

МБОУ «Олорская средняя общеобразовательная школа»

Утверждаю:

И.О. директора МБОУ «Олорская СОШ»:

Леонтьева Т.В./

Приказ №-19-О от 27 августа 2025 г.



Рабочая программа
по профилактике травли (буллинга)
среди обучающихся
на 2025-2026 учебный год

Составитель:
Педагог-психолог
Степанова С.А.

МБОУ «Олорская средняя общеобразовательная школа»

Утверждаю:

И.О. директора МБОУ «Олорская СОШ»:

/Леонтьева Т.В./

Приказ №-19-О от 27 августа 2025 г.

**Рабочая программа
по профилактике травли (буллинга)
среди обучающихся
на 2025-2026 учебный год**

**Составитель:
Педагог-психолог
Степанова С.А.**

Олоры, 2025
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность проблемы

Травля детей сверстниками («буллинг») – одна из наиболее распространенных проблем в образовательных организациях и детских коллективах, которая существенно увеличивает риск суицида среди подростков, приводит к эскалации агрессии и насилия в группе и в учреждении, снижению успеваемости, эмоциональным и невротическим проблемам.

В настоящее время проблеме исследования и профилактике буллинга уделяется большое внимание. И потому вопрос предупреждения ситуаций насилия в системе образования очень актуален, как во всем мире, так и в России. В группу повышенного риска по частоте буллинга попадают дети 11 - 12 лет. Примерно пятая часть всех случаев насилия в отношении подростков и молодых людей совершается всистеме образования.

В связи со сложившейся ситуацией на образовательные организации ложится ответственность за проработку и устранения проблемы буллинга. Это позволит сохранить психологическое здоровье учащихся и создание комфортной развивающей образовательной среды, обеспечивающей высокое качество образования, духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся. Данные мероприятия гарантируют охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся.

Англоязычное слово «буллинг» (bullying) становится в последнее время общепринятым для обозначения школьной травли и обозначает травлю, повторяющуюся агрессию по отношению к определенному субъекту, включающую в себя принуждение и запугивание. Однако это явление имеет много «лиц». Так, **моббинг, буллинг, хейзинг, кибермоббинг и кибербуллинг** – англоязычные названия разновидностей этого опасного явления. Идяя того, чтобы определить направления профилактической работы, субъекты воздействия, необходимо дифференцировать вышеуказанные понятия.

Моббинг(англ. mob – толпа) – это форма психологического насилия в виде массовой травли человека в коллективе.

Школьный моббинг – это разновидность эмоционального насилия в школе, когда класс или большая часть класса ополчается на кого-то одного и начинает его травить с какой-либо целью. Тех, кто травит, называют мобберами, а тех, кого травят, — «жертвами».

Моббинг – это своего рода «психологический террор», включающий систематически повторяющееся враждебное и неэтичное отношение одних людей, направленное против других, в основном одного человека. Например, моббинг против «новичка».

Формы моббинга: насмешки над физическими недостатками, изоляция, отвержение, подразнивание, толкание, высмеивание одежды и т.д.

Буллинг(англ. bullying, от bully — хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник) – это систематическое, регулярно повторяющееся насилие, травля со стороны одного школьника или группы школьников в отношении отдельного школьника, который не может себя защитить.

Буллинг – это психологический террор. Он всегда преследует цель – затравить жертву, вызвать у нее страх, деморализовать, унизить, подчинить.

Обидчики дают ребенку неприятные прозвища, обзывают, бойкотируют, угрожают, отбирают личные вещи или намеренно портят их, бьют или пинают, заставляют делать неприглядные и оскорбляющие достоинство действия, распространяют лживые сведения, сплетни и слухи, исключают ребенка из круга общения, совместных занятий, игр, игнорируют и т.д.

Обидчиками могут быть и девочки-подростки, ибо буллинг не зависит от пола, роста, национальности или предпочтений. Повод может быть самым разным. Поэтому пострадать от буллинга может любой ученик. При этом зачастую могут даже отсутствовать какие-либо конкретные основания для агрессии. Объектом буллинга чаще всего выбирают тех, кто отличается от других детей и не может себя защитить.

