

# **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**по предотвращению буллинга в разновозрастных  
группах учреждения дополнительного  
образования**

составила:  
Латипова Разида Назифовна  
методист

**2025г**

В методических рекомендациях рассмотрены понятие буллинга, его виды и формы. Описаны последствия травли для всех участников образовательных отношений. Рассмотрены ошибки и полезные действия взрослых. Представлены методы работы педагога дополнительного образования по профилактике буллинга.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
На стороне ребёнка	5
Буллинг: понятие, предпосылки, признаки	6
Виды и формы буллинга	8
Ошибки взрослых	9
Полезные действия взрослых	13
Методы профилактики буллинга	16
Заключение	18
Литература	19

## ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время проблеме исследования и профилактики травли детей сверстниками уделяется большое внимание.

В 1993 году норвежский психолог Д. Ольвеус опубликовал ставшее общепринятым определение травли в среде детей и подростков: буллинг (травля) – это преднамеренное систематически повторяющееся агрессивное поведение, включающее неравенство социальной власти или физической силы. Его работа внесла явление буллинга в пространство психологической науки, сделала его видимым, технологии профилактики и прекращения буллинга стали стремительно развиваться. Их актуальность очень высока в силу появления у участников травли тяжелых последствий. Ряд исследований показывают, что последствия травли для человека могут быть более тяжелыми и длительными, чем последствия семейного насилия.

Дополнительное образование традиционно воспринимается как пространство свободы, творчества и добровольного участия. Пространства, куда ребенок приходит не по обязанности, где оценивают не по жестким нормативам, где главный критерий успешности — интерес. Это целый мир, где ребенок может раскрыть свои таланты, найти новых друзей, научиться чему-то новому и, что самое главное, почувствовать себя успешным и счастливым. Однако замечено, что именно эта кажущаяся неформальность может создавать риски психологического неблагополучия. В отличие от школы, где конфликт часто лежит на поверхности, в учреждениях дополнительного образования менее четкие институциональные рамки, более разнообразный возрастной состав, выше эмоциональная вовлечённость детей в процесс. В художественной мастерской, театральной студии или робототехническом объединении агрессия может маскироваться под творческую критику: «Твой рисунок смешной», «Ты портишь общий номер», «Только ты не справляешься с кодом». Конкуренция за звание «самого талантливого», за участие в конкурсе или выставке работ, за внимание педагога создает идеальные условия для формирования иерархии и исключения «неудачников». Добровольность оборачивается ловушкой: уйти — значит признать поражение, остаться — терпеть унижение... Всё это требует от педагога осознанного проектирования психологической ситуации на занятии, особенно в контексте профилактики буллинга.

В данных методических рекомендациях будут рассмотрены феномен буллинга, его основные причины, виды, последствия для всех участников травли, а также представлены основные направления и конкретные мероприятия по профилактике и коррекции данного явления в организации дополнительного образования.

## НА СТОРОНЕ РЕБЁНКА.

Травля детей сверстниками – одна из наиболее распространенных проблем в детских коллективах.

Долгие годы травля считалась неизбежным злом в детских коллективах, чем-то вроде неприятной, но неопасной детской болезни, которая «сама пройдет», а обиды «до свадьбы заживут». Взрослые часто считают детский буллинг «обычным делом», говоря: «всегда кого-то дразнят», «дети есть дети», «он должен научиться ладить с ребятами», «надо уметь за себя постоять» и так далее. Родители переживают из-за того, как повлияет на детей Интернет или гаджеты, или сексуальное просвещение, или реклама табака с алкоголем. Но почему-то одно из самых страшных травмирующих детей воздействий считается «обычным делом».

