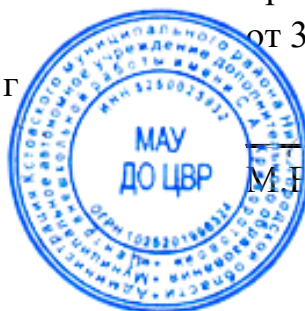


Департамент образования
администрации Кстовского муниципального округа
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы имени С. А. Криворотовой»

Рассмотрена
педагогическим советом
МАУ ДО ЦВР
протокол № 1 от 30.08.2024 г

Утверждена
приказом директора
от 30.08.2024 г. № СЛ-751002/24




М.Е. Позжванюк

**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа «Каждый нужен, каждый важен»
объединения «Психология»**

Направленность: социально-гуманитарная

Уровень: базовый

Вид программы: модифицированная

По срокам реализации: краткосрочная

Возраст обучающихся: 13-16 лет

Автор - составитель:
педагог-психолог
Зубенко Алена Андреевна

Размещена на сайте организации:

г. Кстово 2024 г.

Оглавление

Раздел I. Комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты)	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	9
1.3. Содержание программы (учебный план, содержание учебного плана)	10
1.3.1. Учебный план	10
1.3.2. Содержание учебного плана	11
1.4. Планируемые результаты освоения программы	13
Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации	15
2.1. Календарный учебный график (рабочая программа)	15
2.2. Условия реализации программы	17
2.2.1. Материально-техническое обеспечение:	17
2.2.2. Информационно – образовательные ресурсы	17
2.2.3. Учебно – методическое обеспечение	17
2.2.4. Кадровое обеспечение	17
2.3. Формы аттестации/контроля	17
2.4. Оценочные материалы	18
2.5. Методическое обеспечение программы	19
Список литературы:	21
Приложение 1	27
Планы конспекты занятий	27
Приложение 2	97
«Абстрактная реальность» или умеете ли вы побеждать свой страх?	97
Приложение 3	101
Анкеты и опросники по программе	101
Приложение 4	107
Рефлексивный лист	107
Приложение 5	108
Сведения о практической апробации программы на базе образовательного учреждения	108
.....	119

Раздел I. Комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты)

1.1.Пояснительная записка

Нормативно-правовое обеспечение программы:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Каждый нужен, каждый важен» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении порядка организации образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Локальные акты учреждения.

Актуальность программы:

В современном мире все чаще педагоги, обучающиеся и их родители, а также психологи обращаются к вопросам толерантности и противостояния агрессии. Особенно актуальными эти вопросы становятся в подростковом возрасте, в то время, когда личность ребенка находится в кризисном состоянии: отсутствие стабильности, чувства защищенности, эмоциональные качели и тд.

Актуальность программы «Каждый нужен, каждый важен» заключается в том, что проблема буллинга в системе образования все чаще привлекает к себе внимание. И потому вопрос предупреждения ситуаций насилия в образовательных организациях очень актуален. И в этом случае, проработку и

устранение предпосылок к буллингу ложится на образовательные учреждения, что позволяет сохранить психологическое здоровье учащихся и создать комфортную образовательную среду, которая обеспечит высокое качество образования и духовно-нравственного развития учащихся.

Буллинг - агрессивное преследование и издевательство над одним из членов коллектива (особенно коллектива школьников, но также и коллег) со стороны другого, но также часто группы лиц, не обязательно из одного формального или признаваемого другими коллектива.

Выделяют несколько типов буллинга:

1. **Физический.** Он проявляется побоями, иногда даже намеренным членовредительством.

2. **Поведенческий.** Это бойкот, сплетни (распространение заведомо ложных слухов, выставляющих жертву в невыгодном свете), игнорирование, изоляция в коллективе, интриги, шантаж, вымогательства, создание неприятностей (крадут, портят личные вещи).

3. **Вербальная агрессия.** Выражается в постоянных насмешках, оскорблениях, окриках и даже проклятиях.

4. **Кибербуллинг.** Самое последнее, но очень популярное среди подростков. Проявляется в травле при помощи социальных сетей или направлении оскорблений на электронный адрес. Сюда входит съемка и выкладывание неприглядного видео в общий доступ.

Подростки с особой остротой переживают свое взросление, заявляя об этом через агрессию, непослушание, алкоголь, трудности в обучении или какими-то иными способами. Групповые психологические занятия необходимы современным подросткам.

Профилактика буллинга в общеобразовательных учреждениях **представляется важной задачей** образования, так как травля детей сверстниками — одна из наиболее распространенных проблем в образовательных организациях и детских коллективах, приводит к укреплению агрессии и насилия в группе и в учреждении, снижению успеваемости,

эмоциональным и невротическим проблемам, существенно увеличивает риск суицида среди подростков.

Программа направлена на формирование адекватных представлений о правах человека и правилах поведения в опасных ситуациях, нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению как обучающимся, так и к педагогам. Опыт, который дети приобретут в результате данного курса занятий, поможет им научиться справляться с трудными конфликтными ситуациями, повысит уровень знаний об ответственности за совершенные акты насилия, будут проинформированы о возможных рисках и опасностях, ребята смогут прогнозировать результаты своего поведения, конструктивно взаимодействовать с окружающими. Данный учебный курс направлен также на развитие способности по выработке собственной позиции и критической переработке информации, помогает научиться принимать решения, делать выбор и нести за него ответственность, моделировать свое будущее, ощущать себя полноправными гражданами общества, способными отстаивать свои права конструктивными способами и участвовать в общественной жизни.

Отличительные особенности программы: Программа составлена с учетом особенностей подросткового возраста для учащихся 7-11 классов и способствует развитию личностных качеств, умения конструктивного действия в конфликтных ситуациях, отстаиванию своей позиции, умения говорить «нет». Занятия проводятся в кабинете.

Уровень освоения программы: базовый

Направленность (профиль): социально-гуманитарная

Адресат программы: Программа адресована для обучения детей (подростков) в возрасте 13- 17 лет. Программа особенно будет интересна и полезна тем, кто желает повысить свой уровень саморегуляции, научиться распознавать и решать конфликты. Для обучения принимаются все желающие в возрасте от 13 до 17 лет.

Наполняемость группы: 10-25 человек.

Объем программы: 22 часа

Режим занятий: 1 раз в 2 недели по 1 академическому часу

Срок освоения программы: 1 год

Форма(ы) обучения: Очная

Основные группы методов профилактики буллинга в образовательных учреждениях:

- 1) методы, ориентированные на конкретных детей и подростков;
- 2) методы, ориентированные на семейные отношения;
- 3) методы, ориентированные на ближайшее окружение ребенка (микросоциум).

Реализация программы включает 4 этапа:

Первый этап: подготовительный. Формулируется запрос на работу с подростками, определяется возрастная группа, организуется встреча с родителями, получение разрешения на диагностическую и групповую работу, формируется группа.

Второй этап: диагностический. Осуществляется диагностика группы подростков. Могут быть использованы следующие методики:

1. "Шкала эмоционального отклика" А. Меграбяна и Н. Эпштейна;
2. опросник Басса – Дарки;
3. Тест "Описание поведения в конфликте К. Томаса";
4. Социометрия (Дж. Морено);
5. Анкета, направленная на изучение степени актуальности проблемы буллинга среди подростков.

Диагностика занимает одно занятие в начале и середине проведения программы. Полученные данные фиксируются и анализируются; определяются школьники «группы риска», нуждающиеся в дополнительных индивидуальных коррекционно-развивающих занятиях по развитию навыков социального поведения.

Третий этап: групповая работа. Каждое занятие построено по определенной схеме и условно делится на 3 части:

1. Приветствие - формирование благоприятного эмоционального фона, снятия напряжения и мотивация на работу.

2. Основная часть - реализуется главная цель занятия по определенной тематике.

Характеристика упражнений:

- Проективные упражнения, направленные на само исследование личной модели поведения в различных ситуациях.

- Упражнения-реконструкции, позволяющие проиллюстрировать основную тему занятия, актуализировать и пополнить знания по психологии и педагогике.

- Упражнения, направленные на формирование ответственного поведения.

- Упражнения, направленные на осознание эмоций и чувств.

- Упражнения, обучающие приемам снятия стрессового напряжения, саморегуляции, безопасному выражению эмоций

- Упражнения, направленные на расслабление и снятие мышечных зажимов

3. Рефлексию - подведение итогов занятия, снятие усталости и возможного напряжения, обучение расслаблению. Используются невербальные техники мышечной релаксации, саморегуляции.

Четвертый этап: повторная диагностическая работа. В рамках реализации этот этап предполагает проведение тех же диагностических процедур, что и на первом этапе с целью отслеживания эффективности групповой работы. Так же, как и в первом обследовании, этот этап занимает одно занятие.

Направления работы:

1. Направления работы с администрацией:

- диагностика психоэмоциональной среды ОУ и мотивационно-образовательная работа с администрацией;

- занятия для формирования благоприятного психологического климата ОУ;

- мероприятия, направленные на сплочение образовательного сообщества.

2. Направления работы с педагогическим коллективом и родителями:

- консультативно-образовательная работа с педагогическим составом и родителями;

- повышение 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.

Сетевая форма реализации образовательной программы

На основании статьи 15 «Сетевая форма реализации образовательных программ» Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020) реализация настоящей дополнительной общеобразовательной программы может осуществляться в сетевой форме совместно с организациями-партнерами МАУ ДО ЦВР с приглашением специалистов: из образовательных организаций Кстовского муниципального округа, сектора по обеспечению деятельности комиссии по делам несовершеннолетних, ОДН ОМВД России по Кстовскому округу, ГБУЗ НО «Кстовская центральная районная больница».

Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии

На основании статьи 16 «Реализация образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий» Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020) в исключительных случаях (по желанию подростка), образовательная деятельность по дополнительной общеобразовательной программе может осуществляться с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

При реализации дополнительной общеобразовательной программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий будут использованы следующие модели обучения с использованием ресурсов, предоставляемых сетью Интернет:

1. Консультации обучаемых, в том числе рассылка и размещение заданий, проводятся с помощью электронной почты или дистанционной площадки (ВКонтакте);

2. Онлайн консультации и занятия (групповые и индивидуальные) с учащимися, проводятся с помощью средств телекоммуникаций (Сферум, Skype, Zoom, Viber).

3. Размещение видеоуроков занятий осуществляется на видеохостинге RuTube или дистанционной площадке объединения в социальной сети ВКонтакте.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: Формирование у обучающихся навыков жизнестойкости, навыков конструктивного выражения своих потребностей и понимания потребностей другого человека как предпосылки для предотвращения жестокого обращения с детьми.

Задачи программы:

1. снижение агрессивных и враждебных реакций;
2. оптимизацию межличностных и межгрупповых отношений;

3. формирование навыков конструктивного реагирования в конфликте;
4. развитие толерантности, эмпатии.

Образовательные:

1. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей установку преодоления.
2. Содействовать формированию эго-идентичности. Учить анализировать свое поведение, свои поступки и поступки других.

Развивающие:

1. Развивать самосознание, самопринятие.
2. Способствовать актуализации индивидуальных взглядов, позиций, установок.
3. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений и адаптации в социальной среде.

Воспитательные:

1. Прививать умение быть толерантными и терпимыми к недостаткам и особенностям других людей.
2. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
3. Формировать терпимость к мнению собеседника. Учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

1.3. Содержание программы (учебный план, содержание учебного плана)

1.3.1. Учебный план

№	Наименование раздела, темы занятий/ мероприятий	Кол-во часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1: Понятие буллинг		4	2	2	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1		опрос
2	Диагностика «Исследование психоэмоционального состояния»	1		1	диагностика
3	Круглый стол: «Что такое буллинг. Есть ли буллинг в нашей группе.»	2	1	1	рефлексия, наблюдение
Раздел 2: Профилактика буллинга		8	4	4	
1	Тренинг «Давайте будем жить	1		1	рефлексия,

	дружно!»				наблюдение
2	Родительское собрание. Тренинг для родителей «Буллинг в подростковой среде».	1	1		анкетирование
3	Педсовет на тему: «Профилактика буллинга в образовательном учреждении»	1	1		рефлексия, наблюдение
4	Развивающее занятие: «Бояться страшно. Действовать не страшно»;	1		1	рефлексия, наблюдение
5	Квиз «О правилах поведения и безопасности на улице»;	1	1		рефлексия, наблюдение
6	Тренинг «Учись быть добрым»;	1		1	рефлексия, наблюдение
7	Круглый стол «Что такое агрессия? Как не стать жертвой насилия»;	1	1		рефлексия, наблюдение
8	Развивающее занятие: «Способы решения конфликтов с ровесниками»	1		1	диагностика
Раздел 3: Форум- театр «Я делаю выбор»		4	1	3	
1	Занятие «Вся жизнь театр – а мы актеры»	2	1	1	рефлексия, наблюдение
2	Спектакль «Я делаю выбор»	2		2	рефлексия, наблюдение
Раздел 4. Как предотвратить буллинг		6	2	4	
1	Киноклуб. Просмотр и обсуждение фильма «Чучело»	2	1	1	опрос
2	Анкетирование детей «приходилось ли тебе сталкиваться с жестоким обращением?»	1		1	диагностика
3	Групповое занятие с элементами тренинга на тему «Ценить других...»	1		1	рефлексия, наблюдение
4	Повторная диагностика (учащихся группы риска)	1		1	диагностика
5	Итоговое занятие. Стань героем комиксов.	1	1		рефлексия, наблюдение
Итого		22	9	13	

1.3.2. Содержание учебного плана

Раздел 1: Понятие буллинг

Теория: Основные понятия: Буллинг, кибербуллинг, агрессор, жертва, наблюдатели.

Практика: Упражнения «Снежный ком», игра «Поменяйтесь местами те...», упражнение «Змейка», упражнение «Салфетки», упражнение «Какого

цвета у меня настроение», упражнение «Человеческий или нечеловеческий выбор?», упражнение «Коробочка мыслей».

Анкетирование «Что я знаю о буллинге», социометрия Дж. Морено, Анкета «степень актуальности проблемы буллинга среди подростков», "Шкала эмоционального отклика" А. Меграбяна и Н. Эпштейна, Опросник Басса – Дарки, Тест "Описание поведения в конфликте К. Томаса"

Раздел 2: Профилактика буллинга

Теория: Виды буллинга, психологическое (моральное) насилие: вербальный, социальное исключение, кибербуллинг. Физическое насилие: избиение, нанесение удара, подзатыльники, порча и отнимание вещей, воровство. Понятия: инициаторы, преследователи, наблюдатели, жертвы, агрессор, соагрессор, защитники, эмоции, чувства, настроение, переживания, радость, гнев, удивление, грусть, страх, доброта, бытовое насилие, агрессия, жестокость, ненасильственное общение. Маркеры буллинга для педагогов, маркеры буллинга для родителей.

Практика: Упражнение «Мы отличаемся, мы похожи друг на друга», упражнение «Этюды», упражнение «Ярлыки», упражнение «Ласковое имя», упражнение «Лимоны и Апельсины», упражнение «потому что, это хорошо или плохо...», упражнение «Ассоциации», Упражнения «Что делать? Действуй!», графический тест «Абстрактная реальность», упражнение «Мусорное ведро», квиз «безопасность», упражнение «Ассоциации», расслабляющее упражнение “Волшебный цветок добра”, игра «Свод законов доброты», упражнение «Цветок добрых дел», упражнение «Добрая самооценка», упражнение «Пожелание, упражнение: «Обсуждение ситуаций», упражнение «Снежный ком», упражнение: «Рисунок одним карандашом», упражнение: «Я чувствую – Я прошу», упражнение: «Найди ответ», *упражнение «Белая ворона».*

Раздел 3: Форум- театр «Я делаю выбор»

Теория: Основные понятия: конфликт (понятие, функции, виды), стадии эскалации конфликтной ситуации, принципы конструктивного решения

конфликтов, этапы разрешения конфликта, буллинг (определение, формы, причины), роли в буллинге.

Практика: Упражнение на расслабление и снятие напряжения, спектакль.

Раздел 4. Как предотвратить буллинг

Теория: Буллинг, кибербуллинг, агрессор, жертва, наблюдатели.

Практика: Просмотр и обсуждение фильма «Чучело», упражнение: «образ жертвы, агрессора, свидетели, защитники», упражнение «Самолетики», упражнение: «Сегодня у меня...», упражнение: «Сильные стороны», просмотр мультфильма, упражнение «Чем мы отличаемся друг от друга - Чем мы похожи друг на друга», упражнение «Чучело», упражнение игра «Камень, ножницы, бумага», упражнение «Салфетки», создание комикса.

Анкета, направленная на изучение степени актуальности проблемы буллинга среди подростков», *"Шкала эмоционального отклика" А. Меграбяна и Н. Эпштейна, Опросник Басса – Дарки, Тест "Описание поведения в конфликте К. Томаса"*.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты:

По окончании курса дети должны знать/понимать:

- знать способы конструктивного взаимодействия и использование их в практической деятельности.
- применять навыки самоконтроля.
- уметь понимать эмоционального состояния другого человека, своих чувств.
- основные понятия конфликтологии;
- важность эмоциональной сферы в жизни человека, соблюдение психогигиены эмоциональной жизни; важность положительного самоотношения, самопринятия, самопрограммирования;
- правила эффективного общения с окружающими; - свои индивидуальные особенности (характер, темперамент, мотивы, интересы);

Метапредметные результаты:

- умение анализировать;
- умение работать с текстом;
- развитие воображения;
- развитие внимания и памяти;
- развитие эмпатии и толерантности.

Личностные результаты:

- оценивать свои и чужие поступки, выбирать, как поступить, отвечать за свой выбор;
- осознавать важность саморазвития, использовать это знание в жизненных ситуациях;
- осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него, вырабатывать свои мировоззренческие позиции; - понимать чувства других людей;
- идти на взаимные уступки в разных ситуациях;
- осознавать свои эмоции, мысли, черты характера, адекватно выражать и контролировать их в общении.

Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации

2.1. Календарный учебный график (рабочая программа).

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля
1	сентябрь	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	Теория Беседа	Наблюдение. Опрос
2	сентябрь	Диагностика «Исследование психо-эмоционального состояния»	1	Входящая тестовая диагностика	Результаты тестовой диагностики.
3	октябрь	«Что такое буллинг. Есть ли буллинг в нашем группе.»	1	Круглый стол	Выставление балловых оценок по результатам занятия. *
4	октябрь	«Что такое буллинг. Есть ли буллинг в нашем группе.»	1	Круглый стол	Выставление балловых оценок по результатам занятия. *
5	ноябрь	«Давайте будем жить дружно!»	1	Тренинг	Следящая диагностика. Выставление балловых оценок по результатам занятия. *
6	ноябрь	Родительское собрание. «Буллинг в подростковой среде».	1	Тренинг для родителей	Наблюдение
7	декабрь	Педсовет на тему: «Профилактика буллинга в образовательном учреждении»	1	Тренинг для педагогов	Наблюдение
8	декабрь	«Бояться страшно. Действовать не страшно»;	1	Развивающее занятие	Следящая диагностика. Выставление балловых оценок по результатам занятия. *
9	январь	«О правилах поведения и безопасности на улице»;	1	Квиз	Следящая диагностика. Выставление балловых оценок по результатам занятия. *
10	январь	«Учись быть добрым»;	1	Тренинг	Следящая диагностика. Выставление балловых оценок по результатам занятия. *

11	февраль	«Что такое агрессия? Как не стать жертвой насилия»;	1	Круглый стол	Следящая диагностика. Выставление балловых оценок по результатам занятия. *
12	февраль	: «Способы решения конфликтов с ровесниками»	1	Развивающее занятие	Следящая диагностика. Выставление балловых оценок по результатам занятия. *
13	февраль	Занятие «Вся жизнь театр – а мы актеры»	1	Развивающее занятие	Выставление балловых оценок по результатам занятия. *
14	март	Занятие «Вся жизнь театр – а мы актеры»	1	Развивающее занятие	Выставление балловых оценок по результатам занятия. *
15	март	Спектакль «Я делаю выбор»	1	Подготовка к спектаклю	Выставление балловых оценок по результатам занятия. *
16	март	Спектакль «Я делаю выбор»	1	Подготовка к спектаклю	Выставление балловых оценок по результатам занятия. *
17	апрель	Просмотр и обсуждение фильма «Чучело»	1	Киноклуб.	Следящая диагностика. Выставление балловых оценок по результатам занятия. *
18	апрель	Просмотр и обсуждение фильма «Чучело»	1	Киноклуб.	Выставление балловых оценок по результатам занятия. *
19	апрель	«Приходилось ли вам сталкиваться с жестоким обращением?»	1	Анкетирование	Анкетирование
20	май	«Ценить других...»	1	Групповое занятие с элементами тренинга на тему	Выставление балловых оценок по результатам занятия. *
21	май	Повторная диагностика (учащихся группы риска)	1	Итоговая диагностика	Диагностика

22	май	Итоговое занятие. Стань героем комиксов.	1	Подведение итогов	
----	-----	--	---	-------------------	--

2.2. Условия реализации программы

2.2.1. Материально-техническое обеспечение:

1. Мультимедийная техника (компьютер, проектор, экран);
2. Аудиозаписи (музыкальные произведения, звуки природы и др.);
3. Видеозаписи (классическая детская литературы, живая природа, социальные явления и др.)
4. Наглядные материалы (картины, репродукции, фото, таблицы и др.);

2.2.2. Информационно – образовательные ресурсы

- информационные ресурсы, информационные технологии для создания условий и удовлетворения информационных потребностей учащихся по программе

2.2.3. Учебно – методическое обеспечение

- индивидуальные учебные планы, методические рекомендации, алгоритмы занятий, инструкции, технологические карты, комплекты заданий, образцы работ, контрольные измерительные материалы и др.

2.2.4. Кадровое обеспечение

- для организации образовательного процесса могут привлекаться другие специалисты (учитель-логопед, учитель-дефектолог, социальный педагог и др.), работающие в учреждении, а также, по необходимости, специалисты на основании договоров сетевого взаимодействия.

Программа рассчитана на учащихся подросткового и юношеского возраста с сохранным интеллектом. Среди указанной категории участников ограничений и противопоказаний нет.

