

**ПРИНЯТО:**

На заседании Педагогического совета  
Протокол № 1 от 28.08.24 г.  
МБОУ «Многопрофильный лицей № 185  
Советского района г. Казани

**УТВЕРЖДЕНО:**

Директор МБОУ «Многопрофильный лицей  
№185» Советского района г. Казани



*Стажеева Н.В.*

/Стажеева Н.В./

Приказ № 4 от 28.08.24 г.

### План мероприятий

по профилактике буллинга, кибербуллинга и жестокого обращения среди обучающихся на  
2024-2025 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
<i>Нормативно-правовое и информационное обеспечение мероприятий, определяющих профилактику буллинга и кибербуллинга</i>			
2.	Разработать: <ul style="list-style-type: none"><li>• комплексный план мероприятий по профилактике буллинга и кибербуллинга на 2024-2025 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 травли 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>Организационно-педагогическая и научно-методическая работа с педагогическим коллективом</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.	Совещания «Анализ профилактической работы классных руководителей по предупреждению правонарушений и преступлений среди несовершеннолетних» Консультации для классных руководителей по темам: • распространенность и особенности проявления буллинга и кибербуллинга в группах обучающихся ОУ; • буллинг и кибербуллинг: актуальность, состояние проблемы и психологическое сопровождение жертв буллинга и кибербуллинга; • роль педагога в профилактике буллинга и кибербуллинга в ученических коллективах.	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.	Лекторий для педагогического коллектива на тему: «Буллинг как социально-педагогическая проблема»: Лекция 1. Буллинг как форма насилия в ученическом коллективе. Лекция 2. Буллинг: причины и последствия. Лекция 3. Буллинг как дискриминация прав ребенка на образование. Лекция 4. Как педагогу противостоять травле детей.	В течение года	Заместитель директора по ВР

6.	Семинары, круглые столы, деловые игры, тренинги для педагогов на темы: <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> </ul>	В течение года	Заместитель директора по ВР  педагог-психолог
----	--	----------------	---

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формирование личности ребенка как основа для противодействия насилию.</li> </ul>		
--	---	--	--

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: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Насилие в образовательной среде: что противопоставить жестокости и агрессии?</li> <li>• Буллинг или как не стать жертвой?</li> <li>• Детский буллинг (моббинг). Как защитить ребенка от травли?</li> </ul>	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: <ul style="list-style-type: none"> <li>• О правах ребенка на защиту от любой формы насилия.</li> <li>• Как предотвратить и преодолеть буллинг и кибербуллинг?</li> </ul>	Октябрь	Заместитель директора по ВР классные руководители
----	---	---------	---

3.	Устный журнал (стендовая информация): <ul style="list-style-type: none"> <li>• Буллинг – 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 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: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Анкетирование «Как я воспитываю своего ребенка?»</li> <li>• Анкетирование «Оценка уровня удовлетворительности образовательной средой.»</li> </ul>	Апрель  Май	педагог-психолог

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

	<p>Информационные часы, беседы.  <u>Примерная тематика:</u>  <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.	Информационный вестник (стендовая информация, раздаточные материалы) для обучающихся на темы: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Мы – против насилия!</li> <li>• Мы – против жестокого обращения!</li> </ul>	Октябрь Март	Зав. библиотекой
5.	Книжные выставки: <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 (толерантность, самооценка и уровень притязаний, тревожности, мотивации).</li> </ul>	В течение года	педагог-психолог
8.	<p>Цикл развивающих занятий по формированию навыков межличностного общения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Стиль поведения. Умеем ли мы общаться?</li> <li>• Профилактика насилия в подростковом сообществе</li> <li>• Стратегии безопасного поведения</li> <li>• Недопустимость насилия и жестокости в обращении со сверстниками</li> </ul>	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:**
  - Информировать 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.

## **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 (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?