



ВИЗОЖ

ВЕСЁЛЫЙ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

ПРИЛОЖЕНИЕ К ПЕРИОДИЧЕСКОМУ ИЗДАНИЮ ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОГО ЦЕНТРА Г. ТОМСКА «ИМЦ.РУ»

СЛОВО РЕДАКТОРА

Уважаемые коллеги!

Перед вами очередной выпуск газеты «ВиЗОЖ» из серии тематических выпусков газеты «ИМЦ.РУ». Этот номер посвящен одной из самых актуальных проблем современного образования - профилактика и преодоление школьного буллинга. На страницах нашей газеты мы расскажем, что такое буллинг, как его распознать, что можно, а чего нельзя делать при обнаружении буллинга, какие существуют ресурсы для профилактики школьной травли. Материалы газеты будут полезны школьным психологам, социальным педагогам, классным руководителям и всем педагогам, работающим в школе.



СОДЕРЖАНИЕ:

**Школьный буллинг:
как определить и что
делать?2**

**Психологические
портреты участников
буллинга6**

**Антибуллинговая
команда (внедрение
восстановительного
подхода в школы
г. Томска).....8**

**Использование
социально-ориенти-
рованных игр
в профилактике
буллинга 11**

**Список литературы
по профилактике
буллинга 15**

**Кинофильмы
о подростковой
жестокости..... 16**

Школьный буллинг: как определить и что делать?

Понятие «буллинг» (от англ. *bullying* - запугивание, травля) введено в оборот норвежским профессором психологии Даном Ольвеусом, который в 1970-х годах провел систематическое исследование издевательств среди детей. Буллинг - это регулярное психологическое или физическое давление на жертву, осуществляемое одним человеком (буллером) или группой агрессоров. Главная отличительная черта буллинга от простых конфликтов - намеренность, долговременность и неравенство сил.

По различным данным, около 50% школьников в возрасте от 10 до 18 лет подвергались буллингу со стороны сверстников. Наиболее часто травля встречается в средней школе, по мере взросления школьников она снижается. В 6-м классе жертвами буллинга выступают 15,7 % учащихся, в 7-8-х классах - 12,3 %, в 9-10-х - только 6 %. Наиболее типичный возраст жертвы (вне зависимости от пола) - 13-14 лет, однако уровень травли среди девочек по мере взросления начинает снижаться, среди мальчиков же остается высоким до 16 лет (по данным исследования 2019 г., проведенного институтом образования Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики», подтверждаются результатами исследования «Детская травля в России в 2021 году: что думают родители, как действует школа», проведенного в мае 2021 г. компанией «Где мои дети» совместно с антибуллинговой программой «Травли NET»).

БУЛЛИНГ — ЭТО КОГДА ОДИН ЧЕЛОВЕК НАМЕРЕННО И НЕОДНОКРАТНО ЗАСТАВЛЯЕТ ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА ЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ ПЛОХО, И ПРИ ЭТОМ ЖЕРТВЕ ТРУДНО ЗАЩИТИТЬСЯ.



ОСНОВНЫЕ ВИДЫ БУЛЛИНГА

Вербальный буллинг включает в себя использование устной речи для издевательств. Является первым по популярности видом буллинга. Он может быть сосредоточен на разных аспектах: внешний вид человека, его образ жизни, интеллект, цвет кожи, этническая принадлежность и т.д.

Социальный буллинг - этот тип издевательств сосредоточен на том, чтобы противопоставить жертву окружению.

Физический буллинг - эти издеательства связаны с применением физической силы. Являются вторым по популярности видом буллинга.

Косвенный буллинг - эти издеательства связаны, как пра-

Как распределяются роли?



вило, с тем, что жертвам сложно определить, кто именно зачинщик травли. Идея в том, чтобы держать жертву в постоянном психологическом напряжении, при этом оставаясь «официально» непричастным. Сюда можно отнести распространение слухов или выдуманных историй, порочащих чью-то честь; разглашение личных секретов; передразнивание мимики или жестов за спиной у жертвы, анонимная порча вещей и т. п.

Сексуальный буллинг - сексуальное домогательство представителей противоположного (либо своего) пола или унижение с использованием сексуального подтекста.

Кибербуллинг. Сегодня мы все чаще сталкиваемся с многочисленными фактами намеренной видеосъемки сюжетов школьных издевательств с последующим раз-

мещением роликов в Интернете. Последствия широкого обнародования унижений для жертвы самые печальные: рост случаев подростковых депрессий, чувства отчуждения/ненужности, повышение количества самоубийств вследствие перенесенной психологической травмы. Кибербуллинг бывает разнообразным в зависимости от технологий, используемых агрессором.

Редко можно встретить случаи, когда буллинг включает в себя только один вид издевательств. Зачастую в арсенале агрессоров целый комплекс различных средств.

ПРИЗНАКИ НАЛИЧИЯ БУЛЛИНГА В ШКОЛЕ

- Кого-то зажимают в углу помещения, а когда взрослый подходит к группе детей они замолкают, разбегаются,

резко меняют деятельность (могут «обнять» жертву, как будто всё в порядке, сказать, что они «просто играют»).

- Ребёнок стал хуже учиться, часто подавлен.
- Школьные принадлежности ребёнка бываю часто разбросаны по классу или спрятаны.
- На уроках ученик ведёт себя боязливо, скрытно, неуверенно, порой отказывается отвечать, когда отвечает в классе, могут распространяться смех, шум, помехи, комментарии, дети многозначительно переглядываются.
- Школьника постоянно обзывают, дразнят, дают обидные прозвища.
- Во время перемены ребёнок держится в стороне от других школьников, скрывается, убегает от сверстников или старших учеников, старается находиться



недалеко от взрослых и учителей.