2.3. Формы аттестации/контроля

Текущая, промежуточная и итоговая аттестация воспитанников является обязательным элементом образовательного процесса. Образовательная деятельность предполагает не только обучение детей, но и развитие

личностных качеств.

Текущая диагностика проводится после каждого занятия психолог выставляет балловые оценки по результатам занятия:

- 1 балл – выполнение заданий затруднено, низкий уровень освоения программы;
- 2 балла – выполняет задания с помощью взрослого, средний уровень освоения программы;
- 3 балла – задания выполняет самостоятельно, высокий уровень освоения программы.

Данная система оценивания позволяет отслеживать динамику освоения учебной программы в течении всего учебного года.

Результатом успешного прохождения программы является положительная динамика показателей итоговой диагностики относительно входной диагностики. Такая форма подведения итогов освоения программы позволяет отслеживать развитие ВПФ, когнитивных навыков, а также формирование социальных и жизненных компетенций относительно самого ребенка, а не относительно возрастной нормы.

Особенности организации аттестации/контроля: конкурсы, игры, тренинги, круглые столы, квизы.

2.4. Оценочные материалы

Контроль на данном этапе проводится в игровой форме (конкурсы, игры, тренинги), посредством выполнения творческих заданий, их презентации и последующей рефлексии. Способами определения результативности программы являются: диагностика, проводимая в конце каждого раздела в виде естественно-педагогического наблюдения, творческих заданий.

Итоговой работой по завершению каждого раздела являются открытое занятие или психологическая игра.

Диагностические исследования самоопределения, самооценки и критических способностей, тревожности, саморегуляции произвольной

деятельности и внимания, проводятся индивидуально в первые дни начала занятий и по завершении программы.

Входная диагностика
1. Опросник агрессивности Басса - Дарки (англ. Buss - Durkee Hostility Inventory, сокр. BDHI) предназначен для выявления уровня агрессивности респондентов. 2. Опросник «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбяна и Н. Эпштейна. 3. Тест "Описание поведения в конфликте К. Томаса", (адаптация Н.В. Гришиной) 4. Методика «Социометрия» Дж. Морено 5. Анкета, направленная на выявление «буллинга». 6. Опросник Риска Буллинга А.А. Бочавер, В.Б. Кузнецова, Е.М. Бианки и др.
Итоговая диагностика
1. Опросник агрессивности Басса - Дарки (англ. Buss - Durkee Hostility Inventory, сокр. BDHI) предназначен для выявления уровня агрессивности респондентов. 2. Опросник «Шкала эмоционального отклика» А. Меграбяна и Н. Эпштейна. 3. Тест "Описание поведения в конфликте К. Томаса", (адаптация Н.В. Гришиной) 4. Методика «Социометрия» Дж. Морено 5. Анкета, направленная на выявление «буллинга». 6. Опросник Риска Буллинга А.А. Бочавер, В.Б. Кузнецова, Е.М. Бианки и др.
ИТОГО:

2.5. Методическое обеспечение программы

Методические материалы:

1. Аудио-, видеозаписи.
2. Методики изучения различных видов памяти, внимания, мышления.
3. Набор открыток сюжетного содержания.
4. Набор тематических таблиц.

5. Набор фотографий видов природы, портретов людей.
6. Психологические тесты.
7. Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека.

Методики, технологии, и приемы саморегуляции, рисуночные методы, метод направленного воображения, игры, когнитивные и дискуссионные методы.

Краткое описание работы с методическими материалами:

Представляется важным оценивать воздействие данных занятий на эмоциональное состояние обучающихся. Для этого может быть использован, например, прием цветограммы: школьников в начале и конце данного занятия просят нарисовать цветными карандашами или красками свое настроение в данный момент. Использование красного цвета свидетельствует о восторженном настроении, оранжевого - о радостном, зеленого - о спокойном, уравновешенном состоянии, фиолетового - о тревожности, напряженности, черного - об унынии, разочаровании, упадке сил. Сравнение результатов цветограммы, и полученных в начале и конце занятия, а также изменения цветовой гаммы на протяжении некоторого времени позволит сделать выводы об изменении эмоционального состояния каждого обучающегося под влиянием занятий. Для отслеживания результатов, кроме наблюдения, целесообразно провести диагностическое исследование, направленное на изучение самоотношения, уровня самооценки, тревожности, стратегии поведения в конфликте, общительности, а также анкетирование или опрос учащихся, направленные на изучение удовлетворенности курсом.

Список литературы:

Нормативные документы:

1. Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 – ФЗ (ред. от 04.08.2023 [N 479-ФЗ](#)).
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 No09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (включая разноуровневые программы)).
5. Письмо Министерства образования и науки России от 28.08.2015 года № АК – 2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).
6. Письмо Министерства образования и науки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).
7. Письмо Министерства Просвещения России от 01.08.2019 N ТС-1780/07 «О направлении эффективных моделей дополнительного образования для учащихся с ОВЗ».
8. Лицензия на осуществление образовательной деятельности.

9. Устав МАУ ДО ЦВР
10. Локальные акты учреждения.

Литература для педагога:

1. Аверьянов А.И. Буллинг как вызов современной школе // Педагогика, психология и социология. – 2013. – № 18. – С. 45-50.
2. Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. - М.: Генезис, 2006. - 256 с.
3. Алексеева, Н. С. Насилие и психическое здоровье детей / Н. С. Алексеева // Семья в России. - 2006. - № 2 - С. 73–80.
4. Анцупов, А. Я. Профилактика конфликтов в школьном коллективе / А. Я. Анцупов - М.: изд; центр ВЛАДОС, 2003.- 208 с.
5. Вачков, И.В. Групповые методы в работе школьного психолога / Вачков И.В. СПб.: – М.: Ось -89, 2002.- 315с.
6. Вишневская В.И., Бутовская М.Л. Феномен школьной травли: агрессоры и жертвы в российской школе // Этнографическое обозрение. – 2010. – №2. – С. 55-68.
7. Емельянова Е. В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге. - СПб.: Речь, 2008. - 336 с.
8. Ильин Е. Психология агрессивного поведения / Е. Ильин. – СПб.: Питер, 2014. – 368 с.
9. Кутузова Д.А. Травля в школе: что это такое и что можно с этим делать // Журнал практического психолога. Вып.1. 2007. С. 72—90.
10. Маланцева, О.Д. «Буллинг» в школе. Что мы можем сделать? // Социальная педагогика. – 2007. – № 4. – С. 90–92.
11. Мерцалова Т. Насилие в школе: что противопоставить жестокости и агрессии? // Директор школы. 2000. – № 3. – С. 25–32.
12. Особенности стратегий школьников в межличностных конфликтах в подростковом возрасте / О.Н. Токарева, А.М. Суздалева, Е.А. Проскурякова //

Философия, вера, духовность: Глава в монографии. – Воронеж: ВГПУ, 2011. – Кн. 26. – С. 103–113.

13. 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.

14. Психолого-педагогические и социальные модели профилактики асоциального поведения несовершеннолетних: Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 2004. С. 5–86.

15. Руланн Э.Г. Как остановить травлю в школе. Психология моббинга. – М.: Генезис, 2012. — 264 с.

16. Сафронова, М. В. Буллинг в образовательной среде — мифы и реальность: Мир науки, культуры, образования / Сафронова М. В.- 2014. № 3 (46). С. 182–185.

17. Селиванова О.А., Шевцова Т.С. Профилактика агрессивности и жестокости в образовательном учреждении. - Тюмень: Издательство Тюменского государственного университета, 2011. – 232 с.

18. Стрельбицкая А.А. Динамика школьного буллинга в коллективах старшего звена // Педагогическая диагностика. – 2010. – №2. – С. 104-124.

19. Суздалева А.М. Буллинг в общеобразовательном учреждении / А.М. Суздалева, Е.А. Коршунова // Современное образовательное пространство: риски и безопасность: сборник статей Международной научно-практической конференции. – Оренбург, 2014. – С. 311–313.

20. Файнштейн Е.И. Моббинг, буллинг и способы борьбы с ними // Директор школы. 2010. №7. С.72-76.

Литература для учащихся:

1. Андреев О.А. Учимся быть внимательными / О.А. Андреев. Ростов н/Д: Феникс, 2004.

4. Жариков Е.С. Для тебя и о тебе / Е.С. Жариков, Е.Л. Крушельницкий М.: Просвещение, 1991.

5. Тертель А.Л. Психология в вопросах и ответах: Учебное пособие/ А.Л.Тертель М.: Проспект, 2005.

6. Бабушкина Т. Что хранится в карманах детства. Уроки фантазии. / Т.Бабушкина М.: Издательство «Атлант»,2004.

Литература для родителей (законных представителей):

1. Поленкова, И. Изгой в классе / И. Поленкова. — Текст : непосредственный // Директор школы. – 2019. — № 2. – С. 87-92.

2. Чеснокова, А. В школе у моего ребёнка всё хорошо»... /А. Чеснокова. — Текст : непосредственный // Директор школы. – 2019. – № 1. – С. 93-96.

3. Леви В. Л. Как воспитывать родителей или новый нестандартный ребенок. Издательство: Торбоан, 2008., с. 416.

4. Ловринчевич Невена. Ловушки для родителей. Издательство: РОСМЭН, Москва, 2016.

5. Ловринчевич Невена. Дисциплина без ремня. Издательство: РОСМЭН, Москва, 2016.

Используемые источники:

1. Баева, И. А. Психологическая характеристика образовательной среды: диагностика и оценка / И. А. Баева // Известия российского государственного университета им. А. И. Герцена. - 2002. Т. 2, № 3. С. 16–23

2. Баталов Д.Р. Роль современных технологий в профилактике буллинга среди детей младшего школьного возраста // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. 2022. №6 (110). С. 89-95.
<http://doi.org/10.24412/1997-0803-2022-6110-89-95>

3. Бочавер А.А., Хломов К.Д. Буллинг как объект исследований и культурный феномен // Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2013. – Т. 10. – № 3. – С. 149-159.

4. Бердышев, И. С., Медико-психологические последствия жестокого обращения в детской среде. Вопросы диагностики и профилактики: практическое пособие для врачей и социальных работников / Нечаева М. Г. -

Санкт-Петербургское государственное учреждение социальной помощи семьям и детям «Региональный центр «Семья», 2005.

5. Графический тест «Абстрактная реальность» Злата Королева. Говорящий рисунок. 100 графических тестов. Екб.: У-Фактория, 2004.

6. Кон И.С. Что такое буллинг, как с ним бороться? [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.sexology.narod.ru/info18.html>. (дата обращения: 07.12.2023)

7. Коррекционно-развивающая программа «Звездочка», авторы Пархомцева И.В., Клаузова М.В. (ГОВУ НОЦППМС, г. Великий Новгород) <https://rospsey.ru/node/346>

8. Лейн, Д. А. Школьная травля (буллинг) / Д. А. Лейн. Текст: непосредственный // Детская и подростковая психотерапия / под ред. Д. Лейна, Э. Миллера. Санкт-Петербург: Питер, 2014. С. 240–274.

9. Эмоции: картинки для детей, пиктограммы, дидактические игры <https://orechi.ru/razvitie-rechi/emotsii-kartinki-dlya-detej>

10. Курганский С.М. Профилактика буллинга [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://klepik.depon72.ru/?p=1348>

11. Методика «Социометрия» Дж. Морено [электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.hrliga.com/index.php?module=profession&op=view&i d=1020>

12. Ожиёва Е.Н. Буллинг как разновидность насилия. Школьный буллинг [Электронный ресурс] // Психологи и социология. 2008. №5. Режим доступа: http://www.rusnauka.com/33_NIEK_2008/Psihologia/37294.doc.html. (дата обращения: 03.09.2023)

13. Петросянц В.Р. Психологические характеристики старшеклассников — участников буллинга в образовательной среде // Эмиссия. Электронный научный журнал. 2010. – URL: <http://www.emissia.org/offline/2010/1479.htm>

14. Попова Е. И., Пчелинцева И. В. Специфика жестокого обращения с детьми в школьной среде // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2014. – № 6 (июнь). – С. 106–110. – URL: <http://e-koncept.ru/2014/14158.htm>.

15. Предотвращение насилия в образовательных учреждениях. Методическое пособие для педагогических работников /Л.А. Глазырина, М.А. Костенко; под ред. Т.А. Епояна. - М.: БЭСТ-принт, 2015. - 144 с.

16. Программа профилактики буллинга в образовательной организации. [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://psy.su/psyche/projects/1813/>

17. Соловьев, Д. Н. Модель профилактики буллинга среди школьников подросткового возраста [Электронный ресурс] / Науковедение. 2014. Вып. 3 (22). [Режим доступа]: <http://naukovedenie.ru/PDF/121PVN314.pdf> (дата обращения: 04.12.2023)

18. Томас, К. Тест описания поведения (адаптация Н.В.Гришиной): Психологические тесты /Под ред. Карелина А.А.: В 2т. – М., 2001. – Т.2. С.69-77.

19. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. - М., Издательство Института Психотерапии, 2005. - 490 с. (с. 15-16)

20. Холодова Ю.Б. Профилактика буллинга в образовательном учреждении // Инновации в образовании и физической культуре: сб. науч. и метод. статей. - СПб: Свое издательство, 2016. - С. 31-38.

21. Школа без насилия. Методическое пособие/Под ред. Н.Ю. Синягиной, Т.Ю. Райфшнайдер. М.: АНО «Цнпро», 2015. - 150 с.

Планы конспекты занятий

Раздел 1: Понятие буллинг

Занятие №1

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности (1 ч.)

Цель: установление контакта с детьми, создание положительной мотивации к предстоящим занятиям, знакомство со структурой мероприятий; знакомство с правилами работы на занятиях. Знакомство с понятием буллинга (игровой формат).

Организационный момент (5 мин)

Психолог: - Здравствуйте, ребята. Чего ждете от данной программы, что хотели бы узнать, чему научиться? С какими ожиданиями вы пришли? (Все пожелания записываются на лист ватмана) Оглашаются правила по технике безопасности.

Знакомство (10 мин)

Всем участникам предлагается представиться по кругу, назвать то имя, по которому бы он хотел, чтобы все участники обращались к нему во время групповой работы. Если ранее участники были незнакомы, для более быстрого запоминания имен можно провести один из вариантов упражнения «Снежный ком».

Игра «Поменяйтесь местами те,...».

Правила работы группы. (5 мин)

1. Правило активности и ответственности каждого.
2. Правило закрытости группы.
3. Правило откровенности и искренности каждого.
4. Не оценивать участников группы, если они об этом не просят.
5. Использовать только Я-высказывания, говорить от своего лица.
6. «Стоп!» Каждый может отказаться от групповой работы, если почувствует крайнее нежелание. Но этим правилом желательно пользоваться

как можно реже.

Все правила относятся ко всем участникам. После прочтения каждого правила следует его обсуждение: - Как ты понял это правило? - Готов ли ты его выполнять? - Какое правило ты бы еще предложил?

Анкетирование «Что я знаю о буллинге». (см. приложение)

Социометрия Дж. Морено (см. приложение) – 10 мин.

Обсуждение результатов анкетирования. (5 мин)

Упражнение «Змейка» (10 мин)

Цель: содействие в сближении группы. Участники встают. Ведущий предлагает одному из них выйти в коридор или другое помещение. Ведущий (оставшимся): Возьмитесь за руки так, что бы у вас получилась цепь. Эта цепь изображает змейку, а два крайних участника ее голову и хвост. Как это часто бывает, змейка сворачивается во всевозможные кольца – «запутывается». Ведущий помогает «змейке» запутываться, предоставляя инициативу запутывания «голове». В процессе запутывания разрешается перешагивать через сомкнутые руки, подлезать по ним. В конце запутывания «голова» и «хвост» могут спрятать свои свободные руки, но братья за руки они не должны. Затем ведущий приглашает участника, находящегося за дверью, и предлагает ему распутать змейку. При этом ему можно сообщить, что у нее есть «голова» и «хвост».

Рефлексия занятия: -Кто узнал что-то новое? -Кто получил полезную информацию? -Кто провёл интересно время? - Кто ещё хочет высказаться?

Благодарю за работу.

Занятие №2

Диагностика «Исследование психоэмоционального состояния» (1 ч.)

Цель: создание благоприятного эмоционального фона в группе, развитие интереса к групповой работе, выявление группы риска – учащихся, которые не справляются с эмоциональным состоянием и являющиеся источником конфликтных ситуаций.

Приветствие. Организационный момент. (5 мин)

Напоминание ребятам о правилах группы.

Упражнение «Салфетки» (5 мин)

Цель: узнать информацию об участниках группы. Необходимые материалы: бумажные салфетки.

Инструкция: Участники тренинга сидят в общем кругу. Ведущий передает по кругу пачку бумажных салфеток со словами: «На случай, если потребуются, возьмите, пожалуйста, себе немного салфеток». После того как все участники взяли салфетки, ведущий просит каждого сообщить о себе столько фактов, сколько салфеток он взял.

Основная часть (30 мин)

1. *Анкетирование.* Каждому участнику предлагается вновь заполнить анкету «Анкета, направленная на изучение степени актуальности проблемы буллинга среди подростков».

После заполнения, обсудить полученные результаты. Сравнить с данными, полученными на первом занятии.

2. *"Шкала эмоционального отклика" А. Меграбяна и Н. Эпштейна),*

3. *Опросник Басса – Дарки*

4. *Тест "Описание поведения в конфликте К. Томаса"*

Рефлексия занятия. (5 мин) встать в круг и произнести слова пожелания участникам занятия. Спасибо за работу!

Занятие 3-4

Круглый стол: «Что такое буллинг. Есть ли буллинг в нашей группе.» (2ч.)

Цель: Осмысление учащимися понятия буллинга. Формирование аналитической компетенции учащихся.

Организационный момент. Приветствие. (5 мин.)

Упражнение «Какого цвета у меня настроение» Каждый участник называет свое имя и какого цвета у него настроение.

Мини лекция (20 мин):

Буллинг (от английского bullying — «запугивание», «издевательство», «травля») — это агрессия одних детей против других, когда имеют место неравенство сил и жертва показывает, как сильно её это задевает.

Буллинг не всегда выражается в физическом нападении. Чаще происходит психологическое насилие в форме:

- словесной травли (оскорбления, злые и непристойные шутки, насмешки и прочее);
- распространения слухов и сплетен;
- бойкота (одна из самых опасных форм буллинга, так как чаще остальных приводит к суициду).

Кибербуллинг - проявляется в травле при помощи социальных сетей или послании оскорблений на электронный адрес. Сюда входит съемка и выкладывание неприглядного видео в общий доступ.

«Итак, если мы наблюдаем ситуацию травли, издеательства над кем-либо постоянно, повторяющуюся многократно, на протяжении долгого времени (неделя, месяц, полгода...) можем **говорить о буллинге**, то есть систематическом насилии, унижении, оскорблении, запугивании одних школьников другими.

Обратите внимание на следующее:

1) основными действующим лицами **являются агрессор и жертва**, которые очень наглядно представлены в ролике «Жертва Буллинга» (просмотр социального ролика);

2) **буллинг осуществляется преднамеренно**, и направлен на нанесение физических и душевных страданий другому человеку.;

3) **буллинг подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает здоровье**, самоуважение и человеческое достоинство;

4) **буллинг – это групповой процесс, затрагивающий не только обидчика и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь класс (группу), где оно происходит;**

5) буллинг никогда не прекращается сам по себе: всегда требуется защита и помощь пострадавшим, инициаторам буллинга (обидчикам) и свидетелям.

Всегда есть наблюдатели, это те, кто знает о травле, но не пресекает ее.

Они могут быть на стороне агрессора, боясь самим стать жертвой, а могут сочувствовать жертве, но пассивно наблюдают за всем происходящим. Поэтому чем лучше мы относимся друг к другу, уважаем мнение других, тем меньше вероятности для появления буллинга. Обратите внимание, что обидчик тоже может стать жертвой, если появится более сильный агрессор».

Вопросы для обсуждения:

- Как вы думаете, кто чаще из ребят становится жертвой?
- Какие особенности для них характерны?
- Почему агрессорам тоже нужна помощь?

Вывод:

Жертвой травли при стечении определенных обстоятельств может стать практически любой ребенок или подросток. Тем не менее, можно выделить наиболее типичные личностные особенности пострадавших: внешние особенности (полнота, недостатки внешности, непривлекательность, плохая одежда), дети с низкой успеваемостью, плохим поведением, с заниженной самооценкой, не имеющие друзей в группе и трудности в выстраивании и поддержании близких отношений со сверстниками. Объектами травли также могут стать дети, принадлежащие к этническому, национальному или религиозному меньшинству.

Практическая часть

Упражнение «Человеческий или нечеловеческий выбор?» (30мин)

Цель: актуализация проблемы буллинга. Необходимый инвентарь: презентация с изображением картинок сюжетов травли.

- Сейчас нам предстоит сложная и интересная работа. Но для начала давайте разомнем наш мозг. - Друзья, я сейчас буду называть цвет, а вы по очереди назовите что-то, что может быть такого цвета.

- Теперь давайте назовем все предметы вокруг нас на букву "К".

- Сейчас я буду называть ситуацию, а вам нужно придумать ответ, почему это хорошо или плохо. Ситуации: "Больше не нужно ходить в школу, всем можно целыми днями сидеть дома", "У человека стали настолько крепкие и сильные руки, что он может ими забивать гвозди", "Круглый год лето", "Каждый человек при рождении может выбрать себе талант"».

- Отлично, теперь давайте поработаем с картинками. Я вам буду показывать картинку и задавать вопрос, над которым мы вместе подумаем и ответим.

Все обсуждают картинки и сюжеты и отвечают на следующие вопросы:

1. Что изображено на этой картинке?
2. О каком состоянии человека она рассказывает?
3. Какие эмоции изображены на этой картинке?
4. О чем говорит эта картинка?
5. О какой опасности нам рассказывает эта картинка?
6. Как вы думаете, возможно ли такое поведение в жизни?
7. О каком качестве человека рассказывает картинка?

- Спасибо. Как вы думаете, что было изображено на картинках?

