

**Министерство образования и науки Республики Казахстан
Национальная академия образования имени И. Алтынсарина**



«Внедрение в ВУЗах и колледжах модулей и тематик «Буллинг и детская безопасность», «Детская девиация, эмоциональный интеллект и психическое здоровье»

Нур-Султан 2022

Рекомендовано к изданию Ученым советом Национальной академии образования им. И. Алтынсарина (протокол № 6 от 25 мая 2022 года)

«Внедрение в ВУЗах и колледжах модулей и тематик «Буллинг и детская безопасность», «Детская девиация, эмоциональный интеллект и психическое здоровье» *методические рекомендации* - Нур-Султан: НАО им. И.Алтынсарина, 2022. – 136 с.

В методических рекомендациях раскрыт международный опыт развития психологической службы по проблеме буллинга в организациях образования, выделены особенности службы в решении конфликтных ситуаций в целях создания безопасной среды обучения для обучающихся. Наибольший интерес представляют рекомендации по организации и функционированию деятельности психологической службы в организациях среднего образования.

Данное издание адресовано педагогам и обучающимся организаций среднего образования, родителям, а также специалистам сферы охраны и защиты прав детей, интересующимся вопросами психологической службы в организациях образования по проблеме детской девиации и буллинга среди обучающихся.

Введение

Жестокое обращение является сегодня одной из основных причин нарушений психического развития и здоровья несовершеннолетних.

В соответствии с современными представлениями, отраженными в международном законодательстве и специальных исследованиях, под жестоким обращением мы будем понимать нарушения личных границ и основных потребностей несовершеннолетнего через различные формы насилия в отношении него. Ежегодно различным преступным посягательствам подвергаются до 100 тысяч несовершеннолетних. Почти половина из них переживают насильственные действия со стороны взрослых, причем, в 6% случаев это происходит в семьях; 10-12% терпят сексуальное посягательство. В роли субъектов жестокого обращения чаще всего выступают родители (85% случаев), другие взрослые члены семьи и лица, осуществляющие опеку над ребенком. При этом женщин среди обидчиков в полтора-два раза больше, чем мужчин [54].

Эксперты в области законодательства указывают на высокую латентность перечисленных преступлений, о чем свидетельствует преобладание количества зарегистрированных фактов над числом разоблаченных преступников. Наиболее сложной остается ситуация с выявлением сексуального посягательства детьми и подростками. На сегодняшний день регистрируется лишь один из 10 случаев сексуального насилия в отношении несовершеннолетних. Латентность ненасильственных половых преступлений в отношении несовершеннолетних еще выше. Из числа привлеченных к уголовной ответственности за такие преступления каждый десятый виновный освобождается от уголовной ответственности, в том числе и по нереабилитирующим основаниям (т.е. не за отсутствием состава преступления, а в случае недоказанности вины, невменяемости и по другим причинам). До 70% детей, воспитывающихся в условиях жестокого обращения, терпят не только унижение, но и одновременно несколько форм насилия: физическое, психологическое, сексуальное. Такие дети отстают в развитии, страдают различными физическими и психоэмоциональными расстройствами. Находясь в глубокой зависимости от обидчиков и не будучи осведомлены о своих правах, они иногда в течение многих лет не получают квалифицированной помощи и защиты.

Провозглашение Независимости Республикой Казахстан заложило основы формирования единой государственной и правовой политики. Транзитный период ознаменовался рядом реформ, основным ориентиром которых было построение социального государства, в котором права и свободы человека обеспечивались верховенством закона.

Эти факторы имели существенное значение для обеспечения устойчивого развития государства.

Вместе с тем процессы глобализации, мировая тенденция к опережению развития информационных и коммуникационных технологий над культурой их

использования, пробельность национального законодательства стимулируют появление ранее неизвестных угроз безопасности граждан или способствуют их дальнейшему распространению.

Выступая с очередным посланием к народу Казахстана в 2020 году, Президент К.-Ж.Токаев отметил необходимость принятия новых мер по защите прав граждан.

В частности, Главой государства указывается на опасность распространения буллинга среди несовершеннолетних, в том числе и посредством Интернет-ресурсов (кибербуллинг) [1].

Несмотря на то, что активное изучение буллинга в зарубежных государствах начато еще в 60-х годах XX века, в нашей же стране только идет становление правовой и общественной позиции относительно этого социального феномена.

Распространение буллинга связано с усилившимися кризисными явлениями современного социума: размыванием этических и нравственных стандартов, частичной утратой национальной идентичности, пропагандой культа жестокости и насилия в средствах массовой информации. Дисгармонизация социальных отношений породила серьезную опасность для подрастающего поколения и требует принятия решительных мер.

Осложняет ситуацию неизученность причин и последствий детской травли, а также непонимание реальных масштабов ее экспансии в нашей стране.

Очевидной является необходимость принятия оперативных мер по профилактике буллинга, особенно в детской и подростковой среде, как в наиболее уязвимой возрастной категории. Правовая и социальная аноμία вкупе с особенностями психоэмоционального развития несовершеннолетних, склонностью к гипертрофированию проблем, нередко приводила к фатальным и необратимым последствиям.

Развивая эту мысль, в рамках открытия первой сессии Парламента Республики Казахстан VII созыва К.-Ж.Токаев дал поручение разработать эффективный механизм профилактики буллинга и детских суицидов, подчеркивая прямую связь между ними [2].

Особую актуальность получили и проблемы противодействия кибербуллингу. В условиях широкой обеспеченности детей мобильными телефонами и иными цифровыми носителями, доступом к сети Интернет, развитием дистанционных систем обучения риск подвергнуться травле возрастает в разы.

Современная действительность демонстрирует особую роль научно-обоснованных подходов при изучении любых социальных аномалий. Консолидация усилий ученых и практических работников позволит исключить просчеты, взвесить имеющиеся риски и возможности в создании и внедрении механизма противодействия буллингу.

Актуальность разработки и внедрения методов своевременного выявления фактов жестокого обращения не вызывает сомнений. Надеемся, что

представленные здесь теоретические сведения и практические рекомендации окажутся полезными для различных специалистов, оказывающих помощь несовершеннолетним в случаях жестокого обращения. Главными адресатами данного пособия являются психологи, работающие в образовательных и социальных учреждениях, а также в системе МВД. При создании пособия учитывались также практические нужды представителей смежных областей практики – педагогов и социальных работников.

1. Международный опыт профилактики буллинга и обеспечения детской безопасности.

Начало систематическому изучению проблемы жестокого обращения было положено в 1961 году, когда на ежегодном собрании Американской Академии Педиатрии был описан так называемый «battered child syndrome» (синдром избиваемого ребенка). Тогда же были впервые обнародованы сводные статистические данные о распространении насилия над детьми в США [55].

Современное американское законодательство определяет жестокое обращение с несовершеннолетними как тяжелое физическое или психическое повреждение, которое не может быть объяснено случайным несчастным случаем или сексуальная эксплуатация, или тяжелая физическая запущенность несовершеннолетнего, если травма, насилие были нанесены действиями или упущениями родителей подростка или человеком, ответственным за его благополучие, или личностью, которая проживает в том же доме, что и ребенок.

Традиционно выделяют физический, вербальный буллинг и социальную агрессию. В зависимости от того, знает ли жертва, кто именно является агрессором по отношению к ней, различают прямой и косвенный буллинг (последний чаще встречается среди девочек, в отношении которых в общественном сознании есть неявный запрет на прямое выражение негативных эмоций). Исследователи и практики выделяют также кибербуллинг, в котором для агрессивного преследования человека используются возможности Интернета: анонимность и большой охват аудитории. В ситуации травли ребенок может выступать в разных позициях: жертвы, агрессора, а также свидетеля, причем у последнего есть выбор вариантов поведения: максимальное отстранение, косвенная или прямая поддержка, защита жертвы.

Формы травли различаются в сельских и городских школах. Дети чаще всего прибегают к вербальной травле, самый распространенный вариант которой оскорбления, но в городе они встречаются почти в 1,5 раза чаще, чем в селе. Физическая агрессия более характерна для школ мегаполиса, равно как и прямые формы травли. В сельской местности школьники чаще прибегают к травле косвенной. От типа школы (СОШ, ООШ, гимназия) не зависит, как часто ребенок будет становиться жертвой агрессивных действий со стороны других учеников. При этом есть различия в том, как часто он будет свидетелем агрессии других детей по отношению друг к другу и к учителям: меньше всего свидетелей агрессии в ООШ, в гимназиях и СОШ их примерно поровну.

Судя по результатам метаанализа 80 исследований, проведенных в разных странах, в среднем с травлей регулярно сталкиваются 35% школьников. Множественность буллинга оценивается в блоке PISA, посвященном благополучию (*well-being*) школьников. По данным за 2015 г., российские показатели виктимизации значительно выше среднего по странам ОЭСР. 27% школьников в нашей стране регулярно сталкиваются с буллингом, 9,5% школьников оказываются участниками или свидетелями агрессивных

проявлений часто (при средних по странам ОЭСР показателях 18,7 и 8,9% соответственно).

Согласно большинству исследований, распространенность буллинга с возрастом снижается. На выборке российских школьников было показано, что в 6-м классе жертвами буллинга становятся 15,7% учащихся, в 7–8-м классе — 12,3%, в 9–10-м — 6% [54].

Однако в другом исследовании не было обнаружено значимого снижения виктимизации в период с 6-го по 9-й класс [Александров и др., 2018]. Жертвами школьной травли чаще всего становятся мальчики и девочки в возрасте 13-14 лет, при этом у девочек распространенность буллинга по мере взросления начинает снижаться, а у мальчиков остается высокой до 16 лет. Учащиеся младшей школы (8–10 лет) в подавляющем большинстве уже умеют пользоваться средствами травли, хотя 40% из них прибегают к ним редко. Однако 13% младших школьников пользуются этими приемами активно [57].

В многочисленных зарубежных исследованиях, а также и на российской выборке показано влияние социальных стратификационных факторов (образование и материальный статус семьи) на социальное самочувствие подростка в классе. Дети, родители которых имеют только среднее образование, подвергаются физическому и психологическому насилию значительно чаще тех, чьи родители имеют высшее образование. Дети из высокообеспеченных семей отмечают, что не сталкивались ни с одним из видов насилия в школе, почти в половине случаев, а среди малообеспеченных детей ни разу не столкнувшихся с травлей на 15% меньше [58]. В Финляндии социально-экономический статус семьи и этническая принадлежность не являются значимыми предикторами буллинга, более важными с точки зрения появления травли являются социальная иерархия и групповые нормы в классе и школе, а также отношения учителя и ученика.

Вовлеченность в травлю в школе имеет как незамедлительные, так и отсроченные последствия, причём страдают как жертвы, так и агрессоры, и свидетели. У детей, подвергшихся буллингу, снижается академическая успеваемость, они чаще прогуливают школу, меньше вовлекаются в жизнь класса. В недавних работах показано, что издевательство может приводить к клинической депрессии и суицидальным мыслям.

Родители считают, что школа далеко не всегда эффективно предотвращает травлю: подавляющее большинство семей в США сталкиваются с противодействием со стороны школы, если обращаются с требованиями принять меры в ситуации травли, и в итоге им либо предлагают перевести ребенка в другую школу, либо он в той или иной форме остается в позиции жертвы. Недавний опрос родителей школьников в Австралии показал, что травле подвергались половина детей и в 36% случаев школа не предприняла никаких действий, для того чтобы их защитить.

Таким образом, даже в странах, в которых реализация программ противодействия буллингу в школах является законодательно предписанной (США, Австралия, Германия и др.), сегодня эта проблема еще далека от

разрешения. Среди факторов риска буллинга традиционно выделяют характеристики семьи, индивидуальные особенности ребенка, а также параметры школы, в которой он учится, такие как социально-экономические характеристики контингента, кадровые ресурсы, территориальное положение, материальная обеспеченность учебного заведения (сходный набор показателей формирует так называемый индекс социального благополучия школы).

В данной работе мы ставим перед собой задачу выявить основные характеристики школьного климата - прежде всего взаимоотношения учителя и ученика, представления учителей о буллинге и об оптимальных стратегиях поведения в ситуации столкновения с ним, - которые могут быть факторами риска или, напротив, профилактики распространения травли в школах.

В анализ вошли результаты отечественных и зарубежных исследований, проведенных преимущественно за последние 10 лет; критерием отбора эмпирических статей были размеры и репрезентативность выборки, использование количественных методов обработки данных.

Большинство исследователей включают в понятие школьного климата следующие составляющие:

- 1) взаимоотношения агентов внутри класса;
- 2) физическая среда (характеристика школы, классов);
- 3) индивидуальные факторы (чувство принадлежности к школе, дисциплина);
- 4) культура организации (ожидания, правила, нормы).

Сложившееся «понятие школьного климата лежит на пересечении школьной структуры и школьной культуры» [52].

Школьный климат стал самостоятельным предметом исследований со второй половины XXв. С середины 1960-х до 1990-х он рассматривался преимущественно в контексте изучения факторов, оказывающих влияние на образовательные достижения учащихся. В последние десятилетия школьный климат стал оцениваться на уровне взаимодействия учителя и ученика с точки зрения влияния на учебную мотивацию, социализацию, поведение учеников, а также на множественность школьного насилия. Формирование образовательной среды как безопасного пространства признается частью интегральной миссии школы, и исследователи все чаще обращаются к школьному климату как к конструкту, который дает возможность предсказать интразональность буллинга и одновременно стать точкой приложения усилий для его предотвращения.

Среди основных составляющих школьного климата, прямо или косвенно связанных с распространенностью буллинга, выделяют школьную безопасность (нормы и правила, физическую и субъективно ощущаемую учениками безопасность), ощущение связи со школой, причастности к ней (переживаемое как учениками, так и их родителями), а также социальные отношения (как между учителями и учениками, так и учеников друг с другом).

К примеру, наличие четко сформулированных и однозначных внутришкольных правил, которые самими учениками расцениваются как «всегда соблюдающиеся» и «справедливые», - однозначно способствует

снижению травли. Важно, чтобы несоблюдение правил, в том числе инициирование буллинга и иных форм агрессии, влекло за собой известные последствия для любого из учеников или учителей; также важно, чтобы сами учащиеся привлекались к разработке внутришкольного устава. В недавнем исследовании шведских коллег было показано, что школы сильно различаются по показателям осведомленности учеников о внутришкольных правилах (в разных школах, участвовавших в исследовании, о них знали от 52 до 100% учащихся), а также по степени вовлеченности учеников в принятие решений (от 0 до 92,5% соответственно).

Отношения с учителем - один из главных факторов, влияющих на частоту возникновения травли. Ученики должны быть уверены, что в случае возникновения конфликтных ситуаций они легко могут попросить у взрослых помощи. Травли меньше в тех школах, где учителя и другие сотрудники гарантированно вмешиваются, став свидетелями нападения или узнав о нем. Однако жертвы далеко не всегда обращаются за помощью: частота и длительность издевательств не являются предикторами обращения к учителю, и детей, которые долго подвергаются травле и никому об этом не говорят, значимо больше, чем тех, кто, сообщив о буллинге, смог вырваться из этого круга.

Согласно теории Р. Ньюмана об адаптивном и неадаптивном поиске помощи, принимая решение о том, стоит ли обратиться к учителю, жертва травли оценивает возможные негативные последствия этого обращения. Каковы же негативные ожидания, в силу которых подросток готов отказаться от обращения к учителю, даже если знает, что он, наверняка, остановит травлю. М. Боултон с соавторами в исследовании, проведенном на британских школьниках, показал, что три наиболее частые причины отказа от обращения за помощью к учителю, даже если она потенциально эффективна, это неодобрение одноклассников (75,5%), переживание собственной слабости (64,2%) и стремление к автономии, т.е. желание самостоятельно решить проблему (58,8%). Меньше склонны обращаться за помощью старшеклассники (8–11-й класс) по сравнению с учащимися средней школы, мальчики по сравнению с девочками, жертвы неоднократной травли по сравнению с теми, кто никогда прежде жертвой не был. Таким образом, если ученик реально подвергается травле, даже его убежденности в том, что учитель способен эффективно ему помочь, часто оказывается недостаточно для обращения за помощью, так как оно ассоциируется со снижением социального статуса (хотя у жертвы он обычно и так не высок) и потерей самоуважения.

Судя по результатам серии интервью с жертвами травли, которые провели шведские исследователи, еще сложнее, чем решить, рассказывать взрослым о самом факте травли или скрывать его, оказывается для детей принять решение о том, чтобы продолжать рассказывать о совершаемом по отношению к ним насилии и дальше. Критически важна реакция взрослого на первое упоминание ребенка о том, что он стал жертвой: если ученик чувствует, что его не слушают или не принимают всерьез, скорее всего, он больше

никогда рассказывать о происходящем не будет. Очевидно, именно поэтому чаще становятся жертвами травли те дети, у которых нет хороших отношений со взрослыми: ни с учителями, ни с родителями. Из опрошенных 7 тыс. шведских школьников в возрасте 11, 13, 15 лет часто становились жертвами травли 5,5%, и именно эти дети чаще сообщали, что не испытывают уверенности в своих учителях, переживают сложности в общении с родителями и уверены в том, что взрослым не интересно то, о чем они говорят.

Отношения с учителем - отдельный фактор, влияющий на степень виктимизации несовершеннолетнего вне зависимости от его отношений с одноклассниками. Независимо от того, много ли у ребенка друзей, теплые, наполненные поддержкой отношения с учителем - значимый предиктор того, что травле он будет подвергаться меньше. В рамках лонгитюда, продолжавшегося один учебный год, параллельно рассматривались группы учеников 1-го, 3-го и 5-го классов. Наличие большого числа друзей защищало детей от травли в 3-м и 5-м классах, но не в 1-м, что свидетельствует о повышении значимости мнения сверстников по мере взросления детей. Важность хороших отношений с учителем оставалась неизменной. Сходные результаты получены и в другом исследовании: значимым предиктором снижения травли для учащихся средней и старшей школ (7-12-й класс), которые находятся в группе высокого риска виктимизации, оказалось наличие поддержки со стороны сверстников, а для учащихся младшей школы (3-5-й классы) - поддержка учителей.

Буллинг всегда тесно связан с характеристиками социальной ситуации и не происходит вне ее. Этот факт положен в основу гипотезы о том, что отношения с учителем по-разному влияют на вовлеченность ученика в травлю в зависимости от того, каков его социальный статус в классе. На основании данных социометрии исследователи поделили 435 учащихся 6-8-го классов на четыре группы: «популярных», «отвергаемых», «незаметных» и «неоднозначных». Оказалось, что чаще всего инициаторами травли являются дети из группы «отвергаемых», которые находятся при этом в конфликте с учителем. Такая связь есть и для групп «популярных» и «неоднозначных» учеников, но она гораздо слабее. Что касается школьников, попавших в категорию «незаметных», они чаще поддерживают нападения и травлю в случае, если находятся с учителем в близких и доверительных отношениях. Можно предположить, что активная конфликтная позиция по отношению и к учителям, и к сверстникам «отвергаемых» учеников представляет собой попытку повысить свой социальный статус; страха конфликтов они не испытывают, поскольку им, по сути, нечего терять. У «незаметных» конфликтов с одноклассниками нет, они чаще остаются незамеченными, и невысокий статус в иерархии не позволяет им чувствовать себя достаточно уверенными для того, чтобы выступать в роли активных агрессоров. С другой стороны, заручившись поддержкой учителей, они стараются по возможности выступать на стороне буллинга, солидаризироваться с ними, тем самым надеясь постепенно получить признание других детей. Представления учителя о том,

что такое травля, определяют его поведение в проблемной ситуации. Учитель по-разному характеризует случаи травли учеников и по-разному реагирует на них в зависимости от того, расценивает ли он инцидент как серьёзное нарушение интересов жертвы или же считает виновной саму жертву травли; от того, соответствует ли ребенок представлениям учителя о том, как должна вести себя жертва; от того, чувствует ли учитель эмпатию по отношению к ученику. Имплицитные представления учителя о буллинге связанные с полом и возрастом его учеников оказывают влияние на выбор стратегии, которую он будет использовать, столкнувшись с травлей в классе. Так, в отношении мальчиков агрессия гораздо чаще рассматривается как неизбежное зло, т. е. такое явление расценивается как нормативное. Причина, вероятно, состоит в большей склонности мальчиков к открытому проявлению агрессии, которая всегда заметна со стороны. Учителя реже вмешиваются в ситуации травли, в которые вовлечены мальчики: предполагается, что они сами способны себя защитить. Советов вроде «поставь обидчиков на место» учителя мальчикам почти не дают, поскольку, вероятно, считают, что не стоит провоцировать их на еще более агрессивное поведение. Такое предположение получило эмпирическое подтверждение: было показано, что в классах, где учитель активно настраивает детей на то, что они должны быть способными «наподдать обидчику», уровень преступного посягательства лица возрастает у мальчиков, а также у агрессивных девочек. При этом если учителя просто внушают детям, что нужно уметь постоять за себя, виктимизация у мальчиков падает: похоже, в этом случае они начинают прибегать к самозащите неагрессивными способами.

Среди кенийских старшеклассников абсолютное большинство уверены, что учителя вмешиваются с целью остановить травлю, если замечают ее; в женских школах это происходит в 85% случаев, а в мужских - в 95%². Авторы не обнаружили различий в уровне вовлеченности в травлю в зависимости от пола или возраста испытуемых, однако выявили связь распространенности буллинга с типом школы, в которой учится ребенок. Вероятность стать жертвой или агрессором значимо выше у учениц женских школ, чем у учеников мужских школ. В описываемом исследовании не было получено данных, которые позволили бы судить о том, является ли более низкий уровень травли у мальчиков результатом того, что учителя в их школах активнее по сравнению с женскими школами вмешиваются в ситуацию буллинга, или лучше его распознают, или, находясь под влиянием стереотипов о более высоком уровне агрессии у мальчиков, проводят свои интервенции «упреждающе».

Российские учителя имеют достаточно точные представления о том, каковы формы буллинга и как он может протекать, и эти представления соответствуют современным научным данным. Описывая случаи школьной травли, учителя упоминают как прямые (вербальная агрессия, физическая агрессия, насмешки, унижение), так и косвенные (отвержение, игнорирование) ее формы. Давая объяснение феномену травли, учителя в основном используют два паттерна: по их мнению, травля происходит либо по схеме «ксенофобия (класс) - инаковость (жертва)», либо «потребность во власти и авторитете (преследователь) - страх

отвержения (свидетели)». Респонденты хорошо осведомлены о широком списке возможных негативных последствий травли, «касающихся не только жертвы и преследователя, но так же свидетелей и учителей, что указывает на вероятность существования у них мотивации на исключение ситуаций травли». Когда учителя описывают способы своего реагирования на буллинг, становится понятно, насколько велико расхождение между их знаниями и реальным опытом; теоретические знания почти никогда не реализуются в их профессиональной практике, в большинстве случаев они действуют бессистемно, полагаясь на собственный опыт и интуицию.

