170 СРЕДНО УЧИЛИЩЕ "ВАСИЛ ЛЕВСКИ"
гр.София, р-н"Нови Искър", ул."Искърско дефиле" № 277, п.к.1280
тел.:(+ 359 2)892 30 81; 892 30 86, 892 30 80,
e-mail: sou_170@abv.bg

УТВЪРЖДАВАМ:.....
Биляна Найденова
Директор на 170 СУ „Васил Левски"

П Л А Н

ЗА РАБОТА НА УЧИЛИЩЕН КООРДИНАЦИОНЕН СЪВЕТ ЗА СПРАВЯНЕ С НАСИЛИЕТО И ТОРМОЗА В УЧИЛИЩЕ

В ИЗПЪЛНЕНИЕ

на „МЕХАНИЗЪМ ЗА ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ НА ТОРМОЗА И НАСИЛИЕТО",
учебна 2026-2027 година
Приет на Педагогически съвет, проведен **на 04.09.2026 г.**

СЪСТАВ НА СЪВЕТА:

Председател: Биляна Виденова– зам.директор УД
Членове:
Гергана Додева – психолог
Анастасия Петрова – педагогически съветник
Пламен Димитров – педагогически съветник
Моника Николова- главен учител

170 СРЕДНО УЧИЛИЩЕ "ВАСИЛ ЛЕВСКИ"
гр.София, р-н"Нови Искър", ул."Искърско дефиле" № 277, п.к.1280
тел.:(+ 359 2)892 30 81; 892 30 86, 892 30 80,
e-mail: sou_170@abv.bg

УТВЪРЖДАВАМ:.....
Биляна Найденова
Директор на 170 СУ „Васил Левски"

П Л А Н

ЗА РАБОТА НА УЧИЛИЩЕН КООРДИНАЦИОНЕН СЪВЕТ ЗА СПРАВЯНЕ С НАСИЛИЕТО И ТОРМОЗА В УЧИЛИЩЕ

В ИЗПЪЛНЕНИЕ

на „МЕХАНИЗЪМ ЗА ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ НА ТОРМОЗА И НАСИЛИЕТО",
учебна 2026-2027 година
Приет на Педагогически съвет, проведен **на 04.09.2026 г.**

СЪСТАВ НА СЪВЕТА:

Председател: Биляна Виденова– зам.директор УД
Членове:
Гергана Додева – психолог
Анастасия Петрова – педагогически съветник
Пламен Димитров – педагогически съветник
Моника Николова- главен учител

ОСНОВНИ ЕЛЕМЕНТИ НА МЕХАНИЗМА ЗА ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ НА ТОРМОЗА И НАСИЛИЕТО В УЧИЛИЩЕ

I. Предмет

Проучване и подпомагане психичното развитие и здраве на децата и юношите в системата на средното образование, чрез превантивни мерки и сътрудничество по прилагането на „Механизъм за противодействие на тормоза и насилието в институциите в системата на предучилищното и училищното образование".

II. Цел

Разработване и прилагане на цялостен училищен подход, полагане на координирани и последователни усилия за предотвратяване на тормоза и създаване на по-сигурна училищна среда.

III. Задачи:

1. Изготвяне на план за превенция и интервенция на насилието и тормоза в училище.
2. Разработване на защитна мрежа за интервенция при случая на тормоз в училище.