Что происходит с ребенком, которого травят? Давайте попробуем это представить. Вообразите, на минуту, что ваша жизнь в педколлективе проходит так:

Утром вы приходите на работу. В вестибюле вы видите своих коллег, но никто не здоровается, при виде вас все демонстративно отворачиваются и отодвигаются. Вы проходите, слыша сзади смешки и шепот. На почту присылают неприличную картинку и ваши инициалы. Вы волнуетесь, переживаете, коллеги смотрят на вас, им и жалко вас, и смешно. Вы хотите заглянуть в свой ежедневник – и не можете его найти, его нет на месте. Позже вы находите его в углу туалета, со следами ног на страницах. Вы приходите на педсовет, садитесь. Тут же все сидящие рядом встают и демонстративно отсаживаются подальше. И так каждый день. Однажды вы срываетесь и кричите. Вас вызывают к директору и отчитывают за недопустимое поведение. Вы пытаетесь пожаловаться и слышите в ответ: «Нужно уметь ладить с коллегами!».

Ваше самочувствие? Как долго вы сможете выдержать это? Как скоро у вас появятся последствия из списка выше: неспособность сосредоточиться, нежелание идти на работу, неуверенность в себе, тревожное и депрессивное состояние, болезни и нежелание жить? А ведь вы – взрослый человек, у которого есть свой дом и друзья, опыт успехов, устойчивый образ себя. Вы можете потребовать объяснений, можете написать жалобу, наконец, можете просто уволиться. Ребенок гораздо более беззащитен. Защищать его обязаны взрослые. Утрировано? Сгущены краски? Да. Но повод задуматься есть!

## БУЛЛИНГ: ПОНЯТИЕ, ПРЕДПОСЫЛКИ, ПРИЗНАКИ.

Англоязычное слово «буллинг» (bullying) стало общепринятым для обозначения травли, повторяющейся агрессии по отношению к определенному субъекту, включающую в себя принуждение и запугивание.

Буллинг – это психологический террор с целью затравить жертву, вызвать у нее страх, деморализовать, унижить, подчинить. Обидчики дают ребенку неприятные прозвища, обзывают, бойкотируют, угрожают, отбирают личные вещи или намеренно портят их, бьют или пинают, заставляют делать неприглядные и оскорбляющие достоинство действия, распространяют лживые сведения, сплетни и слухи, исключают ребенка из круга общения, совместных занятий, игр, игнорируют и т.д. Обидчики — дети чрезвычайно изобретательны.

### *Предпосылки буллинга:*

- ✓ зависть, желание унижить жертву ради удовлетворения своих амбиций, для развлечения, самоутверждения;
- ✓ желание подчинить, контролировать кого-то;
- ✓ виктимность жертвы (особенности личности и поведения индивида, навлекающие на него агрессию со стороны других людей, такие как покорность, внушаемость, неумение постоять за себя, неосторожность, доверчивость, легкомыслие, недифференцированная общительность, а также психические расстройства).

Необходимо подчеркнуть, что, буллинг достаточно близок по своей структуре к межличностному конфликту, тем не менее он отличается следующими характеристиками:

- ✓ Буллинг по времени более длителен, нежели конфликт;
- ✓ физические и психологические силы жертвы буллинга и агрессора совершенно не сопоставимы по своему потенциалу;
- ✓ типы поведения участников ситуации буллинга имеют четкую структуру;
- ✓ в конфликте обе стороны так или иначе могут отстаивать свою позицию, привлекая окружающих как ресурс, тогда как в буллинге только одна сторона «обладает» правами, другой стороне этого права не дают, в буллинге у жертвы нет какой-либо позиции и он не может предпринимать необходимые действия в свою защиту.

Конфликт – это две активные противоборствующие стороны, а буллинг – это угнетение одной стороны другой.

Таким образом, можно выделить следующие *характеристики буллинга:*

- ✓ умышленность и регулярность;
- ✓ неравенство сил;
- ✓ четкое распределение ролей;

- ✓ буллинг не заканчивается сам по себе.

*Признаки, по которым можно распознать буллинг:*

- ✓ Кого-то зажимают в углу помещения;
- ✓ когда взрослый подходит к группе детей они: замолкают, разбегаются, резко меняют деятельность (могут обнять «жертву», как будто все в порядке);
- ✓ один из обучающихся не выбирается другими (в изоляции);
- ✓ вся группа смеётся над одним и тем же ребенком;
- ✓ очень обидные прозвища и т.п.