- Признаки насилия на теле или лице у школьника (ссадины, синяки, порезы, бледное или красное лицо), а также разорванная, испачканная одежда.
- Ребёнок может дрожать от испуга, страха, плакать.
- Один из учеников не выбирается другими во время групповых игр, занятий, с ним отказываются садиться на уроке, в транспорте, когда происходит совместный выезд, то есть под-росток находится в изоляции.
- Старшеклассники суетятся возле туалетов младших класс.

ДЕЙСТВИЯ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ БУЛЛИНГА

Не игнорировать, не преуменьшать значение. Если учащийся сообщает вам о случае буллинга, то заверьте его, что вы обязательно поможете, найдите подходящее место для разговора с подростком. Убедитесь, что ваш

голос спокоен, слушайте, не перебивая, используя только ободряющие вопросы или звуки. Только после того, как вы услышите всю историю, вы должны задать конкретные вопросы: какие слова были сказаны или написаны, пострадал ли кто-то в результате буллинга физически, кому еще они рассказали об этом. Если травля происходила в Интернете, спросите, есть ли какие-либо доказательства кибербуллинга.

Осудить травлю и поддержать жертву. Если педагогу стало известно о случае буллинга, или он стал свидетелем такого случая, он должен занять ясную и недвусмысленную позицию осуждения травли и поддержки жертвы, попытаться добиться того, чтобы, по меньшей мере, «наблюдатели», а, по возможности, и сам буллер также изменили свою позицию в отношении происходящего, и поняли, какой это приносит вред всем участникам.

Разговор с классом. Обсудить с ребятами в классе случай буллинга - такой разговор лишит ситуацию насилия покрова «тайны», сделает ее явной для всех. Твердо осудить поведение буллера. Вместе с детьми обсудить имеющиеся правила против буллинга или выработать новые. При этом активно использовать потенциал тех школьников, которые ведут себя позитивно, осуждают буллера.

Проинформировать педагогический коллектив. Педагогический коллектив должен знать о случае буллинга и взять ситуацию под контроль. В особо трудных случаях необходимо обратиться за помощью в полицию, комиссию по делам несовершеннолетних, к психологу.

Пригласить родителей для беседы. Важно как можно раньше привлечь родителей, обсудить с ним, какие есть (или могут быть) тревожные сигналы, свидетель-



ствующие о буллинге, и какими могут и должны быть их действия.

НЕЭФФЕКТИВНЫЕ МЕТОДЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ БУЛЛИНГА (ЧТО НЕ НАДО ДЕЛАТЬ):

- Перекалываывать всю ответственность на психолога;
- Переадресовать проблему родителям;
- Проводить одновременные и краткосрочные мероприятия, акции;
- Отправлять участников травли (жертву и буллера) к директору, требовать от буллера извинений;
- Рекомендовать жертве не обращать внимание на травлю.

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА В СИТУАЦИИ ТРАВЛИ:

- Приём сигнала о предполагаемом факте травли. Сбор

информации и прояснение ситуации в классе с целью дифференциации происходящего — конфликт или травля.

- При подтверждении факта травли проведение консилиума педагогов для выработки общей стратегии работы с классом.
- Разговоры с детьми-жертвами травли, оказание помощи и поддержки, восстановление социальных навыков.
- Встречи с родителями ребёнка-жертвы.
- Разговоры с детьми-агрессорами, оказание помощи. Демонстрация недопустимости травли.
- Встречи с родителями детей-агрессоров.
- Общая встреча родителей детей-жертв и детей-агрессоров (в случае необходимости).
- Организация помощи силами учеников-свидетелей травли.

Групповая работа с детьми класса для изменения установки, что происходящее — норма на установку, что травля терпеть нельзя. Активизация у детей-наблюдателей поведения, направленного на противодействие травле.

- Оказание помощи и поддержки родителям. Обсуждение ситуации буллинга в родительском собрании, формирование общего понимания проблемы и целей работы: нормализация атмосферы в классе и создание безопасных условий для каждого ребёнка.
- Перевод в другой класс или школу (в исключительных случаях).

(По материалам АНО ДПО «Институт социальных услуг «Вектор» г. Пермь, АНО «БО «Журавлик» г. Москва)

Психологические портреты участников буллинга

(по материалам книги Кравцовой М.М. «Дети-изгои. Психологическая работа с проблемой» серия «Психолог в школе»).

В любом детском коллективе всегда есть дети, пользующиеся популярностью, и дети-изгои. Иногда отверженных детей просто игнорируют, пассивно не любят или терпят, у кого-то из них находятся защитники. А другим везет меньше — их активно не любят. Именно они становятся объектами насмешек и травли со стороны одноклассников.

Давайте рассмотрим обобщенные психологические портреты детей «группы риска» — тех, кто может в первую очередь попасть в число отверженных, и тех, кто может стать зачинщиками травли.

Каждая ситуация травли предполагает четкое распределение ролей. Всегда есть зачинщики (агрессоры, буллыеры), их жертвы и, конечно, преследователи (союзники буллера) — дети, которые под руководством зачинщиков осуществляет травлю. Все они имеют свои отличительные черты, характер и стиль поведения. .

«ПОРТРЕТ БУЛЛЕРА»

«Марк воспитывается в хорошей семье, родители обеспечены, у обоих высшее образование. Марк, очень способный мальчик, произвел хорошее впечатление на принявших его в школу педагогов. Но с первого класса начались проблемы с учебой и взаимоотношениями с одноклассниками. Он не работал на уроке, мог весь урок рисовать или читать, мама воевала за каждую строчку в домашнем задании. В классе учителя все время должны были стоять над его партией, лишь



тогда мальчик успевал сделать почти все задание. Мама всегда воспитывала Марка в строгости, ему запрещалось высказывать свое мнение без разрешения, шуметь или досаждать взрослым вопросами. Часто в детстве он слышал: «Пойди в свою комнату, поиграй». Он быстро научился угадывать мамино настроение. При этом покупали Марку все, что он просил. Сейчас Марк учится в седьмом классе, физически развит, интеллект выше среднего, учителя называют его агрессором, хотя прямых доказательств его участия в травле одноклассников нет....»