По сути моббинг и буллинг схожие понятия — это травля. В то же время буллинг отличается от моббинга тем, что в роли преследователя выступает не весь класс, а конкретный ученик или группа учеников, которые имеют авторитет.

Хейзинг(англ. *hazing*) — неформальные ритуальные насилистственные обряды, исполняемые при вступлении в определенную группу, и для дальнейшего поддержания иерархии в этой группе.

Хейзинг— это неуставные отношения в коллективе, например, известная у нас «дедовщина».

Хейзинг встречается и в обычных образовательных учреждениях, особенно, если при них есть общежития. Новичкам одноклассники или учащиеся более старших классов (курсов) навязывают унижающие достоинство различные действия, например, публично пройтись раздетым, вымыть пол в туалете зубной щеткой и т.д.

В последнее время к формам психологического давления, присущего традиционной травле, добавились возможности всемирной паутины — **кибермоббинг и кибербуллинг**.

Кибермоббинг и кибербуллинг – интернет-травля — это намеренные оскорблении, угрозы, сообщение другим компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации: компьютеров, мобильных телефонов, электронной почты, Интернета, социальных сетей, блогов, чатов и т.д.

Интернет-травля может осуществляться также через показ и отправление резких, грубых или жестоких текстовых сообщений, передразниванием жертвы в режиме онлайн, размещение в открытом доступе личной информации, фото или видео с целью причинения вреда или смущения жертвы; создание фальшивой учетной записи в социальных сетях, электронной почты, веб-страницы для преследования и издевательств над другими от имени жертвы и т.д.

Интернет-травля отличается от других видов насилия тем, что позволяет обидчику сохранить анонимность и вероятность быть непойманым.

И сегодня буллинг – это социальное явление, без которого не строится ни один детский коллектив. В любом классе, группе есть лидер, «середнячки» и «слабое звено» – тот, кто становится объектом насмешек. Если ребенок по каким-то причинам выпадает из общей массы, рядом обязательно найдется тот, кто захочет самоутвердиться за его счет. В детском коллективе буллинг зачастую является результатом незанятости детей.

Предпосылками буллинга являются:

- зависть, желание унизить жертву ради удовлетворения своих амбиций, для развлечения, самоутверждения;
- желание подчинить, контролировать кого-то;

Последствия буллинга могут быть различными: от не успешности в учебной деятельности и в жизни до самоубийства жертвы.

Кроме того, буллинг зачастую это скрытый процесс и для его предотвращения, разрешения конфликта и устранения последствий необходимо слаженное взаимодействие окружения ребенка и всех вовлеченных в образовательную деятельность лиц.

Цель, задачи, методы, направления работы.

Цель программы:

1. формирование образовательного процесса на терпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся;

2. повышение информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях;

3. повышение ответственности родителей действий, направленных против детей;

4. воспитание обучающихся к уважению прав человека, личности, как к неповторимой сущности человека;

5. формирование у обучающихся адекватных представлений о правах человека и правилах поведения в опасных ситуациях.

Программа предусматривает решение следующих задач:

1. профилактика всех форм насилия над учащимися дома, в образовательной организации, в общественных местах;

2. организация совместной работы с родителями по повышению их уровня образованности и компетентности в различных трудных жизненных ситуациях;

3. сотрудничество правоохранительными органами, органами здравоохранения, социальной защиты и т.п.

Основные группы методов профилактики:

- 1) методы, ориентированные на конкретных детей и подростков;
- 2) методы, ориентированные на семейные отношения;
- 3) методы, ориентированные на ближайшее окружение ребенка (микросоциум).

Направления работы:

1. Направления работы на уровне ОУ:

- Диагностика психоэмоциональной среды ОУ и мотивационно-образовательная работа с администрацией;
- Программы формирования благоприятного психологического климата ОУ;
- мероприятия, направленные на сплочение образовательного сообщества.