На основании опроса большой группы американских школьных учителей и их учеников были выделены три основных варианта учительской позиции по отношению к травле. Учителя, уверенные в том, что жертва насилия должна уметь постоять за себя, зачастую дают советы подобного рода своим ученикам, а также много контактируют с родителями, вероятно, для того, чтобы те помогли своим детям научиться защищаться в ситуации травли. Активное обращение к родителям жертв может приводить к увеличению травли в группе мальчиков, но не девочек. В старших классах для обидчиков помощь родителей является сигналом о несамостоятельности и слабости жертвы. Учителя, для которых буллинг - норма, реже вмешиваются в конфликтную ситуацию, если узнают о ней или становятся ее свидетелями; такие учителя никогда не помогают жертве, если не испытывают к ней личной симпатии. Третью группу составили учителя, которые уверены, что наилучший способ обезопасить жертву - это дать ей возможность избегать агрессивных сверстников. Эти учителя помогают детям найти возможность «укрыться» от преследователей, а также стараются разделить агрессоров и жертв в пространстве класса, чтобы у них было меньше случаев взаимодействовать. Эти педагоги также помогают детям-жертвам найти других детей, с которыми они могли бы играть и общаться. Это очень важная стратегия и глубоко психологически оправданная. Переживание чувства принадлежности, аффилиативная потребность является базовой фундаментальной потребностью личности. В случае с буллингом важно не просто изолировать жертву от индивидуального или группового агрессора, необходимо подобрать ему такую группу, в которой он чувствовал бы себя комфортно, и в которой его потребность в принадлежности была бы реализована. Простое ограждение жертвы от преследователя без включения его в другую группу ни к чему, кроме запуска механизма перманентного стресса, не приведет.

Немецкие исследователи предложили 625 учителям, среди которых примерно 75% - женщины, оценить гипотетическую ситуацию травли в классе с точки зрения того, какую стратегию поведения они предпочтут. Среди возможных альтернатив были действия, направленные на работу с жертвой; с булли; привлечение других взрослых; игнорирование ситуации; действия с опорой на собственный авторитет. Подавляющее большинство учителей (82%) сочли наиболее уместными принудительные дисциплинарные воздействия и апелляцию к собственному авторитету. Второй по популярности оказалась

стратегия по работе с агрессором, третьей - привлечение взрослых; обращение к жертве оказалось на втором с конца месте; игнорировать инцидент не был готов никто из опрошенных. Сходная структура «портфеля стратегий» учителей по противодействию травле, в котором использование учительского авторитета и наказание агрессора заняли лидирующие места, обнаружена и в других странах - в Великобритании, Финляндии, США. Опасность такого подхода заключается в том, что не делается попыток формирования у буллинг эмпатии по отношению к жертве, а также понимания того, какой вред нанесли его действия и как чувствует себя жертва. Результаты дисциплинарных мер обычно оказываются кратковременными, и агрессор старается перейти на скрытые формы травли, в которых сложнее быть уличенным.

Неэффективность жесткого контроля и дисциплинарных мер в отношении травли показана во многих современных зарубежных исследованиях. Группа филиппинских ученых провела среди учащихся старшей школы (средний возраст 14,3 года, $N = 401$) опрос с целью оценить частота силовых воздействий - вербальных (грубые замечания) и физических (шлепки и т. п.) со стороны педагогов, частоту возникновения травли и мнение подростков о том, насколько учителя готовы оказывать им помощь. Полученные данные оказалось возможным описать при помощи структурной модели, согласно которой склонность учителя к силовым методам воздействия является положительным предиктором как распространенности травли, так и восприятия учащимися учителей как фигур, не готовых прийти на помощь.

В отличие от исследований, осуществленных на европейских выборках, в филиппинской подборке тот факт, что дети не воспринимают учителя как человека, способного оказать помощь, не влияет на частоту травли. Возможным объяснением могут быть национальные особенности школьной культуры: фигура учителя в принципе рассматривается как достаточно авторитарная и дистантная, не ориентированная на оказание помощи и поддержку психологического комфорта учащегося.

Применение силовых методов (будь то жесткое вербальное принуждение или физическое воздействие на ученика вроде удара линейкой по пальцам) легитимизирует жестокость по отношению к окружающим, и учащиеся воспроизводят ее в межличностной коммуникации; эта закономерность, по сути, является кросскультурной. Так, эстонские исследователи эмпирически выявили влияние контролирующего поведения учителя на эмоциональные переживания и поведение подростков (средний возраст 12,9 года, $N = 600$). Подростков просили дать оценку поведению их школьных преподавателей физкультуры. В построенной авторами структурной модели учитывались четыре типа учительского контролирующего поведения: задействование внешней мотивации в материальных вознаграждений, негативное подкрепление нежелательных действий ребенка с апелляцией к личным переживаниям педагога («Ты так подвел меня своим проигрышем»), угрозы и запугивание, чрезмерный контроль сфер жизни ученика, не связанных с предметом. Два из перечисленных типов контролирующего поведения учителя - негативное

подкрепление и запугивание - оказались положительными предикторами переживания сильной неудовлетворенности базовых психологических потребностей у детей (по теории самодетерминации Дэси и Райана, которой руководствовались авторы, это потребности в автономии, компетентности, принадлежности), которое вызывало их гнев, и следствием его являлись действия по инициированию травли. Иными словами, если вследствие контролирующего поведения учителя подросток не чувствует себя достаточно автономным, у него повышается потребность в том, чтобы контролировать сверстников; лишенный возможности чувствовать себя компетентным, ученик попытается продемонстрировать свое физическое превосходство; чувствуя себя изолированным от соучеников, он может начать вести себя агрессивно.

В настоящее время ученые выделяют три основных подхода к изучению буллинга, для каждого из которых существует своя модель профилактики детской и подростковой травли.

Первый – диспозициональный подход, изучающий особенности личностных характеристик участников буллинга и внутриличностных предпосылок, сигнализирующих о возможности оказаться жертвой или преследователем.

Второй – темпоральный подход, заключающийся в выявлении периодов жизни, во время которых вероятность быть подверженным буллингу резко повышается. Он доказывает наличие определенных жизненных периодов, во время которых увеличивается уязвимость ребенка.

Третий – контекстуальный, подчеркивающий роль среды несовершеннолетнего, микроклимата группы, социальных условий» [10].

В рамках первого метода наиболее эффективным видится развитие определенных навыков и качеств у всех участников травли.

Для агрессоров – это способность самоконтроля, формирование толерантности, терпимости, эмпатии, сочувствия.

Для жертв – навыков коммуникации, выстраивания дружеских, доверительных отношений, уверенности в себе.

Для свидетелей важным аспектом выступает возвращение внутренней культуры «нулевой терпимости» к буллингу, готовности высказать отпор потенциальному агрессору, вступить за жертву.

Как было отмечено ранее, преимущественно насилию подвергаются дети в возрасте 11-15 лет. Исходя из темпорального подхода, именно эта возрастная категория детей заслуживает повышенного внимания и контроля.

Вместе с тем нельзя сказать, что профилактика буллинга должна вестись только с детьми этого возраста. Важным является ее непрерывность, последовательность и системность, начиная с момента вступления в детский коллектив.

Контекстуальный подход предполагает нормализацию жизненной среды ребенка, обеспечение его ощущением безопасности и принятия. Безусловно, реализация этого подхода наиболее сложна и требует комплексного подхода и поддержки государства.

По нашему мнению, никакой из перечисленных подходов не является главенствующим. Для успешной профилактики буллинга важно использование всех трех методов в совокупности.

О.С.Глазман отмечает, что профилактическая деятельность преподавателя должна быть основана на принципах педагогической поддержки. Педагогической поддержкой, по ее мнению, является профессиональная деятельность представителей образовательного учреждения, направленная на оказание помощи детям, имеющим проблемы с физическим или психическим здоровьем, обучением, общением со сверстниками, жизненным самоопределением.

Предметом педагогической поддержки выступает совместное определение целей и интересов ребенка, выявление способов преодоления проблем и самостоятельное достижение желаемых результатов в обучении, образе жизни, самовоспитании и общении. Педагогическая поддержка – это форма индивидуальной работы по профилактике буллинга, в рамках которой педагог уделяет отдельное внимание каждому несовершеннолетнему [55].

При построении модели профилактики буллинга должны быть учтены психологические особенности несовершеннолетних, в частности, тесная взаимосвязь процессов социализации и индивидуализации.

В подростковом возрасте происходит активный процесс сепарации от родителей, чрезвычайно значение приобретает стремление несовершеннолетних завоевать высокий статус в коллективе. Это обстоятельство обуславливает дифференциацию отношений между подростками, зачастую поддерживаемую притеснением более слабых лиц.

Если в детском коллективе не предприняты меры к созданию здорового психологического климата, в нем неизбежно образуется буллинг-структура.

Основной уклон должен быть сделан на воспитании ценностного отношения детей к жизни и здоровью себя и других лиц, а также формировании нетерпимости к проявлениям травли.

Как было отмечено ранее, одной из проблем противодействия буллингу среди несовершеннолетних является отсутствие соответствующей антибуллинговой программы.

В мировой практике антибуллинговые программы доказали свою эффективность и применяются на протяжении длительного периода времени.

Американскими учеными Тофи и Фаррингтоном в 2011 году было проведено исследование 53 антибуллинговых программ, 2/3 из которых практиковались за пределами США и Канады.

Анализ эффективности данных программ в контексте снижения уровня вовлеченности в буллинг и уменьшения уровня виктимизации показали, что наибольшее профилактическое воздействие оказывают:

- информирование, обучение и консультации родителей;
- повышенное наблюдение за игровыми площадками;
- использование специальной методологии;
- наблюдение за поведением детей в классе;

- внедрение антибуллинговой политики;
- обучение учителей;
- многокомпонентные системы профилактики [55].

На сегодняшний день существует несколько широко зарекомендовавших себя антибуллинговых программ образовательных учреждений: OBPP, KiVa, Positive Action, Bulli & Pupe, S.S.Grin, SAVE, ViSc и так далее.

Некоторые из них не являются универсальными, так как рассчитаны на отдельные виды проявлений детской и подростковой травли.

Одной из наиболее эффективных считается Программа профилактики буллинга Д.Олвеуса (Olweus Bullying Prevention Program (OBPP)). Она включает в себя 11 пунктов.

1. Программа профилактики буллинга Д.Олвеуса нацелена на все школьное сообщество, включая администрацию, учителей, консультантов, служащих (водителей, медицинского персонала школы, охранников, сотрудников столовых, библиотекарей), родителей и учеников.

2. Для выявления фактов детской травли Д.Олвеусом разработан специальный опросник (The Olweus Bullying Questionnaire (OBQ)), с помощью которого сами обучающиеся могут предоставить информацию о буллинге. Опрос осуществляется анонимно.

3. Программа Олвеуса предполагает создание специального органа, осуществляющего профилактику буллинга среди несовершеннолетних, - Координационного комитета по профилактике буллинга Олвеуса (The Olweus Bullying Prevention Coordinating Committee (BPCC)).

В состав комитета входит руководство школы, все классные руководители, представитель служащих школы (не являющийся педагогом), социальный педагог (консультант), психолог, родитель, представитель местного сообщества (исполнительного, муниципального, окружного органа власти).

4. Все члены комитета обязаны пройти предварительное 12-часовое обучение у специализированного тренера по методике Олвеуса. Собрания комитета проводятся не реже одного раза в месяц.

5. В образовательных учреждениях, использующих антибуллинговую программу Олвеуса, вводят 4 обязательных правила для всех обучающихся:

- 1) мы против буллинга;
- 2) мы будем помогать детям, подвергнутым буллингу;
- 3) мы будем пытаться объединить коллектив;
- 4) если мы узнаем о том, что кто-то подвергается буллингу, мы скажем об этом взрослому в школе или взрослому дома.

6. В процессе реализации антибуллинговой программы важно мнение самих обучающихся и их взгляд на проблемы противодействия буллингу. Раз в неделю или раз в две недели проводятся встречи обучающихся, на которых обсуждаются вопросы взаимоотношений между сверстниками, социальные или эмоциональные аспекты школьной жизни.

Для оперативного реагирования на сообщения о фактах насилия могут создаваться консультационные группы, состоящие из учеников школы.

7. Опросник Олвеуса предоставляет сведения о локализации буллинга. Эти проблемные зоны должны быть обеспечены повышенным вниманием взрослых.

8. При выявлении фактов враждебного отношения необходимо незамедлительное вмешательство и принятие мер.

9. Поддержка родителей является неотъемлемой частью профилактики буллинга. Родители должны быть осведомлены, что школой принимаются меры по профилактике травли. Участие родителей усиливает действие антибуллинговых программ.

10. Программа Олвеуса – многоуровневая система, требующая периодического информационного и консультационного сопровождения со стороны сертифицированного тренера.

Задачей тренера является оказание содействия в реализации программы и предоставление всех необходимых инструментов профилактики детской травли.

Программа Олвеуса ориентирована на долгосрочные и системные изменения, создание нормального психологического климата и искоренение буллинга.

Завершение ее реализации не отмечено конечной датой: это постоянный процесс, требующий вовлеченности всего школьного сообщества. Антибуллинговые нормы должны стать стандартным, повседневным поведением. Антибуллинговая программа Олвеуса может быть успешно интегрирована с другими программами по охране прав и свобод ребенка [54].

Данная программа предусматривает применение мер дисциплинарного воздействия в отношении агрессоров.

Российской неправительственной организацией «ТравлиНет» в 2019 году разработана Антибуллинговая Хартия.

Положения Хартии устанавливают, что в случае обнаружения признаков травли сотрудники образовательного учреждения обязаны принять необходимые меры по ее прекращению, в том числе незамедлительно доложить руководству школы и провести беседу с участниками и родителями участников травли.

В качестве мер профилактики буллинга администрация школы обязана организовывать обучающие занятия, семинары, встречи с приглашением специалистов; образовывать согласительные комиссии; обращаться за помощью к медиаторам; внедрять профильные внутришкольные организации учащихся. При возникновении необходимости школа может применять меры дисциплинарного воздействия в отношении обучающихся.

Если инициатором буллинга выступает педагог, то администрация школы принимает меры к его замене и привлечению к дисциплинарной ответственности [65].

Отдельного внимания заслуживает программа профилактики буллинга KiVa, разработанная Университетом Турку, Финляндия.

KiVa включает в себя три ключевых компонента:

1) профилактика, осуществляемая путем демонстрации детям примеров буллинга и предложения поучаствовать в специально разработанной

видеоигре.

- 2) инструменты противодействия буллингу;
- 3) ежегодный мониторинг.

Программа состоит из 10 занятий, каждое длительностью по 90 минут. Занятия проводятся один-два раза в месяц и заканчиваются прохождением игры. В игре обучающиеся имеют возможность отточить навыки антибуллингового поведения в виртуальной школе и получить отзыв по ним.

В определенной мере задача по прекращению травли возложена на саму жертву. Так как для агрессора критически важным является получение эмоционального ответа от жертвы, то ей предлагается:

- смотря в глаза агрессору, объяснить, что его действия приносят ей неприятные ощущения, боль, страдания и так далее;
- не отвечать на нападки агрессора, игнорировать его, избегать мест потенциальной встречи, не брать с собой значительные суммы денег;
- завести хорошие знакомства, расширить круг дружеских связей (активная дружба), увлечься новым хобби, развивать навыки общения.

Программа не предусматривает применение мер дисциплинарного воздействия в отношении агрессоров, фокусируясь на воспитательной и коррекционной деятельности.

Программа Positive Action представляет собой комплекс из 21 видео урока, каждый длительностью 15-30 минут. Также в комплект входит пособие для учителя, 30 буклетов с упражнениями, 17 цветных постеров, 30 сертификатов об окончании курса. Программа рассчитана на детей от 5 до 12 лет.

Одним из значительных минусов программ является их высокая стоимость. По информации содержащейся на официальных сайтах программ, для обеспечения одного класса из 30 обучающихся и классного руководителя необходимо:

- ОВРР – 1 961 921 тенге;
- Positive Action – 3 280 200 тенге;
- KiVa – 2 771 317 тенге *(по состоянию на май 2021 года)*

Кроме того, обязательно периодическое переобучение лиц, ответственных за реализацию программ, покупка дополнительной литературы, вопросников, наглядных материалов и так далее.

Следующим минусом является необходимость перевода программ с оригинального языка (английского и финского).

Третьим минусом является необходимость адаптации программ к особенностям национального законодательства.

Так, в ряде случаев к обучающимся, нарушившим антибуллинговые нормы, применяется наказание в виде временного исключения из школы.

Временное отстранение является своеобразной «шоковой терапией», направленной на пресечение фактов детской и подростковой травли. Подобная практика широко применяется в Соединённых Штатах Америки.

По данным американской организации «School discipline support initiative» временное отстранение (Suspension) применяется за грубое нарушение школьной

политики.

Министерство образования США установила две формы временного отстранения:

1. Запрет на присутствие на регулярных занятиях, посещение школьных спортивных секций, дополнительных досуговых и обучающих кружков, но с принуждением посещать школу для иной активности под присмотром ответственного лица (In-school suspension).

2. Полное временное отстранение с запретом посещения учебных занятий, школьных спортивных секций, кружков и пребывания на территории школы (Out-of-school suspension).

Срок временного отстранения составляет от одного до 10 дней; в некоторых случаях ученику предоставляется возможность посещать иное образовательное учреждение или курсы на данный срок [54].

Вместе с тем законодательством Республики Казахстан временное исключение из организации образования в качестве меры дисциплинарного воздействия не предусмотрено.

Внедрение программ, рассматривающих такой вид дисциплинарного взыскания, требует внесения изменений и дополнений в законодательство Республики Казахстан.

Согласно Конституции нашей страны: «Права и свободы человека и гражданина могут быть ограничены только законами... Гражданам гарантируется бесплатное среднее образование в государственных учебных заведениях. Среднее образование обязательно» [51].

Исходя из рассмотренных плюсов и минусов, адаптация зарубежных антибуллинговых программ представляется нецелесообразной.

Необходима разработка своей антибуллинговой программы, учитывающей культурные, национальные, правовые особенности нашей страны.

Полагаю, что внедрению такой программы должно предшествовать проведение рандомизированного контрольного исследования либо реализация на первых этапах должна быть осуществлена в пилотном проекте на примере нескольких организаций образования или иных детских коллективах.

2. Изучение вопросов буллинга, детской безопасности, детской девиации, эмоционального интеллекта и психического здоровья в современных ВУЗах.

Число исследований феномена школьной травли неуклонно растет, и география их охватывает практически весь земной шар.

Причиной этому являются как широкая распространенность этой формы деструктивного поведения среди детей и подростков, так и тяжелые последствия травли для их психического, физического, социального благополучия.

Травля происходит только в рамках определенной социальной ситуации, в которой ученики испытывают сильные негативные переживания (гнев, страх, фрустрацию), а агрессивное поведение по отношению к более слабым, будучи следствием этих переживаний, помогает поддержать или повысить свой статус в группе.

Школьный климат - точнее, такие его составляющие, как переживание безопасности в школе, принадлежности к ней и, в наибольшей степени, социальные отношения (между учителем и учениками, а также отношения учеников между собой) - является значимым фактором буллинга.

На основании исследований можно сделать выводы о том, какие характеристики школьного климата являются факторами, способствующими снижению травли. В первую очередь это формирование личных положительно окрашенных отношений учителя и учеников, и это актуально для любого школьного возраста, в то время как дружеские отношения со сверстниками как профилактика травли выходят на первый план только в средней и старшей школе. Конфликт же с учителем является фактором увеличения риска виктимизации, особенно для ребенка, и так непопулярного среди одноклассников. Крайне важными факторами предотвращения травли являются трансляция учителями своей готовности прийти на помощь в случае возникновения конфликтов среди детей, а также неотвратимое наступление последствий неприемлемого поведения в равной степени абсолютно для всех учащихся (отсутствие «любимчиков»).

Среди стратегий поведения в ситуации травли наиболее популярными у учителей сегодня являются апелляция к авторитету и жесткие дисциплинарные взыскания по отношению к агрессору. В проведенных исследованиях показана несостоятельность подобных мер в отношении буллинга: единственными их результатами становятся, с одной стороны, легитимизация жестокости в коллективе, а с другой - переход буллинга к более скрытым и изощренным методам нападок. Наиболее эффективными оказываются стратегии, предполагающие вовлечение в разрешение ситуации других взрослых, в том числе родителей и плотную работу как с агрессором, так и с жертвой. Агрессору необходимо дать понять, во-первых, какой вред приносит его поведение, что чувствует жертва, и как он может это исправить. Жертве нужно

помочь обрести для себя безопасное пространство, а также дружественный круг общения.

Как было отмечено ранее, организации образования являются местом потенциальной локализации буллинга среди несовершеннолетних.

В этой связи нами выделяется несколько этапов профилактики этого антисоциального явления в организациях образования.

Первый этап предполагает признание наличия фактов детской и подростковой травли и выражения готовности оказать помощь пострадавшим лицам.

Опасаясь за репутацию, организации образования иногда сознательно скрывают факты травли, надеясь на ее самостоятельное прекращение. Вместе с тем буллинг имеет тенденцию к постепенной эскалации и может перерасти в серьезные правонарушения.

Ключевым аспектом первого этапа выступает создание атмосферы безопасного, свободного от критики и осуждения пространства, где каждый обучающийся может найти помощь и поддержку.

Обращение о буллинге в отношении себя или третьего лица не должно стать основанием для преследований или насмешек. Не допустимо обесценивание переживаний ребенка. Каждый факт обращения должен стать поводом для проверки, однако, ее проведение не должно ухудшить положение обратившегося лица или носить карательный характер.

В общении с обучающимися важно сохранять дружелюбное и тактичное поведение, ведь иногда педагог, даже того не желая, может спровоцировать начало травли. В этой связи запрещается необоснованная критика, оскорбительные высказывания, разглашение личной информации об обучающемся без его согласия.

Если ребенок, обратившейся с заявлением о факте буллинга, желает сохранить анонимность, то педагог должен предпринять все меры по сохранению конфиденциальности.

Следующим аспектом является осведомленность всех обучающихся о лицах, оказывающих помощь при буллинге.

В организации образования могут быть учреждены соответствующие органы (о них позже) либо назначены ответственные лица, такие как педагог-психолог, консультант (эдвайзер), социальный педагог.

