

Школьная программа против травли: как создать систему, а не бороться со следствиями

Уважаемые коллеги, администрация, родители!

Буллинг (травля) — это не просто конфликт между детьми. Это системная болезнь школьного климата, где есть агрессоры, жертвы, наблюдатели и, увы, иногда — бездействующие взрослые. Разовые беседы и наказания виновных не решают проблему. Нужна программа — последовательная, комплексная и вовлекающая всю школьную общину. Давайте разберемся, как такая программа работает на практике.

Философия подхода: от наказания к восстановлению

Традиционная реакция «найти и наказать» часто загоняет проблему вглубь: жертвы боятся жаловаться, агрессоры становятся изощреннее, наблюдатели молчат. Цель современной антибуллинговой программы — не кара, а создание среды, где травле негде зародиться, а если инцидент произошел — он становится поводом для восстановления отношений и обучения всех участников.

Ключевой принцип: Безопасность и уважение — базовые права каждого в школе, а не привилегия.

Из чего состоит программа? Ключевые компоненты

1. Нормативно-правовая база и ясные правила

- Что: В Устав школы и Правила внутреннего распорядка вносится четкое определение буллинга (повторяющаяся агрессия, дисбаланс сил, умышленный вред) и последствий для тех, кто его осуществляет.

- Как работает: Правила известны всем: ученикам, родителям, педагогам. Они принимаются совместно (например, на общем собрании). Это снимает вопросы «А что такого?» и дает правовую основу для действий.

2. Команда реагирования и координатор программы

- Что: Создается рабочая группа (психолог, завуч, социальный педагог, представитель родительского комитета, уважаемый ученик-старшеклассник). Назначается координатор (часто — педагог-психолог), который ведет случаи, документирует инциденты и курирует процесс.

- Как работает: Есть ответственные, которые действуют по протоколу, а не эмоционально. Это гарантирует, что ни один сигнал не потеряется.

3. Обучение и информирование всех участников

- Для педагогов: Тренинги по распознаванию признаков травли (не всегда это синяки, чаще — изоляция, порча вещей, психосоматика) и алгоритмам первого реагирования.

- Для учеников: Регулярные классные часы по теме не в формате лекции, а в формате дискуссий, ролевых игр, просмотра и обсуждения фильмов. Цель — развить эмпатию и дать инструменты: как поддержать жертву, как стать «активным наблюдателем», куда обратиться.

- Для родителей: Родительские собрания «Что такое буллинг и как говорить об этом с ребенком», памятки о действиях, если ребенок — жертва, агрессор или свидетель.

4. Каналы для безопасного информирования

- Что: Несколько способов сообщить о проблеме: анонимный ящик (онлайн или оффлайн), доверенные взрослые, чат-бот в школьном сообществе, прямой контакт координатора.

- Как работает: Снимается главный барьер — страх стать ябедой или быть наказанным. Помощь можно запросить конфиденциально.

5. Четкий алгоритм реагирования на инцидент

Это сердце программы. Действия не стихийны, а следуют плану:

1. Фиксация. Получение информации (от жертвы, свидетеля, педагога). Заполнение карты инцидента (без эмоций, факты).

2. Немедленная защита жертвы. Обеспечение физической и психологической безопасности (при необходимости — изменение расписания, организация сопровождения).

3. Беседы с участниками. Отдельно с предполагаемым агрессором, жертвой, свидетелями. Задача — не вырвать признание, а понять картину.

4. Применение восстановительных практик. Не наказание, а ответственность.

- Школьная восстановительная медиация: Встреча сторон с нейтральным ведущим (психологом). Цель — чтобы агрессор осознал последствия своих действий, загладил вину (не формально, а по договоренности с жертвой) и отношения были восстановлены.

- «Круг сообщества»: Обсуждение в классе (без прямого указания виновных) о том, как происходящее влияет на всех, и совместная выработка решений.

5. Работа с агрессором. Индивидуальная или групповая работа с психологом по развитию эмпатии, навыков управления гневом. Вовлечение в просоциальную деятельность.

6. Долгосрочная поддержка жертвы. Психологическое сопровождение для восстановления самооценки и чувства безопасности.

7. Мониторинг ситуации. Ситуация не считается закрытой, пока не будет уверенности, что травля прекратилась.

6. Профилактика и формирование культуры уважения

- Что: Системная работа над климатом в школе и в каждом классе: тренинги сплочения, развитие социально-эмоционального обучения (умение распознавать эмоции, разрешать конфликты), праздники, общие проекты.

- Как работает: Укрепляется «иммунитет» коллектива к насилию. Дети получают навыки решать конфликты цивилизованно.

Какой результат мы получаем?

- Для жертвы: Восстановление безопасности и справедливости.
- Для агрессора: Шанс исправиться и научиться иначе выстраивать отношения.
- Для наблюдателей: Урок гражданской смелости и ответственности.
- Для школы: Здоровый климат, снижение числа инцидентов, повышение вовлеченности учеников в учебу.

Роль педагога-психолога в программе

Психолог выступает связующим звеном, экспертом и фасилитатором:

- Эксперт: Обучает коллег, проводит диагностику климата в классах.
- Фасилитатор: Ведет восстановительные встречи и «круги».
- Консультант: Поддерживает всех участников инцидентов (включая педагогов).

- Аналитик: Мониторит эффективность программы, предлагает коррективы.

Внедрение такой программы — процесс, а не разовое событие. Он требует времени, ресурсов и единой воли администрации, педагогов и родительского сообщества. Но это единственный путь превратить школу из территории страха и молчания в пространство безопасности, уважения и доверия.

Если ваша школа задумывается о создании или развитии такой системы, я готов выступить в роли координатора, провести обучающие семинары для коллег или разработать конкретные шаги для вашего учреждения.

Вместе мы можем создать школу, где нет места травле.

С уважением, ваш педагог-психолог, Малышева Алина Денисовна.