

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий
Кафедра социальной педагогики и социальной работы

ШОПХОЕВА АЛИНА ВИКТОРОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Профилактическая работа по предотвращению травли шестиклассников

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

«Социальный менеджмент и проектирование»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

д. пед. наук, профессор Фурьева Т.В.

Руководитель

Ахрамович Ю.С.

Обучающийся Шопхоева А.В.

Дата защиты

10.06.2026

Оценка

хорошо

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования

КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий
Кафедра социальной педагогики и социальной работы

ШОПХОЕВА АЛИНА ВИКТОРОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Профилактическая работа по предотвращению травли шестиклассников

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

«Социальный менеджмент и проектирование»

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

д. пед. наук, профессор Фурьева Т.В

Руководитель

Ахрамович Ю.С

Обучающийся Шопхоева А.В

Дата защиты

Оценка

Красноярск 2026

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1 . ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ТРАВЛИ В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ.....	6
1.1 Психолого-педагогические подходы к определению травли.....	6
1.2 Психологические особенности подросткового возраста как фактор риска возникновения травли.....	10
1.3 Организация профилактической работы по предотвращению травли в образовательной среде.....	16
Выводы по главе 1.....	21
ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ПРЕДОТВРАЩЕНИЮ ТРАВЛИ В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ.....	23
2.1 Организация и методы исследования.....	24
2.2. Программа профилактической работы по предотвращению травли для обучающихся 6 класса.....	33
2.3 Оценка результативности реализации профилактической работы.....	38
Выводы по Главе 2.....	43
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	46
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	49
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	53

ВВЕДЕНИЕ

Проблема травли в коллективах, особенно среди подростков, является одной из наиболее острых и деструктивных в современном социально-психологическом пространстве [1]. Несмотря на то, что сам феномен существует давно, его систематическое изучение в психологической науке началось относительно недавно, а в российском академическом дискурсе он долгое время оставался в тени [4]. Актуальность проблемы в последние годы резко возросла, что привело к ее широкому общественному и научному обсуждению [2].

Важным современным контекстом является изменение официальной терминологии. С 2025 года в нормативных документах и официальном дискурсе Российской Федерации, в частности в сфере образования, рекомендовано использование русского термина «травля» вместо англицизма «буллинг». Это отражено в методических рекомендациях Министерства просвещения РФ, направленных на унификацию понятийного аппарата и актуализацию проблемы в национальном контексте [31]. В данной работе, следуя этой установке, будет преимущественно использоваться термин «травля», за исключением случаев цитирования источников, где авторы применяют оригинальный термин.

Исследовательская проблема заключается в противоречии между высокой распространенностью и деструктивными последствиями систематической травли в среде обучающихся 6-х классов и недостаточной эффективностью существующих в российской школьной практике превентивных мер, носящих часто разрозненный, ситуативный или чисто информационный характер [13]. Проблема усугубляется спецификой социально-психологического развития шестиклассников, что требует целевой, комплексной и научно обоснованной программы вмешательства [39].

Объект исследования: процесс взаимодействия и психологический климат шестиклассников в школьном коллективе

Предмет исследования: система профилактических мер, направленных на предупреждение травли среди обучающихся шестого класса .

Цель исследования: разработать, апробировать и оценить эффективность профилактической работы по предотвращению травли для обучающихся шестого класса.

Гипотеза исследования: профилактическая работа по предотвращению травли будет способствовать:

- выявлению ролевых отношений внутри класса;
- осознанию техник ролевого поведения в ситуациях конфликта;
- формированию навыков конструктивного поведения.

Для проверки поставленной гипотезы и достижения поставленной цели были поставлены следующие задачи:

Задачи:

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу по проблеме школьной травли: ее сущность, виды, причины и последствия.
2. Изучить возрастные особенности шестиклассников и специфику проявления травли в данной возрастной группе.
3. Определить принципы, методы и формы для построения эффективной программы профилактической работы.
4. Разработать авторскую программу профилактической работы.
5. Провести педагогический эксперимент по апробации программы и оценить ее влияние на обучающихся в 6 классе.

Теоретико-методологическую базу исследования составили:

- работы по исследованию феномена травли в зарубежной и отечественной психологии (Д. Олвеус, Д. Лэйн, П.К. Смит, И.С. Кон, С.В. Кривцова, Д.Н. Соловьев);

- исследования возрастных и гендерных особенностей подростков как факторов риска возникновения травли (Л.С. Выготский, Е.П. Ильин, Л. Брайзендайн);

- теоретические основы педагогической поддержки и модель профилактической деятельности классного руководителя и педагога-психолога (О.С. Глазман, Д.Н. Соловьев);

Методы исследования:

- теоретические: анализ, обобщение и синтез литературных источников по проблеме исследования;

- эмпирические: опрос, эксперимент, наблюдение;

- методы математической количественной и качественной обработки данных.

Методики исследования:

1. Методика «Буллинг - структуры» (Норкина Е.Г.)

2. Методика Социометрия Дж.Морено

База исследования: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение город Красноярск "Средняя школа 27". Выборка исследования: 30 человека из 6-го класса. Возраст обучающихся 12-13 лет.

Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников и приложений.

ГЛАВА 1 . ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРОБЛЕМЫ ТРАВЛИ В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ

1.1 Психолого-педагогические подходы к определению травли

Проблема школьного насилия привлекла внимание исследователей еще в начале прошлого века: в 1905 году К. Дьюкс впервые опубликовал работу на эту тему [13]. Однако систематическое изучение феномена началось позднее благодаря скандинавским учёным — Д. Олвеусу, П.П. Хайнеманну, А. Пикасу и Е. Роланду [33]. Именно они разработали концепцию, определяющую травлю (от англ. *bullying* — хулиганство, притеснение) как дискриминацию и систематическое преследование.

В дальнейшем проблематика заинтересовала британских исследователей — В.Т. Ортона, Д.А. Лэйна, Д.П. Таттума, Е. Мунте [23]. Таттум рассматривал буллинг как специфическую разновидность насилия, при которой жертва в течение длительного времени систематически подвергается физической агрессии или запугиванию со стороны более доминантного субъекта. Вследствие этого пострадавший начинает воспринимать себя как изолированного, охваченного страхом и утратившего способность самостоятельно выбирать действия. Опираясь на концепцию Е. Роланда, другой исследователь — Д. Лэйн — предложил собственное понимание буллинга. Согласно его трактовке, данный феномен представляет собой агрессивное действие, которое может проявляться как в виде единичных эпизодов, так и приобретать продолжительный, хронический характер. Форма такого поведения бывает либо физической, либо психологической, а направлено оно может быть как против конкретного человека, так и против целой группы. Важнейшей характеристикой подобной ситуации выступает то, что жертва оказывается неспособными самостоятельно себя защитить [23].

Интересно, что в Соединённых Штатах проблема буллинга привлекла к себе серьёзное внимание исследователей лишь в 1990-е годы. Толчком к этому

послужили работы таких ученых, как Каталано, Хоукинс и Харарчит, которые впервые систематически описали данное явление в контексте американской школы [17]. Позднее Национальная ассоциация школьных работников США сформулировала собственное определение. Буллинг, согласно этой трактовке, — это устойчивые и повторяющиеся формы вербального и невербального поведения, которые один или несколько учеников демонстрируют по отношению к другому. Принципиально важными условиями здесь выступают, во-первых, наличие намерения причинить вред, во-вторых, реальный или воспринимаемый дисбаланс сил между сторонами [31].

К уточнению понятия обращались и другие зарубежные исследователи. Например, Бесаг характеризовал буллинг как систематически повторяющиеся агрессивные действия — физические, психологические, социальные либо словесные, — которые исходят от лиц, обладающих реальным или ситуативным превосходством в статусе или влиянии. Эти действия направлены против тех, кто лишен адекватных способов самозащиты, и преследуют двоякую цель: причинить жертве страдания и одновременно получить для самого агрессора чувство удовольствия [3]. Т.Р. Хилд, обобщая свои наблюдения, пришёл к выводу, что под травлей следует видеть затяжную форму принуждения — как физического, так и психологического свойства, — инициируемую отдельным лицом либо группой и обращенную против того, кто оказывается неспособен дать отпор. Ключевыми признаками такой модели поведения выступают осознанная ориентация агрессора на причинение страданий, стремление посеять страх и сознательное создание для жертвы обстановки хронического стрессового давления [34]. Конкретизируя феномен травли, П.К. Смит и И. Уитни иллюстрировали его такими поведенческими проявлениями, как высказывание угроз, нанесение побоев, принудительное удержание в замкнутом пространстве, рассылка устрашающих сообщений, а также намеренное игнорирование и исключение человека из общения [41]. В свою очередь, Т. Арора, сосредоточившись на образовательной среде, заключил, что буллинг

представляет собой открыто регистрируемые действия, которые разворачиваются в межличностных контактах обучающихся внутри школы и выступают для адресата источником эмоциональной боли или хронического напряжения [1]. Дж. Хазлер, в свою очередь, акцентировал внимание на том, что травля может реализовываться как отдельным субъектом, так и коллективными действиями, и при этом неизменно ведёт к разрушению устоявшихся норм межличностного взаимодействия [33].

В отечественной науке целостное осмысление феномена травли стало развиваться лишь в недавнее время. Отечественные исследователи А.А. Бочавер и К.Д. Хломов предлагают разграничивать три центральные теоретические перспективы анализа этого явления. Диспозициональный подход акцентирует внимание на самих инициаторах и жертвах травли, их личностных свойствах и внутренних психологических факторах, предрасполагающих к участию в травле. Темпоральный подход, напротив, сосредоточен на неравномерном проявлении уязвимостей и рисков в разные отрезки жизненного пути индивида. Контекстуальный подход акцентирует важность среды, микроклимата группы и системных процессов в сообществе [4]. В актуальных научных исследованиях подчеркивается деструктивное воздействие травли как на личность обучающегося, так и на образовательную систему в ее совокупности. Тем не менее, в Российской Федерации на сегодняшний день не существует утвержденных на государственном уровне программ, направленных на предупреждение и профилактику школьной травли [29].

В российской науке одним из первых, кто обратил внимание общественности на проблему насилия в школе, был И.С. Кон [18]. Согласно его видению, травля представляет собой не что иное, как запугивание, сопровождающееся физическим либо психологическим террором. Главная цель подобного поведения — подчинить одного человека другому и сформировать у жертвы устойчивое чувство страха. Таким образом, И.С. Кон акцентировал

внимание на властно-иерархическом аспекте травли, где доминирование агрессора становится самоцелью.

Позднее к изучению этого явления обратилась О.Д. Маланцева. Проводя собственные исследования школьной травли, она пришла к выводу, что данный феномен нельзя сводить исключительно к длительному физическому и психологическому насилию. В своей трактовке она существенно расширила границы понимания: травля включает в себя также целый комплекс проблем, имеющих социальную, психологическую и педагогическую природу [25]. Иными словами, с точки зрения О.Д. Маланцевой, за любым эпизодом травли всегда стоят более глубинные системные нарушения — как внутри детского коллектива, так и в отношениях между участниками образовательного процесса в целом.

Отходя от распространённых точек зрения, О.Л. Глазман предлагает рассматривать буллинг не столько как собственно насильственное действие, сколько как устоявшийся стереотип внутригруппового взаимодействия [10]. Согласно позиции С.В. Кривцовой и Е.Н. Ушаковой, под травлей понимается психологическая или физическая агрессия, нацеленная на причинение вреда жертве; при этом авторы выделяют два ключевых признака буллинга — неравенство сил между обидчиком и пострадавшим, а также систематическую повторяемость агрессивных актов [21]. Д.Н. Соловьев дополняет эту картину, отмечая, что буллинг по своей структуре напоминает конфликт, однако отличается от него преднамеренностью, дисбалансом сил и регулярностью проявления [43]. Исследователи единодушно подчеркивают: буллинг представляет собой агрессию, направленную одними детьми против других, при которой явно выражено неравенство возможностей, а жертва внешне демонстрирует, насколько глубоко её задевает происходящее; при этом многие педагоги склонны не замечать или сознательно игнорировать случаи травли среди подростков, вследствие чего своевременная поддержка не оказывается [20].

Обобщение рассмотренных теоретических подходов позволяет выделить ряд универсальных признаков травли: наличие насилия (в физической либо психологической форме); осуществление его отдельным индивидом или группой лиц; направленность против заведомо более слабого — психологически или физически — человека, не способного дать отпор; систематический и продолжительный характер подобных действий [5]. В контексте настоящей работы мы рассматриваем травлю, возникающую в подростковой среде и связанную с образовательным процессом. Исходя из этого, можно выделить следующие формы буллинга: физическую (нанесение ударов, побои, толчки), психологическую (оскорбления, угрозы, социальная изоляция, распространение порочащих сведений), а также травлю в интернете (унижение посредством мобильных устройств и сетевых коммуникаций) [2]. Кибербуллинг представляет собой относительно новую, но уже масштабную угрозу: согласно имеющимся данным, с травлей в интернете сталкиваются 42 % несовершеннолетних, причем 80 % таких инцидентов происходят на платформах социальных сетей и в мессенджерах [9].

Таким образом, обобщение проведённого анализа позволяет заключить, что под травлей понимается системное и продолжительное насилие, инициируемое отдельным лицом либо группой и направленное против человека, лишенного возможности эффективно защитить себя, при этом преследуется цель нанесения вреда и получения обидчиком психологического или физического удовлетворения.

1.2 Психологические особенности подросткового возраста как фактор риска возникновения травли

Переходный возраст по праву считается одной из наиболее сложных фаз в человеческом развитии [39]. Именно в этот промежуток времени происходит фундаментальная трансформация практически всех ключевых измерений личности - от биологических и физиологических механизмов до психологической сферы, социальных ролей и самосознания. У молодого человека расширяются границы физических возможностей, запускаются пубертатные процессы, фиксируются гормональные перестройки, а также преобразуются внешность и привычные паттерны поведения [40].