«ДЕТИ – АГРЕССОРЫ» (БУЛЛЕРЫ):

- уверенные в том, что «господствую» и подчиняя, гораздо легче будет добиться своих целей;
- не умеющие сочувствовать своим жертвам;
- физически сильные мальчики;
- легко возбудимые и очень импульсивные, с агрессивным поведением;
- желающие быть в центре внимания;

- уверенные в своём превосходстве над жертвой;
- с высоким уровнем притязаний;
- мечтающие быть лидерами в классе;
- агрессивные дети, которым для самоутверждения необходима жертва;
- не признающие компромиссов;
- со слабым самоконтролем;
- интуитивно чувствующие, какие одноклассники не будут оказывать им сопротивление.

ПОРТРЕТ «ПРЕСЛЕДОВАТЕЛЯ»

«Влад мечтает о том, чтобы стать лидером в классе. Силы ему не занимать. Однако, он понимает, что умом или трудолюбием ему этого не добиться. Он не любит доводить начатое дело до конца. Влад испытывал трудности в обучении с первого класса. Ему быстро стало скучно на уроках, он часто отвлекался, пытаясь поболтать с соседями, поиграть с ними во что-нибудь. Однако его одноклассники больше интересовались происходящим на уроке, чем разговорами с ним. Тогда, чтобы привлечь к себе внимание



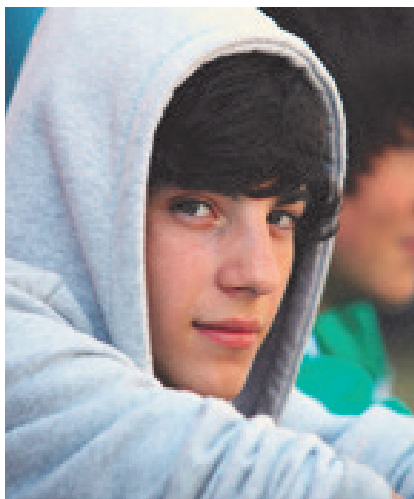
окружающих, Влад начал стучать, шурушать, скрипеть всем, что попадалось под руку. Учителя были вынуждены постоянно делать ему замечания, так как он мешал окружающим. Одноклассники сердились на Влада, делали ему замечания, не хотели иметь с ним никаких дел. Мама его часто хвалит, говорит, что он самый лучший. Отец, наоборот, высмеивает его трусость, иногда наказывает физически...»

«ДЕТИ - ПРЕСЛЕДОВАТЕЛИ» (СОЮЗНИКИ БУЛЛЕРА):

- боящиеся быть на месте жертвы;
- не желающие выделяться из толпы одноклассников;
- дорожащие своими отношениями с лидерами;
- поддающиеся влиянию более сильного;
- не умеющие соперничать и сочувствовать другим;
- безынициативные;
- принимающие травлю за развлечение;
- дети жестоких родителей;
- дети из неблагополучных семей;
- пережившие насилие;
- озлобленные, мечтающие взять реванш за свои унижения.

ПОРТРЕТ «ЖЕРТВЫ»

«Митя воспитывается в хорошей семье, родители заняты работой. Митя был домашним ребенком, единственным в семье. До поступления в школу он не имел опыта общения в коллективе и не умел об-



щаться со сверстниками. В классе он старался привлечь к себе внимание сверстника, хватая его вещи или обнимая объект симпатии, не давая ему пошевелиться и причиняя боль. Естественно, ребята стали его избегать, часто случались потасовки: более активные и независимые пытались отнять у Мити свои вещи, бросались защищать тех, с кем он неумело пытался подружиться. Митя стал очень одинок в классе: с ним никто не хотел сидеть за одной партой, его избегали, не брали в команду, отталкивали, над ним смеялись. В младшей школе встречала и провожала Митю бабушка. Он любит читать, а вот со спортом не дружит. В начальной школе ребята над ним часто подшучивали. У Мити есть привычка поднимать плечи и слегка втягивать голову, потому что он стесняется своей внешности



- он полноват и носит очки. Мама утешает его и говорит, что он самый лучший...»

«ДЕТИ - ЖЕРТВЫ»

- тревожные, несчастные, с низкой самооценкой, не уверенные в себе;
- не имеющие ни одного близкого друга из числа сверстников;
- пугливые, застенчивые, замкнутые, чувствительные;
- склонные к депрессии и суициду;
- из неблагополучных семей;
- страдающие от одиночества;
- верящие, что заслуживают роль жертвы;
- имеющие негативный жизненный опыт или пережившие насилие;
- не верящие в защиту учителей;
- предпочитающие умалчивать о травле и насилии;
- не считающие себя частью коллектива.

Педагог входит в класс, в котором учатся его такие разные ученики. Как же разглядеть в них возможных агрессоров или жертв? Ответ прост — смотреть глубже, разговаривать по душам, объяснять нормы поведения и общечеловеческие ценности для того, чтобы ученик с любыми качествами не стал одним из персонажей этой портретной галереи.



Антибуллинговая команда

(внедрение восстановительного подхода в школы г. Томска)

Пучкина Юлия Александровна,

к.и.н., доцент кафедры социальной работы ТГУ, директор АНО «Ресурсный центр «Согласие»

Тимофеева Алла Ивановна,

*методист по детской и подростковой психологии МАУ ИМЦ г. Томска,
главный внештатный психолог г. Томска*

Буллинг (школьная травля) - одна из актуальных проблем в современном мире. По данным различных исследований, как зарубежных, так и российских, свыше 50% школьников в возрасте от 10 до 18 лет подвергались различным видам травли, как со стороны сверстников, так и со стороны педагогов.

