



**РОССИЙСКАЯ
ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ
АКАДЕМИЯ**



МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ: ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ: ПРОФИЛАКТИКА ДЕВИАНТНОГО ПОВЕДЕНИЯ И БУЛЛИНГА

Для педагогов всех уровней образования

ВВЕДЕНИЕ

Настоящее пособие является текстовым сопровождением марафона «Психологическая безопасность образовательной среды: Профилактика девиантного поведения и буллинга». Оно призвано помочь педагогу систематизировать знания о современных подходах к созданию безопасной среды и внедрить их в ежедневную практику.

Главный принцип: Психологическая безопасность — не «психологическая задача», а обязательная часть профессиональной деятельности каждого педагога, закреплённая в ФГОС, ФОП и международных конвенциях.

ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ: ОТ ТЕРМИНА К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

Психологическая безопасность — это не «никто никого не обижает».

Это — ощущение ребёнка, что он может быть собой, ошибаться, задавать вопросы, не боясь быть униженным.

- **Ключевые элементы безопасной среды:**
 - Уважение к личности (даже к самому «трудному» ученику)
 - Доверие между участниками образовательного процесса
 - Эмоциональная поддержка в кризисных ситуациях
 - Открытость к диалогу, а не к осуждению



- **Нормативная база (что требует закон):**
 - ФГОС: требование создания «безопасной и доброжелательной среды»
 - ФОП: акцент на эмоциональном благополучии обучающихся
 - Конвенция о правах ребёнка (ст. 19, 28, 29): право на защиту от насилия
 - Приказы Минпросвещения: обязательное внедрение систем профилактики буллинга
- **Локальные акты школы — ваша страховка:**
 - Положение о профилактике психологического насилия
 - Кодекс этики педагога
 - План мероприятий по созданию безопасной среды
- **Почему «не моё дело» — больше не работает:**
 - Пункт 3.2.4 Профстандарта педагога: «обеспечивает психологическую безопасность обучающихся»
 - Бездействие = соучастие в глазах закона
 - Ваша реакция — первый шаг к безопасности ребёнка

Кейс для главы 1: На педсовете проведите «ревизию» локальных актов школы.

Есть ли Положение о профилактике буллинга? Если нет — это не повод для паники, а точка старта для разработки документа. Внесите в план: «Разработать Положение до конца четверти» с назначением ответственного.

ГЛАВА 2. БУЛЛИНГ: КАК РАСПОЗНАТЬ ДО ТОГО, КАК СТАНЕТ ПОЗДНО

Буллинг — это не конфликт. Это — систематическое насилие с неравными силами, повторяющееся и намеренное.

- **Три критерия буллинга (запомните как аксиому):**
 1. Повторяемость (не разовая ссора, а неделями/месяцами)
 2. Дисбаланс сил (жертва слабее и не может защитить себя)



3. Намеренное причинение вреда (цель — унижить, запугать, изолировать)

- **Четыре формы травли в школе:**

Форма	Как проявляется	Особенности
Вербальный	Оскорбления, клички, «шутки» на личные темы	Самый распространённый, но не менее опасный
Физический	Толчки, пинки, порча вещей	Более очевиден, но часто списывается на «шалости»
Социальный	Исключение из группы, «стена молчания», слухи	Особенно болезнен для подростков, трудно заметить
Кибербуллинг	Оскорбления в чатах, фейковые аккаунты, распространение фото	Нет выхода — травля продолжается дома

- **Ранние сигналы у жертвы (жертва редко говорит прямо):**

- Поведенческие: замкнутость, тревожность, отказ от участия
- Академические: резкое падение успеваемости, пропуски
- Физические: потеря вещей, необъяснимые синяки, жалобы на «головную боль» по утрам
- Вербальные: «Я не хочу в школу», «Меня все ненавидят», «Лучше бы меня не было»

- **Групповая динамика: почему молчат 80–85% класса:**

- Страх стать следующей жертвой
- Убеждение: «Взрослые всё равно ничего не сделают»
- Нормализация агрессии: «Так всегда было»



Кейс для главы 2: Проведите в классе анонимный опрос: «Что мешает тебе чувствовать себя в безопасности?» Без подписей, в письменной форме.

