



Калмыцкий
государственный
университет

имени Б.Б. Городовикова

ПАМЯТКА ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

Буллинг в вузе: что должен знать преподаватель

Буллинг в студенческой среде — серьёзная проблема, требующая внимания как со стороны высших учебных заведений, так и от преподавателя и общества в целом. Эта памятка поможет вам **распознать, предотвратить и эффективно реагировать** на случаи травли в студенческой жизни. Листайте дальше — здесь всё, что нужно знать.

Координационный центр КалмГУ



Калмыцкий
государственный
университет
имени Б.Б. Городовикова

Социальные факторы буллинга

Социальные факторы включают динамику группы, влияние окружения и культурные стереотипы. Понимание этих причин поможет не только распознать буллинг, но и эффективно с ним бороться.

Групповая динамика

В больших группах студентов возникает давление, заставляющее некоторых выделяться или травить тех, кто не вписывается в коллектив.

Культура агрессии

Если в вузе принято решать конфликты силой или унижением – это становится нормой, особенно когда такое поведение остаётся безнаказанным.

Дискриминация

Расовые, половые или иные предвзятости могут стать причиной травли, когда студенты становятся мишенями из-за своей идентичности.

Координационный центр КалмГУ



Калмыцкий
государственный
университет
имени Б.Б. Городовикова

Психологические факторы буллинга

Низкая самооценка

Студенты с низкой самооценкой часто становятся жертвами — агрессоры выбирают тех, кто кажется уязвимым.

Проекция насилия

Студенты, столкнувшиеся с насилием в семье или социуме, могут проецировать свой опыт на других, становясь агрессорами.

Слабые соцнавыки

Нехватка навыков общения и умения решать конфликты мирно ведёт к агрессивной реакции на стресс.

Буллинг — не банальный конфликт, а продукт сложных социальных и психологических взаимодействий. Для предотвращения травли важно создать поддерживающую атмосферу в вузе и предоставить студентам инструменты для общения и разрешения конфликтов.

Координационный центр КалмГУ



Калмыцкий
государственный
университет
имени Б.Б. Городовикова

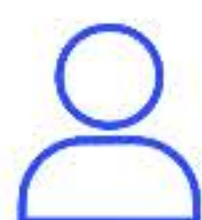
Как культура университета влияет на буллинг

Культура вуза формирует среду, в которой студентам предстоит учиться и взаимодействовать. Она может как способствовать взаимопониманию, так и **увеличивать риск проявления буллинга.**



Неоправданные иерархии

Жёсткая иерархия ведёт к доминированию одних студентов над другими.



Индивидуализм

Когда общность и поддержка не поощряются, уровень взаимопомощи снижается.



Отсутствие прозрачности

Нет чётких правил поведения и реакции на отрицательные эмоции — буллинг процветает.



Негативный пример преподавателей

Если преподаватели не поддерживают культуру уважения, студенты перенимают это поведение.



Калмыцкий
государственный
университет
имени Б.Б. Городовикова

Культура, снижающая риск буллинга

→ Инклюзивная среда

Все студенты должны чувствовать себя частью сообщества.
Поощряйте межкультурные обмены и взаимодействие.

→ Обучение эмпатии

Программы тренингов, фокусирующиеся на уважении и эмпатии, помогут снизить уровень агрессии среди студентов и сотрудников.

→ Норма доброты

Правила и нормы должны активно поощрять взаимопомощь и поддержку. Важно публично отмечать позитивные примеры.

→ Прозрачные процедуры

Студенты должны знать, куда обращаться и как решать конфликты, а также понимать последствия буллинга.



Калмыцкий
государственный
университет
имени Б.Б. Городовикова

Внешние признаки: на что обратить внимание

Для глубже понимания ситуации важно научиться распознавать не только внешние, но и внутренние симптомы буллинга. Преподаватель, умеющий считывать эти сигналы, способен вовремя прийти на помощь.

Изоляция

Студент избегает общения, становится менее активным на групповых занятиях и в клубах.



Изменение поведения

Резкие перепады настроения, агрессия или замкнутость могут указывать на проблему.