Кстати, повод для буллинга может быть самым разным. Поэтому пострадать от травли может любой ребенок. При этом, зачастую могут даже отсутствовать какие-либо конкретные основания для агрессии.

## ВИДЫ И ФОРМЫ БУЛЛИНГА.

Такое явление как буллинг имеет много «лиц». Буллинг в детской среде можно разделить на две основные формы:

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

2. **Психологический** – насилие, связанное с действием на психику путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, этим причиняется эмоциональная неуверенность. Эта форма буллинга чаще всего встречается в дополнительном образовании, особенно там, где состав группы разновозрастной.

К психологической форме травли можно отнести:

- ✓ вербальный буллинг, где орудием служит голос (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, дразнение, распространение обидных слухов и т.д.);
- ✓ обидные жесты или действия (например, плевок в жертву либо в её направлении);
- ✓ запугивание (использование агрессивного языка тела и интонаций голоса для того, чтобы заставить другого совершать или не совершать что-либо);
- ✓ изоляция (жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью обучающихся или всей группой);
- ✓ вымогательство (денег, еды, иных вещей, принуждение что-либо украсть);
- ✓ повреждение и иные действия с имуществом (воровство, грабёж, прятанье личных вещей).

Бывает так, что физический и психологический буллинг происходят одновременно, тогда можно говорить о **смешанной** форме травли.

Необходимо отметить, что различают травлю **прямую**, когда ребенка бьют, обзывают, дразнят, дают обидные прозвища, портят его вещи или отбирают деньги, заставляют делать что-то, чего ребенок делать не хочет и **косвенную**– распространение слухов и сплетен, бойкотирование, избегание, манипуляция дружбой («Если ты дружишь с ней – мы с тобой не друзья»).

## **ОШИБКИ ВЗРОСЛЫХ.**

Часто взрослые, сталкиваясь с травлей в детском коллективе, совершают типичные ошибки, которые приводят к тому, что ситуация травли консервируется или даже усугубляется. Итак, чего не надо делать в случае травли.

### ***1. Ждать, что само пройдет.***

Само не проходит. До примерно 12 лет детям сложно опираться на собственные моральные ориентиры и тем более идти против группового давления (это и взрослым дается непросто). Если взрослые не занимаются атмосферой в детской группе, травля сама по себе никуда не денется.

### ***2. Искать причины и объяснения.***

Причин, по которым возникает травля много: и потребность возраста, и давление закрытой системы, и личные особенности детей, и недостаток опыта у педагогов, и фоновая агрессия в обществе. Все это очень важно и интересно, и безусловно стоит изучать и понимать. Но множество вполне объективно существующих причин не делают травлю приемлемой. Можно долго искать причины и факторы, вызывающие какую-то болезнь, но нельзя делать это вместо помощи тем, кто страдает уже сегодня. Травля в конкретном детском коллективе, от которой страдают прямо сейчас конкретные дети – не вопрос научных изысканий, это вопрос морали и прав человека. Издевательства недопустимы. Никакие особенности общества, семей и детей не могут служить оправданием травли.

Нет задачи устранить причины, есть задача обеспечить безопасность каждого ребенка, а для этого нужно изменить конкретное поведение конкретной группы детей.

### ***3. Путать травлю и непопулярность.***

Никто никому не обязан, чтобы его все любили и хотели с ним дружить. Не могут быть все одинаково популярны. Многим детям, кстати, и не нужна особая популярность, они вполне без нее проживут. Они могут быть от природы интроверты, застенчивы.

Суть травли – не в том, что кто-то кого-то не любит. Суть травли – насилие. Именно за недопустимость такого поведения отвечает взрослый, которому доверена группа детей. Педагоги, сводящие все к непопулярности, часто искренне стараются исправить дело. Они обращают внимание группы на достоинства жертвы, пытаются повысить ее рейтинг особыми поручениями и т. д. И это все может сработать при одном условии: травля как насилие УЖЕ прекращена. Если нет – любые достоинства жертвы в глазах группы, захваченной азартом травли, будут мгновенно превращены в недостатки. Выиграл олимпиаду – «ботан». Помог педагогу – «подлиза». Рисунок выбран на выставку – «художник-мазила». В грязной атмосфере насилия не пробьются ростки интереса и уважения. Сначала надо провести дезинфекцию.