2. Направления работы с педагогическим коллективом и родителями:

- консультативно-образовательная работа с педагогическим составом и родителями;
- программы повышения психологического компетентности взрослых (родителей, педагогов)

3. Направления работы с учащимися:

- консультативно-коррекционная работа с детьми, подвергшимися

жестокому обращению;

- информационно-просветительская работа с коллективом учащихся;
- повышение уровня коммуникативной культуры учащихся;
- профилактика и коррекция отклонений в эмоциональной сфере подростков;
- профилактика асоциального поведения школьников;
- развитие навыков стрессоустойчивости, конструктивного поведения в конфликте и уверенного поведения, навыков саморегуляции.

Мероприятия должны осуществляться на трех уровнях: образовательной организации, группы и индивидуальном.

Психолого-педагогические аспекты профилактики буллинга.

Для определения ситуации буллинга и его последствий необходимо собрать информацию и провести клинико-психологическое обследование. Опрашиваются пострадавший, возможные участники издевательств над жертвой и свидетели. Тщательным образом проводится анализ полученной информации. В результате анализа проясняются следующие аспекты:

Тип агрессора:

- Нигилист – чаще мальчик, чем девочка. Это логик по типу мышления. Патологическая безэмоциональность – его отличительная черта. Слышит только себя и считается только с собственным мнением. Придумывает для других язвительные и унизительные прозвища

• Компенсатор – недостаток знаний и способностей к учению восполняет проявлением власти, ложью, грубостью. Любит измываться над слабыми и беззащитными. Нанесенные ему обиды помнит долго, всегда пытается взять реванш. Единственная возможность борьбы с таким буллером – завоевать поддержку коллектива. Как только он понимает, что жертву поддерживают другие, накал его агрессии снижается.

• Комбинатор – жестокий подросток с развитым интеллектом. Ему нравится манипулировать другими, цинично сталкивая одноклассников между собой, оставаясь при этом в стороне. Искреннее общение с таким буллером в любой момент может обернуться внезапным и очень болезненным ударом.

- реальность буллинга;
- его длительность;
- характер (физический, психологический, смешанный);
- основные проявления;
- участники (инициаторы и исполнители);
- их мотивация;
- свидетели и их отношение к происходящему;
- поведение жертвы (пострадавшего);
- динамика происходящего;
- прочие важные для диагностики обстоятельства.

Первичная профилактика реализуется по 3 направлениям:

1. Создание условий недопущения буллинга.
2. Скорейшее и грамотное разобщение ребенка со стрессовыми воздействиями.
3. Укрепление защитных сил организма в противостоянии травле как для условно здоровых детей, так и для уже имеющих соматическую или психическую патологию.

На первом этапе следует признать наличие проблемы и осознать ее масштаб.

На втором – определить проблему (ее суть, серьезность, частоту возникновения, длительность, состояние жертвы, участников, свидетелей). Контролируются агрессивные намерения обидчиков и состояние жертвы. Вырабатывается план действий.

Натретьем – реализуется выработанный план.

Вторичная профилактика сводится к своевременному выявлению у подростков патологических последствий буллинга и оказанию квалифицированной комплексной помощи.

Третичная профилактика предполагает реабилитацию детей и подростков с тяжелыми формами последствий травли. Острый психоз и суицидальное поведение – поводы для экстренной госпитализации. При выявлении признаков тяжелого душевного расстройства необходимо экстренно убеждать родителей проконсультировать ребенка у психиатра.

Если проявления буллинга временно не прекратятся, то современном они становятся все более опасными. Реакция образовательного сообщества на случаи насилия – важный аспект в решении проблемы.

Одномоментно и навсегда искоренить проблему буллинга невозможно. Однако, если в будущем не заниматься всеми участниками образовательного процесса, то высока вероятность избежать многих конфликтов.

Ключевые слова, раскрывающие сущность профилактики буллинга: предохранение, предупреждение, предостережение, устранение и контроль. Профилактическая работа предполагает изменение социальной, семейной, личностной ситуации обучающегося путем применения специальных педагогических и воспитательных мер, способствующих улучшению качества его жизни и поведения.

