

Министерство образования Самарской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Самарской области
«Губернский колледж г. Сызрани»
(ГБПОУ «ГК г. Сызрани»)

Утверждена
приказом директора ГБПОУ «ГК г. Сызрани»
№ ____ от « ____ » _____ 2026 год

Профилактическая программа
Безопасная среда
(по профилактике буллинга и скулшутинга)

Сызрань, 2026 год.

Актуальность разработки и внедрения комплексной программы профилактики буллинга и скулшутинга в колледжах обусловлена совокупностью социальных, психологических и образовательных факторов. Эта проблема перестала быть локальной и превратилась в системный вызов для всей системы образования.

Социально-психологические факторы

1. **Рост агрессии и напряженности в обществе.** Современные подростки живут в условиях информационного шума, экономической неопределенности и постоянного стресса. Это приводит к росту общего уровня тревожности, раздражительности и снижению эмпатии. Буллинг часто является неосознанным способом сбросить напряжение или самоутвердиться за счет другого.
2. **Проблема социализации «цифрового поколения».** Студенты колледжей — это поколение, которое значительную часть жизни проводит онлайн. Стирается грань между виртуальным и реальным общением. Кибербуллинг (травля в сети) может продолжаться круглосуточно, не давая жертве передышки, а анонимность интернета провоцирует на более жестокие поступки. Отсутствие навыков живого конструктивного диалога усугубляет конфликты в реальной жизни.
3. **Одиночество и социальная изоляция.** Несмотря на постоянное нахождение в толпе (как офлайн, так и онлайн), многие молодые люди чувствуют себя одинокими и непонятыми. Изоляция от коллектива, отсутствие друзей и поддержки являются одним из ключевых предикторов как виктимизации (становления жертвой), так и развития деструктивных мыслей у потенциальных агрессоров.
4. **Влияние медиа и субкультур.** Глобализация медиaprостранства делает доступными деструктивные идеи и примеры решения проблем через насилие. Случаи скулшутинга, широко освещаемые в СМИ, могут создавать эффект «заражения» (верификации), когда

неуравновешенные личности видят в этом способ заявить о себе или решить свои проблемы.

Образовательные факторы

1. **Переходный возраст и новый коллектив.** Поступление в колледж — это стрессовый период адаптации. Студенты первого курса сталкиваются с необходимостью выстраивать социальные связи заново, конкурировать за статус и доказывать свою самостоятельность. Именно в этот момент они наиболее уязвимы как для роли жертвы, так и для роли агрессора.
2. **Академическая нагрузка.** Высокая интенсивность обучения, страх отчисления и давление со стороны родителей и преподавателей создают дополнительное психоэмоциональное напряжение, которое может находить выход в агрессивном поведении по отношению к сверстникам.
3. **Недостаточная компетентность педагогов.** Преподаватели и кураторы групп часто замечают изменения в поведении студентов, но не всегда обладают достаточными знаниями и инструментами, чтобы правильно оценить риски и оказать своевременную помощь. Они нуждаются в четких протоколах действий и методической поддержке.

Таким образом, создание безопасной и поддерживающей среды — это не просто решение социальной проблемы, а необходимое условие для полноценного личностного развития студентов и обеспечения их психологической безопасности.

Цель: создание безопасной, поддерживающей и инклюзивной среды в колледже путем проведения серии мероприятий по профилактике травли (буллинга) и снижения рисков проявления агрессии, включая угрозу применения насилия.

Задачи:

- Повысить осведомленность студентов и преподавателей о проблеме буллинга и его последствиях.
- Развить у обучающихся навыки эмоционального интеллекта, эмпатии и конструктивного разрешения конфликтов.
- Создать понятные и безопасные механизмы сообщения об инцидентах.
- Обеспечить своевременную психологическую помощь всем участникам образовательного процесса.
- Сформировать культуру нетерпимости к любым формам насилия и дискриминации.

1. Информационно-просветительский блок

Этот блок направлен на формирование общего понимания проблемы и изменение отношения к ней в студенческой среде.

- Интерактивные лекции и тренинги. Проведение регулярных занятий по темам:
 - Что такое буллинг, кибербуллинг? Виды и формы.
 - Последствия травли для жертвы, агрессора и свидетелей.
 - Профилактика скулшутинга: распознавание тревожных сигналов (изменение поведения, изоляция, интерес к оружию/насилию).
 - Цифровая гигиена и безопасность в сети.
- Кампания «Месяц доброты». Ежегодное мероприятие с конкурсами эссе, плакатов, видеороликов на тему дружбы, взаимопомощи и уважения. Привлечение известных спикеров (психологов, спортсменов, блогеров), которые делятся своим опытом преодоления трудностей.
- Информационные стенды и онлайн-ресурсы. Размещение материалов о том, куда можно обратиться за помощью, правил поведения в конфликтных ситуациях, а также позитивного контента, продвигающего ценности колледжа.

2. Психолого-педагогическое сопровождение

Блок, обеспечивающий непосредственную поддержку и развитие необходимых навыков у студентов.