В 2021-2022 учебном году по инициативе Уполномоченного по правам ребенка в Томской области проведен социологический опрос среди обучающихся 5 и 9 классов с целью определения распространения буллинга в школах Томской области. Всего в анкетировании приняли участие 5645 учащихся из 227 общеобразовательных организаций. Результаты опроса показали, что 48,4 % детей из числа опрошенных не встречались с буллингом, а 51,6% сталкивались с ним в какой-либо роли (жертва, преследователь, свидетель, защитник и т.д.). По словам детей, регулярно подвергаются буллингу 9,6% опрошенных. 59% из всех столкнувшихся с травлей отметили, что это произошло еще в начальной школе, 19,3% - в 5 классе, 21,7% - в 6-9-х классах. 13% всех опрошенных детей считают, что избежать травли невозможно. Эти факты очень красноречиво говорят об актуальности работы по профилактике и преодолению школьной травли.

На муниципальном уровне такая работа ведется в рамках реализации муниципаль-



ного проекта «Методическое сопровождение общеобразовательных организаций в вопросах обеспечения психологически безопасной образовательной среды», где «Профилактика буллинга» является одним из основных тематических направлений. Работа по этому направлению ведется в тесном сотрудничестве с нашим давним партнером АНО «Ресурсный центр «Согласие» и его директором Пучкиной Ю.А., который в прошлом году выиграл грант на реализацию социального проекта «Региональная антибуллинг-команда «Школа — территория мира», который реализуется при поддержке Администрации Томской области.

В рамках муниципального проекта второй год работает проблемно-творческая группа (ПТГ) «Профилактика и преодоление буллинга», участники которой разрабатывают и апробируют на базе своих школ сценарии педсоветов/семинаров по теме буллинга для педагогов, осваивают различные

эффективные технологии и пробуют применять их как в случаях травли, так и в профилактических целях, обсуждают кейсы (сложные случаи). Основная цель работы ПТГ - подготовка специалистов для антибуллинговой команды.

Антибуллинговая команда может работать на разных уровнях:

1 уровень — антибуллинговая команда школы — это объединение администраторов и узких специалистов (зам. дир. по ВР, соц. педагог, психолог, классный руководитель и др.), имеющих общие представления и подходы к работе с буллингом, способных кооперироваться и быстро реагировать на выявленный случай.

2 уровень — антибуллинговая команда в муниципалитете. На сегодняшний день она состоит из специалистов АНО «РЦ «Согласие» и участников ПТГ, прошедших подготовку и апробировавших на практике все наши инструменты. Мы рассказываем о работе антибуллинговой команды на августовской конференции



педагогических и руководящих работников, на городских совещаниях для зам. дир. по ВР, педагогов-психологов и др., получаем заявки и выезжаем в школы.

3 уровень — региональная антибуллинг-команда (состоит, в основном, из специалистов АНО «РЦ «Согласие»), выезжает по заявкам в другие муниципалитеты.

Любая антибуллинг-программа состоит из двух частей: это **профилактика буллинга и преодоление буллинга**. Для профилактики буллинга можно использовать такие формы работы как:

- тематические классные часы;
- настольные игры, карточки;
- просмотр фильмов, видеороликов;
- чтение книг;
- квесты, игры;
- антибуллинг-содержание других предметов;
- профилактические Круги и др.

Пресечение (преодоление) буллинга — это реагирование на ситуацию травли, «скорая помощь», восстановительная работа.

Муниципальная антибуллинг-команда работает в двух форматах:

- **Методические десанты** — это выход специалистов в школы и проведение информационных

семинаров, практикумов, профилактических настольных игр для педагогов, разбор конкретного случая и проектирование работы по нему, индивидуальное консультирование педагогов;

- **Восстановительные десанты** — работа в образовательной организации непосредственно по конкретному случаю. Работа в рамках восстановительного десанта может включать в себя проведение Кругов сообщества с детьми, родителями, педагогами, воспитательную работу или профилактические мероприятия с детьми с привлечением волонтеров Ресурсного центра «Согласие».

Одним из основных инструментов, который хорошо зарекомендовал себя в работе по профилактике и преодолению буллинга и широко применяется участниками антибуллинг-команды для проведения восстановительных десантов, является восстановительная технология «Круг сообщества». «Круг сообщества» проводится для осмысления участниками сложных ситуаций, поиска выхода из них, поддержки пострадавших и налаживания отношений в сообществе. Важнейшей особенностью Кругов является привлечение к обсуждению заинтересованных людей, что обеспечивает их активное участие в принятии решения и разделении ответственности за его выполнение, а также способствует позитивным изменениям в коллективе.

Алгоритм работы со случаем включает в себя несколько последовательных этапов:

Шаг 1. Беседа с классным руководителем и педагогами-предметниками. Основные задачи на этом этапе: сбор информации о ситуации; понимание позиций педагогов и восстановление педагогической позиции, если она утрачена.

Шаг 2. Встреча с жертвой (возможно, в присутствии родителей). Задачи беседы с жертвой: сбор информации, поддержка ребенка, обсуждение возможных





действий, подготовка к разговору с классом. Участие родителей необходимо в случае, если они являются ресурсными для ребенка — готовы поддерживать, а не обвинять, стараются сохранять объективность, не имеют категоричного настроя на карательную стратегию в отношении агрессоров.

Шаг 3. Встреча с агрессором (возможно, в присутствии родителя). Если агрессоров несколько, то рекомендуется провести встречу с каждым по отдельности. Задачи встречи: сбор информации, восстановление ответственности за произошедшее, обсуждение возможных действий, подготовка к Кругу. На этом этапе можно использовать инструмент работы с ответственностью в случае, если агрессор не принимает ответственность и в первом приближении не видит последствий своих действий — «Ромашка последствий». Специалист, ведущий беседу, поочередно задает вопросы («Для кого есть последствия в этой ситуации?», «В чем они проявляются для жертвы травли (заменяем на имя ребенка)?», «Как они проявляются для родителей жертвы?», «А в чем последствия для твоих родителей?», «В чем будут выражаться последствия для тебя лично?», «Для твоих друзей, одноклассников?» и т.п.). Последовательно отвечая на эти вопросы, агрессор формирует более

полное представление о спектре вреда, причиняемого своими действиями. Важно, чтобы в конце такого разговора у агрессора оставалась возможность изменить ситуацию, загладить причиненный вред, остановить свое деструктивное поведение и получить поддержку в этих восстановительных действиях.

