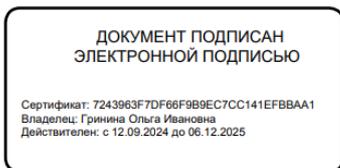


Комитет по образованию города Барнаула  
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 93»

РАССМОТРЕНО  
На педагогическом совете  
Протокол № 12 от  
«22» августа 2024 г



УТВЕРЖДАЮ:  
И. о. директора МБОУ «СОШ №  
93»  
О. И. Гринина.  
Приказ № 257-осн от 22.08.2024 г.

Программа профилактики буллинга  
МБОУ «СОШ № 93»

Разработал: Гринина О. И.  
руководитель отдела воспитания

## 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, снижению успеваемости, эмоциональным и психологическим проблемам.

В настоящее время проблеме исследования и профилактике буллинга уделяется большое внимание. И потому вопрос предупреждения ситуаций насилия в системе образования очень актуален. В связи со сложившейся ситуацией на образовательные организации ложится ответственность за проработку и устранение 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 учащихся.

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

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, кибербуллинг названия разновидностей этого опасного явления. И для того, что бы определить направления профилактической работы, субъекты воздействия, необходимо дифференцировать вышеуказанные понятия.

**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».

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 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, исключают подростка из круга общения, совместных занятий, игр, игнорируют и т.д. 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, добавилась возможности всемирной паутины - **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. Интернет травля отличается тем, что позволяет сохранять анонимность тех, кто травит.

Сегодня буллинг — это социальное явление, без которого не строится ни один детский коллектив. В любом классе, группе есть лидер, «среднячок» 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 счёт.

### **Причины буллинга.**

Ключевая характеристика класса с проявлениями буллинга – небезопасность каждого участника микросоциума. Ситуация травли разворачивается как дезадаптивная форма совладания со стрессом ученика, испытывающего тревогу, дискомфорт. Согласно мнению социологов, современная российская реальность популяризирует агрессивные способы подавления тревоги, разрешения проблем. Провоцирующими факторами буллинга в школе становятся:

- **Негармоничная иерархия.** При негармоничном распределении статусов в классе появляются роли «отверженных», «изолированных». Они становятся объектом насмешек, унижения, насилия со стороны более сильных, но эмоционально нестабильных учеников.

- **Социально-экономические перемены.** Мобильность современного общества, перенасыщенность информацией, отсутствие моральных устоев способствует проявлению агрессии. У подростков нет предпочитаемой модели поведения, возникает противоречивость действий, желаний.

- **Подростковый возраст.** Перестройка систем организма, гормональный дисбаланс приводят к реализации через агрессию. Если к такому поведению прибегает лидер, то обязательно присоединяются его последователи (особенность подросткового периода).

- **Жестокое обращение в семье.** Агрессоры – люди, пережившие насилие от родителей или других родственников, обладающих силой. Доминирует дисбаланс власти: старшие, более сильные, владеющие материальными благами члены злоупотребляют статусом, угрожают безопасности младших.

- **Педагогическое влияние.** Влияние учителя на класс может сформировать нездоровую атмосферу. Неуважительное отношение педагога, жесткая конкуренция, публичное порицание, оскорбление выступают причинами буллинга в школе.

- **Социально-экономический статус.** Установлено: дети из семей с низким доходом, отсутствием образования у родителей чаще становятся жертвами травли. Учащиеся из семей, где родители имеют высшее образование, оказываются более адаптированными к школьной среде, чувствуют себя комфортно в школе, редко становятся участниками ситуаций насилия.

### **Цель программы:**

- формирование в образовательном процессе нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся;
- повышение информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях;
- повышение ответственности родителей за действия, направленные против детей;

- воспитание у обучающихся уважения к правам человека, личности, как к неповторимой сущности человека;
- формирование у обучающихся адекватных представлений о правах человека и правилах поведения в опасных ситуациях.

Программа предусматривает решение следующих **задач**:

- 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;
- сотрудничество с правоохранительными органами, органами здравоохранения, социальной защиты и т.п.

