



Утверждаю:

И.о директора MAOU «Белоярская СОШ №1»

А.О. Спасский

2026г.

**План мероприятий
по профилактике буллинга, кибербуллинга среди обучающихся
на 2026-2027 учебный год**

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

Задачи:

- оказание компетентной помощи педагогам, учащимся 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, жизнестойкости.

№ п/п	Мероприятия	Сроки проведения	Ответственны е
Нормативно-правовое и информационное обеспечение мероприятий, определяющих профилактику буллинга и кибербуллинга			
1.	Разработать: <ul style="list-style-type: none">• комплексный план мероприятий по профилактике буллинга и кибербуллинга на 2025-2026 учебный год;• методические материалы, рекомендации для педагогов и родителей	Сентябрь	Заместитель директора по ВР
2.	Изучить нормативно-правовые документы по профилактике явлений буллинга и кибербуллинга в образовательной среде.	В течение года	Заместитель директора по ВР
3.	Подготовить: раздаточные материалы (памятки, буклеты, стендовую информацию) для обучающихся, педагогов, родителей по проблеме буллинга и кибербуллинга.	Сентябрь- октябрь	Педагог- психолог Социальный педагог
Организационно-педагогическая и научно-методическая работа с педагогическим коллективом			

1.	Совещание классных руководителей по темам: распространенность и особенности проявления буллинга в группах обучающихся ОУ; кибербуллинг: актуальность, состояние проблемы и психологическое сопровождение жертв буллинга и кибербуллинга; роль педагога в профилактике буллинга и кибербуллинга в ученических коллективах.	Ноябрь	Педагог-психолог Социальный педагог
2.	Пополнение методической копилки новыми формами работы по профилактике и предотвращению буллинга и кибербуллинга.	В течение уч.года	Педагог-психолог Социальный педагог
3.	Разработать алгоритм действий педагогов в случае подозрения на возможный факт насилия, травли в детском коллективе. Буллинг и кибербуллинг в образовательной среде: как помочь ребенку побороть агрессию. Методы предотвращения.	В течение года	Педагог-психолог Социальный педагог
4.	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 Социальный педагог
Работа с родителями обучающихся			
1.	Общее родительское собрание в рамках месячника безопасности.	Сентябрь	Заместитель директора по ВР педагог-психолог
2.	Классные родительские собрания: • О правах ребенка на защиту от любой формы насилия. • Как предотвратить и преодолеть буллинг и кибербуллинг?	В течение года	Заместитель директора по ВР классные руководители

3.	Размещение информации на стенде: • Буллинг – это не детская шалость. • Невидимый буллинг. • Психологический дискомфорт обучающихся в образовательной среде: причины, проявления, последствия и профилактика	В течение года	Классные руководители
4.	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
5.	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

1.	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	В течение года	Классные руководители
2.	• 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.		
3.	Просмотр и обсуждение художественных фильмов, раскрывающих тему буллинга	В течение года	Классные руководители
4.	Психологическая диагностика (наблюдение, анкетирование, тестирование) в контексте проблемы буллинга и кибербуллинга: • выявление детей, склонных к проявлению жестокости к другим обучающимся; • взаимоотношения в группе;	В течение года	педагог-психолог

	<ul style="list-style-type: none"> • изучение личностного развития обучающихся с целью профилактики нарушений в развитии личности (толерантность, самооценка и уровень притязаний, тревожности, мотивации). 		
5.	<p>Цикл развивающих занятий по формированию навыков межличностного общения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Стил ь 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
6.	Индивидуальные консультации обучающихся (по результатам диагностики, общение со сверстниками, детско-родительские отношения, конфликты).	В течение года	педагог-психолог классные руководители

Алгоритм действий

педагогов, классных руководителей, администрации

в случае подозрения на возможный факт насилия, травли в детском коллективе.

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 «Оскорбление», 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.

- 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 «Оскорбление», 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.

Признаки буллинга в классе

(Для учителей, классных руководителей и родителей)

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

Физические и поведенческие признаки (офлайн)

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 унижительных 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?**