IV. Дейности:

№	ДЕЙНОСТИ	СРОК	ОТГОВОРНИК
I.	**ДЕЙНОСТИ ПО ПРЕВЕНЦИЯ НА НАСИЛИЕТО И ТОРМОЗА**		
1.	Предварителна подготовка и оптимизиране на системата от дежурства и видеонаблюдение, с цел не допускане на насилие и тормоз.	м.септември 2026 г.	Директор, Училищно ръководство
2.	Запознаване на педагогическия състав, родителите и учениците със същността на проявите на насилие и тормоз, прилагането на превантивните мерки и процедурите за реагиране в ситуации на тормоз.	до 30 октомври 2026 г.	УКСПТН, Кл.ръководители
3.	Оценка на проблема, чрез прилагане на стандартизиран въпросник към ученици/ учители/ родители.	до 30 октомври 2026 г.	УКСПТН, психолог, Кл.ръководители
4.	Изготвяне на правила за поведение и ценности в класната стая и в училище.	м.октомври 2026г.	УКСПТН, Кл.ръководители
5.	Анализ и обобщаване на получените резултати след провеждане на оценката на проблема с насилието в училище	м.ноември 2026 г.	УКСПТН, Кл.ръководители
6.	Приемане на план за превенция на насилието и тормоза. /на пед.съвет/	до м.ноември 2026г.	Педагогически съвет
7.	Включване във вътрешноучилищни обучения за повишаване на квалификацията на педагогическите специалисти за справяне с училищния тормоз съгласно План за квалификационна дейност на 170 СУ „Васил Левски".	м.октомври 2026 г. до м.юни 2027г.	Директор
8.	Изработване и разпространение на информационно-образователни материали, съобразени с различните възрастови групи и свързани с: кибертормоз, превенция на тормоза и др.	м.октомври 2026 г. до м.юни 2027 г.	Педагогически съветници, кл.ръководители
9.	Поддържане на интернет страница и папка с методически материали по превенция на тормоза и насилието в помощ на класните ръководители.	м.октомври 2026 г. до м.юни 2027 г.	УКСПТН, координатор

10.	Благотворителна мисия „Да подадем ръка". Коледен базар.	м.декември 2026 г.	УКСПТН, Ученически съвет, „Арт студио"
11.	Ден на розовата фланелка.	м.февруари 2027 г.	УКСПТН, Ученически съвет
II.	**ДЕЙНОСТИ С УЧИЛИЩНОТО НАСТОЯТЕЛСТВО**		
1.	Привличане на родители - специалисти от областта на помагащите професии, с чиято помощ могат да се реализират училищни инициативи;	м.октомври 2026 г. до м.юни 2027 г.	УКСПТН, председател на ОС и УН
2.	Ангажиране на Училищното настоятелство и Обществения съвет с проблемите и противообществените прояви на учениците.	М.октомври 2026 г. до м.юни 2027 г.	УКСПТН, председател на ОС и УН
3.	Привличане на родители, които могат да станат посредници между училището и родителите или други организации и институции.	М.октомври 2026 г. до м.юни 2027 г.	УКСПТН, председател на ОС и УН
III.	**ДЕЙНОСТИ ПО ИНТЕРВЕНЦИЯ НА НАСИЛИЕТО И ТОРМОЗА**		
1.	Провеждане на индивидуални консултации с деца, понасящи или извършители на тормоз.	м.октомври 2026 г. до м.юни 2027 г.	Психолог, Педагогически съветници
2.	Включване на ученици с прояви на агресия в провеждането на извънкласни и извънучилищни дейности.	м.октомври 2026 г. до м.юни 2027 г.	Педагогически съветници, кл.ръководители
3.	Взаимодействие и решаване на конфликти между ученици, учители, родители и училищно ръководство.	м.октомври 2026 г. до м.юни 2027 г.	педагогически съветници,кл.ръководители
4.	Провеждане на тематични родителски срещи.	М.октомври 2026 г. до м.юни 2027 г.	Класни ръководители,Педагогически съветници
5.	Водене на дневник за регистриране на ситуации на тормоз в училището.	м.октомври 2026 г. до м.юни 2027 г.	УКСПТН
6.	Използване на посредник/ медиатор при разрешаване на конфликти.	м.октомври 2026 г. до м.юни 2027 г.	Класни ръководители,Педагогически съветници
7.	Осъществяване на връзка с МКБППМН, инспектори от ДПС, екипите за подпомагане на личностното развитие в училището, дирекция „Социално подпомагане".	м.октомври 2026 г. до м.юни 2027 г.	Педагогически съветници, Класни ръководители,
8.	Актуализиране на Процедури за действие (реакция) при: • Инциденти • Работа по случай, включително насочване към външни услуги.	м.октомври 2026 г. до м.юни 2027 г.	Педагогически съветници, психолог, класни ръководители,
9.	Изготвяне на годишен отчет на Координационния съвет до директора на училището	до 30 юни 2027 г.	Координатор на УКСПТН

Приложение №1

ИНФОРМАЦИЯ ЗА СЛУЧАЙ НА НАСИЛИЕ/ТОРМОЗ

Дата .....

