

Утверждаю:

Директор МБОУ «ОЦ №7»

Майкопского района

Репникова О.А.

Приказ № 112 от 20.08.2025г.



ПРОГРАММА

по профилактике буллинга (травли) и кибербуллинга

Цель антибуллинговой программы:

- формирование в образовательном процессе нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся;
- повышение информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях травли;
- повышение ответственности родителей за действия, направленные против детей;
- воспитание у обучающихся уважения к правам человека, личности, как к неповторимой сущности человека;

Задачи программы:

- 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 профилактической работы в рамках антибуллинговой программы:

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

В соответствии с поставленной целью основными направлениями антибуллинговой программы в МБОУ «ОЦ №7» выступают:

- нормативно-правовое;
- диагностическое;
- информационно-просветительское;
- профилактическое;
- коррекционно-развивающее;
- методическое;
- консультативное.

Диагностическое направление

Задача	Сбор и анализ информации об опыте, осведомленности о феномене травли (буллинга), кибербуллинга, об обучающихся; наблюдение за поведением учеников; психологическое тестирование
Содержание	Диагностика межличностных отношений в целях выявления социального статуса и иерархической позиции обучающихся внутри группы. Выявление дисфункциональных отношений в группе, характеризующихся возникновением ситуативных конфликтов активного и агрессивного характера, ситуаций непосредственной активной травли. Диагностика. Деформации индивидуально-психологических характеристик жертвы и инициатора травли (буллинга). Безопасность образовательной среды

Формы реализации	Опрос; анкетирование; применение формализованных психолого-педагогических методик диагностики
-------------------------	---

Коррекционно-развивающее направление

Задача	Развитие и совершенствование у обучающихся навыков саморегуляции, самоконтроля; обучение конструктивным действиям в конфликтных ситуациях; развитие коммуникативных навыков (эффективная коммуникация), помощь в определении и постановке жизненных целей
Содержание	Организация курса внеклассной (внеурочной) деятельности, направленного на формирование и развитие ключевых компетенций личности для процесса социализации (коммуникабельность, рефлексия, эмпатия). Организация коррекционно-развивающих занятий для обучающихся, испытывающих трудности в адаптации. Содействие преодолению дезадаптивных периодов, преодоление последствий травли (буллинга) в жизни обучающихся посредством групповых коррекционно-развивающих занятий. Работа по сплочению классных коллективов, по оптимизации межличностных взаимоотношений, развитию коммуникативных умений и навыков устойчивости, бесконфликтного общения, эмоционального интеллекта
Формы реализации	Методы активного социально-психологического обучения, тренинги, когнитивно-поведенческая коррекция, арт-терапевтические техники

Информационно-просветительское направление

Задача	Психолого-педагогическое и правовое просвещение обучающихся. Информирование обучающихся о последствиях агрессивного поведения, об уголовной и административной ответственности. Информирование родителей об особенностях подросткового возраста, методах воспитания. Информирование педагогического состава об особенностях обучающихся, эффективных приемах взаимодействия, возможных отклонениях поведения
Содержание	Развитие уровня психологической грамотности субъектов образовательных отношений. Распространение и расширение представлений об агрессивном поведении и его последствиях, ответственности, возрастных особенностях, методах

	воспитания, эффективных приемах взаимодействия
Формы реализации	Лекции, родительские собрания, распространение информационных материалов (буклетов, плакатов, социальная реклама)
Профилактическое направление	
Задача	Приобщение обучающихся к полезному досугу и здоровому образу жизни; гармонизация психологического климата среди обучающихся в образовательном процессе, развитие эмпатии
содержание	Предотвращение возникновения тех или иных проблем у обучающихся, предупреждение травли (буллинга). Профилактика отклоняющегося поведения, предполагающая внедрение системы общих и специальных мероприятий на различных уровнях социальной организации: общегосударственном, правовом, общественном, педагогическом, социально-психологическом. Профилактика, направленная на устранение неблагоприятных факторов, вызывающих определенное явление, а также на повышение устойчивости личности к влиянию этих факторов. Профилактика, также направленная на предупреждение рецидивов у лиц с уже сформировавшимся девиантным поведением
Формы реализации	Индивидуальное консультирование родителей по вопросам детско-родительских отношений, формирование единого профилактического пространства в образовательной среде путем объединения усилий всех участников профилактического процесса для обеспечения комплексного системного воздействия на целевые группы профилактики. Мониторинг состояния организации

профилактической деятельности в образовательной среде и оценка ее эффективности.