Упражнение «Коробочка мыслей» (20 минут)

Цель: закрепление ценностных установок в отношении ненасильственных действий, закрепление сильных сторон каждого участника и группы в целом.

Необходимый инвентарь: карточки с фразами, ватман, клей, маркеры разных цветов, доска с магнитами, коробочка.

В коробочке находятся карточки с различными незаконченными предложениями. Предлагает всем участникам сесть в круг (можно на пол), после чего каждый человек по очереди вытаскивает фразу и продолжает ее. После этого каждая карточка с кратким продолжением мысли наклеивается на ватман.

Таким образом, из фраз формируются сильные стороны, качества участников группы и класса в целом. Ватман с этими качествами становится опорой для всей команды.

- Я прошу вас по очереди доставать карточку. На ней будет написано начало фразы. Я прошу вас продолжить ее так, как вы посчитаете верным. После этого мы наклеим полную фразу вот на этот ватман. (показывают на заранее подготовленный ватман). У каждого может быть время, чтобы подумать, прежде чем озвучить свои мысли. Фразы для карточек:

Моя самая большая опора...

Успокоиться мне помогает...

Команда для меня — это...

Сильный человек — это...

Больше всего я боюсь...

Я не люблю, когда делают...

Мое самое лучшее качество...

Больше всего мне нравится в человеке...

Моя слабая сторона — это...

Мой жизненный принцип...

Я не готов(а) простить...

Я всегда хвалю себя за...

Я чувствую, что не хуже других могу...

Самая большая в жизни поддержка для меня — это...

Если бы я был(а) героем книги, я бы был(а)..., потому что...

Герой нашего времени для меня — это...

Самые важные качества в человеке — это...

Рефлексия. (5 мин) Повторяется упражнение *«Какого цвета у меня настроение»* Каждый участник называет свое имя и изменился ли цвет его настроения, делятся впечатлениями от занятия.

Раздел 2: Профилактика буллинга.

Занятие 5

Тренинг «Давайте будем жить дружно!»

Цель: Создание правил, законов группы на основе дружбы, взаимопонимания, взаимовыручке.

Организационный момент. Приветствие. (5 мин.)

Напоминаем правила работы группы.

Разминка: (5 мин)

Давайте поздороваемся разными способами:

1. Как будто мы не видели друг друга долгое время
2. Как ребята, которые стесняются
3. Как ребята, которые куда-то спешат.

Упражнение «Мы отличаемся, мы похожи друг на друга». (10 мин)

Цель: сплочение учащихся через призму схожих интересов.

Вопросы для обсуждения:

Как вы думаете, насколько значимо искать различия между людьми?

Часто ли вы делаете это в жизни?

Приносит ли вам это пользу? Вред?

- Правильно, лучше мы будем искать то, чем мы друг на друга похожи, какие у нас есть схожие черты, качества, увлечения.

- Например, у кого карие глаза? кто из вас слушает музыку одной группы? Кто ходит в одну секцию, посещает один факультатив ? Кто продолжит?

Упражнение выполняется таким образом, чтобы дети объединялись в группы, например, предлагается взяться за руки тем, кто любит футбол и т.д. В конце упражнения нужно объединить всех ребят, назвав то, что характерно для всех, например, кто любит мороженое, кто учится в классе, в нашей школе...

Упражнение «Этюды» (в тройках) (15 мин)

Цель: отработка навыков бесконфликтного общения.

Каждый участник должен достоверно, убедительно проиграть свою роль и обязательно прийти к компромиссу, примирению, за что отвечает 3 сторона (наблюдатель).

Проигрываются этюды, в которых скрыты роли агрессора, жертвы, наблюдателя. Распределяются роли.

Этюды:

1. Одноклассник в очередной раз забирает ручку у Миши, это видит Петя;
2. Света уже неделю придирается словами к новенькой однокласснице;
3. В столовой у Коли уже не первый раз забирают стул, ему приходится есть стоя;
4. Дима постоянно называет своего одноклассника не по имени, а по национальности, издевается, насмехается над ним.

Обсуждение данных ситуаций?

- бывают ли такие ситуации в жизни?
- как себя вести, если возникнет такая ситуация?
- есть ли выход из них?
- как еще можно было решить ситуации?
- какого было в роли жертвы, агрессора, наблюдателя?
- можно ли помочь в реальной жизни в таких случаях?
- а кто смог бы помочь из вас?

Упражнение «Ярлыки» (15 мин)

Цель: закрепление и принятие установок толерантного отношения к окружающим, уважительное отношение к мнению другого человека.

Распечатанные на листах «ярлыки»: «трусливый», «ленивый», «злой», «неудачник», «равнодушный», «глупый», «бездельник», «балбес», «безответственный», «несерьезный», «драчун», «прогульщик». Раздать участникам случайным образом, прикрепить как визитку на одежду. (см. приложение 1)

Вопросы для обсуждения:

Ребята, нравится ли вам такая визитка? Почему?

Вы хотите от неё избавиться? Почему?

«Сейчас вы рвете этот ярлык на мелкие кусочки, выбрасываете, а я раздаю вам другие «ярлыки»: «смелый», «умный», «красивый», «талантливый», «отзывчивый», «добросовестный», «сообразительный», «активный», «образованный», «воспитанный», «эрудит», «творческий». (см. приложение)

Вопросы для обсуждения:

- Как вы себя ощущаете?
- Существуют ли «ярлыки» в реальной жизни?
- Всегда ли ваше мнение о других людях соответствует реальному?
- Всегда мнение других соответствует тому, какими являетесь вы на самом деле?

Подведем итог нашего занятия:

Мы должны, и мы готовы:

1. Принимать мнение другого человека, его верование.
2. Уважать чувства человеческого достоинства.
3. Уважать права других.
4. Принимать другого таким, какой он есть.
5. Поставить себя на место другого.
6. Уважать права быть другим.
7. Признавать многообразие людей, мнений, религий и т.д.
8. Признавать равенство других.
9. Отказываемся от насилия и жестокости по отношению друг к другу.
10. Отказываемся от равнодушного отношения к чужой беде.

Вопросы для обсуждения:

Вам понятны все положения? Кто бы хотел иметь друга, у которого есть данные качества? Хотите учиться вместе с такими одноклассниками? Почему?

Рефлексия: (5 мин)

Вместе с ребятами встать в круг и произнести слова пожелания участникам занятия.

Спасибо за работу!

Занятие 6:

Родительское собрание.

Тренинг для родителей «Буллинг в подростковой среде».

Приветствие и вступительное слово. (5 мин)

Добрый день, уважаемые родители! Мы рады приветствовать Вас на родительской собрании. Меня зовут Алена Андреевна, я педагог-психолог. Сегодня мы познакомимся с понятием буллинг, основными его характеристиками, постараемся найти ответы на вопросы: что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок подвергся буллингу? Как действовать в ситуациях, когда ребенок агрессор и, что сделать, чтобы таких ситуаций не возникало. Прежде чем приступить к обсуждению, давайте познакомимся.

Обсуждение правил работы в группе (5 мин)

1. Обсуждаем только то, что волнует именно вас, то, что происходит в вашей группе.
2. «Искренность в общении». Говорим только о том, что чувствуем и думаем, если не хотим говорить правду, то молчим.
3. «Конфиденциальность». Все что обсуждается не выносится за пределы группы.
4. «Активное участие». Стараемся быть включенными в работу группы.
5. «Уважение к говорящему». Внимательно слушаем, даем высказать, то что хочет.
6. «Поднятая рука». Хотите сказать – поднимите руку, остальные дают шанс высказаться.
7. «Не давать оценку». Не оценивать других, а принимать такие какие есть.

Разминка. (5 мин)

Упражнение «Ласковое имя».

Цель: позволяет запомнить имена друг друга, способствует созданию комфортной обстановки для каждого участника.

- Вспомните, как ласково зовут Вас дома, или возможно звали Вас ваши родители в детстве... И каждый по очереди называет свое имя и как ласково называли родители, например, меня зовут Алена, меня называли «Солнышко моё».

Основная часть:

Упражнение «Ассоциации» (10 мин)

Цель: введение в тему родительского собрания.

- Какие у вас возникают ассоциации со словом «буллинг»? Родители высказываются по желанию. Далее ассоциации к расшифровке. Например, буллинг- травля, травля – жертва, жертва – одиночество и т.д.

Мини-лекция:

Буллинг – относительно новый термин, обозначающий старое, можно сказать, вековое явление – детскую жестокость. Практически в каждой группе есть дети, которые являются объектами насмешек, а иногда и открытых издевательств со стороны некоторых, а иногда и всех учеников группы.

Буллинг (от англ. bullying – запугивание, физический и/или психологический террор в отношении ребенка со стороны группы одноклассников, одноклассников), – это форма жестокого обращения, когда происходит агрессивное преследование и издевательство над одним из членов школьного коллектива со стороны другого, но также часто группы лиц, не обязательно из одного формального или признаваемого другими коллектива.

Выделяют следующие виды буллинга:

1. Психологическое (моральное) насилие:

- вербальный (насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания и необъективные оценки, высмеивание, унижение в присутствии других детей, угрозы физической расправы, шантаж, вымогательство, доносительство, клевета на жертву, оскорбления, обзывательства, клички.

- социальное исключение (бойкот, отторжение, изоляция, отказ от общения с жертвой (с ребенком отказываются контактировать, общаться, заниматься, не хотят с ним сидеть за одной партой;

-кибербуллинг – публикация и распространение в Интернете оскорбительных текстов, видео и фотографий, угрозы, а также выдача себя за «жертву» в онлайн. Распространение в последнее время получает троллинг (trolling — блеснение, ловля рыбы на блесну) — размещение в Интернете (на форумах, в дискуссионных группах, блогах и др.) провокационных сообщений с целью вызвать конфликты между участниками, взаимные оскорбления.

2. Физическое насилие избиение, нанесение удара, подзатыльники, порча и отнимание вещей, воровство.

По различным источникам наиболее распространен первый вид буллинга:

- словесная травля (оскорбления, злые шутки, словесные провокации, обзывания, непристойные шутки и т.д.).

- бойкот,
- физическая расправа.
- распространение слухов и сплетен,
- воровство.

Как показали исследования – в младших классах школы частота встречаемости случаев буллинга выше, более распространен среди мальчиков, снижается к 14-15 годам, кибербуллинг наиболее распространен среди подростков 13-15 лет, в большей степени характерен для девушек.

Основные характеристики Буллинга - Умышленность - Регулярность - Неравенство сил - Групповой процесс (затрагивает широкий круг участников) - Не заканчивается сам по себе - Негативное психологическое воздействие на всех участников.

По статистике, больший процент детей за помощью при буллинге не обращаются: 62% детей не рассказывали о буллинге, 24% делились с друзьями, 2% рассказали родителям.

Почему дети не обращаются за помощью?

- Хочет справиться с этим самостоятельно
- Дети могут бояться реакции от обидчика
- Опасается, что накажут за слабость

- Чувствуют, что никто о них не заботится
- Дети могут опасаться, что их сверстники отвергнут.

Как уже упоминалось выше, буллинг – всегда коллективное явление. Детей, которые осознанно или невольно принимают в нем участие можно разделить на четыре категории: **инициаторы, преследователи, наблюдатели, жертвы.** *Инициаторами* выступают один-три ребенка, их цель самоутвердиться, обрести авторитет в коллективе, поэтому они используют агрессивные рычаги. В ряде случаев поводом к насилию может служить личная неприязнь или тщательно спланированная месть в отношении другого ребенка. *Зачинщики* демонстративно задирают, высмеивают или игнорируют одного или нескольких участников группы. Они стремятся к вниманию, желают занять роль лидера группы. Какие это могут быть дети:

- дети, страдающие от насилия в своей семье и компенсирующие свои страдания насилием над самым слабым в классе;
- дети, стремящиеся к лидерству, власти, самоутверждению за счет других;
- легко возбудимые и очень импульсивные, с агрессивным поведением;
- часто нарушают дисциплину;
- склонны обвинять других в своих проблемах;
- агрессивные дети;
- физические сильные дети.

Жертвой или объектом буллинга часто становятся робкие, тихие дети, нередко физически слабые, дети с нестандартной внешностью, особым прилежанием в учебе, чувствительные, не способные постоять за себя, продемонстрировать уверенность, отстоять ее; дети, обладающие талантом в определенной области или, напротив, плохой успеваемостью и прогулами; дети с заниженной или наоборот с завышенной самооценкой.

Жертвой буллинга может стать любой ученик.

Возможные последствия для жертвы:

- социальная изоляция;

- ассоциальное поведение;
- тревожные расстройства;
- психосоматика;
- ПТСР (Посттравматическое стрессовое расстройство);
- риск суицида.

Свидетели Активные помощники или Пассивные сторонники подкрепляют действие буллера (улыбками, смешками, поддакиванием); могут подначивать, провоцировать; они в целом одобрительно относятся к поведению доминирования и унижению слабых. *Эффект свидетеля проблемной ситуации в том, что они не пытаются помочь пострадавшим.* Чем больше очевидцев, тем меньше шансов, что начнут помогать пострадавшему.

Наличие даже ОДНОГО противника буллинга в группе может изменить ситуацию к лучшему. Если защитников несколько и с их мнением в группе считаются — большинство преследователей оставляют изгоя в покое, конфликт сходит на нет в самом начале.

Как понять родителям, что ребёнок стал жертвой буллинга? Если ваш ребёнок: - неохотно идёт в школу и рад любой возможности не ходить туда; - возвращается из школы подавленным; - часто плачет без очевидных причин; - никогда не вспоминает никого из своих одноклассников; - очень мало говорит о своей учебной жизни; - одинок, его никто не приглашает в гости, на дни рождения, и он никого не хочет позвать к себе. В этом случае, возможно, ваш ребёнок стал объектом буллинга.

Упражнение «Лимоны и Апельсины». (20 мин)

Работа в группах.

-Уважаемые участники, давайте с вами поделимся на 2 группы. Участники рассчитаются на лимон- апельсин. Сейчас мы с вами постараемся найти ответы на следующие вопросы:

1. Группа «лимонов» в ходе групповой дискуссии постарается найти ответ на вопрос: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок жертва?»

2. Группа «апельсинов» постарается найти ответ на вопрос: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок буллер?»

После обсуждения, представитель от каждой группы высказывается по данному вопросу. (Выступая на родительском собрании: старайтесь не обвинять, а призывать родителей объединить усилия для того, чтобы травля не стала традицией в группе.)

В результате все подводится определенным рекомендациям:

1. Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок подвергся буллингу?

- Попытаться понять истинную причину травли: внешность ребёнка, особенности его поведения, плохая, а сейчас порой и отличная успеваемость, отсутствие статусных для детей предметов (мобильного телефона и т.д.).

- Убедиться, что ваш ребёнок действительно стал жертвой буллинга;

- Сообщите о ситуации классному руководителю, психологу.

- Сообща найти пути выхода из сложившейся ситуации;

- Если ребёнок пережил насилие, напуган и потрясён случившимся, оставьте его на один день дома;

- Ни в коем случае не игнорировать случившееся с ребёнком и не пускать всё на самотёк.

- Успокоить и поддержать ребенка словами: «Хорошо, что ты мне сказал. Ты правильно сделал»; «Я тебе верю»; «Ты в этом не виноват»; «Ты не один попал в такую ситуацию, это случается и с другими детьми»; «Мне жаль, что с тобой это случилось». «Я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность». - Разговаривайте с ребёнком, обсуждайте ситуацию в спокойном и деловом тоне; - Выражайте сочувствие без оценок и комментариев. Дайте понять, что это всего лишь одна из проблем, для которой необходимо найти решение.

- Расскажите о своём успешном опыте в решении подобных ситуаций, о случаях, когда другим детям удалось не обижаться и не злиться сильно.

- Не спешите с требованиями «не будь слюнтяем», «дай сдачи».

Многие дети не могут преодолеть страх и к тому же боятся вызвать неудовольствие папы, а потому перестают жаловаться и остаются со своей бедой один на один.

Зная причины и последствия буллинга, уважаемые родители, примите правильно решение и все необходимые меры, чтобы ваш ребёнок был полноценной личностью нашего общества.

Если ваш ребенок — обидчик. Если вы узнаете о том, что ваш ребенок — обижает и травит других, то первым вашим импульсом будет строго наказать его. Скорее всего, это будет просто разовая мера и не только не решит ситуацию, но еще и усугубит ее. *Если ваш ребенок обижает других, то вам необходимо:*

- остановить ребенка-обидчика;
- создать обстановку, в которой он пересмотрит свое поведение.

Наказание не исправят плохого поведения, зато уничтожат доверие между ребенком и взрослым.

- Вам нужно попытаться заменить желание ребенка причинять вред другим желанием быть добрым к другим.

Как этого добиться?

- Позвольте ребенку увидеть то, что он сделал неправильно, и помогите найти способы исправить это.

- Сфокусируйтесь на том, что привело ребенка к такому поведению, помогите ему понять, что, беря на себя ответственность за свои действия, он восстанавливает собственную целостность и самоуважение.

- Постарайтесь не дать возобладать над вами чувству стыда за то, что делает ваш ребенок.

- Говорите с ребенком о его действиях, задавайте такие же открытые, честные вопросы, которые вы задавали бы, если бы он был жертвой буллинга.

Так вы преодолеете его защитную реакцию и поймете истинную его мотивацию, вы сохраните контакт с ребенком и поможете ему самому разобраться в себе.

- Помните, что к такому поведению ребенка приводит внутренний дискомфорт, какая-то боль. Когда мы позитивно воспринимаем себя, нам не нужно никого обижать. И помните — это поведение плохое, а не ребенок плохой.

Говорите ему, что вы знаете, что он хороший, и такое поведение совсем ему не подходит, не свойственно.

- Развивайте эмпатию. Повышайте уровень информированности детей о роли, которую они играют в буллинге. И что сделать, чтобы не допустить ситуаций травли (на что обратить внимание)?

- Интересоваться жизнью и проблемами ребёнка;

- Уделять внимание его взаимоотношениям с членами семьи и сверстниками;

- Настаивайте на общении ребенка с людьми вне Интернета;

- При необходимости обращайтесь к педагогам-психологам, психиатрам, детским неврологам; - Постарайтесь наладить контакты с педагогами;

- Пригласите одноклассников в гости, особенно тех, кому ваш ребенок симпатизирует;

- Повышать самооценку ребёнка; в случаях завышенной самооценки ребёнка, объяснять ему, что это не надо показывать окружающим, что у любого человека есть и недостатки, и достоинства; помочь ребёнку стать членом учебного коллектива, а не просто ходить учиться;

- Создать эмоционально-благоприятную атмосферу в семье, вовлечение ребенка в совместные с родителями дела (досуг, поездки, обсуждение проблем, чувств каждого из членов семьи), восстановить или завести традиции и ритуалы в семье (пожелать хорошего дня утром перед уходом в техникум, отмечать дни рождения, различные достижения и т.д.);

- Прикасайтесь к подростку как можно чаще - берите за руку, обнимайте, гладьте по голове.

- Говорите, что вы любите. Ребенок будет чувствовать себя любимым.

- Любите своих детей, будьте к ним внимательны (особенно к их эмоциональному состоянию) и принимайте их такими, какие они есть!

Реакция на буллинг отлично продемонстрирована в художественном фильме «Чучело» (1983 г.) режиссера Ролана Быкова. Шестиклассница Лена Бессольцева умело передает все чувства, которые может испытать ребёнок: боль, одиночество, страх поделиться проблемой со взрослыми, чувство безысходности и незащитности. Родители вместе с детьми Просмотр художественных фильмов с последующим обсуждением: - «Чучело» (1983 г.). - «Класс» (2007 г.). - «Розыгрыш» (2008 г.). - «Класс коррекции» (2014г.) Некоторые дети, столкнувшись с проблемой буллинга, испытывают настолько выраженные муки и страдания, что практически утрачивают все свои навыки и начинают себя ненавидеть. Такие дети нуждаются в тщательно продуманном терапевтическом вмешательстве. Программа вмешательства может включать поддержку в стенах школы или направление в какую-либо внешнюю службу поддержки. Так, например, возможны контакты с социальной службой, центрами психологического сопровождения, кризисными центрами или службой телефона доверия для детей «Детская линия». (Раздать визитки телефона доверия, кризисных центров города и области).

Рефлексия. Итак, уважаемые родители, мы с вами рассмотрели вопросы, связанные с буллингом и способами помощи своим детям, оказавшимся в такой ситуации. Будьте внимательны к своему ребенку, стремитесь к доверительным отношениям с ним, поддерживайте его в трудных ситуациях, обращайтесь за помощью к педагогам, психологам и администрации. Рефлексия Участники родительского собрания дают обратную связь: заполняем рефлексивные листы. (приложение 2)

Надеемся, что родительское собрание было для Вас информативным, интересным и полезным!

До свидания! Всего Вам доброго!

Занятие 7:

Педсовет на тему: «Профилактика буллинга в образовательном учреждении»

Цель: познакомить педагогический коллектив с понятием «Буллинг», причинами его возникновения, дать рекомендации педагогам по профилактике буллинга в образовательном учреждении.

Приветствие. (5 мин)

Здравствуйте, уважаемые педагоги! На сегодняшний день ни один ребенок не должен чувствовать себя униженным, ни один ребенок не должен быть запуган и подвергаться психологическому или физическому насилию. Мы обсудим актуальность проблемы школьной травли, разберем суть буллинга и чем он опасен, разберем жертв и буллеров, инструменты выявления и предотвращения травли в детских коллективах.

Упражнение «потому что, это хорошо или плохо...» (5 мин)

А сейчас для разогрева, настроя на работу, я предлагаю, вам сыграть в игру. Каждый по очереди придумывает продолжение фразы предыдущего... это хорошо, потому что или это плохо, потому что.... Например: «На улице светит солнце – это хорошо, потому что мое настроение от этого повышается.»

Просмотр видеоролика. (5 мин)

Практически в каждом образовательном учреждении есть обучающиеся, которые становятся объектом открытых издевательств, унижений, насмешек. Школьная травля не является чем-то уходящим и преходящим: боль и унижение часто продолжаются по несколько лет, а то и до окончания школы. *Самое главное, что проблема в том, что в группе риска может оказаться практически любой ребенок, взрослый (педагог).* Что же это за явление, в котором обучающегося называли раньше «не такой как все», «чужой», а теперь жертвами буллинга?