Име и презиме на ученика/учениците

.....

.....

.....

Клас..... Класен ръководител .....

Описание на ситуацията

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Предприети мерки

.....

.....

.....

.....

Коментар.....

.....

.....

Име на служителя, подал информацията

.....

Подпис.....

МАТЕРИАЛИ В ПОЛЗА НА ПРЕВЕНЦИЯ НА ТОРМОЗА И НАСИЛИЕТО

/за класните ръководители/

СЪЩНОСТ НА ПОНЯТИЕТО

БУЛИНГ - УЧИЛИЩЕН ТОРМОЗ

Английският термин характеризира действия, които може да не са обект на правото, но имат негативен характер и чертите на тормоз, и за това в много страни се разглеждат като отделен подтип тормоз, в България наричан булинг.

Агресията към връстниците е най-често срещана в началните и средните училища. Според сайта „Първите седем“, булингът в училище е „явление, при което едно дете (или група деца) наранява, унижава или плаши друго дете целенасочено отново и отново. Това може да се случва по много начини:

Бутане, блъскане Препъване, ритане, удряне, шамаросване, подхвърляне на расистки, сексистки и фанатични забележки, наричане с прякори, изнудване, правене на иронични забележки, отправяне на заплахи щипане, разпространяване на слухове и лъжи, кражба или унищожаване на нечии вещи, изпращане на груби имейли или бележки, измъчване, тормоз, злоупотреба с профила на личността във виртуалното пространство.

НАСИЛИЕ (АГРЕСИЯ)

„Насилие” над дете е всеки акт на физическо, психическо или сексуално насилие, пренебрегване, търговска или друга експлоатация, водеща до действителна или вероятна вреда върху здравето, живота, развитието или достойнството на детето, което може да се осъществява в семейна, училищна и социална среда.

- Физическо насилие е причиняване на телесна повреда, включително причиняване на болка или страдание, без разстройство на здравето.
- Психическо насилие са всички действия, които могат да имат вредно въздействие върху психичното здраве и развитие на детето, като подценяване, подигравателно отношение, заплаха, дискриминация, отхвърляне или други форми на отрицателно отношение, както и неспособността на родителя, настойника, попечителя или на лицето, което полага грижи за детето, да осигури подходяща подкрепяща среда.
- Сексуално насилие е използването на дете за сексуално задоволяване.
- Пренебрегване е неуспехът на родителя, настойника и попечителя или на лицето, което полага грижи за детето, да осигури развитието на детето в една от следните области: здраве, образование, емоционално развитие, изхранване, осигуряване на дом и безопасност, когато е в състояние да го направи.

Насилието може да бъде от възрастен към дете, между деца, и от дете към възрастен.

ТОРМОЗ

С термина тормоз означаваме злонамерена проява, която има за цел да нарани или унижи дете, извършва се от позиция на силата, като едната страна използва доминиращата си позиция, за да нарани другата физически или психически, да я унизи или изолира(да се има пред вид, че насилникът и жертвата са с различен статут), чрез множество повтарящи се действия във времето.

Тормоз и роли:

- мъчител (агресор) – инициатор и изпълнител, който кани другите да се присъединят, лидер, който измисля нови начини за издевателство;
- помощник на мъчителя – помага с цел да получи одобрението на мъчителя, присъединява се след като тормоза, когато вече е започнал;
- подкрепящ мъчителя – винаги присъства, дори да не се намесва активно; присмива се на жертвата, окуражава мъчителя, приканва другите да се забавляват;
- защитник на жертвата – опитва се да каже на другите да спрат, вика за помощ, защитава или насърчава жертвата;
- страничен наблюдател – стои настрана, преструва се, че не забелязва, не взема страна и не прави нищо;
- жертвата – обект на тормоза.