Детальному рассмотрению эмоциональных аспектов развития в подростковом возрасте посвящены труды Е.П. Ильина [14]. Указанные эмоциональные феномены, наслаиваясь на характерную для данного периода нестабильность настроения и реакций, закономерно ведут как к возникновению конфликтных ситуаций, так и к отдельным эпизодам травли. Большинство исследователей сходятся на том, что юноши в целом проявляют большую склонность к агрессивному поведению, нежели девушки; при этом у лиц мужского пола преобладают физическая и косвенная формы агрессии [35]. В свою очередь, для девушек-подростков наиболее типичными являются вербальная агрессия, а также такие поведенческие и эмоциональные признаки, как подозрительность, повышенная раздражительность и враждебность, причем свои агрессивные импульсы они стремятся выражать в латентной, скрытой, незаметной для других форме [10].

В этом возрасте ожидаемо возникают как конфликты с окружающими, так и глубинные внутренние противоречия, порожденные кризисом переходного возраста [46]. Стоит особо отметить, что субъективное проживание данного периода имеет ярко выраженные гендерные отличия [24]. У юношей, как правило, активно развивается дух соперничества, оформляется яркая устремленность к лидерству, значительно нарастают показатели агрессивности и излишней уверенности в себе. У девушек же центральное место занимает эмоциональная сторона жизни: на первый план выходят общение со

сверстницами, межличностные контакты и установление глубоких доверительных отношений с близкими подругами. Как обоснованно замечает Л. Брайзендайн, у подростков, с одной стороны, имеет место мощная гормональная перестройка организма, а с другой — возникают серьезные сложности с социальным приспособлением в ходе вступления во взрослую жизнь [5].

Именно под влиянием всех перечисленных изменений у подростка зарождаются качественно новые потребности, трансформируется ведущий вид деятельности, а мнение и оценка сверстников обретают исключительную, порой преувеличенно значимую роль, что зачастую провоцирует частые и продолжительные конфликты [45]. Примечательно, что сами подростки предпочитают разрешать спорные ситуации посредством обвинений, агрессивных действий и жёстких требований, задействуя при этом две основные формы насилия — психологическую и физическую [37]. Однако, вопреки сложности поведенческих проявлений, главным личностным новообразованием этого возраста всё же становится выход на принципиально новый уровень самосознания, окончательное построение Я-концепции, а также появление устойчивой внутренней потребности в исследовании себя, своих подлинных возможностей и неповторимых индивидуальных черт [44]. Одновременно с этим постепенно, но неуклонно складывается чувство взрослости: подросток начинает искренне воспринимать себя как взрослого человека и предпринимает последовательные шаги к тому, чтобы вести себя соответственно этой новой для него позиции [19].

Обобщая сказанное, можно попытаться воссоздать суммарную картину корней подростковой травли. Она будет включать: переживание кризиса переходного этапа, гормональные сбои, стремление к лидерству и общественному признанию путем принижения других людей, проблемы семейного воспитания, а также защитный механизм, активирующийся в ответ на пережитое ранее насилие [26]. Обычно инициаторы травли выбирают в

качестве жертвы тех, кто уступает им в физическом или психологическом отношении. В роли пострадавших нередко оказываются подростки с нестандартной внешностью, с ограничениями по здоровью, происходящие из малообеспеченных семей либо, напротив, из чрезмерно богатых, а также тихие, замкнутые дети, не способные постоять за себя [34]. Помимо этого, среди глубинных причин травли упоминаются зависть, желание унижить другого ради удовлетворения собственных амбиций или просто ради забавы, попытка самоутвердиться, а также склонность самой жертвы к виктимному поведению [16].

Одним из ключевых факторов, провоцирующих травлю именно у мальчиков, выступает так называемый комплекс неполноценности, который возникает параллельно с ярко выраженной устремленностью к признанию со стороны ровесников и занятию лидирующей позиции. Такое противоречивое сочетание способно порождать устойчивую потребность завоевывать уважение окружающих, путем подавления более слабого члена группы [37]. В научной литературе взгляды на личностный профиль мальчиков, исполняющих роль «агрессора» либо инициатора травли, расходятся. Часть учёных считает, что таким подросткам присущи страхи, высокая тревожность, склонность к уходу в себя и неуверенность в собственных силах; другие же, напротив, указывают на импульсивность как на ведущую характеристику [23]. При этом неоспоримым остается тезис о колоссальном влиянии семьи на становление личности ребёнка: подросток нередко, сам того не осознавая, усваивает и воспроизводит агрессивные родительские модели поведения, особенно если в семейной системе регулярно присутствуют эмоциональная нестабильность и практика физических наказаний [48].

Если рассматривать причины, по которым девушки могут занимать позицию инициатора травли, то здесь выделяются различные обстоятельства: гормональные нарушения, нацеленность на лидерство, защитная реакция на перенесенное ранее насилие, а также дисфункциональные семейные

взаимоотношения. Для таких девушек-агрессоров типичны эгоцентрическая устремленность, высокий уровень тревожности, демонстративность в поведении, инфантильные черты, эмоциональная незрелость и предрасположенность к неустойчивым межличностным связям. Посредством своих действий они провоцируют ситуации травли через высмеивание, плетение интриг, навешивание ярлыков, распространение сплетен и неподтвержденной информации [10].

Современные исследования подтверждают, что к числу факторов риска возникновения травли относятся неблагоприятная обстановка в семье: внутрисемейные разногласия, низкий социально-экономический уровень, недостаточность воспитательного воздействия [27].

Важно дополнительно подчеркнуть, что участниками травли в школьной среде могут становиться не только обучающиеся, но и педагоги — как в роли пострадавшего, так и в роли агрессора [42]. Существенное воздействие на развитие травли оказывают как семейное воспитание, так и социально-психологический климат в конкретном учебном заведении. Учителя и школьная администрация могут невольно вовлекаться в травлю, допуская унижения, оскорбительные высказывания в адрес обучающихся и заниженные оценки. Бездействие же педагогов, их неспособность противостоять агрессивному поведению учеников, а также отсутствие должного контроля во время перемен также способствуют распространению травли [12].

Процесс разворачивания травли проходит через несколько последовательных фаз. На начальной фазе вокруг лидера, самоутверждающегося за счёт унижения избранной жертвы, объединяются сверстники. На второй фазе сложившаяся конфигурация закрепляется вследствие пассивной позиции педагогов и равнодушия одноклассников. На третьей фазе за подростком прочно утверждается статус «жертвы», и окружающие начинают обвинять уже его самого. На четвертой фазе наступает

изоляция: жертва начинает пропускать занятия, избегать встреч и контактов со сверстниками [23].

На основе всего вышесказанного целесообразно обратиться к факторам, предложенным О.А. Мальцевой, которые, согласно её работам, провоцируют зарождение и развитие травли в образовательной среде [26]. Среди индивидуальных факторов автор выделяет: внутреннюю агрессивность обучающихся, воспроизведение агрессивных поведенческих образцов из ближайшего окружения, недостаточную сформированность коммуникативных умений и навыков. Групповые факторы, в свою очередь, включают: общую психоэмоциональную атмосферу в образовательном учреждении, отличающуюся повышенной тревожностью, систему межличностных отношений с доминированием авторитарного стиля управления; используемую педагогами авторитарную модель преподавания, сложившиеся внутри учебного коллектива отношения, наличие закреплённых социальных ролей, которые признаются большинством участников группы [22].

В ситуации травли выделяются следующие мотивационные основания подростковой травли: зависть к чужим успехам или внешним данным, месть за нанесённые ранее обиды, устойчивое чувство неприязни; борьба за власть и господствующую позицию в группе, желание ослабить либо устранить конкурента; попытка самоутвердиться за счёт другого, стремление постоянно оставаться в центре внимания окружающих; намерение унижить либо запугать человека, вызывающего неприязнь [3].

Таким образом, представляется возможным выделить три группы детерминант травли: внешние, внутриличностные и внутрисемейные.

К внешним причинам относится влияние социально-психологической атмосферы образовательного учреждения, а также характер реагирования педагогического коллектива на случаи травли. Внутриличностные причины охватывают стремление к лидерству и доминированию, повышенную агрессивность, наличие психологических комплексов, заниженную самооценку,

а также процессы, связанные с половым созреванием. Внутрисемейные причины включают низкий социально-экономический уровень семьи, чрезмерно завышенные ожидания и требования по отношению к ребёнку, гиперопеку либо, напротив, эмоциональную отстраненность родителей, а также факты насилия внутри семьи [48].

Современные авторы также подчеркивают, что травля интерпретируется как коллективный феномен, демонстрирующий деструктивные паттерны поведения каждого из членов коллектива, а потому для ее искоренения необходима системная воспитательная работа со всеми участниками образовательного процесса [27].

1.3 Организация профилактической работы по предотвращению травли в образовательной среде

Травля представляет собой глобальное явление, известное человечеству на протяжении всего его существования. Полностью и окончательно искоренить данную проблему невозможно, поэтому на первый план выходит умение грамотно и своевременно реагировать на самые ранние признаки ее зарождения [1]. Если же все участники образовательного процесса будут целенаправленно и активно вовлечены в деятельность по противостоянию травле, вероятность предотвращения значительного числа конфликтных ситуаций заметно повышается [2].

Многие исследователи данной темы, на протяжении долгого времени посвящают свои работы, поиску наиболее эффективных методов предотвращения травли [4]. Приверженцы диспозиционального подхода считают, что профилактическую работу следует строить на развитии коммуникативных умений и укреплении уверенности в себе у тех, кто может стать жертвой, а также на воспитании терпимости у потенциальных агрессоров. В русле темпорального подхода основной акцент делается на раннем выявлении

признаков травли и организации психологического сопровождения детей. Контекстуальный подход предполагает реализацию профилактики через преобразование всей системы отношений внутри образовательной организации [4]. Современные исследования убедительно доказывают, что эффективность школьных программ по предупреждению травли подтверждается данными аналитических обзоров [29].

Образовательное учреждение обязано относиться к проблеме травли с максимальной серьезностью. В рамках профилактической работы с подростками необходимо изучать феномен школьного насилия, в частности, с помощью анкетирования. После того как будут выявлены проблемные классы и конкретные обучающиеся, важно установить истинные причины возникновения травли. Одним из таких источников может быть общая атмосфера в школе и отношение педагогов к проявлениям агрессии и насилия. В подобной ситуации сначала требуется провести соответствующую работу с преподавательским составом, и лишь затем переходить к профилактическим мероприятиям среди учеников [26].

Профилактическая работа по предотвращению травли должна охватывать такие ключевые направления, как защита, предупреждение, предостережение, устранение причин и систематический контроль. Профилактическая деятельность предполагает изменение социальной, семейной и личностной ситуации учащегося посредством применения специальных педагогических и воспитательных мер [7]. Главная цель всех профилактических мероприятий — помочь детям овладеть навыками совладания со стрессовыми обстоятельствами и собственными агрессивными проявлениями [11].

В число задач предотвращения травли входят: подготовка педагогических кадров к работе с детьми, испытывающими поведенческие трудности, и к разрешению ситуаций травли; содействие повышению социального благополучия обучающихся; психолого-педагогическое просвещение родителей; устранение психотравмирующих обстоятельств; развитие толерантности и

социальной компетентности у обучающихся; коррекция их представлений о самих себе и о взаимоотношениях с окружающими [8].

Одним из действенных методов профилактики может служить организация классных часов, посвященных темам уважительного и терпимого отношения к окружающим. Педагог-психолог, в свою очередь, может проводить тренинги, направленные на сплочение классного коллектива, развитие терпимости и способности к сопереживанию [10]. Практика убедительно показывает, что регулярное проведение тематических мероприятий — не формальных лекций, а именно интерактивных тренингов, ролевых игр и дискуссионных клубов на темы уважения, эмпатии и принятия различий — служит высокоэффективным инструментом профилактики [9].

Для создания безопасной психологической среды целесообразно объединить все профилактические мероприятия в единую систему. Рассмотрим модель профилактической деятельности педагога-психолога и классного руководителя, построенную на основе идей педагогической поддержки О.С. Глазмана, который трактовал педагогическую поддержку как деятельность профессионалов, направленную на оказание превентивной и оперативной помощи детям в разрешении их индивидуальных проблем [7]. Использование педагогической поддержки в профилактике травли будет оказывать позитивное влияние, поскольку педагог-психолог в ходе индивидуальных бесед уделяет внимание каждому конкретному случаю и совместно с обучающимся находит пути решения возникающих трудностей [5]. При работе с классом необходимо предупредить возникновение либо преодолеть влияние уже сложившихся групповых факторов травли. Просоциальная коллективная деятельность класса способствует формированию таких характеристик взаимодействия, как доброжелательность, взаимная ответственность и взаимопомощь [8].

Профилактическая работа по предотвращению травли ориентирована преимущественно на потенциальных участников и включает работу как с самими обучающимися, так и с их семьями. Важно определить тип семьи и

преобладающий стиль воспитания, а также характер поведения родителей по отношению к детям. Педагог-психолог должен организовать совместную работу с подростком и его родителями, изучить и при необходимости скорректировать детско-родительские отношения [48]. В индивидуальной работе с подростком необходимо выяснить причины его вовлеченности в травлю и проработать стратегии поведения в конфликтных ситуациях. В зависимости от той позиции, которую занимает подросток, возможны коррекция отклонений в эмоциональной сфере, развитие стрессоустойчивости и коммуникативных навыков, а также повышение самооценки [6].

Классный руководитель совместно с педагогом-психологом должен вести систематическую работу по профилактике травли в классе, отслеживать эмоциональное состояние всех обучающихся, оказывать им поддержку и необходимую помощь. Профилактическая работа образовательной организации реализуется на личностном, групповом, общешкольном и социальном уровнях [41].

Существует модель деятельности классного руководителя по профилактике травли в подростковой среде, базирующаяся на факторах возникновения травли и желаемом результате профилактической работы. Цель данной модели — содействие обучающимся в предупреждении и преодолении индивидуальных и групповых факторов возникновения травли [42]. Основополагающими принципами выступают: опора на личностные ресурсы и потенциальные возможности человека; ориентация на способность ребенка самостоятельно преодолевать препятствия; совместность, сотрудничество, содействие; безопасность, защита здоровья, прав и человеческого достоинства [7]. В современной науке активно разрабатывается понятие «компетентность в ситуации травли» как интегративного качества специалиста, включающего систему знаний о феномене травли, умений ее диагностировать и навыков организации профилактической работы [29]. Проблемам психологической безопасности образовательной среды посвящены работы А.В. Капцова [16].