Шаг 4. Встреча с другими детьми из класса (наблюдателями). Здесь встречи могут быть как по отдельности, так и совместные по несколько человек. Во время таких встреч решаются следующие задачи: сбор информации, определение позиции наблюдателей, их переориентация со стратегии невмешательства в стратегию поддержки жертвы и их подготовка к общей встрече класса, на которой они

могли бы заявить о своей позиции.

Шаг 5. Родительское собрание в форме Круга. Важную роль (зачастую ключевую) в прекращении травли в классе играет проведение родительского собрания о ситуации травли, на котором родители будут не объектами воздействия педагогов, а субъектами, имеющими свое мнение и способными к рефлексии и влиянию на своих детей.

Шаг 6. Проведение Круга общества с классным коллективом (детским) по случаю травли. Круг проводится по сценарию и состоит из нескольких раундов, во время которых участники формулируют тему, обсуждают сложившуюся проблемную ситуацию, рассматривают возможные варианты решения этой ситуации, берут на себя ответственность за выполнение достигнутых договоренностей (которые обязательно фиксируются).

Договоренности, достигнутые детьми, хранятся в классном кабинете, классный руководитель доводит до сведения всех отсутствующих на Круге ребят эти договоренности, в случае необходимости проводит с ними отдельную восстановительную беседу. Далее классный руководитель доводит до сведения остальных педагогов, работающих в этом классе, те договоренности, которые важно знать педагогам.



Использование социально-ориентированных игр в профилактике буллинга

*Пимахова Александра Владимировна,
методист по профилактической работе
МАУ ИМЦ г. Томска*

Игровые технологии в образовании являются одними из самых эффективных. Играть любят и дети, и подростки, и взрослые. Неслучайно игры все больше проникают в воспитание, образование и даже в профилактическую работу. Ведь под яркой оболочкой увлекательного процесса игры кроется возможность примерить на себя новую роль, действовать в заданных рамках, стать частью коллектива, поконфликтовать и помириться, выработать правила для своего коллектива, понять «что такое хорошо, а что такое плохо».



Главное, что происходит это ненасильственно, как будто даже случайно, ведь о таких задачах не всегда говорят вслух. Целью подростков является яркое действие игры, которое затягивает их в свой водоворот. В процессе игры они впитывают правила жизни, нормы и ценности общения, дружбы, взаимопонимания, уважения и взаимодействия в коллективе. Практика показывает, что правила, которые продумывали, обсуждали и принимали все вместе, легче осваиваются и соблюдаются.

В последнее время игровые технологии стали активно использоваться и в профилактике буллинга. Особое место занимают социально-ориентированные настольные игры («Проф-Х», социальный навигатор «Я — человек», мобильная игра «Анимация», разработанная фондом «Полдень»,

«Классные игры» общественной организации «Врачи детям» и др.).

Специалисты АНО «Ресурсного центра «Согласие», с которым мы давно и плодотворно сотрудничаем, активно используют настольные социально-ориентированные игры, в том числе, разработанные благотворительным фондом «Полдень».

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ИГРЫ ФОНДА «ПОЛДЕНЬ»:

«Слабое звено» направлена на профилактику буллинга в подростковом коллективе. Игра является пятой в цикле занятий для подростков «Профилактика социальных рисков», предназначена для участников 13-18 лет.

«Олимпийцы» (игра на развитие осознанного подхода к принятию ответственности, взвешенных решений, исходя из возможных последствий как для себя, так и

для окружающих.)

«Остров сокровищ» (игра на развитие умения различать личные интересы, интересы группы и общества. Кроме того, она направлена на развитие навыков аргументации и планирования в ситуации неопределённости).

«Бой с драконом» (осознание своих сильных и слабых сторон).

«Чучело» (осознание сценария развития травмы).

Фонд «Полдень»: здесь рассказываем об игровых программах и их пользе для ребят. <https://taplink.cc/fsr.polden> Скачать игры можно на сайте фонда «Полдень» после регистрации.

Социально-ориентированная настольная игра для педагогов «Антибуллинговая команда»

АНО «Ресурсный центр «Согласие» при поддержке Фонда президентских грантов в 2020 — 2022 годах реализует социальный



проект «Молодежная игровая лаборатория «He PROиграй». Один из треков этого проекта — «Игровая лаборатория», в рамках которой участниками проекта под руководством Пучкиной Юлии Александровны, к.и.н., доцента кафедры социальной работы ТГУ, директора АНО «Ресурсный центр «Согласие», разработана и успешно применяется на практике настольная социально-ориентированная игра для педагогов «Антибуллинговая команда». Это не просто настольная игра. Ее можно с уверенностью назвать игрой-тренингом, поскольку это — эффективный инструмент работы с педагогическими работниками. Игра позволяет педагогам сформировать набор методов профилактической работы для использования в реальных жизненных ситуациях, с которыми им приходится сталкиваться в школе.

Игра представляет собой модель школы с ее локациями (столовая, библиотека, спортивный зал, классный кабинет, школьный коридор, онлайн среда, «Психологическая служба») и реальными людьми (ученики, представители администрации школы, психолог и классный руководитель). Цель игры — прожить события школьной жизни, сохраняя обучающихся вне «зоны риска». Перемещаясь по локациям, игроки сталкиваются с ситуациями буллинга, конфликтов, которые грозят по-

паданием обучающихся в зону травматизации (зону риска). Это реальные кейсы педагогов различных образовательных учреждений. Для решения предлагаемых в игре проблемных ситуаций играющая команда выбирает карточки, на которых предлагаются различные ресурсы: административный, восстановительный подходы, ресурсы воспитательных мероприятий и групповой психологической работы, работа с родителями.

