

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №57»

РАССМОТРЕНА

на ШМО руководитель:

Минигалина /В.В. Минигалина

Протокол №1

от «26» августа 2026 г.

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по УД

Дерябина /О.В. Дерябина

Протокол № 9

от «27» августа 2026г.

УТВЕРЖДЕНА

Руководитель МАОУ СОШ №57

Милинцева /Г.Н. Милинцева

Приказ №

от «27» августа 2026 г.



ПРОГРАММА
по профилактике
буллинга
(1- 11классы)

Составил педагог-психолог
Минигалина В.В.

2026-2027г.

г.Екатеринбург

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность

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. Обращает на себя внимание тот факт, что каждый пятый случай травли происходит в образовательном пространстве. И потому вопрос предупреждения ситуаций насилия в системе образования очень актуален. 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.

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.

1. Нормативно-правовые акты, которые составляют основу для программ по борьбе с буллингом (травлей) в Российской Федерации :

- Конституция (гл.2)
- Федеральный Закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»
- Федеральный Закон от 29.12.2012г № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Федеральный Закон от 23.06.2016г № 2016г № 182-ФЗ «Об основах системы профилактики правонарушений в Российской Федерации»
- Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию в Российской Федерации ».

2. Определение, признаки и виды понятия травли

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».

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. Буллинг — это специфическая форма насилия, которое осуществляется агрессорами интенционально (т.е. осознанно и намеренно), в условиях явного перевеса сил, повторяющимся образом и в течение длительного периода времени, с целью использовать преимущества своей более сильной позиции на фоне более слабой жертвы для достижения своих интересов.

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. Конечной целью является социальная изоляция жертвы.

Обидчики — булли — 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 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.

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 непойманным.

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, «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;
- 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).

Критерии отличия от похожих явлений:

1. Вредоносные действия осуществляются намеренно
2. Действия травли повторяются регулярно (не реже одного раза в неделю) и длятся на протяжении долгого времени (месяцы или даже годы)
3. Есть явный перевес сил на стороне агрессоров
4. Жертва ощущает себя беспомощной и не может своими силами остановить травлю.

ОТЛИЧИЯ МЕЖДУ ОБЫЧНЫМИ КОНФИКТАМИ И БУЛЛИНГОМ

ПРИ КОНФЛИКТЕ: власть распределена равномерно между участниками	ПРИ БУЛЛИНГЕ: власть распределена неравномерно: есть перевес сил
дети — участники конфликта часто играют или чем-то занимаются вместе	дети — участники травли редко играют или чем-то занимаются вместе
действия происходят время от времени	действия травли регулярно повторяются и носят вредоносный характер
действия происходят непреднамеренно	действия являются намеренными и осуществляются сознательно
конфликты не несут серьёзной угрозы	буллинг представляет серьёзную угрозу нанесения психологического или даже физического вреда
мнения и позиции участников могут различаться, но конфликтующие стороны не хотят причинять друг другу вред	агрессора не интересует мнение и позиция жертвы, он воспринимает жертву как средство для самоутверждения и достижения своих интересов
обе конфликтующие стороны чувствуют эмоциональный дискомфорт	у жертвы отмечается бурная негативная эмоциональная реакция, буллер же получает удовольствие
за поведением стоит желание изменить отношения	за поведением стоит желание власти, контроля над другим человеком (реже - материальный интерес)
обе стороны испытывают угрызения совести, если сделали что-то не так; чувствуют ответственность за свои действия	у буллера нет угрызений совести, он никогда не считает, что делает что-то не так, - виновата всегда жертва
участники конфликта прилагают усилия, чтобы разрешить проблему	буллер не прилагает никаких усилий для решения проблемы (он заинтересован в ее сохранении)

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.

2. Цель, задачи, методы, направления работы.

Цель программы:

Создание безопасной психологической среды, - как важнейшей предпосылки минимизации проявлений буллинга и насилия в школе.

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. формирование в образовательном процессе нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся;

Основные группы методов профилактики социально-психологической службы :

- 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 повышение 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 буллинга.

Для определения ситуации буллинга и его последствий необходимо собрать информацию и провести клинико-психологическое обследования. 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.

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.

- 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.

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.

Основная цель профилактических мероприятий направлена на то, чтобы, помочь ребенку совладать 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 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 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.

3. План мероприятий по профилактике явлений буллинга (моббинга) на 2026-2027 год

№	Мероприятия	Сроки провед.	Ответственные
1.	Информирование педагогов – предметников и классных руководителей «Как выявить буллинг и реагировать на него».	Сентябрь	Соц.педагог Минигалина В.В.

2.	Подготовка раздаточных материалов (памятки, буклеты, стендовая информация) для всех субъектов образовательных отношений (обучающихся, педагогов, родителей) по проблеме буллинга;	В течение года	Соц. педагог Минигалина В.В.
3.	Психологическая диагностика : (наблюдение, анкетирование, тестирование) в контексте проблемы буллинга: • выявление детей, склонных к проявлению жестокости к другим обучающимся; • взаимоотношений в группе; • изучение личностного развития обучающихся с целью профилактики нарушений в развитии личности (толерантность, самооценка и уровень притязаний, тревожности, мотивации)	В течение года	Психолог НОО Минигалина В.В. Психолог ОО Топорищев М.С.
4.	Выступления на родительских собраниях по проблемным ситуациям: • Насилие в образовательной среде: что противопоставить жестокости и агрессии? • Буллинг или как не стать жертвой? • Детский буллинг (моббинг). Как защитить ребенка от травли?	По запросу	Соц.педагог Минигалина В.В.
5.	Семинар – практикум «Меры экстренного педагогического вмешательства: способы предотвращения (стратегии и техники) ситуация плохого поведения учащихся».	Февраль	Психолог НОО Минигалина В.В. Психолог ОО Топорищев М.С.
6.	Устный журнал (стендовая информация) по тематике буллинга	Один раз в квартал	Соц.педагог Минигалина В.В.
7.	Индивидуальные консультации педагога – психолога по профилактике конфликтных ситуаций в классном коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха.	В течение года	Психолог НОО Минигалина В.В. Психолог ОО Топорищев М.С.
8.	Цикл развивающих занятий по	Январь	Психолог НОО

	формированию навыков межличностного общения		Минигалина В.В. Психолог ОО Топорищев М.С.
9.	Пополнение методической копилки новыми формами работы по профилактике и предотвращению буллинга (моббинга)		Психолог НОО Минигалина В.В. Психолог ОО Топорищев М.С.
	Встреча с инспектором по делам несовершеннолетних на тему «Школьный буллинг как предпосылка противоправного поведения несовершеннолетних и его предупреждение».		Соц.педагог Минигалина В.В.

4. Оценка эффективности реализации Программы

Эффективность реализации программы профилактики буллинга в школе зависит от того, насколько она носит системный, а не эпизодический характер. Некоторые методы оценки:

- **Анкетирование** — выявление наличия или отсутствия ситуаций проявления буллинга в классах.
- **Наблюдение** — сбор и анализ информации об опыте, осведомлённости о феномене травли, наблюдение за поведением учеников, психологическое тестирование.
- **Анализ результатов** — например, выявление динамики показателей до и после формирующих воздействий и статистический анализ изменений.

Всего прошито, пронумеровано

и скреплено печатью 10

десять

листа(ов) Подпись Мерз

ФИО Менделеев В.В.

«27» августа 20 08 г.