### ***4. Считать травлю проблемой только жертвы.***

Конечно, явственно страдает именно жертва. Те, кто травит, прямо сейчас могут выглядеть очень довольными собой. Однако важно понимать, что страдают в результате все.

Страдает жертва, получившая опыт унижения, отвержения и незащищенности, травму самооценки, а то и нарушения эмоционального развития из-за долгого и сильного стресса.

Страдают свидетели, те, кто стоял в стороне и делал вид, что ничего особенного не происходит, и в это самое время получал опыт бессилия перед властью толпы и стыда за свое слабодушие, поскольку не решился вступить и поддерживал травлю из страха самому оказаться

жертвой. Страдают преследователи, получая опыт шакалов в стае, или опыт кукловода, опыт безнаказанности, иллюзию своей силы и правоты. Этот опыт приводит к огрублению чувств, отрезанию возможностей для тонких и близких отношений, в конечном итоге – к деструктивным, асоциальным чертам личности.

Наконец, это все плохо для группы в целом, для её эффективности, способности справляться с трудностями.

Это то, что важно доносить до родителей: если это не вашего ребенка травят – не думайте, что у вас нет повода для беспокойства. Не говоря уже о том, что тлеющая подолгу травля всегда прорывается вспышками настоящего насилия. И тогда абсолютно любой – в том числе и ваш – ребенок может оказаться «назначен» группой исполнить ее волю и «дать ему как следует». Он сам потом не сможет объяснить, почему так озверели, почему сделал то, что ему вовсе не свойственно.

### **5. *Считать травлю проблемой личностей, а не группы.***

Это подход «всё дело в том, что они такие». Чаще всего приходится слышать, что жертва – «такая» (причем неважно, в негативном ключе: глупая, некрасивая, конфликтная или в позитивном: одаренная, нестандартная, «индиго» и т. д.). «Козлом отпущения» может стать каждый. Это иллюзия, что для этого надо быть каким-то особенным. Очки (веснушки), толщина (худоба), национальность, дешевая одежда – все может стать основанием для объявления жертвы «не такой».

Основой системной работы педагога по профилактике травли является знание психологических особенностей самых уязвимых разновозрастных групп дополнительного образования:

**Дети 10-11 лет.** Для детей 10-11 лет характерны ориентированность на мнение взрослого, потребность в одобрении, эмоциональная уязвимость и формирование первичных социальных ролей. Самооценка в этом возрасте нестабильна, а критика воспринимается болезненно. Основными рисками являются:

1. зависимость от внешней оценки;
2. страх быть отвергнутыми;
3. склонность к молчаливому принятию неблагоприятных условий.

В связи с этим профилактика травли в данной возрастной группе должна быть направлена на создание ситуаций безопасного признания вклада без сравнения и оценивания.

**Дети 12-13 лет.** Для обучающихся 12-13 лет характерно возрастание значимости мнения сверстников, формирование неформальных иерархий, стремление к самоутверждению, а также повышенная чувствительность к справедливости. Основными рисками являются:

1. скрытая агрессия;
2. ироничное обесценивание;
3. закрепление устойчивых социальных ролей.

Профилактика травли в данной возрастной группе требует управления групповой динамикой и

формирования культуры уважительной коммуникации.

### **6. Давить на жалость.**

Пытаться объяснить агрессорам, как жертве плохо и призывать посочувствовать. Не поможет чаще всего. Только укрепит их в позиции сильного, который хочет казнить, хочет милует. Обычно агрессоры потому и травят, что очень хорошо знают, каково жертве, и боятся оказаться на ее месте (скорее всего, уже там бывали: в своей семье или в другой группе).

