

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение города Калининграда
средняя общеобразовательная школа №5



Утверждено:
Директором школы
МАОУ СОШ №5
/А.В. Коровин/
« 6 » 12 2024 г.

Программа
по профилактике явлений буллинга

Составил
Педагог-психолог
Чубукова А.С.

г. Калининград

2024-2025 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность проблемы.

В современных школах буллинг остается одной из наиболее острых и актуальных проблем, затрагивающих психологическое, эмоциональное и физическое здоровье учащихся. По данным исследований, около 30% школьников сталкиваются с буллингом в той или иной форме, что серьезно влияет на их успеваемость, самооценку и общую мотивацию к учебе. Агрессивное поведение проявляется не только в непосредственном физическом воздействии, но и в виде психологического доверия, унижений, кибербуллинга, социальной изоляции и шантажа.

С развитием цифровых технологий буллинг все чаще перемещается в виртуальное пространство. Социальные сети, мессенджеры и игровые платформы становятся инструментами для нападок и унижений. Кибербуллинг, в отличие от традиционных форм агрессии, имеет более разрушительные последствия, так как преследование может происходить круглосуточно и в более широкой аудитории, что усиливает психологическое давление на жертву.

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, поддразнивание, 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.

Последствия буллинга для жертвы и агрессора.

Жертвы буллинга часто страдают от хронического стресса, тревожных расстройств, депрессии и в ряде случаев могут склоняться к самоубийству. Дети, подвергшиеся буллингу, нередко замыкаются в себе, теряют интерес к учебе и социальной жизни, испытывают трудности в общении. Однако агрессоры также подвергаются негативным последствиям. Без своевременной коррекции их агрессивное поведение может перерасти в серьезные проблемы в будущем, такие как антисоциальное поведение, участие в криминальной деятельности и неспособность к построению здоровых отношений.

Несмотря на усилия педагогов и родителей, многие случаи буллинга остаются незамеченными или недостаточно рассмотренными. Это связано как с боязнью жертв заявить о случившемся, так и с отсутствием четких механизмов идентификации и борьбы с буллингом в некоторых школах. Часто дети скрывают факт буллинга от страха возмездия или чувства стыда, что делает проблемы еще более скрытой и опасной.

Исследования показывают, что буллинг распространен во всех странах мира, независимо от уровня их экономического развития. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) сообщает, что до 50% подростков в некоторых странах сталкиваются с различными формами агрессии в школе. Эти данные свидетельствуют о глобальном масштабе проблемы и необходимости системного подхода к ее решению.

Профилактика буллинга требует целостного подхода, включающего образовательные программы, психологическую помощь, вовлечение всех участников школьного процесса и работу с семьей. Важно не только выявлять и решать конкретные случаи агрессии, но и создавать общую культуру уважительного и безопасного общения среди учащихся. Тренировки навыков эмпатии, толерантности и ненасильственного разрешения конфликтов должны стать частью образовательной программы школ.

Таким образом, программа профилактики буллинга направлена на решение данной проблемы через просвещение, мониторинг, профилактические меры и оказание своевременной помощи. Основная цель — создание безопасной среды, где каждый ребенок чувствует себя защищенным и уважаемым.

Цель: Программа по профилактике буллинга в школе нацелена на формирование толерантного и безопасного школьного коллектива. Она включает создание культуры взаимопомощи и уважения, поддерживающей ценности уважения, к каждому члену сообщества независимо от их различий. Важным аспектом является обеспечение условий, в которых учащиеся могут свободно выражать свои мысли и чувства без страха перед осуждением или агрессией, а также установление четких правил поведения. Программа также направлена на развитие коммуникативных навыков и эмоционального интеллекта у учащихся. В этом контексте акцент делается на обучении эффективным методам коммуникации, таким как активное слушание и ассертивное поведение, что поможет учащимся уверенно отстаивать свои границы и права. Также планируется повышение уровня эмоционального интеллекта, включая тренинги, направленные на распознавание и управление своими эмоциями, а также понимание эмоций других. Обучение педагогов и учащихся навыкам раннего распознавания и предотвращения буллинга также является важной целью программы. Она включает подготовку учителей к выявлению буллинга и разработку алгоритмов действия в случае его обнаружения.

Основные задачи:

1. Разработка обучающих занятий и тренингов для учащихся на темы буллинга, навыков общения и эмоционального интеллекта.
2. Повышать социально-психологическую компетентность педагогов и родителей, в вопросах профилактики буллинга среди обучающихся.
3. Способствовать нормализации эмоционального состояния и поведения обучающихся.
4. Оказывать помощь обучающимся в снижении проявления агрессивности в школьной среде.
5. Формировать навыки конструктивного реагирования в конфликте и сложных жизненных ситуациях.
6. Осуществлять координацию совместной деятельности классных руководителей, педагогов - психологов, социальных педагогов по профилактике буллинга и агрессии в школе.