Проанализируйте ответы — это даст вам честную картину, которую дети не скажут вслух.

ГЛАВА 3. ДЕВИАНТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ: АЛГОРИТМ РЕАКЦИИ БЕЗ ПАНИКИ

Девиантное поведение — это не «плохой ребёнок». Это — крик о помощи, который ребёнок заворачивает в агрессию, бунт или уход в себя.

- **Уровни риска — и ваши действия:**

Уровень	Примеры	Ваши действия
Лёгкий	Прогулы, грубость, нарушение дресс-кода	Зафиксировать, поговорить, сообщить классному руководителю
Средний	Агрессия, вандализм, угрозы, кража	Зафиксировать, сообщить психологу и завучу в течение дня
Тяжёлый	Самоповреждение, суицидальные высказывания, признаки зависимости	Немедленно: не оставлять одного, сообщить администрации и психологу

- **Алгоритм первой реакции педагога (6 шагов):**
 1. Не игнорировать — даже если «кажется мелочью»
 2. Не обвинять — не «ты плохой», а «я вижу, что тебе тяжело»
 3. Не паниковать — ваше спокойствие = якорь для ребёнка
 4. Фиксировать — дата, время, факты, без оценок
 5. Поддерживать — «Я рядом», «Ты не один», «Мы найдём помощь»
 6. Передавать — психологу, соцпедагогу, администрации (вы не обязаны решать всё сами)
- **Фразы, которые работают / которые убивают доверие:**



- ✓ «Я заметил, что ты стал другим. Всё в порядке?»
- ✓ «Ты имеешь право на помощь»
- ✓ «Я не осуждаю. Я хочу понять»
- ✗ «Ты сам виноват»
- ✗ «Другие терпят, а ты — нет»
- ✗ «Если не прекратишь — вызову полицию» (в начале разговора)

- **Когда и как подключать специалистов:**

- Психолог: эмоциональные срывы, тревожность, самоповреждение (в течение 24 часов)
- Соцпедагог: признаки семейного неблагополучия, прогулы, бродяжничество
- Администрация: угрозы насилия, вандализм, кража (для координации и документирования)
- ПДН: только при правонарушениях и только через администрацию школы

Кейс для главы 3: *Создайте в классе «уголок доверия» — место, где ученик может оставить анонимную записку с проблемой. Проверяйте его раз в день. Это даст голос тем, кто боится говорить вслух.*

ГЛАВА 4. ПРОФИЛАКТИКА: КАК ПОСТРОИТЬ СРЕДУ, ГДЕ БУЛЛИНГ НЕ ПРИЖИВЁТСЯ

Профилактика — это не «мероприятие к 1 сентября». Это — ежедневная практика, встроенная в каждый урок и каждое взаимодействие.

- **Воспитательный потенциал любого урока:**

- Литература: анализ мотивов героев, этика выбора («Почему Раскольников пошёл на убийство?»)
- История: дискуссии о справедливости, правах человека



- Математика: групповая работа, уважение к ошибке («Ошибаться — нормально, главное — вместе искать решение»)
- Биология: ценность жизни, разнообразие, принятие отличий
- **Правила общения на уроке (три работающих формулировки):**
 1. «Говорим о деле, а не о человеке» (не «ты тупой», а «я не согласен с твоим решением»)
 2. «Ошибаться — нормально» (снижает страх, повышает готовность пробовать)
 3. «Слушаем до конца, даже если не согласны» (каждый чувствует: моё мнение важно)
- **Внеурочные форматы, которые реально меняют климат:**
 - Круги доверия: без оценки, без перебивания, темы про чувства и ценности
 - Тренинги по эмпатии: «Поставь себя на место...», анализ ситуаций
 - Ролевые игры: разыгрывание конфликтов с переменной ролей (эмоциональный прорыв)
 - Проекты «Безопасная школа»: дети сами создают плакаты, опросы, акции
- **Работа с «молчаливыми свидетелями» — ключ к остановке буллинга:**
 - Не обвинять: «Почему вы молчали?» → вызывает стыд и закрытость
 - Спрашивать: «Что вам мешает заступиться? Чего вы боитесь?» → открывает диалог
 - Гарантировать безопасность: «Если ты скажешь правду — я не допущу, чтобы тебя тронули»
- **Правила класса как живой договор (не список запретов):**
 - Создавать совместно: «Какие правила сделают наш класс местом, где всем комфортно?»