Логика травли состоит в том, что луч прожектора общего негативного внимания обращен на жертву, и она мечется в нем, как обреченный кролик в свете фар автомобиля. Поэтому любые разговоры о жертве подкрепляют травлю. Наша задача – перевести луч прожектора на саму травлю как явление, сделать мишенью насилие как таковое.

### **7. Принимать правила игры.**

Это самое важное, пожалуй. Ситуация травли сдвигает «точку нормы». Через какое-то время всем кажется, что надо «таких» травить, а как же иначе – ведь они «такие».

Любая ситуация насилия провоцирует выбор: либо «меня бьют, потому что я слабый, и всегда будут бить», либо «меня бить не будут, потому что я сильный и бить буду я». При всей кажущейся разнице обе эти позиции сходны. Они обе базируются на одном и том же убеждении о том, как устроен мир. А именно: «сильный бьет слабого». И часто взрослые, пытаясь помочь, на самом деле подкрепляют эту картину мира.

Например, когда говорят пострадавшему: «подумай, в чем ты сам мог бы измениться», или «дай ему, чтоб неповадно было». По сути, ребенку сообщают вот что: «Мир устроен так, что в нем правит сила, и другого мира у нас для тебя нет. Ты можешь капитулировать перед насилием, предать себя и измениться так, как от тебя требуют («научись ладить с ребятами!»). Им виднее, каким ты должен быть, они сильны, а значит – правы. Или можешь наплевать на собственную безопасность («не бойся! дай отпор!») и озвереть, тогда тебя не тронут. Еще вариант: отрезать себя от чувства («не обращай внимания!») и научиться изображать лицом не то, что происходит внутри. По сути, взрослый во всех этих случаях солидаризируется с травлей как явлением и оставляет ребенка один на один с ней. Ребенок за всеми этими «Учись налаживать отношения» или «Дай сдачи» слышит: «Тебя никто не защитит, даже не надейся. Справляйся сам, как знаешь».

Поэтому нужно идти на конфронтацию, но не конфронтацию с конкретными детьми, а конфронтацию с правилами игры по которым сильный имеет право бить слабого. С травлей как насилием, как болезнью, отравой, моральной ржавчиной. С тем, чего не должно быть. Что нельзя оправдывать, от чего любой ребенок должен быть защищен – и точка.

## **ПОЛЕЗНЫЕ ДЕЙСТВИЯ ВЗРОСЛЫХ.**

### ***1. Присвоить проблему.***

Любая проблема решается только тогда, когда есть тот, кто её решает, кто берет на себя ответственность. Если взрослые будут разводиться руками и говорить «ну, что поделывать, такие сейчас дети», ничего не изменится.

Кто может быть ответственным? Мы помним, что травля – болезнь группы, значит, работать с ней должен тот человек, который общается с группой и руководит ей, кто может задавать правила игры. То есть педагог. В идеале весь педагогический коллектив должен иметь общий взгляд на проблему травли и всем должны быть известны алгоритмы согласованных действий в случае, когда кто-то заметил травлю. Чем более единую, согласованную профессиональную реакцию взрослых получает детская группа, тем быстрее разрешается проблема. Чтобы победить зарождающуюся травлю, иногда достаточно пяти минут.

### ***2. Назвать явление.***

Никаких «У Пети Смирнова не ладится с ребятами». Когда ребенка намеренно доводят до слез, согласованно и систематически дразнят, когда отбирают, прячут, портят его вещи, когда его толкают, щипают, бьют, обзывают, подчеркнуто игнорируют – это называется «травля». Насилие. Пока не назовете происходящее своим именем, ничего не получится сделать. Неназванную проблему решать невозможно.

Не менее важно назвать явление самим детям. Дети часто не осознают, что именно делают. У них в голове это называется «мы его дразним» или «мы так играем» или «мы его не любим». Нет, это не игра. Игра – это когда весело всем. И когда все играют добровольно. Девочки, которые издевательски копируют или комментируют внешность одноклассницы, могут сказать: «Мы просто так шутим». Нет, это не шутка. Шутка не имеет целью причинить кому-то боль. Шутка – это когда весело всем, в том числе тому, про кого шутят. Дети должны услышать это от взрослого: то, что вы делаете – не невинная забава, не игра и не шутка, это травля, это насилие, и это недопустимо.

