

## План мероприятий

### по профилактике буллинга и кибербуллинга на 2025-2026 учебный год

**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
<b><i>Нормативно-правовое и информационное обеспечение мероприятий, определяющих профилактику буллинга и кибербуллинга</i></b>			
2.	Разработать: <ul style="list-style-type: none"><li>• комплексный план мероприятий по профилактике буллинга и кибербуллинга на 2025-2026 учебный год;</li><li>• методические материалы (рекомендации для педагогов и родителей, классные часы, беседы, тренинги и пр.) в рамках реализуемого плана мероприятий.</li></ul>	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: <ul style="list-style-type: none"><li>• раздаточные материалы (памятки, буклеты, стендовую информацию) для всех субъектов образовательных отношений (обучающихся, педагогов, родителей) по проблеме буллинга и кибербуллинга.</li></ul>	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
<b><i>Организационно-педагогическая и научно-методическая работа с педагогическим коллективом</i></b>			
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.	<p>Совещания «Анализ профилактической работы классных руководителей по предупреждению правонарушений и преступлений среди несовершеннолетних»</p> <p>Консультации для классных руководителей по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• распространность и особенности проявления буллинга и кибербуллинга в группах обучающихся ОУ;</li> <li>• буллинг и кибербуллинг: актуальность, состояние проблемы и психологическое сопровождение жертв буллинга и кибербуллинга;</li> <li>• роль педагога в профилактике буллинга и кибербуллинга в ученических коллективах.</li> </ul>	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.	<p>Лекторий для педагогического коллектива на тему: «Буллинг как социально-педагогическая проблема»:</p> <p>Лекция 1. Буллинг как форма насилия в ученическом коллективе.</p> <p>Лекция 2. Буллинг: причины и последствия.</p> <p>Лекция 3. Буллинг как дискриминация прав ребенка на образование.</p> <p>Лекция 4. Как педагогу противостоять травле детей.</p>	В течение года	Заместитель директора по ВР
6.	<p>Семинары, круглые столы, деловые игры, тренинги для педагогов на темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Нормативные основания и алгоритм действий педагогов в случае подозрения на возможный факт насилия в детском коллективе.</li> <li>• Буллинг и кибербуллинг в образовательной среде: как помочь ребенку побороть агрессию. Методы предотвращения.</li> <li>• Формирование личности ребенка как основа для противодействия насилию.</li> </ul>	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

#### ***Работа с родителями обучающихся***

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

***Информационное, организационно-кадровое и психолого-педагогическое обеспечение профилактики и предотвращения буллинга и кибербуллинга обучающихся***

	<p>Информационные часы, беседы.</p> <p><u>Примерная тематика:</u></p> <p><u>7-11 лет:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Законы сохранения доброты.</li> <li>• Я не дам себя обижать.</li> <li>• Наш Центр живет без насилия.</li> <li>• Давайте жить дружно!</li> <li>• Мы против насилия. Как защитить себя?</li> <li>• Будем добрыми.</li> <li>• Как я отношусь к насилию.</li> <li>• Как научиться жить без драки.</li> </ul> <p><u>12-16 лет:</u></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>	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.	<p>Информационный вестник (стендовая информация, раздаточные материалы) для обучающихся на темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Мы – против насилия!</li> <li>• Мы – против жестокого обращения!</li> </ul>	Октябрь Март	Зав. библиотекой
5.	<p>Книжные выставки:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Буллинг как этическая проблема.</li> <li>• Относись к другому так, как ты хотел бы, чтобы относились к тебе.</li> <li>• Детство, свободное от жестокости.</li> <li>• Скажем «Нет» равнодушию к детскому насилию.</li> </ul>	Сентябрь Ноябрь  Январь Апрель	Зав. библиотекой
6.	Самообследование образовательной среды на предмет безопасности и комфортности.	Сентябрь	педагог-психолог
7.	<p>Психологическая диагностика (наблюдение, анкетирование, тестирование) в контексте проблемы буллинга и кибербуллинга:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• выявление детей, склонных к проявлению жестокости к другим обучающимся;</li> <li>• взаимоотношения в группе;</li> <li>• изучение личностного развития обучающихся с целью профилактики нарушений в развитии личности</li> </ul>	В течение года	педагог-психолог

	(толерантность, самооценка и уровень притязаний, тревожности, мотивации).		
8.	Цикл развивающих занятий по формированию навыков межличностного общения: • Стиль 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 буллинга и 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

# **Инструкция по реагированию на случаи буллинга и кибербуллинга в школе**

(Для педагогов, классных руководителей, администрации)

## **1. Выявление и первичная оценка ситуации**

- **Фиксация факта:** Если вы стали свидетелем буллинга или получили жалобу (от ученика, родителя, коллеги), запишите:
  - Дата, время, место происшествия.
  - Участники (жертва, агрессор, наблюдатели).
  - Форма буллинга (физический, психологический, кибербуллинг – скриншоты, переписка).
- **Беседа с пострадавшим:**
  - Проведите разговор наедине, без давления.
  - Пример фраз: «*Я вижу, что тебе тяжело. Хочешь рассказать, что происходит?*»
  - Не обесценивайте переживания («Это ерунда»), не обвиняйте («Сам спровоцировал»).

