

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №594  
Московского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ



И.о. директора ГБОУ школа №594

Г.В. Дубровская

*Г.В. Дубровская*

**Рабочая программа  
по профилактике травли (буллинга) среди  
несовершеннолетних  
ГБОУ школа № 594  
на 2025-2026 учебный год**

Составитель: Миминошвили Темури Дурмишханович  
педагог - психолог

г. Санкт-Петербурга, 2025 г.



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Актуальность проблемы

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. И потому вопрос предупреждения ситуаций насилия в системе образования очень актуален, как во всем мире, так и в России. По данным ООН насилию в образовательной организации подвергается каждый десятый школьник в мире, и этот показатель ежегодно растет. В России ежегодно в среднем до 30% молодых людей в возрасте от 14 до 24 лет подвергаются насилию в той или иной форме. В группу повышенного риска по частоте буллинга попадают дети 11 -12 лет: 28% детей этого возраста, по меньшей мере, один раз подвергались обидам и унижениям за последние 12 месяцев. Обращает на себя внимание тот факт, что в России субъектов буллинга (обидчиков) в 2 раза больше, чем в среднем по европейским странам. Примерно пятая часть всех случаев насилия в отношении подростков и молодых людей совершается в системе образования.

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.

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, 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, подразывание, 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. 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. Обидчики — булли — чрезвычайно изобретательны.

Обидчиками могут быть и девочки-подростки, ибо буллинге 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.



**Хейзинг** (англ. *hazing*) — неформальные ритуальные насильственные обряды, исполняемые при вступлении в определенную группу, и для дальнейшего поддержания иерархии в этой группе. В большей степени хейзинг характерен для закрытых (военизированных, спортивных, интернатных, и др.) учреждений.

**Хейзинг** – это неуставные отношения в коллективе, например, известная у нас «дедовщина».

**Хейзинг** встречается и в обычных образовательных учреждениях, особенно, если при них есть общежития. Новичкам одноклассники или учащиеся более старших классов (курсов) навязывают унижающие достоинство различные действия, например, публично пройтись раздетым, вымыть пол в туалете зубной щеткой и т.д.

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 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 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.

### **Цель, задачи, методы, направления работы.**

#### **Цель программы:**

1. формирование в образовательном процессе нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся;
2. повышение информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях;
3. повышение ответственности родителей за действия, направленные против детей;
4. воспитание у обучающихся уважения к правам человека, личности, как к неповторимой сущности человека;
5. формирование у обучающихся адекватных представлений о правах человека и правилах поведения у опасных ситуациях.

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

#### **Основные группы методов профилактики:**

- 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 повышения психолого-педагогической компетентности взрослых (родителей, педагогов)

### 3. Направления работы с учащимися

- консультативно-коррекционная работа с детьми, подвергшимся 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 обследование. 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.

- 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.

*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.

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 по профилактике буллинга.**

**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:</i> |  |                   |                                |
| 1.   | 1. Утвердить на методическом совете программу профилактики буллинга на учебный год   | сентябрь          | зам. директора по УВР          |
|  | 2. Разработать:  |                   |                                |
|  | • комплексный план мероприятий по профилактике и предотвращению буллинга на учебный год;   | сентябрь          | педагог-психолог               |
|  | • методические материалы (рекомендации для педагогов и родителей, классные часы, беседы, тренинги и пр.) в рамках реализуемого плана мероприятий   | в течение уч.года | педагог-психолог               |
|  | 1. Изучить нормативно-правовые документы по профилактике явлений буллинга (моббинга) в образовательной среде<br>2. Подготовить:  | сентябрь-октябрь  | Педагог-психолог               |
|  | • информационный материал по профилактике детского насилия и буллинга (моббинга) для размещения на сайте;<br>• раздаточные материалы (памятки, буклеты, стендовую информацию) для всех субъектов образовательных отношений (обучающихся, педагогов, родителей) по проблеме буллинга; | октябрь           | Ответственный за школьный сайт |
|  | 1. Организовать работу «почты доверия» для сообщения случаев буллинга  | сентябрь          | педагог-психолог               |
| <i>Организационно-педагогическая и научно-методическая работа с педагогическим коллективом</i>           |  |                   |                                |