### ***3. Дать однозначную оценку травле.***

Люди могут быть очень разными, они могут нравиться друг другу больше или меньше, но это не повод травить и грызть друг друга, как пауки в банке. Люди на то и люди, что они способны научиться быть вместе и работать вместе, используя свои различия для общего успеха. Даже если они очень – очень разные и кто-то кому-то кажется совсем неправильным. Конечно, все это получится, только если сам взрослый так искренне считает.

### ***4. Обсуждать травлю как проблему группы.***

Когда людям предъявляют моральное обвинение, они начинают защищаться. В этот момент их не интересует, правы они или нет, главное – оправдаться. Дети не исключение. Особенно дети – зачинщики травли, потому что очень часто они абсолютно не способны переносить стыд и вину. И они будут драться за свою роль «самых-самых». То есть в ответ на называние травли насилием, начнется: «А чего он? А мы ничего... А это не я. А это он сам». Понятно, что толку от обсуждения в таком ключе не будет.

Поэтому не надо спорить о фактах, выяснять, кто именно, что и т.д. Нужно дать понять, что вы знаете, что происходит, что не намерены с этим мириться и обозначить травлю как болезнь группы. Вот если человек не моет руки, он может подхватить инфекцию и заболеть. А если группа использует грязные способы общения, она тоже может заболеть – травлей. Это очень грустно, это всем вредно и плохо. Давайте вместе срочно лечиться, чтобы у нас был

здоровое дружное объединение.

### **5. *Активизировать моральное чувство и сформулировать выбор.***

Результат не будет прочным, если дети просто примут к сведению формальные требования педагога. Задача – вывести их из «стайного» азарта в осознанную позицию, включить моральную оценку происходящего: «В сказке про гадкого утенка мы жалеем об утенке, но у него потом все складывается хорошо — он превращается в красивого лебедя и улетает. А если обратить внимание на птичий двор... ведь они так и остаются злыми и глупыми, не способными ни сочувствовать, ни летать. Неужели среди вас есть желающие играть роль тупых злобных кур? Каков ваш выбор?».

Этот же прием может помочь родителям осознать, что если травят не их ребенка, а наоборот, это тоже очень серьезно. Их дети находятся в роли участников травли, а такие роли присыхают так крепко, что начинают менять личность. Они этого хотят для своих детей?

### **6. *Сформулировать позитивные правила жизни в группе и заключить контракт.***

Достаточно просто вместе с детьми сформулировать правила жизни в группе. Например: «У нас никто не выясняет отношения кулаками. У нас не оскорбляют друг друга. У нас не смотрят спокойно, как над кем-то издеваются – это немедленно прекращают». Правила выписываются на большом листе и за них все голосуют. Еще лучше – чтобы каждый поставил подпись, что обязуется их выполнять. Этот прием называется «заключение контракта», он прекрасно работает в терапевтических и тренинговых группах для взрослых, и с детьми тоже вполне эффективен. Если правила кто-то нарушает, ему могут просто молча указать на плакат с его собственной подписью.

### **7. *Поддержка позитивных изменений.***

Очень важно чтобы взрослый, который взялся решать проблему травли, не бросал это дело. Суть в том, что группа постоянно получает заинтересованный интерес от авторитетного взрослого и по-прежнему считает победу над травлей своим общим делом.

### **8. *Гармонизировать иерархию.***

Вот теперь пора думать про популярность. Про то, чтобы каждый имел признание, мог предъявить себя группе, быть полезным и ценным в ней. Праздники, конкурсы, смотры талантов, походы, экспедиции, выставки – арсенал богатый. Чем дольше группе предстоит прожить в этом составе, тем этот этап важнее. Признак гармоничной групповой иерархии – отсутствие жестко закрепленных ролей «лидеров» и «массовки», гибкое перетекание ролей: в этой ситуации лидером становится тот, в той – другой.