По нашему мнению, все сотрудники организации образования, начиная с ее администрации, должны быть готовы к оказанию помощи обучающимся.

Каждый вновь прибывший сотрудник должен быть ознакомлен с правилами обеспечения безопасности ребенка и реагирования на сообщение о буллинге.

В свете рассматриваемого вопроса немалое значение имеет просвещение родителей по вопросам профилактики насилия и иных форм девиантного поведения несовершеннолетних.

Разъяснение механизмов зарождения буллинга и возможные последствия необходимо разъяснять в формате родительских собраний, тренингов,

консультаций с приглашением специалистов в данной сфере.

Поддержка родительской общественности – обязательный элемент превентивной системы, ведь именно близкие ребенку люди могут первыми заметить тревожные сигналы, свидетельствующие о начале травли. Для прекращения травли важно наличие доверительных отношений между родителями и детьми, авторитетность их мнения для пострадавшего.

Безопасность обучающихся – это один из важнейших показателей качества образования. Организация образования должна обеспечивать безопасную атмосферу путем введения и неукоснительного соблюдения пропускного режима, контроля за всеми помещениями и сооружениями на ее территории, в том числе и путем видеонаблюдения.

Как показывает практика, именно в местах, удаленных от контроля ответственных лиц, разворачивается буллинг (подсобные помещения, чердаки, лестничные пролеты, пустующие аудитории и кабинеты, сооружения на территории организации образования).

Не допустимым является нахождение посторонних лиц в здании организации образования без сопровождения и предварительного уведомления администрации.

Реагирование на буллинг должно осуществляться в рамках внутриколлективного алгоритма противодействия этому явлению (примерная модель прилагается). Такая модель может быть выражена в виде антибуллинговой политики, антибуллингового кодекса или стандарта поведения, а также других документов.

Антибуллинговый алгоритм должен учитывать ряд важных моментов:

- 1) уровень организации образования;
- 2) возраст обучающихся;
- 3) уровень физического и психического развития, способность понимать сущность антибуллинговых норм;
- 4) особенности правового и социокультурного развития страны;
- 5) мнение обучающихся, их родителей (законных представителей), администрации и коллектива организации образования).

Второй этап противодействия буллингу связан с проведением профилактической и коррекционной работы.

Профилактическая работа имеет своей целью предотвращение фактов травли.

В подростковом возрасте происходит активный процесс сепарации от родителей, чрезвычайно значение приобретает стремление несовершеннолетних завоевать высокий статус в коллективе. Это обстоятельство обуславливает дифференциацию отношений между подростками, зачастую поддерживаемую притеснением более слабых лиц.

Большую эффективность демонстрирует объединение коллектива общей целью, мотивацией к получению каких-либо преимуществ при ее достижении.

Эффективно сплачивающее воздействие на коллектив оказывает совместное участие в конкурсах, соревнованиях, олимпиадах, играх,

театрализованных постановках, общешкольных квестах. Основополагающим вектором при проведении общегрупповой работы с несовершеннолетними выступает замещение буллинг-структуры коллективными и партнерскими взаимоотношениями.

В качестве примеров вовлечения в совместную деятельность выступает создание дополнительных коллективных досуговых занятий (кружков), функционирование спортивных секций, студий, где дети могли бы реализовывать свои возможности..

В рамках совместного времяпрепровождения возможно объединение всех участников буллинг-структуры и прекращение ее существования за счет повышения личностной ценности каждого участника. При этом формируется ядро нормального, здорового взаимодействия, вытесняя необходимость иерархизации отношений.

Для повышения интереса обучающихся к этой проблеме возможна организация кино вечеров, а также предложение ознакомиться с литературными произведениями, рассказывающими о буллинге («Чучело» Р.Быкова; «Повелитель мух» У.Голдинга).

Информационная поддержка может обеспечиваться акциями против насилия и травли, приглашением экспертов в сфере детской безопасности, конкурсами на лучший рисунок, проект или стихотворение по теме.

Для популяризации идеи «нулевой терпимости» к буллингу возможно создание нагрудных значков «ЯСоюзник», «ЯпротивБуллинга» и так далее.

В рамках профилактической работы целесообразно:

- 1) развитие коммуникативных навыков;
- 2) обучение методам разрешения конфликтов;
- 3) обучение саморегуляции поведения, контроля агрессии;
- 4) внедрение в обучение идей уважения чести и достоинства иных лиц;
- 5) обучение методам обеспечения безопасности в сети Интернет; 6) пропаганда здорового образа жизни.

Коррекционная работа более точечна. Она начинается со знакомства с ребенком, изучения его бытовых условий, окружения, причин, по которым он вовлекся в буллинг и заканчивается закреплением стойких позитивных поведенческих изменений.

Коррекционная работа должна осуществляться системно с привлечением необходимых специалистов и при поддержке родителей (законных представителей) ребенка.

На начальном этапе коррекционной работы с ребенком устанавливаются доверительные отношения. Ему дается возможность проговорить ситуацию, объяснить, что сподвигло его к травле. Важно, чтобы инициатор буллинга смог идентифицировать не только свои эмоции, но и переживания жертвы. Беседа с буллером должна вестись на понятном ему языке, с применением навыков активного слушания.

Важно отметить, что если несовершеннолетний подвергается или подвергался насилию, то необходимо вмешательство правоохранительных или

иных органов, осуществляющих охрану прав ребенка. В необходимых случаях обеспечивается медицинская или профессиональная психологическая помощь.

В процессе коррекционной работы необходимо замещение негативных или деструктивных поведенческих сценариев на позитивные.

Ребенок - агрессор должен обучиться навыкам контроля своих эмоций, выражения конструктивной критики, методам нивелирования конфликтов. Ребенок-жертва – реконструировать свою самооценку, обучиться способам самозащиты и поведения в конфликтных ситуациях.

Широкое признание получил метод разделенной тревоги (Shared concern method). Это один из наиболее зарекомендовавших себя способов прекращения травли с участием медиатора. Роль медиатора состоит в интервьюировании всех сторон травли и нахождении точек столкновения интересов.

Создателем метода разделенной тревоги является ученый в сфере когнитивной психологии Анатолий Пикас.

Метод получил широкое распространение в Англии, Испании, Финляндии, Австралии благодаря выдающимся результатам и значительному снижению уровня травли среди несовершеннолетних.

В основе метода лежит активное взаимодействие между агрессором и жертвой, в ходе которого обе стороны пытаются найти взаимовыгодное решение. При этом ни одна из сторон не обвиняется в инциденте, не ведется расследование, не возникает необходимость в обосновании своей позиции или предоставлении каких-либо доказательств.

Одним из важнейших аспектов является общая вовлеченность всего коллектива в противодействие травле. Причины, по которым дети становятся невольными участниками буллинга различны: одни находят травлю увлекательной, безобидной и смешной, другие – боятся сами оказаться в позиции жертвы, в конечном итоге ни одна из причин не является важной для применения метода.

Метод состоит из нескольких стадий. Сначала проводится собеседование с предполагаемым агрессором без участия третьих лиц. Интервьюер можно спросить, что является причиной проявления агрессии и предложить предоставить свой вариант разрешения конфликта. Если во время первой встречи, несовершеннолетний отказывается сотрудничать либо не признает факта инициирования травли, назначаются последующие сеансы. Первый этап длится до тех пор, пока все агрессоры не осознают вред нанесенный жертве.

Вторым этапом опрашивается жертва травли. Разговор начинается с выяснения ситуации в школе, при этом важно проявление сочувствия, эмпатии и понимания к пострадавшему ребенку.

На третьем этапе проводится совместное собеседование с участием жертвы и агрессора. Каждая сторона может выразить свои мысли и чувства, вторая обязана выслушать и предложить, что она может сделать по этому поводу.

На последнем этапе осуществляется финальная встреча всех участников инцидента, на которой объявляется о прекращении буллинга. Иногда последний этап ознаменовывается подписанием специального соглашения между

сторонами, в котором каждая оговаривает варианты нежелательного поведения [60].

Третий этап связан с постоянным мониторингом и оцениванием рисков.

Самым популярным методом исследования буллинга выступает анкетирование обучающихся. Результаты анкетирования являются вспомогательным средством противодействия агрессии и не могут служить единственным источником информации о состоянии безопасности. Обучающиеся могут скрывать факты травли, не отражая их в анкетах.

В этой связи педагоги и коллектив организации образования, родительское сообщество так же должны осуществлять контроль за поведением детей.

Информация о детях – жертвах или инициаторах травли не должна быть использована против их интересов. В случае формирования групп риска должна быть обеспечена конфиденциальность информации. Не допустима стигматизация ребенка.

Оценке необходимо подвергать и места локализации травли (столовые, классные кабинеты, коридоры, лестничные марши и так далее).

Таким образом, профилактика буллинга в организациях образования включает в себя три основных этапа и является системным и непрерывным процессом.

Антибуллинговая политика организации образования

Анализ международного опыта противодействия буллингу среди несовершеннолетних показал эффективность создания и внедрения антибуллинговой политики организации образования (АБП).

Исследования доказали, что внедрение АБП может снизить риск возникновения травли.

Для сдерживания его на предельно минимальном уровне организации образования должны продолжать применение положений антибуллинговой политики на постоянной основе. Именно придание ей статуса незыблемой поможет образовательным учреждениям укрепить состояние законности и безопасности.

Доктора PhD Майн Феккс, Франс Пиджерс и ряд других провели исследование изменений психологического климата после внедрения АБП. По результатам изучения количество жертв травли снизилось на 25 % в экспериментальной группе, по сравнению с контрольной.

В экспериментальной группе снизились и данные шкалы виктимизации и проявлений активной агрессии, а также уменьшилось количество зарегистрированных фактов депрессии [51].

Антибуллинговая политика организации образования – это внутренний регламент, устанавливающий основные нормы поведения обучающихся, их родителей (законных представителей), администрации, педагогического коллектива и работников организации образования, действующий в целях недопущения буллинга и других форм нарушений прав ребенка в образовательном процессе.

Формой выражения АБП может быть антибуллинговый кодекс или иной

документ сходного содержания. Допустимым является внесение соответствующих дополнений в Устав школы или иного образовательного учреждения.

Целью принятия программы является недопущение притеснения или дискриминации кого-либо по любым основаниям, исключение фактов психологического или физического насилия или травли, нарушений прав и свобод человека в образовательном процессе.

Принятие АБП направлено на создание атмосферы безопасного, свободного от буллинга пространства, в котором любой ребенок может беспрепятственно получить помощь и поддержку.

Действие АБП распространяется не только на процесс обучения, но и на время пребывания вне школы. «Нулевая терпимость» к любым проявлениям травли человека – это повсеместный стандарт поведения.

Основополагающим фактором распространения АБП является создание обстановки престижности и почетности его соблюдения, проникновение его установок в молодежную субкультуру.

При разработке АБП должны учитываться мнения всего школьного контингента, общественности и заинтересованных лиц. Для этого необходимо обеспечить получение обратной связи путем вынесения АБП в открытое пространство.

Положения АБП не могут противоречить нормам национального или международного законодательства и должны быть направлены на поддержание режима законности.

Нормы АБП должны включать наиболее точное описание маркеров буллинга. Не рекомендуется указывать признаки иных форм девиантного поведения.

Рекомендуется наиболее точное и полное отображение буллингового поведения, включая признаки его кибер формы. При возникновении новых угроз необходимо своевременное внесение изменений и дополнений в этот раздел.

В АБП необходимо включить указание на обязательность соблюдения ее норм всем школьным сообществом.

Со стороны администрации и педагогического коллектива организации образования должны быть обеспечены:

- 1) доступ к беспрепятственному, свободному обращению любого лица по фактам буллинга, исключаящему вероятность преследования, мести, угроз со стороны агрессора или иных лиц;
- 2) оперативное, полное и всестороннее рассмотрение обстоятельств обращения;
- 3) подготовка, переподготовка специалистов по вопросам профилактики и противодействия насилию;
- 4) реализация положений АБП;
- 5) доведение до сведения всех заинтересованных лиц положений АБП, Пропаганда политики «нулевой толерантности» к буллингу;
- 6) постоянное совершенствование методов профилактической работы.

В целях противодействия буллингу среди несовершеннолетних родители (законные представители):

- 1) участвуют в реализации АБП;
- 2) при возникновении подозрений о начавшемся или продолжающемся буллинге уведомляют администрацию или педагогов организации образования;
- 3) совместно с педагогом или иным специалистом осуществляют коррекцию поведения своего ребенка при его участии в буллинге.

В рамках реализации АБП на обучающихся могут быть возложены обязанности:

- 1) не допускать проявлений буллинга, не участвовать в процессе травли, порицать и принимать меры по ее прекращению;
- 2) вежливого, внимательно и тактичного поведения с педагогическим составом, работниками и служащими образовательного учреждения, одноклассниками, другими обучающимися школы;
- 3) при установлении фактов травли незамедлительно информировать об этом учителя, классного руководителя или другого взрослого, вызывающего доверие;
- 4) помогать и поддерживать детей, в отношении которых инициирована травля.

Логическим завершением АБП является выработка мер ответственности за систематическое нарушение ее норм.

При этом стоит учесть, что АБП не имеет карательной цели и не подменяет действие национального законодательства.

В случаях перерастания буллинга в деяния, совершение которых преследуется по закону, администрация, педагоги, работники и служащие организации образования, родители (законные представители) обучающихся обязаны обратиться в правоохранительные органы для дачи юридической оценки и принятия установленных мер.

Обучающиеся так же вправе обратиться за помощью в правоохранительные органы; при обеспечении образовательного учреждения штатной единицей участкового инспектора по делам несовершеннолетних ребенок может адресовать свое обращение непосредственно ему.

Критически важным является выработка устойчивых представлений о возможности обращения за защитой к взрослым без риска быть пристыженным, высмеянным, обвиненным во лжи, отвергнутым, проигнорированным.

Реализация права несовершеннолетнего, его родителей или законных представителей на обращение за помощью в правоохранительные или иные органы, осуществляющие охрану прав ребенка, не может служить основанием для его гонений, притеснения, изоляции, порицания. В ином случае, само образовательное учреждение выступает в качестве инициатора повторной травли, что прямо противоречит положениям АБП.

Кроме того, непринятие мер работниками организаций образования по

сообщению в правоохранительные органы об известных фактах противоправных деяний, совершенных несовершеннолетними или в отношении несовершеннолетних, в том числе и вне пребывания в пределах школы, если эти деяния, не влекут привлечения к уголовной ответственности, преследуются по статье 127-1 Кодекса РК об административных правонарушениях.

АБП должна содержать алгоритм действий в случае обнаружения признаков буллинга.

В его рамках все вызывающие беспокойство случаи поведения должны быть зарегистрированы во внутреннем письменном или электронном журнале. Ответственные сотрудники мониторят журнал, чтобы увидеть, есть ли модели повторяющегося поведения, которые могут рассматриваться как буллинг.

Каждый инцидент должен быть проверен в течение 24-х часов с момента поступления информации. Если информация поступает в последний день рабочей недели или нерабочее время, то сведения должны быть проверены в следующий за этим рабочий день.

По завершении результаты проверки должны быть занесены в журнал. Если факт издевательства найдет свое подтверждение, то решением органа по противодействию буллингу назначается разбирательство.

В ходе разбирательства обязательно участие родителей или законных представителей агрессора, всех его последователей и жертвы. При неоднократном игнорировании просьб руководства организации образования о необходимости присутствия на заседании по соблюдению АБП к участию приглашаются представители органа, осуществляющего функции по опеке и попечительству.

Возможно проведение разбирательства в форме беседы отдельно с агрессором и его родителями (законными представителями) и отдельно с другими участниками и их родителями (законными представителями).

По окончании разбирательства назначается лицо, ответственное за осуществление воспитательных и коррекционных работ. Ответственное лицо для выполнения поставленных задач вправе привлекать любых специалистов и использовать ресурсы организации образования без ущерба для образовательного процесса.

Целями разбирательства при этом являются:

- 1) прекращение буллингового поведения;
- 2) ликвидация буллинг-структуры. В случае формирования ее устойчивой формы возможно инициирование вопроса о переводе обучающихся в другой класс (учебную группу) с сохранением конституционных гарантий в сфере получения образования;
- 3) создание атмосферы «нулевой терпимости» к буллингу.

Важнейшее значение имеет установление причин и условий, способствующих зарождению травли, их изучение и устранение. Обязательно изучение условий проживания ребенка, его окружения. Необходимо выяснить чем вызвано подобное поведение и не подвергался ли несовершеннолетний насилию. В этих целях целесообразно установление доверительных отношений.

Не допустима неконструктивная критика подростка.

На каждого инициатора и последователей травли разрабатывается индивидуальный план пресечения буллинга (ИППБ).

ИППБ содержит воспитательные и коррекционные мероприятия, направленные на перевоспитание инициатора и последователей буллинга, создание дружественной и безопасной атмосферы, устранение последствий травли и недопущение подобных фактов впредь. ИППБ не может содержать унижающие человеческую честь и достоинство, жестокие, несообразные и несоответствующие возрасту, уровню психического, физического и интеллектуального развития мероприятия.

Содержание ИППБ не должно влиять или препятствовать процессу обучения несовершеннолетних. Выполнение обучающимся установленных мероприятий не должно значительно выходить за время пребывания в организации образования согласно академическому календарю или расписанию занятий. Допускается оставление несовершеннолетнего после занятий на непродолжительное время только после предварительного согласования с его родителями (законными представителями).

ИППБ разрабатывается только в отношении зачинщиков буллинга и их активных последователей. Представляется недопустимым обвинение или преследование жертвы травли. При обращении жертвы травли или ее родителей (законных представителей) психолог, социальный педагог может оказать консультационные и иные услуги, направленные на эмоциональное или психическое восстановление, минимизацию или устранение деструктивных последствий травли, выработку защитных механизмов, коммуникационных навыков и так далее.

Каждый случай подтвержденного буллинга должен быть внесен в личное дело обучающегося.

Контроль за соблюдением и исполнением мероприятий ИППБ возлагается на ответственное лицо.

Примером антибуллинговых мер может быть:

- 1) обязательное посещение штатного психолога или социального педагога для коррекции поведения, усиления самоконтроля, изучения методик сдерживания агрессии, развития эмпатии и сострадания;
- 2) понуждение к участию в благотворительных и общественных мероприятиях организации образования; оказание помощи подшефным, пенсионерам образования;
- 3) ведение личного дневника; ежедневное фиксирование и анализ эмоций и отношения к окружающим;
- 4) работа по устранению вредных и опасных пристрастий: курения, пристрастия к алкоголю, наркотикам, компьютерным и азартным играм, иным формам зависимостей. При возникновении необходимости ответственным лицом может быть рекомендовано родителям обратиться за квалифицированной помощью к профильным специалистам;
- 5) понуждение к обязательному посещению спортивных секций, если

не имеется соответствующих медицинских противопоказаний;

6) понуждение к обязательному посещению учебных занятий, повышению академической успеваемости, устранению пробелов в знаниях;

7) принесение извинений жертве.

ИППБ разрабатывается на срок, достаточный для выполнения всех мероприятий. Реализация программы не может выходить за пределы академического учебного года.

Об исполнении каждого из запланированных мероприятий делается отметка, сопровождаемая личной подписью ответственного лица.

При полной реализации всех пунктов плана или неустранимой невозможности исполнения некоторых мероприятий об этом докладывается отдельным документом на имя председателя органа, рассматривавшего инцидент.

Родители (законные представители), члены органа, рассматривавшего инцидент, имеют право вносить изменения и дополнения в ИППБ, приносить на него замечания и предложения.

ИППБ хранится в личном деле обучающегося до окончания обучения в данной организации образования, перевода или прекращения обучения по иным обстоятельствам.

Если совершение или участие в травле было однократным, то эта информация не передается в новую организацию образования и не отображается в характеристике обучающегося.

ИППБ является внутренним документом организации образования. Запрещается его распространение любым способом и использование для целей, не связанных с профилактикой и противодействием буллингу среди несовершеннолетних.

Недопустимой является социальная стигматизация ребенка (лейблинг), вследствие которой возможно закрепление девиантных паттернов в поведении несовершеннолетнего, отвержение его другими детьми, изоляция, повторное вовлечение в процесс буллинга в качестве жертвы.

В случае нарушения положений АБП в первый раз, выразившегося в инициировании, участии, поддержке или продолжении травли, целесообразно рассмотрение инцидента без применения дисциплинарных мер.

Воспитательные и коррекционные работы осуществляются в рамках ИППБ.

При повторяющихся случаях буллинга обучающийся подлежит привлечению к дисциплинарной ответственности согласно внутреннего устава организации образования или иного документа, содержащего подобные положения.

При многократных, повторяющихся фактах инициирования, участия или продолжения травли, при безрезультатности проведения индивидуальной воспитательной и коррекционной работы, обучающийся подлежит исключению из организации образования.

Порядок исключения из организации образования предусмотрен Законом

РК «Об образовании» и иными подзаконными актами Республики Казахстан. Исключение из организации образования является крайней мерой, когда остальные воспитательные и коррекционные ресурсы показали свою несостоятельность.

Несовершеннолетние, исключенные из организации образования, могут продолжить получение обязательного среднего образования в иной организации образования в порядке установленном законодательством Республики Казахстан.

В случае, если инициатором буллинга выступил сотрудник организации образования, администрация должна принять меры к полному установлению обстоятельств произошедшего. При подтверждении факта инициирования, поддержки, сокрытия буллинга администрация применяет меры к привлечению лица к дисциплинарной ответственности. При необходимости сотрудник может быть отстранен от проведения учебных занятий или исполнения своих обязанностей с заменой на другого педагога или работника.

Соблюдение АБП должно подвергаться периодическому мониторингованию путем:

- 1) анкетирования обучающихся не реже, чем раз в полгода;
- 2) анкетирования педагогического коллектива, работников организации образования не реже, чем раз в полгода;
- 3) учета всех фактов нарушения АБП.

Положения АБП доводятся до сведения всех обучающихся, их родителей (законных представителей), администрации, педагогического коллектива и сотрудников организации образования.