Физические симптомы

Частые жалобы на головную боль, живот, учащение заболеваний без явной причины.



Падение успеваемости

Резкое ухудшение оценок и потеря интереса к учёбе.



Потеря друзей

Отсутствие участия в социальных мероприятиях, разрыв дружеских связей.



Координационный центр КалмГУ



Калмыцкий
государственный
университет
имени Б.Б. Городовикова

Внутренние признаки буллинга

Стресс и тревога

Повышенная тревожность, страх перед выходом в общество или учебное заведение.

Низкая самооценка

Чувство бесполезности и постоянные сомнения в своих способностях.

Депрессия

Усталость, потеря интереса к привычным занятиям и общая подавленность.

Распознавание внутренних симптомов поможет не только улучшить состояние студента, но и создать более комфортную атмосферу в учебном заведении.

Координационный центр КалмГУ



Калмыцкий
государственный
университет
имени Б.Б. Городовикова

Онлайн-поддержка

Цифровые ресурсы доступны круглосуточно и анонимно — помощь можно получить в любой момент.



Горячие линии

Множество горячих линий работают круглосуточно, предлагая анонимную помощь. Вы можете обсудить свои переживания с профессионалом в любое время.



Форумы и сообщества

В интернете есть множество площадок, где можно найти поддержку. Общение с людьми, которые сталкивались с подобными проблемами, может быть очень полезным.

Координационный центр КалмГУ



Калмыцкий
государственный
университет
имени Б.Б. Городовикова

«Друзья против насилия»

Эта инициатива была реализована в нескольких университетах и включает создание групп поддержки из студентов, готовых активно противостоять буллингу.

1

Обучение участников

Студентов обучают распознавать случаи буллинга и предлагают техники, как реагировать на него.

2

Привлечение волонтеров

Студенты приглашаются стать активными участниками программы, что создаёт атмосферу взаимопомощи.

3

Тематические мероприятия

Проводятся семинары и обсуждения, которые освещают важность борьбы с буллингом в университетском сообществе.

Координационный центр КалмГУ



Калмыцкий
государственный
университет
имени Б.Б. Городовикова

«Линия доверия»

Некоторые университеты открывают анонимные линии доверия, где студенты могут сообщать о случаях буллинга. Программа эффективна по нескольким причинам.

Анонимность

Студенты чувствуют себя в безопасности, сообщая о проблемах без риска раскрытия личности.



Реакция администрации

Программа включает быструю и эффективную реакцию на все полученные сообщения о буллинге.



Психологическая поддержка

Линии доверия также предлагают психологическую помощь тем, кто испытывает стресс или последствия буллинга.



Координационный центр КалмГУ



Калмыцкий
государственный
университет
имени Б.Б. Городовикова

Образовательные кампании и менторство

Образовательные кампании

Организуются для повышения осведомлённости о буллинге. Включают информационные сессии, лекции и воркшопы, распространение буклетов и плакатов с фактами о буллинге, а также ведение групп в социальных сетях для привлечения внимания в цифровом формате.

Программы менторства

Менторские программы создают связи между первокурсниками и опытными студентами. Менторы помогают новым студентам адаптироваться, обучаются техникам решения конфликтов и могут обращаться к проблемам на ранних стадиях.

Координационный центр КалмГУ



Калмыцкий
государственный
университет
имени Б.Б. Городовикова

Создаём безопасное пространство вместе

Формирование безопасного образовательного сообщества — многогранный процесс, требующий времени, усилий и взаимодействия всех участников.

Преподавателям важно проводить регулярные опросы, формировать команды поддержки, развивать эмпатию и учитывать культурное разнообразие.

Избегайте игнорирования проблемы, недостатка информированности и нечётких инструкций. Вовлекайте студентов в принятие решений, создавайте каналы обратной связи и развивайте партнёрские отношения с сообществом.



Обучение должно способствовать не только академическим успехам, но и развитию социальной ответственности, уважения и поддержки.

Поделитесь этим постом — он может помочь кому-то найти нужную поддержку!

Координационный центр КалмГУ