Основная часть

О травле в образовательных, закрытых и иных детских учреждениях было известно давно в разных странах, включая Россию. *К сожалению, несмотря на распространенность данного явления в современном обществе, буллинг в*

нашей стране в должной мере не исследуется, не обсуждается, и его проблема не освещается в полном объеме в СМИ.

Буллинг – намеренное регулярное причинение вреда (запугивание, унижение, физический или психологический террор) одним человеком или группой людей другому человеку, который не может за себя постоять

В чем проявляется буллинг:

ТРУДНО ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ (силы в травле всегда не равны. Жертва может быть слабее, беднее или богаче или просто отличаться от других, у жертвы может быть мало друзей и т.п.

НЕОДНОКРАТНО (буллинг – это не случайный одноразовый спор или драка.)

БОЛЬ ЖЕРТВЫ (От подобных действий страдает душевное и телесное здоровье. Боль может быть скрытой или видимой для других.)

ВИДЫ БУЛЛИНГА

Физический буллинг

толчки,
шлепки,
подзатыльники,
избиения, пинки,
имитация сексуальных действий и

пр.

Психологический буллинг

сплетни и запугивание,
игнорирование и бойкот,
вымогательство,
оскорбительные клички,
порча личного имущества и пр.

Буллинг – это ВСЕГДА система!!! В этой системе участники выполняют следующие роли:

1. «Агрессор» – человек, который преследует и запугивает жертву.
2. «Соагрессоры» – люди, участвующие в травле, начатой агрессором.
3. «Жертва» – человек, который подвергается агрессии.
4. «Защитники» – люди, находящиеся на стороне жертвы и пытающиеся оградить её от агрессии.

5. «Наблюдатели» – люди, знающие о деталях агрессивного взаимодействия, издевательств, но соблюдающие нейтралитет.

Опасные последствия

Агрессор: высокий риск криминализации.

Жертва: заниженная самооценка, чувство собственной ничтожности, суицид, желание мстить.

Свидетели: страх, тревога, напряжение.

Педагоги: неуправляемость класса, потеря авторитета, снижение успеваемости.

Родители: снижение успеваемости, выяснение отношений между родителями.

Маркеры буллинга для педагогов

- ◎ Не желание идти в школу – Особое ВНИМАНИЕ!
- ◎ У ребёнка есть следы: синяки, порезы, царапины, или рваная одежда, которые не объясняются естественным образом (то есть не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т. п.). – Особое ВНИМАНИЕ!
- ◎ Ребёнок (особенно дети младшего возраста) старается держаться рядом с учителем или другим взрослым во время школьных перемен - Особое ВНИМАНИЕ!
- ◎ Командные игры – хороший показатель. В командных играх дети выбирают его в числе последних или не хотят быть с ним в одной команде.
- ◎ Никто не хочет сидеть с ним за одной партой.
- ◎ Ребёнок часто проводит время в одиночестве, исключён из компании сверстников во время перемен, обеда. У него, по наблюдениям, нет ни одного друга в классе.
- ◎ Ребёнок часто оказывается участником ссор, драк, в которых он скорее беззащитен и которых пытается избежать (часто при этом плачет).
- ◎ Дети берут учебники, деньги, другие личные вещи ребёнка, разбрасывают их, рвут, портят.

☉ Ребёнок регулярно подвергается насмешкам со стороны сверстников в оскорбительной манере, его часто обзывают, дразнят, унижают, либо угрожают ему, требуют выполнения пожеланий других сверстников, командуют им.

☉ Избегает говорить вслух (отвечать) во время уроков, производит впечатление тревожного и неуверенного в себе.

☉ Выглядит расстроенным, депрессивным, часто плачет.

☉ У ребёнка резко или постепенно ухудшается успеваемость.

Маркеры буллинга для родителей

☉ Возвращается домой из школы с порванной одеждой, с порванными учебниками или тетрадями.

☉ У ребенка часто появляются синяки, порезы, царапины, рваная одежда, которые не объясняются естественным образом (то есть не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т.п.).

☉ Нет друзей, с кем можно провести время (играть, сходить в кино или на концерт, погулять или заняться спортом, поговорить по телефону и т.п.).

☉ Не приводит домой (после школы) одноклассников или других сверстников. Очень редко проводит время в гостях у одноклассников или в местах, где они играют/проводят время.

☉ Ребенка не приглашают на праздники/вечеринки, или он сам не хочет никого приглашать и устраивать праздник (потому что считает, что никто не захочет прийти).

☉ Боится или не хочет идти в школу. По утрам перед школой плохой аппетит, частые головные боли, боли в желудке.

☉ Выбирает длинный и неудобный путь в школу и из школы.

☉ Беспокойно спит, жалуется на плохие сны, часто во сне плачет.

☉ Потерял интерес к школьным предметам/занятиям, ухудшилась успеваемость.

☉ Выглядит несчастным, расстроенным, депрессивным, или наблюдаются частые перемены настроения, раздражительность.

◎ Требуется или крадет деньги у родителей (чтобы выполнить требования «агрессоров»).

Групповое задание для педагогов:

Давайте поделимся на 3 группы, ваша задача определить типичные черты обучающихся, склонных становиться «агрессорами» буллинга, их жертвами, а также тех, кто становится сторонним наблюдателем. (ватман и фломастеры раздать каждой группе)

1 группа. «Психологический портрет буллера (агрессора)». Поведенческие особенности. Эмоциональные особенности. Социальное окружение.

2 группа. «Психологический портрет жертвы буллинга». Поведенческие особенности. Эмоциональные особенности. Социальное окружение.

3 группа. «Психологический портрет свидетеля буллинга: «союзника» или «зрителя». Поведенческие особенности. Эмоциональные особенности. Социальное окружение.

Психологические портреты участников буллинга:

Часто буллерами становятся: Дети, воспитываемые родителями-одиночкам; Дети из семей, в которых у матери отмечается негативное отношение к жизни; Дети из властных и авторитарных семей; Дети из конфликтных семей; Дети с низкой устойчивостью к стрессу; Дети с низкой успеваемостью

Буллеры – это:

- Активные, общительные дети, претендующие на роль лидера в классе;
- Агрессивные дети, использующие для самоутверждения безответную жертву;
- Дети, стремящиеся быть в центре внимания;
- Дети высокомерные, делящие всех на "своих" и "чужих" (что является результатом соответствующего семейного воспитания);
- Максималисты, не желающие идти на компромиссы;
- Дети со слабым самоконтролем, которые не научились брать на себя

- ответственность за свое поведение;
- Дети, не обученные другим, лучшим способам поведения, т.е. не воспитанные.

Для буллеров характерны: Импульсивность; Раздражительность; Эмоциональная неустойчивость; Завышенная самооценка; Враждебность (агрессивность); Отсутствие коммуникативных навыков при внешнем соблюдении общепринятых норм и правил; Склонность ко лжи или жульничеству; На уроке постоянно привлекает к себе внимание, вступает в пререкания при получении отрицательной отметки, вспыльчив и груб; Манипулирует кругом друзей и знакомых, многие дети его боятся или заискивают перед ним; На его поведение поступают жалобы как от детей, так и взрослых; Не может обуздать свой нрав, так, как это умеют делать его ровесники; Прогуливает школу, часто бывает в компании сверстников из других школ, районов; Входит в состав небольшой девиантной группы, терроризирующей класс или школу; Спекулирует на непонимании, враждебном социуме, избегает общественнополезной деятельности, поскольку это может быть истолковано как признак слабости. Довольно часто к буллингу присоединяется группа преследователей, с которыми буллер осуществляет свою агрессию.

Поведение свидетелей буллинга среди детей:

- У них отмечается страх совершения подобного с тобой, злорадство по этому поводу («Слава богу, не я»), беспомощность, что не можешь оказать помощь ближнему, т.е. они боятся последствий.
- Они переживают потребности к бегству от ситуации буллинга, чтобы не быть в неё втянутыми, чтобы она не разрушила их душевный комфорт.
- Они переживают желание присоединиться к травле.

Поведение свидетелей буллинга среди взрослых. Речь идет о естественных реакциях взрослых лиц на факты буллинга. Они испытывают:

- Возмущение, негодование, желание немедленно вмешаться.

- Страх, отчаяние, бессилие, что может быть ещё хуже, и они не знают, как это прекратить.

- Защитное игнорирование фактов. «Я это не вижу», «Меня это не касается», «Пусть разбираются сами и отвечают за них те, кому это положено».

- Присоединение к агрессору.

- Переживание чувств «праведного возмездия» и «торжества справедливости». «Наконец, ему (ей) воздалось по заслугам». Как правило, к подобным реакциям, могут быть склонны педагоги, травмированные длительным проблемным поведением своих учеников.

Жертвы буллинга. Типичных жертв школьного террора нет. Любой ребёнок может быть изгоем.

- **физические недостатки** – носящие очки, со сниженным слухом или с двигательными нарушениями (например, при ДЦП), то есть те, кто не может защитить себя, физически слабее своих ровесников;

- **особенности поведения** – замкнутые, чувствительные, застенчивые, тревожные

или дети с импульсивным поведением. Гиперактивные дети бывают слишком назойливыми и общительными: влезают в чужие разговоры, игры, навязывают свое мнение, нетерпеливы в ожидании своей очереди в игре. По этим причинам они часто вызывают раздражение и негодование в среде сверстников;

- **особенности внешности** – все то, что выделяет ребенка по внешнему виду из общей массы, может стать объектом для насмешек: рыжие волосы, веснушки, оттопыренные уши, кривые ноги, особенная форма головы, вес тела (полнота или худоба);

- **плохие социальные навыки** – недостаточный опыт общения и самовыражения.

Такие дети не могут защищаться от насилия, насмешек и обид, часто не имеют ни одного близкого друга и успешнее общаются со взрослыми, чем со сверстниками;

• ***страх перед школой*** – неуспеваемость в учебе часто формирует у детей отрицательное отношение к школе, страх посещения отдельных предметов, что воспринимается окружающими как повышенная тревожность, неуверенность;

• ***отсутствие опыта жизни в коллективе (домашние дети)*** – не имеющие опыта взаимодействия в детском коллективе до школы, могут не обладать навыками, позволяющими справляться с проблемами в общении;

• ***особенности здоровья*** – существует масса расстройств, которые вызывают насмешки и издевательства сверстников: эпилепсия, тики, заикание, нарушения речи и другие болезненные состояния;

• ***низкий интеллект и трудности в обучении*** – слабые способности могут являться причиной низкой обучаемости ребенка. Плохая успеваемость формирует низкую самооценку: "Я не справлюсь", "Я хуже других" и т. д. Низкая самооценка может способствовать в одном случае формированию роли жертвы, а в другом – насильственному поведению как варианту компенсации. Поэтому ребенок с низким уровнем интеллекта и трудностями в обучении может стать как жертвой школьного насилия, так и насильником.

Самое страшное, что ***регулярные издевательства способны спровоцировать попытку самоубийства или покушение на кого-то из преследователей.***

Обсуждение в группе: с какими реальными ситуациями буллинга в школе вы сталкивались? В чем они проявлялись? Какие чувства вы при этом испытывали? Что делали в этих случаях педагоги? Каковы последствия насилия в детских отношениях? Как можно предотвратить и преодолеть жестокость в отношениях между детьми?

Упражнение «Белая ворона»

Встаньте, пожалуйста, в один большой круг. Сейчас один из участников станет на некоторое время не таким, как все. Есть желающий? Тебе предстоит делать все обратное тому, что делает группа. А группа повторяет все движения ведущего. Например, группа поднимает руки, а «белая ворона» - нет, вся группа улыбается, «белая ворона» - хмурится и т.д.

-Как себя чувствует сейчас «белая ворона»? Это трудно - быть не таким, как все. Кто вызовется помочь?

Так появляются две «белые вороны». Затем их становится больше, так как ведущий постоянно провоцирует спонтанный переход участников к «белым воронам». Когда к «белой вороне» присоединится половина участников, обеим группам предлагается обняться или пожать друг другу рук, упражнение заканчивается.

Обсуждение: Что чувствовала «белая ворона», когда была одна в центре круга? Что чувствовали остальные участники в кругу? Как изменилось самочувствие, когда к белой вороне присоединилась 2-ая, 3-ая и т.д.? Займите ваши места. Кто чувствует себя белой вороной? Тот или те, которые поменяли школу; кто приходит в новый коллектив; тот, кто находится в ссоре; те, кто приехал из другой страны, республики... Изменилось ли ваше отношение к «белым воронам»? К чему ведут негативные предубеждения, предрассудки? К ненависти, раздражению, обидам, конфликтам, а это есть проявления нетерпимости.

На сегодняшний день ни один ребенок не должен чувствовать себя униженным, ни один ребенок не должен быть запуган и подвергаться психологическому или физическому насилию в детском саду, в школе, в центре или на улице.

Следует напомнить подросткам, что с 14 лет наступает частичная уголовная ответственность за совершенные поступки.

АБЬЮЗЕРУ 14 ЛЕТ?

НАСТУПАЕТ ЕГО ЛИЧНАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПО НЕКОТОРЫМ ПУНКТАМ УГОЛОВНОГО КОДЕКСА.

Нам пригодятся:

УК РФ Статья 111.

Умышленное причинение тяжкого вреда здоровью (психическое расстройство сюда также относится!)

УК РФ Статья 112.

Умышленное причинение вреда здоровью средней тяжести

УК РФ Статья 158.

Кража

УК РФ Статья 161.

Грабеж

УК РФ Статья 162.

Разбой

УК РФ Статья 163.

Вымогательство

УК РФ Статья 167 часть 2.

Умышленное уничтожение или повреждение имущества при отягчающих обстоятельствах

УК РФ Статья 213 часть 2.

Хулиганство при отягчающих обстоятельствах

УК РФ Статья 214.

Вандализм

С 16 ЛЕТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ НАСТУПАЕТ В ПОЛНОЙ МЕРЕ.

К СТАТЬЯМ ИЗ ПРЕДЫДУЩЕГО ПУНКТА ДОБАВЛЯЮТСЯ:

УК РФ Статья 110.

Доведение до самоубийства.

Доведение лица до самоубийства или до покушения на самоубийство путем угроз, жестокого обращения или систематического унижения человеческого достоинства потерпевшего.

УК РФ Статья 282.

Возбуждение ненависти либо вражды, а равно унижение человеческого достоинства.

Действия, направленные на возбуждение ненависти либо вражды, а также на унижение достоинства человека либо группы лиц по признакам пола, расы, национальности, языка, происхождения, отношения к религии, а равно принадлежности к какой-либо социальной группе, совершенные публично или с использованием средств массовой информации либо информационно-телекоммуникационных сетей, в том числе сети «Интернет».

УК РФ Статья 116.

Побои.

Побои или иные насильственные действия, причинившие физическую боль, но не повлекшие последствий, указанных в статье 115 настоящего Кодекса, совершенные из хулиганских побуждений, а равно по мотивам политической, идеологической, расовой, национальной или религиозной ненависти или вражды либо по мотивам ненависти или вражды в отношении какой-либо социальной группы.

УК РФ Статья 110.1.

Склонение к совершению самоубийства или содействие совершению самоубийства.

Склонение к совершению самоубийства путем уговоров, предложений, подкула, обмана или иным способом при отсутствии признаков доведения до самоубийства.

УК РФ Статья 128.1.

Клевета.

Клевета, то есть распространение заведомо ложных сведений, порочащих честь и достоинство другого лица или подрывающих его репутацию.

КоАП РФ Статья 20.1.

Мелкое хулиганство.

Мелкое хулиганство, то есть нарушение общественного порядка, выражающее неуважение к обществу, сопровождаемое нецензурной бранью в общественных местах, оскорбительным приставанием к гражданам, а равно уничтожением или повреждением чужого имущества.

УК РФ Статья 117.

Истязание.

Причинение физических или психических страданий.

Обязательные правила профилактики буллинга для всех взрослых, работающих в образовательном учреждении:

1. Не игнорировать, не преуменьшать значение. Если в школе пришли к общему пониманию и соглашению о том, что буллинг является проявлением насилия, то тогда даже у тех, кто не является прямым участником, повышается восприимчивость к ситуациям буллинга и появляется способность адекватно реагировать.

2. Проявить активность в данной ситуации. Если учителю стало известно о случае буллинга, или он стал свидетелем такого случая, он должен занять ясную и недвусмысленную позицию. Учитель может попытаться добиться того, чтобы, по меньшей мере "наблюдатели", а по возможности и сам "агрессор», изменили свою позицию в отношении буллинга, а также объяснить им, каковы психологические последствия для жертвы в этой ситуации.

3. Разговор с "агрессором" буллинга. Если стало известно о случае буллинга, необходимо провести беседу с зачинщиком, где, прежде всего, ясно дать понять, что в школе не будут терпеть буллинг. Нужно учитывать, что при

работе с буллерами (агрессорами) разрешается критиковать, а также корректировать поведение, но ни в коем случае не переходить на личности. Нужно учитывать, что такие дети и подростки обычно теряют интерес совершать насилие, если находят в своем учреждении какое-то достаточно осмысленное, а также ценное занятие для себя, в котором они способны проявить свой потенциал, а также пережить чувство успеха.

Санкции являются отличным средством, чтобы дать ребенку понять, чем может быть чреват его свободный выбор. Если взрослый выдерживает такие ограничения, это учит подростка нести ответственность за свои поступки. Нужно учитывать, что ответственность за нормальные отношения между детьми и взрослыми лежит исключительно на представителях старшего поколения.

4. *Разговор с "жертвой" буллинга.* Очень важно защитить ученика, ставшего "жертвой" и перестать скрывать буллинг. Провести доверительную беседу с ребенком, которого обидели, попытаться понять его, поддержать, помочь устранить негативные эмоции (чувство страха, обиды, вины).

5. *Разговор с классом.* Обсудить с ребятами в классе случай буллинга. Такой разговор поможет разрешить конфликт и разногласия, вместе обсудить имеющиеся правила против буллинга или выработать новые. При этом активно привлекаются к беседе и обсуждению те школьники, которые ведут себя позитивно.

6. *Проинформировать педагогический коллектив.* Педагогический коллектив должен знать о случае буллинга и взять ситуацию под контроль.

7. *Пригласить родителей для беседы.* Если буллинг имеет место в начальной школе, то особенно важно, как можно раньше привлечь родителей, обсудить с ним, какие есть (или могут быть) признаки, свидетельствующие о буллинге, и какими могут и должны быть стратегии реагирования.

8. *Наступление последствий.* Буллеры должны встретиться с неизбежными последствиями своих действий. Сюда относится, в том числе,

принесение извинений "жертве" и восстановление того имущества, которое было испорчено или отобрано.

Рефлексия. Подведение итогов педагогического совета.

Спасибо, за работу.

Занятие 8:

Развивающее занятие: «Бояться страшно. Действовать не страшно»

Цель: выработка стратегий для борьбы со страхами, выработать умение просить о помощи в трудных ситуациях.

Организационный момент. Приветствие. (5 мин.)

Напоминаем правила работы группы.

Мини-лекция: (10 мин)

- Каждый из нас достаточно часто употребляет такие слова, как «эмоции», «чувства», «настроение», «переживания». Всё это вполне определённые психические явления, которые люди постоянно и многократно испытывают в своей жизни. Всё, с чем сталкивается человек, вызывает у него те или иные эмоции и чувства.

- Среди многообразия индивидуальных эмоциональных проявлений выделяют основные эмоции, определяющие все остальные: радость, гнев, удивление, грусть, страх. По своей природе эмоции возникают не без основания и, если они не находят естественного выражения, это приводит к телесным и душевным изменениям.

- Сегодня мы поговорим о коварном злодее, который любит управлять чувствами людей. Он залезает в их мысли, говорит и творит всякие гадости, от которых сложно отвлечься. Не удивлюсь, если и вы попадали под его влияние. Как вы думаете, кто это? (Предположения учащихся)

- Правильно это страх! Что такое страх? Когда он бывает? Как выглядит человек, испытывающий страх? Зачем природа дала нам это чувство? Что оно нам приносит - вред или пользу? А, каким образом справляться со своими страхами?

Как только человек стесняет себя, перестаёт быть естественным, тут же возникает такое эмоциональное состояние как страх: сужаются кровеносные сосуды, голова становится «пустой», внезапно выступает холодный пот, замирает сердце. Ком в горле, дрожь в коленях, холод в животе – эти спутники страха знакомы чуть ли не каждому. Страх появляется при получении человеком информации о возможной угрозе его жизненному благополучию, о реальной или воображаемой опасности. Страх не даёт дышать нам полной грудью, мешает наслаждаться окружающим миром, он стоит за нашей спиной и давит нам на психику. Однако, психологи, психотерапевты и люди, которые сталкиваются лицом к лицу со страхом просто в силу своей работы считают, что страхом можно управлять.

Выделяют следующие самые популярные виды страха:

Клаустрофобия – боязнь замкнутого пространства

Агорафобия – боязнь открытого пространства

Аутофобия – боязнь одиночества

Батеофобия – страх высоты

Нозофобия паническая боязнь заразиться и заболеть

Интимофобия – боязнь близости. Не только сексуальной, но и душевной.

Есть страхи, основанные на собственном опыте (в детстве укусили собака – боюсь собак); страхи вызванные некомпетентностью (не знаю как себя вести в компании – провожу досуг в одиночестве).

Есть страхи, внушённые кем – либо, например, родителями (не перебегай дорогу – попадёшь под машину)

Есть страхи нафантазированные (например, привидения).

Практическая часть: (20 минут)

А чего больше всего боитесь вы? Что может заставить вас потерять над собой контроль? *Написание списка страхов* (учащиеся вспоминают, чего они боятся, составляется список).

Упражнения «Что делать? Действуй!»

Один учащийся говорит о том, чего он боится, другие дают ему советы, обсуждают услышанное.

