

**Программа по профилактике психологического насилия, систематического унижения чести и достоинства  
и травли среди несовершеннолетних  
в МОБУ «СОШ «Бугровский ЦО № 3» на 2025 - 2026 учебный год**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Актуальность проблемы**

Травля детей сверстниками, психологическое насилие, систематическое унижение чести и достоинства, издевательства, преследование («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 профилактики систематического унижения чести и достоинства уделяется большое внимание. И потому вопрос предупреждения ситуаций насилия в системе образования очень актуален, как во всем мире, так и в России. По данным ООН насилию в образовательной организации подвергается каждый десятый школьник в мире, и этот показатель ежегодно растет. В России ежегодно в среднем до 30% молодых людей в возрасте от 14 до 24 лет подвергаются насилию в той или иной форме. В группу повышенного риска по частоте психологического насилия, систематического унижения чести и достоинства, издевательства, преследования попадают дети 11 -12 лет: 28% детей этого возраста, по меньшей мере, один раз подвергались обидам и унижениям за последние 12 месяцев. Обращает на себя внимание тот факт, что в России субъектов травли (обидчиков) в 2 раза больше, чем в среднем по европейским странам. Примерно пятая часть всех случаев насилия в отношении подростков и молодых людей совершается в системе образования.

В связи со сложившейся ситуацией на образовательные организации ложится ответственность за проработку и устранения проблемы психологического насилия, систематического унижения чести и достоинства, издевательства, преследования. 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.

В современных условиях педагоги и психологи все чаще обращаются к вопросам толерантности и противостояния агрессии. Особенную актуальность эти вопросы приобретают в подростковом возрасте в силу его изначальной кризисности, отсутствия стабильности и чувства защищенности. Крайне актуальным становится вопрос о психологической безопасности образовательной среды и профилактики негативных явления.

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. И для 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, подраивание, 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, унижить, 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 психологическое насилие, систематического унижения чести и достоинства, издевательств, преследования не зависит от пола, роста, национальности или предпочтений. Он просто есть и все, как элемент школьной жизни. Повод может быть самым разным. Поэтому пострадать от психологического насилия может любой ученик. При этом зачастую могут даже отсутствовать какие-либо конкретные основания для агрессии. Объектом травли чаще всего выбирают тех, кто отличается от других детей и не может себя защитить.

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

**Кибермоббинг и кибербуллинг** – интернет-травля — это намеренные оскорбления, 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, передразнивание 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 непоиманным.

Наиболее часто употребляемым в настоящее время понятием, обозначающим все указанные явления, выступает «буллинг». И сегодня буллинг – это социальное явление, без которого не строится ни один детский коллектив. В любом классе, группе есть лидер, «среднячки» 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 унижить жертву ради удовлетворения своих амбиций, для развлечения, самоутверждения;
- желание подчинить, контролировать кого-то;
- виктимность жертвы (особенности личности и поведения индивида, навлекающие на него агрессию со стороны других людей, такие как покорность, внушаемость, неумение постоять за себя, неосторожность, доверчивость, легкомыслие, недифференцированная общительность, а также психические расстройства).

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 в образовательном процессе нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся;
2. повышение информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях;
3. повышение ответственности родителей за действия, направленные против детей;
4. воспитание у обучающихся уважения к правам 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; организация совместной работы с родителями по повышению их уровня образованности и компетентности в различных трудных жизненных ситуациях;
2. сотрудничество с 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 ребёнка (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 психолого-педагогической 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 психологического насилия, систематического унижения чести и достоинства, издевательств, преследования**

Для определения ситуации психологического насилия 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 унижительные 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 психологического насилия;
- 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 психологического насилия, систематического унижения чести и достоинства, издевательств, преследования.
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.

На третьем – 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 вовремя не пресекаются, то со временем 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 ею будут вплотную и серьезно заниматься все участники 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.

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 психологического насилия, систематического унижения чести и достоинства, издевательств, преследования.

№	Наименование мероприятия	Сроки	Ответственные
	<b>Организационно-методическая работа</b>		
1.	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, советник директора по воспитанию