Вопросы профилактики насилия в школе также рассматриваются в трудах Т. Мерцаловой [28].

Процесс профилактики включает следующие последовательные этапы. На диагностическом этапе подросток определяет наличие агрессивных, конформных поступков в собственном поведении, а классный руководитель и педагог-психолог помогают выявить причины отклоняющегося поведения. Используются методы самонаблюдения, самоанализа, опросы, проективные методы, социометрия [30]. На этапе проектирования подростки признают существующие проблемы и совместно со специалистами выбирают способы их решения. Применяются дискуссия, мозговой штурм, проектирование [36]. На деятельностном этапе подростки активно участвуют в программе профилактики. С потенциальными «обидчиками» воспитываются моральные и гуманистические ценности, толерантность. С потенциальными «жертвами» формируется адекватная самооценка, снижается тревожность. Со «свидетелями» развивается просоциальная активность и социальная ответственность. Используются беседы, воспитывающие ситуации, тренинги, игры [38]. Результаты апробации модели антитравлевой компетентности продемонстрировали, что частота встречаемости травли второго типа снизилась на 36%, классный коллектив приобрёл большую сплоченность, произошло закрепление внутригрупповых норм и правил, а также налаживание эффективной коммуникации как между самими подростками, так и в диадах «подросток — педагог» [29]. На рефлексивном этапе все участники профилактической деятельности проводят диагностические мероприятия, сопоставляют достигнутые результаты с целевыми показателями и выстраивают план последующей работы [43].

Важным направлением современной профилактики является также формирование позиции «активного наблюдателя» среди школьников, когда дети перестают быть молчаливым большинством и превращаются в активное сообщество, где ценят уважение и взаимопомощь [9].

Таким образом, в данной работе были охарактеризованы методы, организационные формы и конкретные приемы профилактики травли. Профилактическая деятельность разворачивается как на уровне образовательной организации в целом, так и в рамках каждого отдельного класса. При индивидуальном взаимодействии с подростком требуется выстраивать персональный подход к каждому, совместно выявлять причины возникновения травли и вырабатывать эффективные стратегии поведения в конфликтных ситуациях. Профилактическая работа включает три последовательных этапа: диагностический, основной профилактический и рефлексивный. На диагностическом этапе применяются опросные методы, анкетирование, социометрические процедуры. Содержание профилактического этапа составляют классные часы, ориентированные на определенные темы, тренинги по командообразованию, индивидуальные и групповые беседы, специально моделируемые воспитывающие ситуации, а также метод социальных проб. На завершающем, рефлексивном этапе используется групповая рефлексия с классным коллективом [39].

Современные исследователи подчеркивают, что одна из ключевых угроз психологической безопасности в образовании — это травля в школе, и для ее предотвращения необходимо создание условий для полноценного развития каждого школьника, включая повышение квалификации учителей и совершенствование методов диагностики и профилактики [44].

Выводы по главе 1

На основе теоретического анализа научной литературы можно сделать вывод, что школьная травля представляет собой сложное социально-психологическое явление, которое характеризуется тремя основными признаками: систематичностью, неравенством сил между обидчиком и жертвой, а также преднамеренностью причинения вреда. В зарубежной и отечественной

науке травля определяется как дискриминация и систематическое преследование, нарушающее права ребёнка на уважение человеческого достоинства. Травля может проявляться в физической, психологической форме, а также в виде травли в интернете, которая в современном мире становится всё более масштабной угрозой.

Подростковый возраст выступает ключевым периодом риска возникновения травли в силу активных гормональных изменений, становления самосознания, стремления к лидерству и самоутверждению в группе сверстников. В этом возрасте происходят как внешние, так и внутриличностные конфликты, что в сочетании с эмоциональной неустойчивостью влечёт за собой появление ситуаций травли. Основными причинами травли являются внутриличностные конфликты подростков, особенности семейного воспитания (гиперопека, равнодушие, семейное насилие), а также социально-психологический климат образовательной организации и стиль педагогической деятельности. Важно отметить, что способствовать развитию травли может и бездействие педагогов, их некомпетентность в вопросах разрешения школьных конфликтов.

Эффективная профилактическая работа по предотвращению травли требует комплексного подхода, объединяющего работу на индивидуальном, групповом и общешкольном уровнях. Ключевыми методами профилактики выступают диагностика: анкетирование, социометрия, наблюдение, интерактивные формы работы: тренинги на сплочение коллектива, ролевые игры, дискуссионные клубы, классные часы, а также педагогическая поддержка, направленная на формирование толерантности, эмпатии и сплоченности в классных коллективах. Профилактическая работа строится в три этапа: диагностический (выявление проблемы), деятельностный (реализация мероприятий) и рефлексивный (оценка результатов). Успех профилактики во многом зависит от активной позиции педагогов и психологов, их компетентности в вопросах выявления и предотвращения травли, а также от

вовлеченности всех участников образовательного процесса — самих подростков, их родителей и школы.

ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО ПРЕДОТВРАЩЕНИЮ ТРАВЛИ В ПОДРОСТКОВОЙ СРЕДЕ

2.1 Организация и методы исследования

В рамках прохождения практики на базе МАОУ СШ №27, города Красноярска, было проведено экспериментальное исследование. Выборка исследования представлена обучающимися 6 класса (12-13 лет) в количестве 30 человек. Сроки проведения исследования: сентябрь-декабрь 2025 года.

Для подтверждения гипотезы был проведен педагогический эксперимент, структурированный по схеме подготовительного, констатирующего, формирующего и контрольного этапов с использованием метода тестовых срезов.

На подготовительном этапе были определены объект и предмет исследования, сформулированы его цель и задачи, а также подобран диагностический инструментарий, адекватный заявленной проблематике.

Констатирующий этап включал проведение входного тестирования испытуемых. Полученные эмпирические данные подверглись статистической обработке и качественному анализу, что позволило выявить исходное распределение статусных групп в классе.

На формирующем этапе на основе результатов первичной диагностики была разработана и апробирована программа профилактической работы, содержание которой уточнялось и корректировалось с учётом выявленных особенностей межличностных отношений в коллективе.

Контрольный этап предполагал проведение повторного среза с последующей интерпретацией полученных результатов, что дало возможность оценить динамику изменений и эффективность реализованной программы.

Диагностический инструментарий исследования представлен двумя методиками:

1. Методика «Буллинг - структуры» (Норкина Е.Г.)

Цель: определение ролей и позиций, занимаемых подростками в возможной ситуации травли. Данный тест предназначен для подростков. По итогам диагностики в соответствии с классификацией О.Л. Глазман Класс разделяется на 5 групп: инициаторы, помощники инициаторов, защитники, жертвы, наблюдатели [32].

2. Методика Социометрия Дж.Морено

Данная методика позволяет косвенно определить уровень сформированности коммуникативных навыков у обучающихся, социометрический статус членов группы и индекс групповой сплоченности.

Задачи диагностического исследования:

1. Измерение степени сплоченности-разобщенности в группе;
2. Выявление относительного авторитета членов групп по признакам симпатии-антипатии;
3. Обнаружение внутригрупповых сплоченных образований во главе с неформальными лидерами.

Методика позволяет сделать моментальный срез с динамики внутригрупповых отношений с тем, чтобы впоследствии использовать полученные результаты для переструктурирования групп, повышения их сплоченности и эффективности деятельности [30].

Ожидаемый результат: получение эмпирически обоснованной характеристики исходного состояния проблемы, служащей объективным базисом для разработки содержания формирующего воздействия и точкой отсчета для последующего сравнения.

Перейдем к описанию, полученных в ходе экспериментального исследования, результатов констатирующей диагностики.

Во время прохождения практики, была проведена методика “Социометрия” для анализа социальных взаимодействий класса, что позволило понять динамику отношений между учениками. Было опрошено 30 обучающихся 6-го класса (12-13) лет. При проведении методики каждому ребенку давался заранее подготовленный лист и инструкция к нему, бланк социометрического опроса содержал следующие вопросы:

1. С кем бы ты хотел(а) сидеть за одной партой?
2. Кого бы ты из класса пригласила) на свой день рождения?
3. С кем из одноклассников ты бы отправился в поход?

На основании полученных результатов нами была составлена социометрическая матрица (Приложение А).

В зависимости от количества полученных социометрических выборов можно классифицировать испытуемых на 6 статусных групп:

Таблица 1 - Классификация статусных групп методики “ Социометрия” Дж. Морено

Статусная группа	Количество полученных выборов
«Звезды»	В два раза больше положительных выборов, чем среднее число полученных положительных выборов одним испытуемым
«Предпочитаемые»	В полтора раза больше положительных выборов, чем среднее число полученных положительных выборов одним испытуемым
«Принятые»	Не попавшие в другие группы

«Пренебрегаемые»	В полтора раза меньше положительных выборов, чем среднее число полученных положительных выборов одним испытуемым
«Отвергаемые»	В два раза меньше положительных выборов, чем среднее число полученных положительных выборов одним испытуемым
«Изолированные»	Нет положительных выборов

По результатам диагностики было выявлено, что в так называемые «звезды», в которую попадают лидеры, вошли: М12, Д5

В «предпочитаемые», входят лица: Д3, Д12, М14, Д13, М4, Д1, Д11

В «принятые», входят лица: Д4, Д8, Д9, М2

В «пренебрегаемые», входят лица: М9, М15, М13, М11, Д10, М1, М3, Д15

В «Отвергаемые», входят лица: Д2, Д6, Д7, М6, М7, М8

В «изолированные», входят лица: М10, Д14

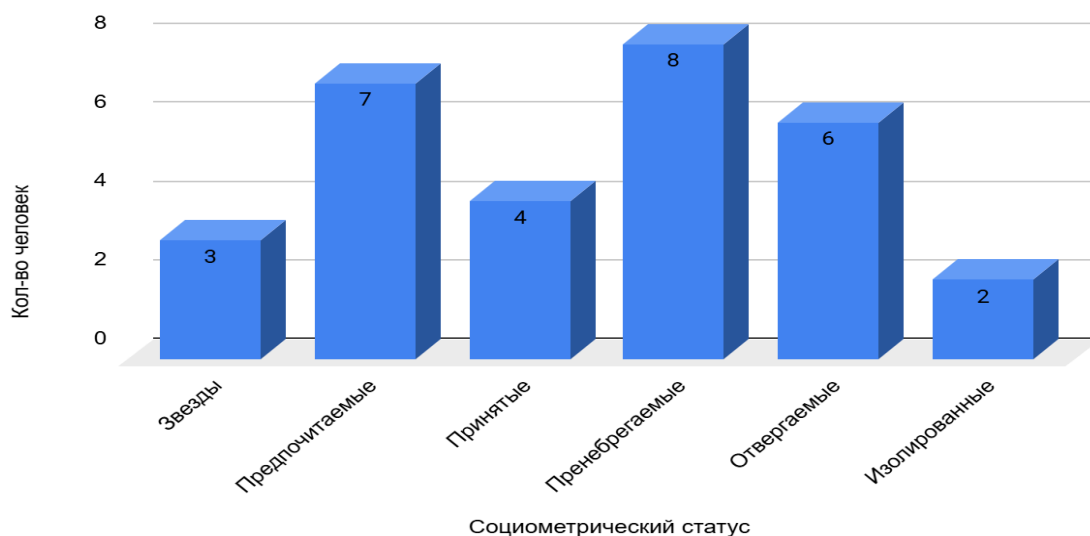


Рисунок 1 - Результаты констатирующего этапа методика «Социометрия»

По результатам диагностики было выявлено, что в группу «звезд» вошли 3 человека. В категорию «предпочитаемые» входят 7 обучающихся. Группа «принятые» насчитывает 4 человека. В «пренебрегаемые» попали 8 человек, а в «отвергаемые» — 6 обучающихся. «Изолированными» признаны 2 человека.

Таким образом, общая численность участников диагностики составила 30 человек. Результаты исследования показали, что только 4 человека (13,3%) являются принятыми в классе, что является низким показателем. При этом 8 человек (26,7%) относятся к пренебрегаемым, 6 человек (20%) — к отвергаемым. Группа «звёзды» составляет 3 человека (10%), «предпочитаемые» — 7 человек (23,3%), а «изолированные» — 2 человека (6,7%).

Суммарная доля обучающихся с благополучным социометрическим статусом («звезды», «предпочитаемые», «принятые») составляет 14 человек из 30 (46,6%). Данный показатель является тревожным, так как более половины класса — 16 человек (53,4%) — попадают в неблагополучные группы: «пренебрегаемые», «отвергаемые» и «изолированные».

Анализ показал, что проблемы низкого статуса и отвержения затрагивают представителей обоих полов. В зоне риска оказываются как девочки, так и мальчики. Это свидетельствует о том, что механизмы исключения в данном классе работают на более глубоком, личностно-групповом уровне, нежели на основании половой принадлежности.

Также нами был рассчитан индекс сплоченности группы. Индекс сплоченности показывает удельный вес парных взаимных положительных связей в группе по отношению к теоретически возможному числу такого рода связей.

Рассчитывается по формуле:

$$C_n = \frac{K}{\sum BB}, (1)$$

C_n – показатель групповой сплоченности на эмоционально-межличностном уровне;

K – общее число взаимных выборов, сделанных членами группы;

$\sum BB$ – максимально возможное число взаимных выборов в данной группе

Показатель K определяется по социометрической матрице, а $\sum BB$ рассчитывается по формуле:

$$\sum BB = \frac{n(n-1)}{2}, (2)$$

где n – число членов группы.

$$\sum BB = (30(30-1))/2=435;$$

$0 < C_n \leq 0.25$: Низкая сплоченность. Группа разобщена, мало положительных взаимных выборов.

$0.25 < C_n \leq 0.5$: Умеренная сплоченность.

$0.5 < C_n \leq 0.75$: Высокая сплоченность.

$0.75 < C_n \leq 1$: Очень высокая сплоченность.

Индекс сплоченности данной группы равен $= C_n = 18/435=0,04$ (Низкий уровень сплоченности).

Вычисление индекса групповой интеграции выявило дефицит коллективного взаимодействия. Микросвязи в коллективе выражены слабо: ответные предпочтения фиксируются в единичных случаях, что сигнализирует о разобщенности и нарушении эмоциональных связей между участниками.