— Визуализировать: плакат на стене, карточки на партах, цифровая версия в чате

— Рефлексировать регулярно: раз в месяц — «Что работает? Что нужно изменить?»

- **Взаимодействие с родителями: язык партнёрства, а не контроля:**

«Ваш ребёнок — агрессор/жертва» → вызывает защиту и конфликт

«Мы заметили, что [имя] стал другим. Давайте вместе подумаем, как помочь» → создаёт союз

Кейс для главы 4: Проведите с классом упражнение «Наше идеальное правило».

Пусть каждый напишет одно правило, которое, по его мнению, сделает класс безопаснее. Соберите, обсудите, выберите 3–5 ключевых — и оформите как «Наш договор». Подпишите все — и вы, и дети.

ГЛАВА 5. ДОКУМЕНТИРОВАНИЕ: ВАША ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ БРОНЯ

В глазах закона, администрации, родителей — если нет документа, значит, события не было. Документация — не бюрократия. Это ваша защита.

- **Что фиксировать (конкретика, а не оценки):**

«Он был груб» → ничего не стоит

«12.04.2026, 14:20. Ученик А. сказал ученику Б.: "Ты тупой!" при всём классе. Ученик Б. опустил голову и ушёл» → юридически значимо

- **Шаблон записи в журнал наблюдений:**

1. Дата/время: _____
2. Кто участвовал: _____
3. Что произошло (конкретные слова/действия): _____
4. Моя реакция: _____
5. Кому сообщено: _____
6. Последующие действия: _____

- **Алгоритм информирования администрации (юридически грамотный):**



1. Устно — в день инцидента, кратко, по факту
 2. Письменно — в течение 24 часов, на имя замдиректора по ВР
 3. Два экземпляра: один — в школу (с отметкой о приёме), второй — с копией себе
 4. Если игнорируют — повторное уведомление, затем обращение к директору
- **Как реагировать на обвинения родителей:**
 - Сохранять спокойствие, не вступать в конфликт
 - Начинать с заботы: «Я понимаю вашу тревогу. Давайте посмотрим на документы»
 - Показать: записи из журнала, копию уведомления, подтверждение от специалистов
 - **План действий педагога при подозрении на буллинг (ваш личный алгоритм):**
 1. Заметил сигнал → записал в журнал, поговорил с учеником
 2. Оценил уровень риска → выбрал адресата информирования
 3. Информировал → устно + письменно, с копией себе
 4. Работал с классом → беседа, тренинг, укрепление правил
 5. Отслеживал динамику → фиксировал изменения, корректировал действия

Кейс для главы 5: *Создайте свой «План действий» прямо сейчас. Распечатайте шаблон, заполните под свою школу, положите в рабочий стол. Это ваш профессиональный компас в любой кризисной ситуации.*



ПРИЛОЖЕНИЕ: ИТОГОВЫЙ ЧЕК-ЛИСТ

- Я изучил(а) нормативную базу: ФГОС, ФОП, Конвенцию о правах ребёнка, приказы Минпросвещения
- В моей школе есть Положение о профилактике буллинга и Кодекс этики педагога
- Я умею отличать буллинг от конфликта по трём критериям: повторяемость, дисбаланс сил, намерение
- Я знаю ранние сигналы у жертвы и алгоритм первой реакции (не игнорировать, не обвинять, не паниковать)
- У меня есть шаблон журнала наблюдений и я фиксирую инциденты
- Я знаю, когда и как подключать психолога, соцпедагога, администрацию, ПДН
- Я использую воспитательный потенциал своего урока для формирования культуры уважения
- Я работаю с «молчаливыми свидетелями» через поддержку, а не обвинения
- Правила в моём классе созданы совместно с детьми и регулярно рефлексировуются
- Я говорю с родителями на языке партнёрства: «Давайте поможем вместе», а не «Вы должны»
- Я информирую администрацию письменно в течение 24 часов после инцидента
- У меня есть личный «План действий педагога при подозрении на буллинг»