Необходимо организовывать информационные часы, основными идеями которых будут темы об уважительном и толерантном отношении к окружающим людям. Педагоги-психологи должны проводить с детьми тренинги на сплочение коллектива, развитие терпимости, эмпатийного мышления по отношению к окружающим.

Основная цель профилактических мероприятий направлена на то, чтобы, помочь ребенку справляться со стрессовой ситуацией и агрессией.

Задачи профилактики буллинга:

- Подготовка учителей для работы с трудными детьми;
- Содействие улучшению социального самочувствия;
- психолого-педагогическое просвещение родителей;
- устранение психотравмирующей социальной опасной ситуации;
- снижение риска злоупотребления токсическими веществами, наркотиками, алкоголем;
- развитие и формирование самостоятельности и социальной компетентности;
- изменение представлений о самом себе и отношениях с окружающими и.

Объединение профилактических мероприятий в единую систему позволит создать в образовательной организации безопасное психологическое пространство. В основном меры сводятся к формированию определенных установок у каждого отдельного ученика, а также введению правил и норм, направленных против буллинга.

План мероприятий по профилактике буллинга

в МБОУ «Олорская СОШ» на 2025-2026 учебный год

Цель: профилактика буллинга, кибербуллинга и агрессии в школьной среде, создание комфортного психологического микроклимата, сохранение психологического здоровья обучающихся.

Основные задачи:

1. способствовать нормализации эмоционального состояния и поведения обучающихся;
2. оказывать помощь обучающимся в снижении проявления агрессивности в школьной среде;
3. формировать навыки конструктивного реагирования в конфликте и в сложных жизненных ситуациях;
4. способствовать развитию толерантности, эмпатии участников образовательного процесса;
5. повышать социально-психологическую компетентность педагогов и родителей в вопросах профилактики буллинга среди обучающихся;
6. осуществлять координацию совместной деятельности классных руководителей, педагогов-психологов по профилактике буллинга и агрессии в школе.

№	Наименование мероприятия	Сроки	Ответственные
Организационно-методическая работа			
1.	Разработка и утверждение Плана по профилактике буллинга в образовательной среде на 2025-2026 учебный год	август, сентябрь	педагог-психолог, классные руководители
2.	Выявление обучающихся с эмоционально-неустойчивым типом поведения, склонных к проявлению агрессивного поведения, определение основных причин такого поведения, выработка адекватных воспитательных стратегий и способов перевода агрессии в социально приемлемую активность.	В течение Учебного года	Классные руководители, педагог-психолог
3.	Поддержание высокой социальной активности школьников во внеурочной деятельности, привлечение обучающихся к активным формам досуга, творческой, социально значимой деятельности.	В течение Учебного года	Классные руководители

4.	Разработка рекомендаций по профилактике буллинга для участников образовательного процесса.	сентябрь	педагог-психолог
5.	Публикация и размещение памяток по профилактике буллинга для родителей (законных представителей) и педагогов на сайте образовательной организации.	В течение Учебного года	Зам. по ВР, педагог-психолог
6.	Распространение информации о деятельности «Детского телефона доверия».	В течение Учебного года	Классные руководители, педагог-психолог
7.	Информирование родителей обучающихся о проведении Консультаций для несовершеннолетних их родителей, оказавшихся в кризисной ситуации.	сентябрь	Классные руководители, педагог-психолог
8.	Организация и проведение акции «Международный день борьбы с буллингом»-27 января-«ТравлиNET» (5-9 классы).	январь	Классные руководители, педагог-психолог
9.	Оценка эффективности реализации плана работы по профилактике буллинга за 2025-2026 учебный год.	май	Классные руководители, педагог-психолог
	Работа с обучающимися		
	Диагностическая деятельность		