Для создания карточек «Ресурсы» был обобщен опыт работы различных специалистов в работе с буллингом и выделены самые эффективные ресурсы работы с ситуацией травли:

- **административные ресурсы** подразумевают под собой привлечение администрации для принятия решений и применения санкций: беседа с заместителем директора по воспитательной работе или директором, вызов на коллегиаль-

ной орган — Совет профилактики, обращение в Комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав, профилактические беседы с инспектором КДНиЗП, вынесение предупреждений и выговоров;

- **ресурсы воспитательных мероприятий и групповой психологической работы** содержат в себе любые педагогические события, проводимые с профилактической целью — классные часы, кинопросмотры, праздники, коллективные выезды классом, а также игры и квесты на сплочение, коммуникативные тренинги;

- **ресурсы восстановительных технологий** — технологии, при которых дети, оказавшиеся в ситуации, сами принимают ответственность за нее на себя, обсуждают заглаживание вреда и принимают решение, как из нее выйти: восстановительная медицина, Круг сообщества (поддержка, примирения и т.д.), семейная





конференция, общественный совет).

- ресурсы работы с родителями подразумевают под собой взаимодействия с родителями в разных формах (телефонные разговоры, индивидуальные встречи, групповые беседы, родительские собрания) с целью оказания влияния на ситуацию в классе через общение со своим ребенком.

Наряду с игровыми целями у игры «Антибуллингвая команда» есть и образовательные задачи:

- актуализировать знания и представления педагогов о буллинге, механизмах его запуска. Она решается через игровые ситуации буллинга;
- проинформировать педагогов о возможных ресурсах специалистов, которые можно направить на решение проблем травли в школе;
- выработать у педагогов умения чутко реагировать на ситуации буллинга, подбирать нужные ресурсы для их решения и объединять свои усилия с коллегами.

Кроме ресурсов в игре есть роли (персонажи), которые разработаны, исходя из системы работы образовательных учреждений. У каждого персонажа есть свои полномочия, которые позволяют объединять ресурсы и взаимодействовать с другими персонажами. Это позволяет сформировать у педа-

гогов установку на то, что победа над буллингом – это коллективная задача.

Еще одной задачей является формирование у педагогов навыка разрешения ситуаций травли. Для ее достижения в игре заложены следующие смыслы – любая ситуация буллинга должна быть разрешена, безвыходных ситуаций нет, так как существуют ресурсы для их разрешения, педагог играет главную роль в профилактике буллинга.

В процессе игры педагоги совершенствуют свои навыки, учатся находить и эффективно использовать имеющиеся ресурсы, действовать сообща, таким образом формируется школьная антибуллингвая команда.

Социально-ориентированная настольная игра для подростков «Голоса в голове подростка»



В основу игры положена игра «Голоса», разработанная специалистами пермского фонда «Компас добра». Игра имеет под собой литературную основу – произведение Гордона Кормана «Restart». Это история о подростке, который потерял память. Оказывается, до этого он был буллером...

«Чейз не помнит, зачем он полез на крышу, как и почему с нее упал. Просто в один прекрасный день он очнулся в больничной палате среди абсолютно незнакомых людей: мамы, брата, врача – и узнал от них, что его зовут Чейз Эмброс. Все, что произошло с ним за тринадцать лет жизни, словно корова языком слизала. Теперь ему предстоит узнать, что он за человек. Что любит, с кем дружит, как к нему относятся окружающие...»

И тут его ждет не самое приятное открытие: для одних школьников он герой, капитан суперуспешной футбольной команды, а для других – исчадие ада, ненавистный мучитель, бессовестный и жестокий. Но так ли важно, кем был Чейз Эмброс? Гораздо важнее понять, кто он сейчас и кем станет в будущем...»

Игра представляет из себя набор карточек-персонажей, голоса которых звучат в голове подростка. Каждый из них приводит веские аргументы, чтобы склонить подростка к решению в свою пользу. В каждом раунде герой делает выбор под влиянием аргументов, приводимых «голосами-персонажами» в пользу дружбы, семьи, репутации,



либо в пользу сиюминутных выгод. Это зависит от того, насколько убедительные доводы найдут игроки, говорящие за персонажа. Краткая характеристика персонажа дана на обороте карточки.

Цель игры - начать жизнь с чистого листа, «перезагрузиться». Вместе с тем, в игре обсуждаются ценности и смыслы, становится очевидным, что люди, дающие советы, не всегда руководствуются нашими интересами, что, дав слабину однажды, ты можешь проиграть в главном. Игра показывает подросткам, что в жизни много смыслов, она разная, а на вопросы нет правильных ответов.

Обе игры неоднократно апробированы, получили множество положительных отзывов, а самое главное – педагоги подтверждают их эффективность и результативность.

Познакомиться с играми, стать их участниками можно в рамках Игровой лаборатории, которая ежемесячно проводится на базе АНО «Ресурсный центр «Согласие» совместно с МАУ ИМЦ г. Томска. Там же можно приобрести различные социально-ориентированные игры для использования в профилактической работе.

ИГРАЙТЕ И ВЫИГРЫВАЙТЕ!

ДЛЯ СПРАВКИ

Благотворительный фонд «Полдень» с 2011 года занимается социальной адаптацией и профориентацией воспитанников детских домов и подростков из кризисных семей посредством обучающих игровых программ. Центральная образовательная технология — сюжетно-ролевые игры, моделирующие определенные типы социальных взаимодействий. Основным методом, используемым в программах «Полдень», являются сюжетно-ролевые игры.

Список литературы по профилактике буллинга

Травля в школе, к сожалению, была и остается огромной проблемой. Вот почему многие писатели часто обращаются к этой теме. Конечно, книги вряд ли помогут решить сложную ситуацию в жизни, но они подскажут еще один или несколько вариантов поведения, а главное – почти в каждой повести звучит очень важная мысль: не можешь справиться с ситуацией – не стесняйся обратиться за помощью!



