

Руководство классному
руководителю

Профилактика травли

Как распознать, предотвратить и остановить

Методическое пособие • Педагогам

Что такое травля и почему она возникает?

Травля — это систематическое насилие сильного над слабым, где жертва не может себя защитить. В отличие от конфликта, травля не решается сама собой. Она живёт там, где есть вакуум правил и равнодушие взрослых.



Раздел 1: Профилактика

КАК НЕ ДОПУСТИТЬ ТРАВЛЮ

Травля предотвращается через чёткие правила, сплочение класса и устойчивые традиции. Педагог — главный архитектор безопасной среды.



Правило НОЛЬ (Нулевая толерантность)

- Не оскорблять внешность, семью, финансовое положение или национальность
- Разграничить конфликт и травлю с первых дней
- «Закон зеркала»: обсуждать поступки, а не личность



Создание общего дела

- Групповые проекты: театр, стенгазета, турслёт
- Успех зависит от вклада каждого
- Роли лидера меняются: сегодня один, завтра — другой



Ритуалы класса

- Утренний круг (5 минут): настроение, кому нужна помощь?
- День доброты раз в месяц — анонимные письма благодарности
- Совместный «Кодекс чести класса», принятый голосованием

 **Ключевой принцип:** Сплочение происходит не через разговоры, а через совместное преодоление трудностей.

Раздел 2: Раннее выявление

СИГНАЛЫ ТРЕВОГИ

Педагог проводит с детьми больше времени, чем родители. Вы — главный детектор. Знание признаков травли позволяет остановить её на раннем этапе.



Изоляция и поведенческие изменения

- Нет партнёра по парте, никогда не выбирают в команду
- Активный стал тихим, общительный — замкнутым
- Резкое падение успеваемости без видимых причин



Физиологические признаки у жертвы

- Частые жалобы на головную боль или живот перед школой
- Пропажа личных вещей
- Грязная или порванная одежда



Признаки агрессора

- Постоянная демонстрация власти над другими
- Жестокость к животным
- Стремление быть в центре внимания любой ценой



Важно: Если вы заметили эти признаки — не устраивайте публичный допрос. Пригласите ребёнка поговорить индивидуально после уроков.

Раздел 3: Алгоритм реагирования

Травля прекращается только тогда, когда взрослый говорит ей твёрдое «СТОП». Четыре шага для классного руководителя.

Травля живёт в тишине. Как только ситуация становится прозрачной и пресекаемой — она теряет свою силу.

Работа с группой
Провести классный час без упоминания имён.

Индивидуальная работа с агрессором
Выяснить причину и предложить альтернативы.

Немедленное вмешательство
Остановить агрессию и обеспечить безопасность.

Работа с жертвой
Вернуть контроль и сообщить родителям.

Шаг 1 и 2: Вмешательство и работа с группой

ПЕРВАЯ РЕАКЦИЯ

Немедленные действия педагога определяют, будет ли травля остановлена или продолжится.



Шаг 1: Немедленное вмешательство

- Остановить агрессию (физическую или вербальную) сразу
- Безопасность жертвы приоритетнее ведения урока
- **Нельзя:** оставлять детей «разбираться самим», заставлять пожимать руки, стыдить жертву



Шаг 2: Классный час — Без имён!

- Никогда не обсуждать конкретный инцидент публично
- Обсудить явление абстрактно: «Что чувствует тот, кого дразнят?»
- Ввести правило: «Кто видит несправедливость и молчит — помогает агрессору»

 **Правило обсуждения:** «Хотели бы вы оказаться на его месте? Почему наблюдатели тоже несут ответственность?»



Шаг 3 и 4: Работа с агрессором и жертвой

Индивидуальная работа с каждой из сторон — ключ к устойчивому результату. Цель не наказать, а изменить динамику.

01

Работа с агрессором

Не читать мораль. Спросить: «Зачем ты это делаешь? Чего хочешь добиться?» Показать социально приемлемый путь к статусу: спорт, наставничество

02

Работа с жертвой

Вернуть чувство контроля. Научить фразам-барьерам: «Мне неприятно это слышать», «Прекрати», «Я не хочу это обсуждать»

03

Связь с родителями жертвы

Сначала подготовить план решения — не пугать просто фактом проблемы. Сообщить с готовой стратегией действий

04

Мониторинг ситуации

Не считать проблему решённой после первого разговора. Регулярно наблюдать за динамикой в классе

Чек-лист классного руководителя

СИСТЕМНАЯ РАБОТА

Профилактика травли — это не разовая акция, а постоянная система действий. Используйте этот чек-лист как ориентир.

Действие	Когда выполнять
Диагностика (Социометрия)	Начало года + конец полугодия
Сбор анонимных жалоб (ящик доверия или онлайн-форма)	Раз в четверть
Личные беседы «5 минут» с каждым «тихим» учеником	Раз в неделю
Утренний круг: настроение, кому нужна помощь?	Ежедневно, 5 минут
День доброты — анонимные письма благодарности	Раз в месяц
Связь с семьёй — не только при проблемах, но и при успехах («Звонок поддержки»)	Регулярно, по ситуации

Ваша позиция решает всё

Травля живёт в тишине. Как только ситуация становится прозрачной, обсуждаемой и пресекаемой взрослым авторитетом — она теряет свою силу.

С чего начать

Введите Правило НОЛЬ, проведите первый утренний круг и запустите работу над Кодексом чести класса