Проявите на тормоз могат най-общо да бъдат описани като:

- Физически тормоз - удряне, блъскане, ритане, хапане, спъване, плюене, драскане, скубане, затваряне в стая;
- Психически тормоз - обиди, дразнене, подиграване, осмиване, поставяне на прякори, кражби, отправяне на заплахи, клеветене, злепоставяне, чупене, повреждане, вземане на притежания, кражба, заплашителни погледи, неприятелско следене, словесни изрази, които имат за цел да унижат и оскърбят детето на база раса, пол, религия, сексуалност, увреждане или друго. Когато е в група – под формата на изолиране,игнориране, изключване от групови действия, избягване, одумване и разпространение на злобни слухове, натиск върху другите да не влизат в приятелски отношения с децата, обект на тормоз.
- Сексуален тормоз – всяка форма на нежелано словесно, несловесно или физическо поведение със сексуален характер, имащо за цел или водещо до накърняване достойнството на лицето, и по специално създаване на смущаваща, враждебна деградираща, унизителна или обидна обстановка.
- Кибернасилие или кибертормоз - е тормоз, извършван чрез средствата за електронна комуникация – Интернет и мобилни телефони. Отличителните му черти са същите като при „класическия“ тормоз - злонамереност и целенасочено желание да се навреди, дисбаланс на силата (най-вече изразен чрез невъзможността на жертвата да се защити успешно), многократност и продължителна повторяемост във времето. Включва заплахи, говорене на неприятни неща, обиди, изнудване, подиграване, намеци, злонамерени sms и mms-и; разгласяването на GSM-номера на други хора, без съгласието на детето, както и обаждането от негово име на роднини или приятели; снимането с GSM и свободното разпространяване на снимки или клипчета без съгласието на детето, уронващи достойнството му или представяне в неблагоприятна светлина, крадене на идентичност в социалните мрежи, крадене на пароли или разбиване на акаунти (непозволено влизане в чужд профил във Фейсбук или в чужд имейл); пускане в Интернет на снимки или клипчета, които унижават детето; пращането на вируси или нежелани файлове, спам.

РАЗЛИКИ МЕЖДУ ТОРМОЗ И ЗАКАЧКИ ИЛИ ИГРА МЕЖДУ УЧЕНИЦИТЕ

- Ако децата се закачат, бутат или блъскат или си разменят шеги, като при това се смеят, разменят си ролите и позициите и никое от тях няма видимо доминиращо положение, а околните не им обръщат особено внимание, то най-вероятно става дума за игра.

- Ако едно от децата е видимо напрегнато, не се усмихва, опитва се да се махне, ако ролите не се сменят, а другото дете е в постоянно доминираща позиция и това поведение привлича вниманието на околните, то най-вероятно става дума за тормоз.
- Ако ученикът не се чувстват добре от закачките и подигравките, тогава поведението може да е тормоз.
- Ако ученикът, към когото са отправени подигравките, поиска от другото дете да спре и той или тя не спират да се подигравт, тогава става въпрос за тормоз.
- Ако ученикът, който дразни, продължава да дразни или дразни отново и отново, това е тормоз.
- Ако дразненето е за нещо, което ученикът не може да промени (височина, носене на очила, тегло, способност да чете, атлетически способности и пр.), тогава може да е тормоз.
- Ако има и други хора наоколо, които наблюдават ситуацията и се окуражават или се присъединяват към ситуацията на подигравки, това е тормоз.
- Ако едното дете е по-силно или по-популярно, по-голямо на възраст или по-властно, това може да е тормоз.

Ако се касае просто за приятелска игра, учителят може да се намеси, за да предупреди децата да внимават да не се наранят. Ако обаче наблюдаваното поведение може да бъде определено като тормоз, е необходимо да бъдат взети мерки.