Полученные данные демонстрируют выраженную дифференциацию класса с перекосом в сторону низкостатусных членов группы. Социометрическая структура класса указывает на отсутствие сплоченности класса и наличие низкостатусных микрогрупп, что может быть следствием ситуации травли в школьном коллективе.

Анализируя результаты первичной диагностики обратимся к методике Норкиной Е.Г «Буллинг - структуры».

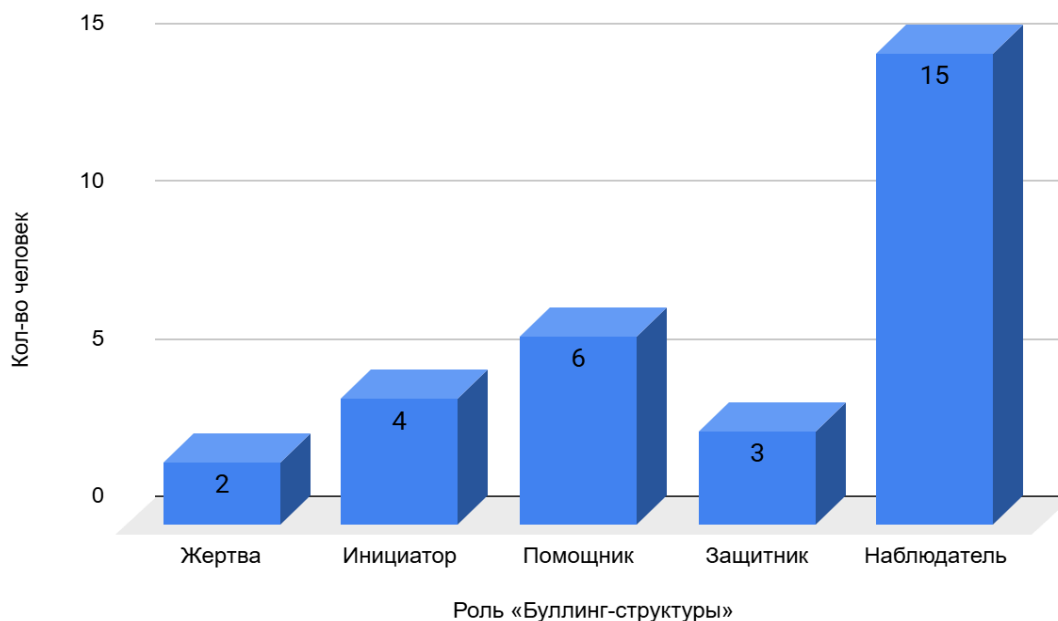


Рисунок 2 - Результаты констатирующего этапа методика “ Буллинг - структуры”

Нами было установлено следующее распределение ролей в ситуации травли (Приложение Б).

Наибольшая часть обучающихся (46,7% – 14 человек) занимает позицию наблюдателей. Такие подростки отличаются выраженной пассивностью и не стремятся активно препятствовать проявлениям травли, которые могут замечать. Анализ их ответов показывает, что они в целом принимают сложившуюся структуру в классе. К эпизодам агрессии относятся как к норме группового взаимодействия. Для наблюдателей открыто выражать собственную позицию, особенно если она противоречит мнению большинства, не свойственно. Периодически нуждаются в поддержке и одобрении со стороны более влиятельных одноклассников.

Группу подростков, набравших наибольшее количество баллов по шкале «Помощник», составляют 7 человек (23,3%). Эти подростки отличаются стремлением подражать инициаторам и активно поддерживать их действия.

Именно помощники чаще всего реализуют прямые формы травли: вербальные оскорбления и физическое воздействие, выступая в роли основных «исполнителей» воли инициаторов.

Группа «Инициаторов» в классе представлена 4 учениками и составляет 13,3%. Для этих подростков характерен высокий потенциал общей агрессивности, которая направлена не только на избранных жертв внутри класса, но также может проявляться в конфронтации с педагогами и в семейных отношениях. Они являются ядром, задающим тон и поддерживающим атмосферу травли.

В категорию «Защитников» попали трое опрошенных, что составляет 10,0% от всей выборки. Отличительной чертой этих подростков выступает в целом доброжелательное и наполненное эмпатией отношение к своим одноклассникам. Они отдают себе отчет в том, что внутри класса присутствуют деструктивные формы поведения, искренне сочувствуют тем, кто становится объектом травли, вступаются за пострадавших и готовы открыто противостоять агрессору, если сложившаяся ситуация воспринимается ими как заведомо несправедливая. Подобные школьники отличаются социальной активностью, демонстрируют позитивное отношение к самим себе и не испытывают острой зависимости от постоянного внешнего одобрения и поддержки.

Что касается результатов по шкале «Жертва», то здесь наибольшее количество баллов набрали двое обучающихся (6,7% от общего числа). Для этих подростков характерно ярко выраженное отвержение собственной личности, причем как своей внешности, так и внутренних качеств. Они ощущают, что заметно уступают сверстникам в различных аспектах, чувствуют себя недооцененными и непризнанными. В ситуациях, когда насилие происходит на их глазах по отношению к кому-то другому, такие жертвы не склонны приходить на помощь; более того, они нередко испытывают облегчение от того, что агрессивные действия в данный момент направлены не на них.

Результаты проведенного исследования позволяют сделать заключение о наличии выраженной проблемы в структуре межличностных отношений данного шестого класса.

Социометрические данные свидетельствуют о значительной дифференциации классного коллектива. Полученные результаты являются тревожным индикатором, указывающим на высокий уровень напряженности и исключения одних членов группы другими.

Методика «Буллинг-структуры» дополняет картину: в классе выделяются инициаторы и помощники, при этом большинство обучающихся занимают пассивную позицию наблюдателей, фактически не препятствуя деструктивным взаимодействиям. Выявлены также защитники и обучающиеся с признаками виктимности. Подобное распределение ролей является характерным признаком наличия проблемы в школьном коллективе.

Таким образом, полученные данные указывают на необходимость разработки и реализации комплексной программы профилактики деструктивных межличностных взаимодействий, адресованной в первую очередь обучающимся 6-х классов.

2.2. Программа профилактической работы по предотвращению травли для обучающихся 6 класса

Результаты проведенного исследования позволили выявить ряд дефицитов, на основании которых мы создали программу профилактических занятий для обучающихся 6-го класса. В программе были определены оптимальные формы работы, а также зафиксированы объем предстоящего курса и организационная схема планируемых мероприятий.

Цель программы — обеспечить снижение рисков возникновения и развития травли в классном коллективе обучающихся 6 класса через систему профилактических занятий, направленную на позитивную динамику по трем структурным компонентам:

- когнитивному: усвоение понятий травли, её форм, существующих ролей в ситуации травли, причин и последствий, знание способов безопасного поведения;
- эмоционально-мотивационному: формирование нетерпимого отношения к насилию, развитие эмпатии и уважения к достоинству каждого члена группы, снижение тревожности и враждебности;
- деятельностному: овладение навыками конструктивного разрешения конфликтов, эффективной коммуникации, оказания поддержки сверстникам, противостояния групповому давлению.

Задачи программы:

1. Обучающая: сформировать у обучающихся четкие представления о травле, ее формах, причинах возникновения и негативных последствиях для всех участников ситуации травли.

2. Развивающая: развить навыки эмпатии, рефлексии, саморегуляции эмоций, эффективной коммуникации, умение противостоять групповому

давлению и принимать ответственные решения в сложных межличностных ситуациях.

3. Воспитывающая: сформировать уважительное отношение к личности каждого одноклассника независимо от его статуса, внешности, успеваемости или иных характеристик.

4. Рефлексивная: развить навыки анализа собственного поведения и поведения других в классе, осознание своей роли в поддержании или предотвращении травли.

Принципы реализации программы:

1. Возрастная доступность: все материалы и методы работы адаптированы для детей 12–13 лет с учетом их психологических особенностей;

2. Игровой подход: Использование интерактивных форм обучения для повышения мотивации детей;

3. Практическая направленность: занятия включают элементы практической деятельности ;

4. Индивидуальный подход: учет индивидуальных особенностей каждого ребенка при выполнении заданий.

5. Системность: профилактическая работа строится как последовательный, логически заверченный цикл занятий, охватывающий все ключевые аспекты проблемы травли.

Сроки реализации программы: общий срок: 5 занятий. Формат: цикл классных часов (1-2 академических часа в неделю).

Программа осуществляется в несколько этапов:

1. Подготовительный этап (ориентационный): подбор материалов, анализ психолого-педагогической литературы, написание плана программы.

2. Диагностический этап: проведение эмпирического исследования на уровень предрасположенности школьного коллектива к травле.

3. Практический этап: апробация программы.

4. Заключительный этап: проведение контрольной диагностики, оценка результатов, сравнение с результатами на констатирующем этапе диагностики.

Методы реализации программы:

Организационные: групповая работа, подгрупповая работа, индивидуальные рефлексивные задания.

Содержательные: интерактивные методы, беседа, групповая дискуссия, кейс-метод, арт-терапевтические и проективные методы, методы рефлексии.

Предполагаемые результаты программы:

1. Когнитивный компонент: обучающиеся дают развернутые определения феномена травли, выходящие за рамки бытовых представлений. В ответах появляется понимание ключевых признаков травли, её форм и последствий для всех участников ситуации.

2. Эмоционально-мотивационный компонент: происходит формирование нетерпимого отношения к проявлениям насилия и исключения в классе. Обучающиеся начинают дифференцировать эмоциональные состояния сверстников, развивается эмпатия и способность к сочувствию.

3. Деятельностный компонент: наблюдается готовность экспериментировать с новыми моделями поведения — от пассивного наблюдения к активному заступничеству, от поддержки агрессора к отказу от участия в травле, от изолированности к обращению за помощью к взрослым. Обучающиеся осваивают конкретные алгоритмы действий в ситуациях травли.

Оценка эффективности: разработанной программы профилактики травли оценивается путем сравнительного анализа результатов констатирующей и контрольной диагностики по двум методикам, применяемым ко всей группе (30 человек). Методы оценки включают качественный анализ изменений в содержании ответов, а также количественный анализ динамики уровневого распределения групп социометрического статуса и ролей по методике “Буллинг-структуры”.

Программа профилактической работы по предотвращению травли считается эффективной, если на контрольном этапе у большинства участников экспериментальной группы зафиксирована положительная динамика по всем трем компонентам, что подтвердит гипотезу о влиянии организованной системы занятий на снижение рисков травли у шестиклассников.

Сценарии занятий представлены в Приложении В.

Таблица 2 - Структура программы профилактической работы

Занятие	Цель	Содержание	Время
Занятие №1 «Что такое травля?»	Сформировать общее понимание феномена травли, ее признаков, отличий от конфликта.	<ul style="list-style-type: none"> - Упражнение «Ассоциации» (слово «Травля»); - Беседа о признаках травли (умышленность, системность, неравенство); - Информирование о формах травли (словесная, социальная, физическая, травля в интернете); - Упражнение «Является ли это травлей?» (разбор ситуаций); -Ролевая игра «Роли» (инсценировка жертвы, агрессора, наблюдателя, защитника, помощника); - Просмотр мультфильма «Травле НЕТ!» ; - Рефлексия «Как остановить травлю?» 	45 минут
Занятие №2 «Роль агрессора»	Осознание мотивов агрессивного поведения и формирование альтернативных	<ul style="list-style-type: none"> - Беседа «Сила vs агрессия» (разница между сильным и тем, кто обижают); 	45 минут

	способов самоутверждения.	<ul style="list-style-type: none"> - Мозговой штурм «Почему человек становится агрессором?»; - Обсуждение роли помощников инициатора; - Упражнение «Закончи фразу» (три варианта альтернативного поведения); - Кейс-метод «Травля в классе» (разбор трёх ситуаций в командах); - Рефлексия «Альтернативные способы самоутверждения» 	
Занятие №3 «Роль жертвы»	Развитие эмпатии и толерантности, обучение навыкам алгоритмам выхода из ситуации.	<ul style="list-style-type: none"> - Просмотр и обсуждение мультфильма «Белая ворона»; - Упражнение «Аплодисменты» (принятие каждого участника); - Упражнение «Верю — не верю» (разрушение мифов о жертве); - Рефлексия «Моя рука помощи» (алгоритм обращения к взрослым); - Обсуждение: «Куда и как обратиться за помощью?» 	45 минут
Занятие №4 «Роль наблюдателя: тот, кто меняет всё»	Осознание ключевой роли наблюдателя в прекращении травли, развитие навыка распознавания эмоций других, создание правил класса».	<ul style="list-style-type: none"> - Психогимнастика «Зеркало эмоций» (распознавание эмоций); - Создание плаката «Поезд эмоций» (визуализация настроения); - Упражнение «Правила 	45 минут

		класса» (анонимное формулирование правил поддержки); - Упражнение «Письмо другу» (поддержка того, кто не решился вмешаться); - Итоговая рефлексия	
Занятие №5 «Мы —команда: вместе против травли!»	Обобщение полученных знаний, закрепление навыков конструктивного взаимодействия, формирование чувства единства класса и личной ответственности за атмосферу в коллективе.	- Упражнение «Комплимент соседу»; - Игра «Спасательный круг» (решение ситуаций в группах); - Коллективный коллаж «Наш класс — безопасная среда»; - Принятие «Классного кодекса» (написание правил); - Рефлексия «Кирпичики доверия» (личные обещания);	45 минут

2.3 Оценка результативности реализации профилактической работы

На следующем этапе исследования, после окончания цикла занятий, было проведено повторное тестирование для анализа эффективности реализации программы через оценку динамики снижения рисков травли, формирования нетерпимого отношения к насилию и развития навыков конструктивного реагирования в межличностных конфликтах у шестиклассников.

Сравнение результатов констатирующего и контрольного тестирования позволило выявить произошедшие изменения в статусной структуре класса,

распределении ролей, а также в характере межличностных отношений участников.

Сравнение результатов констатирующего и контрольного тестирования по методике Дж. Морено «Социометрия» отражены на рисунке 3. Контрольное тестирование представлено в виде матрицы в Приложении Г.

