

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Саралинская средняя общеобразовательная школа»

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом

Протокол от 28.08.2025г. № 1

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ «Саралинская СОШ»

Ольга Владимировна Гребенькова
Подписано цифровой подписью: Ольга Владимировна Гребенькова
на приказе № 72/1 от 28.08.2025г

**Программа
профилактических мероприятий по
предупреждению, профилактике травли,
жестокого обращения с обучающимися
В МБОУ «Саралинская СОШ»**

на 2025–2027 учебный год

с. Сарала, 2025

Пояснительная записка

Актуальность проблемы

Травля детей сверстниками («буллинг») - одна из наиболее распространённых 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.

Травля в школе — это систематическое негативное влияние на ученика его одноклассником или группой детей. Само слово английское, его дословный перевод означает «драчун, насильник, хулиган». Обозначает термин групповой или индивидуальный террор. Степень насилия может быть разной. От лёгкой до тяжёлой, с нанесением физических увечий и доведением до самоубийства. Первое определение по отношению к травле — достаточно условное, так как любые моральные и физические издевательства имеют серьёзные отсроченные последствия.

Англоязычное слово «буллинг» (bullying) становится в последнее время общепринятым для обозначения школьной травли и обозначает травлю, повторяющуюся агрессию по отношению к определённому 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, поддразнивание, толкание, высмеивание одежды и т.д.

Буллинг это психологический террор. Он всегда преследует цель — затравить жертву, вызвать у неё страх, деморализовать, унижить, подчинить. Обидчики дают ребёнку 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 ребёнка из круга общения, совместных занятий, игр, игнорируют и т.д. Обидчики — буллы — чрезвычайно изобретательны.

Обидчиками могут быть и девочки-подростки, ибо буллинг 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 буллинга 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.

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 отправку 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 учётной 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 непойманным.

Выделяют несколько типов травли:

- **Физическая.** Она проявляется побоями, иногда даже намеренным членовредительством. По сети гуляет письмо мужчины — жертвы школьного насилия. Она вспоминает, как одноклассник ломал ему пальцы, чтобы услышать, какой звук будет при этом.
- **Поведенческая.** Это бойкот, сплетни (распространение заведомо ложных слухов, выставяющих жертву в невыгодном свете), игнорирование, изоляция в коллективе, интриги, шантаж, вымогательства, создание неприятностей (крадут личные вещи, портят дневник, тетради).
- **Вербальная агрессия.** Выражается в постоянных насмешках, оскорблениях, окриках и даже проклятиях.
- **Кибербуллинг.** Самое последнее, но очень популярное среди подростков. Проявляется в травле при помощи социальных сетей или послании оскорблений на электронный адрес. Сюда входит съёмка и выкладывание неприглядного видео в общий доступ.

Основные причины травли в образовательной среде.

Причины агрессивного поведения к одному из членов класса находятся в двух плоскостях:

1. Семья и окружение. Пример поведения школьники берут из своих родителей и общества, где главенствует культ грубой силы. Бесконечные бандитские сериалы по телевидению, уличная этика, неуважительное отношение к слабым и больным со стороны взрослых учат детей определенным способам поведения. Важную роль в формировании личности играют и компьютерные игры, в которых ребёнок может безнаказанно убивать и бить.
2. Школа. Учителя иногда намеренно сами дают начало травли, потому что не умеют справляться с проявлениями агрессии в детских коллективах. Некоторые педагоги опускаются до того, что придумывают детям клички и оскорбляют их в присутствии других одноклассников. Другие транслируют своё неуважительное отношение к плохо учащимся ученикам при помощи тона и выражения лица. Широкое распространение травли в школе объясняется попустительством, быть может, и со стороны педагогов.

Социальная структура травли: преследователь (булли), жертва, наблюдатель.

