

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Вологодской области
управление образования администрации
Тотемского муниципального округа
МБОУ «Тотемская СОШ №3»

ПРИНЯТО Протокол заседания Педагогического совета от 25 июня 2025г. №10	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР Гуцина О.В.	УТВЕРЖДЕНО Приказ директора МБОУ «Тотемская СОШ №3» от 25 июня 2025г. № 133
--	--	---

Рабочая программа
по профилактике явлений психологического насилия
«Дорога добра»
для обучающихся с 5-11 класс

Тотьма,
2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Психологическое насилие детей сверстниками – 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 связи со сложившейся ситуацией на образовательные организации ложится ответственность за сохранение психологического здоровья учащихся и создание комфортной развивающей образовательной среды, обеспечивающей высокое качество образования, духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, а также гарантирующей охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся.

В современных условиях педагоги и психологи все чаще обращаются к вопросам 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.

Предпосылками психологического насилия являются:

- зависть, желание унижить 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 психологического насилия могут быть различными: от не успешности в учебной деятельности и в жизни до самоубийства жертвы.

Кроме того, психологическое насилие 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.

1. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

Цель: профилактика психологического насилия среди учащихся подросткового возраста в условиях общеобразовательной организации.

Задачи:

1. Расширять способы конструктивного взаимодействия в конфликтных

ситуациях;

2. Оптимизировать межличностные и межгрупповые отношения в классном коллективе;
3. Обучать навыкам самоконтроля;
4. Развивать способность понимать и принимать особенности другого человека;
5. Способствовать развитию позитивного восприятия себя и другого человека.

Нормативно-правовое основание программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями от 05.12.2022 г.).
2. Федеральный закон от 24.09.2022г. № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. Приказов Минпросвещения России от 18.07.2022 N 568, от 08.11.2022 N 955).
4. Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (в ред. Приказов Минпросвещения России от 12.08.2022 N 732).
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.10.2024 № 704 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования" (Зарегистрирован 11.02.2025 № 81220)
6. Профессиональный стандарт педагога-психолога от 24.07.2015 г. (в ред. Приказа Минпросвещения России от 6 ноября 2024 года №778)
7. Стратегия развития воспитания на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р).
8. Методические рекомендации по созданию и развитию служб примирения в образовательных организациях, разосланные письмом МИНОБРНАУКИ РФ от 11.04.2025 N 07-1660.
9. Концепция развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Министром образования и науки Российской Федерации 19 декабря 2017 г.).
10. Порядок организации индивидуальной профилактической работы в отношении несовершеннолетних и семей, находящихся в социально опасном положении, коррекции детского и семейного неблагополучия (утв. от 29.12.2021 г. Заместителем Губернатора области, председателем областной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав Л.В. Каманиной (информационное письмо

Департамента образования Вологодской области от 25.03.2022 №ИХ.20-2609/22))
https://vmk.psy.viro35.ru/images/2022/06/57_20-2609-22.pdf

11. Порядок оказания экстренной (неотложной) психологической помощи в образовательных организациях Вологодской области, утвержденного приказом Департамента образования области от 03.10.2023 № 1955, // Оф. сайт Министерства образования Вологодской области
<https://minobr.gov35.ru/dokumenty/dokumenty/8194077/>

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

Программа рассчитана на 14 занятий, продолжительность одного занятия – 1,5-2 часа.

В программе используется групповая форма работы.

Направления работы:

1. Направления работы на уровне ОО:

- диагностика психоэмоциональной среды ОУ и мотивационно-образовательная работа с администрацией;
- программы формирования благоприятного психологического климата ОУ
- мероприятия, направленные на сплочение образовательного сообщества МБОУ «Тотемская СОШ №3»

2. Направления работы с педагогическим коллективом и родителями:

- консультативно-образовательная работа с педагогическим составом и родителями;
- программы повышения психолого-педагогической компетентности взрослых (родителей, педагогов)

3. Направления работы с учащимися

- консультативно-коррекционная работа с детьми, подвергшимися жестокому обращению;
- информационно-просветительская работа с коллективом учащихся
- повышение уровня коммуникативной культуры учащихся
- профилактика и коррекция отклонений в эмоциональной сфере подростков;
- профилактика асоциального поведения школьников
- развитие навыков стрессоустойчивости, конструктивного поведения в конфликте и уверенного поведения, навыков саморегуляции.

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

Психолого-педагогические аспекты профилактики

Для определения ситуации психологического насилия и его последствий необходимо собрать информацию и провести клинико-психологическое обследования. Опрашиваются пострадавший, возможные участники издевательств над жертвой и свидетели. Тщательным образом проводится анализ полученной информации.

Первичная профилактика реализуется по 3 направлениям:

1. Создание условий недопущения психологического насилия.
2. Скорейшее и грамотное разобщение ребенка со стрессовыми воздействиями.
3. Укрепление защитных сил организма в противостоянии психологическому насилию 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 психологического насилия и оказанию квалифицированной комплексной помощи.

Третичная профилактика предполагает реабилитацию детей и подростков с тяжелыми формами последствий психологического насилия. Острый психоз и суицидальное 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.