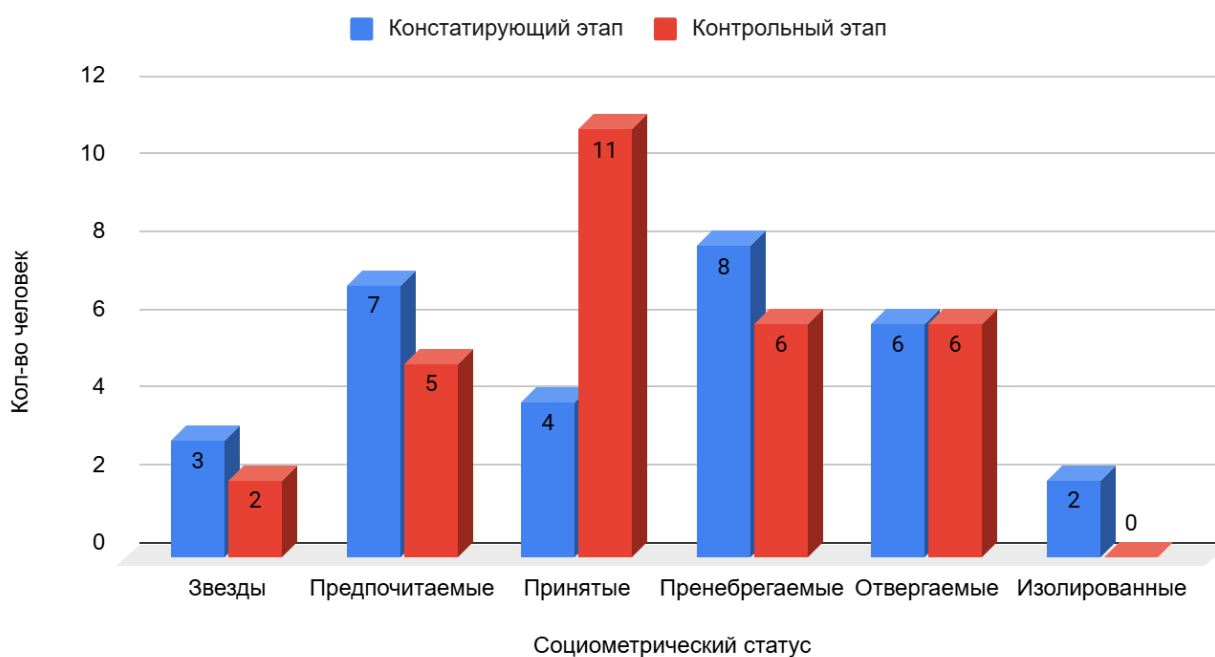


Рисунок 3 - Сравнительная диаграмма констатирующего и контрольного этапа
Методика «Социометрия»

Сопоставление результатов, полученных в ходе констатирующего и контрольного этапов диагностики, позволило зафиксировать позитивные изменения в статусной структуре классного коллектива. Если на первоначальном этапе общее количество обучающихся, обладающих благополучным статусом (куда вошли «звезды», «предпочитаемые» и «принятые»), составляло 14 человек, что соответствует 46,6% от всей выборки, то по завершении формирующего эксперимента этот показатель вырос до 18 человек (60%). Иными словами, доля обучающихся с благоприятным социальным положением в классе увеличилась более чем на 13 процентных

пунктов. Достигнутый рост произошел прежде всего за счет заметного расширения группы «принятые»: их численность возросла с 4 до 11 человек. Данная динамика свидетельствует о том, что уровень взаимного принятия и степень включенности большего числа подростков в систему межличностных взаимодействий внутри класса существенно повысились. Количество «звезд» незначительно снизилось с 3 до 2, а категория «предпочитаемые» уменьшилась с 7 до 5 человек, что может объясняться перераспределением симпатий и более равномерным распределением положительных выборов благодаря сплочению коллектива.

В неблагополучных группах («пренебрегаемые», «отвергаемые», «изолированные») на констатирующем этапе находились 16 человек (53,4%), тогда как на контрольном этапе их число сократилось до 12 человек (40%). Группа «пренебрегаемые» уменьшилась с 8 до 6 человек.

Наиболее значимым результатом стало полное устранение группы «изолированные» — на контрольном этапе изолированных обучающихся не выявлено (с 2 до 0), что говорит об успешной интеграции ранее отвергаемых членов коллектива в систему межличностных связей.

Также нами был повторно рассчитан индекс разобщенности, и мы получили следующее: $C_n = 24/435 = 0,06$ (1) на этапе констатирующего эксперимента индекс разобщенности составлял 0,04. Этот расчёт, хоть и демонстрирует минимальный прирост, всё же свидетельствует о положительной динамике в сфере межличностного взаимодействия детей.

Таким образом, реализация программы профилактики травли способствовала улучшению общего психологического климата в классе, снижению числа низкостатусных обучающихся и полной ликвидации группы со статусом «изолированные».

Контрольная диагностика по методике «Буллинг-структуры» Норкиной Е.Г. позволила выявить качественные изменения в ролевой структуре класса.

Результаты количественной обработки данных представлены на рисунке 4. Результаты контрольной диагностики представлены в Приложении Д.

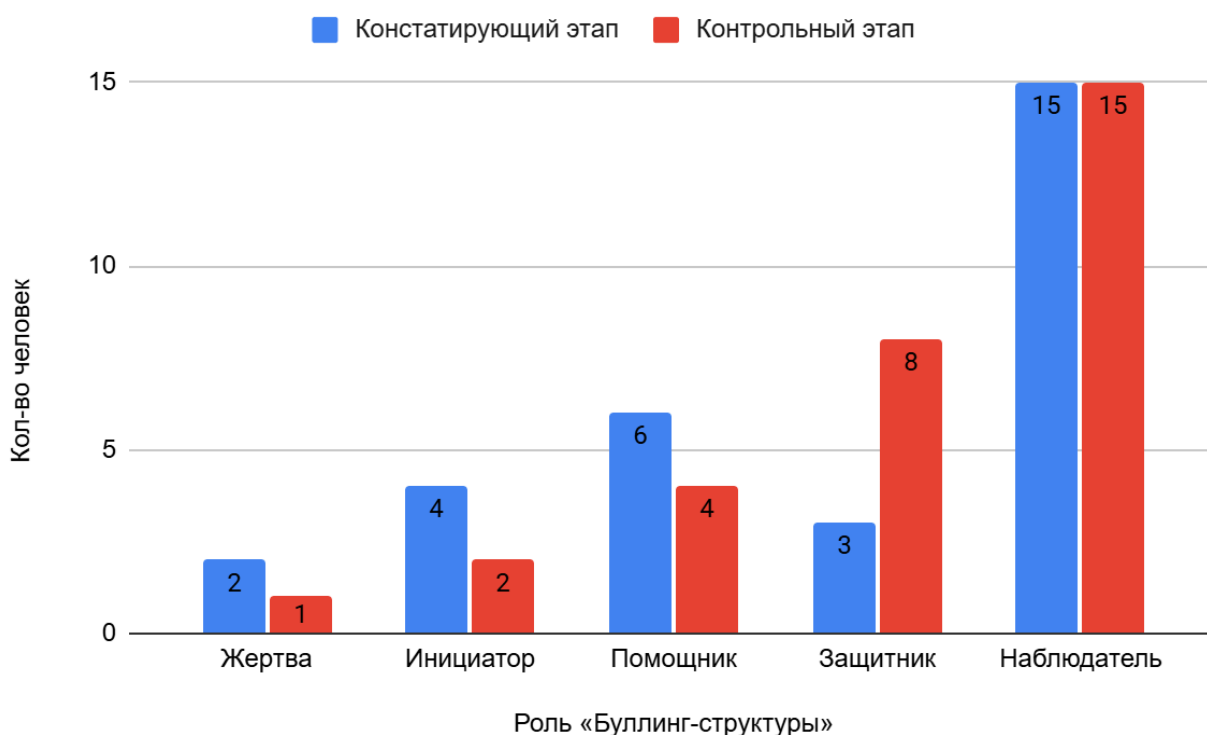


Рисунок 4 - Сравнительная диаграмма констатирующего и контрольного этапа Методика «Буллинг-структуры»

Сравнительный анализ данных констатирующей и контрольной диагностики по методике «Буллинг-структуры» Е.Г. Норкиной выявил значимую положительную динамику в распределении ролевых позиций обучающихся в структуре травли. Количество обучающихся, идентифицируемых в роли «жертва», сократилось с 2 человек (6,7%) до 1 человека (3,3%), что свидетельствует о снижении виктимных проявлений и повышении психологической защищенности подростков.

Число «инициаторов» травли уменьшилось вдвое — с 4 (13,3%) до 2 человек (6,7%), что указывает на снижение агрессивного потенциала в классе и отказ части обучающихся от деструктивных моделей поведения.

Роль «помощник» также продемонстрировала положительную динамику: на констатирующем этапе помощников было 6 человек (20%), на контрольном — 4 человека (13,3%), что говорит о том, что значительная часть обучающихся перестала поддерживать агрессивные действия и не присоединяется к травле.

Наиболее выраженная динамика зафиксирована по роли «защитник»: количество обучающихся, готовых встать на сторону жертвы и противостоять агрессорам, возросло более чем в 2,5 раза — с 3 человек (10%) до 8 человек (26,7%), что является ключевым показателем эффективности программы, поскольку именно рост числа защитников является важнейшим фактором прекращения травли.

Количество «наблюдателей» осталось неизменным — 15 человек (50%) на обоих этапах, однако, по данным качественного анализа и наблюдений, изменилась сама позиция наблюдателей: от пассивного наблюдения и страха вмешаться они перешли к более осознанной готовности поддержать жертву и сообщить взрослым о ситуации травли.

Таким образом, реализация программы способствовала снижению числа инициаторов и помощников, росту защитников, сокращению количества жертв и качественному изменению позиции наблюдателей, что в целом свидетельствует о трансформации буллинг-структуры класса в сторону более благополучного психологического климата.

Сравнительный анализ результатов констатирующего и контрольного этапов по двум методикам — социометрии Дж. Морено и методике «Буллинг-структуры» Е.Г. Норкиной — выявил положительную динамику в структуре межличностных отношений класса после реализации программы профилактики травли.

По данным социометрии, доля обучающихся с благополучным статусом увеличилась с 46,6% до 60%, группа «изолированные» полностью исчезла (с 2 до 0), а число «принятых» возросло с 4 до 11 человек. По данным методики «Буллинг-структуры», количество «инициаторов» сократилось вдвое (с 4 до 2),

«помощников» — с 6 до 4, «жертв» — с 2 до 1, а число «защитников» выросло более чем в 2,5 раза (с 3 до 8 человек).

Сопоставление данных обеих методик подтверждает взаимосвязь: улучшение статусной структуры класса сопровождается трансформацией буллинг-структуры в сторону роста защитников и снижения числа инициаторов и помощников. Таким образом, программа профилактической работы по предотвращению травли может быть признана эффективной, а полученные результаты подтверждают ее положительное влияние на психологический климат в 6 классе.

Выводы по Главе 2

В рамках прохождения производственной практики на базе МАОУ СШ №27 г. Красноярска было организовано и проведено экспериментальное исследование, направленное на профилактику травли среди обучающихся 6 класса. В исследовании приняли участие 30 человек в возрасте 12–13 лет. Сроки реализации экспериментальной работы: сентябрь 2025 – апрель 2026 года.

Диагностический инструментарий включал две взаимодополняющие методики: социометрию Дж. Морено, позволяющую оценить статусную структуру класса и уровень групповой сплоченности, а также методику «Буллинг-структуры» Е.Г. Норкиной, направленную на выявление ролевого распределения участников в возможной ситуации травли (инициаторы, помощники, защитники, жертвы, наблюдатели).

Результаты констатирующего этапа зафиксировали выраженное неблагополучие в межличностных отношениях шестиклассников. Социометрические данные показали, что лишь 46,6% обучающихся обладают благополучным статусом, тогда как более половины класса (53,4%) относятся к категориям «пренебрегаемые», «отвергаемые» и «изолированные». Методика

«Буллинг-структуры» выявила наличие инициаторов (13,3%), помощников (23,3%), жертв (6,7%) и значительной группы пассивных наблюдателей (46,7%), что в совокупности указало на наличие устойчивой проблемы в структуре классного коллектива.

На основе полученных эмпирических данных была разработана и апробирована программа профилактической работы по предотвращению травли, включающая пять тематических занятий (цикл классных часов). Программа строилась на принципах возрастной доступности, игрового подхода, практической направленности и системности. Содержание занятий охватывало ключевые аспекты проблемы: формирование понятийного аппарата (что такое травля, ее формы и последствия), анализ ролей агрессора, жертвы и наблюдателя, а также отработку навыков конструктивного реагирования и поддержки.

В ходе апробации программы был выявлен важный методический аспект: ведущим фактором, влияющим на эффективность усвоения материала у шестиклассников, является учет их возрастных психофизиологических особенностей. В возрасте 12–13 лет произвольное внимание находится на стадии активного становления, в связи с чем при однотипной подаче информации быстро нарастает утомляемость. Для поддержания устойчивого познавательного интереса и эмоциональной вовлеченности на протяжении каждого занятия требовалась регулярная смена видов деятельности: чередование мини-лекций, групповых дискуссий, кейс-метода, ролевых игр, арт-терапевтических упражнений и рефлексивных практик.

После завершения формирующего этапа было проведено контрольное тестирование по тем же двум методикам. Сравнительный анализ результатов подтвердил эффективность реализованной программы. По данным социометрии, доля обучающихся с благополучным статусом возросла с 46,6% до 60%, группа «изолированные» была полностью ликвидирована (с 2 до 0 человек), а число «принятых» увеличилось с 4 до 11. По данным методики

«Буллинг-структуры», количество инициаторов сократилось в два раза (с 4 до 2), помощников — с 6 до 4, жертв — с 2 до 1, тогда как число защитников выросло более чем в 2,5 раза (с 3 до 8 человек). Количественный состав наблюдателей остался неизменным (15 человек), однако, согласно качественному анализу, их позиция качественно трансформировалась: от пассивного созерцания к готовности вмешаться и сообщить взрослым о ситуации травли.