Формирование социально-значимых знаний, ценностных ориентаций, нравственных представлений и форм поведения у обучающихся.

Мероприятия по психологической поддержке и развития позитивно ориентированных интересов, досуга и здоровья

Методическое направление

Задача

Повышение уровня методического сопровождения деятельности педагогического состава

Содержание

Подбор и разработка наиболее эффективных методов психолого-педагогической диагностики, коррекции и развития. Подготовка материалов для просветительской деятельности (наглядные пособия, видеоролики, инфографика и др.). Повышение уровня собственной профессиональной компетентности

Формы реализации

Изучение психолого-педагогической литературы; обмен опытом посредством посещения методических объединений, конференций, круглых столов

Консультативное направление

Задача

Оказание помощи и поддержки обучающимся, педагогам и родителям по вопросам организации психолого-педагогического сопровождения

Содержание

Консультирование обучающихся по вопросу развития необходимых качеств, навыков и социальных компетенций для успешной реализации социальной адаптации в целях гармонизации межличностных отношений. Консультирование педагогов и родителей по вопросу дезадаптации и отклонений в процессе социализации

Формы реализации

Индивидуальные и групповые консультации

Основные формы и виды профилактических мероприятий в рамках антибуллинговой программы.



**План мероприятий
по профилактике буллинга и кибербуллинга на 2025-2026 учебный год
в
МБОУ «ОЦ №7»**

Цель: создание благоприятных условий для успешной социализации и развития каждого ребенка, сохранения физического, психического и социального здоровья.

Задачи:

- оказание компетентной помощи педагогам и родителям в вопросах обучения и воспитания;
- предупреждение возникновения явлений отклоняющегося поведения у обучающихся;
- развитие коммуникативных навыков, формирование ответственного отношения у подростков к своим поступкам;
- обучение навыкам мирного разрешения конфликтов.

№ п/п	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
<i>Нормативно-правовое и информационное обеспечение мероприятий, определяющих профилактику буллинга и кибербуллинга</i>			
2.	Разработать: • комплексный план мероприятий по профилактике буллинга и кибербуллинга на 2025-2026 учебный год; • методические материалы (рекомендации для педагогов и родителей, классные часы, беседы, тренинги и пр.) в рамках реализуемого плана мероприятий.	Август- сентябрь	Заместитель директора по ВР
3.	Изучить нормативно-правовые документы по профилактике явлений буллинга и кибербуллинга в образовательной среде.	В течение года	Зав. библиотекой
4.	Подготовить: • раздаточные материалы (памятки, буклеты, стендовую информацию) для всех субъектов образовательных отношений (обучающихся, педагогов, родителей) по проблеме буллинга и кибербуллинга.	Сентябрь- октябрь	Ответственный педагог-психолог
5.	Пополнить библиотечный фонд ОУ литературой по профилактике и предотвращению буллинга и кибербуллинга.	В течение года	Зав. библиотекой
6.	Организовать работу «почты доверия» для сообщения случаев буллинга и кибербуллинга.	В течение года	Ответственный педагог-психолог
<i>Организационно-педагогическая и научно-методическая работа с педагогическим коллективом</i>			
1.	Совещание: «Планирование «Месячника безопасности детей» («Внимание дети!», профилактическая операция «Подросток»)	Сентябрь	Заместитель директора по ВР