Тормозът може да бъде реален или виртуален.

Основните признаци, по които може да се разпознаят насилието и тормозът:

- необясними наранявания;
- неправдоподобни или объркани обяснения за травмите, включително едносрични отговори;
- изгубени или унищожени дрехи, книги, електроника или бижута;
- често главоболие или болки в стомаха, гадене или симулиране на заболяване;
- промени в навиците на хранене като внезапно пропускане на хранене или склонност към преяждане;
- трудно заспиване или чести кошмари;
- понижаване на успеха в училище, загуба на интерес към училището или нежелание да ходят на училище;
- чести отсъствия от определени часове;
- внезапно отчуждаване от приятелите и избягване на социални контакти;
- промени в навиците или в използването на интернет и социалните мрежи;
- чувство на безпомощност и занижена самооценка;
- саморазрушително поведение като бягане от дома, самонараняване или разговори за самоубийство;
- агресивно или демонстративно поведение, упорито непослушание, самонараняване;
- внезапни избухвания, които са необичайни за възрастта или за нивото на развитие на детето;
- употреба на алкохол, медикаменти, занемаряване на външния вид;
- прояви на сексуализирано поведение (имитация на сексуален акт, разголване, използване на език, свързан със сексуални действия ит.н., които са нехарактерни за съответната възраст)

МЕТОДИЧЕСКИ НАСОКИ

Методически насоки и съвети за класни ръководители

за **представяне на темата за тормоза и насилието и за видовете тормоз и насилие** в училище.

Цел: Как учениците да разпознават различните видове тормоз и насилие, причинните последствия от тормоза и насилието и могат да дадат примери за тях.

1. Защо е важно темата за тормоза и насилието да бъде дискутирана с учениците?

Все повече зачестяват случаите на насилие, извършено от деца или над деца.

Училището като място, в което освен ученето се случват и по-голямата част от социалните отношения на учениците, трябва да развива умения за общуване, справяне с рискови ситуации и разбиране на собствените емоции и чувства.

Учениците не винаги осъзнават ефекта от своите думи и действия и често не могат да разграничат как на пръв поглед безобидна игра прераства в тормоз или насилие, който може да нанесе трайни физически и/или психически вреди за жертвата.

Насилие и тормоз има във всяко училище. Но училищата се различават не по типа поведение или степента му на разпространение, а по това как се третира проблемът във всекидневната практика. Нашата роля в изграждането на успешна стратегия срещу тормоза, е обсъждането на тези въпроси с колегите ни, с ръководството, с учениците и с родителите. Като педагози трябва да провокираме задълбочена дискусия с учениците, която да доведе до истинско разбиране на тези понятия и до чувствителност към техните проявления.

2. Насоки как да представим темата пред нашите ученици

Важно е да се чуе мнението и опита на всеки ученик и да подсигурим среда, в която никой да не се почувства обиден — някои ученици може би вече са били жертва или причинител на насилие и тормоз. Уважавайте и зачитайте личното пространство на учениците, за които това би могло да е болезнена тема и не биха желали да споделят. Можете да използвате някои от следните активности:

Общи насоки, активности:

Преди да започнете, коментирайте с класа, че мнението на всеки е важно и че няма правилен или грешен отговор на задаваните въпроси.

Провокирайте реакции по темата, като се допитвате до опита на учениците и използвайте отворени въпроси, при които отговор с „да“ или „не“ НЕ е достатъчен.

- Помисли- обсъди – сподели/ работа в малки групи/

Разделете учениците на малки групи. Дайте на всяка група различна тема на работа като например:

Какво според вас е тормоз? Какво е психически тормоз?, Дайте примери за кибертормоз?, Къде е разликата между играта и насилието? и т.н.

В самите групи всеки участник има една минута (или колкото е необходимо в зависимост от темата) да помисли за себе си, две минути за обсъждане в самата група (по двойки) и след това време за споделяне с класа. На база споделеното се извеждат нужните определения и примери за

тяхното проявление. Техниката не отнема много време и може да се приложи няколко пъти в рамките на учебния час, като е важно да се формират нови групи при смяна на темата. Работата в малки групи дава възможност на учениците да прилагат на практика различни умения за групово сътрудничество: активно слушане, емпатия, доброта, откритост за идеите на другия.