Таким образом, гипотеза исследования о том, что разработанная программа профилактической работы будет способствовать снижению рисков травли у шестиклассников, если выявлены исходные особенности межличностных отношений и ролевой структуры класса, а также реализована система профилактических занятий с учетом возрастных психофизиологических особенностей обучающихся, получила эмпирическое подтверждение. Цель исследования достигнута, программа может быть рекомендована к внедрению в практическую деятельность педагогов-психологов и классных руководителей общеобразовательных организаций.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенное теоретико-эмпирическое исследование, направленное на разработку, апробацию и оценку эффективности программы профилактики травли для обучающихся шестого класса, позволяет сформулировать следующие выводы.

В ходе анализа психолого-педагогической литературы было установлено, что школьная травля представляет собой систематическое, продолжительное насилие, осуществляемое одним человеком или группой лиц по отношению к тому, кто не может себя защитить, с целью причинения ущерба и получения удовлетворения. Травля проявляется в физической, психологической форме и в виде травли в интернете. Подростковый возраст (12–13 лет) является ключевым периодом риска в силу гормональных изменений, становления самосознания, стремления к лидерству и самоутверждению в группе сверстников. Основными причинами травли выступают внутриличностные конфликты, особенности семейного воспитания, а также социально-психологический климат образовательной организации. Эффективная профилактическая работа по предотвращению травли требует комплексного подхода, объединяющего диагностическую, просветительскую и коррекционно-развивающую работу на индивидуальном, групповом и общешкольном уровнях.

Результаты констатирующей диагностики, проведённой на базе МАОУ СШ №27 г. Красноярск с участием 30 обучающихся 6-го класса (12–13 лет), выявили наличие выраженной проблемы в структуре межличностных отношений. По методике «Социометрия» Дж. Морено доля обучающихся с неблагополучным статусом («пренебрегаемые», «отвергаемые», «изолированные») составила 53,4% (16 человек), при этом 2 ученика находились в полной изоляции. По методике «Буллинг-структуры» Е.Г. Норкиной в классе были выявлены «инициаторы» (13,3%), «помощники»

(23,3%), «жертвы» (6,7%), при этом большинство обучающихся (46,7%) занимали пассивную позицию «наблюдателей», а число «защитников» было крайне низким (10%). Полученные данные подтвердили необходимость разработки и внедрения комплексной программы профилактики травли.

На основе выявленных дефицитов была разработана и апробирована программа профилактической работы по предотвращению травли, включающая цикл из пяти занятий, направленных на формирование когнитивного, эмоционально-мотивационного и деятельностного компонентов готовности противодействовать травле. Программа реализовывалась в форме интерактивных классных часов с использованием бесед, дискуссий, кейс-метода, ролевых игр, арт-терапевтических и рефлексивных упражнений.

По завершении формирующего эксперимента была проведена контрольная диагностика, итоги которой зафиксировали устойчивую положительную динамику. Обратимся сначала к социометрическим показателям. Доля учащихся, обладающих благополучным статусом, возросла с 46,6% на констатирующем этапе до 60% на контрольном. Категория «изолированные» была полностью ликвидирована: если первоначально в неё входили 2 человека, то на завершающем этапе таких школьников не осталось. Одновременно с этим число «принятых» увеличилось с 4 до 11 обучающихся, что практически в три раза превышает исходные значения.

Что касается методики «Буллинг-структуры», то здесь также наблюдается выраженная положительная динамика. Количество «инициаторов» сократилось в два раза — с 4 до 2 человек. Численность «помощников» уменьшилась с 6 до 4, а «жертв» — с 2 до 1. При этом группа «защитников» продемонстрировала наиболее заметный рост: их число увеличилось более чем в 2,5 раза, поднявшись с 3 до 8 человек.

Сопоставив данные, полученные по обеим методикам, можно утверждать наличие прямой взаимосвязи между изучаемыми явлениями. Улучшение статусной структуры класса напрямую сопровождается позитивной динамикой

буллинг-структуры, а именно: ростом числа защитников и одновременным снижением количества инициаторов травли и их помощников. Иными словами, чем более благополучной становится система межличностных отношений в классе, тем меньше пространства остается для проявления агрессивных моделей поведения.

Таким образом, цель исследования — разработать, апробировать и оценить эффективность профилактической работы по предотвращению травли для обучающихся шестого класса — достигнута. Выдвинутая гипотеза о том, что профилактическая работа будет способствовать выявлению ролевых отношений внутри класса, осознанию техник ролевого поведения в ситуациях конфликта, формированию навыков конструктивного поведения, нашла свое эмпирическое подтверждение. Программа профилактической работы по предотвращению травли может быть признана эффективной, а полученные результаты подтверждают её положительное влияние на психологический климат в 6 классе.

Разработанная программа профилактической работы по предотвращению травли и подобранный диагностический инструментарий могут быть рекомендованы к использованию педагогами-психологами, классными руководителями и социальными педагогами в профилактической работе с обучающимися 6-х классов.

Полученные результаты позволяют считать задачи исследования решенными, а цель — достигнута.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Арора Т. Определение буллинга в школьной среде / Т. Арора. — М.: Просвещение, 1994.
2. Бердышев И. Профилактика буллинга в школе / И. Бердышев. — СПб.: Речь, 2012.
3. Бесаг В. Буллинг в школе: причины и последствия / В. Бесаг. — Лондон: Routledge, 1989.
4. Бочавер А.А. Буллинг как объект исследований и культурный феномен / А.А. Бочавер, К.Д. Хломов // Психология. Журнал Высшей школы экономики. — 2013. — № 3. — С. 149–159.
5. Брайзендайн Л. Психология подросткового возраста / Л. Брайзендайн. — М.: Эксмо, 2010.
6. Воробьева А.А. Индивидуальная работа с подростками по профилактике буллинга / А.А. Воробьева. — М.: МГППУ, 2018.
7. Глазман О.С. Педагогическая поддержка детей в образовании / О.С. Глазман. — М.: Инноватор, 1996.
8. Глазман О.С. Педагогика поддержки: теория и практика / О.С. Глазман. — М.: Просвещение, 2000.
9. Гаджиева М.А. Тишина боли: цифровая и реальная агрессия в подростковой среде России и Дагестана в 2023–2024 гг. и стратегии сопротивления / М.А. Гаджиева, А.А. Магомедова // Юный ученый. — 2025. — № 11 (96). — С. 129–131.
10. Глазман О.Л. Психологические особенности буллинга в школьной среде / О.Л. Глазман // Вестник практической психологии образования. — 2010. — № 2. — С. 45–50.
11. Глазман О.Л. Психолого-педагогическая профилактика буллинга в школьной среде / О.Л. Глазман. — М.: МГУ, 2015.

12. Дударева А.А. Особенности отношения педагогов школ Республики Карелия к травле в школе / А.А. Дударева, А.Ю. Атрушкевич // StudArctic Forum. — 2022. — Т. 7, № 4. — С. 47–51.
13. Дьюкс, К. Первые исследования школьного насилия / К. Дьюкс. — Лондон, 1905.
14. Ильин Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. — СПб.: Питер, 2001.
15. Калугина Е.Д. Школьный буллинг и его предупреждение в подростковой среде / Е.Д. Калугина // Труды СГУ. — 2024. — № 4. — С. 44–51.
16. Капцов А.В. Психологическая безопасность образовательной среды / А.В. Капцов. — Самара: СамГУ, 2016.
17. Каталано Р. Исследования школьного насилия в США / Р. Каталано, Д. Хоукинс, С. Харарчит. — Нью-Йорк: Academic Press, 1998.
18. Кон И.С. Что такое буллинг и как с ним бороться? / И.С. Кон // Семья и школа. — 2006. — № 11. — С. 15–18.
19. Кон И.С. Психология ранней юности / И.С. Кон. — М.: Просвещение, 1989.
20. Кривцова С.В. Буллинг в школе: диагностика и профилактика / С.В. Кривцова. — М.: Генезис, 2015.
21. Кривцова С.В. Буллинг: как остановить травлю в школе / С.В. Кривцова, Е.Н. Ушакова. — М.: Генезис, 2015.
22. Кулагина И.Ю. Возрастная психология / И.Ю. Кулагина. — М.: УРАО, 2003.
23. Лэйн Д.А. Школьный буллинг: причины и профилактика / Д.А. Лэйн // Журнал педагогической психологии. — 1992. — № 4. — С. 22–29.
24. Майерс Д. Социальная психология / Д. Майерс. — СПб.: Питер, 2007.
25. Маланцева О.Д. Школьная травля: причины и следствия / О.Д. Маланцева // Педагогика. — 2012. — № 1. — С. 45–52.

26. Мальцева О.А. Факторы возникновения буллинга в образовательной среде / О.А. Мальцева. — Екатеринбург: УрГПУ, 2015.
27. Марьина Н.Н. Противодействие буллингу как одно из направлений защиты прав ребенка / Н.Н. Марьина, А.В. Манахов // Вестник Краснодарского университета МВД России. — 2024. — № 2. — С. 99–101.
28. Мерцалова Т. Насилие в школе: формы и профилактика / Т. Мерцалова. — М.: Просвещение, 2011.
29. Молчанова Л.Н. Модель антибуллинговой компетентности в условиях образовательных организаций и оценка ее эффективности / Л.Н. Молчанова, А.В. Фомина // Научный результат. Педагогика и психология образования. — 2025. — Т. 11, № 1. — С. 156–173.
30. Морено, Я. Л. Социометрия: Экспериментальный метод и наука об обществе [Текст] / Я. Л. Морено; пер. с англ. - М.: Академический проект, 2004.
31. Национальная ассоциация школьных работников США. Определение буллинга / NASW. — Вашингтон, 2002.
32. Норкина, Е. Г. Методика на выявление «Буллинг-структуры» / Е. Г. Норкина // Таврический научный обозреватель. – 2016. – № 3 (8). – С. 170–174.
33. Олвеус Д. Буллинг в школе: что мы знаем и что можем сделать / Д. Олвеус. — Оксфорд: Blackwell, 1993.
34. Олвеус Д. Профилактика буллинга в школе / Д. Олвеус. — М.: Генезис, 2006.
35. Петровский, А.В. Личность. Деятельность. Коллектив / А.В. Петровский. — М.: Политиздат, 1982.
36. Попкова Н.А. Психологические характеристики буллинга в образовательной среде школы в контексте адаптации молодых педагогов / Н.А. Попкова // Молодой ученый. — 2025. — № 22 (573). — С. 647–648.
37. Реан А.А. Агрессия и агрессивность личности / А.А. Реан. — СПб.: Питер, 2005.

38. Роланд Е. Профилактика буллинга в школе / Е. Роланд. — Осло: Universitetsforlaget, 1993.
39. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. — СПб.: Питер, 2002.
40. Слободчиков В.И. Психология развития человека / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. — М.: Школа-Пресс, 2000.
41. Смит П.К. Буллинг в школе: что мы знаем / П.К. Смит, И. Уитни. — Лондон: Routledge, 1994.
42. Соловьев Д.Н. Буллинг как форма конфликтного взаимодействия / Д.Н. Соловьев // Психологическая наука и образование. — 2013. — № 2. — С. 65–72.
43. Соловьев Д.Н. Профилактика буллинга в образовательной среде / Д.Н. Соловьев. — М.: МГППУ, 2015.
44. Фельдштейн Д.И. Психология развития личности в онтогенезе / Д.И. Фельдштейн. — М.: Педагогика, 1989.
45. Хасан Б.И. Психология конфликта и переговоры / Б.И. Хасан. — М.: Академия, 2014.
46. Хломов К.Д. Подростковый возраст и риски буллинга / К.Д. Хломов // Психология и школа. — 2016. — № 2. — С. 34–42.
47. Эльконин Д.Б. Психология развития / Д.Б. Эльконин. — М.: Академия, 2001.
48. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. — М.: Прогресс, 1996.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Кто выбирает		Кого выбирают																													
№	Код	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
1	Д1	■		3		1							3											1							
2	Д2		■									3			3	3															
3	Д3	3		■		1							3										1								
4	Д4		2		■						3	1			1	1										1					
5	Д5			2		■			3								1			1										2	
6	Д6						■			3	3																			3	
7	Д7				2	3		■																						3	
8	Д8						2		■		2																			2	
9	Д9					3		2		■							1			1										2	
10	Д10		2	1	3						■						1					1									
11	Д11		3									■		3	3																
12	Д12	3		2		1							■											1							
13	Д13		3									3		■		3															
14	Д14		2									2		2	■																
15	Д15											3		3	3	■															
16	М1							2		3							■		1	3											
17	М2																	■								2		2	2		
18	М3													3				■		3		1									
19	М4				1			1	3							3			■		1										
20	М5																										3			3	
21	М6																				1		1					1	1	1	
22	М7									3							3		3												
23	М8					2																									
24	М9																	2										2	2		
25	М10																									3				3	
26	М11																			1					1				1		
27	М12																														
28	М13																		1	2		1			3						
29	М14		3		3			2									1						3			3					
30	М15						3		3	3																					
Всего		2	6	4	3	5	4	2	5	5	2	5	2	3	5	2	8	5	3	6	0	1	3	3	5	3	4	4	3	2	3
Кол-во взаимных выборов		0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	3	2	2	2	1	0	1	0	0	1	0	1	0	2	1	1	0	0

Рисунок 5 - Социометрическая матрица констатирующего этапа

“Социометрия” Дж. Морено

Приложение Б

Таблица 3 - Результаты методики “Буллинг - структуры” Норкиной Е.Г

№	Код	Роль
1	Д1	Защитник
2	Д2	Наблюдатель

3	Д3	Наблюдатель
4	Д4	Наблюдатель
5	Д5	Жертва
6	Д6	Наблюдатель
7	Д7	Наблюдатель
8	Д8	Инициатор
9	Д9	Помощник
10	Д10	Защитник
11	Д11	Наблюдатель
12	Д12	Защитник
13	Д13	Наблюдатель
14	Д14	Наблюдатель
15	Д15	Наблюдатель
16	М1	Инициатор
17	М2	Помощник

18	M3	Инициатор
19	M4	Наблюдатель
20	M5	Помощник
21	M6	Жертва
22	M7	Помощник
23	M8	Наблюдатель
24	M9	Помощник
25	M10	Наблюдатель
26	M11	Помощник
27	M12	Инициатор
28	M13	Наблюдатель
29	M14	Наблюдатель
30	M15	Наблюдатель

Приложение В

Содержание программы профилактической работы

Классный час №1 «Что такое травля?»