Согласно наблюдениям норвежского ученого и педагога Д. Олвеуса, юноши чаще выступают в роли агрессоров, чем девушки. В то же время, несмотря на то, что девочки демонстрируют значительно меньше агрессии и насилия, это не означает, что они вообще не замешаны в конфликтных ситуациях. В. Хайтмайер считает, что современные девочки «ликвидируют отставание» и не всегда ведут себя только корректно и «примерно». Девочки иначе втянуты в насильственные действия, чем мальчики: например, они выступают как «закулисные силы» или как «зрители, выражающие одобрение аплодисментами». Наблюдая за поведением школьников, можно установить, что преимущественно девочки могут быть подлыми, коварными, хитрыми и вероломными. Они тайно высмеивают одноклассников и отрицательно высказываются о них в присутствии учителей, издеваются над нелюбимыми мальчиками, называя их «слабаками» и «маменькиными сынками», делают замечания по поводу их внешнего вида и поведения. Если у мальчиков преимущественно доминирует физическая агрессия, то у девочек на первый план выступают косвенная агрессия и негативизм, проявляющиеся в сплетнях, язвительных замечаниях, интригах и подстрекательстве, которые иногда провоцируют физическую агрессию со стороны мальчиков.

Конфликты между детьми возникают не только вследствие конкуренции, борьбы за лидерство. Проявление агрессивности по отношению к сверстникам может быть спровоцировано некомпетентными действиями или оценками педагогов, реакцией на те или иные формы поведения других значимых взрослых. Исследования показали, что преобладание в отношении взрослого к ребенку или подростку психологического насилия провоцирует проявление жестокости и агрессивности со стороны детей. Так, если классный руководитель предъявляет к своим ученикам необоснованные требования, оскорбляет и подавляет их, то в таком классе агрессивность и враждебность гораздо выше, нежели в классах, где педагог относится к ученикам уважительно и доброжелательно.

Жесткое воздействие школьных норм в области контроля знаний и результатов обучения приводит к тому, что самые слабые ученики имеют мало шансов сохранить уважительное отношение к себе в школе и к школе как системе в целом. Именно они могут пытаться самоутвердиться другим способом, восставая против преподавателей, администрации, школы как структуры, которую нужно закрыть, других учащихся, уроков, которые надо сорвать и т. д.

От учителя требуется умение адекватно реагировать на проявления насилия. В качестве лидера группы именно учитель определяет приоритеты. Наличие недвусмысленно заявленной и твердо отстаиваемой позиции учителя, который уверен в том, что использование насилия в любом виде и форме недопустимо по отношению к другому человеку, во многом определяет позиции школьников, их действия по мобилизации собственных ресурсов в борьбе с агрессией и насилием. Помощь в данном случае сводится к мерам, способствующим разработке детьми собственных ритуалов по преодолению и ограничению агрессии.

Работа с классом начинается с того, что травля обозначается как болезнь группы. Так и сказать школьникам: есть болезни, которые поражают не людей, а группы, классы, компании. Это позволит зачинщикам сохранить лицо и, что особенно важно, снять противопоставление «жертва-насильник-свидетель». Данная позиция крайне значима, потому что чаще всего, сталкиваясь с проявлениями буллинга, родители обращаются к педагогу-психологу за индивидуальной консультацией. Работая со случаем, психолог может влиять на ситуацию исключительно со стороны ребенка, анализируя его поведение и помогая ему стать увереннее в себе или более контактным. Но данный путь достаточно длителен и малоэффективен, потому что проблема заключается не только в подростке, но и в общегрупповом поведении. Необходима комплексная работа: индивидуальное консультирование жертвы буллинга и тренинговая работа с классом по сплочению коллектива и формированию конструктивного взаимодействия обучающихся между собой. Причем, как правило, в среде взрослых - родителей и педагогического коллектива — проблема называется своим именем, а среди подростков она может быть переименована в общую проблематику общения - сплочения.

Мера, положительно зарекомендовавшая себя в случаях возникновения актов насилия в школе, заключается в предании этих инцидентов гласности. О случившемся должны быть проинформированы все – как учителя, так и ученики. Школа должна знать все подробности инцидента и сопутствующие обстоятельства, знать имена участников. Насильникам должно быть ясно, что акты насилия неприемлемы, и в результате своих поступков они могут оказаться изолированными от коллектива.

В дальнейшем с агрессивными детьми и подростками необходимо проводить беседы, у них должна оставаться возможность интеграции в жизнь класса. Работа с жертвами, которые нуждаются в поддержке и понимании, более сложна. Помощь данной категории детей не может быть одномоментной, это длительный процесс, требующий от взрослого терпения и психологической грамотности.

В целом важно принять во внимание, что буллинг как социально-психологическое явление создает угрозу безопасности участников образовательного процесса. Последствия издевательств – как непосредственные, так и отсроченные – негативно сказываются на интеллектуальном и личностном развитии обучающихся. Мероприятия, направленные на преодоление и профилактику буллинга в школе, должны носить комплексный характер. Их целью должно стать создание образовательной среды, свободной от насилия, способствующей развитию и самореализации обучающихся, формированию у них здорового, безопасного образа жизни.

Рекомендации по организации работы по преодолению и профилактике буллинга в школе

принципы работы:

1. Ни один случай буллинга не должен остаться безнаказанным.
2. Раннее вмешательство предпочтительно.
3. Ученик не должен остаться один на один с насилием.

действия на уровне школы

1. Повышение квалификации администрации школы по вопросам предотвращения буллинга и созданию позитивной атмосферы в организации.

2. Разработка правил поведения для всех учеников, столкнувшихся с буллингом: что делать, куда идти, кому и в какой форме заявить. Заявление о факте провокации, оскорбления, физического насилия, вымогательства, угроз и т.д. должно быть сделано обязательно.

3. Создание в школе антибуллингового комитета / этического комитета, совета отцов, совета справедливости и т.п.

роль учителя

1. Учитель должен уметь распознавать потенциальных жертв буллинга и быть бдительным.

2. Учащиеся, которые подвергаются агрессии, должны иметь право

рассчитывать на поддержку со стороны учителя, когда речь идет о буллинге.

3. Учитель должен научиться распознавать властолюбцев и отличать степень выраженности агрессивного поведения (злостный ли агрессор этот ученик).

4. Учитель должен научиться конструктивно конфронтировать с агрессией.

5. Учитель должен опираться на созданную в школе систему противодействия, в том числе антибуллинг-комитет и другие структуры, оказывающие экстренное противодействие в ситуации агрессии среди детей.

6. Учитель должен знать, какие факторы атмосферы в классе способствуют буллингу.

дети должны уметь и быть готовы:

– рассказать о случае буллинга своим родителям либо взрослым, которым они доверяют, например, учителю, воспитателю, руководителю студии и т.п.;

– вести себя уверенно;

– искать друзей среди сверстников и одноклассников;

– избегать ситуаций, в которых возможен буллинг;

– быть настойчивым и задиристым (хотя бы внешне);

– не надеяться (мечтать) отомстить с помощью еще большей жестокости и не применять оружие.

действия учителя в случае проявления насилия обучающимися

1. Не игнорировать, не преуменьшать значение.

2. Занять позицию.

Если учителю стало известно о случае буллинга или он стал свидетелем такого случая, он должен занять ясную и недвусмысленную позицию и попытаться добиться того, чтобы по меньшей мере «наблюдатели», а, по возможности, и сам буллинг так же изменили свою позицию в отношении происходящего, а также объяснить им, каковы психологические последствия для жертвы в этой ситуации.

3. Разговор с классом.

Обсудить с ребятами в классе случай буллинга. Такой разговор лишит ситуацию насилия покрова «тайны», сделает ее явной для всех, поможет разрешить конфликтную ситуацию, вместе обсудить имеющиеся правила против буллинга или выработать новые. При этом активно используется потенциал тех школьников, которые ведут себя позитивно.

4. Проинформировать педагогический коллектив.

Педагогический коллектив должен знать о случае буллинга и взять ситуацию под контроль. В особо трудных случаях необходимо обратиться за помощью извне, например, в комиссию по делам несовершеннолетних, центр психологического консультирования и т.д.

5. Пригласить родителей для беседы.

Если буллинг имеет место в начальной школе, то особенно важно как

можно раньше привлечь родителей, обсудить с ними, какие есть (или могут быть) тревожные сигналы, свидетельствующие о травле, и какими могут и должны быть стратегии реагирования.

6. Программа шефства.

Система шефства старших школьников над младшими создает коммуникативное пространство, способствующее более быстрому обнаружению случаев буллинга и привлечению шефов к разрешению таких ситуаций.

Непосредственная работа учителя с обидчиками

Принципы работы:

1. «Разделяй и властвуй» – работа по разоблачению обидчиков должна проходить в индивидуальной форме.
2. Не использовать лишь наказание – злоупотребление наказанием усиливает групповую солидарность обидчиков.
3. В работе с обидчиком использовать силу конфронтации класса.

Действия:

- 1) объяснить каждому члену группы, что он нарушил правила поведения, и указать меру ответственности за содеянное; постараться сделать так, чтобы обидчик увидел точку зрения жертвы;
- 2) собрать всю девиантную группу и предложить каждому ее члену рассказать перед другими, о чем говорили с ним в индивидуальной беседе; подготовить членов группы к встрече с остальными ребятами: «что вы собираетесь сказать другим ребятам, когда выйдете отсюда?»;
- 3) поговорить с родителями детей, участников девиантной группы, показать им письменные объяснения ребят; известить о решении, принятом школьным сообществом по данному случаю;
- 4) вести дневник с записью всех инцидентов, с письменными объяснениями детей и принятыми мерами.

Непосредственная работа учителя с пострадавшим ребенком:

1. Переговорить отдельно с каждым ребенком, ставшим жертвой.
Сказать ему: «я тебе верю»; «мне жаль, что с тобой это случилось»; «это не твоя вина»; «хорошо, что ты мне об этом сказал»; «я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность».
2. Подбодрить потерпевшего, не дать ему почувствовать себя неадекватным или глупым; оказать поддержку, конкретную помощь.
3. Объяснить ребенку свою роль и роль специалистов, способных оказать ему поддержку (работник организации защиты детей, социальный работник, психолог-консультант и т.д.).
4. Предложить ребенку письменно изложить все случившееся.
5. Обучить ребенка методам психологической защиты.

работа с группой детей-помощников.

Методика «Без обвинений»

Участвующие в процедуре «Без обвинений» дети, по возможности,

не должны находиться в зависимости от проводящих ее учителей. Поэтому мы рекомендуем приглашать для проведения этого метода специалистов со стороны, например, социальных работников, школьных психологов или даже руководство школы.

Чтобы помочь жертве, создается группа помощников. Совместно с этими «избранными» ребятами осуществляется поиск персональных предложений – решений по прекращению травли.

Проведение

1. Первый разговор с жертвой:

- интервью с жертвой (см. ниже текст интервью);
- объяснить Цель: исследовать, что произошло, кто в этом участвовал, а также кто может оказать поддержку;
- серьезно отнестись к состоянию жертвы, ее страхам, постараться снизить уровень страха и тревоги;
- не встречаться с группой помощников без согласия жертвы!

2. Разговор с родителями жертвы:

- понять позицию родителей;
- войти в доверительные отношения с родителями (получить их разрешение на применение методики);
- рассказать о методе «Без обвинений» и его возможностях.

3. Подготовка и информирование других:

- информирование других учителей;
- формирование группы примерно из 6 человек, в которую входят как буллер, так и нейтральные ребята – мальчики и девочки; – планирование мероприятий.

4. Встреча с группой помощников:

- основное послание: «У меня есть большая проблема в связи с тем, что одному из учеников (учениц) нашего класса сейчас очень плохо. Я не могу самостоятельно справиться с этой проблемой! Мне нужна помощь, и я обращаюсь за этой помощью к вам!»;
- объяснить, в чем проблема (моя проблема), *никого не обвинять, не дискутировать по поводу прошлого, никого не наказывать*, а вместе взять на себя ответственность за происходящее;
- определиться с тем, что может сделать каждый человек из группы. *Не требовать никаких обещаний!*
- провести повторный разговор примерно через неделю.

5. Второй разговор с жертвой.

- Узнать, какие произошли перемены, и какое сейчас самочувствие.
- Еще раз проверить, какие возможности влияния на ситуацию есть у жертвы.

6. Индивидуальные беседы с каждым членом группы помощников.

через неделю проводятся индивидуальные беседы со всеми членами группы, которым задают следующие вопросы:

- как у тебя прошла эта неделя?

- что тебе удалось сделать из того, что запланировал?
- как ты думаешь, как себя сейчас чувствует... (имя жертвы)?
- что ты можешь сказать о других помощниках из группы?
- какие у тебя еще есть наблюдения относительно данной ситуации?
- что можно было бы еще улучшить?
- хочешь ли ты продолжать участие в этой акции и дальше?

Если видно, что никаких позитивных изменений не произошло, через неделю снова провести индивидуальные беседы.

Если видны успехи, повторить встречи через 6 недель для подведения итогов и проведения заключительного праздника.

7. Подведение итогов и праздник:

- вместе с группой посмотреть, что произошло за последнюю неделю;
- вместе с группой отметить успехи (например, чаепитием, выдачей диплома и пр.).

8. Поддержание контакта с семьей жертвы и учителем:

- через некоторое время снова осведомиться о том, сохраняются ли достигнутые изменения;
- предложить жертве и ее семье при необходимости обращаться за помощью.

Основные вопросы для интервью во время первой встречи с жертвой

Цель этой беседы в том, чтобы выяснить, что происходит, кто участвует в травле, а также с кем у жертвы хорошие отношения и каковы собственные ресурсы жертвы по урегулированию ситуации. На основе информации, полученной в этой беседе, впоследствии специалист (например, социальный работник), применяющий метод No Blame Approach, вместе с классным руководителем формирует группу помощников.

Вопросы интервью:

- Сколько времени уже длится эта ситуация?
- Кто в этом участвовал?
- Как эти нападки повлияли на тебя? что ты ощущал?
- Какой была твоя жизнь в это время?
- Пытался ли ты что-то против этого предпринять? что и когда?
- Как обстояли дела с аппетитом, сном, сновидениями, здоровьем и т.д.?
- Оцени степень своего отчаяния (чувства безнадежности ситуации, своей беспомощности): 0 --- 5 --- 10;
- Какова степень твоей уверенности в себе / веры в лучшее: 0 --- 5 --- 10;
- Думал ли ты о том, что больше не можешь это выдерживать? Какие мысли у тебя были о том, что ты мог бы в этой ситуации сделать?
- чего бы ты хотел (твое желание)? По каким признакам ты мог бы определить, что тебе стало лучше?
- что должно было бы произойти, чтобы в школе, в гардеробе, в классе, на переменах, по дороге в школу тебе стало лучше?

– Как ты думаешь, что ты сам мог бы сделать, чтобы изменить свою ситуацию к лучшему?

– Есть ли еще что-то важное, о чем ты хотел бы сказать?

Практические рекомендации родителям пострадавшего несовершеннолетнего:

1. Обратиться за помощью к педагогу, объяснив ребенку различие между ябедничеством, когда ты хочешь кому-то навредить, и стремлением защитить себя.

2. Обратиться за помощью к психологу, желательно начать посещать тренинговые группы, в которых ребенок получил бы те социальные навыки, которые позволят ему противостоять проявлению психологического насилия.

3. Проанализировать особенности воспитания в семье. Именно родители должны помочь сформировать ребенку умение прогнозировать поступки других людей, умение не подставаться под провокации других людей, умение избежать унижения. Ведь на роль изгоя избирают не каждого: выбирают всегда того, кто позволяет унижать себя один раз, и второй, и третий, и где обидчики всегда уверены, что так будет продолжаться и дальше.

Практические рекомендации родителям агрессивного ребенка по коррекции агрессивных тенденций в поведении:

1. *Спокойное отношение в случае незначительной агрессии:*

– полное игнорирование реакций ребенка/подростка (весьма мощный способ прекращения нежелательного поведения);

– выражение понимания чувств ребенка («Конечно, тебе обидно, но...»);

– позитивное обозначение поведения («Ты злишься потому, что ты устал»);

– переключение внимания, предложение какого-либо задания («Помоги мне, пожалуйста, достать посуду с верхней полки, ты ведь выше меня»).

2. *Установление обратной связи.*

Один из важных путей снижения агрессии – установление с ребенком обратной связи. Для этого используются следующие приемы:

– констатация факта («Ты ведешь себя агрессивно»);

– констатирующий вопрос («Ты злишься?»);

– раскрытие мотивов агрессивного поведения («Ты хочешь меня обидеть?», «Ты хочешь продемонстрировать силу?»);

– обнаружение своих собственных чувств по отношению к нежелательному поведению («Мне не нравится, когда со мной говорят в таком тоне», «я сержусь, когда на меня кто-то громко кричит»);

– апелляция к правилам («Мы же с тобой договаривались!»).

3. *Контроль над собственными негативными эмоциями.*

Когда взрослый человек управляет своими отрицательными эмоциями, то он не подкрепляет агрессивное поведение ребенка, сохраняет с ним хорошие отношения и демонстрирует пример взаимодействия с агрессивным человеком.

4. *Обсуждение проступка.*

Анализировать поведение в момент проявления агрессии не нужно,

этим стоит заниматься только после того, как ситуация разрешится и все успокоится. В то же время обсуждение инцидента необходимо провести как можно скорее. Лучше это сделать наедине, без свидетелей, и только затем обсуждать в группе или семье (и то не всегда). Во время разговора важно сохранять спокойствие и объективность. Нужно подробно обсудить негативные последствия агрессивного поведения, его разрушительность не только для окружающих, но прежде всего для самого маленького агрессора.

5. Сохранение положительной репутации несовершеннолетнего.

Ребенку, тем более подростку, очень трудно признать свою неправоту и поражение. Самое страшное для него - публичное осуждение. Дети и подростки стараются избежать этого любой ценой, используя различные механизмы защитного поведения.

Для сохранения положительной репутации целесообразно:

- публично – минимизировать вину подростка («Возможно, ты не хотел его обидеть»), но в беседе с глазу на глаз говорить начистоту;
- не требовать абсолютного подчинения, позволить подростку/ребенку выполнить ваше требование по-своему;

6. Демонстрация модели неагрессивного поведения.

Взрослым нужно вести себя неагрессивно, и чем меньше возраст ребенка, тем более миролюбивым должно быть поведение взрослого в ответ на агрессивные реакции детей.

7. Снижение напряжения ситуации.

Основная задача взрослого, сталкивающегося с детско-подростковой агрессией, – уменьшить напряжение ситуации. Типичными неправильными действиями взрослого, усиливающими напряжение и агрессию, являются:

- повышение голоса, изменение тона на угрожающий;
- демонстрация власти («Главный здесь пока еще я», «Будет так, как я скажу»);
- агрессивные позы и жесты: сжатые челюсти, перекрещенные или сцепленные руки, разговор «сквозь зубы»;
- сарказм, насмешки, высмеивание и передразнивание;
- негативная оценка личности ребенка, его близких или друзей;
- использование физической силы;
- втягивание в конфликт посторонних людей;
- непреклонное настаивание на своей правоте;
- нотации, проповеди, «чтение морали»;
- наказание или угрозы наказания;
- обобщения типа: «Вы все одинаковые», «Ты, как всегда, ...», «Ты никогда не...»;
- сравнение ребенка с другими детьми (не в его пользу);
- команды, жесткие требования, давление;
- оправдания, подкуп, награды.

Некоторые из этих реакций могут остановить ребенка на короткое время, но возможный отрицательный эффект от такого поведения взрослого приносит куда больше вреда, чем само агрессивное поведение.

Поведение взрослого, позволяющее показать образец конструктивного поведения и направленное на снижение напряжения в конфликтной ситуации, включает следующие приемы:

- нерефлексивное слушание. Это слушание без анализа, дающее возможность собеседнику высказаться. Все что нужно делать - поддерживать течение речи собеседника, стараясь, чтобы он полностью выговорился;
- пауза, дающая ребенку возможность успокоиться;
- внушение спокойствия невербальными средствами;
- прояснение ситуации с помощью наводящих вопросов;
- использование юмора;
- признание чувств ребенка.

Буллинг наносит существенный вред всем, кто в него вовлечен. Дети-жертвы не только страдают от физической агрессии, но и получают психологическую травму, которая влияет на самооценку ребенка, детерминирует его социальную дезадаптацию. Снижение успеваемости, отказ посещать школу, самоповреждающее поведение - наиболее частые последствия буллинга. Дети-агрессоры чаще других попадают в криминальные истории, у них формируется искаженное представление о разрешении конфликтов и нормах социального взаимодействия в целом. Дети-наблюдатели, непосредственно не участвующие в травле, также переживают негативные эмоции: страх оказаться на месте жертвы, бессилие, негативное отношение к школе, в которой возможно унижение одного человека другим.

Для учителей частыми последствиями буллинга являются конфликтные отношения с обучающимися, проблемы с дисциплиной в классе, снижение статуса среди учеников, чувство собственной несостоятельности и бессилия, риск административных взысканий, когда ситуация выходит из-под контроля травля приводит к физическим повреждениям, суицидальному поведению, конфликтам с родителями.

Создание образовательной среды, свободной от насилия, способствующей развитию и самореализации обучающихся, формированию у них здорового, безопасного образа жизни предполагает комплексную работу по преодолению и профилактике буллинга в школе.

Следует отметить, что при этом необходимо учитывать конкретную категорию обучающихся, с которой взаимодействует педагог.

В планах: разработка перечня практических рекомендаций по профилактике буллинга среди учащихся для всех субъектов образовательного процесса.

Дело в том, что, когда речь заходит о детской безопасности, подразумевается, что взрослые должны полностью оградить ребенка от встречи с опасными людьми. Для этого нужно использовать как можно больше видео-

камер, создавать безопасные зоны, где дети могли бы гулять под присмотром взрослых. Взрослые забывают о том, что ребенка, во-первых, невозможно от всего оградить, а, во-вторых, он сам на многое способен, чтобы не стать жертвой маньяка, насильника, педофила, похитителя и других преступников. Проводятся в игровом формате тренинги для детей, в ходе которых дети учатся распознавать опасность, отказывать чужим взрослым, тренируют так называемую ситуационную осведомленность.

Специалисты считают, что для ребенка необходимо смоделировать такую ситуацию, чтобы он чувствовал себя в состоянии что-то изменить. У него должны сформироваться собственная воля, самостоятельность и ответственность за личную безопасность. К сожалению, чаще всего имеем дело с детьми, которые привыкли, что за них все решают взрослые, и они же несут абсолютную ответственность за все, что с ними происходит. Но по мере взросления часть ответственности нужно перекладывать на самих детей, к чему многие отцы и матери пока не готовы: у них очень высокий уровень тревожности из-за того, что СМИ и соцсети публикуют очень много негативной информации.