|    |  |                         |                       |
|----|--|-------------------------|-----------------------|
| 1. | 1. Совещание:<br>«Организация работы по профилактике буллинга.<br>Педагогический совет: «Основные механизмы и проявления феномена буллинга и его влияние на процесс обучения детей в условиях дополнительного образования» | сентябрь<br><br>октябрь | зам. директора по УВР |
|    | 3. Совещание при заместителе директора по работе по темам:   |                         | зам. директора по УВР |
|    | • распространенность и особенности проявления буллинга в группах обучающихся;  | ноябрь                  | педагог-психолог      |
|    | • буллинг: актуальность, состояние проблемы и психологическое сопровождение жертв буллинга;  | январь                  | педагог-психолог      |
|    | • роль педагога в профилактике буллинга в ученических коллективах;   | март                    | педагог-психолог      |
|    | • анализ работы педагогического коллектива по профилактике детского насилия и буллинга за учебный год  | май                     | зам. директора по УВР |
|    | 1. Пополнение методической копилки новыми формами работы по профилактике и предотвращению буллинга   | в течение уч.года       | педагог-психолог      |
|    | 2. Лекторий для педагогического коллектива на тему: «Буллинг как социально- педагогическая проблема»:  | в течение уч.года       | зам. директора по УВР |
|    | Лекция 1. Буллинг как форма насилия в ученическом коллективе.  |                         |                       |
|    | Лекция 2. Буллинг: причины и последствия   |                         |                       |
|    | Лекция 3. Буллинг как дискриминация прав ребенка на образование  | в течение уч.года       |                       |
|    | Лекция 4. Как педагогу противостоять травле детей<br><br>1. Семинары, круглые столы, деловые игры, тренинги для педагогов на темы:   | (на каникулах)          |                       |
|    | • Нормативные основания и алгоритм действий педагогов в случае подозрения на возможный факт насилия в детском коллективе.  | в течение уч.года       | зам. директора по УВР |
|    | • Буллинг в образовательной среде: как помочь ребенку побороть агрессию. Методы предотвращения буллинга  | в течение уч.года       | зам. директора по УВР |



|  |   |                    |                       |
|--|---|--------------------|-----------------------|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Формирование личности ребенка как основа для противодействия насилию</li> </ul>  |                    | зам. директора по УВР |
|  | 1. Конкурс методических разработок, программ, сценариев внеурочных мероприятий по профилактике буллинга в детской среде   | октябрь            |                       |
|  | 2. Групповые консультации по проблемным ситуациям:  | декабрь            | педагог-психолог      |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Насилие в образовательной среде: что противопоставить жестокости и агрессии?</li> </ul>  | февраль            |                       |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Буллинг или как не стать жертвой?</li> </ul>   |                    |                       |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Детский буллинг. Как защитить ребенка от травли?</li> </ul>  | в течение уч. года | педагог-психолог      |
|  | 1. Индивидуальные консультации педагогов по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха  |                    |                       |
| <b>Работа с родителями обучающихся</b> |   |                    |                       |
| 1.                                     | 1. Общее родительское собрание «Буллинг (травля) в детской среде»   | октябрь            | зам. директора по УВР |
|  | 2. Родительские собрания в классах:   |                    |                       |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>О правах ребенка на защиту от любой формы насилия.</li> </ul>  | октябрь            | Классные руководители |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Как предотвратить и преодолеть буллинг (травля)?</li> </ul>  | апрель             | Классные руководители |
|  | 1. Устный журнал (стендовая информация):  | 1 раз в квартал    | педагог-психолог      |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Буллинг (травля) – это не детская шалость.</li> <li>Невидимый буллинг.</li> <li>Психологический дискомфорт обучающихся в образовательной среде: причины, проявления, последствия и профилактика</li> <li>Буллинг, изгой, отверженные – одна проблема?</li> </ul> | в течение уч.года  | Педагог-психолог      |
|  | 1. Книжная выставка в библиотеке «В помощь родителям о профилактике буллинга (травли) детей и подростков»:  | в течение уч.года  | педагог-психолог      |





|   |                                    |                  |
|---|------------------------------------|------------------|
| 2. Психологический практикум «Психология поведения жертвы буллинга (травли)»  | апрель                             | педагог-психолог |
| 3. 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 уч. года<br>(по запросу) | педагог-психолог |
| 4. Психологическая диагностика в контексте проблемы буллинга:   | ноябрь                             | педагог-психолог |
| • Анкетирование «Как я воспитываю своего ребенка»   | март-апрель                        | педагог-психолог |





## Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

|                      | Организация, сотрудник  | Доверенность: рег. номер, период действия и статус  | Сертификат: серийный номер, период действия   | Дата и время подписания   |
|----------------------|---|---|---|---|
| Подписи отправителя: |  ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 594 МОСКОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА<br>Дубровская Гелена Владимировна<br>исполняющий обязанности директора |  Не требуется для подписания | 3991ACC5094634D41C3634DE2<br>103F2C9<br>с 29.09.2025 14:33 по<br>23.12.2026 14:33 GMT+03:00 | 15.05.2026 20:57 GMT+03:00<br>Подпись соответствует файлу документа |