Цель: сформировать общее понимание феномена травли, ее признаков, отличий от конфликта.

Целевая аудитория: обучающиеся в возрасте 10-12 лет

Время проведения: 40 мин

Содержание

1. Вводная часть:

Ведущий: *«Ребята, здравствуйте! Сегодня мы начинаем цикл разговоров о том, что часто остается за кадром школьной жизни. Давайте начнем с простого упражнения. Посмотрите на доску. Я написал слово...ТРАВЛЯ. Сейчас каждый назовет одну ассоциацию — слово или фразу, которая приходит вам в голову, когда вы слышите это слово. Не задумывайтесь долго, говорите первое, что приходит».*

Участники называют ассоциации. Ведущий записывает их на доске вокруг слова.

Ведущий: *«Посмотрите, сколько всего здесь: боль, страх, толпа, смех, одиночество, слезы... Сегодня мы разберемся, что скрывается за этими словами. Что такое травля на самом деле, как ее распознать и почему она возникает».*

2. Основная часть:

Ведущий: *«То, о чем мы говорим, в психологии называется “Травля” (или издевательства) — это агрессивное поведение, которое проявляется регулярно по отношению к одному и тому же человеку. Это не просто ссора, а система, где есть явное неравенство сил.*

Ведущий: *«Как вы считаете чем травля отличается от обычной ссоры? Какие признаки ссоры?»*

Ведущий рассказывает признаки травли:

1. Умышленность: обидчик хочет задеть, унижить, напугать.

2. Системность: это происходит не один раз, а повторяется снова и снова.

3. Неравенство: жертве сложно защитить себя (физически или морально).

Ведущий: «В ссоре силы примерно равны. В ссоре можно помириться. В травле одна сторона беззащитна, а другая целенаправленно и многократно наносит удары — словом или действием».

Ведущий: «Травля бывает разной, давайте узнаем о ее формах».

1. Словесное давление и оскорбления: частое использование уничижительных слов и грубостей, направленных на одного человека.

2. Социальное исключение из группы: игнорирование и распространение негативных слухов.

3. Физическое проявление агрессии: удары, толчки и другие насильственные действия.

4. Агрессия в цифровом пространстве: распространение оскорбительных сообщений или изображений в интернете.

Ведущий: «Узнав что такое травля и какие существуют ее формы, давайте попробуем распознать где же действительно ситуация травли, а где ссора».

Упражнение «Является ли это травлей?»:

Ведущий зачитывает ситуации ссоры и ситуации травли, задача учеников ответить какое явление описывает ведущий.

Ситуации:

1. Друзья поспорили о футбольной команде, накричали друг на друга, а через час помирились. (Ссора)

2. В чате класса кто-то создал фейковый аккаунт от имени Маши и пишет от ее лица глупые сообщения. Маша просит удалить, но аккаунт продолжает существовать уже неделю, все одноклассники об этом знают и смеются. (Травля)

3. Весь класс игнорирует Лену. С ней не садятся за парту, не берут в игры, не отвечают, когда она говорит. Это длится уже месяц. (Травля)

4. Миша один раз неудачно пошутил про внешность одноклассника. Тот обиделся. Миша извинился, и больше так не шутил.(Ссора)

5. Над Лизой смеются, потому что она плохо одета. Учитель говорит: «Не обращай внимания, они просто шутят». Лиза плачет каждый день. (Травля)

6. Две девочки поспорили из-за мальчика, обозвали друг друга неприятными прозвищами и разошлись. На следующий день помирились.(Ссора)

Ведущий: «В любой ситуации травли есть 5 ролей. Сейчас мы с ними познакомимся. Я разделю вас на 5 групп. Каждая группа получит карточку с описанием одной роли. Ваша задача — за 5 минут придумать короткую сценку, где вы покажете эту роль.»

Упражнение: “Роли”

Деление на группы. Ведущий раздает карточки:

Таблица 4 - Раздаточный материал к упражнению “Роли”

Группа	Карточка
Группа №1	«Человек, над которым систематически издеваются. Он боится идти в школу, прячется, сжимается, чувствует себя беспомощным. Покажите, как он сидит на уроке, как заходит в класс, как реагирует на одноклассников».
Группа №2	«Человек, который инициирует травлю. Он ищет внимания, самоутверждается, получает удовольствие от власти. Покажите, как он стоит в окружении одноклассников, как он указывает на слабых, как он смеется».
Группа №3	«Человек, который видит происходящее, но ничего не делает. Он стоит в стороне, отворачивается, делает вид, что не замечает. Он видит, но боится вмешаться»

Группа №4	«Человек, который вмешивается и встает на сторону слабых. Он может волноваться, бояться, что теперь начнут обижать его, но при этом чувствует, что не может молчать».
Группа №5	«Человек, который не начинает травлю, но поддерживает инициатора. Он стоит рядом, смеется над шутками, поддакивает, распространяет сплетни. Он не бьет и не обзывает сам, но его присутствие и одобрение делают инициатора травли увереннее».

Подготовка (5 минут). Группы готовят сценки.

Показ сценок (по 1–3 минуты на группу).

Ведущий: «Давайте поговорим о том, что мы увидели».

Ведущий более подробно рассказывает о каждой роли в ситуации травли.

1. Жертва - тот, над кем издеваются.
2. Агрессор - тот, кто придумывает и начинает травлю.
3. Наблюдатели - самая многочисленная группа. Те, кто видит происходящее.
4. Защитники - пытаются заступиться или утешить жертву.
5. Помощники - поддерживают агрессора.

Ведущий резюмирует: «Интересно, что чаще всего именно наблюдатели могут прекратить травлю. Агрессор редко остановится сам, жертва не может защитить себя в одиночку. Но когда наблюдатели перестают молчать — травля заканчивается.»

3. Заключение

Просмотр мультфильма “Травля”:

Ведущий: «Если ты видишь, что кого-то травят, твои действия могут спасти человека от отчаяния.»

1. Не подключайся. Самое простое — не смейся над «шутками» зачинщика и не делай вид, что это нормально. Твое молчание — не нейтралитет, а поддержка агрессора.
2. Поддержи жертву. Подойди к жертве травли на перемене, скажи: «Мне не нравится, как они с тобой поступили. Ты не один/одна». Простое человеческое участие очень важно.
3. Сообщи взрослому. Это не ябедничество, а помощь. Расскажи классному руководителю, школьному психологу или родителям.
 - Можно сказать так: *«В нашем классе происходит ситуация, с которой мы сами не можем справиться. Нужна помощь»*.
4. Предложи решение. Если боишься говорить один, объединись с другими одноклассниками, которые тоже против травли, и сходите к учителю вместе.

Финальное слово ведущего: «Сегодня мы узнали, что травля — это не "просто ссора". Это системная проблема. И от того, какую роль выбирает каждый из нас, зависит, остановится травля или будет продолжаться. Спасибо за работу!»

Классный час №2 «Роль агрессора»

Цель: Осознание мотивов агрессивного поведения и формирование альтернативных способов самоутверждения.

Целевая аудитория: Обучающиеся в возрасте 10-12 лет

Время проведения: 40 мин

Содержание

1. Вступление.

Ведущий: «Здравствуйте! На прошлом занятии мы говорили о том, что в травле есть 5 ролей. Сегодня мы погружаемся в одну из них — роль агрессора.»

Ведущий: « Как вы считаете в чем, разница между "быть сильным" и "быть тем, кто обижает?»

Ведущий : « Спасибо! Я слышу важные мысли. Обижать — это часто попытка показать силу, когда внутри человек чувствует неуверенность. Настоящая сила не нуждается в унижении других. Сегодня мы разберемся, почему люди становятся агрессорами и как им можно с этим помочь».

2. Основная часть

Ведущий: «Давайте подумаем: почему человек вообще начинает обижать другого? Что стоит за этим поведением?»

Ведущий записывает на доске ответы детей.

Ведущий: Посмотрите на этот список. Что мы видим? Агрессор — это часто человек, который сам находится в боли. Это не оправдание его поступков, но это объяснение. Понимая это, мы можем перестать видеть в агрессоре "монстра" и начать понимать, что ему тоже нужна помощь. Только помощь эта должна быть правильной — не потакание, а помощь в поиске других способов быть заметным и уважаемым».

Ведущий: «Но инициатор редко действует в одиночку. Вокруг него всегда есть те, кто его поддерживает. Давайте разберемся, кто это».

Ведущий: «Помощники инициатора — это те, кто не начинает травлю, но поддерживает ее. Они стоят рядом, смеются над шутками, поддакивают, ставят лайки под обидными постами, распространяют сплетни. Они не бьют и не обзывают сами, но их присутствие и одобрение делают инициатора увереннее».

Вопросы для обсуждения:

- «Как вы думаете, почему человек становится помощником инициатора?»
- «Что он чувствует внутри?»
- «Чем помощник отличается от инициатора?»

Ведущий резюмирует:

«Помощники — это ключевая группа. Без них инициатор часто теряет силу. Если перестать смеяться и поддакивать — травля часто затухает.

Поэтому так важно осознавать свою роль, если ты находишься рядом с инициатором».

Ведущий: «А теперь самое важное. Если агрессия и поддержка агрессии — это попытка получить внимание, власть или защитить себя, то давайте подумаем: как еще можно получить то же самое, не унижая других и не поддерживая унижение?»

Ведущий делит детей по рядам и показывает фразы которые нужно продолжить, по завершению задания, дети зачитывают свои варианты ответов.

Таблица 5 - Раздаточный материал к упражнению

Ряд	Фраза
1	<i>«Если я хочу внимания и уважения, я могу вместо травли...»</i>
2	<i>«Если я вижу, как мой друг травит кого-то, я могу вместо того, чтобы смеяться...»</i>
3	<i>«Если я хочу, чтобы со мной дружили и мне доверяли, я могу вместо изоляции и сплетен...»</i>

Ведущий: «А теперь давайте поделимся на 5 команд и выполним еще одно задание».

Упражнение : ситуативные карточки “ Травля в классе”

Ведущий делит класс на пять команд. Всем командам выдаются одинаковые ситуационные задачи. Команды готовят свои варианты ответов, позже представляют всему классу, дополняя друг друга.

Ситуация №1: «Новичок и статус»

В класс пришел новый ученик, Ваня. Он тихий, носит очки, стесняется отвечать у доски. Дима (один из лидеров класса) замечает, что многие в классе к нему присматриваются. Чтобы укрепить свою позицию «главного» и показать, что Дима задает здесь тон, он начинает громко комментировать ответы Вани у

доски, передразнивать его голос и придумал обидное прозвище. Часть класса смеется, часть молчит. Ваня краснеет, замолкает и после уроков быстро уходит.

Вопросы:

1. Что, по мнению агрессора, он получает в этой ситуации?
2. Как бы вы поступили на месте агрессора, если бы хотели сохранить лидерство, но не становиться тем, кого боятся?
3. Какие долгосрочные последствия может иметь такое поведение для самого агрессора?

Ситуация № 2: «Сплетня в чате»

В общем чате, без учителя класс обсуждает одноклассницу Лену. Кто-то написал, что она «выскачка» и «подлизывается» к учителям. Коле эта тема показалась интересной, и он начинает активно поддерживать и отправлять смешные стикеры. Чат оживляется, многие ставят «+» и смеются. Лена не участвует в переписке, но на следующий день приходит в школу заплаканная и ни с кем не разговаривает.

Вопросы:

1. Почему Коля присоединился к травле в чате?
2. Чем травля в интернете отличается от травли вживую?
3. Что можно сделать после сделанного, чтобы не продолжать травлю в будущем?

Ситуация № 3: «Давление на бывшего друга»

У Васи с Кириллом раньше была дружба, но сейчас они поссорились. Вася хочет ему отомстить за то, что Кирилл перестал с ним общаться и теперь дружит с другими. Вася начинает шептаться о нем с общими друзьями, рассказывать его секреты, которые Кирилл доверял Васе раньше. Вася видит, что Кирилла перестали звать в игры, и чувствует удовлетворение.

Вопросы:

1. Что движет Васей в этой ситуации?

2. Достигает ли агрессор своей цели? Вернет ли он дружбу таким способом?

3. Как бы вы поступили на месте Васи, если бы хотели справиться с обидой, но не разрушать отношения окончательно?

4. Что можно сделать вместо мести?

3. Заключение

Ведущий : «Сегодня мы поняли, что агрессия к слабым — это не единственный способ быть заметным. Есть много дорог к уважению. И тот, кто выбирает эти дороги, становится по-настоящему сильным. Спасибо!»

Классный час №3 «Роль жертвы»

Цель: Развитие эмпатии и толерантности, обучение навыкам алгоритмам выхода из ситуации.

Целевая аудитория: Обучающиеся в возрасте 10-12 лет

Время проведения: 40 мин

Содержание

1. Вводная часть.

Ведущий: «Здравствуйтесь ребята! Сегодня мы будем говорить о тех, кто оказался в роли жертвы. О том, что они чувствуют, и о том, кто может стать для них опорой».

Ведущий: «Давайте посмотрим мультфильм, а позже ответим на вопросы».

Просмотр мультфильма “Белая ворона”

Ведущий: «Какие чувства вызывает у вас этот мультфильм? Как вы думаете, как себя чувствует белая ворона, когда ее не принимают другие? Как вы думаете, почему черные вороны не принимают ворону белого цвета?»

Дети отвечают на поставленные вопросы

Ведущий: «Вы только что увидели историю о том, как важно быть собой и как непросто, когда тебя не понимают. Каждый из нас отличается от других своей особенной "изюминкой", и именно это делает наш мир интересным. Давайте помнить, что в нашей группе есть место каждому — и мы все заслуживаем быть принятыми такими, какие мы есть».

Упражнение “ Аплодисменты”

Ведущий произносит фразы, начинающиеся со слов: «Аплодисменты тому, кто...». Если ребенок узнает себя в описании, он хлопает в ладоши.

Примеры фраз:

1. «...умеет громко смеяться»
2. «...любит рисовать»
3. «...умеет дружить»
4. «...бывает грустным, но всё равно остаётся хорошим другом»
5. «...чувствует себя особенным»
6. «...любит обниматься»
7. «...умеет делиться своими трудностями»
8. «...когда-нибудь обижался, но прощал»
9. «...любит слушать музыку»
10. «...иногда говорит что-то неправильное, но потом извиняется»
11. «...помогает слабым»
12. «...сегодня чувствует, что он — важная часть нашей группы»

Ведущий: Посмотрите, как много раз сегодня звучали аплодисменты. Мы все разные, но каждому нашлось место. Вы заслуживаете аплодисментов не за что-то особенное, а просто за то, что вы есть. Такие, какие вы есть. Уникальные и настоящие.