2.	Производственное совещание «Основные механизмы и проявления феномена буллинга и кибербуллинга».	Октябрь	Заместитель директора по ВР
3.	Совещания «Анализ профилактической работы классных руководителей по предупреждению правонарушений и преступлений среди несовершеннолетних» Консультации для классных руководителей.по темам: • распространенность и особенности проявления буллинга и кибербуллинга в группах обучающихся ОУ; • буллинг и кибербуллинг: актуальность, состояние проблемы и психологическое сопровождение жертв буллинга и кибербуллинга; • роль педагога в профилактике буллинга и кибербуллинга в ученических коллективах.	Ноябрь	Заместитель директора по ВР педагог-психолог
4.	Пополнение методической копилки новыми формами работы по профилактике и предотвращению буллинга и кибербуллинга.	В течение уч.года	Зав. библиотекой
5.	Лекторий для педагогического коллектива на тему: «Буллинг как социально-педагогическая проблема»: Лекция 1. Буллинг как форма насилия в ученическом коллективе. Лекция 2. Буллинг: причины и последствия. Лекция 3. Буллинг как дискриминация прав ребенка на образование. Лекция 4. Как педагогу противостоять травле детей.	В течение года	Заместитель директора по ВР
6.	Семинары, круглые столы, деловые игры, тренинги для педагогов на темы: • Нормативные основания и алгоритм действий педагогов в случае подозрения на возможный факт насилия в детском коллективе. •Буллинг и кибербуллинг в образовательной среде: как помочь ребенку побороть агрессию. Методы предотвращения. • Формирование личности ребенка как основа для противодействия насилию.	В течение года	Заместитель директора по ВР педагог-психолог
7.	Конкурс методических разработок, программ, сценариев внеурочных мероприятий по профилактике буллинга и кибербуллинга в детской среде.	Март	Заместитель директора по ВР
8.	Групповые консультации 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?	В течение года	Ответственный педагог-психолог

9.	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	Заместитель директора по ВР педагог-психолог
<i>Работа с родителями обучающихся</i>			
1.	Общее родительское собрание в рамках месячника безопасности.	Сентябрь	Заместитель директора по ВР педагог-психолог
2.	Родительские собрания в группах: • О правах ребенка на защиту от любой формы насилия. • Как предотвратить и преодолеть буллинг и кибербуллинг?	Октябрь	Заместитель директора по ВР классные руководители
3.	Устный журнал (стендовая информация): • Буллинг – это не детская шалость. • Невидимый буллинг. • Психологический дискомфорт обучающихся в образовательной среде: причины, проявления, последствия и профилактика • Буллинг, изгои, отверженные – одна проблема?	В течение года	Классные руководители
4.	Книжная выставка в библиотеке «В помощь родителям о профилактике буллинга и кибербуллинга детей и подростков».	Февраль	Зав. библиотекой
5.	Индивидуальные консультации педагога-психолога по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха.	В течение года	педагог-психолог
7.	Психологическая диагностика в контексте проблемы буллинга и кибербуллинга: • Анкетирование «Как я воспитываю своего ребенка?» • Анкетирование «Оценка уровня удовлетворительности образовательной средой.»	Апрель Май	педагог-психолог
<i>Информационное, организационно-кадровое и психолого-педагогическое обеспечение профилактики и предотвращения буллинга и кибербуллинга обучающихся</i>			