По итогу обсуждения выводят главные рекомендации по борьбе со страхами:

1. Не отворачиваться от него.
2. Узнать о предмете беспокойства как можно больше.
3. Изменить образ.
4. Посмеяться над своим страхом.
5. Прежде чем действовать, реально оцени свои силы. Если их достаточно, действуй, не теряя времени.
6. Если случай особый и твоих сил явно не хватит, проси помощи и защиты у тех, кто по долгу службы обязан это сделать.

Ребятам предлагается выполнить **Графический тест «Абстрактная реальность»** (см. приложение) (15 мин)

Цель: выяснить умеете ли побеждать страх. Обсуждение расшифровки теста.

Упражнение «Мусорное ведро» (5 мин)

Цель: сброс негативных эмоций.

Предлагается скомкать листочки со своими страхами и выбросить в мусорное ведро со словами: «Эти страхи мне больше не нужны».

Рефлексия. (5 мин) Учащиеся становятся в круг, берутся за руки. Каждый по кругу называет чувство, с которым он завершает занятие.

Занятие 9:

Квиз: «Правила поведения и безопасность на улице»

Цели: повторить знания о правилах безопасного поведения, показать, какие опасности подстерегают детей в повседневной жизни; научить быстро ориентироваться в ситуациях и принимать рациональные решения.

Оборудование: пословицы; формула безопасности (для каждого ученика и на доске); карточки с описанием ситуаций в конвертах; макет светофора для проведения физкультминутки, проектор, экран.

Организационный момент. Приветствие. (5 мин.)

Напоминаем правила работы группы.

Вступительное слово:

Жизнь – самое ценное, что дано человеку. Она даётся по праву рождения всем, а от человека уже зависит, насколько прекрасной и счастливой она будет. Да, мы не можем знать точно, где подстерегает нас опасность и какой именно она будет. Но, зная правила поведения при чрезвычайных ситуациях и соблюдая нормы поведения, мы можем избежать очень многих неприятностей. Мы живем в обществе, и очень многое в нашем поведении обусловлено правилами. Есть правила поведения на улице и в школе, транспорте, правила этикета. Надо ли их выполнять? (Конечно, надо.)

- Что происходит, если нарушаются правила? Приведите примеры. (Дети отвечают и приводят примеры.)

- Правильно, в первую очередь страдает наша безопасность. Правила охраняют нашу жизнь и здоровье. А можно ли придумать правило или совет к каждой конкретной ситуации? (Пожалуй, нет.)

Очень часто взрослые - родители, учителя - решают за детей, выполнять или не выполнять правила. Тем самым они берут на себя ответственность за вашу безопасность. Если решение принимаете вы, то сами несете ответственность за его последствия. Сегодня мы сыграем в квиз «Правила поведения и безопасность на улице» вспомним и повторим то, что мы знаем, а также узнаем и выведем формулу Безопасности. У нас встречаются 2 команды:

Умники и Знатоки.

- Сегодня я вас хочу познакомить с формулой безопасности. Вот она: (слайд 1)

1. Остановись!
2. Подумай! (Найди положительные и отрицательные стороны.)
3. Выбери.
4. Похвали себя.

- Давайте разберем одну ситуацию, пользуясь данной формулой. Пример (Разыгрывается ситуация: друзья вам предложили без взрослых пойти на речку. Происходит обсуждение по формуле.)

- Формула безопасности работает, если правильно ею пользоваться. Кроме формулы, есть еще один верный способ - слушаться взрослых. Послушайте рассказ школьника «К чему приводит непослушание». (Подготовленный ученик читает рассказ.)

К чему приводит непослушание

Однажды я, брат и наша мама пошли гулять на детскую площадку. Мама сидела на скамейке. Мы съезжали с горки, забирались по лестнице, катались на качелях, карусели. На площадке были и два кораблика: один большой, другой маленький.

Когда мы уже собирались домой, Вите вдруг захотелось влезть на большой кораблик и бросать с него камни. Мама говорила ему: «Слезь!» Но он не слушался. Так продолжалось некоторое время, и мама стояла около кораблика, следила за Витей, чтобы он не упал. В какой-то момент ее окликнула женщина, гулявшая со своим малышом. Мама повернулась, чтобы ответить, а Витя в это время бросил камень в очередной раз. Вдруг он потерял равновесие, зацепился за что-то ногами и полетел на землю вниз головой. Витя сильно плакал. Мама взяла его на руки, мы сразу пошли домой и вызвали скорую помощь. Когда она приехала, Витя уже успокоился и не плакал, только жаловался, что болит спина. Витю с мамой отвезли в больницу, и там выяснилось, что у него перелом трех позвонков.

В больнице мама и Витя пробыли почти два месяца. Витя не мог ходить, первое время он лежал только на спине. Потом ему разрешили переворачиваться на живот, начать двигаться на четвереньках. Очень нескоро моему брату разрешили встать на ноги, но ходить он разучился, и поэтому ему снова пришлось учиться ходить.

С того дня прошло уже семь месяцев, но Витя до сих пор расплачивается за свое непослушание. Ему и теперь еще нельзя бегать, прыгать, кататься с

горки и многое другое. А ведь этого могло и не случиться, если бы он сразу послушал маму!

Вот такой грустный рассказ о случае, который произошел на самом деле. **Сделаем вывод:** чтобы избежать опасных ситуаций, следует слушать советы взрослых и действовать по формуле безопасности.

- Объясните смысл пословиц: «Опасение - половина спасения», «Берегись бед, пока их нет». (Дети отвечают.)

Тур 1: Станция «Пожарная безопасность»

Внимание на экран: (слайд 2, 3) Команды на листочках записывают правильный ответ. За правильный ответ присуждают 1 балл.

- Дайте определение понятию пожар?

- Что означает этот знак?

Дидактическая игра: «Горит, не горит»

- Я буду говорить вам слова, а вы, если этот предмет горит - топаете, а если не горит - хлопаете. Будьте внимательными.

Слова:

Для первой команды: Бумага, Гвоздь, Шторы, Снег, Одежда, Вода.

Выставляются баллы за выполнение.

Для второй команды: Деревья, Камень, Сухая трава, Стекло, Книги, Металл.

Выставляются баллы за выполнение.

Тур 2: Станция «Дорога безопасности»

- Ещё одна угроза в жизни человека - это движение по дорогам.

- Назовите правила, которые могут спасти жизнь вам и окружающим вас людям, при движении на дороге в качестве пешехода.

Блиц-опрос «Правила дорожного движения» (слайд 4)

Команды быстро пишут ответы на листочках, за каждый ответ 1 балл.

1. Как называют людей, идущих по улице? (Пешеходы)

2. Где должны ходить пешеходы? (По тротуару)

3. Где разрешается переходить улицу? (По светофору, по пешеходному переходу)

4. Как определить, где находится пешеходный переход? (На дороге – полосы – «зебра» и знак «Пешеходный переход»)

5. Какие пешеходные переходы вы знаете? (Подземный, наземный, надземный)

6. Назовите правила поведения в транспорте. (Нельзя: трогать двери руками, отвлекать водителя, высовываться из окна, вставать на сиденье ногами, громко разговаривать; надо быть вежливым: уступать место девочкам и старшим)

7. Что регулирует движение на улице? (Светофор)

Физкультминутка «Светофор»: если показывает красную карточку - дети стоят на месте, если жёлтую - хлопают в ладоши, если зелёную - шагают на месте.

Игра «Разрешается-запрещается»

Я начинаю фразу, а вы дружно продолжаете словами «разрешается» или «запрещается».

- Идти толпой по тротуару ... (запрещается)
- Играть рядом с проезжей частью... (запрещается)
- Перебегать дорогу... (запрещается)
- Переходить дорогу по подземному переходу... (разрешается)
- Громко разговаривать и смеяться в транспорте... (запрещается)
- Помогать пожилым людям переходить улицу ... (разрешается)
- Выбегать на проезжую часть ... (запрещается)
- Переходить дорогу на зеленый свет ... (разрешается)
- Уважать и соблюдать правила дорожного движения ... (разрешается)

Оглашаются промежуточные баллы по игре.

Тур 3: Станция «Безопасность в школе»

- Школа – это наш второй дом. В любом доме есть свои правила, которые надо выполнять.

- Вспомните, как надо правильно проводить перемены без вреда для здоровья, какие правила надо выполнять. Для чего же нужна перемена?

Викторина «Знатоки безопасности» - см. интерактивную презентацию.

За каждый правильный ответ присуждается определенное количество баллов.

Тур 4: Станция «Личная безопасность»

Раздаются бланки, учащиеся в них выписывают номера только тех утверждений, на которые ответили бы ДА!

1. Вступать в разговор с незнакомыми и случайными людьми на улице.
2. Играть на дороге, возвращаясь из школы домой.
3. Вступать в разговор с нетрезвым человеком.
4. Заходить в подъезд и лифт с незнакомым человеком.
5. Играть с наступлением темноты, а также в темных местах, на пустырях, свалках, рядом с железной дорогой, в пустых и в разрушенных зданиях.
6. Садиться в машину к незнакомцу.
7. Слушать на улице музыку: в наушниках.
8. Соглашаться на предложение незнакомых людей зайти в гости, послушать музыку, посмотреть видеофильм, поиграть на компьютере.

Выставляются баллы.

Тур 5: Станция «Один дома»

Командам предлагается на листе ватмана нарисовать/ изобразить правила: «Когда ты один дома» - 10 мин на подготовку.

Далее каждая команда оглашает свои правила поведения.

Начисляются баллы за итоговую работу.

Подведение итогов – объявление победителей.

Закончим чтением азбуки безопасности. (У каждого ученика на столе лежат листочки с текстом азбуки. Дети по цепочке читают.)

Азбука безопасности

А - автомобиль - это опасно. **Б** - будь внимательным. **В** - всегда помни свой адрес и номер телефона. **Г** - громко кричи, если нужна помощь. **Д** - делись

всеми страхами и подозрениями с родителями. **Ж** - жалуйся родителям, если кто-то делает тебе больно. **З** - звони домой, если собираешься задержаться. **И** - играй только в безопасных местах. **К** - красть нехорошо! **Л** - лазают по деревьям и заборам только дураки. **М** - мама должна знать все! **Н** - никуда не иди с незнакомыми людьми. **О** - открывай дверь только хорошо знакомым людям. **П** - пустыри и стройки - не место для игры. **Р** - расспрашивай обо всем, что кажется тебе странным. **С** - соблюдай законы. **Т** - темнота - друг преступников, а не молодежи. **У** - укус животного опасен. **Ф** - формула безопасности - твой надежный друг. **Х** - хлопушки, петарды опасны. **Ц** - цепочка на двери - твой друг. **Ч** - часто водоемы глубокие. **Ш** - шоссе: будь внимателен. **Э** - электроприборы не оставляй без присмотра. **Ю** - юный друг, помни правила! **Я** - я верю в тебя.

Рефлексия

- Что полезного узнали? Какие правила поведения мы с вами сегодня вспомнили?

-К чему может привести несоблюдение правил безопасного поведения?

Занятие 10:

Тренинг «Учись быть добрым»

Цели: формирование личности, способной к принятию ответственных решений и к проявлению нравственного поведения в жизненных ситуациях.

Оборудование: пословицы, музыка, сердечки с пожеланиями.

Организационный момент. Приветствие. (5 мин.)

Напоминаем правила работы группы.

Приветствие в кругу: пошлём друг другу добрые мысли и добрые чувства, улыбнитесь друг другу. А я дарю вам маленькие сердца с пожеланиями (дети выбирают разные цветные сердца и зачитывают пожелания (Приятно тебя видеть, у тебя красивая улыбка, добрый день, приветствую, сегодня у тебя все получится ...))

Тема нашего разговора: Человек начинается с добра. Научите своё сердце добру!

Притча о мудреце

Эта история произошла давным-давно в старинном городе, в котором жил великий мудрец. Слава о его мудрости разнеслась далеко вокруг его родного города. Но был в городе человек, который завидовал его славе. И вот решил он придумать такой вопрос, чтобы мудрец не смог на него ответить. И он пошел на луг, поймал бабочку, посадил её между сомкнутых ладоней и подумал: “Спрошу-ка, я у мудреца, какая бабочка у меня в руках – живая или мертвая? Если он скажет – живая я сомкну ладони, и бабочка умрет, а если он скажет мертвая, я раскрою ладони, и бабочка улетит. Вот тогда все поймут, кто из нас умнее”

Вопросы:

- Как вы относитесь к этому человеку?
- Как бы вы ответили на месте мудреца?
- А вот как было дальше.

Завистник поймал бабочку, посадил её между ладонями и отправился к мудрецу. И он спросил у того: “Какая бабочка у меня в руках, о мудрейший: живая или мертвая? И тогда мудрец, который действительно был, очень умным человеком сказал: “Все в твоих руках”.

– Как вы понимаете слова мудреца “Все в твоих руках?” (Жизнь или смерть бабочки в данный момент зависела только от Завистника).

Основная часть (30 мин)

Упражнение «Ассоциации»

Ребятам предлагается подобрать ассоциативный ряд к словам «Добро» и «Зло».

Добро – нежность, забота, внимание, верность, радость, дружба, свет, любовь, жалость, благородство, честность, душевность, доброжелательность.

Зло – зависть, предательство, месть, жадность, ложь, эгоизм, агрессия.

Мини – лекция

Доброта – это не врожденное качество, его нужно воспитывать. Мы назвали много положительных качеств человека. Но на первое место мы ставим доброту.

– А вот почему на первое место мы ставим доброту?

Когда появился человек, он был награжден разумом, речью, способностью к мастерству и искусству. Человек стал добывать пищу, делать красивые вещи, строить жилища. Но каким человек был внутри, всегда зависело лишь от его сердца.

– А что значит доброта, добрый человек? *(Когда человек очень хорошо относится к другим; добрый человек обо всех заботится и никого не обижает; добрый – значит вежливый, заботливый, нежадный.)*

– А вот как в толковом словаре трактуется это понятие – доброта. *(Доброта это – отзывчивость, душевное расположение к людям, стремление делать добро другим.)*

– Какие добрые поступки совершили вы? *(Помог донести тяжесть, ходил за хлебом для соседки, помог маленькому другу перейти дорогу, собирал вещи для приюта, починил парту, ухаживал за цветами.)*

Расслабляющее упражнение “Волшебный цветок добра”

(Включить красивую, приятную мелодию.)

-Ребята, встаньте в круг, слегка вытяните руки вперед ладонями вверх и закройте глаза. Представьте себе то, что я вам сейчас скажу.

Нарисуйте в своем воображении цветок добра и хорошего настроения. Положите его на обе ладони. Почувствуйте, как он согревает вас: ваши руки, ваше тело, вашу душу. От него исходит удивительный запах и приятная музыка. И вам хочется ее послушать. Мысленно поместите все добро и хорошее настроение этого цветка внутрь, в свое сердце. Почувствуйте, как добро входит в вас, доставляет вам радость. У вас появляются новые силы: силы здоровья, счастья и радости. Вы чувствуете, как ваше тело наполняется удовольствием и радостью. Как приятно вашему лицу, как хорошо и радостно становится вашей

душе... Вас обвеваает теплый, ласковый ветерок. У вас доброе, согревающее душу настроение.

Игра «Свод законов доброты»

Представьте, что доброта - это наука, у которой есть свои законы. Слова в них перепутались. Восстановите законы доброты – соберите пословицу из словосочетаний и скажите, в чем заключается ее смысл. (Участники по очереди собирают законы-пословицы.)

Начало пословиц	Окончание пословиц
Для хорошего друга	на добрые дела.
Свет не без	новых двух.
Злой плачет от зависти,	тот дважды помог.
Без друга	добрых дел.
Жизнь дана	на сердце выюга.
На добрый привет –	не жаль ни хлеба, ни досуга.
Тому тяжело,	добрый совет.
Кто скоро помог	чужая болезнь к сердцу.
Доброму человеку и	кто помнит зло.
Старый друг лучше	а добрый - от жалости.

Упражнение «Цветок добрых дел»

Ведущий предлагает детям прочитать пожелания на лепестках цветка и приклеить на подготовленный заранее ватман.

1. Не жалейте дарить добро родственникам, друзьям, незнакомым, не ленитесь каждый день делать самое лёгкое – дарить хоть капельку добра всему живому на Земле.
2. Оглянитесь вокруг и представьте себе, что рядом только хорошие люди, которые всегда поддержат и помогут.
3. И пусть каждый задумается: «А всё ли я сделал для того, чтобы людям рядом со мной было уютно и спокойно?»
4. Доброта, милосердие, щедрость души – признаки силы, а не слабости.

5. Отданные людям тепло, и душевная доброта обязательно вернутся к вам.

6. Мы посланы на Землю, чтобы умножать добро и красоту, создавать земной рай, а не быть просто потребителями.

7. Наша жизнь – такая короткая, пусть же не будет в ней места злым помыслам.

Рефлексия (5 мин)

Упражнение «Добрая самооценка»

Посмотрите на эту лестницу (психолог показывает нарисованную лестницу, либо картинку). Самый добрый человек в мире стоит на самой высокой ступеньке лестницы, а самый злой – на нижней (педагог показывает, где стоит самый добрый и самый злой человек). А куда бы вы себя поставили и почему? Что бы вы могли сделать, чтобы приблизиться к идеалу доброго человека?

Носите в сердцах любовь и доброту и дарите ее окружающим Вас людям. Если Вы несете в мир искренне добро и любовь, то Вы получаете от мира в десятки раз больше. Мир – это то, что у нас внутри, в сердце. Пусть всегда и ваши сердца, и ваши души будут открыты для добрых дел.

Спасибо, до новой встречи.

Занятие 11:

Круглый стол «Что такое агрессия? Как не стать жертвой насилия»

Цель: сформировать активную жизненную позицию, основанную на уважении себя как личности и уважении окружающих людей. Воспитание доброго отношения друг к другу, милосердия, сострадания, доброжелательности, толерантности.

Организационный момент. Приветствие. (5 мин.)

Упражнение «Пожелание»: учащиеся встают в круг и каждый придумывает пожелание соседу справа на предстоящий день.

Ход занятия:

Сегодняшний круглый стол хочу начать с эпиграфа Б. Пастернака:

*Верю я, придет пора,
Силу подлости и злобы
Одолеет дух добра.*

Сегодня будем говорить на деликатную тему «Бытовое насилие» и выясним что же такое агрессия. Для кого-то может быть, она неприятная, для кого-то – новая. Но мы должны об этом говорить, потому что с врагом легче бороться, когда его знаешь. В повседневной жизни люди почти ежедневно сталкиваются с различными ситуациями насилия, агрессии и жестокости. Этому в немалой степени способствуют средства массовой информации, жестокие законы рыночной экономики, спокойное отношение окружающих к проявлениям семейной жестокости. Об этом можно долго говорить и даже спорить. Поэтому мы приглашаем вас к диалогу. Давайте попытаемся ответить на вопрос: «Что такое бытовое насилие?»

Обратимся к справочной литературе: **Бытовое насилие** - умышленное противоправное деяние (действие или бездействие) одного лица в сфере семейно-бытовых отношений в отношении другого (других), причиняющее или содержащее угрозу причинения физического и (или) психического страдания; Бытовое насилие бывает разных форм: физическое, психологическое, экономическое насилие и сексуальное.

Агрессия — это любая форма поведения, нацеленная на оскорбление или причинение вреда другому живому существу, не желающему подобного обращения.

Давайте разделимся на 3 группы:

Обсуждение в группах вопроса: «Что такое насилие, жестокость? Приведите примеры из жизни». (10 мин)

Работа в группах. Объяснить значение крылатых выражений.

1 группа: «Жестокость всегда протекает из бессердечия и слабости» Сенека.

2 группа: «Люди с сердцем безжалостным рады чужим несчастьям» Важа Пшавела.

2 группа: «Злой человек похож на уголь: если не жжет, то чернит тебя»
Анахарсис Скифский.

Теперь давайте разберем виды бытового насилия (раздать вопросы по группам, выслушать мнения по вопросам)

1 группа: что вы понимаете под физическим и психическим насилием?

2 группа: какое насилие можно назвать эмоциональным и экономическим?

3 группа: что означает пренебрежение нуждами ребенка или моральное насилие?

Дискуссия «Воспитание без насилия» (5 мин).

Вопросы:

- Почему многие родители способны поднять руку на своего ребёнка?

- Каковы последствия такого воспитания?

Мини-лекция: (10мин)

Чтобы не стать жертвой насилия следует соблюдать правила личной безопасности! Помните правило четырех «не»:

1. Не разговаривай с незнакомцами и никогда не впускай их в дом.

2. Не заходи с ними в лифт и подъезд.

3. Не садись в машину к незнакомцам.

4. Не задерживайся на улице после школы, особенно с наступлением темноты.

Веди себя в **лифте** правильно! Входи в лифт, только убедившись, что на площадке нет постороннего, который может зайти вслед за тобой в кабину. Если в вызванном лифте уже находится незнакомый человек, не входи в кабину. Не входи с незнакомым человеком в лифт. Если незнакомец предлагает тебе ехать первому, а он якобы «подождет», вежливо отказывайся. Помни, незнакомец, может дожидаться, когда ты войдешь, и войти вслед за тобой.

Правильно вееди себя и в **подъезде**! Не подходи к подъезду, если кто-то идет вслед за тобой. Погуляй на улице 15-20 минут. Лучше, если ты будешь делать вид, что ждешь кого-то. Прежде чем войти в подъезд, вызови свою квартиру по домофону и попроси родителей тебя встретить. Если в подъезде

находится незнакомец, сразу же выйди на улицу и дождись, когда в подъезд войдет кто-то из знакомых взрослых. При внезапном нападении **кричи**, убегай или защищайся любым возможным способом.

Используй любые средства: ручку, расческу или ключи (вонзи в лицо, ногу или руку нападающего); любой аэрозоль, даже дезодорант, (направь в глаза); каблук (сильно топни каблуком по ноге нападающего). Если можешь, брось что-нибудь в лицо нападающему (например, портфель, мешок с обувью или просто горсть мелочи из кармана), чтобы на некоторое время привести его в замешательство.

Если насильник зажимает вам рот, душит или угрожает вам ножом, и вы понимаете, что вас никто не услышит и помощи вам не дожидаться (вы в лесу, в парке), подчинитесь, но при любой возможности не собирая вещей, убегайте в чем есть.

