

# Травля в классе: как заметить и чем помочь ребенку. Сценарий встречи родительского клуба

Чтобы родители могли вовремя оказать помощь детям, которые подвергаются травле в школе, посвятите встречу клуба теме буллинга в школьном коллективе. Сценарий разработала **Александра Фокина**, доцент кафедры возрастной психологии МГППУ, к. психол. н., Москва



---

## ДЛЯ КОГО, ЗАЧЕМ И КАК

---

**Участники:** родители.

**Цель:** проработать актуальную проблему буллинга в детском коллективе.

### Задачи:

- дать определение понятию «буллинг»;
- выяснить причины возникновения буллинга среди детей;
- рассмотреть признаки буллинга;
- определить, как помочь ребенку, который подвергается травле, и способы остановить это явление.

**Время проведения:** 90 минут.

**Оборудование:** ноутбук, проектор для демонстрации видео и презентации, качели-балансир (небольшая доска, закрепленная на подставке, по типу детской качалки), ручки, бумага для записей.

---

15 мин 

## Этап 1. Вводная часть

Педагог-психолог: Здравствуйте, уважаемые родители! Сегодня мы с вами будем говорить об отношениях между детьми, в которых может возникнуть буллинг. Кто из вас знаком с понятием «буллинг»? Поднимите, пожалуйста, руки. Готов ли кто-то сказать своими словами, что это такое?

Если есть желающие ответить, выслушайте ответы, поблагодарите высказавшихся, не вносите уточнений в термин. Если никто не высказывается, переходите к информационной части.

Педагог-психолог: Спасибо! Давайте разберемся, что такое буллинг и чем он отличается от других известных конфликтов и проблем популярности в детских коллективах.

25 мин 

## Этап 2. Содержательная часть

### Мини-лекция

Сопроводите рассказ для наглядности презентацией.

Педагог-психолог: Буллинг – это современное название для травли. Травля в школе – распространенное явление в образовательной среде. Нельзя гарантировать, что какой-то класс или ребенок однозначно защищен от травли. К сожалению, и в гимназиях, частных школах, обычных классах может возникнуть буллинг. Назовем три главных признака буллинга и его отличия от конфликтов, чтобы понять, что обсуждаем совершенно особенное негативное явление.

Используйте шпаргалку для родителей «Как понять, что вашего ребенка травят» → 22, чтобы рассказать об этом негативном явлении. Покажите видеофрагмент о буллинге, например фрагменты из фильмов о буллинге: «Чучело» (СССР, реж. Р. Быков, А. Хайт, 1983 г.), «Класс» (Эстония, реж. И. Рааг, 2007 г.), «Класс коррекции» (Россия, реж. И. Твердовский, 2014 г.).

Педагог-психолог: Как буллинг сказывается на детях? Для начала прошу вас высказать ваше мнение.

#### Примерные вопросы:

1. Что именно происходит с жертвой?
2. Сказывается ли буллинг на эмоциональном состоянии, самооценке, отношениях с другими людьми – ровесниками, учителями, родителями?
3. Как буллинг влияет на других его участников, помимо жертвы?

Педагог-психолог: Буллинг сказывается на всех его участниках. Давайте посмотрим, какое влияние он оказывает на всех, кто в него вовлечен, даже на тех, кто просто наблюдает.

Воспользуйтесь шпаргалкой «Как буллинг меняет детей» → 23, чтобы рассказать родителям о воздействии буллинга.

Педагог-психолог: Как мы видим, все участники травли, даже те, кто ее не осуществляет сам, а просто наблюдает, приобретают серьезные психологические проблемы.

#### Вопросы для обсуждения:

1. Как вы думаете, почему буллинг влияет на всех?
2. Страшно оказаться в роли жертвы?
3. Лучше помалкивать?
4. Сильным и «главным» кажется тот, кто обижает другого?

45 мин 

## Этап 3. Практическая часть

### Упражнение «Дискуссионные качели»

Педагог-психолог: Сейчас мы с вами используем прием «Дискуссионные качели», чтобы поделиться мнениями о буллинге. Я буду произносить утверждение, связанное с буллингом, а вас прошу в одном предложении высказать свою точку

зрения. А потом мы попросим представителей разных точек зрения поочередно аргументировать мнение.

Покажите родителям заранее заготовленные качели-балансир. К качелям должны выходить участники, поэтому надо размещать их так, чтобы оставалось достаточно свободного места. Покажите пример: произнесите утверждение и толкните качели, затем перейдите на другую сторону качелей и, произнеся противоположный аргумент, снова качните качели в обратную сторону.

**Педагог-психолог:** Готовы попробовать? Сначала я произношу утверждение, вы высказываете свои мнения, а потом я попрошу желающих аргументировать разные точки зрения у наших качелей. Начнем. Если какого-то ребенка травят в классе, значит, с ним что-то не так. **Согласны?**

Выслушайте мнения и попросите представителей противоположных точек зрения выйти к качелям и привести аргументы в пользу своего мнения. Потом перейдите к следующему вопросу. Задайте 5–7 вопросов из шпаргалки для педагогов «Вопросы для упражнения “Дискуссионные качели”» → 24.

**Педагог-психолог:** Спасибо за активность и честность! Без взрослых буллинг не прекратится. Не прекратится он и сам собой.

### Обсуждение

**Педагог-психолог:** Что же родители могут сделать? Первое, чем может и должен родитель помочь ребенку, это знать признаки, указывающие на то, что ребенок стал жертвой травли. Хочу спросить вас: как вы думаете, как мы можем заметить, что ребенок стал жертвой буллинга?