По словам специалистов, дети зачастую воспринимают угрозу стереотипно. В их представлении преступник – это человек в черном плаще, с такой же шляпой, в темных очках и маске и, возможно, с оружием. А когда к ребенку подходит обычный человек и обращается с какой-то просьбой или предложением, которые могут заинтересовать и отвлечь его внимание, он не считает нужным применять правила безопасности. К тому же сами правила поведения в обществе очень ограничивают подростка в маневрах. Поэтому мы тренируем детей, во-первых, чтобы они понимали, какое поведение взрослого человека может быть подозрительным, а, во-вторых, чтобы они знали четкий алгоритм действий, как поступить, если к ним пристают на улице.

Как же должны вести себя дети, если к ним подошел взрослый и предложил игрушку или мороженое? Ведь мы обычно учим их тому, что взрослые априори правы. Действительно, авторитаризм, когда родители требуют слепо подчиняться в любых ситуациях, очень сильно влияет на восприятие несовершеннолетним другого постороннего взрослого либо, даже, родственника или представителя семьи. Если он окажется педофилом, то ребенок его будет слушаться. Потому что он так приучен и не ставит под сомнение действия взрослого человека. Поэтому детей необходимо учить конкретно на примерах, закреплять знания в проигрывании ситуаций, в ходе которых показываются приемы, которые взрослый может использовать против детей.

Но как несмышленому ребенку рассказать о существовании, например, педофилии? Здесь есть две стороны вопроса. Как это делаем мы? Мы ни в коем случае не говорим ему о том, что кто-то из его близких может преследовать такие цели, иначе у него сложится недоверие к окружающему миру. Напротив, тренеры доносят до ребенка, что нужно концентрироваться на тех людях, которым он доверяет. В то же время родители должны вместе с детьми

разобраться, кому он может доверять на 100%, общаясь и встречаясь со всеми этими людьми у него на глазах.

Другая сторона вопроса – как объяснить детям, что бывают такие взрослые, поведение которых может насторожить и являться нарушением их личных границ и даже нарушением прав последних, а по сути, преступлением?

Для этого существует правило PANTS (англоязычная аббревиатура) – так называемое «правило трусиков». Когда ребенку объясняют, что есть интимные места, скрытые под нижним бельем, к которым прикасаться имеет право ограниченное количество людей. Как правило, это максимум один-два человека в семье. Если ребенка должен осмотреть врач, то он делает это только в присутствии родителей и с согласия несовершеннолетнего. Кроме этого, есть «хорошие» и «плохие» прикосновения. Здесь можно предложить ребенку определиться с вариантами, какие он считает приемлемыми и допустимыми, а какие – нет. Это могут быть не обязательно прикосновения в виде шлепков или ударов, а поглаживания, рукопожатия или объятия. Нужно вместе с ребенком выяснить, где, в каких местах, от кого ему приятно получать такие прикосновения, чтобы он умел разграничивать, кому он может довериться или дать возможность близкого контакта, а кому – нет. И это тоже должны прорабатывать родители вместе с детьми.

В 2020 году в Казахстане было ужесточено законодательство в отношении преступлений против половой неприкосновенности несовершеннолетних. Это и увеличение сроков, и отнесение таких действий к тяжким преступлениям, и невозможность примирения сторон.

Химическая кастрация как таковая особо не влияет на ситуацию, потому что человек должен продолжать применять специальный препарат и после выхода из тюрьмы. Кроме того, на свободе он может принять какие-то контрмеры для того, чтобы ослабить действие лекарства. После освобождения из заключения у педофила в любом случае остается свобода действий по отношению к детям. Преступное желание формируется в мозгу. И я считаю, что, к сожалению, казахстанская психиатрия в этом вопросе себя никак не проявляет, чтобы исправлять это отклонение. Факты педофилии в обществе существовали всегда, но вопрос в их количестве. Многие думают, что просто благодаря СМИ и соцсетям эти новости являются кликабельными, поэтому такие факты стали более активно муссироваться в обществе, но их количество осталось прежним. Но, по мнению специалистов, случаев педофилии стало больше, и мы не обо всех знаем.

С одной стороны, мы сейчас живем в обществе, как никогда безопасном для детей, потому что появились невероятные технические возможности, которые помогают, к примеру, определять местонахождение ребенка. Но по факту людей, опасных для общества и в частности для детей, стало больше.

И это связывано с ростом агрессии в нашем обществе, а также с тем, что большое количество людей выросло в обстановке насилия. Когда специалисты начали заниматься этой темой и искать причины, почему так происходит, то поняли, что корни насилия идут из семейно-бытовых отношений. Когда

ребенок испытывает психологическую травму и растет в обстановке агрессии, наблюдает недопустимое поведение со стороны родителей по отношению друг к другу, то он вырастет с такой же внутренней агрессией. Кроме того, посмотрите, сколько у нас в информационном пространстве насилия, в том числе это порносайты, где наиболее популярны ролики с проявлением агрессии к партнерам. Есть исследования о том, что дети, которые подвергались насилию в семье, в 15 раз чаще подвержены насилию любого другого характера – это и буллинг в школе, и изнасилования в детском возрасте, а также во взрослой жизни.

Если общество думает о педофилах, как об изгоях-одиночках, которые не находят никакого отклика среди общества, то на самом деле это не так. Эти люди формируют собственные сообщества в DarkNet (сеть ресурсов, объединенных свойством полной анонимности своих пользователей) и достаточно информированы о том, как не быть пойманными. Об этом специалисты пишут в Instagram, приводя целую карусель скриншотов на тему совращения детей и подростков.

«Кто не знает, что есть у Интернета темная сторона, где анонимно общаются преступники разных мастей. Аналогичные скриншоты я читаю уже шестой год. И могу сказать, что очень часто такое пишут графоманы с педофильскими наклонностями. Не факт, что они это пережили. Могут фантазировать. Однако педофилия – это не обязательно половой контакт или действия сексуального характера с несовершеннолетним. Это могут быть навязчивые фантазии. Мое мнение – нужно предлагать анонимную психиатрическую помощь за счет государства. Иначе рано или поздно человек пойдет на преступление, ведь на форумах пошагово расписано, как сделать так, чтобы тебя не разоблачили.

«Просто жуть. С нормальной психикой читать такое сложно», «о боже, на втором слайде я поняла, что читать дальше не могу», «после первого предложения с форума читать стало невозможно, просто кровь в жилах стынет» – таковы реакции подписчиков блогеров. Именно такие чувства вызывает у здорового человека опубликованная переписка.

По мнению специалистов, в Казахстане необходимо создать и принять национальный план действий по обеспечению детской безопасности, в котором будут отображены различные индикаторы, показывающие, сколько внимания уделяется государством вопросам детской безопасности.

На заседании Национальной комиссии по делам женщин и демографической политике Казахстана в феврале 2021 года специалисты выступали на тему о том, что проблема детской безопасности должна фигурировать на национальном уровне. Это необходимо для того, чтобы государство имело прозрачную отчетность: сколько средств было потрачено, где и какие индикаторы хорошо работают, а где они «просажены». Мы должны быть во всеоружии и активно влиять на улучшение показателей в данной сфере, – считает тренер по детской безопасности

В своем Послании народу Казахстана от 2 сентября 2019 года Президент РК Касым-Жомарт Токаев прямо заявил: «Мы увлеклись гуманизацией законодательства, при этом упустив из виду основополагающие права граждан. Нужно в срочном порядке ужесточить наказание за сексуальное насилие, педофилию, распространение наркотиков, торговлю людьми, бытовое насилие против женщин и другие тяжкие преступления против личности, особенно против детей. Это мое поручение Парламенту и Правительству».

Поручение было выполнено, и 27 декабря 2019 года Глава государства подписал Закон «О внесении изменений и дополнений в некоторые законодательные акты Республики Казахстан по вопросам совершенствования уголовного, уголовно-процессуального законодательства и усиления защиты прав личности», в котором изнасилование и насильственные действия сексуального характера вновь были переведены в разряд тяжких преступлений с лишением свободы от 5 до 8 лет, а за аналогичные действия в отношении малолетнего ребенка предусмотрено лишение свободы до 20 лет или пожизненное заключение. Закон также предусматривает до 6 лет лишения свободы за недонесение, укрывательство и фальсификацию фактов педофилии.

Детский возраст является одним из благодатных периодов для раскрытия и последующего развития талантов, заложенных в человеке. Следовательно, и наиболее ответственным, поскольку неправильное воспитание может если не загубить творческую искру, то достаточно сильно затруднить ее проявление.

Правила, при соблюдении которых взрослые могут создать наиболее благоприятные условия для развития ребенка (правила воспитания), исследуются в рамках многих дисциплин: педагогики, психологии, социологии, медицины.

Одним из выдающихся педагогов, исследовавших проблемы воспитания, начиная с первых лет жизни, была М. М. Манасеина (1894-1899). Ее оригинальная концепция о важности преобладающего фона настроения как формирующего элемента, как «мостика, переброшенного из психической жизни человека в физическую», на развитие личности имеет значение и в наше время. В своей работе «Основы воспитания с первых лет жизни и до полного окончания университетского образования» она приводит классификацию настроений и дает рекомендации по организации воспитательного процесса, формирования индивидуального подхода в зависимости от данного параметра:

-1-я группа (нормальное) - веселое, жизнерадостное настроение — результат равномерного развития разнообразных сил и способностей души и тела человека. При работе с этой группой детей в возрасте от года до восьми лет воспитатель должен обращать внимание на даже временное отсутствие у ребенка веселого настроения, так как это указывает или на его физическое расстройство, или на то, что психическое развитие совершается неправильным, односторонним путем. В некоторых семьях в 3 года заставляют ребенка учить серьезные стихи, что приводит к его угнетенному настроению. Воспитатель должен помнить, что удрученное состояние перерождается в характер.

-Ко 2-й группе относятся настроения, которые развиваются вследствие вялого кровообращения. М. М. Манасейна определила, что у детей *апатичного настроения* наблюдается застой кровообращения со значительными накоплениями в ногах во время сидячего и стоячего положения. Для этих детей характерно равнодушное, ленивое настроение, которое составляет основу флегматичных темпераментов. Для таких детей необходимы прогулки на воздухе, гимнастика, спорт.

-3-я группа настроений — *застенчивость, стыдливость, робость, смущение*. Дети, подверженные таким настроениям, прячутся от каждого незнакомого, трудно осваивают любое изменение окружающих условий. В более старшем возрасте они ненаходчивы. Если в раннем детстве не побороть застенчивость, то это настроение перерастает в патологические формы в период половой зрелости. У таких детей недостаточно развиты мышцы, что приводит к слабому волевому контролю над другими мышцами, которые не задействованы в конкретный момент: гримасы во время письма или игры на пианино и т. д. М. М. Манасейна утверждает, что конфузливое настроение обусловлено произвольным состоянием мышечной системы, когда мышцы «не слушаются» волн, трудно контролируемы. Дети этой группы часто и сильно краснеют, в большинстве случаев беспричинно. В их воспитании следует обращать внимание на закаливание, занятия гимнастикой, плаванием, спортом, проводить игры на воздухе, необходимо воспитывать волю, которая может повлиять на уверенность ребенка.

-К 4-й группе настроений Манасейна относит те, которые развиваются на почве ускоренного кровообращения и усиленной раздражительности нервной системы.

Это настроение *беспокойства, раздражительности, вспыльчивости*. Мышечная система этих детей быстро усваивает правильность и координацию движений, но они с трудом выдерживают длительную продолжительность того или другого движения. При письме быстрее пишут мелкие буквы, чем крупные, заглавные, не могут спокойно сидеть на уроке, часто плачут, одарены богатой мимикой. У них быстро возникают ассоциации, они не жадны, бывают застенчивы. С годами это настроение перерождается, дети хотят все оспаривать, противоречить. Важно обратить внимание на то, чтобы при еде они пережевывали пищу, жидкость не пили залпом, чаще гуляли на воздухе; необходимо приучать их к ритмическим движениям, а также сидеть смирно.

5-я группа настроений является результатом ненормальных примесей в крови — это настроения *тоскливости, угнетенности, хандры*. В самом раннем возрасте возможно такое состояние печени, когда желчь в малых дозах поступает в желудок, а также в кровь. Малыш беспричинно плачет. Для маленького ребенка хандра — неестественное состояние. Если она часто повторяется то станет привычным состоянием. Люди такого настроения нежелательны в семье, в обществе. Поэтому с раннего возраста нужно следить за тем, чтобы пища у ребенка была здоровой.

-6-я группа настроений может быть названа *скукой*. Манасеина определяет скуку как *скудность и однообразие впечатлений*. Такое определение автор называет относительным, так как одним людям в одной и той же обстановке бывает скучно, а другим — нормально. Настроение скуки начинается тогда, когда внимание человека остается незанятым, а область сознания лишена новых впечатлений. Автор рекомендует управлять вниманием, для чего нужно убирать препятствия, которые мешают правильному ходу психической жизни. Препятствия эти состоят в том, что недисциплинированное внимание не может снабжать сознание необходимым для психической деятельности материалом. Воспитатель должен следить, чтобы не развивалась склонность к быстрым переходам от одного ощущения к другому. Следует ограничивать число игрушек у ребенка, приучая ремонтировать старые, находить в них что-то новое.

-7-я группа настроений - *мечтательность, рассеянность*. Малыши в таком настроении любят удаляться от всех в уголок, разговаривают сами с собой. С годами эта привычка переходит в мечтательность «про себя». Дети рассеяны, их часто наказывают. Это объясняется неправильным развитием внутреннего внимания, его неумением подчиняться внутренней воле, ребенок стремится останавливать внимание на вещах более приятных для него. Это перерастает в стремление человека жить не настоящим, а будущим. Автор говорит, что такие дети обладают высокими способностями, но они рассеяны и внутренняя недисциплинированность сказывается на их учебе. Они трудно усваивают математику. Работая с ними, необходимо воспитывать у них внутреннее внимание, тренировать в счете, упражнениях с отвлеченными понятиями, приучать наблюдать за явлениями внешнего мира».

Таким образом, М. М. Манасеина делает заключение, что только первая группа настроений является показателем гармоничного развития ребенка. Все остальные есть следствие различных отклонений от нормы. Как универсальное педагогическое правило уместное для всех групп настроений, она рекомендует учить детей сохранять жизнерадостное настроение в любых жизненных обстоятельствах, фиксировать внимание на радостях жизни.

Мы так же рекомендуем обратить внимание на наследие еще одного великого русского педагога. *Петр Францевич Лесгафт*: основатель отечественной науки о физическом воспитании; исследователь идеи о возможности и условиях становления всесторонне развитой личности, физического развития человека; создатель теории развития ребенка в семье. Его труды: «Об играх и физическом воспитании в школе» (1883), «О наказании в семье и его влиянии на развитие типа ребенка» (1884), «Школьные типы» (1884), «Руководство по физическому воспитанию детей дошкольного возраста» (1888).

В своих трудах он исследовал, в частности, роль наследственности в развитии ребенка. Однако считал, что решающая роль в становлении личности принадлежит среде. Он писал: «Большинство воспитателей, — в случае неудачи своих педагогических мероприятий охотно сваливают все на

пресловутую «наследственность», «на прирожденную испорченность» детской натуры... и верить не хотят, что «испорченность» ребенка школьного и дошкольного возраста есть результат системы воспитания, за которую расплачивается все-таки один воспитанник.... Злым ребенок будет только тогда, когда его раздражают и оскорбляют несправедливостью, произволом и неправдой. Лень у него появляется тогда, когда его насильно заставляют производить непосильную, несоответствующую его занятиям и подготовке, следовательно, логически непоследовательную работу или работу сильно, угнетающую его однообразием, утомительным действием».

Размышляя в своей работе о причинах, влияющих на отклонения в нормальном развитии, *Лесгафт выделил условия, способствующие, по его мнению, формированию «идеальной нормальной личности»:*

- 1) ребенок должен расти в атмосфере любви, тогда он сам научится любить;
- 2) значимые близкие должны быть для него эталоном нравственности;
- 3) отношение к труду в семье должен быть радостным;
- 4) необходимо исключить из жизни ребенка лакомства, азартные игры, табак, беспорядочную еду, а также роскошь и нищету, поскольку роскошь развращает, а нищета унижает;
- 5) чередовать труд - с игрой, игру - с учением, рисование - с лепкой и т. д., причем, занятия должен выбирать сам ребенок;
- 6) равномерно чередовать психофизическое напряжение с расслаблением, не допуская перегрузок;
- 7) контролировать окружение сверстников, исключая из него безнравственных детей.

Кроме того, он критиковал семейное и школьное воспитание за то, что они не вырабатывают у ребенка самостоятельности суждения, что школа его индивидуальность, «его самостоятельное проявление, содействует развитию в нем стадности за счет развития личных его способностей». Выделяя основы воспитания ребенка в семье (соблюдение чистоты, отсутствие произвола взрослых, последовательность взрослых в словах и делах, признание ребенка как полноправного человека) призывал помнить, «что нельзя ребенка сделать человеком, а можно только этому содействовать и не мешать, чтобы он сам в себе выработал человека».

Работа *Лесгафта П. Ф. «Семейное воспитание ребенка и его значение»* представляет интерес как научное произведение, поскольку в ней дано подробное описание психических, индивидуальных особенностей детей, без знания и понимания которых невозможна организация полноценного воспитательного процесса.

Так, в главе «Школьные типы» представлена классификация детей по типам поведения ценностью, которой заключается в:

- а) подробной *характеристики каждого типа;*
- б) указании *причин, которые привели к формированию* подобных отрицательных привычек и черт характера.

Я. Ф. Лесгафт «Школьные типы» (сокращенный вариант).

Лицемерный тип.

Ребенок лицемерного типа при появлении в школе отличается обыкновенно скромной внешностью, в играх он подвижен и весел. Вначале он очень приветлив и внимателен ко всем окружающим, а потом более к тем, от которых что-либо зависит. Он сближается с ними более всего, угождает им и даже внимательно предупреждает различные их желания. Вскоре оказывается, что этот прелестный ребенок не любим своими товарищами; это часто поражает наставника, который, однако, сначала объясняет себе это явление кознями худших учеников, тем более, что недовольство и является раньше всего со стороны учеников, не любимых учителем... При этом сближении с наставником ребенок передает то как бы случайно в разговоре, а то и прямо все действия товарищей и их проступки. В школе часто случаются пропажи мелких вещей у товарищей, которые так же часто находятся у этого любимца... Он отличается хвастовством и надменностью в отношении слабых и низших, лестью и трусостью в отношении сильных и старших. Клевета, сплетня, наговор, доносы, ложь делают его как невозможным товарищем, так и вообще невозможным сожителем. Развитию такого типа более всего способствуют: ложь, лицемерие со стороны старших, окружающих ребенка, чисто практическое направление домашней жизни, постоянный мелкий расчет и стремление к легкой наживе, отсутствие всякой заботы о детях... Характерными признаками ребенка лицемерного типа будут: ложь, во всех ее видах, непривычка рассуждать, способность улавливать внешнюю сторону предметов и явлений, хвастовство, хитрость, отсутствие каких-либо глубоких чувств и понятия о правде, исключительное соблюдение личной выгоды.

Честолюбивый тип.

Дети этого типа отличаются внешним видом, выражением чувства собственного достоинства, что можно заметить при первом их появлении в школе. Обыкновенно чистый и опрятный ребенок смотрит прямо, уверенно, спокойно присматриваясь к окружающему и не высказывая вперед. Он внимательно следит за действиями учителя и наставника; стараясь не пропустить их объяснения или замечания. Сначала он очень осторожен, сдержан и, прежде чем ответить, старается побольше и поточнее расспросить, причем, охотно выражает свои сомнения в верности сказанного другим. Ребенок постоянно сосредоточен над разъяснениями учителя, почти исключительно занят учением, хотя при случае не прочь показать, что знает свое дело и что все это ему дается легко. Всякая неудача приносит такому подростку много горя, которое он не скоро забывает и которое сначала совершенно лишает его энергии, но вскоре он снова и даже с большим рвением берется за занятия, всякими мерами стараясь исправить дело... Оскорбление и наказание, особенно если в них существует хотя бы тень несправедливости, могут заставить его бросить дело, впасть в апатию и даже дойти до самоубийства. Мстит он обыкновенно страстно и всегда злорадствует неудаче противника. Они охотно занимаются искусствами, музыкой и живописью. В

особенности, когда есть какой-либо успех и когда они видят, какие овации приходят на долю артистов. Честолюбивый тип развивается, по-видимому, при двух различных условиях: во-первых, вследствие соревнования — это, собственно, и есть более чистый тип; во-вторых, вследствие постоянных похвал и восхищения достоинствами ребенка. Отвлеченное мышление у них совершенно не развито, и к самостоятельной умственной деятельности они не подготовлены и даже ограничены. Творческих проявлений не наблюдается. Отсутствие всего святого и идеального, узкий эгоизм, бесхарактерность, нахальство, грубость, разгул и беспомощность при всяком новом деле, требующем проверки видоизменения привычных действий, - это главные и характерные их проявления.

Добродушный тип...

Ребенок добродушного типа является тихим, спокойным, внимательно следящим за всеми окружающими его явлениями. Он не обращает на свою внешность никакого внимания... Сначала он вообще мало подвижен; внешней приветливости и ласковых отношений, а также стремления чем-то угодить, отличиться или привлечь на себя внимание своего наставника у него нет. Напротив того, он скорее навлечет на себя неудовольствие своим простым, прямым и даже иногда неловким обращением. Он не выскакивает вперед, а, напротив, остается в стороне и молча следит за действиями других. Вскоре он сближается со своими товарищами, и раньше всего с теми, которые вследствие суровости своего нрава, непривлекательной внешности или бедности не пользуются вниманием своих товарищей и даже преподавателей. К ним он обращается не с ласками или проявлениями нежности, а только с вниманием и участием, привлекая их к общению с другими. Когда он ближе познакомится и сблизится со своим наставником, то оказывается очень разговорчивым ребенком... При появлении его в школе часто наблюдается очень искренняя вера и религиозность, доходящая иногда до экстаза. В классе он сначала даже невнимателен к объяснениям преподавателя; на него действует слишком много новых впечатлений... Мало-помалу он начинает следить за объяснением учителя с большим вниманием. Провинившись, он всегда искренне сознается и ни в коем случае не допустит, чтобы за его проступки пострадал кто-либо из его товарищей. Он не уживается с ложью и насилием, в какой бы форме они ни проявлялись. Обыкновенно очень добрый и любящий ребенок, всегда сильно привязан к матери, к няне, к тем лицам, с которыми он вырос, и даже к месту, где провел детство. У него нет ни тени жадности, он не ищет никакой льготы или выгоды, напротив, всегда готов всем поделиться и даже отдаст лучшую и большую часть, забывая свои нужды. Оставаясь наедине, он не бездействует и не скучает, а всегда найдет себе дело и занятие. Он охотно следит за растениями и животными и отличается при этом большой наблюдательностью. С особым удовольствием он делится своими впечатлениями с близким и горячо любимым человеком, добываясь у него выяснения возникающих сомнений. Он хорошо знает, чем может огорчить это лицо, и потому старается избегать таких

действий. Такой ребенок требует только, что бы в обращении с ним всегда относились со спокойным рассуждением.