**Основные группы методов** профилактики:

- методы, ориентированные на конкретных детей и подростков;
- методы, ориентированные на семейные отношения;
- методы, ориентированные на ближайшее окружение ребёнка (микросоциум).

**Направления работы:**

- диагностика психоэмоциональной среды
- программы формирования благоприятного психологического климата
- мероприятия, направленные на сплочение образовательного сообщества
- консультативно-образовательная работа с педагогическим составом и родителями;
- повышение психолого-педагогической компетентности взрослых (родителей, педагогов)

*Работа 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.

*Первичная профилактика* реализуется по трём направлениям:

- Создание условий недопущения буллинга.
- Скорейшее и грамотное разобщение ребенка со стрессовыми воздействиями.
- 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.

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.

#### План мероприятий.

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Изучить нормативно-правовые документы по профилактике явлений буллинга (моббинга) в образовательной среде Подготовить: - информационный материал по профилактике детского насилия и буллинга (моббинга) для размещения на сайте;	сентябрь	Руководитель отдела воспитания Социальный педагог Педагог - психолог

	- раздаточные материалы (памятки, буклеты, стендовую информацию) для всех субъектов образовательных отношений (обучающихся, педагогов, родителей) по проблеме буллинга; - организация «почты доверия»		
2	Совещание при директоре: «Организация работы по профилактике буллинга»	октябрь	Социальный педагог
3	Рассмотрение на педагогическом совете вопроса «Основные механизмы и проявления феномена буллинга и его влияние на процесс обучения детей»	ноябрь	Руководитель отдела воспитания
4	МО классных руководителей «Роль классного руководителя в профилактике буллинга в ученических коллективах»	ноябрь	Руководитель отдела воспитания
Мероприятия для родителей (законных представителей)			
5	Лекторий для педагогического коллектива на тему: «Буллинг, как социально-педагогическая проблема» - Нормативные основания и алгоритм действий педагогов в случае подозрения на возможный факт насилия в детском коллективе. - Буллинг в образовательной среде: как помочь ребенку побороть агрессию. Методы предотвращения буллинга. - Формирование личности ребенка как основа для противодействия насилию	В течение года	Педагог-психолог
6	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 Социальный педагог
7	Класные родительские собрания «Буллинг (моббинг) в детской среде» «Как предотвратить и преодолеть буллинг (моббинг)» «Буллинг (моббинг) – это не детская шалость» «Невидимый буллинг».	В течение года	Класные руководители
8	Анкетирование «Оценка уровня удовлетворительности образовательной средой»	март	Педагог-психолог Социальный педагог
Работа с обучающимися			
9	Информационные часы, беседы (примерная тематика). 7-11 лет:	В течение года	Класные руководители

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Законы сохранения доброты</li> <li>- Я не дам себя обижать.</li> <li>- Давайте жить дружно!</li> <li>- Мы против насилия.</li> <li>- Как защитить себя?</li> <li>- Как научиться жить без драки.</li> </ul> <p>12-15 лет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Бояться страшно. Действовать не страшно.</li> <li>- О правилах поведения и безопасности на улице.</li> <li>- Буллинг как стадный допинг.</li> <li>- Безопасное поведение.</li> <li>- Что такое агрессия?</li> <li>- Добро против насилия.</li> <li>- Как не стать жертвой насилия.</li> <li>- Способы решения конфликтов с ровесниками.</li> </ul> <p>16-18 лет</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Навыки саморегуляции.</li> <li>- Воспитание характера.</li> <li>- Предупреждение насилия и жестокости в жизни.</li> <li>- Как бороться с конфликтами.</li> <li>- Нравственный закон внутри каждого.</li> <li>- Моя жизненная позиция</li> </ul>		
10	<p>Стеновая информация, раздаточные материалы для обучающихся на темы: - Мы – против насилия!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Мы – против жестокого обращения!</li> </ul> <p>Книжные выставки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Относись к другому так, как ты хотел бы, чтобы относились к тебе.</li> </ul>	В течение года	Педагог-психолог Социальный педагог
11	Самообследование образовательной среды на предмет безопасности и комфортности	март	Руководитель отдела воспитания

### Заключение

Предупреждение буллинга (моббинга) в образовательной среде требует комплексного, систематического подхода к рассмотрению данной проблемы и реализации определенных профилактических мероприятий.