## МЕТОДЫ ПРОФИЛАКТИКИ БУЛЛИНГА.

Решение дисциплинарных проблем, связанных с травлей, может занимать много рабочего времени педагога. Поэтому лучше предупреждать эту проблему!

***Все превентивные действия можно разделить на следующие категории:***

1. Текущая работа: обсуждение и мониторинг ситуации общения между обучающимися группы.
2. Просветительская работа со всеми участниками образовательных отношений: обучающимися, педагогами, родителями.
3. Распространение информационных материалов.

Работа по профилактике травли предполагает применение специальных педагогических и воспитательных мер, способствующих сплочению детского коллектива и, как следствие, – улучшению качества поведения обучающихся.

**КОНКРЕТНЫЕ ШАГИ** (несколько подходов, которые помогут без дополнительной нагрузки, без особой подготовки создать комфортную атмосферу занятий, благоприятную для успешности каждого ребенка):

1. **Деконструкция иерархии.** Не секрет, что творческая среда по умолчанию иерархична: есть ребята более и менее одаренные. Наша задача — «перевести стрелки». Вместо вертикали «талантливый — бездарный» построить горизонталь «разные — интересные». Ввести ритуал «другой гений», например: сегодня мы учимся не у меня, педагога, а у Саши, который виртуозно работает с линией, и у Маши, которая придумывает невероятные сюжеты или подбирает неожиданные материалы, даже если ее технике далеко до совершенства. Разбивать постоянные «звездные» пары, менять роли в проектах, делать так, чтобы успех всегда был общим, коллективным. Победа на конкурсе — это не триумф солиста, а праздник всей группы, которая поддерживала, критиковала и вдохновляла.
2. **Язык эмпатии как рабочий инструмент.** В математике есть формулы, в живописи — перспектива. А в человеческих отношениях? Можно ввести такой же рабочий инструментарий. Метод «шести шляп» для обсуждения работ: не только «черная» (критика), но и «желтая» (найти сильные стороны), «зеленая» (предложить идею развития). Ритуал «теплой критики»: прежде чем сказать, что не нравится, найди два точных слова о том, что цепляет. Создать в студии «словарь чувств» — как в иностранном языке, учиться называть свои эмоции и эмоции других: «я вижу, ты расстроен, потому что глина не слушается», «я чувствую воодушевление от нашей общей идеи». Это не психологизация, это расширение профессионального лексикона.

Первые шаги (словарь позитива) для начинающего педагога: «Добро пожаловать!» - с первых минут по имени; «У тебя все получится!»; «Мы вместе!»; «Давай попробуем по-другому!»; ритуалы начала занятий (разминка, круг настроения, прослушивание музыки, чтение); игры, викторины, сказки — всегда помогут разнообразить любое занятие, сделать его уютным.

3. **Безопасность через уязвимость.** Многие взрослые, и педагоги в том числе, часто стремятся перед детьми выглядеть безупречными мастерами. Но что, если показывать свою уязвимость? Рассказать, как сам когда-то провалил важный проект. Показать свои ранние, неумелые работы. Устроить «день больших и маленьких ошибок», где каждый делится своим провалом и тем, что ему дал этот провал, чему научил. Допускать ошибки «нечаянно» и давать ребятам возможность поправить или даже благодарить, что заметили эту ошибку. Когда взрослый, авторитетный наставник, заслуженный профессионал не боится быть неидеальным, он дает детям разрешение на ошибку. А где нет страха ошибки, там меньше потребности высмеивать чужие промахи.

4. **Родитель не как зритель, а как со-творец.** Многие родители, отдавая ребенка на занятия в учреждения дополнительного образования, неосознанно становятся фактором давления: ждут результатов, сравнивают с другими. Нужно вовлекать их в другую реальность. Проводить не только отчетные концерты, а мастерские, где

родители и дети вместе что-то создают. Обсуждать с ними не только успехи ребенка, но и климат в группе: «Как вы думаете, что помогает нашей команде чувствовать себя единым целым?». Сделать их союзниками в построении культуры поддержки, а не конкуренции.