Требовательность, но справедливая, разумная, только возбуждает его энергию. Условия, при которых развивается подобный тип, следующие: тихая, спокойная, в особенности деревенская жизнь с самого рождения; любящая мать или другое близкое ребенку лицо, отсутствие всякой похвалы, действующей на его чувства, а также отсутствие всяких наказаний или его преследования. Недостаток этого типа — несоответствие между умственным и физическим трудом, а именно преобладание первого; отсюда недостаток возбуждений со стороны активно-физических (мышечных) органов тела и вследствие этого известная степень апатии.

Мягко-забитый тип.

В этом случае ребенок бывает забитый строгими взысканиями и наказаниями не розгой, а внешней животной лаской, которая забивает не меньше розги и приводит к таким печальным результатам. Развивается он также при отсутствии условий, необходимых для его умственного развития. Появляясь в школе, ребенок такого типа стесняется своей новой обстановки: он не решается сам ни пройти, ни встать, ни сесть, запустивши палец в рот, он смотрит, что делают другие. Ребенок этого типа находится под покровительством или влиянием другого товарища, его действия и рассуждения зависят от последнего. К товариществу он относится стадно; никаких самостоятельных действий у него не бывает; он зла не сделает, потому что мама сказала, что это не хорошо, что так делать не следует, это грех. К своим занятиям такой ребенок относится равнодушно, исполняя все то, что требуется, выучивая все заданное. Он не прочь, если возможно, освободиться от какого-либо дела, охотно пропустит задачку или обойдет не особенно нужное правило. В поступках легко сознается и так же легко указывает на зачинщика и участника, поэтому он ненадежный товарищ. Холодный и равнодушный, он никого не любит, а только прицепляется к кому-нибудь и не отходит от него ни на шаг точно так же, как раньше он не отходил ни на шаг от матери или няни. Оставленный один, он теряется... Наедине он всегда скучает и сам никогда не может приискать себе никакого занятия. Все неудачи, препятствия или неожиданные явления ставят его в тупик... Исполнить поручение он может только по имитации и по указанию. Терпеть боли или какие-либо физические страдания не в состоянии. В школе он прилежный и исполнительный, он выучит все, что ему зададут, стараясь запомнить и приготовить только так и настолько, насколько требует учитель. Стоит только уменьшить требования или понизить бдительность за ним, и он окажется ленивым и нерадивым учеником... Удовлетворяя свои потребности, он никогда не думает и не принимает в расчет требования других... Появляется такой тип во всех случаях, когда всякая деятельность ребенка предупреждается, когда все для него готово и он никогда не рассуждает и не распоряжается своим временем и своими действиями. Честолюбивая и раздражительная мать, не терпящая никаких противоречий, желая похвалиться своими детьми, старается

ласками и угодой сделать их умниками и послушными и всего более содействует развитию детей мягко-забитого типа. Такой ребенок никогда ничего не начинал сам, ему всегда говорили, что делать, куда идти, что сказать, чем и как развлекаться, когда есть, когда пить, когда гулять, когда спать, ему ни о чем не приходилось заботиться, его во всем предупреждали, поэтому у него нет ни инициативы, ни самостоятельности. Равнодушие, внешность, имитация и разве только циничное стремление удовлетворять свои большей частью чувственные потребности — все это составляет наследие, данное им воспитанием и вносимое ими в жизнь.

Злостно-забитый тип.

Появляясь в школе, ребенок такого типа отличается неустойчивой молчаливостью, стесняющимся, конфузливym видом, причем иногда у него прорываются резкие бесцельные движения, особенно в те минуты, когда он думает, что на него не смотрят. Добиться от него слова чрезвычайно трудно, вместо ответа он фыркнет, сделает грубое движение или произнесет соответственные звуки. Он никогда не посмотрит прямо и ласково, все больше сбоку и исподлобья. От товарищей он то сторонится, то как бы нечаянно толкнет или ущипнет кого-нибудь. К занятиям относится равнодушно, исполняя только необходимые требования... К старшим относится подозрительно и на все ласки и проявления нежности отвечает резким, отталкивающим движением и даже бегством. Движения его угловаты, резки, стесняясь, он отворачивается, закрывается рукой или локтем, из-за которого иногда показывает язык. К преследованиям и наказаниям относится с напускным спокойствием, на мелкие же обиды или даже на невнимание часто легко обижается, а иногда грубо и некстати говорит дерзости. Товарищество он ценит, скорее всего сходится с однородным типом, объединяясь более для взаимной защиты, чем для искренних дружеских отношений. Своего товарища в случае преследования он не выдаст... Когда такого ребенка подвергают преследованию или какому-нибудь строгому взысканию, то он делается как-то особенно подвижен и выбирает самые дикие развлечения, которые характеризуются тем, что он мучит, истязает, уничтожает животных, оскорбляет людей, а если может, и наносит физический вред. Подобные дети после продолжительных занятий выскакивают из класса с дикими криками, производя безобразные движения, бросаясь друг на друга, на всех, на все, даже на стену. При увеличении строгости, при постоянных запрещениях... он начинает добиваться всего тайком, присваивая себе то, что плохо лежит и никогда не останавливаясь перед препятствиями. Бойкий, быстрый бег, травля животных и людей, крупная драка и т. п. - все это занимает его и даже развлекает. В школе он всегда готов ущипнуть, уколоть или ударить своего сверстника, так и каждого из малышей. Взрослея он перестает трогать маленьких, иногда даже относится к ним внимательно. У ребенка этого типа бывают и добрые порывы, он может отнестись с мягкостью и предупредительностью к сверстнику, особенно в тех случаях, когда последний подвергается несправедливым преследованиям и оскорблениям. Религиозность

этого ребенка ограничивается внешней обрядностью, редко она бывает глубокой и искренней. К занятиям относится вяло, без инициативы, охотно от них отделяется. Причины, содействующие развитию такого типа в семье, будут, главным образом, запрещение рассуждать, несильное понуждение и укрощение ребенка, всякие несправедливые и произвольные требования. Злая и раздражительная мачеха запрещает ребенку с малолетства всякие рассуждения, постоянно ограничивает его действия, находя их нехорошими, неверными и даже безобразными. Лица, воспитывающие такого ребенка, обыкновенно держатся правила, что его не следует баловать, а главное, не следует пропускать какого-либо из его проступков без наказания... Здесь главную роль играют настойчивые, постоянные, произвольные преследования, вызванные часто личным раздражением, оскорбление личности ребенка и унижение его перед другими и перед товарищами, в особенности перед чужими и нелюбимыми людьми...

Угнетенный тип.

Ребенок угнетенного типа появляется в школе бледным, слабым и отличается своим тихим и смирным нравом... Трудолюбив, он постоянно чем-то занят... В играх и развлечениях он не принимает участия, так же скромно выражает свою радость, подавляет свое горе, он не плачет и не выражает своей скорби внешними проявлениями. Всякая похвала и отличие его стесняют, он прячется, уходит. Он видит свои недостатки и во всех неудачах обвиняет себя... Себя не жалеет, не останавливается перед препятствиями, если только можно преодолеть их трудом. Стойкость и настойчивость его огромны, лишения и бедность, нужда никогда его не остановят... К страждущим и оскорбленным относится с участием и готов просиживать около них целые дни и ночи, не жалея себя... Всегда исполняет обращенные к нему просьбы и старательно выучивает все заданные уроки. Религиозность такого ребенка очень искренна и глубока, его нравственные понятия о добре и зле очень тверды и основаны на глубокой вере. Не находя у себя никаких талантов и способностей, он часто отказывается от занятий, требующих инициативы и самостоятельности, не всегда и не скоро решаясь на новое для него дело.....Всегда внимательно следит за объяснением и рассказами преподавателя и тщательно исполняет его требование; однако, когда он не вполне уверен в своих знаниях, то прямо заявляет, что не знает, и потому иногда навлекает на себя гнев учителя. С благодарностью относится ко всякой оказанной ему услуге и всеми мерами старается отплатить за нее с лихвой. Он всегда очень стесняется при обращении к другим, в особенности если это вызвано личными требованиями или нуждой, причем сам аттестует себя всегда с невыгодной стороны, указывая на свою неспособность и неумелость. Музыкой, пением, живописью и вообще эстетическими занятиями не заинтересован. Материальный расчет или личная выгода никогда не ложится в основание его действий, он им всегда чужд. Развитию этого типа в чистом виде содействуют любящая, мягкая трудящаяся мать или другие близкие, живущие в постоянной нужде и недостатках; эти лишения и являются угнетающими моментами. Этот тип

развивается в бедной семье, в которой добрые и трудолюбивые родители все делят со своими детьми и всегда отдают им лучшую часть. Он привык видеть в труде и лишениях явления обычные, нормальные. Он надеется только на работу и на свое умение справляться с нуждой.

Нормальный тип (представляемый в идеале.

Этот тип должен отличаться полной гармонией между умственным и физическим развитием. Сохраняя полную впечатлительность ко всему окружающему, ребенок нормального типа приучается рассуждать над полученными впечатлениями и постепенно развивает как умственные свои способности, так и физическую деятельность. В состоянии бодрствования он постоянно активно деятелен; присматриваясь к нуждам окружающих, он оценивает их по достоинству и не ставит свои личные требования выше требований других, и в особенности товарищества. Умственные его способности должны быть естественным образом направлены к выяснению логической связи между усвоенными знаниями, к развитию аналитической деятельности и отвлеченного мышления. Соответственно умственному развитию должно идти и физическое: постепенное усвоение элементарных приемов всякой простой работы, встречаемой в обыденной жизни. Во всех его проявлениях должно быть полное соответствие между воспринимаемыми впечатлениями и представлениями, размышлениями и действиями; он всегда должен отличаться простым, правдивым и искренним отношением к другим, проявляя свою любовь вниманием и участием к потребностям и нуждам другого лица. Он никогда не решается прибегать к каким-либо насильственным мерам или произвольным требованиям, а ограничивается в своих обращениях и требованиях к другим только речью, всегда кратко и просто выраженной и обставленной серьезными основаниями. Наряду с отсутствием резкости в проявлениях у него отсутствуют всякие внешние ласки и заученные приемы вежливости и приличия. Он эстетик в полном смысле этого слова, как и в мыслях, так и в действиях. Нормальный тип должен соединить в себе все хорошие качества добродушного и угнетенного; вообще в нем должны быть сосредоточены все качества, указывающие на полное гармоническое строение и соответственные ему отправления, как физические, так и умственные и нравственные. Умственная деятельность его должна выражаться преимущественно отвлеченными образами и понятиями, вследствие чего у него должна явиться привычка самостоятельно справляться с встречающимися новыми явлениями и действиями. Нравственные его проявления должны быть направляемы идеалами, выработанными рассуждением. Таким образом, нормальный тип — это разумный и идеально-правдивый, умственное и физическое развитие в полной гармонии между собой».

После знакомства с данными трудами, особенно видно, что перемены в мире только видимые и по сущности своей человек не претерпел особых изменений: те ошибки, которые совершали педагоги и родители в девятнадцатом, тринадцатом, двадцатом веках или во времена светлой

Античности, все те же. Меняются только декорации. Действующие лица неизменны. Так что, читайте классиков, господа! Читайте классиков, чтобы вовремя делать правильные выводы, которые помогут Вам, а если Вы будете мудры, то и Вашим воспитанникам, дабы на закате жизни не пришлось Вам воскликнуть: *«О, где оно, куда ушло мое прошлое, когда я был молод, весел, умен, когда я мечтал и мыслил изящно, когда настоящее и будущее мое озарялось надеждой? Отчего мы, едва начавши жить, становимся скучны, серы, неинтересны, ленивы, равнодушны, бесполезны, несчастны... Город наш существует уже двести лет, в сто тысяч жителей, и ни одного, который не был бы похож на других, ни одного сподвижника ни в прошлом, ни в настоящем, ни одного ученого, ни одного художника, ни мало-мальски заметного человека, который возбуждал бы зависть или страстное желание подражать ему... Только едят, пьют, спят и, чтобы не отупеть от скуки, разнообразят жизнь свою гадкой сплетней, водкой, катами, сутяжничеством, и жены обманывают мужей, а мужья лгут, делают вид, что ничего не видят, ничего не слышат, и неотразимо пошлое влияние гнетет детей, и искра божия гаснет в них, и они становятся такими же жалкими, похожими друг на друга мертвецами, как их отцы и матери...»* (А. П. Чехов «Три сестры», Действие IV, монолог Андрея).

Детская возрастная группа делится на подгруппы: от нуля до трех лет, от трех до пяти, от пяти до начала младшего подросткового возраста.

В процессе роста и переходе из одной возрастной подгруппы в другую у ребенка меняется фокус внимания внутри группы взрослых занимающихся его воспитанием. То есть: каждой возрастной группе свойственна своя фигура значимого взрослого, специфика взаимоотношений с которым определяет весь процесс воспитания и развития ребенка, а также и возникновение девиации, и возможные психологические проблемы в подростковом и взрослом периодах.

Подгруппа до трех лет. Основная фигура для ребенка в данном возрасте — фигура матери. Соответственно, именно нарушения в общении с ней и будут являться тем иницирующим фактором, в результате которого могут возникнуть поведенческие девиации.

Основными видами девиации являются различного вида страхи: страх темноты, одиночества, собак, а также ночные кошмары, фантазии, энурез. Поскольку в этом периоде ребенок слишком мал, чтобы «задавать» тон общения, то мы говорим о дисфункциональном отношении *матери к ребенку*, которое и является тем пагубным фактором, который иницирует возникновений девиаций у него.

К основным видам дисфункциональных отношений матери к ребенку относят:

- дефицит общения;
- переизбыток общения;
- формальное общение;
- неравномерное общение.

Дефицит общения — физическое или психологическое отсутствие матери.

Переизбыток общения — постоянное присутствие матери возле ребенка, вызванное ее психологической несостоятельностью как личности и ощущением пустоты, которую она стремится заполнить ребенком.

Формальное общение — психологическая не включенность матери в процесс ухода и воспитания. Как правило, является следствием нарушенных супружеских взаимоотношений.

Неравномерное общение — проявляется в непредсказуемом (в восприятии ребенка) чередовании двух разнонаправленных циклов: чрезмерной общительности и психологической холодности (или физическом отсутствии). Обычно демонстрируют матери в силу объективных причин не имеющие возможности уделять ребенку достаточно времени (учеба, работа) и стремящиеся восполнить недостаток внимания чрезмерным проявлением любви и ласки в возникающие свободные промежутки времени.

Как мы видим, к *проблемам, провоцирующим дисфункциональное отношение матери к ребенку* могут быть отнесены следующие:

1. психологический инфантилизм матери;
2. проблемы личностного роста;
3. трудное детство;
4. проблемные взаимоотношения с отцом ребенка;
5. социальные проблемы: например, в силу трудного материального положения мать не может находиться с ребенком, и вынуждена выйти на работу.

Соответственно, *психологическая помощь* должна быть оказана, прежде всего, матери. Но ей мы об этом не говорим, строя психологические мероприятия вокруг ребенка (игра, рисунок, лепка), но таким образом, чтобы в них участвовала непосредственно мать (предписания, библиотерапия, ведение дневников, анализ сновидений) и, в результате данного участия, качественно изменялась.

В возрасте примерно трех лет ребенок «обнаруживает» фигуру отца. Для него он становится главным человеком, символизирующим внешний мир и связь с данным миром. Отношения с отцом становятся определяющими в дальнейшем развитии ребенка, а именно: как он будет ощущать себя во внешнем мире, социуме, насколько успешно он сможет построить свои взаимоотношения с ним в подростковом и взрослом периодах.

К видам *дисфункциональных отношений с отцом* относятся те же дисфункции, что в паре «мать—ребенок»: дефицит общения, переизбыток общения, формальное общение, неравномерное общение.

Соответственно к *проблемам, провоцирующим дисфункциональное отношение отца к ребенку* могут быть отнесены следующие:

- психологический инфантилизм отца;
- проблемы личностного роста;
- трудное детство;

- проблемные отношения с собственной матерью;
- проблемные взаимоотношения с матерью ребенка;
- социальные проблемы: например, в силу специфики своей профессии мужчина редко бывает дома.

Если иницирующим фактором девиации ребенка являются *неудовлетворяющие супружеские взаимоотношения*, то, следовательно, необходимо заняться решением данной проблемы - психокоррекцией, психотерапией супружеских отношений.

Мюррей Боуэн (Murray Bowen) по данному поводу пишет: «Когда между родителями есть эмоциональная близость, то они не могут выбрать неправильный подход к воспитанию пациента. Пациент хорошо реагирует на твердость, мягкость, наказание, «разговоры начистоту» или на любые другие воспитательные меры. Когда родители «эмоционально разведены», никакая воспитательная мера не приносит успеха».

Нарушение супружеских отношений может быть:

- а) открытым - ссоры, скандалы, драки;
- б) скрытым - нарушение иерархии, сексуальная неудовлетворенность, «психологический развод».

В каждом отдельном случае необходим учет и глубокий анализ всех составляющих ситуации, который осуществляется в процессе последовательного выполнения алгоритма:

- 1) сбор психологического анамнеза;
- 2) формулирование психологического прогноза;
- 3) психодиагностика;
- 4) постановка психологического диагноза;
- 5) формулирование цели и задач психокоррекции;
- 6) составление психокоррекционной программы;
- 7) диагностический срез;
- 8) анализ результатов психокоррекции (подробнее в учебном пособии для студентов Вузов Колесниковой Г. И. Основы психопрофилактики и психокоррекции. — Ростов-на/Д, Феникс. — 2005).

Примерно с пяти лет ребенок начинает воспринимать родителей как некое неделимое целое. Понятие «семья» становится определяющим и формирующим.

Девиации данного возраста: частые соматические заболевания; фобии; поведенческие проблемы (агрессия-аутоагрессия) проблемы адаптации, низкая успеваемость.

Соответственно, начиная с данного периода, при обнаружении поведенческих девиаций у ребенка необходимо говорить именно о таких видах психологической помощи как *семейная психокоррекция* и *семейная психотерапия*.

Семья — меняющаяся группа людей, включающая в себя родителей, детей, родственников, значимых близких; имеющая иерархическую систему, определенный цикл развития, стереотипные паттерны поведения.

Следует обратить внимание, что в психологическом смысле понятие «семья» шире, чем в юридическом и бытовом, поскольку включает в себя не только людей связанных кровным родством, но и *значимых близких* для всех или некоторых членов семьи.

Значимые близкие - люди, не имеющие кровного родства с представителями данной семьи, но в силу своих эмоциональных отношений со всеми или отдельными членами данной семьи, влияющие на развитие и характер взаимоотношений внутри семьи.

Таким образом, *решающая роль в формировании личности и характера ребенка раннего и дошкольного возраста принадлежит именно семейному воспитанию*, поскольку именно семья, приобщая его к человеческой культуре, предстает перед ним как некий прообраз большого мира.

Профессиональная подготовка специалистов, деятельность которых предполагает постоянное взаимодействие с людьми, должна включать в себя не только приобретение фундаментальных знаний и профессиональных умений, но и формирование у студентов умений выстраивать отношения на основе сотрудничества, организовывать продуктивный диалог и преодолевать коммуникативные барьеры. Успех профессиональной деятельности специалистов в области психологии во многом определяется способностью распознавать свои и чужие эмоции, идентифицировать их реальные причины, устанавливать доверительные отношения с собеседником. В связи с этим приобретает актуальность проблема развития у студентов-психологов эмоционального интеллекта, представляющего собой интегративное образование, которое включает в себя совокупность когнитивных, поведенческих и эмоциональных качеств, обеспечивающих осознание, понимание и регуляцию собственных эмоций и эмоций окружающих.

Целью нашего исследования стало выявление уровня эмоционального интеллекта студентов-психологов и его взаимосвязи с их самооценкой.

Теоретический анализ проблемы.

Концепцию эмоционального интеллекта сформулировали в 1990 г. психологи П. Сэловей и Дж. Мэйер. Авторы высказали идею о том, что некоторые люди обладают способностью точно и эффективно обрабатывать эмоциональную информацию и использовать ее для мыслительных операций и регуляции деятельности качественнее других. Израильский психолог Р. Бар предложил рассматривать как основу эмоционального интеллекта внутриличностную способность осознавать себя, понимать свои сильные и слабые стороны и продуктивно выражать чувства и мысли.

На межличностном уровне эмоциональный интеллект включает в себя способность осознавать эмоции, чувства и потребности других людей, а также устанавливать и поддерживать совместные конструктивные и взаимно удовлетворяющие отношения. В отечественной психологии популярна концепция Д. В. Люсина, определяющего эмоциональный интеллект как когнитивную способность, включающую в себя распознавание эмоционального переживания у себя или другого, идентификацию и вербальное выражение

своих и чужих эмоций, установление причинно-следственных связей, регуляцию и контроль внешних и внутренних эмоциональных проявлений.

В большинстве концепций представлены следующие компоненты эмоционального интеллекта: способность осознавать и выражать собственные эмоции, идентифицировать эмоциональные состояния других людей; способность эффективно управлять своими эмоциями и эмоциями партнеров; способность поддерживать позитивные и снижать негативные эмоциональные состояния; способность реалистично и гибко справляться с текущей социальной ситуацией. Люди с развитым эмоциональным интеллектом легко адаптируются к новым условиям, справляются с трудными ситуациями и давлением внешней среды, обычно удовлетворены жизнью. В связи с этим эмоциональный интеллект расценивается как сильный защитный механизм психического здоровья. Современные эмпирические исследования в области эмоционального интеллекта показывают, что высокий уровень эмоционального интеллекта является предиктором как академической успеваемости, так и успешной профессиональной деятельности. Студенты с развитым эмоциональным интеллектом в большинстве случаев получают более высокие оценки и результаты тестов достижений в сравнении со студентами, обладающими низким уровнем эмоционального интеллекта. Исследователи связывают данный факт с тем, что высокий уровень эмоционального интеллекта помогает легко справляться с негативными эмоциями, вызванными несоответствием академических установок сложившимся учебным ситуациям (минимизировать разочарование или скуку, преодолевать страх публичных выступлений и предстоящих экзаменов). Кроме этого, образование всегда предполагает выстраивание межличностных связей со сверстниками и педагогами.