Помни, нет ничего драгоценнее твоей жизни! Если кругом могут быть люди, сопротивляйтесь из-за всех сил, не сдавайтесь без борьбы!

Оказавшись в безопасности, немедленно позвоните по телефону «02» и сообщите что произошло, назови точный адрес, приметы и направление, куда ушел нападающий. Также надо помнить, что у любого ребенка есть права, которые защищаются законом. Любой ребенок может обратиться в полицию по вопросу насилия в семье! Если боитесь, позвоните по телефону доверия: 8-800-2000-122 (бесплатный с любого номера, даже если нет денег).

Упражнение: «Обсуждение ситуаций». (20 мин)

Каждой группе даются 2 ситуации и 10 минут на размышление, и каждая группа оглашает свои результаты.

1 группа:

1 ситуация. К вам подходит знакомый и начинает обвинять вас в том, что вы якобы что-то наговорили про него общим приятелям...

Задание: предложить разные варианты поведения обеих сторон в данной ситуации.

2 ситуация. Один ученик говорит другому: «Я никогда не буду сидеть с тобой за одной партой: разляжешься, как слон, а мне неудобно писать!». Другой отвечает ... (допишите). Прокомментируйте ситуацию.

2 группа:

1 ситуация. Идет урок математики. Учитель выписал на доске из учебника д/з. По классу прокатился легкий шелест недовольства: слишком много задали. Учитель поворачивается к классу лицом, удивленно: «В чем дело?» Дети говорят, что не успевают, что очень трудоемкое задание. Учитель говорит: «Это для вашего же блага. Кто не сделает, тот получит «2». Задание: объясните ситуацию несогласия с учителем избегая конфликта.

2-я ситуация. Идет урок, учащиеся выполняют задания. Вдруг один ученик начинает стучать ручкой по парте. Учитель делает замечание: «Сергей, не стучи, пожалуйста, по парте, выполняй задания». Сергей отвечает: «Почему опять я? Опять крайний! Вы что, видели?».

- Какая реакция учителя на слова Сергея?
- Как бы вы сделали в этой ситуации?

3 группа:

1-я ситуация. Мама пришла с работы и говорит дочери: «Сколько можно говорить? Убери за собой, разбросала все, словно смерч пронесся в квартире! Не девушка, а несчастье какое-то! Говоришь, а ей, как об стену горохом!».

- Какова реакция девушки?
- Как бы вы сделали на месте мамы?

2-я ситуация. Учитель проверяет домашнее задание. Дошла очередь и до Олега. Андрей Иванович, проверяя работу ученика, сказал: «Да что же это такое? Этот бездарь опять не сделал, как следует, написал в тетради так, что ничего не разберешь!».

- Какова реакция ученика?
- Как бы вы сделали на месте учителя?

Притча «Ладная семья». (5 мин)

Жила-была на свете семья. Она была не простая. Более 100 человек насчитывалось в этой семье. И занимала эта семья целое село. Так и жили всей семьей и всем селом. Вы скажете: ну и что, мало ли больших семейств на свете. Но дело в том, что семья была особая – мир и лад царили в этой семье и, стало быть, на селе. Ни ссор, ни ругани, ни, Боже упаси, драк и раздоров. Дошел слух об этой семье до самого владыки страны. И он решил проверить, правду ли молвят люди. Прибыл он в село, и душа его возрадовалась: кругом чистота, красота, достаток и мир. Хорошо детям, спокойно старикам. Удивился владыка. Решил узнать, как жители села добились такого лада, пришел к главе семьи; расскажи, мол, как ты добиваешься такого согласия и мира в твоей семье. Тот взял лист бумаги и стал что-то писать. Писал долго – видно, не очень силен был в грамоте. Затем передал лист владыке. Тот взял бумаги и стал разбирать каракули старика. Разобрал с трудом и удивился. Три слова были начертаны на бумаге:

ЗАДАНИЕ ГРУППАМ: КАКИЕ ТРИ СЛОВА НАПИСАЛ СТАРИК?

Три слова были начертаны на бумаге: любовь, прощение, терпение. И в конце листа: сто раз любовь, сто раз прощение, сто раз терпение. Почесал владыка за ухом и спросил:

- И все?

- Да, - ответил старик, - это и есть основа жизни всякой хорошей семьи.

И подумав, добавил:

- И мира тоже.

Все эти три слова можно заменить одним словом «толерантность». Толерантность является редкой чертой характера. Толерантный человек уважает убеждения других, не стараясь доказать свою исключительную правоту. 16 ноября Международный день толерантности.

Рефлексия: (5 мин)

- Какие чувства вызвала у вас тема, которую мы сегодня обсуждали?

- Как вы думаете, насколько эта тема актуальна для вас?

Спасибо за внимание.

Занятие 12

Развивающее занятие: «Способы решения конфликтов с ровесниками»

Цель: Развитие коммуникативных способностей личности, формирование навыков конструктивного поведения в конфликтной ситуации, развитие навыков саморегуляции.

Оборудование: Доска, экран, проектор, листы А4, карандаши, фломастеры, мягкая игрушка.

Вводная часть. Приветствие. (5 мин)

- В ходе занятия вы сможете лучше узнать себя, приобрести навыки конструктивного поведения в конфликтной ситуации, научитесь распознавать эмоции других людей. Сегодня на занятие мы будем говорить о ненасильственном способе общения.

Упражнение «Снежный ком». (5 мин)

Цель: знакомство с целью узнать друг друга, снять эмоциональное напряжение.

Ведущий берет мягкую игрушку и объясняет, что надо сделать. Участник держит игрушку, называет свое имя и 2 своих качества, которые помогают тебе найти друзей, например: «Меня зовут Алена, я дружелюбный и вежливый». И далее игрушка передается по кругу.

Упражнение: «Рисунок одним карандашом» (10 мин)

Цель: научиться договариваться в паре.

Ведущий разделяет ребят на пары, раздает каждой паре 1 лист А4 и 1 карандаш. Задача состоит в том, чтобы держась за один карандаш вдвоем нарисовать каждому свой рисунок на листе. Упражнение выполняется в течении трех минут, далее идет обсуждение получилось ли каждому нарисовать что-то свое на общем листе

Мини- лекция. (10 мин)

Маршалл Розенберг предложил понятную модель, которая позволяет договариваться с уважением, без давления, без требований и насилия, —

ненасильственное общение. Ненасильственное общение состоит из четырех основных компонентов — шагов, которые присутствуют каждый раз, когда вы хотите обратиться к кому-то с просьбой или понять, чего хочет другой человек. М. Розенберг говорит, что они простые, но не легкие.

1. Наблюдение. Ключевым навыком здесь является описание фактов без оценивания. Есть нечто или происходит нечто, что может нам нравиться или не нравиться. Важно это констатировать как есть.

2. Озвучивание своих чувств и эмоций. На данном этапе мы фокусируемся на эмоциях, ощущениях, которые вызваны происходящим. К этим своим чувствам и эмоциям по поводу происходящего мы тоже относимся безоценочно, мы наблюдаем за ними, фиксируем в сознании и искренне озвучиваем.

3. Выражение своих потребностей. Теперь мы определяем потребности, связанные с нашими эмоциями. После осознания этих трех компонентов становится возможным честно и ясно выразить свои чувства.

4. Формулирование просьбы. Следующий этап — выражение просьбы, пожелания, но ни в коем случае не требования к собеседнику. Например, фразу можно построить так: — Когда ты громко разговариваешь (наблюдение), я начинаю злиться (эмоция), потому что дома мне хочется тишины (потребность). Говори, пожалуйста, тише (просьба).

Упражнение: «Я чувствую – Я прошу» (10 мин)

Цель: научиться правильно определить свои чувства и корректно сформулировать просьбу.

Ребята разбиваются на группы и ведущий выдает лист, на котором написаны различные ситуации необходимо сформулировать просьбу по методу ненасильственного общения. Ситуации:

1 ситуация: Друг взял у тебя взаймы некоторую сумму и не вернул в срок. Как ты поступишь?

2 Ситуация: Вы договорились с подругой (другом) вместе пойти в кино. В назначенное время она (он) не приходит, позже говорит, что планы неожиданно изменились. Что ты ответишь?

3 ситуация: Учитель решил, что ты списал, и поставил тебе неудовлетворительную оценку. Ты выполнил работу сам. Что ты ответишь учителю?

Ответы необходимо разработать по следующей схеме: «Что я вижу или слышу? О чем идет речь?» «Что я чувствую?» «В чем я нуждаюсь?» «Ты не мог бы?..»

Пример: Когда ты громко разговариваешь (наблюдение), я начинаю злиться (эмоция), потому что дома мне хочется тишины (потребность). Говори, пожалуйста, тише (просьба).

Таким образом, соединяя шаг за шагом, наблюдение +эмоции, мы устанавливаем связь произошедших обстоятельств, которые наблюдаем, со своими чувствами. Далее становится возможным честно и ясно выразить свои эмоции и чувства, осознать их истинные причины и сообщить о них. И далее, необходимо сформулировать просьбу, пожелание без претензий.

Упражнение: «Найди ответ» (10 мин)

Цель: закрепить навык ненасильственной формы общения.

Ведущий выводит на экран задание: Твой одноклассник (одноклассница) спрашивает: «Почему ты перестал(-а) разговаривать со мной? Я не знаю, что и думать». Ты отвечаешь:

- а. Думай что хочешь, отстань от меня вообще.
- б. Ничего не надо думать, все в порядке.
- с. Ты волнуешься, хочешь поговорить о наших отношениях?

Происходит обсуждение выбранного варианта ответа

Рефлексия:

Ведущий берет мягкую игрушку и объясняет, что надо сделать. Участник держит игрушку, называет свое имя и говорит о том, какие эмоции он испытал в ходе нашего занятия, например: «Меня зовут Алена, я испытываю радость, от

того что вы участвуете в нашем занятии». И далее игрушка передается по кругу.

Спасибо за внимание!

Раздел 3: Форум- театр «Я делаю выбор»

Занятие 13-14:

Занятие «Вся жизнь театр – а мы актеры».

Цель: тренировка и подготовка ребят к участию в живом спектакле с зрительным залом сверстников.

Подготовка учащихся:

На этом этапе психолог проводит обучение подростков.

1. Повторение по темам: конфликт (понятие, функции, виды), стадии эскалации конфликтной ситуации, принципы конструктивного решения конфликтов, этапы разрешения конфликта, буллинг (определение, формы, причины), роли в буллинге;

2. Распределяют роли, тексты. Рассуждают об образах и как донести проблемную ситуацию до зрителей.

3. Проходят предстоящий спектакль в качестве участников, анализируя процесс с позиции ведущего, обращают внимание на детали, нюансы, особенности процесса;

4. Участвуют в итоговой рефлексии после представления.

Процесс обучения рассчитан на определенную продолжительность (например, обучение в формате четырех репетиций спектакля по 1–2 часа 2 раза в неделю, включая выполнение домашнего задания). Такая подготовка требует усилий и временных затрат как со стороны обучающихся, так и со стороны обучающего, но позволит подросткам лучше разобраться в теме буллинга.

Подготовка помещения, необходимых материалов.

Пространство, в котором будет проходить занятие, необходимо разделить на 2 зоны: пространство для просмотра спектакля и свободная зона для разминки перед мероприятием.

Репетиция спектакля.

Перед началом упражнения участники становятся в круг. Ведущий произносит вступительную речь: несколько слов о буллинге, о конфликте. Затем озвучиваются правила групповой работы и проводится групповое обсуждение:

- что такое буллинг.
- сталкивались ли участники с такой ситуацией в своей жизни,
- кто участвует в ситуации буллинга (назвать роли участников),
- в чем схожесть и разница между буллингом, ссорой и конфликтом.

Упражнение на расслабление и снятие напряжения. Учащимся предлагается поздороваться друг с другом как:

- стеснительные люди,
- как ребята, которые давно не виделись,
- как ребята, которые куда-то спешат.

А сейчас будем кукловодами. Разбиваются на пары: один закрывает глаза, второй ведет своего напарника куда хочет и как хочет, затем идет меняются местами.

Рефлексия после выполнения упражнений: какие чувства вы сейчас испытали? Какие были ощущения? Вы себя чувствовали комфортно, приятно, привычно? Была ли роль, в который вы чувствовали себя дискомфортно, неприятно, непривычно? Что было нового, необычного, неожиданного для вас в упражнении?

Следите за выражением лиц, позами участников и прислушивайтесь к своим ощущениям: возможно, вы заметите, что у кого-то из участников отозвалась какая-то личная тема, болезненная ситуация. В таком случае, деликатно спросите: «Что ты сейчас чувствуешь? У тебя отозвалось то, о чем мы сейчас говорим?»

План подготовки:

Для начала нужно выбрать нескольких организаторов из числа самых старших подростков (9-11 класс). Важно заинтересовать детей уже на этом этапе: участие должно быть сугубо добровольным. Заразительно рассказываем

детям про иммерсивные спектакли, модные социальные эксперименты и предлагаем им уникальную возможность проявить себя в качестве соавторов такого спектакля.

Организаторы мероприятия: психолог, 2 актеров — исполнителей главных ролей(агрессор, жертва), наблюдатели- одноклассники: «добрые» и «злые» (4-6человек),2 актера - роль учителя и родителя.

Психолог вместе с учащимися разрабатывают сценарий, ищут в интернете материалы: информацию, видеоролики, картинки. Структурируют материал. Психолог продумывает свои реплики. Важно, чтобы ребенок чувствовал себя полноценным организатором, а психолог только выступал помощником.

Участники продумывают свои реплики (психолог ненавязчиво направляет их и помогает отредактировать реплики), репетируют.

Психолог подготавливает и проверяет необходимые материалы, помогает участникам. Поскольку сценарий спектакля должен стать результатом творческой активности учащихся, представлены ПРИМЕРНЫЕ реплики ведущего и актеров.

Разучивание сцен из спектакля.

Рефлексия после репетиции спектакля:

Трудно ли играть роль того кем ты не являешься?

Занятие 15-16:

Спектакль «Я делаю выбор»

Цель: Иммерсивный спектакль позволит вовлечь в творческий процесс не только подростков-организаторов, но и абсолютно всех зрителей.

Это очень гибкий вид активности — спектакль, с одной стороны, имеет сценарий, а с другой стороны, развитие действия может меняться в процессе. Главная идея активности в том, чтобы каждый участник смог прочувствовать свою личную значимость в жизни общества, понять, что его поступки, решения и выборы влияют не только на него самого, но и на окружающих людей.

Значение имеют не только действия каждого, но и бездействие, что и призван наглядно продемонстрировать иммерсивный спектакль.

Начало

Зрители занимают места в актовом зале. На входе каждый зритель получает табличку с надписью «Участие». Если есть возможность, нужно попытаться создать театральную атмосферу: задернуть шторы, выключить свет. Помощник запускает музыку.

- Здравствуйте, дорогие друзья! Мы рады вас видеть сегодня на нашем иммерсивном спектакле "Я делаю Выбор". Скажите, пожалуйста, кто-нибудь из вас знает, что значит "иммерсивный спектакль"?»

Звучат ответы зала

Спасибо. Действительно, иммерсивный спектакль — это спектакль, в котором может поучаствовать каждый зритель! И от каждого зрителя зависит, как будет развиваться действие. Далее ведущий кратко рассказывает об иммерсивных спектаклях, концептуальном искусстве.

Но прежде чем мы начнем предлагаю вам размяться:

Перед началом упражнения участники становятся в круг. Ведущий произносит вступительную речь: несколько слов о буллинге, о конфликте. Затем озвучиваются правила групповой работы и проводится групповое обсуждение:

- что такое буллинг.
- сталкивались ли участники с такой ситуацией в своей жизни,
- кто участвует в ситуации буллинга (назвать роли участников),
- в чем схожесть и разница между буллингом, ссорой и конфликтом.

Упражнение на расслабление и снятие напряжения. Учащимся предлагается поздороваться друг с другом как:

- стеснительные люди,
- как ребята, которые давно не виделись,
- как ребята, которые куда-то спешат.

А сейчас будем кукловодами. Разбиваются на пары: один закрывает глаза, второй ведет своего напарника куда хочет и как хочет, затем идет меняются местами.

Рефлексия после выполнения упражнений: какие чувства вы сейчас испытали? Какие были ощущения? Вы себя чувствовали комфортно, приятно, привычно? Была ли роль, в который вы чувствовали себя дискомфортно, неприятно, непривычно? Что было нового, необычного, неожиданного для вас в упражнении?

Кстати, как вы думаете, в реальной жизни наши действия могут изменить "сценарий" событий? Звучат мнения из зала (предположительно разные: «Да, могут изменить», «Нет, от нас ничего не зависит в жизни» и т. д.).

-Вот видите, какие разные мнения прозвучали. Давайте сформулируем вопросы. Примерные вопросы: Могу ли я влиять на события? Что зависит от меня? Как я могу изменить жизненный сценарий? Вопросы выводятся на экран.

Основная часть: Спектакль.

Инвентарь: Стол – 3 штуки (дом, учителю, в класс), стулья 8-9 штук. Маме стаканчик под кофе, шарф, блокнот. Одноклассникам 2-4 свободная одежда, 3у кофта с капюшоном.

Примерный текст (текст пишется вместе с детьми на предыдущих занятиях).

Ситуация 1 дома

Звенит будильник

Мама: вставай, пора идти в школу!

Ребенок: Мама, надо поговорить

Мама: давай вечером

Ребенок: мама, это важно

Мама: выход через 5 минут жду тебя в машине

Ребенок: мама! Это важно!

Мама: я все сказала, жду тебя в машине

Ребенок делает паузу и зовет папу

Ребенок: папа нужна твоя помощь

Папа (голос) Что случилось? Денег дать?

Ребенок: папа, мне поговорить

Папа: поговорить это к маме

Ребенок: растерян, делает паузу. Ну вот и поговорили

Ситуация -дорога в школу

Идут на встречу 2 одноклассников

Ребенок: Одному- привет!

Двое проходят мимо него, обнимаются и разговаривают между собой о нем

1ый: Ты видел у него фото в VK ,ха-ха. Опять дальше Нижнего не уехал

2ой: че за гаджет и фотки какие-то странные

1 и 2 уходят в обнимку

Ребенок: достает телефон, смотрит на него, пожимает плечами. Идет следом

Ситуация 3 школа урок

Ребенок садится за парту, один из ребят пересаживается назад. Садится другой и сталкивает его тетрадь. Заходит учитель

Учитель: Вы меня доведете. Давно у меня не было такого ужасного класса. У меня в прошлом году было восемь 100 балльников. А из вас, что выйдет?

Обращается к ребенку: А от тебя я такого не ожидала и о чем ты думаешь. Я вообще не понимаю, что ты делаешь в этом классе

В это время Ребенка одергивают сзади, и он оборачивается

Ребенок: А чё сразу я?

Учитель: да как ты со мной разговариваешь? Встань

Ребенок: встает, да я вообще могу уйти. Встает и уходит

Звенит звонок

Учитель в след: и вы с ним дружите? На вашем месте я бы задумалась!

Ситуация 3 дорога домой улица:

На встречу ребята 3и 4

Ребята Чё случилось?

Ребенок: Да, тааак....

Ребята: Ты еще долг не отдал. Вечером увидимся

В след ребенку -за тобой должок.

Ситуация 4 дом

Ребенок заходит и подходит к маме. Ставит сумку

Мама: Мне звонила учительница. Ты опять отличился!

Ребенок: грустно – мама, нам нужно поговорить

Мама: и вообще теперь не хочу с тобой разговаривать. Иди учись!

Ребенок мама, это важно

Мама: вот у репетитора и поговорите, собирайся и иди, репетитор через 30 минут. Одевайся! А то опоздаешь

Ребенок идет грустный

Ситуация 5

Ребенок идет грустный

Ребята 3 и 4

3: Ооо че принес долг

Ребенок: я к репетитору

Не надоело?

Ребенок: да достало все! Дома меня родки не слышат, училка гнобит, одноклассники троллят

3: тебе нужно расслабиться, мы можем помочь

4: показывает пакетик

Ребёнок: мне не когда. У меня репетитор

3: да, что вы там все репетируете и танцует

Ребенок: пожимает плечами. Вздыхает

3: да, пойдём! Там все наши будут, оторвемся. Расслабимся. Ты ж не лох, пойдём

Ребенок: да, нет. Родаки ворчать будут. Я пошел. И начинает идти в противоположную сторону

3: да, пойдем - пойдем, расслабишься. Там(имя в зависимости от пола) будет

Ребенок: смотрит, делает паузу и делает навстречу 3 шага.

Стоп!

Ведущий: Ребята, а какие герои? Опишите их- Мама, папа, ребенок, учительница, одноклассники

Ребята, а что было бы с главным героем дальше? Какие последствия были бы у главного героя? У его одноклассников?

Ребята, а можно ли что – то изменить? Что?

Мы начнем проигрывать заново и в том месте, где вы думает можно изменить, вы скажите слово стоп.

Начали. Все проигрывают заново

Рефлексия после каждой попытки решить проблемную ситуацию.

После проигрывания ситуаций звучит музыка: каждый выбирает по себе

Для вас сегодня играли: ...

Спасибо за внимание.

Раздел 4. Как предотвратить буллинг

Занятие 17-18:

Киноклуб. Просмотр и обсуждение фильма «Чучело»

Цель мероприятия: профилактика буллинга в образовательной среде.

Предварительная подготовка может включать следующее:

1) просмотр фильмов «Чучело» (режиссер Р. Быков, 1983), «Класс» (режиссер И. Раага, 2007);

2) чтение литературных произведений:

- Богословский А. Верочка [Электронный ресурс] /А. Богословский. Код доступа: <http://www.rulit.me/books/verochka-read-338963-1.html>

- Мурашова Е.В. Класс коррекции [Текст] /Е.В. Мурашова. – М.: «Самокат», 2014. – 192 с.

Приветствие. (5 мин)

Напоминаем правила работы в группе.

Упражнение: «Снежный ком»

Основная часть. (30 мин)

Сегодня мы коснемся обсуждения темы буллинга в литературных произведениях и кинематографе, для того чтобы наглядно посмотреть на такие истории со стороны.