**5. Смена позиции педагога.** Из мастера, который стоит «над» группой, в соавтора, который находится «внутри» процесса. Чей слух настроен не только на фальшивую ноту, но и на тихий вздох отверженного в углу. Чей глаз видит не только красоту композиции, но и динамику взглядов, обмен колкостями, молчаливое страдание.

В случае, если перед вами стоит задача экспресс-диагностики, следует сформулировать вопросы из позиции свидетеля.

Пример вопроса с позиции свидетеля:

Вспомни, пожалуйста, случилось ли тебе за последний месяц **ВИДЕТЬ** или **СЛЫШАТЬ**, как...

Описание ситуации	Ни разу	1-2 раза	3-4 раза	5 и более раз
Ставили кого-то в неловкую ситуацию, чтобы другим людям было смешно				
Говорили про чей-то внешний вид				
Показывали кому-то неприличные жесты				
Обзывали кого-то, придумывали ему(ей) неприятные клички				

С участниками опроса, то есть с детьми, родителями, педагогами, важно делиться полученными результатами опросов.

## **6. Повышение знаний и навыков по вопросам профилактики буллинга в образовательной среде.**

Обучение должно включать навыки распознавания ситуаций травли, выявления причин появления буллинга и оценку его последствий. Обучение должно быть направлено на формирование навыков вмешательства в ситуации, когда травля осуществляется непосредственно, на то, как вести просветительскую работу по предотвращению.

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ.**

Трудно ли остановить травлю? И да, и нет.

У уверенного в себе взрослого с осознанной собственной моральной позицией, имеющего хороший контакт с детьми, это может занять несколько минут. Ему достаточно, увидев травлю в самом начале, выразить детям свое неприятие этой ситуации, и все немедленно стихнет. Если ситуация уже существует давно и запущена, понадобится больше внимания и усилий, возможно, понадобятся новые знания или помощь коллег, но результат обязательно будет.

И наоборот, если педагог, работающий с детской группой, не берет на себя ответственность или, тем более, в глубине души согласен с системой правил, в которой «не таких» можно травить, ситуация может сохраняться годами, пока не выплеснется в трагедию или дети не уйдут из направления, унося в дальнейшую жизнь опыт насилия.

Все зависит от позиции взрослых. От того, какие правила приняты – не формальные правила, написанные на стенке, а настоящие, разделяемые в глубине души.

## ЛИТЕРАТУРА:

1. Белевич А. Буллинг в школе: как распознать и противодействовать / А. Белевич, М. Малыгина. — Текст: непосредственный // Директор школы. — 2021. — № 5. — С. 95-101.
2. Бочавер А. А. Травля детей в российской школе: суть проблемы и как ее решать / А.А.Бочавер, А.В.Жилинская, К.Д.Хломов. —Текст:электронный// Компас целей: [сайт]. — URL:<http://analitikaru.ru/2015/03/18/travlya-detej-v-rossijskoj-shkole-sut-problemy-i-kak-ee-reshat/> (дата обращения: 08.08.2025).
3. Кривцова С.В. Как противостоять буллингу/С.В.Кривцова. – Текст: непосредственный // Директор школы. 2018. , №4, стр.86-94
4. Лахмытко Н. М. Как остановить травлю. Понятие моббинга (методические рекомендации для заместителей директора по УВР, классных руководителей, социальных педагогов, педагогов-психологов)/Н.М.Лахмытко. Текст: непосредственный // Методист, 2015, №3, стр.56-59.
5. Молоканова К. Сказка об Обижалке. Один из методов работы с буллингом / К. Молоканова. — Текст: непосредственный // Школьный психолог, 2019. № 7 - 8, с т р . 9 - 1 5 .
6. Петрановская Л.В. ТравлиNET. Методическое пособие для педагогов школ и школьных психологов. М., 2018. 32 с.
7. Реан А.А., Новикова М.А., Коновалов И.А., Молчанова Д.В. Руководство по противодействию и профилактике буллинга для школьной администрации, учителей и психологов / под ред. Академика РАО А.А. Реана. М., 2019. 64 с.