Студенты с высоким уровнем эмоционального интеллекта проявляют способность управлять социальной ситуацией, демонстрировать доброжелательность, что косвенно может быть причиной высоких оценок со стороны педагогов. В профессиональной деятельности высокий уровень эмоционального интеллекта облегчает групповые и межличностные коммуникационные процессы, обеспечивает эффективную саморегуляцию, стрессоустойчивость, рациональное мышление, снижает влияние эмоциональных переживаний на результат. Способность распознавать и снижать негативные эмоции партнеров по взаимодействию помогает в решении профессиональных задач, эффективном управлении производственными конфликтами и стимулировании мотивации персонала организации. Эмоциональный интеллект является важным фактором эффективности профессиональной деятельности на индивидуальном уровне и на уровне коллектива. Профессия психолога предполагает постоянное межличностное взаимодействие. Поэтому мы можем предположить, что уровень эмоционального интеллекта специалиста-психолога будет оказывать влияние на эффективность его профессиональной деятельности.

Методы исследования. Для изучения эмоционального интеллекта будущих психологов и выявления его взаимосвязи с самооценкой, занимающей важное место в системе личностных образований специалиста, оказывающего психологическую поддержку, были использованы опросник эмоционального интеллекта Д. В. Люсина, методика самооценки С. А. Будасси. В исследовании участвовали 62 студента-психолога. Результаты и их обсуждение. Обработка результатов показала, что бóльшая часть студентов имеет средний и высокий уровни эмоционального интеллекта и по общему показателю, и по отдельным субшкалам. Для того чтобы проверить наличие статистически значимой связи между компонентами эмоционального интеллекта и самооценкой студентов, мы применили коэффициент линейной корреляции Пирсона.

Уровни эмоционального интеллекта студентов-психологов (в % от выборки)

Таблица 1

Уровни	Понимание чужих эмоции	Управление чужими эмоциями	Понимание своих эмоции	Управление своими эмоциями	Контроль экспрессии	Общий ЭИ
Очень высокий	8,1	4,8	1,6	22,5	3,2	6,4
Высокий	24,2	27,4	37,0	33,8	20,9	40,3
Средний	41,9	56,4	48,3	33,8	56,4	43,5
Ниже среднего	14,5	6,4	9,7	8,1	16,1	3,2
Очень низкий	11,3	4,8	3,2	1,6	3,2	6,4

Корреляционная связь между самооценкой и компонентами эмоционального интеллекта

Таблица 2

	Понимание чужих эмоций	Управление чужими эмоциями	Понимание своих эмоций	Управление своими эмоциями	Контроль экспрессии	Общий эмоциональный интеллект
само-оценка	0,340	0,288*	0,396*	0,384**	0,097	0,462**

Примечание: * – $p < 0,05$; ** – $p \leq 0,01$

Результаты статистической обработки представлены в табл. 2.

Итак, выявлена статистически значимая связь ($p < 0,01$) самооценки с общим уровнем эмоционального интеллекта, а также с показателями следующих его компонентов: понимание чужих эмоций, понимание своих эмоций и управление своими эмоциями.

Понимание чужих эмоций включает способность понимать эмоциональное состояние другого человека на основе внешних проявлений (мимики, жестикуляции, звучания голоса) и/или интуитивно, а также чуткость к внутренним состояниям других людей.

Понимание своих эмоций подразумевает способность к их осознанию через распознавание и идентификацию, понимание их причин, способность к вербальному описанию эмоций.

Управление своими эмоциями предполагает способность и потребность управлять ими, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные.

Полученные результаты мы связываем с тем, что люди, обладающие высоким уровнем эмоционального интеллекта, благодаря умению устанавливать доброжелательные межличностные взаимоотношения имеют возможность получать социальную поддержку и одобрение со стороны окружающих, что, в свою очередь, поддерживает высокий уровень самооценки.

Эмоциональный интеллект, по мнению И. Н. Андреевой, формируется под влиянием социальных и биологических факторов, самооценка же формируется в процессе деятельности и межличностного взаимодействия. В связи с этим мы можем предположить, что именно степень развития эмоционального интеллекта оказывает влияние на уровень самооценки учащихся, а не наоборот.

Эмпирические исследования показывают, что уровень самооценки индивида играет важную роль в становлении социальных отношений. Высокая самооценка предполагает использование адаптивных и конструктивных стратегий в разрешении межличностных конфликтов, позволяет установить открытые отношения, основанные на внимании к мнению собеседника, его безоценочном принятии.

Положительная самооценка является фактором, детерминирующим оптимистичное отношение к совместной деятельности, она помогает вставать на равноправную по отношению к партнеру позицию, легко оказывать собеседнику поддержку, не боясь конкуренции с ним [8]. В связи с этим актуальной задачей системы высшего образования становится развитие у будущих психологов личностных качеств, способных оказать влияние на эффективность предстоящей профессиональной деятельности.

Целенаправленное развитие эмоционального интеллекта студентов-психологов позволит им не только приобрести навыки распознавания эмоций и управления ими, но косвенно повлиять на повышение уровня самооценки. Эффективным инструментом для развития эмоционального интеллекта студентов могут стать психологические семинары, направленные на развитие у обучающихся способности идентифицировать и контролировать свои

эмоциональные состояния, распознавать чужие эмоции и воздействовать на них.

Специально разработанный курс занятий может способствовать расширению спектра коммуникативных возможностей и стереотипов поведения будущих психологов. В рамках занятий, на наш взгляд, целесообразно развивать следующие умения и навыки: преодолевать коммуникативные барьеры; использовать техники активного слушания и Я-сообщений; распознавать невербальные сигналы собеседника; различать мотивацию собеседника; демонстрировать позитивное, искреннее, доступное выражение мыслей при уважительном отношении к интересам, границам и чувствам собеседника; анализировать конфликтные ситуации и находить эффективные методы их решения; использовать продуктивные стратегии совладания со стрессом; формировать позитивную Я-концепцию и адекватную самооценку. Положительные изменения в области эмоционального интеллекта могут быть обусловлены не только успешным освоением теоретического материала, но и накоплением опыта взаимодействия с другими студентами. Работу необходимо выстраивать в группах таким образом, чтобы каждый студент смог ощутить безопасность, уважение и признание со стороны остальных участников.

Одной из задач преподавателя является создание в учебной группе атмосферы участия, Понимание чужих эмоций Управление чужими эмоциями Понимание своих эмоций Управление своими эмоциями Контроль экспрессии

Только в таких условиях студенты будут чувствовать себя уверенно, получают возможность реализовать свой потенциал, проявить активность и инициативу, испытать удовлетворение.

Деятельность, сопровождающаяся удовлетворенностью, становится движущей силой развития.

3. Методические рекомендации «Внедрение в ВУЗах и колледжах модулей и тематик «Буллинг и детская безопасность», «Детская девиация, эмоциональный интеллект и психическое здоровье»

1. «Характеристика программы»

1.1. *Цель реализации программы:* формирование профессиональных компетенций слушателей в области профилактики травли в образовательных учреждениях.

1.2. Совершенствуемые/новые компетенции

	Компетенции	Направление подготовки: Психолого-педагогическое образование	
		Код компетенции	
		Бакалавриат 4 года	Магистратура
	Умеет организовывать междисциплинарное и межведомственное взаимодействие специалистов для решения задач в области психолого-педагогической деятельности с целью формирования системы позитивных межличностных отношений, психологического климата и культуры в образовательном учреждении		ОПК-4
	Способен анализировать и прогнозировать риски образовательной среды, планировать комплексные мероприятия по их предупреждению и преодолению		ОПК-7
	Способен принимать участие в междисциплинарном и межведомственном взаимодействии специалистов в решении профессиональных задач	ОПК-10	
	Способен использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства	ОПК-12	

1.2. Планируемые результаты обучения

	Знать	Направление подготовки: Психолого-педагогическое образование	
		Код компетенции	
		Бакалавриат 4 года	Магистратура
	Принципы организации межведомственного взаимодействия всех специалистов образовательного учреждения для предотвращения и прекращения травли. Распространенные в образовательных учреждениях стереотипы насчет неизбежности, пользы, адекватности травли в учебной группе;		ОПК-4
	Различные технологии диагностики неблагополучия психологического климата в образовательном учреждении. Принципы разработки и реализации программ по превенции ситуаций травли и интервенции в случае их возникновения		ОПК-7
	Различные теоретические и практические подходы к феномену школьной травли, влиянии травли на учебный процесс и психологический климат в учебной группе, педагогов и администрации на динамику буллинга.	ОПК-10	
	Технологии обсуждения ситуации травли как сложной, скрываемой темы; степень тяжести последствий травли для всех участников.	ОПК-12	
	Уметь	Бакалавриат	Магистратура
	Владеть приемами работы с педагогами и родителями по организации конструктивной коммуникации с обучающимися и обучающимися между собой. Поддерживать администрацию и сотрудников школы в позиции недопустимости травли и в трансляции паттернов уважительных отношений.		ОПК-4
	Проводить анализ образовательной среды, планировать и организовывать системную профилактическую и коррекционную антибуллинговую работу по результатам анализа.		ОПК-7
	Устанавливать контакт со всеми участниками ситуации травли, включая родителей, специалистов и администрацию образовательного учреждения, сотрудничать с ними в реализации профилактических и антибуллинговых программ.	ОПК-10	

	Анализировать риски и последствия буллинга для всех его участников, проводить профилактические и коррекционные программы в образовательных учреждениях.	ОПК-12	
--	---	--------	--

1.3. Категория обучающихся. Слушатели курса должны иметь базовое высшее или среднее профессиональное образование в области психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса. Квалификация обучающихся по направлению подготовки «Психолого-педагогическое образование». Название специальности обучающихся согласно профессиональному стандарту «Педагог-психолог»

1.4. Форма обучения: очная.

1.5. Режим занятий, срок освоения программы. Программа предполагает учебную нагрузку в размере 6-8 академических часов в неделю. Сроки освоения – 36 академических часов.

Раздел 2. «Содержание программы»

2.1 Учебный (тематический) план

п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	сего час.	Виды учебных занятий		Формы контроля
			Л екции	Инт ерактивн.	
Базовая часть					
	Определение формы буллинга		1	3	
2.	Психологические последствия буллинга		1	3	Входное тестирование
3.	Убеждения и стереотипы относительно буллинга		1	1	
4.	Причины и факторы эскалации буллинга		1	3	Собеседован ие
	Буллинг в социальном контексте		1	1	
Профильная часть (предметно-методическая)					
1.	Работа с детьми в ситуациях буллинга		2	4	
2.	Взаимодействие с классным руководителем, учителями, администрацией школы		1	3	Представлен ие личного пед. опыта
3.	Взаимодействие с родителями школьников		1	1	
4.	Предупреждение буллинга		2	4	Выходное тестирование
5.	Итоговая аттестация		-	2	Защита кейса
	Всего часов	6	11	25	

2.2. Учебная программа

Раздел 3. «Формы аттестации и оценочные материалы»

1. Текущий контроль проводится в форме дискуссий и заданий для работы в малых группах. При аттестации учитывается:

- посещаемость занятий,
- активность слушателей на занятиях,
- степень усвоения теоретических знаний,
- уровень овладения практическими умениями и навыками.

Темы для дискуссий и задания, определяющие уровень заявленных компетенций:

1. Какие установки относительно буллинга бывают распространены в образовательной среде?

2. Какие следствия имеют различные убеждения специалистов для динамики буллинга в классе?

3. Как можно охарактеризовать конструктивную и деструктивную позиции классного руководителя в контексте работы с буллингом?

4. Как можно использовать теоретические представления о буллинге в процессе вовлечения родителей в работу по прекращению травли?

5. В чем, по-вашему, заключаются основные сложности во внедрении профилактических программ в образовательных организациях?

6. Вспомните и опишите случай школьного буллинга из вашего опыта.

7. Как меняется отношение к ребенку со стороны учителей, если он оказывается в роли жертвы, агрессора или свидетеля травли?

8. Каковы основные препятствия в прекращении травли в классе классным руководителем?

9. Каковы основные факторы, обеспечивающие успех в прекращении травли в классе классным руководителем?

10. Как вы думаете, какой вклад вносят родители детей, их семейный контекст в психологический климат в классе?

11. Как вы думаете, играет ли какую-то роль «корпоративная культура» школы или колледжа для динамики буллинга в конкретном классе?

12. Как вы думаете, имеют ли какое-то значение установки и стратегии администрации относительно насилия на динамику буллинга в конкретном классе?

13. В чем проявляются и как выглядят практики общения, не поддерживающие буллинг?

14. Как может классный руководитель поддерживать альтернативные буллингу способы отношения в классе? С помощью каких методов, приемов, технологий?

15. Какие идеи лежат за альтернативными буллингу отношениями?

16. На какие особенности собственной позиции следует обращать внимание психологу и социальному педагогу, работая с ситуациями буллинга?

17. В чем различия позиций психолога, социального педагога, классного руководителя при работе с классом?

18. На какие мишени работы можно ориентироваться, если за психолого-педагогической помощью к вам обращается: а) ребенок? б) учитель? в) классный руководитель? г) родитель преследуемого ребенка? д) администратор образовательной организации?

19. Каковы основные принципы профилактики буллинга в образовательных организациях?

20. Какие запросы классного руководителя могут косвенно указывать на то, что в его классе происходит буллинг?

21. В каких еще социальных контекстах помимо школы можно встретить явление буллинга? Чем это объясняется?

22. В чем специфика вертикальных (иерархических) и горизонтальных (партнерских) отношений? Какие идеи, дискурсы лежат за одними и за другими?

23. Какие бы рекомендации вы дали родителю, который обратился к вам с тем, что его ребенок стал объектом школьного буллинга?

24. Какие бы рекомендации вы дали родителю, который обратился к вам с тем, что его ребенок является зачинщиком школьной травли?

25. Какие бы рекомендации вы дали родителю, который обратился к вам с тем, что в классе его ребенка происходит травля, и это его травмирует?

3. *Итоговая аттестация:*

Проходит в форме очной защиты кейса (анализа работы со случаем по предложенной структуре)

Структура кейса:

1) Анализ ситуации в группе (классе) и образовательном учреждении в целом с точки зрения благоприятности психологического климата.

2) Протоколы или резюме бесед с испытывающим травлю и его окружением.

3) Описание обсуждения с участниками возможностей различных технологий прекращения травли и выбор подходящей.

4) Описание алгоритма работы специалиста с травлей на примере технологии «Группа поддержки»:

- Предварительная встреча с ребенком, который испытывает трудности в отношениях со сверстниками: признание чести и достоинства, описание влияния травли на его жизнь, описание желаемой ситуации, маленькие реальные шаги, выбор кандидатов для группы поддержки, обсуждение их с педагогами и психологом;

- Первая встреча с детьми, которые будут оказывать поддержку: получение согласия в индивидуальных беседах, описание ситуации, рассказ о технологии и совместная разработка плана прекращения травли;

- Повторная встреча с ребенком, который испытывает трудности в школе, обратная связь;

- Повторная встреча с детьми, которые оказывали поддержку: рефлексия полученного опыта и возможностей его использования в дальнейшем;

5) Резюме:

- Анализ специалистом своей работы: что удалось реализовать из поставленных и возникающих задач? Что не удалось? Какие действия и идеи считает наиболее удачными? Какие не удачными? Что помогало специалисту в работе с этой семьей?

Что хотелось бы сделать еще, если бы была такая возможность?

- Обратная связь клиента (на основе Анкеты обратной связи);

6) Отсроченные результаты (если есть о них информация).

Требования к аттестационной работе:

- Описать процедуру установления контакта со всеми участниками ситуации школьной травли.

- Обобщить результаты социальной диагностики ситуации травли.

- Указать, какие ресурсы окружения были задействованы, как удалось активизировать собственные возможности всех участников.

- Описать алгоритм работы.

- Проанализировать использованные способы выявления и поддержки минимальной положительной динамики.

- Приложить анкету обратной связи (промежуточной и\ или итоговой) участников ситуации.

Критерии зачёта аттестационной работы:

Аттестационная работа *оценивается положительно* при условии, если в ней подробно и структурировано описаны:

- Ситуация травли, факторы влияющие на неё и ресурсные возможности как отдельных участников, так и организации в целом.

- Технологии установления контакта и привлечения участников ситуации травли к сотрудничеству.

- Рефлексия процесса и результатов работы по восстановлению благоприятного психологического климата в организации.

- Описание дальнейших профилактических шагов в классе (организации).

Раздел 4. «Организационно-педагогические условия реализации программы»

4.1 Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение программы

Каждое занятие включает интерактивные лекции (ведущий поощряет активное включение участников группы в диалог), групповые дискуссии, элементы тренинговой работы, психодраматические представления ситуаций практической работы, рассмотрение смоделированных ситуаций с клиентами, упражнения, направленные на актуализацию и рефлексию личного и профессионального опыта участников.

Рекомендуется обратить внимание слушателей на употребление терминов. Предпочтительны не стигматизирующие дефиниции целевой группы. Вместо «агрессор», «преследователь», «жертва» предпочтительнее

применять словосочетания «ребенок, которого обижают», «ребенок, который ведет себя агрессивно», и т.п. Это важно для того, чтобы не поддерживать ту или иную репутацию конкретного ребенка и признавать возможность изменения ситуации и принятия им других ролей. Определения вместо навешивания ярлыков помогают отделить проблемы от людей и отнестись к ним, как к задачам, требующим творческих решений и объединения усилий.

Большое внимание уделяется работе в малых группах по отработке конкретных технологий, как на материале самих участников, так и с использованием случаев из их профессиональной практики.

4.2 Материально-технические условия реализации программы

1. Мультимедийная аудитория с возможностью свободного перемещения столов и стульев.

2. Материалы для творчества: маркеры, фломастеры, масляная пастель, восковые мелки, мягкий пластилин, бумага А4, А3, А1.

Заключение

За последнее десятилетие понимание буллинга как социокультурного феномена подверглось значительному переосмыслению.

На протяжении длительного периода травля в детском коллективе воспринималась как часть процесса взросления, неизбежный этап сосуществования в группе и не привлекала внимания ученых.

И только рост детских самоубийств в корне поменял отношение научного сообщества к проблеме буллинга.

В Республике Казахстан только идет формирование правовой и общественной позиции касательно этого социального явления.

Между тем, результаты исследований Национального центра общественного здравоохранения МЗ РК по «поведению детей школьного возраста в отношении здоровья» (Health behaviour in school-aged children (HBSC)) показали, что 17 % подростков в возрасте от 11 до 15 лет подвергались буллингу в школе.

Учеными установлено, что жертвами буллинга чаще становятся городские школьники по сравнению с сельскими. Наибольший пик концентрации буллинга отмечен в возрастной группе от 11 до 13 лет; примерно к 15 годам распространенность буллинга снижается.

Таким образом, мы можем судить о широкой распространенности буллинга в детской среде.

На такую ситуацию влияют сразу несколько причин:

- 1) длительный «транзитный период», ознаменованный ростом общеуголовной и распространением организованной преступности, романтизацией криминальной жизни, правовым нигилизмом, недоверием к институтам власти, правоохранительным органам, примыканием несовершеннолетних к маргинальным группам;
- 2) так называемый «эффект СМИ», пропагандировавших культ жестокости и насилия;
- 3) отсутствие единой и эффективной государственной программы развития молодежи;
- 4) недостаточность бесплатных досуговых и внешкольных организаций, кружков, секций для детей;
- 5) Отсутствие единой программы противодействия буллингу среди несовершеннолетних. К примеру, в Дании такая программа была разработана при поддержке и финансировании Правительства. Ее принятию предшествовало проведение масштабного рандомизированного контрольного исследования. Данная программа является одной из наиболее зарекомендовавших себя в мире;
- 6) недостаточная осведомленность граждан, организаций образования о буллинге и его характеристиках.

В большинстве мировых юрисдикций понятие буллинга официально не закреплено. Само слово «буллинг» заимствовано из английского языка, в котором оно означает «запугивание, травля, насилие» (от англ. «bullying»).

Общепринятым является понятие, разработанное норвежским ученым Д.Олвеусом: «Буллинг - это преднамеренное (умышленное), систематически

повторяющееся агрессивное поведение, характеризующееся неравенством сил». Однако, это понятие не содержит указания на возможные последствия, не раскрывает насколько губителен и деструктивен буллинг может быть для детского здоровья и развития.

В настоящее время в Республике Казахстан понятие «буллинг» на официальном уровне не закреплено.

Для устранения пробельности законодательства нами предлагается следующее авторское понятие буллинга.

«Буллинг - умышленное, периодически повторяющееся, агрессивное поведение ребенка или группы детей по отношению к другому ребенку, приносящее последнему физическую боль, психические страдания или иной вред». В этом термине отражены все важнейшие индикаторы буллинга:

умышленность или намеренность, то есть не может признаваться буллингом неосознанная травля ребенка. Действия инициатора травли должны быть направлены на причинение физической боли, психических страданий или влечь за собой причинение иного вреда;

периодичность или систематичность – не может признаваться буллингом разовый инцидент детского конфликта;

агрессивность или враждебность – использование насильственных способов достижения желаемого; применение насилия, угроз, шантажа, психологического давления в процессе травли;

наличие нескольких сторон в травле, распределение ролей – наличие инициатора травли (*также агрессора, преследователя, буллера*), его жертвы и свидетелей;

наличие вредных, негативных последствий – буллинг может нанести вред физическому или психическому здоровью ребенка. Данные лонгитюдных исследований показали, что последствия буллинга могут проявляться и в долгосрочной перспективе.

Под *иным вредом* понимается негативное влияние буллинга на восприятие окружающего мира, самооценку, академическую успеваемость, закрепление девиантных признаков в поведении, возникновение суицидальных мыслей и наклонностей.

Данное понятие нами предлагается закрепить в тексте Закона РК «О правах ребенка в Республике Казахстан» (*приложение №1*).

В работе отмечено, что участники травли образуют так называемую буллинг-структуру.

Буллинг - структура – это социальная подсистема, характеризующаяся четким распределением ролей. Наименования ее участников разнятся в зависимости от их автора, но, в целом, различают агрессора (инициатора), жертву и свидетелей. На сегодняшний день четко идентифицировать потенциальную жертву и агрессора по внешним признакам и поведенческим паттернам практически невозможно.

С равной вероятностью агрессором или жертвой может стать ребенок с выдающимися или посредственными академическими способностями;

атлетичный или несклонный к спорту; социально – активный или флегматичный; другие физические или личностные характеристики то же не влияют в значительной степени на вовлечение в буллинг.

Другое значение имеет воздействие референтной группы, выступающей источником формирования социальных установок и ценностных ориентаций для ребенка.