Вас попросили вас прочитать ... (посмотреть...). Давайте обсудим прочитанное (увиденное).

Вопросы для обсуждения: Какова основная мысль произведения (фильма)? Каковы черты, характеры основных героев? Почему некоторые дети попадают в категорию жертв, а другие становятся агрессорами? Каким образом ведут себя окружающие в ситуации травли? Приведите конкретные примеры ситуаций, описанных в книге (показанных в фильме). Каким образом действуют взрослые в ситуации травли? Каким образом разрешается данная ситуация? Каковы последствия для все участников травли? Как вы думаете: травлю можно искоренить, либо она была есть и будет? Что может сделать каждый из нас, чтобы таких ситуаций вообще не возникало и что, если она всегда случилась?

Молодцы! Вы очень многие моменты отметили верно. Мы уже знаем, что школьная травля, издевательства, агрессия называется «буллингом». Причем буллинг, это систематическая агрессия, травля. Существуют различные *виды буллинга*: прямой и скрытый. Скрытый буллинг подразумевает игнорирование ученика, его бойкот, исключение из отношений, намеренное распускание негативных слухов и т.п. прямой буллинг включает в себя прямую физическую агрессию, сексуальное или психологическое насилие. Физическое насилие-умышленные толчки, удары, пинки, побои, нанесение иных телесных повреждений и др. Сексуальный буллинг подразумевает действия сексуального характера. Психологический буллинг связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз,

преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональные страдания. Отдельно следует отметить кибербуллинг как травлю посредством общения в интернете, мобильной связи.

Как мы с вами видим, в травле всегда есть несколько участников:

- лидер-агрессор,
- школьники, участвующие в травле (присоединяющиеся к лидеру),
- ребенок-жертва,
- свидетели, подкрепляющие травлю (дети, которые занимают сторону нападающих, смеются, выражают поддержку нападающим/подбадривают их, просто собираются вокруг и смотрят),
- свидетели-аутсайдеры (дети, которые избегают ситуаций травли, не занимая ничью сторону);
- защитники (дети, которые занимают очевидную позицию против травли, либо активно противодействуя нападающим и предпринимая что-то для прекращения издевательств, либо успокаивая, поддерживая жертву).

Давайте всех действующих героев обозначим как участников травли. Кто агрессор? Кто жертва? И т.д.

Упражнение: «образ жертвы, агрессора, свидетели, защитники» (20 мин)

Учащиеся разбиваются на 4 команды. Каждая команда на ватмане рисует образ который им дает психолог (образ жертвы, агрессора, свидетели, защитники) или описывают основные характеристики образа.

Далее каждый демонстрирует образ и ведется обсуждение какой он.

Ребята, любой участник образовательных отношений при стечении определенных обстоятельств может быть вовлечен в насилие. Жертвой, обидчиком или свидетелем насилия потенциально может стать каждый учащийся. Тем не менее, мы с вами в процессе обсуждения уже выделили ряд особенностей, характерных для обидчиков и жертв.

Как правило, дети и подростки, которые становятся *обидчиками*, – это уверенные в себе, склонные к доминированию в группе и подчинению других,

морально и физически сильные, эмоционально импульсивные и легко приходящие в состояние гнева и агрессии, с низким уровнем эмпатии к своим жертвам, часто «задирающие» не только своих сверстников и более младших, но и взрослых (учителей, родителей, представителей органов правопорядка). Тревожность, обусловленная семейным неблагополучием, напряженными отношениями с родителями, учебной неуспеваемостью и завистью к более успешным ученикам из благополучной семьи, может создавать угрозу для статуса доминантных детей и подростков. Обращение к насилию позволяет им утвердить свой статус в классе или группе, школе или училище силой, вызовом учителям, унижением сверстников или более младших, а иногда и более старших учащихся, удержанием всех в страхе.

А сейчас главный вопрос: что мы можем сделать, чтобы такого явления не было в школе вообще? Итак:

1. Говорить об этом, не замалчивать ситуации, свидетелями которых вы стали.
2. Со своими трудностями вы всегда можете обратиться к психологу, ко мне, как классному руководителю.
3. Уважать другого, его индивидуальность, право на самовыражение, собственное мнение.
4. Дружить с одноклассниками.
5. Помогать друг другу.

Упражнение «Самолетики» (5 мин)

Учащиеся разбиваются на пары. Им раздают листочки А4. Задача совместно сложить самолетик используя только одну руку от каждого участника. После запускаете самолет в воздух.

Рефлексия. (5 мин)

Скажите: интересна ли вам была данная тема? Что полезного вы сегодня узнали?

Спасибо за работу.

Занятие 19:

Анкетирование: «Приходилось ли сталкиваться с жестоким обращением?»

Приветствие. (5 мин)

Напоминаем правила работы в группе.

Упражнение: «Сегодня у меня...» Каждый учащийся говорит имя и какое настроение у него сегодня.

Ребята как часто вы сталкивались с жестоким обращением? Сегодня вам предлагаю заполнить анонимные анкеты.

Анкета выявления жестокого обращения с детьми (Красножен М.М.)

Класс: _____ **пол (м/ж)** _____ **Дата:** _____

1. Как часто тебе приходилось быть жертвой агрессии или насилия?	часто
	иногда
	редко
	никогда
2. При каких обстоятельствах ты оказывался жертвой насилия?	конфликт дома
	конфликт в школе с учениками
	конфликт в школе с учителями
	отношения на улице
	ситуация в кружке, спортивной секции, клубе
	другой вариант (укажите)
3. Случалось ли тебе наблюдать ссоры между родителями?	часто
	иногда
	редко
	никогда
4. Как тебя наказывают дома?	ставят в угол

	бьют
	лишают любимого занятия
	ругают
	оскорбляют
	выгоняют из дома
	ограничивают в покупках;
	унижают при посторонних;
	«читают нотации»
	прекращают общаться на длительное время
	не пускают гулять
	другое (указать) _____
5. Как учителя выражают недовольство твоей учебной и поведением?	пишут замечания в дневник
	вызывают родителей
	отчитывают
	выгоняют с урока
	обзывают, оскорбляют, дают клички
	бьют, дают пощечины
	толкают, хватают за ухо
	бьют указкой или другими предметами
	другое (указать) _____
6. Как учащиеся выражают к тебе негативное отношение?	обзывают, оскорбляют
	бьют
	не разговаривают, игнорируют
	другое (указать) _____
7. Каким способом ты обычно реагируешь на ситуацию насилия?	пытаешься уйти от обидчика
	проявляешь агрессию в ответ
	выполняешь требования

	стараешься смириться с ситуацией
	обращаешься за помощью к близким людям
	другое (указать) _____
8. К кому ты можешь обратиться за помощью и поддержкой в ситуации насилия?	к друзьям
	к родителям
	к брату или сестре
	к учителю
	к психологу
	ни к кому

Спасибо за внимание.

Занятие 20:

Групповое занятие с элементами тренинга на тему «Ценить других...»

Цель: выработать понимания ценности каждого члена общества.

Перед началом занятия расставить стулья в классе кругом.

Вспомогательные материалы: два яблока, шарф, карточки с надписью «Ты чучело. Уходи отсюда» по количеству участников, листы формата А4 по количеству участников, ручки по количеству участников.

Приветствие. (5 мин)

Напоминание правил группы.

-Здравствуйте, ребята. У меня в руках два яблока, с виду одинаковых. Но на самом деле они разные, и одно из этих яблок мне нравится. Попробуйте угадать, какое и почему». Участники предлагают свои ответы.

-Да, я соглашусь, вот это яблоко мне безумно не нравится. Оно плохое.

С этими словами психолог бросает одно яблоко об стол, потом поднимает и снова бросает на пол. После этого ведущий дает яблоко одному из подростков, просит найти в яблоке недостатки и также бросить его на пол. Яблоки берут в руки все подростки по очереди.

-Отлично! А теперь скажите: какие различия в яблоках вы теперь видите?

Подростки могут оказаться в замешательстве, ведь отличий между яблоками нет. Психолог разрезает яблоки и раздает ребятам. Сначала первое, которое никто не кидал. Яблоко оказывается вкусным и невредим, поэтому участники, скорее всего, съедят его с удовольствием. Затем второе — оно оказывается коричневым и мятым внутри, поэтому ребята могут отказаться его есть.

- А вы никогда не задумывались, что иногда то же самое происходит с людьми? С виду мы все одинаковые, но внутри у нас происходят совершенно разные вещи. К примеру, когда мы кого-то оскорбляем или обзываем, объявляем бойкот или портим любимые вещи, внешне на людях это практически не сказывается. Но, поверьте, мы наносим этому человеку огромное количество внутренних ран, с которыми ему потом приходится жить всю жизнь.

Основная часть. (30 мин)

Упражнение: «Сильные стороны» (5 мин)

Поговорим о взаимоотношениях друг с другом. Для начала давайте зарядимся позитивом и узнаем какие у вас сильные стороны.

Я беру за руку своего соседа справа и говорю: «Ваня, у тебя замечательное чувство юмора». Ваня берет за руку своего соседа справа и называет его лучшее качество и т.д.

Просмотр мультфильма («Helium», режиссер TomKyzivat, 2005).

Вопросы для обсуждения: Бывают ли в вашей школьной жизни ситуации, показанные в мультфильме? Как часто такое случается? Как вы думаете, почему у героев такие разные настроения, мироощущения жизни?

Если показанная в мультфильме ситуация повторяется очень часто, то мы можем говорить о буллинге, т.е. систематическом насилии, унижении, оскорблении, запугивании одних школьников другими. Основными действующими лицами являются **агрессор и жертва**, которые очень наглядно представлены в мультфильме; Буллинг осуществляется преднамеренно, и

направлен на нанесение физических и душевных страданий другому человеку.; Буллинг подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает здоровье, самоуважение и человеческое достоинство. Буллинг – это групповой процесс, затрагивающий не только обидчика и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь класс (группу), где оно происходит; буллинг никогда не прекращается сам по себе: всегда требуется защита и помощь пострадавшим, инициаторам буллинга (обидчикам) и свидетелям.

Несмотря на то, что были показаны лишь два ярких персонажа: агрессор и жертва, **всегда есть наблюдатели**, это те, кто знает о травле, но не пресекает ее. Они могут быть на стороне агрессора, боясь самим стать жертвой, а могут сочувствовать жертве, но пассивно наблюдают за всем происходящим.

Итак, чем лучше мы относимся друг к другу, уважаем мнение других, тем меньше вероятности для появления буллинга. Обратите внимание, что *обидчик тоже может стать жертвой*, если появится более сильный агрессор, концовка мультфильма это наглядно показывает.

Вопросы для обсуждения:

Как вы думаете, кто чаще из ребят становится жертвой? Какие особенности для них характерны?

Жертвой травли при стечении определенных обстоятельств может стать практически любой ребенок или подросток. Тем не менее, можно выделить наиболее типичные личностные особенности пострадавших: внешние особенности (полнота, недостатки внешности, непривлекательность, плохая одежда), дети с низкой успеваемостью, плохим поведением, с заниженной самооценкой, не имеющие друзей в группе и трудности в выстраивании и поддержании близких отношений со сверстниками.

Объектами травли также могут стать дети, принадлежащие к этническому, национальному или религиозному меньшинству.

Упражнение «Чем мы отличаемся друг от друга» - «Чем мы похожи друг на друга». (10 мин)

Обратить внимание на то, что мы все разные. Например, у меня и Лизы волосы разного цвета, Света и Саша – разного пола, а Коля и Юля - сегодня одеты в толстовки разного цвета. У нас разные национальности, возраст, пол, вес, цвет глаз и т.п.

Вопросы для обсуждения: Насколько важно искать различия между людьми? Часто ли вы делаете это в жизни? Приносит ли вам это пользу?

Согласитесь, лучше мы будем искать то, чем мы друг на друга похожи, какие у нас есть схожие черты, качества.

Например, у нас с Надей одинаковые имена. Кто из вас слушает одинаковую музыку? Кто ходит в одну секцию, посещает один кружок?

Упражнение «Чучело» (10 мин)

Психолог раздает карточки на которой написано, то что ему нужно говорить. Выбирается один участник, которому завязываются глаза.

- Ребята, вы все получили по карточке, на которой написано либо "Ты чучело. Уходи отсюда", либо "Ты хороший. Я тебя люблю". Никто, кроме вас, не должен знать, что именно написано на вашей карточке. Задача участника с завязанными глазами (имя) — найти стул человека, который скажет ему на ухо фразу "Ты хороший. Я тебя люблю"».

На самом деле на всех карточках будет написано «Ты чучело. Уходи отсюда». Цель ребят — догадаться, что все-таки нужно сказать добрые слова игроку несмотря на то, что все остальные говорят другое.

Игроками с завязанными глазами может быть несколько. Лучше всего на эту роль выбрать тех, кто обижает ребят в классе.

После окончания упражнения ведущий предлагает обсудить несколько вопросов: как вы думаете, почему у всех ребят на карточках была написана одна и та же фраза? Почему вы сразу не догадались сказать хорошую фразу вместо плохой? Какие выводы можно сделать после этого задания?

Упражнение игра «Камень, ножницы, бумага»: насколько хорошо вы понимаете друг друга без слов.? На счет 1, 2, 3, вы выкидываете одну из трех

позиций. Закончим игру, когда у всех будет одинаковая позиция. При этом ребята молчат и не договариваются.

Рефлексия. (5 мин)

Психолог на доске рисует заготовки смайликов без рта. Если вам понравилось занятие, то на доске нарисуйте смайл таким образом, чтобы получился улыбающийся смайл, если не очень понравилось, то начертите вместо рта горизонтальную черту, если совсем не понравилось – сделайте смайл грустным.

Спасибо за работу!

Занятие 21:

Повторная диагностика (учащихся группы риска)

Диагностика «Исследование психоэмоционального состояния»

Цель: создание благоприятного эмоционального фона в группе, развитие интереса к групповой работе, выявление группы риска – учащихся, которые не справляются с эмоциональным состоянием и являющиеся источником конфликтных ситуаций\

Вводная часть. Организационный момент. (5 мин)

Напоминание ребятам о правилах группы.

Упражнение «Салфетки» (5 мин)

Цель: узнать информацию об участниках группы. Необходимые материалы: бумажные салфетки.

Инструкция: Участники тренинга сидят в общем кругу. Ведущий передает по кругу пачку бумажных салфеток со словами: «На случай, если потребуются, возьмите, пожалуйста, себе немного салфеток». После того как все участники взяли салфетки, ведущий просит каждого сообщить о себе столько фактов, сколько салфеток он взял.

Основная часть (30 мин)

1. *Анкетирование.* Каждому участнику предлагается вновь заполнить анкету «Анкета, направленная на изучение степени актуальности проблемы буллинга среди подростков» (Приложение 1).

После заполнения, обсудить полученные результаты. Сравнить с данными, полученными на первом занятии.

2. *"Шкала эмоционального отклика" А. Меграбяна и Н. Эпштейна (см. приложение 3),*

3. *Опросник Басса – Дарки (см. приложение 4)*

4. *Тест "Описание поведения в конфликте К. Томаса" (приложение 5)*

Рефлексия занятия. (5 мин) встать в круг и произнести слова пожелания участникам занятия. Спасибо за работу!

Занятие 22:

Итоговое занятие. Стань героем комиксов.

Цель: подведение итогов, сплочение коллектива в противостоянии с травлей в школе.

Вспомогательные материалы: бумага, ватман, маркеры, цветной принтер.

Ученикам предлагается создать комикс на ватмане. В комиксе следует отразить ситуацию буллинга и возможные способы решения данной проблемной ситуации.

Психолог предлагает ребятам разбиться на группы и определить, кто будет художником, кто сценаристом, кто будет помогать все оформлять и кто будет рассказывать о вашем комиксе.

Как только комиксы готовы, группы начинают защищать свои работы.

Так же можно показывать комиксы команд младшим классам как кейс для решения проблемы буллинга.

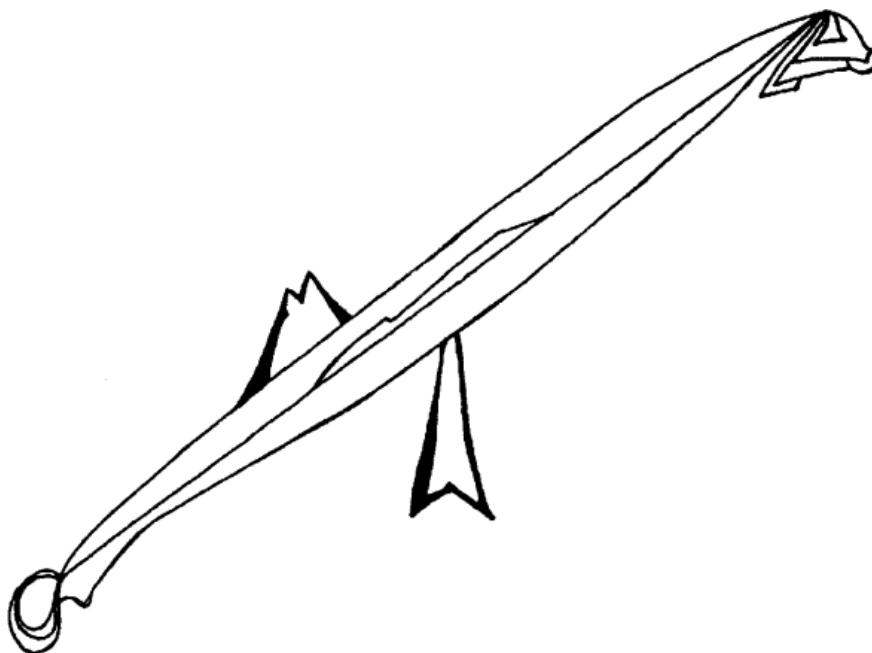
Рефлексия (5 мин)

Вот и закончился наш курс! Было очень приятно с вами работать. Расскажите, о своих впечатлениях!

Спасибо за работу.

«Абстрактная реальность» или умеете ли вы побеждать свой страх?

Внимательно посмотрите на эту абстрактную картину. Что вы можете прибавить к тому, что здесь изображено, чтобы получился законченный рисунок? Не надо руководствоваться логикой, постарайтесь расслабиться и дать волю своим чувствам. Пусть творит не ваш разум, а ваше подсознание.



Ключ к тесту «Абстрактная реальность» Умеете ли вы побеждать свой страх?

Этот тест покажет вам, можете ли вы противостоять своим страхам или же они оказываются сильнее вас.

Обратите внимание на **ТОЛЩИНУ ЛИНИЙ**. Если в вашем рисунке преобладают **ТОЛСТЫЕ ЛИНИИ** и **ШТРИХИ**, то это значит, что вы подвержены страхам, в вашей душе для них есть место. Если этих **ЛИНИЙ** **МНОГО**, но **ЧЁРНЫЕ** **ОТСУТСТВУЮТ**, то вас можно назвать человеком чрезвычайно осторожным и благоразумным, предпочитающим не рисковать понапрасну.

* Если ваш рисунок **ЯРКО ОБВЕДЁН ТОЛСТОЙ ЛИНИЕЙ**, тогда как внутри **ЛИНИИ** достаточно **ТОНКИЕ**, то можно предположить, что вы усилием

воли стараетесь побеждать свои страхи, не давая им шанса поработить вашу душу. Вы держите свои эмоции под контролем разума.

* **ОБИЛИЕ ЧЁРНЫХ ФИГУР** на вашем рисунке говорит о том, что вы пугливый, робкий, трусливый человек, ваши страхи нередко заставляют вас бежать без оглядки. Вы подобны страусу, прячущему голову в песок от страхов окружающего мира. А теперь посмотрите, где больше всего оказалось дорисованных вами деталей – над заданной деталью (её форма напоминает ленту и делит лист на две половины, верхнюю и нижнюю) или под ней.

* Если вы сделали основной упор на **ВЕРХНЮЮ ПОЛОВИНУ ЛИСТА**, то это говорит о том, что ваши страхи сильнее вас, вы не можете с ними справиться. Вы не борец, вы даже не пытаетесь сразиться со своим страхом, вы просто бежите от него. Именно поэтому вам никогда не стать победителем. Побеждает только тот, кто сражается, а вы сложили оружие без боя.

* Если вы сделали упор на **НИЖНЮЮ ЧАСТЬ**, то это значит, что вам есть что противопоставить своим страхам, вы смело вступаете с ними в борьбу. Однако, далеко не всегда вы выходите из этой битвы победителем, потому что не знаете природы своих страхов. Вы смелый человек, но страхи одной смелостью не победишь, нужно обладать знанием.

* Если **ВЕРХНЯЯ** и **НИЖНЯЯ ЧАСТИ ЛИСТА В РАВНОЙ СТЕПЕНИ ЗАПОЛНЕННЫ**, то это говорит о вашем стремлении к гармонии. Нельзя сказать, что в абсолютно ничего не боитесь, однако страхи не имеют над вами большой власти. Когда вы чего – то боитесь, вы всегда стремитесь выяснить, откуда взялся ваш страх, и страх всегда отступает перед вашей решимостью от него избавиться. Графический тест «Страшная история» Ваша подверженность страхам. Этот рисунок представляет из себя незаконченную иллюстрацию к книге ужасов. Ваша задача – дорисовать картинку, сделать её действительно страшной, прописать детали, создать соответствующую данному жанру атмосферу. Ключ к тесту «Страшная история» Ваша подверженность страхам.

*Если **ВЫ ВЫДЕЛИЛИ ДВЕ ФИГУРЫ**, причём одна из них, **БОЛЬШАЯ**, принадлежит **УЖАСНОМУ СУЩЕСТВУ (ПРИВИДЕНИЮ, МОНСТРУ)**, а

вторая, ПОМЕНЬШЕ, ЧЕЛОВЕКУ, то это говорит о том, что в вашей жизни очень много страхов. Вы постоянно чего – то боитесь, опасаетесь, о чём – то тревожитесь, беспокоитесь по разным поводам. Иначе говоря, в вашей жизни всегда найдётся место новому страху, вы подвержены этой напасти.