.	Информационные часы, беседы. <u>Примерная тематика:</u> <u>7-11 лет:</u> • Законы сохранения доброты. • Я не дам себя обижать. • Наш Центр живет без насилия. • Давайте жить дружно! • Мы против насилия. Как защитить себя? • Будем добрыми. • Как я отношусь к насилию. • Как научиться жить без драки. <u>12-16 лет:</u> • Бояться страшно. Действовать не страшно. • О правилах поведения и безопасности на улице. • Буллинг как стадный допинг. • Безопасное поведение. • Что такое агрессия? • Добро против насилия. • Как не стать жертвой насилия. • Способы решения конфликтов с ровесниками.	В течение года	Классные руководители
2.	Просмотр и обсуждение художественных фильмов, раскрывающих тему буллинга	В течение года	Классные руководители
3.	Читательские конференции по книгам, раскрывающим проблему буллинга и кибербуллинга:	В течение года	Зав. библиотекой
4.	Информационный вестник (стендовая информация, раздаточные материалы) для обучающихся на темы: • Мы – против насилия! • Мы – против жестокого обращения!	Октябрь Март	Зав. библиотекой
5.	Книжные выставки: • Буллинг как этическая проблема. • Относись к другому так, как ты хотел бы, чтобы относились к тебе. • Детство, свободное от жестокости. • Скажем «Нет» равнодушию к детскому насилию.	Сентябрь Ноябрь Январь Апрель	Зав. библиотекой
6.	Самоисследование образовательной среды на предмет безопасности и комфортности.	Сентябрь	педагог-психолог
7.	Психологическая диагностика (наблюдение, анкетирование, тестирование) 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 (толерантность, самооценка и уровень притязаний,	В течение года	педагог-психолог

	тревожности, мотивации).		
8.	Цикл развивающих занятий по формированию навыков межличностного общения: • Стилль поведения. Умеем ли мы общаться? • Профилактика насилия в подростковом сообществе • Стратегии безопасного поведения • Недопустимость насилия и жестокости в обращении со сверстниками	В течение года	педагог-психолог
9.	Контрольно-оценочная деятельность в целях проверки информационной доступности правил поведения и нормативных документов по профилактике буллингаи кибербуллинга.	Май	педагог-психолог
10.	Информационная акция «Нет насилию!»	Апрель	Классные руководители
11.	Индивидуальные консультации обучающихся (по результатам диагностики, общение со сверстниками, детско-родительские отношения, конфликты).	В течение года	педагог-психолог классные руководители

Приложения

Приложение 1

Алгоритм действий специалистов МБОУ «ОЦ №7» в случае выявления случаев травли (буллинга)

Педагог должен проанализировать ситуацию, осознать степень ее опасности, а также оценить, способен ли он разрешить проблему своими силами (без привлечения ПДН).

На первом этапе педагог (с привлечением педагога-психолога) должен поговорить с объектом травли (буллинга), узнать у него, как именно реализуется травля в отношении него. Педагогу необходимо учитывать тяжелое психоэмоциональное состояние ребенка, беседа должна быть мягкой, но содержательной. Если объект травли (буллинга) неконтактен, педагог на основании имеющейся у него информации должен поговорить с его друзьями/приятелями.

Удостоверившись в существовании травли (буллинга), педагог должен незамедлительно проинформировать родителей/законных представителей объекта травли (буллинга) о проблемной ситуации, возникшей у их ребенка, а также поставить в известность руководство учебного учреждения. Все дальнейшие действия педагога должны быть согласованы с родителями/законными представителями и руководством.

На следующем этапе должны быть обнаружены субъекты травли (буллинга). Если данные лица также являются обучающимися, в известность должны быть поставлены их родители/законные представители. Дальнейшее разрешение проблемы зависит от мотивации и понимания серьезности ситуации всеми ее участниками. При невозможности разрешения проблемы педагогом/руководством учреждения должны быть привлечены сотрудники ПДН.

Если у педагога имеются основания полагать, что обучающийся подвергается буллингу со стороны родителей, а сам обучающийся не идет на контакт, к разрешению проблемной ситуации также незамедлительно должны быть подключены сотрудники полиции.

Алгоритм психологического консультирования по запросу, связанному с буллингом в МБОУ «ОЦ №7» (обращение от ребенка).