Организационно-методическая работа

№	Наименование мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Разработка и утверждение плана по профилактике буллинга в образовательной среде на 2024-2025 учебный год в МАОУ СОШ №5 г. Калининграда.	Сентябрь-октябрь	Педагог-психолог, социальный педагог
2.	Выявление обучающихся с эмоционально неустойчивым типом поведения, склонных к проявлению агрессивного поведения, определение основных причин такого поведения, выработка адекватных воспитательных стратегий и способов перевода агрессии в социально приемлемую активность.	В течение учебного года	Классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог

3.	Поддержание высокой социальной активности школьников во внеурочной деятельности привлечение обучающихся к активным формам досуга, творческой и социально значимой деятельности.	В течение учебного года	Классные руководители, социальный педагог
4.	Распространение и разработка рекомендаций по профилактике буллинга для участников образовательного процесса и оформление информации на стенде о том, где можно получить психологическую поддержку и медицинскую помощь.	Октябрь	Педагог-психолог, социальный педагог
5.	Информация о деятельности «Детского телефона доверия».	В течение учебного года	Классные руководители, социальный педагог, педагог-психолог
6.	Информирование родителей и обучающихся о проведении консультаций для несовершеннолетних и родителей, оказавшихся в кризисной ситуации	Октябрь-ноябрь	Классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог
7.	Оценка эффективности реализации плана работы по профилактике буллинга на 2024-2025 учебный год	Май	Классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог

Работа с обучающимися

№	Наименование мероприятия	Сроки	Ответственные
Диагностическая работа			
1.	Диагностика психологического климата и межличностных отношений в классах, «Состояние психологического климата в классе» (Федоренко Л.Г.), (по запросу).	В течение года	Педагог-психолог
2.	Индивидуальная диагностика несовершеннолетних, оказавшихся в социально опасном положении, анкетирование «Буллинг в школе» (по запросу)	В течение года	Педагог-психолог
3.	Проведение мониторинга 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 (самооценка и уровень притязаний, тревожности)	В течение года	Педагог-психолог, классные руководители, социальный педагог
Профилактика буллинга на уровне классных коллективов			
2.	Реализация программы по профилактике буллинга, направленных на сплочение классных коллективов,	В течение года	Педагог-психолог, классные руководители,

	обучение навыкам конструктивного общения			социальный педагог
3.	Цикл развивающих занятий по формированию навыков межличностного общения (при выявлении проблем в общении в классном коллективе): - Мир чувств и эмоций. - Почему мы конфликтуем? - Умеем ли мы общаться? - Навыки эффективной коммуникации.	В течение года		Педагог-психолог
4.	Цикл развивающих занятий по профилактике агрессивного поведения (при выявлении проблемы в классном коллективе): - Я контролирую гнев (5-6 классы) - Как противостоять агрессии (6-7 классы) - Жизнь без агрессии (8-9 классы)	В течение года		Педагог-психолог
5.	Кинолекторий, обсуждение художественных фильмов: «Чучело» (1983 г.), «Класс» (2007 г.), «Розыгрыш» (2008 г.), Крисса не сдастся (2009 г.).	В течение года		Педагог-психолог
6.	Мероприятия по профилактике кибербуллинга в рамках классных часов: «Интернет и мое здоровье» (1-4 классы); «Правила безопасности в сети Интернет» (6 - 9 классы)	Февраль-апрель		Классные руководители, педагог-психолог, социальный педагог
Профилактика буллинга на личностном уровне				
7.	Работа с участниками ситуации буллинга по процедуре восстановительной медиации.	При выявлении ситуации буллинга		Педагог-психолог, социальный педагог
8.	Индивидуальная психокоррекционная работа с «агрессорами» и «жертвами» буллинга	При выявлении ситуации буллинга		Педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители
9.	Консультирование, оказание адресной помощи родителям (законным представителям) обучающихся, являющихся участниками ситуации травли	При выявлении ситуации буллинга		Педагог-психолог, классные руководители, социальный педагог
10.	Индивидуальная профилактическая работа (или работа в мини -группах) с обучающимися, склонными к агрессивному поведению, экстремистским взглядам, нетерпимостью к окружающим (цикл занятий)	При выявлении ситуации буллинга		Социальный педагог, педагог-психолог
11.	Индивидуальные консультации обучающихся (общение со сверстниками, детско-родительские отношения, конфликты).	В течение года по запросу		Педагог-психолог
Работа с педагогами и родителями				
12.	Повышение компетенции	Октябрь-февраль		Социальный педагог,

	педагогических работников в вопросах профилактики буллинга и сплочения классных коллективов, проведение тематических консультаций, размещение информации - «Признаки буллинга, алгоритм действий, в ситуациях травли (буллинга) в образовательной среде» - «Что такое кибербуллинг?» - «Личная безопасность в интернет пространстве» - «Буллинг в школе: как помочь ребенку побороть свою агрессию»			педагог-психолог
13.	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 по запросу		Педагог-психолог
14.	Социально-психологическое просвещение родителей в целях повышения их психолого-педагогической компетентности: консультирование родителей по вопросам особенностей развития в подростковом возрасте, роли семейных взаимоотношений и методов воспитания в возникновении агрессивных реакций и протестного поведения	В течение учебного года по запросу		Педагог-психолог
15.	Ознакомление родителей с памятками по профилактике буллинга в детском коллективе	В течение учебного года по запросу		Педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители

Ожидаемые результаты:

1. Снижение уровня буллинга и агрессивного поведения среди учащихся.
Ожидается уменьшение количества случаев физического, вербального и социального буллинга в школе. Дети будут лучше осознавать последствия агрессивного поведения и станут менее склонны участвовать в актах буллинга.
2. Улучшение психологического климата в классе.
3. Повышение уровня эмпатии и эмоциональной осведомленности у учащихся.
4. Повышение осведомленности учащихся и педагогов о буллинге.
5. Формирование четких алгоритмов действий для педагогов при выявлении буллинга
6. Повышение доверия к школьной администрации и психологам.
7. Улучшение вовлеченности родителей в школьную жизнь и профилактику буллинга.
8. Создание атмосферы нетерпимости к буллингу на уровне школьного сообщества.