Преследователи:

1. Дети, уверенные в том, что господствуя и подчиняя легче всего добиться своих целей.
2. Не умеющие сочувствовать своим жертвам.
3. Физически сильные.
4. Легко возбудимые, импульсивные, с агрессивным поведением.
5. Мечтающие быть лидерами в классе.
6. Желаящие быть в центре внимания.
7. С высоким уровнем притязания.
8. Уверенные в своём превосходстве над жертвой.

9. Дети , не признающие компромиссов.
10. Агрессивные дети, самоутверждающиеся в жертве.
11. Со слабым контролем со стороны родителей.
12. Интуитивно чувствующие, какие одноклассники не окажут им сопротивление.

Союзники:

1. Боящиеся быть на месте жертвы
2. Не желающие выделяться из толпы одноклассников
3. Дорожащие своими отношениями с лидерами
4. Поддающиеся сильному влиянию.
4. Не умеющие сопереживать и сочувствовать другим
5. Безинициативные
6. Принимающие травлю за развлечение.
7. Дети жестоких родителей
8. Из неблагополучных семей, имеющие опыт насилия
9. Озлобленные ровесники, мечтающие взять реванш за свои унижения.

Жертва:

1. Тревожные, несчастные, с низкой самооценкой, не уверенные в себе.
2. Не имеющие ни одного близкого друга из числа сверстников, друг - взрослый.
3. Пугливые, застенчивые, замкнутые, чувствительные.
4. Склонные к депрессии и суициду.
5. Из неблагополучных семей, имеющие опыт насилия.
6. Страдающие от одиночества
7. Верящие, что заслуживают роль жертвы, и пассивно ждущие насилия от преследователей.
8. Имеющие негативный опыт жизни
9. из неблагополучных семей
10. с комплексами неполноценностей
11. Не верящие в защиту учителей
12. Смирившиеся с насилием, как со своей судьбой
13. Предпочитающие умалчивать о травле и насилии
14. Не считающие себя частью своего коллектива.

Особенности поведения жертв травли (Тэд Файнберг, доктор психологии США)

1. Ребёнок неохотно идёт в школу и очень рад любой возможностью не ходить.
2. Возвращается из школы подавленным.
3. Часто плачет без видимых причин.
4. Никогда не вспоминает никого из одноклассников.
5. Одинок.
6. Ничего не рассказывает о своей школьной жизни.
7. Его не приглашают ни на дни рождения, ни в гости, и сам он никого не приглашает к себе.

Психологическое насилие в школе — это систематическое, регулярно повторяющееся насилие, травля со стороны одного школьника или группы школьников в отношении отдельного школьника, который не может себя защитить.

Предпосылками психологического насилия и травли 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 травли 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 ребёнка и всех вовлечённых в образовательную деятельность лиц.

Данная программа рассчитан на учащихся МБОУ «Саралинская СОШ», обучающиеся школы доброжелательно относятся друг к другу, не проявляя агрессии, неприязни. Ребята дружат общим коллективом, нет разделения на группы. Участвуют в мероприятиях, гуляют вместе после уроков в школе, общаются в Контакте, помогая с выполнением уроков.

Но есть в классе учащиеся, которые не справляются с учебной программой и имеют неудовлетворительные оценки по итогам четверти по отдельным предметам. Эти учащиеся проявляют время от времени своё недружелюбие, а иногда и агрессивное поведение к своим одноклассникам.

Проблема данной целевой группы: у некоторых учащихся не сложилось понимание того, что класс - это единый коллектив, основанный на взаимном уважении, дружбе, взаимовыручке, у таких учащихся сложно выстраиваются отношения с одноклассниками.

Цель программы: создание комплексной психолого-педагогической системы профилактики психологического насилия и травли как условия обеспечения психологически безопасной образовательной среды через организацию и проведение просветительских, диагностических, обучающих, коррекционно-развивающих мероприятий (обучающиеся, родители, педагоги, специалисты социально-психологической службы школы).

