

## Методическое объединение классных руководителей «Профилактика буллинга в классе: реагирование на травлю»

**Целевая аудитория:** классные руководители 1–11 классов.

**Ведущий:** педагог-психолог.

**Длительность:** 1,5 – 2 часа.

**Цель:** обучение классных руководителей алгоритмам раннего выявления и эффективного реагирования на случаи буллинга в детских коллективах.

### Необходимые материалы:

- Презентация (слайды с определениями, статистикой, этапами).
- Флипчарт или большая доска, маркеры.
- Раздаточный материал (памятки, кейсы, «Светофор настроения»).
- Бумага А4, ручки.
- Мягкий мяч или любой предмет для передачи.

### СЦЕНАРИЙ ПРОВЕДЕНИЯ

#### I. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ МОМЕНТ И ВВЕДЕНИЕ (10 минут)

##### 1. Приветствие и настрой на работу.

Педагог-психолог: «Добрый день, коллеги! Тема нашей встречи — "Профилактика буллинга". Эта тема непростая, часто пугающая, потому что никто из нас не хочет признавать, что в его классе может происходить травля. Но наша задача — не бояться, а уметь это увидеть и остановить. Давайте работать честно и открыто».

##### 2. Упражнение-разминка «Ассоциации» (5 минут)

- **Суть:** психолог бросает мяч и просит назвать слово-ассоциацию к слову «Буллинг» (или «Травля»).
- **Ожидаемые ответы:** боль, страх, одиночество, стая, превосходство, слабость, школа, угол, слезы.
- **Вывод:** «Мы видим, что спектр эмоций негативный. Сегодня мы поговорим о том, как превратить школу из места страха в место безопасности».

#### II. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ БЛОК: ТОЧНОЕ ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ (15 минут)

##### 1. Мифы и факты о буллинге (Интерактив «Верю — Не верю»).

Психолог зачитывает утверждения, педагоги поднимают руку, если согласны.

- **Миф:** «Буллинг — это просто "дети ссорятся", они сами разберутся».
- **Факт:** Буллинг — это системное насилие, где силы неравны. Сами дети не разбираются, это ведет к травмам.

- Миф: «Жертва сама виновата (одевается не так, ябедничает)».
- Факт: В буллинге нет «вины» жертвы. Ответственность всегда на агрессоре и на молчаливых наблюдателях.
- Миф: «Буллинг бывает только в 5-7 классах».
- Факт: Травля встречается даже в младшей школе и в старших классах (только формы меняются).

## 2. Структура буллинга.

Психолог объясняет «Круг буллинга» (по Д. Ольвеусу):

1. **Булли (агрессор)** — ищет власть и признание.
2. **Жертва** — тот, кого выбирают объектом нападок.
3. **Последователи** — поддерживают булли.
4. **Наблюдатели (свидетели)** — самая большая группа. Они либо подыгрывают, либо молчат (из страха самим стать жертвой). Именно молчание наблюдателей — топливо для травли.

**Важный тезис:** «Классный руководитель — тоже наблюдатель. Если он молчит или не замечает, он невольно становится соучастником».

## III. ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК: КАК ВЫЯВИТЬ И ОСТАНОВИТЬ (50 минут)

### 1. Диагностика: «Светофор буллинга» (10 минут)

Классным руководителям раздаются листы с тремя колонками: «Зеленая зона» (норма), «Желтая зона» (тревога), «Красная зона» (опасность — буллинг).

- Задание:** распределить признаки поведения ученика по зонам.
- Признаки:** ребенок не хочет идти в школу, синяки, просит деньги, "безобидные" прозвища в классе, порча личных вещей, замкнутость, постоянные насмешки на уроке, ребенок сидит один за последней партой.
- Обсуждение:** психолог просит зачитать результаты. Важно разделить понятия «конфликт» (разовое выяснение отношений) и «буллинг» (систематическое насилие).

### 2. Работа в группах с кейсами (20 минут)

Классные руководители делятся на 3 группы (по параллелям: младшая, средняя, старшая школа). Каждая группа получает свой кейс.

- Кейс 1 (1-4 класс):** «В классе есть мальчик, который плохо учится и неопрятно одет. Дети отказываются сидеть с ним за одной партой, прячут его пенал, смеются, когда он отвечает у доски. Классный руководитель говорит: "Не обращайтесь к нему, он сам виноват, не хочет учиться"».
- Вопрос:** Что не так в позиции учителя? Ваши действия?
- Кейс 2 (5-9 класс):** «Девочку затравили в соцсетях. Создали "мемы" с её лицом, пишут оскорбительные комментарии. Она стала прогуливать уроки. Родители девочки пришли к вам и обвиняют школу».
- Вопрос:** Ваш алгоритм работы с жертвой, агрессорами и родителями?

•**Кейс 3 (10-11 класс):** «Сильный ученик, лидер класса, третирует одноклассника, распространяя слухи о его нетрадиционной ориентации. Учителя считают лидера "удобным" и успешным, не верят жалобам жертвы».

•**Вопрос:** Сложность в том, что агрессор социально успешен. Как быть?

После обсуждения группы презентуют свои решения. Психолог комментирует, корректирует и добавляет алгоритмы.

### **3. Восстановительный подход. Алгоритм реагирования для учителя (Мини-лекция + схема) (10 минут)**

Психолог выдает готовую памятку и проговаривает шаги:

**1. Стоп-действие.** Если вы стали свидетелем травли сейчас — **НЕМЕДЛЕННО** прекратите. Четко скажите: «Это унижение, в моем классе так не поступают».

**2. Индивидуальные беседы.** Нельзя собирать общий «разбор полетов» (это усилит травлю). Сначала говорим с жертвой (поддержка), потом с агрессором (без обвинений, но проясняя факты и последствия), потом с наблюдателями.

**3. Подключение родителей.** Работа с родителями всех сторон.

**4. Работа с классом.** Проведение классного часа на сплочение, эмпатию, но не прямолинейно «давайте жить дружно», а через игры, фильмы.

**5. Обратная связь.** Отслеживание ситуации в течение 2-3 недель.

#### **IV. РЕФЛЕКСИЯ И РЕСУРС (15 минут)**

##### **1. Упражнение «Чемодан в дорогу» (10 минут)**

На флипчарте нарисован чемодан.

•**Задание:** каждый участник получает стикер и пишет на нем **один конкретный инструмент, метод или знание**, которые он сегодня взял в работу и будет применять уже завтра.

(Например: «Перестану говорить "сами разберутся"», «Начну наблюдать за изгоями», «Буду использовать "Светофор"», «Поговорю с тихими детьми»).

Стикеры приклеиваются на «Чемодан». Психолог зачитывает несколько вслух.

##### **2. Притча о бабочке (Завершение) (5 минут)**

Психолог: «Однажды человек нашел кокон бабочки и наблюдал, как бабочка пытается выбраться через узкую щель. Ей было очень трудно. Человек решил помочь — он разрезал кокон. Бабочка вышла сразу, но ее крылья были слабыми и нежизнеспособными. Только преодолевая сопротивление, бабочка наливается силой. Наша задача — не разрезать "кокон" детских проблем, создавая тепличные условия, а быть рядом и поддерживать, когда им трудно, и пресекать насилие, когда оно переходит границы. Спасибо за работу!»