

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
(нарушение интеллекта) № 119 г. Челябинска»

Принято
решением Педагогического совета
МБОУ «С (К) ОШ № 119 г. Челябинска»
Протокол № 1
от «29» 08 2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «С (К) ОШ №
119 г. Челябинска»
С. Б. Мальшцева
от «01» 09 2025г.



**Программа профилактики
психологического насилия (травли)
«Мост понимания»**

(для обучающихся и родителей (законных представителей) 1-11-х классов)

ЧЕЛЯБИНСК, 2025 г

Пояснительная записка

Травля детей сверстниками («психологического насилия и систематического унижения чести, и достоинства, издевательства, преследования») – 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 травли уделяется большое внимание. И потому вопрос предупреждения ситуаций психологического насилия в системе образования очень актуален, как во всем мире, так и в России. По данным ООН психологическому 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 психологическому насилию в той или иной форме. В группу повышенного риска по частоте травли 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 травли (обидчиков) в 2 раза больше, чем в среднем по европейским странам. Примерно пятая часть всех случаев психологического 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 травли. 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 уважения 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.

Психологическая травля— это систематическое, регулярно повторяющееся насилие, травля со стороны одного школьника или группы

школьников в отношении отдельного школьника, который не может себя защитить.

Психологическое насилие – 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— чрезвычайно изобретательны.

Обидчиками могут быть и девочки-подростки, ибо травля не зависит от пола, роста, национальности или предпочтений. Она просто есть и все, как элемент школьной жизни. Повод может быть самым разным. Поэтому пострадать от травли может любой ученик. При этом зачастую могут даже отсутствовать какие-либо конкретные основания для агрессии. Объектом травли чаще всего выбирают тех, кто отличается от других детей и не может себя защитить.

В последнее время к формам психологического давления, присущего традиционной травле, добавились возможности всемирной паутины.

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 «травля». И сегодня травля – это социальное явление, без которого не строится ни один детский коллектив. В любом классе, группе есть лидер, «среднячки» 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 травля зачастую является результатом незанятости детей.

Предпосылками психологической травли 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 травли могут быть различными: от не успешности в учебной деятельности и в жизни до авитального поведения жертвы.

Кроме того, травли 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.

Виды травли

- Вербальный — оскорбления, угрозы, насмешки и обидные прозвища.
- Социальный (реляционный) — умышленные действия, направленные на изоляцию жертвы от сверстников, подрыв её репутации и распространение слухов и сплетен. Например, бойкот, игнорирование присутствия, не приглашение на совместные мероприятия.
- Травля в интернете (часто — малознакомыми или анонимными агрессорами). Формы: оскорбительные комментарии в социальных сетях, распространение оскорбительных картинок и мемов с фотографией жертвы, личные сообщения с оскорблениями или угрозами в социальных сетях, мессенджерах.

Причины

Травля формируется под влиянием множества факторов, включающих индивидуальные, семейные, социальные и культурные компоненты.

Индивидуальные и психологические — эмоциональная нестабильность, низкая эмпатия, нарушения самоконтроля, чувство неполноценности, компенсируемое агрессией.

Семейные причины — авторитарный или чрезмерно опекающий стиль воспитания, высокий уровень внутрисемейной агрессии и конфликтов, эмоциональная отстранённость родителей.

Социальные причины — социальная изоляция и неравенство статусов, дискриминация по различным признакам, одобрение агрессии как средства самоутверждения.

Последствия

Травля может привести к психологическим и соматическим осложнениям:

для жертвы — депрессия и тревожные расстройства, низкая самооценка и чувство неполноценности, проблемы с учебной деятельностью, суицидальные мысли и попытки;

для агрессора — формирование антисоциального поведения, трудности в установлении здоровых отношений с другими людьми.

Методы профилактики

Для борьбы с травлей необходимо принимать комплексные меры:

-- Создание профилактических программ, проведение информационных семинаров для педагогов и обучающихся.

-- Внимательность педагогов. Они должны быть внимательны к признакам психологического насилия и незамедлительно реагировать на любые случаи агрессии.

-- Создание системы поддержки и доверия. Это поможет жертвам не бояться обращаться за помощью.

-- Психологическая помощь. Жертве травли часто необходима профессиональная помощь для восстановления самооценки и уверенности в себе. Предупреждение психологического насилия в образовательной среде требует комплексного, систематического подхода к рассмотрению данной проблемы и реализации определенных профилактических мероприятий.