#### Примерные вопросы:

1. Видно ли что-то физически?
2. Что происходит с эмоциональным состоянием?
3. Что происходит с желанием посещать школу?
4. Ребенок в чем-то меняется?

**Педагог-психолог:** Что же делать родителю, если он видит какие-то из этих признаков? Это главный вопрос, который волнует родителей.

Проведите свободную дискуссию, во время которой обратите внимание родителей на необходимость собрать широкую доказательную базу, написать заявления, обратиться к психологу, юристу. Затем дайте ссылки на полезные ресурсы о травле.

10 мин 

#### Этап 4. Заключительная часть

**Педагог-психолог:** Мы обсудили признаки буллинга и основные рекомендации, как вести себя в ситуации школьного буллинга. Как представитель школы прошу вас незамедлительно ставить в известность администрацию, классных руководителей и педагога-психолога, если вы видите, что дети сталкиваются с буллингом. В завершение занятия поделитесь своим мнением тех о проблеме буллинга.



#### ЭТО ИНТЕРЕСНО

##### Полезные ресурсы для родителей

1. [travlinet.rf](http://travlinet.rf). В свободном доступе скачайте методические пособия для детей, педагогов и школьных психологов. Эти пособия написала известный психолог и специалист по вопросам детской травли Людмила Петрановская.

2. [vmesteprotivtravli.ru](http://vmesteprotivtravli.ru). Портал поддерживает проекты по борьбе с травлей. Скачайте готовые памятки для родителей

и детей: «Как остановить травлю ребенка. Инструкция для родителей», «Что делать, если в школе началась травля», «Борьба с травлей. Как помочь детям и подросткам, когда над ними издеваются».

3. Телефон доверия в случае кибербуллинга: 8 (800) 200-01-22, горячая линия по буллингу 8 (495) 101-40-73, телефон доверия для родителей и подростков 8 (800) 200-01-22.



## Как понять, что вашего ребенка травят

### Будьте внимательны к своему ребенку

Если вы подозреваете, что ребенка травят, обращайтесь к психологу, классному руководителю и директору школы.

#### Признаки буллинга

##### явные

Ребенка травят, если

- он рассказывает, что его обижают, дразнят, доводят, унижают, бьют, прячут, портят и отбирают его вещи;
- ребята не общаются с ним, отказываются сидеть за одной партой, принимать в игру, выполнять вместе задание;
- ребенок приходит из школы со следами побоев, заплаканный, грязный;
- вещи ученика портят или «пропадают» его школьные принадлежности

##### невяные

Ребенка травят, если

- он говорит, что не хочет в школу, просит остаться дома;
- он просит перевести его в другой класс, пытается прогулять;
- он стал грустным, вялым, испуганным, настороженным;
- он не общается ни с кем из класса, отказывается ехать с классом на экскурсии

### Не обвиняйте ребенка, если он жертва буллинга

Если вашего ребенка травят другие дети, его нельзя обвинять в этом и советовать не обращать внимания.

### Поддержите своего ребенка эмоционально

Скажите, что никто не имеет права с ним так обращаться, что это недопустимо и вы найдете способ справиться с этим.

### Запомните и запишите, о каких фактах говорит ребенок

Скажите, что понимаете его и сделаете все, чтобы ему помочь.

## Как буллинг меняет детей

### Жертва

- ✓ суицидальные мысли;
- ✓ тревожность, депрессия, замкнутость, снижение самооценки;
- ✓ агрессия поведения;
- ✓ школьная дезадаптация;
- ✓ снижается школьная успеваемость;
- ✓ психосоматические заболевания

### Свидетели, наблюдатели

- ✓ психологическая травма;
- ✓ потеря веры в справедливость;
- ✓ привычка к равнодушию ради своей безопасности;
- ✓ отклоняющееся поведение;
- ✓ повышение тревожности;
- ✓ субдепрессивные состояния

### Агрессоры, преследователи

- ✓ устойчивое агрессивное поведение;
- ✓ нарушение общения;
- ✓ употребление ПАВ;
- ✓ ранняя сексуальная жизнь;
- ✓ депрессия;
- ✓ агрессия в семье;
- ✓ криминальное поведение

## Шпаргалка для педагога-психолога

### ВОПРОСЫ ДЛЯ УПРАЖНЕНИЯ «ДИСКУССИОННЫЕ КАЧЕЛИ»

Утверждения	Вариант ответа	
	Да	Нет
1. Если какого-то ребенка в классе травят, это значит, что с ним что-то не так	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. С травлей дети должны справиться сами, взрослые только хуже сделают, если вмешаются	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Физически сильного ребенка травить не будут	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Красивые дети жертвами буллинга не бывают	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Нормальные родители сразу поймут, что их ребенка травят	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Ребенок сам должен разобраться с травлей	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Травля - это нормально	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Взрослые не должны вмешиваться в прекращение травли, дети сами все должны решить	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Если родители из-за шуточек над их ребенком в социальных сетях грозят обратиться в полицию, это ненормально	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Если у ребенка есть отклонения в развитии, его в любом случае будут травить	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Учителя имеют отношение к возникновению буллинга	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Справиться с травлей - задача классного руководителя	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Если какого-то ребенка травят в классе, надо поговорить с его одноклассниками, показать им, как ему от этого плохо	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Если какого-то ребенка травят в классе, надо, чтобы учителя чаще говорили о его достоинствах	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Ребенок должен рассказать о травле родителям, даже если травят не его	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>