2. Основная часть.

Упражнение «Верю — не верю»

Ведущий: *«Вокруг травли существует много мифов. Особенно много мифов — о жертве. Я буду зачитывать утверждение. Если вы считаете, что это миф (неправда), поднимаете руку. Если считаете, что это правда — руки не поднимаете».*

Ведущий зачитывает:

1. *«Жертва сама виновата и заслуживает получить сдачи».* (Миф) — разбор с учениками о неравенстве сил, страхе, последствиях.
2. *«Если игнорировать травлю, она сама прекратится».* (Миф) — разбор с учениками о том, что травля без реакции обычно усиливается.
3. *«Жертвой может стать любой, независимо от силы характера».* (правда).
4. *«Жертва имеет право попросить помощь у взрослых».* (Правда).
5. *«Если рассказать взрослому, станет только хуже».* (Миф) — разбор с учениками о том, что иногда так бывает, но есть способы рассказать безопасно, а молчание точно не поможет.

Ведущий резюмирует: *«Жертва не выбирает эту роль. Никто не заслуживает травли. И жертва имеет право на помощь и поддержку».*

3. Заключительная часть.

Рефлексия «Моя рука помощи»

Каждый ребёнок обводит свою ладошку на листе бумаги. На каждом пальце нужно написать или нарисовать:

- Большой палец — *имя взрослого, которому я доверяю больше всего*
- Указательный — *как я начну разговор (фраза)*
- Средний — *что я скажу про ситуацию*
- Безымянный — *что я хочу, чтобы взрослый сделал*
- Мизинец — *что я сделаю, если мне не помогли с первого раза*

По завершению упражнения дети делятся, своими вариантами.

Ведущий: *«Обратиться за помощью — это не стыдно и не слабость. Это смелость и забота о себе. Даже самые сильные и взрослые люди иногда*

просят помощи. Главное — знать, к кому можно прийти, и уметь объяснить, что случилось. Потренируйтесь дома: скажите своим родителям, что вы теперь умеете просить о помощи правильно. И помните: вы не одни. Взрослые рядом, чтобы поддержать и защитить вас».

Классный час №4 «Роль наблюдателя: Тот, кто меняет всё»

Цель: Осознание ключевой роли наблюдателя в прекращении травли, развитие навыка распознавания эмоций других, создание правил класса».

Целевая аудитория: Обучающиеся в возрасте 10-12 лет

Время проведения: 40 мин

Содержание

1. Вступление

Ведущий: *«Ребята, здравствуйте! Сегодня мы говорим о наблюдателе — о тех, кто видит, что происходит вокруг, и может изменить ситуацию. Но чтобы помочь другому, нужно уметь замечать его состояние. Начнем с разминки».*

Упражнение «Зеркало эмоций»

Ведущий приглашает 5 добровольцев.

Ведущий: *« Один из вас должен показывать эмоцию лицом и телом, которая написана на листочке. Задача остальных — показать ту же эмоцию, как в зеркале другому . Не нужно говорить, просто повторяем, в конце отгадываем эмоцию».*

Эмоции:

- Радость
- Грусть
- Страх
- Злость
- Удивление

Ведущий: *«Легко ли было угадывать эмоции? А показывать? Почему*

важно уметь замечать эмоции других?»

Ответы участников (ведущий резюмирует):

«Если мы замечаем, что другому грустно или страшно, мы можем вовремя помочь. Наблюдатель — это тот, кто видит не только действия, но и чувства».

2. Основная часть.

Ведущий: «Ребята, у каждого из нас каждый день бывает разное настроение. Иногда хочется смеяться и прыгать, иногда — посидеть тихо, а иногда бывает грустно или обидно. Это нормально. У всех людей бывают разные эмоции. И сегодня мы создадим с вами плакат, где каждый сможет показывать свое настроение. Почему это важно? Потому что, когда мы видим, что у соседа грустное настроение, мы можем его поддержать. А когда видим, что у всех сегодня радостные лица — мы радуемся вместе. Наш плакат поможет нам лучше понимать друг друга».

Упражнение «Поезд эмоций»

На ватмане рисуется длинный поезд с вагончиками. Каждый ребенок создает свой вагончик (рисует, раскрашивает, подписывает именем). Вагончики соединяются в один состав.

Каждый день: в окошке своего вагончика ребёнок рисует или приклеивает смайлик настроения.

Ведущий: «А сейчас давайте попробуем. Какое у вас настроение прямо сейчас? Найдите свой листочек, вагончик или облачко и отметьте. Помните: нет "плохих" или "хороших" эмоций. Любое настроение имеет право быть. Главное — мы видим его и можем поддержать друг друга».

Ведущий: «Теперь, когда мы научились замечать настроение друг друга, давайте придумаем правила, которые помогут нам поддерживать друг друга».

Упражнение «Правило класса»

Каждому ученику предлагается написать на листочках, анонимно: «Что я могу сделать, если вижу, что однокласснику грустно?»; «Что я могу сделать,

если вижу, что кого-то обижают?». После этого ведущий собирает ответы, зачитывает. Участники поднимают руку, если согласны, что это правило стоит записать.

Ведущий: «Правила приняты. Мы будем на них опираться. И главное: они работают, если каждый из нас их выполняет».

Ведущий: «Исследования показывают: в 85% случаев травля прекращается в течение 10 секунд, если хотя бы один наблюдатель вмешивается. Один человек. Одна фраза. Вы — те самые 85%».

3. Заключение

Упражнение “Письмо другу”

Ведущий: «Представьте, что ваш друг увидел травлю, но не решился вмешаться. Он чувствует вину. Напишите ему короткое письмо поддержки. Что вы ему скажете? Что поможет ему в следующий раз поступить иначе?»

Начало фразы на доске:

«Я знаю, что ты не вмешался, потому что...

Но я хочу сказать тебе...

В следующий раз ты можешь...»

Участники пишут (3–4 минуты). Желаящие зачитывают свои письма.

Ведущий: «Ребята, спасибо вам за сегодняшний разговор. Мы говорили о непростых вещах, но очень важных. И главное, что я хочу, чтобы вы запомнили: вы не просто ученики в классе. Вы — те, кто создает атмосферу. Каждый из вас. Ваше слово, ваш взгляд, ваше молчание или ваш поступок — всё это влияет на то, что происходит вокруг. Помните: 85% травли прекращается, если хотя бы один человек говорит "стоп". Вы можете быть этим человеком. Вы можете изменить ситуацию. Берегите друг друга».

Классный час №5: «Мы — команда: вместе против травли!»

Цель: Обобщение полученных знаний, закрепление навыков конструктивного взаимодействия, формирование чувства единства класса и личной ответственности за атмосферу в коллективе.

Целевая аудитория: Обучающиеся в возрасте 10-12 лет

Время проведения: 40 мин

Содержание

1. Вступление.

Ведущий: «Ребята, здравствуйте! Мы прошли с вами четыре занятия. Говорили о том, что такое травля, разбирали роли агрессора, жертвы, наблюдателя. Сегодня наше последнее занятие. Оно называется "Мы — команда: вместе против травли". Давайте проверим, чему мы научились, и закрепим всё самое важное».

Упражнение «Комплимент по кругу»

Ведущий: «Начнем с доброго упражнения. Повернитесь к соседу справа. Посмотрите ему в глаза и скажите один искренний комплимент: что вам нравится в нём? Что вы цените? Например: "Мне нравится, как ты помогаешь другим", "Я ценю твое чувство юмора". Нельзя повторять то, что уже сказали другие. Поехали!»

Участники по кругу говорят комплименты. Ведущий следит за атмосферой, при необходимости помогает.

Ведущий после упражнения: «Заметили, как изменилось настроение? Когда мы слышим добрые слова в свой адрес, мы чувствуем себя увереннее. А когда мы сами говорим добрые слова — мы становимся частью чего-то хорошего».

2. Основная часть.

Игра «Спасательный круг»

Ведущий делит класс на группы по 4–5 человек.

Ведущий: «Сейчас каждая группа получит короткую историю. Ваша задача за 2 минуты придумать 3 способа помочь жертве травли. Кто может вмешаться? Что можно сказать? Кому сообщить?»

Ситуации для групп (раздаются на карточках):

Ситуация 1: «На перемене трое одноклассников громко смеются над девочкой, потому что она неловко упала. Все вокруг видят, но молчат».

Ситуация 2: «В раздевалке мальчика толкают и называют обидными словами. Он не отвечает, просто пытается уйти. Рядом стоят несколько одноклассников».

Ситуация 3: «В общем чате начали выкладывать смешные фото одноклассника с подписями, которые ему неприятны. Лайки и смеющиеся стикеры ставят почти все».

Группы представляют свои варианты. Ведущий фиксирует на доске лучшие идеи (например: «подойти и сесть рядом», «сказать: "Не смешно, прекратите"», «сообщить учителю», «написать жертве в личные сообщения: "Ты не один"»).

Ведущий : «Видите, у каждой ситуации есть решение. Главное — не молчать».

Упражнение «Наш класс — безопасная среда»

На стене или на доске прикреплен большой лист ватмана с нарисованным кругом (символом класса, дома или солнца).

Ведущий: «Посмотрите на этот лист. Это наш класс. Каждый из вас получит фигурку человечка и стикер. Напишите на стикере одно качество, которое, по вашему мнению, помогает предотвратить травлю. Например: уважение, смелость, доброта, честность, помощь. Приклейте своего человечка в круг и прочитайте, что написали».

Дети выполняют задание. Ведущий комментирует: «Посмотрите, как много у нас теперь получилось человечков. Вместе мы — команда. А надпись на стикере — это ваш вклад в безопасность класса».

Упражнение «Классный кодекс»

Ведущий вывешивает плакат с правилами, составленными на занятии №4 (или новый, дополненный).

Ведущий: «В прошлый раз мы уже придумали правила. Давайте ещё раз их прочитаем. Кто хочет добавить что-то новое?»

Дети предлагают добавить правила, которые возникли сегодня. Ведущий записывает их.

Ведущий: «А теперь давайте сделаем так, чтобы эти правила стали настоящим договором. Каждый из вас поставит свою подпись или оставит отпечаток пальца на этом плакате. Это значит: "Я согласен и обещаю следовать этим правилам"».

Дети подписывают или оставляют отпечатки пальцев краской.

3. Заключение

Упражнение «Обещание»

Ведущий: «Напишите фразу: "Я буду..." и закончите её своим обещанием. Например: "Я буду заступаться за тех, кого обижают", "Я не буду смеяться над агрессором", "Я расскажу взрослому, если увижу травлю"».

Дети пишут. Желающие зачитывают свои обещания.

Ведущий: «Храните эти обещания. Они напомнят вам о том, что вы можете изменить ситуацию к лучшему».

Ведущий: «Ребята, наши занятия подошли к концу. Вы теперь знаете, что травля — это не "просто ссора". У неё есть признаки, формы и роли. Вы знаете, почему кто-то становится агрессором, как чувствует себя жертва и почему наблюдатель — самый важный человек. Самое главное, что я хочу, чтобы вы запомнили: травля прекращается там, где есть хотя бы один человек, который говорит "стоп". Этим человеком можете стать вы. Я благодарю вас за вашу честность, смелость и за то, что вы пришли на эти занятия. Берегите друг друга. До свидания!»

Кто выбирает		Кого выбирают																													
№	Код	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
1	Д1	■		3									3								1			2							
2	Д2		■									3		2	3	1															
3	Д3	2	1	■									3										1	2							
4	Д4		3		■						3				3																
5	Д5			2		■		3									1		1											2	
6	Д6						■		3	3																				3	
7	Д7				3			■																						3	
8	Д8					3			■		3							3													
9	Д9					2		2		■							1		1											3	
10	Д10		3		3						■						3					1									
11	Д11		3									■			3		3														
12	Д12	3		3									■		1							2									
13	Д13		3									3		■	3																
14	Д14		3									3		3	■																
15	Д15											3		3	3	■															
16	М1							2		3						■			1	3											
17	М2																■								3		3	3			
18	М3				2											2		■	3		1										
19	М4								3							3		3	■												
20	М5										2	1							■							3				3	
21	М6	1		1														2			■		1		2		1	1			
22	М7									3						3		3			■										
23	М8					2	2										1					■								1	
24	М9																3						■			1		3	3		
25	М10																							2	2	2				3	
26	М11				1												3		1						3		■	1			
27	М12				1											1	2								3		2	■			
28	М13																			3		3				3			■		
29	М14		3		3			2									1												■		
30	М15						3		3	3																				■	
Всего		3	7	4	2	4	4	3	4	5	2	5	3	5	4	3	8	4	4	5	4	2	5	2	4	3	4	4	3	2	2
Кол-во взаимных выборов		0	2	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	3	3	3	2	0	0	1	1	2	0	0	1	0	0	1	2	1	0

Рисунок 6 - Социометрическая матрица контрольного этапа “Социометрия”

Дж. Морено

Таблица 6 - Результаты контрольного этапа методики “Буллинг-структуры”

Норкина Е.Г

№	Код	Роль
1	Д1	Защитник
2	Д2	Защитник

3	Д3	Защитник
4	Д4	Наблюдатель
5	Д5	Наблюдатель
6	Д6	Защитник
7	Д7	Наблюдатель
8	Д8	Инициатор
9	Д9	Помощник
10	Д10	Наблюдатель
11	Д11	Наблюдатель
12	Д12	Защитник
13	Д13	Наблюдатель
14	Д14	Наблюдатель
15	Д15	Защитник

16	M1	Наблюдатель
17	M2	Наблюдатель
18	M3	Инициатор
19	M4	Наблюдатель
20	M5	Помощник
21	M6	Жертва
22	M7	Защитник
23	M8	Наблюдатель
24	M9	Помощник
25	M10	Наблюдатель
26	M11	Наблюдатель
27	M12	Помощник
28	M13	Наблюдатель

29	M14	Наблюдатель
30	M15	Защитник