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

Задачи профилактики психологического насилия:

- подготовка учителей для работы с трудными детьми;
- содействие улучшению социального самочувствия;

- психолого-педагогическое просвещение родителей;
- устранение психотравмирующей и социально опасной ситуации;
- снижение риска злоупотребления ПАВ;
- 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.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

1. Расширение конструктивных способов взаимодействия с окружающими.
2. Развитие навыков самоконтроля.
3. Развитие эмпатии.
4. Повышение ответственности за принятие решений и свои действия.
5. Оптимизация межличностных и межгрупповых отношений в классном коллективе.

Критерии оценки планируемых результатов:

1. Знание способов конструктивного взаимодействия и использование их в практической деятельности.
2. Применение навыков самоконтроля.
3. Понимание эмоционального состояния другого человека, своих чувств.
4. Проявление признаков ответственного поведения в конфликтных ситуациях.
5. Повышение уровня: умения адекватно выражать свои чувства, противостоять давлению и манипуляциям со стороны других людей.

4.ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ пп	Тема занятия	Примерное содержание занятий и основные виды деятельности обучающихся
1.	«Знакомство. Первичная диагностика»	Знакомство участников друг с другом, создание благоприятных условий для работы группы, принятие правил в группе.
2.	«На страже своих границ»	Границы личного пространства. О психологическом и других видах насилия. Способы защиты, специалисты, которым можно обратиться за помощью.
3.	«Есть ли шанс у белой вороны?»	Основные понятия, причины и последствия, действия в ситуации психологического насилия.
4.	«Мир чувств и эмоций»	Раскрытие понятий «чувство», «эмоции». Идентификация чувств. Способы выражения эмоций безопасным, социально-приемлемым способом.
5.	«Агрессия может быть конструктивной»	Познакомить с понятием «агрессивное поведение», обучение навыкам распознавания и преодоления собственной агрессивности. Отработка приемов неагрессивного ответа на давление, словесную агрессию.
6.	«Почему мы конфликтуем?»	Введение понятия конфликт. Причины и виды конфликтов. Собственная модель поведения в конфликте.
7.	Общение и его роль в трудных жизненных ситуациях.	Понятие общения. Основные формы общения. Барьеры в общении. Получение опорных пунктов конструктивного общения через упражнения. Правила бесконфликтного общения в команде. Техники успешного поведения в трудных жизненных ситуациях.
8.	«Эффективная коммуникация. Ассертивное поведение»	Понятие «эффективная коммуникация» и «ассертивное поведение». Способы эффективной коммуникации: использование «Я-высказывания». Методы ассертивного противостояния негативному давлению.
9.	«Возведем мосты, разрушим стены»	Понятие уверенного поведения. Отличия уверенного, неуверенного и агрессивного поведения. Отработка навыков уверенного поведения, коммуникативных навыков.
10.	«Гармония с собой»	Средства и методы саморегуляции. Способы релаксации. Определение своих лучших качеств, использование их в качестве ресурса

		в преодолении трудных ситуаций.
11.	«Наши ценности и традиции»	Понятие «ценности», «традиции». Истории собственной семьи и истории семей своих сверстников.
12.	«Дверь в человеческие отношения открывается на себя»	Понятие эмпатии. Способы самопознания. Повышение самопонимания на основе своих положительных качеств.
13.	«Когда не нужны комментарии»	Понятие «рефлексия», «обратная связь». Виды и способы рефлексии и обратной связи.
14.	Подведение итогов: Заключительная диагностика	Подведение итогов: какую пользу принесли занятия, анализ полученного опыта групповой и индивидуальной работы.

Список использованных источников

1. Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. - М.: Генезис, 2006. - 256 с.
2. Предотвращение насилия в образовательных учреждениях. Методическое пособие для педагогических работников /Л.А. Глазырина, М.А. Костенко; под ред. Т.А. Епомяна. - М.: БЭСТ-принт, 2015. - 144 с.
3. Сафонова Т.Я., Цымбал Е.И. Жестокое обращение с детьми - М.: Психология и педагогика, 1993г.
4. Школа без насилия. Методическое пособие/Под ред. Н.Ю. Синягиной, Т.Ю. Райфшнайдер. М.: АНО «Цнпро», 2015. - 150 с.
5. Медиация - дети - соцсети. Рекомендации для педагогических работников образовательных организаций, специалистов в области воспитания и профилактики девиантного поведения несовершеннолетних по использованию медиативных технологий в социальных сетях / Составители: Козлов А.А., Быкова М.В. - М: ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2024. - 43 с. / https://vk.com/public193719167?w=wall-193719167_1175
6. Памятка для педагогов по оказанию психологической помощи детям и подросткам в кризисном состоянии (материалы по оказанию психологической помощи в кризисных ситуациях (ФКЦ МГППУ)/ https://vk.com/gvp35?w=wall755312815_155
7. Методические рекомендации «Создание и обеспечение системы экстренной и кризисной психологической помощи в составе психологической службы в системе общего образования и среднего профессионального образования» (ФКЦ МГППУ) / https://vk.com/public193719167?w=wall-193719167_1315
8. Методические рекомендации по формированию благоприятного социально-психологического климата в учебных коллективах (*рекомендованы региональным учебно-методическим объединением специалистов психолого-педагогической службы в системе образования Вологодской области, протокол от 20.03.2025 г. № 1, инф. письмо Министерства образования ВО от 18.04.2025 №ИХ.20-4205/25*)/ <https://viro35.ru/wp-content/uploads/2025/04/Методические-рекомендации-по-формированию-психологического-климата-в-ОО.pdf>