1. Обращение учащегося с запросом оказания помощи в ситуации школьного буллинга.
2. Установите контакт с пострадавшим. Проявите сочувствие и сопереживание, помогите ребенку в выражении чувств.
3. Соберите информации о ситуации буллинга, рисках, угрозе физическому благополучию ребенка.
4. Проработайте эмоциональные реакции на буллинг. Стабилизируйте негативное эмоциональное состояние.
5. Оцените способы, которые ребенок уже применял для решения ситуации. Обсудите варианты привлечения взрослых для решения ситуации.
6. Окажите помощь в определении путей решения проблемы, помогите найти выход из ситуации буллинга. Обучите жертву буллинга техникам противостояния агрессорам. Составьте план безопасности.
7. Обсудите возможность обсуждения ситуации с классным руководителем для комплексной работы со всем классом (с помощью родителей или самостоятельно).
8. Уточните возможности сбора фактов при физическом насилии: сфотографировать повреждения, обратиться в травпункт для снятия побоев.
9. Обсудите техники ассертивного поведения: техника «Я- высказывание», техника «Уважительный отказ», техника «Раскол манипуляций».
10. Предложите к использованию техники расслабления и спокойствия в стрессовой ситуации: дыхательные техники, способы физической релаксации.
11. Подведите итоги беседы, резюмируйте выбранные решения.
12. Мотивируйте пострадавшего на получение дальнейшей психологической помощи. Информируйте о службах психологической помощи вне образовательной организации.

Методика «Без обвинений».

Основная работа педагога состоит в проведении регулярных бесед со всеми участниками ситуации. Главным объектом методики является жертва. Поговорить с ней нужно в первую очередь и делать это нужно правильно.

Цель этой беседы в том, чтобы выяснить, что происходит, кто участвует в травле, а также с кем, возможно, у жертвы еще есть хорошие отношения и каковы собственные ресурсы жертвы по урегулированию ситуации.

На основе информации, полученной в этой беседе, впоследствии специалист, применяющий методику «Без обвинений», вместе с классным руководителем формирует группу помощников.

Этапы методики.

Первый этап—подготовка.

- Первый разговор с жертвой
- Разговор с родителями жертвы
- Информирование и подготовка других учителей.

Второй этап—проведение.

- Встреча с группой помощников
- Объяснить помощникам, в чем проблема, никого не обвинять и не дискутировать по поводу прошлого, никого не наказывать, а вместе взять на себя ответственность за происходящее: что может сделать каждый человек из группы?
- Второй разговор с жертвой примерно через неделю.
- Следующие беседы с каждым из членов группы; затем, возможно, повторные беседы –индивидуальные или с группой.

Заключительный этап—праздник, возможно, даже с вручением диплома— примерно через 2 месяца.

Последующие действия—«держать руку на пульсе».

Поддерживать контакт с жертвой и ее семьей, регулярно осведомляться о том, как развивается ситуация у затронутого буллингом ребенка.

Вопросы для проведения интервью с жертвой травли:

- Сколько времени уже длится эта ситуация?
- Что тебе пришлось пережить? В какой форме осуществлялись притеснения? Что конкретно происходило? Что тебя больше всего задевало / ранило?
- Кто в этом участвовал?
- Как эти нападки повлияли на тебя? Что ты ощущал?
- Какой была твоя жизнь в это время?
- Пытался ли ты что-то против этого предпринять? Что и когда?

- Как обстояли дела с аппетитом, сном, сновидениями, здоровьем и т.д.?
- Оцени степень своего отчаяния(чувства безнадежности ситуации, своей беспомощности): [0 --- 5 --- 10].
- Какова степень твоей уверенности в себе/веры в лучшее:[0---5---10].
- Думал ли ты о том, что больше не можешь это выдерживать? Какие мысли у тебя были о том, что ты мог бы в этой ситуации сделать?
- Чего бы ты хотел (твое желание)? По каким признакам ты мог бы определить, что тебе стало лучше?
- Что должно было бы произойти, чтобы в школе, в классе, на переменах, по дороге в школу тебе стало лучше?
- Как ты думаешь, что ты сам мог бы сделать, чтобы изменить свою ситуацию к лучшему?
- Есть ли еще что-то важное, о чем ты хотел бы сказать?