10.	Диагностика психологического климата и межличностных отношений в классах/ «Состояние психологического климата в классе», (по запросу). Индивидуальная диагностика несовершеннолетних, оказавшихся в социально опасном положении, анкетирование «Буллинг в школе» (по запросу).	сентябрь-май	педагог-психолог
11.	Проведение мониторинга в контексте проблемы буллинга и кибербуллинга: выявление детей, склонных к проявлению жестокости к другим обучающимся; взаимоотношения в группе; Изучение личностного развития обучающихся с целью профилактики нарушений в развитии личности (самооценка и уровень притязаний, тревожности).	В течение года	Классные руководители, педагог-психолог
	Профилактика буллинга на уровне классных коллективов		

12.	Реализация программы по профилактике буллинга, направленных на сплочение классных коллективов, обучение навыкам конструктивного общения	В течении года	Классные руководители, педагог-психолог,
13.	Профилактические занятия, беседы с первоклассниками, направленные на адаптацию к новой социальной ситуации.	сентябрь, октябрь	Классные руководители, педагог-психолог
14.	Цикл развивающих занятий по формированию навыков межличностного общения (при выявлении проблем в общении в классном коллективе): -Мир чувств эмоций. -Почему мы конфликтуем? - Умеем ли мы общаться? -Навыки эффективной коммуникации.	В течении года	педагог-психолог

15.	Цикл развивающих занятий по профилактике агрессивного поведения (при выявлении проблемы в классном коллективе): -Как противостоять агрессии (7 классы) - Жизнь без агрессии (8-9 классы)	В течении года	педагог-психолог
16.	Проведение акции «Международный день борьбы с буллингом»-«ТравлиNET»: Конкурс плакатов «Мы против буллинга!», Фестиваль видеороликов «Мы - друзья!»	январь	Классные руководители, педагог-психолог
17.	Кинолекторий, обсуждение художественных фильмов: «Чучело» (1983 г.), «Класс» (2007 г.), «Розыгрыш» (2008 г.).	В течении года	Классные руководители
18.	Проведение классных часов	в течении года	классные руководители
19.	Мероприятия по профилактике кибербуллинга в рамках классных часов: «Интернет и моё здоровье» (1-4 классы); «Правила безопасности в сети Интернет» (5-9 классы).	февраль-апрель	Классные руководители, педагог-психолог

20.	Работа с классом спомощью восстановительных программ	Привыялении ситуации буллинга	педагог-психолог
	<i>Профилактика буллинга на личностном уровне</i>		

21.	Работа с участниками ситуации буллинга по процедуре восстановительной медиации.	Привыялении ситуации буллинга	Педагог-психолог
22.	Индивидуальная психокоррекционная работа с «агрессорами» и «жертвами» буллинга.	Привыялении ситуации буллинга	Педагог-психолог,
23.	Консультирование, оказание адресной помощи родителям (законным представителям) обучающихся, являющихся участниками ситуации травли.	Привыялении ситуации буллинга	педагог-психолог, классные руководители
24.	Индивидуальная профилактическая работа (или работа в мини группах) с обучающимися, склонными к агрессивному поведению экстремистским взглядам, нетерпимостью к окружающим (цикл занятий).	Привыялении ситуации буллинга	педагог - психолог
25.	Индивидуальные консультации обучающихся (общение с сверстниками, детско-родительские отношения, конфликты).	В течение года	педагог-психолог
	Работа с педагогами и родителями		
26.	Повышение компетенций педагогических работников в вопросах профилактики буллинга и сплочения классных коллективов, проведение тематических консультаций, размещение стендовой информации: -«Признаки буллинга, алгоритм действий в ситуациях травли (буллинга) в образовательной среде»; -«Буллинг в школе: как помочь ребенку бороться со своей агрессией.»	октябрь - февраль	педагог-психолог
27.	Индивидуальные консультации педагогов по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха.	В течение года	педагог-психолог
28.	Социально-психологическое просвещение родителей в целях повышения их психолого-педагогической компетентности: Консультирование родителей по вопросам самосообщенности развития в Подростковом возрасте, роли семейных взаимоотношений и методов воспитания в возникновении агрессивных реакций и протестного поведения.	В течение Учебного года	педагог-психолог
29.	Ознакомление родителей с памятками по профилактике буллинга в детском коллективе.	В течение Учебного года	педагог-психолог, классные руководители