*Если вы ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ УДЕЛИЛИ ФИГУРЕ ЧЕЛОВЕКА, то это значит, что вы пугливы, страхи способны надолго погрузить вас в депрессию или довести до нервного срыва.

*Если ваш ЧЕЛОВЕК СТОИТ ЛИЦОМ К УЖАСНОМУ СУЩЕСТВУ, то это говорит о том, что вы, хотя и испытываете страх, всё же способны ему противостоять. Вы можете обуздать панику в своей душе и взять свои отрицательные эмоции под жёсткий контроль разума.

*Если же ваш ЧЕЛОВЕК СЪЁЖИЛСЯ и СПРЯТАЛ ЛИЦО ОТ УЖАСНОГО СУЩЕСТВА, то это значит, что вы целиком и полностью отдаётесь во власть своего страха, он парализует вас и лишает воли, вы отказываетесь от борьбы, даже не начав её.

*Если вы нарисовали УЖАСНОЕ СУЩЕСТВО (ПРИВИДЕНИЕ, МОНСТРА) И НЕЖИВОЙ ПРЕДМЕТ (КАМЕНЬ, ЛЮК, ГРОБ), то это говорит о том, что в вашей жизни, конечно, страхи присутствуют, однако, они не угнетают вас и не мешают вам жить спокойно. Вы думаете о них не всё время, а лишь в те моменты, когда они подступают к вам вплотную и от них не получается просто отмахнуться.

*Если вы увидели в этом рисунке не целое существо, а только какую – то ЧАСТЬ МОНСТРА (например, ТОРЧАЩУЮ ИЗ ЗЕМЛИ ЛАПУ, МОРДУ), то это говорит о вашем бесстрашии и несомненной творческой жилке. Вы даже к страхам подходите с позиций художника.

*Чем больше ЧЁРНОГО ЦВЕТА на вашем рисунке, тем больше ваша подверженность страхам. СИЛЬНЫЙ НАЖИМ НА КАРАНДАШ ИЛИ РУЧКУ говорит о вашей тонкой нервной системе, ранимости и взвинченности.

*ЧЕМ ПОДРОБНЕЕ ВЫПИСАН ФОН, тем менее вы подвержены страхам. Вы относитесь к ним несколько отстранённо, не принимая их близко к

сердцу. ОБИЛИЕ МЕЛКИХ ДЕТАЛЕЙ, УЗОРОВ говорит о том, что вы не привыкли ничего бояться, вы прочно стоите на земле и знаете, что нет такого страха, с которым вы не могли бы справиться.

Источник: Графический тест «Абстрактная реальность» Злата Королева.

Говорящий рисунок. 100 графических тестов. Екб.: У-Фактория, 2004

Анкеты и опросники по программе

Опросник риска буллинга.

Добрый день! Мы предлагаем вам поучаствовать в исследовании, потому что нам хочется понять, насколько комфортно ученики себя ощущают в школе. Исследование анонимно, никто не сможет узнать, чьи это ответы. Здесь нет правильных или неправильных ответов. Мы понимаем, что люди в школах не только учат и учатся, но и общаются, дружат, дерутся, спорят, делают что-то вместе. Нам как раз интересно, насколько приятно и легко или тяжело и сложно в школе с кем-то взаимодействовать. Спасибо, что принимаете участие в нашем исследовании. В отдельном бланке заполните некоторые данные о себе и отвечайте на утверждения «Да» плюсом, «Нет» минусом.

Утверждения:

1. В вашем классе принято...

- 1.1. мешать друг другу, лезть, приставать?
- 1.2. вместе развлекаться после уроков
- 1.3. шутить над кем-нибудь так, чтобы смеялся весь класс
- 1.4. драться
- 1.5. ходить друг к другу в гости
- 1.6. заступаться за своих
- 1.7. обзывать
- 1.8. не мешать друг другу заниматься, чем захочется

2. В вашем классе есть кто-то...

- 2.1. кого все уважают
- 2.2. кого все боятся
- 2.3. над кем все смеются
- 2.4. кем часто недовольны учителя
- 2.5. на кого хочется быть похожим
- 2.6. с кем лучше не спорить

2.7. кто никогда не прогуливает

2.8. с кем даже учитель не может справиться

3. Как к вам в классе обращаются обычно учителя?

3.1. по имени

3.2. по имени и отчеству

3.3. по фамилии

3.4. по прозвищам

4. Когда в школе происходит драка, вы...

4.1. удивляетесь

4.2. не обращаете внимания, это обычное дело

4.3. присоединяетесь, встав на чью-то сторону

4.4. много это потом обсуждаете между собой в классе

5. Ценные вещи ...

5.1. стараюсь не носить в школу вообще

5.2. спокойно оставляю в классе

5.3. можно оставить в коридоре

5.4. был случай, что украли

5.5. оставляю в раздевалке

6. Вызов к директору – это...

6.1. хотят за что-то похвалить

6.2. _____

7. В вашей школе мат, ругательства...

7.1. звучат на переменах в личных разговорах

7.2. не приняты вообще

8. В вашей школе...

8.1. курят в туалетах, под лестницами

9. В вашей школе стены, мебель...

9.1. исписанные, испачканные

10. Если кто-то начинает орать, драться, класс «встает на уши»; что нужно, чтобы это прекратилось:

10.1. кто-то из учеников должен сказать «хватит»

10.2. должен прийти директор

10.3. это прекратится, когда все устанут

11. В школе вам...

11.1. в целом нравится, приятно, интересно

11.2. в целом не нравится, плохо, никто ни с кем не дружит

12. Перемену я провожу:

12.1. захожу к друзьям в другие классы

13. Когда ваш класс едет куда-то с учителями:

13.1. это обычная ситуация

13.2. вам это нравится, это весело

13.3. вы стараетесь не ездить

13.4. учителям это сложно, они каждый говорят, что это «в последний раз»

14. Ваш класс имеет репутацию...

14.1. отличников

14.2. хулиганов

14.3. самого обычного, ничем не отличающегося от других классов в школе

14.4. класса, в котором никто не хочет быть классным руководителем

Спасибо за ответы!

Анкета

Дорогой друг! Просим тебя ответить на несколько вопросов. Прежде чем ответить на каждый вопрос, внимательно прочитай все варианты ответов и обведи правильный, на твой взгляд, ответ. Выбери свой пол: мужской женский
Класс ____ Возраст _____

1. Вы знаете, что такое «буллинг»?

а) да

б) нет

2. Сталкивались ли вы с ситуациями издевательства одних людей над другими?

- а) да, сталкивался
- б) никогда не встречал(а)
- в) другое _____
- _____

3. Если да, то в какой форме:

- а) унижение
- б) оскорбления(вербальная агрессия)
- в) физическое насилие
- г) съемка издевательства на телефон
- д) кибербуллинг (угрозы, издевательства и унижение в интернете)
- е) другое _____
- _____

4. Являлись ли вы сами участником травли, издевательства?

- а) да, как наблюдатель;
- б) да, как жертва;
- в) да, как агрессор (тот, кто является инициатором травли);
- г) нет, не являлся (являлась)

5. Приходилось ли вам самому выступать в роли «агрессора» по отношению к другому?

- а) да, к сверстникам;
- б) никогда не выступали в роли агрессора;
- в) я был только наблюдателем, сам не обижал;
- г) выступал в роли «агрессора» по отношению к учителю.

6. Где чаще всего встречается травля?

- а) в школе;
- б) во дворе, на улице;
- в) в соцсетях, в интернете;
- г) другое _____

7. Кто, с вашей точки зрения, чаще подвергается травле (буллингу)?

- а) тот, кто слабее и не может дать сдачи;
- б) тот, кто отличается от других (внешне, физически);
- в) тот, кто имеет своё мнение
- г) другое _____

8. Встречали ли Вы ситуации травли школьников со стороны педагогов?

- а) да, постоянно
- б) да, но редко
- в) нет, не встречал

9. Рассказывали ли Вы о ситуациях буллинга?

- а) никому не рассказывали;
- б) делились проблемами с друзьями;
- в) рассказывали о конфликтных ситуациях родителям.
- г) другое _____

10. Как вы считаете, можно ли избежать травли в образовательной организации?

- а) да, если вовремя заметят взрослые;
- б) да, если жертва изменит своё поведение;
- в) да, если наказать агрессора;
- г) нет, он неизбежен;
- д) другое _____

11. Кто, по вашему мнению, способен пресечь буллинг в образовательной организации?

- а) администрация
- б) педагогический коллектив
- в) родители
- г) ученики
- д) другое _____

Спасибо за участие!

Опросник «Обстановка в классе»

Учащихся просят анонимно ответить на следующие вопросы:

1. Можно ли назвать ваш класс дружным? Почему?
2. Нравится ли вам психологическая атмосфера в вашем классе? Почему?
3. Есть ли в классе человек, которого вы можете назвать вашим настоящим другом?
4. Как вы думаете, что нужно изменить в ваших отношениях внутри класса?
5. Согласились бы вы учиться в этой же школе, у тех же учителей, но с другими ребятами? Почему?

Опросник «Идеальный одноклассник»

Учащимся предлагается письменно закончить несколько предложений.
Разрешается не подписывать свои работы.

Вопросы:

1. Я думаю, что идеальный одноклассник - это...
2. Я думаю, что идеальная одноклассница - это...
3. Этот одноклассник мне неприятен, потому что он...
4. Эта одноклассница мне неприятна, потому что она...

Рефлексивный лист

Родительское собрание. Тренинг «Буллинг в подростковой среде»

Уважаемые родители, оцените наше тренинговое занятие
по пятибалльной шкале:

Мое настроение 1 2 3 4 5

Информация интересная 1 2 3 4 5

Информация полезная 1 2 3 4 5

Какие вопросы Вы бы хотели рассмотреть на последующих родительских собраниях?

Благодарим за сотрудничество.

Сведения о практической апробации программы на базе образовательного учреждения.

Данная программа прошла апробацию на базе МБОУ «Школа 120» Ленинского района г. Н. Новгород в период с октября 2023 по май 2024 года. Адрес школы: г.Н.Новгород, Ленинский район, ул. Гончарова, д.12. Телефон: +79873908110 – директор Сударикова Елена Геннадьевна Адрес эл. почты: s120_nn@mail.52gov.ru

По запросу администрации МБОУ «Школа 120» г. Нижний Новгород в 2023г. на базе учреждения было проведено исследование в рамках профилактики и предотвращения буллинга среди подростков. В исследовании приняли 61 учащийся 7-8 классов в возрасте от 13-15 лет, из них 29 девочек, 32 мальчика.

Была составлена диагностическая программа исследования, в которую входят следующие методики:

для учащихся:

- анкетирование «Сталкивались ли вы с буллингом», направленное на изучение степени актуальности проблемы буллинга среди подростков, социометрия (Дж. Морено),

- опросник Басса – Дарки,

- тест "Описание поведения в конфликте К. Томаса";

для педагогов:

- методики «Стиль педагогического общения учителей» (Р.В. Овчаровой).

В ходе анализа результатов были сделаны следующие выводы:

1. Было проведено анкетирование для того, чтобы получить информацию, сталкивались ли учащиеся с явлением буллинга. Большая часть подростков (61% - 37 чел.), никогда не испытывали по отношению к себе проявления буллинга; 17 человек – 28% иногда подвергались буллингу со стороны старшеклассников или сверстников; 4 учащихся -7% подвергались буллингу со стороны учителей.

Форма проявления буллинга среди подростков была различна: вербальная форма (насмешки, клички, обзывания) – 12%, поведенческая форма (сплетни, изоляция, отказ играть, бойкот и др.) – 21%, физическая форма (шлепки, удары, подзатыльники и др.) – 5%.

В ходе анализа ответов на вопрос «Приходилось ли вам самому выступать в роли «агрессора» по отношению к другому?» мнения разделились: 38% ответили «да, к сверстникам», 21% никогда не выступали в роли агрессора; 23% были только наблюдателем, сам не обижали; 7% выступали в роли «агрессора» по отношению к учителям. Отвечая на вопрос «Рассказывали ли Вы о ситуациях буллинга?», участники выбрали следующее: 62% никому не рассказывали; 23% делились проблемами с друзьями; и лишь 12% рассказывали о конфликтных ситуациях родителям.

1. С помощью социометрической методики было выявлено 21% подростков отнесены к категории «непринятые». Такие ребята имеют нулевой статус и само отстраняются от участия в групповом взаимодействии. Причиной такого поведения могут быть личностные особенности: застенчивость, интроверсия, неуверенность в себе и прочее.

2. 4 девочки и 3 мальчика (12% опрошенных) имеют низкий уровень развития эмпатии, что говорит о том, что они испытывают затруднения в установлении контактов с людьми, испытывают трудности в взаимопонимании с одноклассниками, некомфортно чувствуют себя в большой компании, не понимают эмоциональных проявлений и поступков.

9 мальчиков и 8 девочек (28% опрошенных) склонны к агрессивному поведению. У таких детей велико стремление к применению физической силы, высокий уровень негативизма как оппозиционная мера поведения.

11 мальчиков и 12 девочек (38% опрошенных) имеют высокий показатель по шкале «обида» - авторы опросника Басса–Дарки расшифровывают как зависть и ненависть к окружающим.

В ходе расшифровки результатов теста «Описание поведения в конфликте К. Томаса», было выявлено, что 31% (19 подростков) предпочитают стратегию

соперничества. Желают добиться расположения и удовлетворить свои интересы в ущерб другим. 20 подростков (33% тестируемых) готовы сотрудничать, готовы действовать в интересах обеих сторон. У 15 подростков (25% тестируемых) отсутствует стремление к объединению с кем либо, выбирают избегание, даже для достижения собственных целей. Часть ребят могут пойти на компромисс путем взаимных уступок. 12% подростков предпочитают стратегию приспособления – принесение в жертву собственных интересов ради другого.

Таким образом, данное исследование позволило предположить возможность возникновения агрессивного преследования в данной среде, что послужило основанием для создания программы, направленной на профилактику буллинга среди учащихся подросткового возраста 13-16 лет (7-9 класс).

В ходе реализации программы были проведены тренинги, круглые столы, развивающие занятия, был создан тематический спектакль с разбором трудных жизненных ситуаций на тему буллинга. В конце года проведено повторное исследование, которое показало:

1. Значительное снижение процента детей склонных к агрессии с 38% до 18%. В ходе занятий и тренингов учащиеся обучились адекватно выражать свои чувства, противостоять давлению и манипуляциям, повысили уровень самоконтроля.

2. В ходе повторного соиометрического исследования уменьшилась доля подростков категории «непринятые» с 21% до 11%.

3. После повторной диагностики по методике «Описание поведения в конфликте К. Томаса», стратегию соперничества выбрали на 10% меньше испытуемых. Количество ребят готовых к сотрудничеству увеличилось с 33% до 46% испытуемых, которые приходят к альтернативе, удовлетворяющей интересы обеих сторон. 36% испытуемых могут пойти на компромисс, путем взаимных уступок.

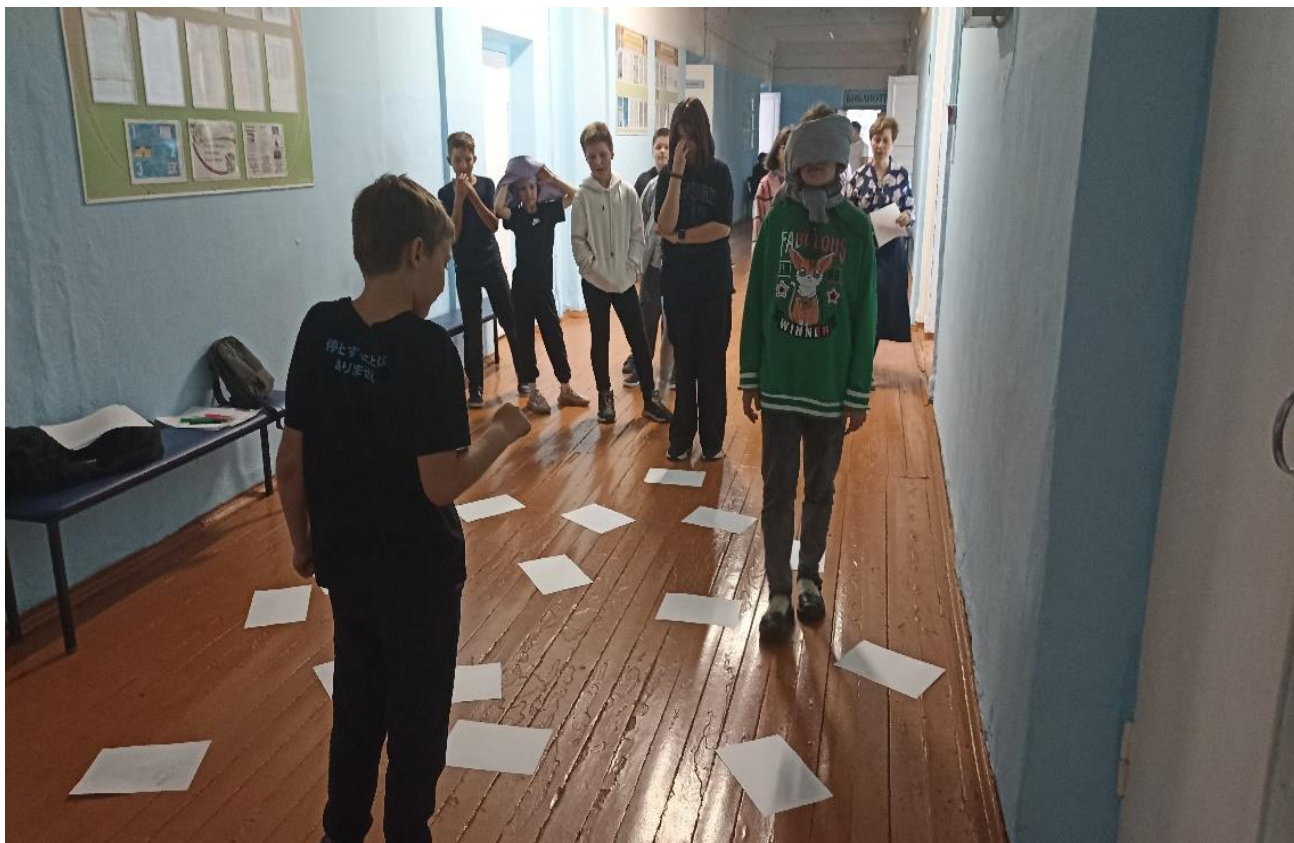
По завершении программы абсолютно все участники отметили, что научились снижать эмоциональное и физическое напряжение, нашли для себя способы безопасно выражать свои эмоции, определили для себя траекторию и модель поведения в конфликтной ситуации. Кроме того, 6 ребят стали активными участниками - волонтерами школьной службы медиации. Так же один из подростков –Даниил К. ученик 8а класса стал лауреатом 2й степени в региональном конкурсе «Мастерство юного медиатора» 2024года.

Апробация программы. Фотоотчет:

Круглый стол: «Что такое буллинг. Есть ли буллинг в нашей группе.»



Тренинг «Учись быть добрым»



Развивающее занятие: «Способы решения конфликтов с ровесниками»



Развивающее занятие: «Бояться страшно. Действовать не страшно»;



Групповое занятие с элементами тренинга на тему «Ценить других...»



Спектакль «Я делаю выбор»



Развивающее занятие: «Бояться страшно. Действовать не страшно»;



Диагностика «Исследование психо-эмоционального состояния»



Педсовет на тему: «Профилактика буллинга в образовательном учреждении»



Аннотация к профилактической психолого-педагогической программе

«Каждый нужен, каждый важен»

В современной школе в каждом классе, есть дети, которые становятся объектами насмешек, издевательств со стороны одноклассника, а иногда и от всех учеников класса. По определению Игоря Кона, под буллингом обычно понимается запугивание, унижение, травля, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе. Во все времена эта проблема была одной из самых серьезных в подростковой среде. Исследования буллинга во многих странах начались еще в 70-е гг. XX в., однако и сегодня эта тема не теряет своей актуальности. Первые публикации на тему школьной травли появились довольно давно, еще в 1905 г. К. Дьюкс опубликовал свою работу, но первые систематические исследования проблемы буллинга принадлежат скандинавским ученым, среди них: Д. Олвеус, П. П. Хайнеманн, А. Пикас, Е. Роланд. Д. Олвеус и сегодня остается самым авторитетным исследователем проблемы буллинга. Проблему буллинга на современном этапе активно исследуют отечественные учёные такие как: Е.В.Гребенкин, И.А. Баева,Е.В. Бурмистрова, Е.Н. Волкова, И.О. Зиновьева и др. Так, Е. Н. Добрынина отмечает, что, согласно социологическим исследованиям, дети склонны совершать акты вандализма, вмешиваться в драки, издеваться над сверстниками вследствие защиты личного «Я». Последние годы психологи и педагоги бьют тревогу, ведь ситуация травли стала настолько частой, настолько обыденным явлением не только в школе, но и в обществе, что приводит к тяжелым последствиям. Школьная травля стала более циничной, жестокой и травматичной, все чаще дети записывают на видео сцены издевательств и выкладывают в социальные сети, распространяют по интернету.

По мнению большинства исследователей, буллинг включает четыре главных компонента: агрессивное и негативное поведение, регулярность осуществления, дисбаланс власти в отношениях участников, умышленность. В буллинговой ситуации реализуются несколько видов поведения: агрессивное, виктимное и конформное. Агрессор он же булли стремится достичь высокого статуса в классе, старается самоутвердиться за счет более слабого одноклассника, для этого он использует

агрессивное поведение. Жертва травли стремится избежать насилия, сохранить социальный статус, что естественно для личности подростка, это проявление виктимного поведения. Свидетели травли, «проявляя конформное поведение, подкрепляют и стимулируют осуществление насильственных действий со стороны агрессоров по отношению к жертве» [7].

Каждый участник системы имеет свое мнение по поводу происходящего. Агрессивное преследование воздействует не только на непосредственных жертв, но и на самих агрессоров. Дети, которые травят других, получают удовольствие от высокого статуса и власти по сравнению с другими участниками буллинга. Поэтому у булли возникают проблемы с развитием эмпатии по отношению к окружающим, что грозит привести к криминальному и девиантному поведению.