Буллинг (моббинг) – это сложноорганизованное явление, представленное целой совокупностью форм его проявления, что составляет основу для многоплановой разработки мероприятий. Знание основных личностных особенностей, возрастных характеристик участников буллинга (моббинга) позволяет выявить конкретные формы взаимодействия с ними, разработать тактику профилактической работы. Индивидуальная работа с учащимися должна быть организована на основании изученных особенностей поведения подростков в целом, их индивидуальных качеств и возможных психоповеденческих отклонений.

Профилактическая работа с данной проблемой должна начинаться с выявления причин и последствий буллинга (моббинга) в конкретной образовательной среде, так как они имеют четкую взаимосвязь и составляют совокупность асоциальных факторов девиации подростков. Самой распространенной причиной являются конфликтогенность в ученическом коллективе, а также отсутствие надлежащего контроля за ситуацией в группе со стороны педагога, в связи с чем подростки лишаются возможности развиваться физически и нравственно в психологически благоприятных условиях

Реализация программы профилактики буллинга (моббинга) должна осуществляться группой специалистов, профилактическая деятельность которых разграничена и определена в соответствии со спецификой деятельности каждого из них.

В настоящее время проблема буллинга (моббинга) еще недостаточно проработана как отечественными исследователями, так и на законодательном уровне.

Однако, данное явление существует в образовательной среде и требует разработки и реализации предупредительных мер. Необходим комплекс мероприятий, который будет направлен, прежде всего, на проработку системы отношений в детском коллективе, с учетом особенностей членов группы, на индивидуальную работу с каждым участником, а также на просвещение всех субъектов образовательных отношений (администрации, педагогического коллектива, родителей и учащихся) в рамках настоящей проблемы и в области разработки направлений профилактики буллинга (моббинга).

Главным принципом как в проведении профилактической работы в рамках проблемы буллинга (моббинга), так и в отношениях, в общении на разных уровнях должен стать «Не навреди!».

Очень точно отражает последствия буллинга (моббинга) данная притча: К Учителю подходит ученик и говорит: «Учитель, мне очень тяжело живётся, потому что меня обижают люди. И я подолгу обижаюсь на людей. Что мне делать?» Учитель дал ему мешочек с гвоздями и сказал: «Каждый раз, когда ты будешь обижаться, ты должен забивать один гвоздь в стену». В первый день в стену было вбито 26 гвоздей. На другой неделе мальчик научился сдерживать свой гнев, и с каждым днём число забиваемых в стену гвоздей стало уменьшаться. Мальчик понял, что легче контролировать свой темперамент, чем вбивать гвозди. Наконец пришёл день, когда мальчик ни разу не потерял самообладания. Он рассказал об этом своему Учителю и тот сказал: «Каждый день, когда тебе удастся сдержаться, ты можешь вытащить из стены один гвоздь». Шло время, и пришёл день, когда мальчик мог сообщить Учителю о том, что в стене не осталось ни одного гвоздя. Тогда Учитель взял его за руку и подвел к стене: «Ты неплохо справился, но ты видишь, сколько в стене дыр? Она уже никогда не будет такой как прежде. Когда говоришь человеку что-нибудь злое, у него остается такой же шрам, как и эти дыры. И не важно, сколько раз после этого ты извинишься - шрам останется. Словесный шрам такой же болезненный, как и физический». «А что же мне делать с отверстиями в стене, которые остались после гвоздей?», - спрашивает ученик. Учитель ответил: «А вот с ними тебе придётся жить всю жизнь».

Феномен буллинга присутствует в повседневной жизни. Мы сталкиваемся с ним не только в образовательном учреждении, но и во взрослой жизни. Злоба, зависть, ненависть, раздражение всегда способствуют возникновению буллинговых ситуаций.

Поэтому нам всем необходимо научиться противостоять моральному и физическому давлению, чтобы не оставалось «шрамов после гвоздей».