2.	Поддержание высокой социальной активности школьников во внеурочной деятельности, привлечение обучающихся к активным формам досуга, творческой, социально значимой деятельности.	в течение учебного года	классные руководители, советник директора по воспитанию
3.	Разработка рекомендаций по профилактике психологического насилия, систематического унижения чести и достоинства, издевательств, преследования для участников образовательного процесса.	сентябрь	педагог-психолог, советник директора по воспитанию
4.	Публикация и размещение памяток по профилактике психологического насилия, систематического унижения чести и достоинства, издевательств, преследования для родителей (законных представителей) и педагогов на сайте образовательной организации.	в течение учебного года	педагог-психолог, советник директора по воспитанию
5.	Распространение информации о деятельности «Детского телефона доверия».	в течение учебного года	классные руководители, педагог-психолог, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР
6.	Информирование родителей и обучающихся о проведении консультаций для несовершеннолетних и их родителей, оказавшихся в кризисной ситуации.	сентябрь	классные руководители, педагог-психолог, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР
7.	Организация и проведение акции «Международный день борьбы с буллингом» - 27 января - «Травли NET» (5-9 классы).	январь	классные руководители, педагог-психолог, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР
8.	Оценка эффективности реализации плана работы по профилактике психологического насилия, систематического унижения чести и достоинства, издеательства, преследования на 2025-2026 учебный год.	май	классные руководители, педагог-психолог, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР

**Работа с обучающимися**

<b>Работа с обучающимися</b>			
	<i>Диагностическая деятельность</i>		
9.	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
10.	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, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР
	<i>Профилактика психологического насилия на уровне классных коллективов</i>		
11.	Реализация программы по профилактике психологического насилия, направленных на сплочение классных коллективов, обучение навыкам конструктивного общения	в течение года	классные руководители, педагог-психолог, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР
12.	Профилактические занятия, беседы с первоклассниками, направленные на адаптацию к новой социальной ситуации.	сентябрь, октябрь	классные руководители, педагог-психолог
13.	Цикл развивающих занятий по формированию навыков межличностного общения (при выявлении проблем в общении в классном коллективе): Мир чувств и эмоций. Почему мы конфликтуем? Умеем ли мы общаться? Навыки эффективной коммуникации.	в течение года	педагог-психолог, классные руководители, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР
14.	Цикл развивающих занятий по профилактике агрессивного поведения (при выявлении проблемы в классном коллективе): Я контролирую гнев (5-6 классы) Как противостоять агрессии (7	в течение года	педагог-психолог, классные руководители, советник директора по

	классы) Жизнь без агрессии (8-11 классы)		воспитанию, зам.директора по ВР
15.	Проведение акции «Международный день борьбы с буллингом»- «Травли NET»: Конкурс плакатов «Мы против психологического насилия!», Фестиваль видеороликов «Мы - друзья!»	январь	классные руководители, социальный педагог, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР
16.	Кинолекторий, обсуждение художественных фильмов: «Чучело» (1983 г.), «Класс» (2007 г.), «Розыгрыш» (2008 г.).	в течение года	классные руководители, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР
17.	Работа с классом с помощью восстановительных программ «Круг исцеления»	при выявлении ситуации	педагог- психолог
	<b><i>Профилактика на личностном уровне</i></b>		
18.	Работа с участниками психологического насилия, систематического унижения чести и достоинства, издевательства, преследования в ситуации по процедуре восстановительной медиации.	при выявлении ситуации	Педагог-психолог
19.	Индивидуальная психокоррекционная работа с «агрессорами» и «жертвами» буллинга.	при выявлении ситуации	Педагог-психолог
20.	Консультирование, оказание адресной помощи родителям (законным представителям) обучающихся, являющихся участниками ситуации травли.	при выявлении ситуации	педагог-психолог, классные руководители, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР
21.	Индивидуальная профилактическая работа (или работа в мини группах) с обучающимися, склонными к агрессивному поведению экстремистским взглядам, нетерпимостью к окружающим (цикл занятий).	при выявлении ситуации	педагог – психолог, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР

22.	Индивидуальные консультации обучающихся (общение со сверстниками, детско-родительские отношения, конфликты).	в течение года	педагог-психолог
	<b>Работа с педагогами и родителями</b>		
23.	Повышение компетенций педагогических работников в вопросах профилактики психологического насилия, систематического унижения чести и достоинства, издевательств, преследований и сплочения классных коллективов, проведение тематических консультаций, размещение стендовой информации: «Признаки буллинга, алгоритм действий в ситуациях травли (буллинга) в образовательной среде»; «Что такое кибербуллинг?»; «Личная безопасность в интернет пространстве»; «Буллинг в школе: как помочь ребенку побороть свою агрессию.»	октябрь - февраль	педагог-психолог, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР
24.	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, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР
25.	Социально-психологическое просвещение родителей в целях повышения их психолого-педагогической компетентности: консультирование родителей по вопросам особенностей развития в подростковом возрасте, роли семейных взаимоотношений и методов воспитания в возникновении агрессивных реакций и протестного поведения.	в течение учебного года	педагог-психолог, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР
26.	Ознакомление родителей с памятками по профилактике буллинга в детском коллективе.	в течение учебного года	педагог-психолог, классные руководители, советник директора по воспитанию, зам.директора по ВР