Актуальность проблемы

Психологическая травля — это сложноорганизованное явление, представленное целой совокупностью форм его проявления, что составляет основу для многоплановой разработки мероприятий. Знание основных личностных особенностей, возрастных характеристик участников травли 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 поведенческих отклонений.

Профилактическая работа с данной проблемой должна начинаться с выявления причин и последствий травли 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 психологического насилия должна осуществляться группой специалистов, профилактическая деятельность которых разграничена и определена в соответствии со спецификой деятельности каждого из них.

В настоящее время проблема травли 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 травли.

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

Цель программы:

Формирование в образовательном процессе нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся.

Задачи программы:

1. Повышение информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях.

2. Повышение ответственности родителей за действия, направленные против детей.

3. Воспитание у обучающихся уважения к правам человека, личности, как к неповторимой сущности человека.

4. Профилактика всех форм насилия над учащимися дома, в образовательной организации, в общественных местах;

5. Организация совместной работы с родителями по повышению их уровня образованности и компетентности в различных трудных жизненных ситуациях;

6. Сотрудничество с правоохранительными органами, органами здравоохранения, социальной защиты и т.п.

Программа разработана в соответствии с Конституцией РФ, Конвенцией ООН о правах ребёнка, Уставом школы.

Сроки реализации программы:

Программа профилактики психологического насилия (травли) рассчитана на 2025- 2030 гг.

Направления работы:

Первичная профилактика реализуется по 3 направлениям:

1.Создание условий недопущения травли.

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 квалифицированной комплексной помощи.

Третичная профилактика предполагает реабилитацию детей и подростков с тяжелыми формами последствий травли. Острый психоз и авитальное поведение – поводы для экстренной госпитализации. При выявлении

признаков тяжелого душевного расстройства необходимо экстренно убеждать родителей проконсультировать ребенка у психиатра.

Если проявления психологического насилия 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 травли невозможно. Однако если ею будут вплотную и серьезно заниматься все участники образовательного процесса, то высока вероятность избежать многих конфликтов.

Ключевые слова, раскрывающие сущность профилактики травли: 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.

Мероприятия должны осуществляться на трех уровнях: образовательной организации, группы и индивидуальном.

Основная цель профилактических мероприятий направлена на то, чтобы, помочь ребенку совладать со стрессовой ситуацией и агрессией.

Задачи профилактики травли:

- 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 травли.

Психолого-педагогические аспекты профилактики травли.

Для определения ситуации психологического насилия и его последствий необходимо собрать информацию. Опрашиваются пострадавший, возможные участники психологического насилия 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. Без эмоциональности – 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 агрессором – 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 ним в любой момент может обернуться внезапным и очень болезненным ударом.

Механизм реализации Программы профилактики психологического насилия (травли)

Основными исполнителями мероприятий Программы являются: педагог - психолог, классные руководители, социальный педагог.

Мероприятия по реализации Программы профилактики психологического насилия (травли)

Примерный комплексный план мероприятий по профилактике явлений психологического насилия в школе.

№п/п	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
1.	Утвердить на методическом совете программу профилактики психологического насилия	В течении учебного года	Директор
2.	Разработать: а) комплексный план мероприятий по профилактике и предотвращению психологического насилия на учебный год; б) методические материалы (рекомендации для педагогов и родителей, классные часы, беседы, памятки и пр.) в рамках реализуемого плана мероприятий.	В течении учебного года	Зам. директора по ВР Педагог – психолог Социальный педагог
3.	Изучить нормативно-правовые документы по профилактике явлений травли в образовательной среде	В течении учебного года	Педагог – психолог Социальный педагог
4.	Подготовить: информационный материал по профилактике детского психологического насилия; раздаточные материалы (памятки, буклеты, стендовую информацию) для всех субъектов образовательных отношений (обучающихся, педагогов, родителей);	В течении учебного года	Педагог – психолог Социальный педагог
5.	Информирование о работе «почты доверия» для сообщения случаев травли; Организационно-педагогическая и научно-методическая работа с педагогическим коллективом	В течении учебного года	Педагог – психолог Социальный педагог Классные руководители