- Брейнсторминг (мозъчна атака)

Техниката често се използва в големи групи с цел бързо набиране на много идеи по дадена тема/въпрос. Може да разделите класа на 2-3 големи групи или да работите с целия клас. Дайте на всяка група бял лист или запишете на дъската различните видове насилие и тормоз и дайте на учениците няколко минути да запишат по 3-4 примера под всеки вид. Фокусът е да се дадат максимален брой примери, като не се обръща толкова внимание на това дали наистина са по темата. След това на база споделяне на примерите с класа и обсъждането им може да извлечете дефинициите и да дискутирате с класа какви са причините и последствията за участниците от подобен вид поведение.

- Казуси или истории

Този метод включва представянето и анализа на инцидент, история или сценарий, който се е случил или би могъл да се случи. Той трябва да е прост и основан на реални факти. Добре е да подготвите няколко казуса, които да са реалистични за вашата среда, и да разделите класа на групи, като всяка да работи по отделен казус. Всяка група има време за запознаване и вътрешно обсъждане, а след това казусът и изводите от него се представят пред класа. Възможни въпроси към казуса биха били: Говорим ли за тормоз в случая?, За какъв вид?, Какви са последствията за жертвата? и т.н. Обсъждането на казуси/истории в групи дава възможност на всеки ученик да участва активно и да помисли какво би могъл да направи, ако самият той се озове в подобна ситуация..

- Разиграване на роли/ролеви игри

Ефикасен метод за моделиране и прилагане на практика на нови умения в една безопасна и оказваща подкрепа среда. Разделете класа на две или повече групи и дайте на всяка група задача да разиграе различен вид тормоз. Всеки в групата трябва да има роля — жертва, насилник, наблюдател и т.н. Дискутирайте впоследствие как всеки от „актьорите“ се е почувствал и попитайте „зрителите“ как биха постъпили на мястото на някой от героите. Тъй като разиграването на роли е много емоционално занимание е особено важно да се подчертае, че участниците играят своите герои, а не себе си. Ролевите игри позволяват да се преживее реалната ситуация без реален риск. Питайте дали има желаещи да изиграят съответния герой и въведете следните основни правила.

Питайте дали има желаещи да изиграят съответния герой и въведете следните основни правила:

1. *Не трябва да разкриват лична информация, която им е неудобно да споделят;*
2. *Не е позволен физически контакт или нагрубяване;*
3. *Актьорите не бива да използват реални имена.*

Допълнителни ресурси

Важно е работата по темата да продължи през цялата учебна година, за да има дългосрочен ефект. Може да се направи опит за адаптирането на различни ресурси и използването им в час, извън час и в свободното време, като например веднъж седмично обсъждане на казус от училище, табло на разбирателството, изложба на тема „Училище без тормоз“, филм с дискусия,

информационни дейности, работна група или конференция на ученическите обединения, психо драма/форум-театър на чужд език и т.н.

Идеи и ресурси за допълнителни дейности могат да бъдат открити на:

1. „Класна стая без тормоз“ — наръчник за учители: http://bit.ly/2x7bwy0
2. „Онлайн тормозът“ — наръчник за учители: http://bit.ly/2xPLQdb
3. „Деца, родители и учители срещу езика на омразата“ — наръчник, съдържащ 10 примерни теми, които могат да се използват за работа с деца 1 -4 клас в часовете по различни предмети: http://bit.ly/2xI5kAф
4. Учебна тетрадка „Деца, родители и учители срещу езика на омразата“ — съдържа забавни задачи за децата, чрез които да се задълбочи разбирането им за различията и толерантността: http://bit.ly/2fCrWbt
5. „Случилище.бг“ — сбор от добри практики и материали по темата: http://bit.ly/2xSIqYl