что «кто сильный – тот и прав», что другие дети, которые видят происходящее и не вступаются за него – предатели и трусы, что мир опасен, а сам он беспомощен, что бессмысленно ожидать помощи от окружающих, а что для безопасности необходима власть. Принятие такой позиции лишает человека возможности построения партнерских отношений, уважения и сотрудничества, теряется интерес к другим людям и способности оказывать другим и получать от других поддержку. Для того, чтобы в классе была благоприятная безопасная атмосфера, в которой комфортно учиться, детям нужен опыт поддержки, взаимопомощи, радости от сотрудничества, интереса и уважения к ним со стороны других детей и взрослых.

Как остановить буллинг?

Основными способами работы с уже существующими эпизодами травли в Российских школах сейчас являются а) индивидуальная работа с участниками ситуаций (выполняющими роли

агрессоров и жертв), б) работа с сообществом класса. Основные мишени, с которыми работают школьные психологи, столкнувшись с травлей, это: повышение толерантности и навыков саморегуляции агрессоров; развитие коммуникативных навыков, социальной компетентности, а также навыков саморегуляции у детей, ставших объектом травли; усиление атмосферы взаимопомощи и поддержки, взаимного доверия в классе. Наиболее эффективной представляется работа с классом или с более обширным сообществом, поскольку травля является не формой персональных отношений между двумя детьми, а «симптомом» неблагополучия в классе.

Возможно, ключевым для сокращения ситуаций буллинга в школе является декларация школой ясного послания, что травля в школе недопустима. В ситуации бессилия сотрудники школы часто склонны замалчивать эпизоды травли или стараться не обращать на них внимание, что прочитывается детьми как одобрение такого способа поведения. Открытое сообщение со стороны администрации и учителей о неприемлемости травли является сильным действием, мгновенно меняющим статус травли со скрыто одобряемого на открыто неодобряемый.

Тема травли сложная, часто и дети, и родители стыдятся, пугаются, сердятся, когда с ними пытаются поговорить о том, что ребенка систематически обижают или ребенок делает кого-то в классе изгоем. Для того, чтобы беседа была конструктивной, учителю нужно быть тактичным и помнить, что у него, у детей и их родителей есть общие интересы и цели: чтобы в классе было комфортно, приятно, чтобы детям хотелось приходить в школу и учиться в ней. Травля этому мешает.

Поскольку буллинг – это способ выстраивания отношений, в котором ключевым является разница во власти или статусе, необходимо активно усиливать альтернативные способы выстраивать

отношения, в которых ключевыми являются взаимоподдержка, удовольствие от совместных действий, интерес друг к другу, творчество и т.п. Эти альтернативные способы должны быть в повседневном обиходе школы; для их развития можно создавать специальные пространства (тренинги, и т.п.). Если отношения в школе преимущественно иерархичны и зависят от распределения власти, буллинг никуда не сможет исчезнуть.

Существуют отдельные технологии работы с ситуациями травли, например, «Команда под прикрытием» или «Группа поддержки» (см. рекомендованную литературу), направленные на трансформацию способов поведения детей в классе с деструктивных и унижающих в сторону позитивных и помогающих, основанных на сочувствии и ценностивзаимовыручки.

Поскольку травля чаще происходит в отсутствие учителя – в школьном дворе, на переменах – одним из способов снизить частоту эпизодов травли является повышение контроля и организация сотрудниками школы дежурств, предназначенных для отслеживания и корректного пресечения недопустимых ситуаций на территории школы. Это не влияет на происходящее вне школы или в интернет-пространстве, но повышает необходимость отслеживания собственного поведения детьми, склонными к агрессивным проявлениям, и делает пространство школы более безопасным для детей, подвергающихся физической или вербальной агрессии. Дежурным необходима подготовка для того, чтобы самим адекватно и согласованно реагировать на ситуации буллинга и демонстрировать в качестве ролевой модели уважительные и ясные, понятные способы поведения, не усугубляя преследование.

Не рекомендуется для работы с ситуацией травли такой способ, распространенней при решении конфликтных ситуаций в школе, как ученическая медиация. Причина заключается в том,

что эта процедура может проводиться только между более или менее равными сторонами. Ученики-медиаторы не способны в силу своего возраста соблюдать силовой баланс. Также в ситуации буллинга ответственными за травлю являются, в том числе, и взрослые, которые обязаны пресекать подобные ситуации. Медиация сторон снимает ответственность со взрослых представителей школы.

Восстановительная антибуллинговая программа может быть построена на признании факта травли и негативных последствий этого для всех втянутых в нее участников (включая администрацию, родителей, учителей); на прояснении происходящего (поскольку травля – скрытый процесс, и без понимания происходящего с разных сторон сложно принимать адекватные решения); на обсуждении ситуации с участием всех людей, вовлечённых в буллинг-процесс и в процесс реагирования на него.

Поскольку травля малозаметна и все стараются скрыть детали, то на обсуждении имеет смысл не просто ставить вопрос, как решить ситуацию, а развернуть его в вопросы:

- Кому в ходе всех трагичных событий был причинен вред?
- К каким последствиям это привело?
- Кто и как их участников может эти последствия исправить?
- Как укрепить положительные тенденции, итоги, договоренности?

Вести такое обсуждение должен человек, умеющий организовывать коммуникацию в сложных, эмоционально напряженных ситуациях, и знающий процедуру медиации, Круга сообщества или других восстановительных программ.

Как предупреждать буллинг?

Чрезвычайно важно для школы посвящать время определению буллинга в школьном сообществе; необходимо, чтобы формирование ясного, согласованного и понятного представления о феномене буллинга и его последствиях у всех участников сообщества предшествовало внедрению технологий по прекращению и предотвращению буллинга.