6.	Проведение семинара (лекторий) - роль педагога в профилактике психологического насилия в классных коллективах;	В течении учебного года	Зам. директора по ВР Педагог – психолог Социальный педагог
7	Пополнение методической копилки новыми формами работы по профилактике и предотвращению психологического насилия	В течении учебного года	Педагог – психолог Социальный педагог Классные руководители
8.	Нормативные основания и алгоритм действий педагогов в случае подозрения на возможный факт психологического насилия в детском коллективе.	В течении учебного года	Зам. директора по ВР Педагог – психолог Социальный педагог Классные руководители
9.	Групповые консультации по проблемным ситуациям: Насилие в образовательной среде: что противопоставить жестокости и агрессии? Травля или как не стать жертвой? Как защитить ребенка от травли?	В течении учебного года	Педагог – психолог Социальный педагог Классные руководители
10.	Индивидуальные консультации педагогов по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха	В течении учебного года	Педагог – психолог Социальный педагог Классные руководители
11.	Психологический практикум «Психология поведения жертвы травли»	В течении учебного года	Педагог – психолог
12.	Анкетирование «Как я воспитываю своего ребенка»	В течении учебного года	Педагог – психолог Социальный педагог

			Классные руководители
13	<p>Информационные часы, беседы (примерная тематика).</p> <p>1-4 классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Законы сохранения доброты. • Я не дам себя обижать. • Давайте жить дружно! • Мы против насилия. Как защитить себя? • Будем добрыми. • Как я отношусь к насилию. • Как научиться жить без драки. <p>5-7 классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Бояться страшно. Действовать не страшно. • О правилах поведения и безопасности на улице. <p>8-9 классы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Навыки саморегуляции. • Воспитание характера. • Предупреждение насилия и жестокости в жизни. • Как бороться с конфликтами. • Нравственный закон внутри каждого. • Моя жизненная позиция <p>Педагоги</p> <ul style="list-style-type: none"> • Буллинг как стадный допинг. • Безопасное поведение. • Что такое агрессия? • Добро против насилия. • Как не стать жертвой насилия. • Способы решения конфликтов с ровесниками. • 	В течении учебного года	Педагог – психолог Социальный педагог Классные руководители
	<p>Цикл профилактические занятия по формированию навыков межличностного общения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Стиль поведения. Умеем ли мы общаться? (по запросу) • Профилактика насилия в подростковом сообществе. • Стратегии безопасного поведения 	В течении учебного года	Педагог – психолог Социальный педагог Классные руководители

	<ul style="list-style-type: none"> • Недопустимость насилия и жестокости в обращении со сверстниками 		
--	---	--	--

Ожидаемые результаты

В процессе реализации программы профилактики психологического насилия (травли) создаётся безопасная среда для учащихся, благоприятная для их становления и развития. Усиливается профилактика и коррекция девиантного поведения обучающихся, формирование толерантности в современном образовательном пространстве и повышение психологической культуры личности сторон образовательного процесса, развитие гармоничных взаимоотношений между участниками образовательного процесса. Взаимоотношения между взрослыми и детьми строятся на принципах добровольности, открытости, принятия, уважения друг к другу. Формируется умение предупреждать конфликты или разрешить их мирным путём.

Литература

- 1.Белевич, А. Буллинг в школе: как распознать и противодействовать / А. Белевич, М. Малыгина // Директор школы. — 2021. — №5. — С. 95–101.
- 2.Бетчер, Т. И. Пришли в школу буллинг с троллингом / Т. И. Бетчер // Директор школы. — 2018. — №6. — С. 40–47.
- 3.Вавилова, А. Локальный акт и план мероприятий по профилактике травли в школе / А. Вавилова, А. Фокина // Справочник руководителя ОУ. — 2019. — №7. — С. 20–34.
- 4.Гребенникова, О. А. Буллинг в образовательной среде как угроза здоровью школьников / О. А. Гребенникова, М. И. Добролюбова // Концепт. — 2017. — №59.
- 5.Ильин, В. А. «Травля – явление системное» : беседа с доктором психологических наук, профессором кафедры социальной педагогики и психологии Московского педагогического государственного университета Валерием Александровичем Ильиным / записала Н. Двоскина // Школьный психолог. — 2019. — №1–2.
- 6.Лахмытко, Н. М. Как остановить травлю в школе. Понятие моббинга (методические рекомендации для заместителей директора по УВР, классных руководителей, социальных педагогов, педагогов-психологов) / Н. М. Лахмытко // Методист. — 2015. — №3. — С. 56–59.
- 7.Кривцова, С. В. Вместе против насилия в школе. Организационная культура школы для профилактики насилия в ученической среде : практическое пособие для педагогов и администрации общеобразовательных организаций / С. В. Кривцова. — Москва : Русское слово — учебник, 2019. — 97 с..