Программа предусматривает решение следующих **задач**:

1. Формирование адекватного представления об агрессии и травли и способах противостояния им у всех участников образовательного процесса.
2. Создание психолого-педагогических условий для формирования дружного, сплочённого классного коллектива.
3. Развитие личностных качеств, препятствующих проявлению травли у обучающихся (саморегуляция, эмоциональная уравновешенность, уверенность в себе, критичность, ответственность, эмпатия и др.).
4. Обучение обучающихся различным формам противостояния агрессии и травли среди сверстников.
5. Предоставление квалифицированной психологической помощи участникам образовательного процесса в кризисных ситуациях, связанных с насилием и травлей.

Направления работы

Направления работы с педагогическим коллективом и родителями:

- консультативно-образовательная работа с педагогическим составом и родителями;
- повышение психолого-педагогической компетентности взрослых (родителей, педагогов).

Направления работы с обучающимися :

- 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 и травли.

Первичная профилактика реализуется по 3 направлениям:

1. Создание условий недопущения травли.
2. Скорейшее и грамотное разобщение ребёнка 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 психологического насилия и оказанию квалифицированной комплексной помощи.

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

Если проявления травли вовремя не пресекаются, то со временем они становятся все более опасными. Реакция образовательного сообщества на случаи насилия - важный аспект в решении проблемы.

Ключевые слова, раскрывающие сущность профилактики травли: предохранение, предупреждение, предостережение, устранение и контроль. Профилактическая работа предполагает изменение социальной, семейной, личностной ситуации обучающегося путём 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. Педагог - психолог должен совместно с классными руководителями проводить с детьми тренинги на сплочение коллектива, развитие терпимости, эмпатийного мышления по отношению к окружающим.

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

Задачи профилактики:

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

Объединение профилактических мероприятий в единую систему позволит создать в МБОУ «Саралинская СОШ» безопасное психологическое пространство. В основном меры сводятся к формированию определённых установок у каждого отдельного ученика, а также введению правил и норм, направленных против психологического насилия.

В 1-4 классах профилактика травли осуществляется через обеспечение социально--психологической адаптации обучающихся к школьному обучению через формирование детского коллектива, организацию совместной деятельности, коррекцию школьной дезадаптации.

В 5-11 классах реализуется весь комплекс мероприятий профилактической программы, а именно проведение классных часов, занятий с элементами тренинга, направленных на снижение агрессивности, на формирование сплочённости классного коллектива, развитие эмпатии и уверенного поведения, формирование умений противостоять агрессии и др., родительские собрания и обучающие семинары для педагогов.

Ожидаемые результаты реализации программы:

- повышение психолого-педагогической компетентности педагогов при работе с ситуациями психологического насилия и травли;
- умение учителей, классных руководителей и подростков конструктивно выходить из начавшейся ситуации травли и эффективно разрешать уже текущую ситуацию;
- снижение количества ситуаций травли;
- улучшение психологической обстановки в классах и в школе в целом.

ПЛАН
по профилактике явлений психологического насилия и травли в школе
на 2025-2027 учебный год

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
Организационно-методическая работа			
1	Диагностика и выявление обучающихся с эмоционально-неустойчивым типом поведения, склонных к проявлению агрессивного поведения, определение основных причин такого поведения, выработка адекватных воспитательных стратегий.	В теч. уч. года, по запросу участников образоватнош ений	классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог
2	Поддержка высокой социальной активности обучающихся во внеурочной деятельности, привлечение обучающихся к активным формам досуга, творческой, социально-значимой деятельности.	В течение учебного года	классные руководители
3	Размещение памяток, видеороликов по профилактике травли, кибербуллинга для родителей (законных представителей) и педагогов в классных чатах.	Ноябрь, февраль	классные руководители, Педагог-психолог
4	Оформление информации на стендах школы о службах по психологической помощи для несовершеннолетних и их родителей и о деятельности «Детского телефона доверия»	В течение учебного года	социальный педагог, педагог- психолог

5	Информирование родителей и обучающихся о проведении Консультаций для несовершеннолетних и их родителей, оказавшихся в кризисной ситуации.	сентябрь	Классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог
6	Оценка эффективности реализации плана работы по профилактике травли на 2025-2026учебныйгод.	май	Классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог

Работа с обучающимися

7	Профилактические занятия, беседы с первоклассниками, направленные на адаптацию к новой социальной ситуации.	сентябрь, октябрь	Классные руководители, педагог-психолог
8	Проведение диагностики в контексте проблемы психологического насилия и травли, 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, уровень переживания одиночества)	В течение учебного года	социальный педагог, педагог- психолог
9	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	
10	Цикл развивающих занятий по профилактике агрессивного поведения (при выявлении проблемы в классном коллективе): - Я контролирую гнев (5-6 классы) - Как противостоять агрессии (7классы) - Жизнь без агрессии (8-9 классы)	В течение года	педагог-психолог
11	Кинолекторий, обсуждение художественных фильмов: «Чучело»(1983г.),«Класс»(2007г.), «Розыгрыш»(2008г.).	В течение года	классные руководители
12	Работа с участниками ситуации буллинга по процедуре восстановительной медиации.	При выявлении ситуации	Педагог-психолог, Социальный педагог

13	Индивидуальная психокоррекционная работа с «агрессорами» и «жертвами» буллинга.	При выявлении ситуации	Педагог-психолог, Социальный педагог
14	Индивидуальная профилактическая работа (или работа в мини группах) с обучающимися, склонными к агрессивному поведению	При выявлении ситуации	социальный педагог, педагог - психолог
15	Индивидуальные консультации обучающихся (общение со сверстниками, детско-родительские отношения, конфликты).	В течение года	педагог-психолог
16	Психологический тренинг «Проигрывание ситуаций» Игра «Ты поссорился с другом и хочешь помириться».	2 четверть	Педагог- психолог
17	Проведение встреч обучающихся с ведомствами системы профилактики по разъяснению правовой ответственности за травли кибербуллинг, а также о последствиях	В течение учебного года (по графику проведения единых дней профилактики)	социальный педагог, старший вожатый
18	Мероприятия по профилактике кибербуллинга в рамках классных часов: «Интернет и мое здоровье» (1-4 классы); «Правила безопасности в сети Интернет» (6 - 10 классы)	Декабрь	классные руководители, социальный педагог
19	Проведение акции «Травли NET»: Конкурс плакатов «Мы против травли!»	Неделя психологии, март	классные руководители, Педагог-психолог
20	Консультация учащихся детей из семьи СВО, по повышению навыков саморегуляции и снижению эмоционального напряжения, тревожности	В течение учебного года, по запросам	педагоги-психологи
Работа с родителями			
21	Информирование родителей о проведении консультаций для несовершеннолетних и их родителей, оказавшихся в кризисной ситуации	Сентябрь	социальный педагог, педагог- психолог
22	Социально-психологическое просвещение родителей в целях повышения их психолого-педагогической компетентности: Консультирование родителей по вопросам особенностей развития в Подростковом	В течение учебного года	педагог-психолог

23	Консультация родителей из семей СВО, оказавшихся в кризисной ситуации	По запросу	Социальный педагог, педагог - психолог
24	Выступления на родительских собраниях с приглашением специалистов службы сопровождения по разъяснению поведенческих признаков, указывающих, что их ребёнок оказался жертвой травли и алгоритм действий в этом случае.	В течение учебного года, по запросу классных руководителей	классные руководители, соцпедагог, педагог-психолог
25	Консультирование, оказание адресной помощи родителям (законным представителям) обучающихся, являющихся участниками ситуации травли.	При выявлении ситуации буллинга	педагог-психолог, социальный педагог Классные руководители
Работа с педагогами			
26	Повышение компетенций педагогических работников в вопросах профилактики буллинга и сплочения классных коллективов, проведение тематических консультаций,	октябрь - февраль	педагог-психолог, Социальный педагог
27	Индивидуальные консультации педагогов по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным,	В течение года	педагог-психолог