1. Айкен Мери «Дядя из интернета любит меня больше, чем ты. Как защитить ребенка от опасностей интернета», 400 с.
2. Аудмайер Кристин «Все на одного. Как защитить ребенка от травли в школе», 280 с.
3. Дансмьюир, Дьюи, Бёрч «Дружелюбные. Как помочь детям найти друзей и избежать травли», с. 272.
4. Джастин Пэтчин «Написанное остается. Как сделать интернетобщение безопасным и комфортным», 184 с.
5. Жекулина Татьяна «Травля в школе. Нарративный подход к работе с проблемой», с. 182
6. Иконникова Светлана «Троллогия. Как нейтрализовать хейтеров и противостоять им в соцсетях», 240 с.
7. Колорозо Барбара «Травля. Как искоренить насилие и создать общество, где будет больше доброты», 352 с.
8. Кривцова Светлана «Буллинг в классе. Как избежать беды?», 48 с.
9. Кривцова Светлана «Вместе против насилия в школе», 96 с.
10. Моторина Светлана «Травля: со взрослыми согласовано. 40 реальных историй школьной травли», 320 с.
11. Мэтьюз Эндрю «Как остановить травлю? Помогите ребенку справиться с обидчиками в интернете и школе», 272 с.
12. Руланн Эрлинг «Как остановить травлю в школе. Психология моббинга», 264 с.

13. Сандерсон Кэтрин «Громкое молчание хороших людей. Буллинг, троллинг, харассмент и другие поводы остаться в стороне», 410 с.
 14. Хету, Элмсатер «Прикосновение в школах. Новая стратегия защиты от травли в детских коллективах», 140 с.
 15. Цымбаленко Наталья «Буллинг. Как остановить травлю ребенка», 160 с.
- Возрастная классификация 6+:**
16. Амраева Аделия «Футбольное поле», 192 с.
 17. Андерсен Ганс Христиан «Гадкий утенок», 48 с.
 18. Арсено Изабель, Фанни Бритт «Джейн, лиса и я», 100 с.
 19. Крюкова Тамара «Калоша волшебника», 200 с.
 20. Крюкова Тамара «Пленник замка Брик-а-Брак», 160 с.
 21. Олег Раин «Спасители Ураканда», 352 с.
 22. Паласио Ракель «Чудо», 432 с.
 23. Питцорно Бьянка «Послушай мое сердце», 368 с.
 24. Тович Мария «Волшебные акварели доктора Туреску», 352 с.
 25. Франкел Эрин «Крутая! История о том, как противостоять травле в школе», 48 с.
 26. Франкел Эрин «Смелая! История о том, как противостоять травле в школе», 48 с.
 27. Франкел Эрин «Странная!

- История о том, как противостоять травле в школе», 48 с.*
28. Ясминска Надея «Восковой волшебник», 192 с.

Возрастная классификация 12+:

29. Амраева Аделия «Я хочу жить!», 384 с.
30. Аругюнянц Карен «Я плюс все», 192 с.
31. Басова Евгения «Подросток Ашим», 240 с.
32. Бессонова Майя «Башня падает», 176 с.
33. Вильке Дарья «Грибной дождь для героя», 200 с.
34. Габова Елена «Двойка по поведению», 256 с.
35. Голдинг Уильям «Повелитель мух», 320 с.
36. Даль Роальд «Матильда», 272 с.
37. Дашевская Нина «День числа Пи», 200 с.
38. Доцук Дарья «Мандариновая пора», 224 с.
39. Железников Владимир «Чучело», 270 с.
40. Кауфман Бел «Вверх по лестнице, ведущей вниз», 288 с.
41. Кинг Стивен «Кэрри», 320 с.
42. Комье Роберт «Шоколадная война», 248 с.
43. Корллан Гордон «Рестарт», 296 с.
44. Лазаренская Майя «Северный ветер дул с юга», 224 с.
45. Лукьянова Ирина «Стекланный шарик», 224 с.
46. Майрок Айджа «Почему я? История белой вороны», 128 с.
47. Макклин Грейс «Самая прекрасная земля на свете», 336 с.
48. Михеева Тамара «Не предавай меня!», 192 с.
49. Морено Элой «Невидимка», 336 с.
50. Мюрай Мари-Од «Умник», 248 с.
51. Оливер Лорен «Прежде чем я упаду», 480 с.
52. Перлова Евгения «Танцы, о гурцы и большие мечты» 192 с.

53. Рис Гордон «*Мыши*», 304 с.
54. Русакова Татьяна «*Город, которого нет*» 288 с.
55. Слоун Холли Голдберг «*Я считаю по 7*», 368 с.
56. Соби Кристенсен Ларе «*Герман*», 296 с.
57. Тассиес Хосе «*Украденные имена*», 32 с.
58. Тор Анника «*Остров в море*», 512 с.
59. Тор Анника «*Правда или последствия*», 152 с.
60. Фролов Андрей «*По следам корробана*», 416 с.
61. Хайтани Кэндзи «*Взгляд кролика*», 320 с.
62. Хинтон Сьюзан «*Изгой*», 288 с.
63. Шмидт Гэри «*Битвы по средам*», 324 с.
64. Шолохова Елена «*Зарница*», 256 с.
65. Штомпель Анна «*Игра в пазлы, или Девочка из Грозного*», 320 с.
- Возрастная классификация 16+:**
66. Бакман Фредрик «*Медвежий угол*», 420 с.
67. Гарднер Салли «*Червивая луна*», 288 с.
68. Дженнифер Браун «*Список ненависти*», 488 с.
69. Жвалевский Андрей, Пастернак Евгения «*Пока я на краю*», 256 с.
70. Комье Роберт «*Шоколадная война*», 248 с.
71. Крюкова Тамара «*Единожды солгавший*», 352 с.
72. Мартин Ида «*Время. Ветер. Вода*», 416 с.
73. Мартин Ида «*Дети Шини*», 480 с.
74. Мартин Ида «*То, что делает меня*», 418 с.
75. Митчелл Дэвид «*Лужок Черного лебедя*», 480 с.
76. Навоцкая Наталья «*Блог уходящего детства*», 448 с.
77. Озеки Рут «*Моя рыба будет жить*», 480 с.
78. Пиколт Джоди «*Десять минут*», 624 с.
79. Фрей Эли «*Синдром Алисы*», 448 с.
80. Шолохова Елена «*Ниже бездны, выше облаков*», 320 с.
81. Экстенс Гевин «*Вселенная против Алекса Вудса*», 352 с.
82. Эшер Джей «*13 причин почему*», 352 с.