Чек-лист для оценки эффективности реализации антибуллинговой программы образовательного учреждения

№ п/п	Мероприятия	Оценка (Да / Нет)
1	Совет официально принял антибуллинговую программу, соответствующую требованиям по реализации антибуллинговой политики.	
2	Антибуллинговая программа опубликована на сайте школы, и родители обучающихся были проинформированы о ее публикации	
3	Антибуллинговая программа была представлена персоналу школы, обсуждена и принята в рамках педагогического совета.	
4	Персонал школы разделяет принципы, изложенные в антибуллинговой программе, и готов к реализации профилактических мероприятий и процедур, закрепленных в ней.	
5	Антибуллинговая программа была обсуждена с учащимися школы.	
6	В антибуллинговой программе зафиксированы превентивные меры профилактики школьной травли, реализуемые образовательной организацией.	
7	В антибуллинговой программе зафиксированы меры вмешательства в ситуации травли.	
8	По итогам реализации антибуллинговой программы была оценена эффективность процедур профилактики и вмешательства.	
9	Учителя и иной персонал школы ведут учет эпизодов травли согласно требованиям по реализации антибуллинговой политики.	
10	Управляющий совет получал промежуточные отчеты по реализации антибуллинговой программы школы.	

- 11 Управляющим советом была проведена аналитика внедрения программы в начале года и был осуществлен разбор случаев работы с эпизодами травли.
- 12 Получал ли управляющий совет или администрация школы жалобы со стороны родителей, касающиеся хода реализации антибуллинговой программы?
- 13 Получали ли управляющий совет или администрация школы жалобы со стороны родителей, касающиеся неудовлетворенности родителей применяемыми мерами вмешательства в ситуации травли?
- 14 Были ли на основе анализа поступившей информации выделены основные проблемы и наиболее распространенные виды травли?
- 15 Выделены ли направления изменения и улучшения антибуллинговой программы школы?

Подбор произведений художественной литературы для проведения мероприятий

в рамках антибуллинговой программы.

- 1 Паласио Ракель. Чудо
- 2 Сережкин А. Ученик
- 3 Вильке Д. Грибной дождь для героя
- 4 Пиколт Дж. Девятнадцать минут
- 5 Рис Г. Мыши
- 6 Тор А. Правда или последствия
- 7 Кауфман Б. Вверх по лестнице, ведущей вниз
- 8 Кэндзио Хайтани. Взгляд кролика
- 9 Моска Дж. Воспоминания о школе
- 10 Макклин Гр. Самая прекрасная земля на свете
- 11 Экстенс Г. Вселенная против Алекса Вудса
- 12 Арутюнянц К. Я плюс все
- 13 Перлова Е. Танцы, огурцы и большие мечты
- 14 Доцук Д. Мандариновая пора
- 15 Габова Е. Не пускайте рыжую на озеро
- 16 Шолохова Е. Зарница
- 17 Павлова И. Прикоснись к химере»
- 18 Лавряшина Ю. Прощай, Ко Бра!»
- 19 Штомпель А. Игра в пазлы, или Девочка из Грозного
- 20 Бессонова М. Башня падает
- 21 Амраева А. Я хочу жить!
- 22 Романова Л. Люди крыш
- 23 Лубенец С. Любовь не красит жизнь мою
- 24 Лазаренская М. Северный ветер дул с юга
- 25 Шолохова Е. Запретная земля
- 26 Крюкова Т. Ведьма
- 27 Раин О. Отроки до потопа
- 28 Шолохова Е. Плохой, жестокий, самый лучший
- 29 Шолохова Е. Ниже бездны, выше облака
- 30 Шолохова Е. Звезда
- 31 Свичкарь Т. И сколько раз бывали холода

Книги для взрослых по проблеме буллинга

- 1 Цымбаленко Н. Буллинг. Как остановить травлю ребенка
- 2 Моторина С. Травля: со взрослыми согласовано
- 3 Морено Элой. Невидимка
- 4 Мэтьюз Эндрю. Как остановить травлю?
- 5 Гийу Ян. Зло