- Доступность психологической службы. Работа психолога. Важно донести до студентов принцип конфиденциальности. Проводятся как индивидуальные консультации, так и групповые занятия (например, тренинги управления гневом, группы поддержки для тех, кто пережил травлю).
- Развитие "мягких навыков". Тренинги по развитию коммуникативных навыков, эмоционального интеллекта, асертивности (умения отстаивать свои границы без агрессии) и медиации (посредничества в конфликтах).
- Программа наставничества. Закрепление за первокурсниками кураторов из числа старших курсов. Это помогает быстрее адаптироваться, найти друзей и получить поддержку от сверстников, что снижает риск изоляции — одного из факторов риска виктимизации.

3. Система реагирования и мониторинга

- Служба примирения (медиации). Формирование команды из обученных студентов и преподавателей-медиаторов, которые могут помочь сторонам конфликта найти мирное решение под наблюдением психолога.

4. Работа с группой риска и профилактика суицидологии

Это наиболее чувствительная часть программы, требующая деликатности и профессионализма.

- Обучение "стражей". Тренинги для классных руководителей групп, преподавателей и воспитателей общежитий по распознаванию ранних признаков деструктивного поведения: резкая смена настроения, социальная изоляция, агрессивные высказывания, написание депрессивных текстов, интерес к экстремистским идеологиям.

- Индивидуальная работа. При выявлении студента из группы риска психолог проводит диагностику и выстраивает индивидуальную траекторию сопровождения. Главная цель — понять причины такого состояния (проблемы в семье, неудачи в учебе, неразделенная любовь) и оказать помощь, а не наказывать.
- Сотрудничество с семьями. Организация встреч и семинаров для родителей, где обсуждаются вопросы подросткового возраста, риски интернет-зависимости и важность доверительных отношений с ребенком.

5. Организационная культура и среда

Создание условий, в которых насилие становится неприемлемым.

- Формулирование ценностей. Принятие и активное продвижение кодекса чести студента, который прямо запрещает любые формы травли и дискриминации.
- Инклюзивная среда. Поощрение разнообразия и вовлечение всех студентов в жизнь колледжа через кружки, спортивные секции и волонтерские проекты. Чем больше у студента сфер интересов и социальных связей, тем ниже вероятность его маргинализации.

Утверждаю
Заместитель директора по СПР
ГБПОУ «ГК г.Сызрани»
_____ Т.С.Орлова
«__»_____ 2026 год

План мероприятий на 2026-2027 учебный год
В рамках профилактической программы «Безопасная среда»
ГБПОУ «ГК г.Сызрани»
(по профилактике буллинга и скулшутинга)

№п,п	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Ответственный
1.	Неделя адаптации: Проведение интерактивной лекции-встречи "Добро пожаловать! Кодекс чести нашего колледжа" для студентов 1-го курса (ознакомление с Уставом колледжа, правилами внутреннего распорядка и иными нормативно-правовыми документами колледжа	01-5 сентября 2026	Классные руководители
2.	Классный час с элементами тренинга «Стоп-буллинг»: Интерактивное занятие для студентов всех курсов на тему видов травли (физической, вербальной, кибербуллинга) и последствий для всех участников	24 сентября 2026	Зам.директора по СПР Классные руководители
3.	Родительское собрание онлайн: Вебинар для родителей первокурсников «Как понять, что у ребенка проблемы?» Повышение осведомленности о проблеме буллинга	23 октября 2026	Зам.директора по СПР Педагог- психолог

	и его формах.		
4.	Семинар-практикум для кураторов групп и классных руководителей «Распознавание ранних признаков деструктивного поведения».	12 ноября 2026	Педагог-психолог
5.	Групповые тренинги: серия занятий от специалистов Сызранского межмуниципального отдела ГБУЗ «СОЦ ОЗМП» «Управление эмоциями», «Конфликт без потерь». Развитие навыков эмоционального интеллекта и стрессоустойчивости	Ноябрь 2026	Социальный педагог
6.	Лекция «Цифровая гигиена»: Правила безопасности в социальных сетях, противодействие кибербуллингу	15 декабря 2026	Социальный педагог
7.	Командный квиз или квест на сплочение студенческих групп «Мы вместе» Укрепление командного духа и развитие "мягких навыков".	08-12 февраля 2027	Советник директора по воспитанию
8.	Анкетирование: Проведение анонимного опроса среди студентов для оценки уровня психологической безопасности в колледже	22-15 марта 2027	Педагог-психолог
9.	Конкурс видеороликов/плакатов: «Медиатор в деле». Студенты готовят творческие работы на темы дружбы, взаимопомощи, уважения к различиям. Выставка работ. Награждение	05-16 апреля 2027	Советник директора по воспитанию Педагог-психолог

10	Показ социально-значимых роликов по профилактике буллинга и скулшутинга	12 мая 2027	Социальный педагог Классные руководители
11	Подведение итогов работы профилактической программы «Безопасная среда» в 2026-2027 учебном году в формате семинара-совещания	03 июня 2027	Зам.директора по СПР