

Утверждена приказом директора МАОУ Гимназия №1
от «29» августа 2025 № 377-ОД

Программа профилактики буллинга в школе

Пояснительная записка

Проблема буллинга состоит в том, что до настоящего времени так и не были разработаны универсальные способы борьбы с ним в школе и других образовательных учреждениях. В России многие учителя не замечают или делают вид, что не замечают травлю отдельных детей. По этой причине зачастую вовремя не оказывается психологическая помощь, которая необходима не только «жертве», но и ее «обидчикам».

Подростковый возраст – это самый сложный, конфликтный и противоречивый этап развития личности. На этой стадии происходят различные физиологические и психологические изменения. Ребенок проходит самый сложный период полового созревания, начинает поиск своего «Я». По этим причинам учеба в школе может отходить на второй план.

Для подростка референтная группа представлена его сверстниками. В этой группе происходит борьба за лидерство, возникают конфликтные столкновения. Несмотря на то, что участие подростков в конфликтных ситуациях является вполне нормальным, проблема буллинга состоит в том, что травля может длиться долго.

Каждый человек, ведущий борьбу за лидерство, желает самоутвердиться на фоне другого, поэтому может начаться травля слабого. «Жертве» очень трудно поменять собственный статус, поэтому она подвергается постоянным нападениям со стороны обидчика и его друзей. Родители и педагоги должны своевременно предупреждать и пресекать все попытки проявления агрессии и насилия среди детей.

В процесс профилактики буллинга необходимо включить несколько аспектов: предохранение, предупреждение, предостережение, исключение, контроль.

Профилактика предполагает изменение социальной, семейной, личной ситуации ребенка с помощью использования специальных педагогическо-воспитательных мер, которые будут способствовать улучшению качества жизни и поведения. Это происходит благодаря изменению личностных ориентаций.

Основная цель профилактических мероприятий – научить детей и взрослых справляться со стрессовой ситуацией и агрессией. Задачи профилактики включают подготовку учителей и психологов для работы с трудными детьми с целью разрешения ситуаций буллинга, помощь улучшению социального самочувствия школьников. В дополнение важно проводить психолого-педагогическое просвещение родителей, устранять психотравмирующие и социально опасные ситуации. В целом профилактика должна концентрироваться на развитии толерантности и социальной компетентности.

В ходе профилактики буллинга должно происходить изменение представлений человека о самом себе и об его отношениях с окружающими людьми.

В настоящее время очень важным моментом для подростков и молодежи является возможность выработать новые модели поведения, которые бы позволили молодому человеку выстраивать взаимодействие с окружающими неагрессивно, более экологично, тем самым реализуя первичную профилактику травли в детском и молодежном коллективе.

Серьезные проблемы в межличностном взаимодействии возникают у подростков, которые не умеют общаться в обычной жизни без помощи агрессивных всплесков. Ведь агрессия – это индивидуальное поведение или действие, направленное на нанесение психического и в крайних случаях физического вреда другому человеку. Такие люди, как правило, выходят из ситуации с потерями, нервными срывами и даже заболеваниями. Часто эти люди даже могут и не осознавать границы всевозможных последствий, в которых выход на позитивные моменты может вообще исключаться. Что может ждать в будущем молодых людей с закрепленными сценариями агрессивного поведения: неудачи, непонимание, одиночество.

Подростки осознают негативные моменты агрессивных поступков, но, к сожалению, не могут с этим ничего поделать в силу возрастных психоэмоциональных и физиологических особенностей. Испытывая затруднения, они боятся обратиться к окружающим за помощью. И часто они и не предполагают, к кому именно обращаться.

Цель: способствовать установлению и поддержанию благоприятного психологического климата, чувства психологического благополучия в образовательной организации.

Задачи:

- создание условий, способствующих формированию и сохранению устойчивых дружеских отношений в классных коллективах на основе принятия и взаимоуважения, повышение культуры общения и межличностного взаимодействия;
- развитие жизнестойкости, актуализация личностных ресурсов участников образовательных отношений;
- коррекция агрессивного поведения обучающихся через формирование и закрепление социально приемлемых способов удовлетворения собственных потребностей обучающихся во взаимодействии с окружающими;
- формировать модели безопасного поведения в ситуациях риска;
- развитие коммуникативных навыков и способностей адаптироваться к групповым «нормам»;
- повышение психологической компетентности педагогов и родителей в вопросах профилактики буллинга

План работы по профилактике буллинга и жестокого обращения с обучающимися на 2025-2026 учебный год

№ п/п	Мероприятие	Контингент	Дата	Ответственные
1.	Методические рекомендации для родителей учащихся и педагогов (буклеты, листовки)	Родители, педагоги	Октябрь 2025	Заместитель директора по ВР
2.	Диагностики Уровень жизнестойкости, Уровень тревожности	5-11 классы	1, 4 четверть	Педагог-психолог
3.	Беседы на тему «Школьный буллинг и противоправное поведение, его предупреждение» (с приглашением сотрудников органов внутренних дел)	6 - 8 классы	Не реже 1 раза в четверть	Социальный педагог
4.	Классные часы: - Учимся управлять эмоциями. - Жизненные ценности. Нравственные приоритеты. - Мои ресурсы. Навыки жизнестойкости. - Агрессия и тревожность как факторы неуверенного поведения. - Причины буллинга, последствия. Меры профилактики. - Кибербуллинг. Безопасный интернет. - Психическое здоровье. Безопасное поведение.	5-11 классы	В течение года	Педагог-психолог, социальный педагог

	<ul style="list-style-type: none"> - Учимся общаться без конфликтов. - Конфликт. Конструктивные способы разрешения. - Единство и разнообразие народов России. Толерантное отношение друг к другу. - Телефон доверия. Как защитить себя? 			
5.	Просмотр художественных фильмов с обсуждением: «Чучело», «Розыгрыш», «Другие люди» и др.	6-8 классы	Март, апрель 2026	Классные руководители, социальный педагог
6.	Общешкольное родительское собрание с обсуждением вопроса «Буллинг в детской среде. Причины. Меры профилактики»	Родители	Январь 2026	Заместитель директора по УВР, социальный педагог
7.	Родительские собрания в классах: <ul style="list-style-type: none"> - Жестокое обращение с подростками, защита от любой формы насилия. - Агрессивность подростков: причины, коррекция агрессивного поведения. - Стили воспитания. Детско-родительские отношения. - Социализация в современном обществе. - Что такое кибербуллинг. Родительский контроль.	Родители	В течение года	Классные руководители, педагог – психолог, социальный педагог
8.	Семинары для классных руководителей: <ul style="list-style-type: none"> - Анализ результатов СПТ. - Буллинг как социальное явление. Меры профилактики. 	Классные руководители	В течение года	Педагог – психолог, социальные педагоги
9.	Индивидуальные консультации	Обучающиеся Педагоги Родители	В течение года	Педагог – психолог, социальные педагоги
10.	Школьная служба медиации	Обучающиеся Педагоги Родители	В течение года	Педагог-психолог, социальный педагог, заместители директора по УВР, классные руководители.
11	Размещение на официальном сайте и официальной странице Вконтакте информации профилактического характера	-	Не реже 1 раза в четверть	Социальный педагог, педагог-психолог