Кинофильмы о подростковой жестокости

Эти фильмы покажут подростку к чему может привести школьная травля, подскажут, как самому избежать конфликтов с другими детьми, как найти друзей, сохранив индивидуальность, и самое главное – как быть уверенным в себе и научиться принимать свои и чужие недостатки. Просмотр этих фильмов рекомендуется обеспечить педагогическим сопровождением, провести с детьми обсуждение увиденного, подвести их к выводу о том, что нужно коллективно, всем вместе, противостоять насилию, быть чуткими и внимательными друг к другу, делать добро.

Возрастная классификация 12+:

1. «*Как стать принцессой*» (2001), режиссёр Гарри Маршалл.
2. «*Мост в Терабитию*» (2007), режиссёр Габор Чупо.
3. «*Чучело*» (1983), режиссёр Ролан Быков.
4. «*Шпионка Хэрриэт*» (1996), режиссёр Бронвен Хьюс.
5. «*Куколка*» (1988), режиссёр Исаак Фридберг.



6. «*Чудо*» (2017), режиссёр Стивен Чбоски.

Возрастная классификация 16+:

7. «*Всеумрут, а я останусь*» (2008), режиссёр Валерия Гай Германика.
8. «*Говори*» (2004), режиссёр Джессика Шарзер.
9. «*Жестокие игры*» (1999), режиссёр Роджер Камбл.
10. «*Жестокий ручей*» (2004), режиссёр Джейкоб Аарон Эстес.
11. «*Кибертеррор*» (2011), режиссёр Шарль Бинаме.
12. «*Класс коррекции*» (2014), режиссёр Иван Твердовский.
13. «*Класс*» (2007) режиссёр Ильмар Рааг.
14. «*Общество мёртвых поэтов*» (1989), режиссёр Питер Уир.
15. «*Повелитель мух*» (1963), режиссёр Питер Брук.
16. «*После Люси*» (2012), режиссёр Мишель Франко.
17. «*Признания*» (2010), режиссёр Тэцую Накасима.
18. «*Проект «Задира»*» (2011), режиссёр Ли Хирш.
19. «*Слон*» (2003) режиссёр Гас Ван Сент.
20. «*Суровое испытание*» (2011), режиссёр Хван Дон Хёк.
21. «*Что-то не так с Квином*» (2011), режиссёр Линн Рэмси.
22. «*Школьный стрелок*» (2012), режиссёр Мишель Дэннер.

Нет ничего плохого или неправильного в том, чтобы рассказать взрослому о том, что тебя или кого-то другого травят 😊

Иногда мы боимся, что нас назовут стукачами, или как-то похуже. 😞

НО ТОТ, КТО ГОВОРИТ О ТРАВЛЕ - НЕ СТУКАЧ

Если ты рассказываешь что-то плохое о другом ученике учителю только для того, чтобы у того были неприятности - это плохо 😞

Если ты говоришь взрослому о том, что тебя травят - это другое дело. Ты говоришь об этом потому, что ты хочешь, чтобы травля остановилась. Если из-за этого будут проблемы у того, кто травит - это в первую очередь из-за того, как **ОН САМ** себя вёл 😞

ЗАПОМНИ: ПРОБЛЕМЫ У ТОГО, КТО ТРАВИТ, НЕ У ТЕБЯ 😊

Те, кто травят, и их друзья очень хорошо умеют сделать так, чтобы их жертвы думали, что это с ними что-то не то 😞

Человека могут травить по множеству разных «причин», хотя на самом деле - это просто поводы для того, чтобы оправдать свое гадкое поведение для тех, кто травит 😞

НЕТ НИ ОДНОЙ ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРОЙ ЧЕЛОВЕКА МОЖНО БЫЛО БЫ ТРАВИТЬ 😊

УВАЖАЕМЫЕ ПЕДАГОГИ!

Если вы считаете, что в вашей школе есть буллинг, и вы не можете справиться с проблемой самостоятельно, вы можете обратиться в муниципальную антибуллинговую команду, специалисты которой могут:

- выехать в школу для проведения методического десанта (семинар для всего педагогического коллектива, консультация для отдельных педагогов, разбор конкретного случая и проектирование работы по случаю, профилактическая настольная игра для педагогов «Антибуллинг» и т.п.);
- выехать в школу для проведения восстановительного десанта (работа с обучающимися «Кругов сообщества» и т.п.);
- проконсультировать по телефону.

КОНТАКТЫ:

Тимофеева Алла Ивановна, методист по детской подростковой психологии МАУ ИМЦ г. Томска, Главный внештатный психолог г. Томска. Тел.: 43-95-32;

Пимахова Александра Владимировна, методист по профилактике МАУ ИМЦ г. Томска. Тел.: 43-95-32;

Пучкина Юлия Александровна, директор АНО «Ресурсный центр «Согласие», руководитель территориальной службы примирения. Тел.: 8-913-840-08-97

Также мы предлагаем вам воспользоваться методическими материалами для организации работы по профилактике буллинга, размещенными в разделе «Профилактика и преодоление буллинга» рубрики «Психология» на сайте «МАУ ИМЦ г. Томска»: http://imc.tomsk.ru/?page_id=26097.

* Материалы описанные в настоящем издании являются авторскими работками и охраняются по закону. Перепечатки и использование возможны только с согласия авторов. Часть изображения являются авторскими, а часть взята из свободных источников сети Интернет.