## **2. Действия в отношении агрессора(-ов)**

- **Разговор без публичного осуждения:**
  - Обсудите ситуацию наедине или с психологом.
  - Пример фраз: «*Твои действия причиняют боль. Давай разберемся, почему так происходит.*».
  - Избегайте ярлыков («ты хулиган»), акцент на поступках.
- **Последствия:**
  - В зависимости от тяжести: беседа с родителями, дисциплинарные меры (по уставу школы).
  - Для кибербуллинга – удаление оскорбительного контента, блокировка обидчика.

## **3. Работа с классом (если ситуация публичная)**

- **Обсуждение без указания имен:**
  - Проведите классный час на тему уважения, эмпатии.
  - Используйте методы: ролевые игры, разбор кейсов.
- **Поддержка наблюдателей:**

- Объясните, как важно не быть равнодушным и сообщать о травле.

#### **4. Подключение специалистов и родителей**

- **Школьный психолог:**
  - Консультация для жертвы, агрессора, группы.
- **Родители:**
  - Информируйте обе стороны (без обвинений, с акцентом на решение).
  - Для кибербуллинга: рекомендации по настройкам приватности, мониторингу соцсетей.
- **Крайние меры:**
  - Если есть угроза жизни/здоровью – обращение в полицию (ст. 5.61 КоАП РФ «Оскорблениe», ст. 110 УК РФ «Доведение до самоубийства»).

#### **5. Мониторинг и профилактика рецидивов**

- **Наблюдение:** Отслеживайте динамику в течение 1–2 месяцев.
- **Документирование:** Все действия фиксируйте в школьном журнале инцидентов.

#### **Важно!**

- **Конфиденциальность:** Не разглашайте детали без необходимости.
- **Баланс:** Не допускайте «наказания жертвы» (например, перевод в другой класс).
- **Ресурсы для помощи:**
  - Телефон доверия для детей: 8-800-2000-122.
  - Линия помощи «Дети онлайн» (кибербуллинг): 8-800-25-000-15.

## **Чек-лист ранних признаков буллинга в классе и онлайн**

*(Для учителей, классных руководителей и родителей)*

Этот чек-лист поможет вовремя заметить тревожные сигналы и предотвратить эскалацию буллинга.

### **Физические и поведенческие признаки (оффлайн)**

#### **У потенциальной жертвы:**

- Частые пропуски уроков без объяснения причины.
- **Порча вещей** (рваная одежда, «потерянные» учебники, сломанные гаджеты).
- **Жалобы на здоровье** (головные боли, боли в животе перед школой).
- Резкое ухудшение успеваемости, потеря интереса к учебе.
- **Избегание коллектива**: сидит один на переменах, не участвует в групповых активностях.
- **Тревожность, плаксивость**, замкнутость, низкая самооценка.

#### **У потенциального агрессора:**

- **Насмешки, унижения** в адрес одноклассников.
- **Физическая агрессия** (толкает, прячет вещи, «нечаянно» задевает).
- **Манипуляции** («Если не сделаешь это, не будем с тобой дружить»).
- **Склонность обвинять других** («Он сам виноват»).

### **Признаки кибербуллинга (онлайн)**

#### **У жертвы:**

- Резкое изменение поведения в соцсетях (удаление аккаунтов, ограничение постов).
- **Нервозность при уведомлениях** на телефоне/компьютере.
- **Скрывает экран**, выходит из соцсетей при приближении взрослых.
- **Негативные комментарии, скриншоты переписок** в классе (могут распространяться без ведома жертвы).

#### **У агрессора:**

- **Анонимные аккаунты** с оскорбительным контентом.
- **Публикация унизительных мемов, фото, видео** с жертвой.
- **Травля в групповых чатах** (исключение из бесед, троллинг).

### **Что делать, если заметили признаки?**

1. **Поговорить с ребенком** наедине, без давления.
2. **Проверить соцсети** (если есть подозрение на кибербуллинг).
3. **Связаться с психологом/классным руководителем.**
4. **Зафиксировать случаи** (скриншоты, записи, свидетельства).
5. **Принять меры** (см. Инструкцию по реагированию).

**Дополнительные вопросы для наблюдения:**

- Есть ли в классе **изолированные дети**?
- Кто **часто становится объектом шуток**?
- Были ли **жалобы от родителей** на конфликты?