В Норвегии - одной из самых продвинутых стран в изучении буллинга и разработке программ по его предупреждению - были разработаны ключевые принципы эффективного противостояния травле на уровне школы.

1. Ясная и четкая руководящая позиция взрослых (учителей, администраторов, других сотрудников школы). Она выражается в том, что взрослые не передают детям полностью ответственность за эффективное разрешение сложных ситуаций в отношениях в классе, хотя поддерживают детские инициативы в этом направлении; взрослые подают личный пример поведения, основанного на уважении и интересе к людям и не включающего обидные и унижающие практики общения; они ясно транслируют свою позицию, обозначая критерии соответствия поведения; они выражают эту позицию в реагировании на поступки других – поддерживая позитивное и вмешиваясь и пресекая нежелательное поведение. Позиция взрослых не должна быть деспотичной в высказывании оценок поведения, но она должна быть четкой, понятной и избегать неопределенности.
2. Последовательность, согласованность, непротиворечивость; сотрудничество для достижения общей цели. Работа по прекращению и предупреждению травли эффективна,

когда учителя придерживаются ясных принципов и транслируют ценность уважительного отношения не только на словах, но и в поступках, и на уроках, и между ними, в школе и на улице, и в учебное время, и в группе продленного дня; когда руководство школы принимает важность противостояния буллингу и поддерживает мероприятия в рамках этой задачи; когда тематические мероприятия для детей по повышению осознанности и развитию навыков конструктивного общения своим посланием не противостоят основным практикам общения в школе. Несогласованность действия и позиций участников ведет к повышению неопределенности и напряжения и снижению взаимного доверия у участников школьного сообщества.

3. Разработка правил, процедур и приемов работы. Процесс работы должен быть упорядочен – как во времени (нужно планирование и последовательность в проведении мероприятий как с детьми, так и с сотрудниками школы, и с родителями учеников), так и в поведении. Э. Руланн использует термин «процедура» для обозначения схем поведения, которое должен предпринять сотрудник школы, столкнувшись с различными ситуациями травли, и о которых, соответственно, все сотрудники школы должны знать.

Роль учителя в предупреждении и разрешении происходящих ситуаций буллинга может быть очень значительной. Эффективная позиция учителя включает в себя: приоритет обучения (над социально-психологическими процессами в классе, соблюдением нормативов и пр.), любознательность и методическую компетентность учителя; выстраивание отношений с учениками, когда каждый ребенок получает возможность быть услышанным учителем, когда учитель проявляет заботу и внимание к детям, оказывает им поддержку; установление границ и четкое разъ-

яснение того, что является неприемлемым (без враждебности, возможно, с юмором, без длительных разбирательств); постепенное делегирование ответственности за прекращение буллинга ученикам, выращивание у детей инициативы контроля за безопасностью своих соучеников, что особенно важно в ситуациях, когда учитель отсутствует.

Технологии предупреждения буллинга обычно включают в себя два уровня.

1. *Работа с качеством психолого-педагогическим процесса в целом* (повышение эффективности классного руководства, тренинги командообразования, социальных навыков в классе, включение родительского сообщества в жизнь школы и др.). Она решает множество задач одновременно – улучшает психологический климат и повышает субъективную безопасность в классе, служит профилактикой выгорания у педагогов, повышает качество учебного процесса, снижает тревогу у всех участников и подготавливает школьное сообщество к тематической работе. Важным элементом этой работы может стать разработка правил класса (созданных учениками и учителями совместно) или правил школы. Правила в каждом классе будут отличаться, поэтому их обобщение до уровня школы может привести к тому, что они лишатся своего индивидуального значения для разработчиков, но зато приобретут более системный характер.
2. *Тематическая работа с проблемой буллинга.* Она включает в себя выработку определений, правил и алгоритмов в среде специалистов, и затем более или менее непосредственное обсуждение темы травли и способов обращения с ней с детьми. В него могут входить дискуссии по материалам художественной литературы, кинофильмов, моделирование

ситуаций травли, тематические тренинги или игры, сочинения, классные часы, посвященные теме желательного поведения и недопустимости буллинга, а также родительские собрания.

Существуют периоды жизни класса, когда вероятность возникновения травли повышается - когда существующая система недостаточно устойчива, и необходима адаптация. Это начало обучения в первом классе; это переход в среднюю школу; это появление новых учеников в классе; это смена классного руководителя и другие ситуации, в результате которых устойчивость классного сообщества еще не сформирована или может подвергаться угрозе. Это необходимо учитывать при планировании профилактических мероприятий.

Рекомендуемая литература

1. Богомолов В.А. Ориентированный на решение подход в работе с ситуациями травли в школе. 14 февраля 2013.
http://www.sfbt.ru/2013/02/blog-post_5804.html
2. Коновалов А.Ю. Особенности работы ШСП с ситуациями буллинга (школьной травли).
3. Кутузова Д.А. Травля в школе: мифы и реальность.
<http://medportal.ru/budzdorova/child/625/>
4. Куценко Е. Школьная травля: перезапуск отношений. Первое сентября, 2013, 10.
http://ps.1september.ru/view_article.php?ID=201301024
5. Руланн Э. Как остановить травлю в школе: Психология моббинга. М., «Генезис», 2012.
6. Уильямс М. «Команды под прикрытием»: переопределение репутаций и трансформация отношений травли в школьном сообществе. Пер. И. Филимоновой под ред. Д. Кутузовой.
<https://narribrus.wordpress.com/2010/07/27/mwilliams1/>