Многочисленные исследования, описанные в диссертации, показали, что ребенок, подвергшийся ранней виктимизации, в том числе бытовому насилию, испытывающий недостаток или переизбыток родительской любви и заботы, наблюдающий аморальное поведение, пристрастность к вредным привычкам со стороны авторитетных для него лиц, имеет большие шансы вступить в буллинг-структуру в качестве как агрессора, так и жертвы.

Следуя теории социального контроля Тревиса Хирши (Social bonding theory), разрыв или ослабление социальных связей ребенка и родителей повышает риск инициирования травли.

Наиболее типичными проявлениями детской травли является физическое (толчки, удары, подножки), психологическое (придумывание обидных прозвищ, распространение порочащей информации, социальная изоляция), экономическое (отбирание «карманных денег», порча личных вещей) или сексуальное насилие (навязчивые, оскорбляющие взгляды, комментарии, прикосновения).

Особого внимания заслуживает вероятность совершения участником буллинга так называемого «Колумбайна» - вооруженного нападения на школу с применением огнестрельного оружия или взрывчатых веществ.

Проведенные американскими учеными исследования показали, что порядка 2/3 всех подобных нападений были вызваны буллингом «школьных стрелков».

В соседней Российской Федерации только за последние 5 лет совершено не менее 5 актов колумбайна, во всех есть погибшие и пострадавшие. В 2021 году подобное преступление совершено в городе Казань, погибло 9 человек.

Данный инцидент обнажил проблемы обеспечения безопасности детей и в казахстанских школах. Помимо отсутствия алгоритма пресечения буллинга как инструмента ранней профилактики насильственных преступлений, в наших организациях образования отсутствуют и единые правила реагирования в случае колумбайна.

Между тем, в открытых источниках содержится немало информации о применении огнестрельного или холодного оружия детьми в стенах организаций образования Республики Казахстан.

Только в социальной сети «Instagram» поиск по ключевому слову «колумбайн» показал несколько десятков страниц и публикаций на русском языке.

Безусловно, противодействие буллингу лишь часть необходимых мер. Для профилактики колумбайна требуется принятие более масштабных реформ, обеспечивающих безопасность детей в образовательном процессе.

Необходимо признать, что работа по профилактике детских самоубийств в

нашей стране находится в крайне неудовлетворительном состоянии. В большинстве случаев причины суицида остаются неустановленными, что находит отражение в официальной государственной статистике.

Такое положение дел не может не вызывать тревогу. Необходимо тщательное расследование каждого случая детского суицида для установления причин и условий, подтолкнувших ребенка к такому шагу и выработка системных мер.

Таким образом, большее профилактирующее значение имеет устранение причин, а не борьба с последствиями.

Кроме того, буллинг – это собирательное понятие, отдельные части которого уже криминализированы.

Рассмотрен международный опыт применения антибуллинговых программ, проанализирована возможность их адаптации в Республике Казахстан.

Антибуллинговые программы - это комплекс мер по профилактике и противодействию буллингу. Обычно антибуллинговые программы не ограничены действием внутри организации образования, они рассчитаны на применение повсеместно, становясь частью культуры взаимоотношений.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Послание Главы государства Касым-Жомарта Токаева народу Казахстана: «Казахстан в новой реальности: время действий» от 1 сентября 2020 года. [Электронный ресурс]//Официальный сайт Президента Республики Казахстан.-Режим доступа: <https://www.akorda.kz/> (дата обращения: 02.03.2021 года).
2. Текст обращения Президента К.-Ж.Токаева к депутатам Парламента Республики Казахстан VII созыва. [Электронный ресурс]//Официальный сайт Парламента Республики Казахстан. -Режим доступа: <https://www.parlam.kz//ru> (дата обращения: 02.03.2021 года).
3. Каждый пятый казахстанский школьник становится жертвой или участником буллинга. [Электронный ресурс]//Официальный сайт Национального центра общественного здравоохранения Министерства здравоохранения Республики Казахстан. - Режим доступа: <https://hls.kz/archives/20564> (дата обращения 02.03.2021 года)
4. 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.
5. Вишневская В.И., Бутовская М.Л. Феномен школьной травли: агрессоры и жертвы в российской школе // Этнографическое обозрение. – 2010. – №2. – С. 55-68.
6. Гребенкин Е.В. Профилактика агрессии и насилия в школе. – Р-н/Д: Феникс. 2006. – 157 с.
7. Глазман О. Л. Психологические особенности участников буллинга //Известия Российского гос. пед. ун-та имени А.И. Герцена. - 2009. - № 105. - С. 159-165.
8. Кон И.С. Что такое буллинг, как с ним бороться? [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.sexology.narod.ru/info18.html>. (дата обращения: 06.06.2016)
9. Кривцова С.В. Буллинг в школе vs сплоченность равнодушных. Организационная культура ОУ для решения проблем дисциплины и противостояния насилию. - М.: Федеральный институт развития образования, 2011. - 120 с.
10. Кутузова Д.А. Травля в школе: что это такое и что можно с этим делать // Журнал практического психолога. Вып.1. 2007. С. 72—90.
11. Лаптева В.Ю. Психологические особенности подростков с разным уровнем защищенности от психологического насилия в образовательной среде : автореф. дис. . канд. психол. наук. СПб, 2010. 26 с.
12. Лэйн Д. А. Школьная травля (буллинг) //Детская и подростковая психотерапия / под ред. Д. Лэйна и Э. Миллера. - СПб: Питер, 2001. С. 240-276.
13. Маланцева, О.Д. «Буллинг» в школе. Что мы можем сделать? // Социальная педагогика. – 2007. – № 4. – С. 90–92.

14. Методические рекомендации по предотвращению буллинга (травли среди сверстников) в детских коллективах/Сост. А.Е. Довиденко и др. – Екатеринбург: «Семья детям», 2014. - 29 с.
15. Мерцалова Т. Насилие в школе: что противопоставить жестокости и агрессии? // Директор школы. 2000. – № 3. – С. 25–32.
16. 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.htm (дата обращения: 03.06.2016)
17. 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>
18. 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>.
19. Практическая психология образования/Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: «Академия», 2000. - 528 с.
20. 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.
21. Руланн Э.Г. Как остановить травлю в школе. Психология моббинга. – М.: Генезис, 2012. — 264 с.
22. Сафонова Т.Я., Цымбал Е.И. Жестокое обращение с детьми - М.: Психология и педагогика, 1993г.
23. Селиванова О.А., Шевцова Т.С. Профилактика агрессивности и жестокости в образовательном учреждении. - Тюмень: Издательство Тюменского государственного университета, 2011. – 232 с.
24. Стрельбицкая А.А. Динамика школьного буллинга в коллективах старшего звена // Педагогическая диагностика. – 2010. – №2. – С. 104-124.
25. Ушакова Е. Буллинг новый термин для старого явления // Директор школы. 2009. №6. С.84-87.
26. Файнштейн Е.И. Моббинг, буллинг и способы борьбы с ними // Директор школы. 2010. №7. С.72-76.
27. Школа без насилия. Методическое пособие/Под ред. Н.Ю. Синягиной, Т.Ю. Райфшнайдер. М.: АНО «Цнпро», 2015. - 150 с.
28. Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. - М.: Генезис, 2006. - 256 с.
29. Глазман О. Л. Психологические особенности участников буллинга //Известия Российского гос. пед. ун-та имени А.И.Герцена. - 2009. - № 105. - С. 159-165.
30. Кон И.С. Что такое буллинг, как с ним бороться? [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.sexology.narod.ru/info18.html>.

31. 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.
32. 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.
33. Программа профилактики буллинга в образовательной организации. [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://psy.su/psyche/projects/1813/>
34. Сафонова Т.Я., Цымбал Е.И. Жестокое обращение с детьми - М.: Психология и педагогика, 1993г.
35. Школа без насилия. Методическое пособие/Под ред. Н.Ю. Синягиной, Т.Ю. Райфшнайдер. М.: АНО «Цнпро», 2015. - 150 с.
36. 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.
37. Курганский С.М. Профилактика буллинга [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://klepik.depon72.ru/?p=1348>
38. Доктор Шлаукинд. Моббинг и буллинг, как формы психологического насилия в школе. [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://ekidz.eu/ru/mobbing-i-bulling-2/>
39. <http://mobbingu.net/articles/detail/49/#hcq=I1v4t6q>
40. <https://www.b17.ru/article/22384/>
41. <http://www.domrebenok.ru/blog/nasilie-v-shkole-cto-takoe-bulling-chem-on-opasen-i-kak-s-nim-borotsya/>
42. <http://iite.unesco.org/pics/publications/ru/files/3214740.pdf>
43. Московский университет имени С. Ю. Витте Елькина И. Ю. – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и педагогики E-mail: elkina.i.u@yandex.ru Moscow University Named After S. Yu. Witte Elkina I. Yu. – PhD in Psychology, Associate Professor of Psychology and Pedagogy Department E-mail
44. Калинкина Е.М., Преодоление и профилактика буллинга в школе / Департамент образования Вологодской области, 2018 © Вологодский институт развития образования, 2018
45. Холодова Ю.Б. Профилактика буллинга в образовательном учреждении // Инновации в образовании и физической культуре: сб. науч. и метод. статей. - СПб.: Свое издательство, 2016.
46. Федунина Н. Ю., Сугизаки Э. "...Насилие в школе. Осмысление проблемы в зарубежных источниках // М., " [Источник: [http://psychlib.ru/mgppu/periodica/szp032012/SZP-0711.htm#\\$p71](http://psychlib.ru/mgppu/periodica/szp032012/SZP-0711.htm#$p71)], 2017.
47. Бутовская М.Л., Луценко Е.Л., Ткачук К.Е. Буллинг как социокультурный феномен и его связь с чертами личности у младших школьников, М., / 2016

48. Собкин В.С., Смылова М.М. Буллинг в стенах школы: влияние социокультурного контекста (по материалам кросскультурного исследования) Портал психологических изданий PsyJournals.ru — https://psyjournals.ru/social_psy/2014/n2/69374.shtml [Буллинг в стенах школы: влияние социокультурного контекста (по материалам кросскультурного исследования) - Социальная психология и общество - 2014. Том. 5, № 2]
49. Сафронова М.В., Проблема профилактики буллинга в школьной среде, Учёные записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы 2015. Том. 24, №2. С. 114–121 Портал психологических изданий PsyJournals.ru https://psyjournals.ru/scientific_notes/2015/n2/safronova.shtml [Проблема профилактики буллинга в школьной среде - Учёные записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы - 2015. Том. 24, № 2]
50. Ken Rigby. The Method of Shared Concern as an Intervention Technique to Address Bullying in Schools: An Overview and Appraisal// Australian Journal of Guidance and Counselling 15(1):27-34.2005. Режим доступа: <https://www.researchgate.net/>
51. Minne Fekkes, Frans I. M. Pijpers, S. Pauline Verloove-Vanhorick. Effects of Antibullying School Program on Bullying and Health Complaint. Режим доступа: <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/205071>
52. Д.Н.Соловьев. Модель профилактики буллинга среди подростков школьного возраста). Электронный ресурс]//Сайт «Киберлинк». - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/model-profilaktiki-bullinga-sredi-shkolnikov-podrostkovogo-vozrasta>
53. The National Center for Biotechnology Information Building Capacity to Reduce Bullying: Workshop Summary. Режим доступа: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK241583>
54. The Olweus Bullying Prevention Program Режим доступа: <https://olweus.sites.clemson.edu/>

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА профилактики буллинга

Травля детей сверстниками («буллинг») – одна из наиболее распространенных проблем в образовательных организациях и детских коллективах, которая существенно увеличивает риск суицида среди подростков, приводит к эскалации агрессии и насилия в группе и в учреждении, снижению успеваемости, эмоциональным и невротическим проблемам.

В настоящее время проблеме исследования и профилактике буллинга уделяется большое внимание. И потому вопрос предупреждения ситуаций насилия в системе образования очень актуален, как во всем мире, так и в России. По данным ООН насилию в образовательной организации подвергается каждый десятый школьник в мире, и этот показатель ежегодно растет. В России ежегодно в среднем до 30% молодых людей в возрасте от 14 до 24 лет подвергаются насилию в той или иной форме. В группу повышенного риска по частоте буллинга попадают дети 11 -12 лет: 28% детей этого возраста, по меньшей мере, один раз подвергались обидам и унижениям за последние 12 месяцев. Обращает на себя внимание тот факт, что в России субъектов буллинга (обидчиков) в 2 раза больше, чем в среднем по европейским странам. Примерно пятая часть всех случаев насилия в отношении подростков и молодых людей совершается в системе образования.

В связи со сложившейся ситуацией на образовательные организации ложится ответственность за проработку и устранения проблемы буллинга. Это позволит сохранить психологическое здоровье учащихся и создание комфортной развивающей образовательной среды, обеспечивающей высокое качество образования, духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся. Данные мероприятия гарантируют охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся.

В современных условиях педагоги и психологи все чаще обращаются к вопросам толерантности и противостояния агрессии. Особенную актуальность эти вопросы приобретают в подростковом возрасте в силу его изначальной кризисности, отсутствия стабильности и чувства защищенности. Крайне актуальным становится вопрос о психологической безопасности образовательной среды и профилактики негативных явления.

Англоязычное слово «буллинг» (bullying) становится в последнее время общепринятым для обозначения школьной травли и обозначает травлю, повторяющуюся агрессию по отношению к определенному субъекту, включающую в себя принуждение и запугивание. Однако это явление имеет много «лиц». Так, *моббинг*, *буллинг*, *хейзинг*, *кибермоббинг* и *кибербуллинг* – англоязычные названия разновидностей этого опасного явления. И для того, чтобы определить направления профилактической работы, субъекты воздействия, необходимо дифференцировать вышеуказанные понятия.

Моббинг (англ. mob – толпа) – это форма психологического насилия в виде массовой травли человека в коллективе.

Школьный моббинг – это разновидность эмоционального насилия в школе, когда класс или большая часть класса ополчается на кого-то одного и начинает его травить с какой-либо целью. Тех, кто травит, называют мобберами, а тех, кого травят, — «жертвами».

Моббинг - это своего рода «психологический террор», включающий систематически повторяющееся враждебное и неэтичное отношение одних людей, направленное против других, в основном одного человека. Например, моббинг против «новичка».

Формы моббинга: насмешки над физическими недостатками, изоляция, отвержение, подразывание, толкание, высмеивание одежды и т.д.

Буллинг (англ. bullying, от bully - хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник) — это систематическое, регулярно повторяющееся насилие, травля со стороны одного школьника или группы школьников в отношении отдельного школьника, который не может себя защитить.

Буллинг – это психологический террор. Он всегда преследует цель — затравить жертву, вызвать у нее страх, деморализовать, унижить, подчинить. Обидчики дают ребенку неприятные прозвища, обзывают, бойкотируют, угрожают, отбирают личные вещи или намеренно портят их, бьют или пинают, заставляют делать неприглядные и оскорбляющие достоинство действия, распространяют лживые сведения, сплетни и слухи, исключают сверстника из круга общения, совместных занятий, игр, игнорируют и т.д. Обидчики — буллеры — чрезвычайно изобретательны.

Обидчиками могут быть и девочки-подростки, ибо буллинг зависит от пола, роста, национальности или предпочтений. Он просто есть и все, как элемент школьной жизни. Повод может быть самым разным. Поэтому пострадать от буллинга может любой ученик. При этом зачастую могут даже отсутствовать какие-либо конкретные основания для агрессии. Объектом буллинга чаще всего выбирают тех, кто отличается от других детей и не может себя защитить.

По сути моббинг и буллинг схожие понятия — это травля. В то же время буллинг отличается от моббинга тем, что в роли преследователя выступает не весь класс, а конкретный ученик или группа учеников, которые имеют авторитет.

Хейзинг (англ. hazing) — неформальные ритуальные насильственные обряды, исполняемые при вступлении в определенную группу, и для дальнейшего поддержания иерархии в этой группе. В большей степени хейзинг характерен для закрытых (военизированных, спортивных, интернатных, и др.) учреждений.

Хейзинг – это неуставные отношения в коллективе, например, известная у нас «дедовщина».

Хейзинг встречается и в обычных образовательных учреждениях, особенно, если при них есть общежития. Новичкам одноклассники или

учащиеся более старших классов (курсов) навязывают унижающие достоинство различные действия, например, публично пройтись раздетым, вымыть пол в туалете зубной щеткой и т.д.

В последнее время к формам психологического давления, присущего традиционной травле, добавились возможности всемирной паутины - *кибермоббинг и кибербуллинг*.

Кибермоббинг и кибербуллинг - интернет-травля - это намеренные оскорбления, угрозы, сообщение другим компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации: компьютеров, мобильных телефонов, электронной почты, Интернета, социальных сетей, блогов, чатов и т.д.

Интернет-травля может осуществляться также через показ и отправку резких, грубых или жестоких текстовых сообщений, передразнивание жертвы в режиме онлайн, размещение в открытом доступе личной информации, фото или видео с целью причинения вреда или смущения жертвы; создание фальшивой учетной записи в социальных сетях, электронной почты, веб-страницы для преследования и издевательств над другими от имени жертвы и т.д.

Интернет-травля отличается от других видов насилия тем, что позволяет обидчику сохранить анонимность и вероятность быть непойманным.

Наиболее часто употребляемым в настоящее время понятием, обозначающим все указанные явления, выступает «буллинг». И сегодня буллинг – это социальное явление, без которого не строится ни один детский коллектив. В любом классе, группе есть лидер, «середнячки» и «слабое звено» – тот, кто становится объектом насмешек. Если ребенок по каким-то причинам выпадает из общей массы, рядом обязательно найдется тот, кто захочет самоутвердиться за его счет. В детском коллективе буллинг зачастую является результатом незанятости детей.

Предпосылками буллинга являются:

- зависть, желание унижить жертву ради удовлетворения своих амбиций, для развлечения, самоутверждения;
- желание подчинить, контролировать кого-то;
- виктимность жертвы (особенности личности и поведения индивида, навлекающие на него агрессию со стороны других людей, такие как покорность, внушаемость, неумение постоять за себя, неосторожность, доверчивость, легкомыслие, недифференцированная общительность, а также психические расстройства).

Последствия буллинга могут быть различными: от не успешности в учебной деятельности и в жизни до самоубийства жертвы.

Кроме того, буллинг зачастую это скрытый процесс и для его предотвращения, разрешения конфликта и устранения последствий необходимо слаженное взаимодействие окружения ребенка и всех вовлеченных в образовательную деятельность лиц.

Цель, задачи, методы, направления работы.

Цель программы:

1. формирование в образовательном процессе нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся;
2. повышение информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях;
3. повышение ответственности родителей за действия, направленные против детей;
4. воспитание у обучающихся уважения к правам человека, личности, как к неповторимой сущности человека;
5. формирование у обучающихся адекватных представлений о правах человека и правилах поведения в опасных ситуациях.

Программа предусматривает решение следующих задач:

1. профилактика всех форм насилия над учащимися дома, в образовательной организации, в общественных местах;
2. организация совместной работы с родителями по повышению их уровня образованности и компетентности в различных трудных жизненных ситуациях;
3. сотрудничество с правоохранительными органами, органами здравоохранения, социальной защиты и т.п.

Основные группы методов профилактики:

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

Направления работы:

1. Направления работы на уровне ОУ:

- диагностика психоэмоциональной среды ОУ и мотивационно-образовательная работа с администрацией;
- программы 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;
- программы повышения психолого-педагогической компетентности взрослых (родителей, педагогов)

3. Направления работы с учащимися

- консультативно-коррекционная работа с детьми, подвергшимися жестокому обращению;
- информационно-просветительская работа с коллективом учащихся
- повышение уровня коммуникативной культуры учащихся
- профилактика и коррекция отклонений в эмоциональной сфере подростков;
- профилактика асоциального поведения школьников

- развитие навыков стрессоустойчивости, конструктивного поведения в конфликте и уверенного поведения, навыков саморегуляции.

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

Психолого-педагогические аспекты профилактики буллинга.

Для определения ситуации буллинга и его последствий необходимо собрать информацию и провести клинико-психологическое обследование. Опрашиваются пострадавший, возможные участники издевательств над жертвой и свидетели. Тщательным образом проводится анализ полученной информации. В результате анализа проявляются следующие аспекты:

- тип агрессора:

- Нигилист – чаще мальчик, чем девочка. Это логик по типу мышления. Патологическая безэмоциональность – его отличительная черта. Слышит только себя и считается только с собственным мнением. Придумывает для других язвительные и унижительные прозвища

- Компенсатор – недостаток знаний и способностей к учению восполняет проявлением власти, ложью, грубостью. Любит издеваться над слабыми и беззащитными. Нанесенные ему обиды помнит долго, всегда пытается взять реванш. Единственная возможность борьбы с таким буллером – завоевать поддержку коллектива. Как только он понимает, что жертву поддерживают другие, накал его агрессии снижается.

- Комбинатор – жестокий подросток с развитым интеллектом. Ему нравится манипулировать другими, цинично сталкивая одноклассников между собой, оставаясь при этом в стороне. Искреннее общение с таким буллером в любой момент может обернуться внезапным и очень болезненным ударом.

- реальность буллинга;
- его длительность;
- характер (физический, психологический, смешанный);
- основные проявления;
- участники (инициаторы и исполнители);
- их мотивация;
- свидетели и их отношение к происходящему;
- поведение жертвы (пострадавшего);
- динамика происходящего;
- прочие важные для диагностики обстоятельства.

Первичная профилактика реализуется по 3 направлениям:

1. Создание условий недопущения буллинга.

2. Скорейшее и грамотное разобщение ребенка со стрессовыми воздействиями.

3. Укрепление защитных сил организма в противостоянии травле как для условно здоровых детей, так и для уже имеющих соматическую или психическую патологию.

На первом этапе следует признать наличие проблемы и осознать ее масштаб.

На втором – определить проблему (ее суть, серьезность, частоту возникновения, длительность, состояние жертвы, участников, свидетелей). Контролируются агрессивные намерения обидчиков и состояние жертвы. Вырабатывается план действий.

На третьем – реализуется выработанный план.

Вторичная профилактика сводится к своевременному выявлению у подростков патологических последствий буллинга и оказанию квалифицированной комплексной помощи.

Третичная профилактика предполагает реабилитацию детей и подростков с тяжелыми формами последствий травли. Острый психоз и суицидальное поведение – поводы для экстренной госпитализации. При выявлении признаков тяжелого душевного расстройства необходимо экстренно убеждать родителей проконсультировать ребенка у психиатра.

Если проявления буллинга вовремя не пресекаются, то со временем они становятся все более опасными. Реакция образовательного сообщества на случаи насилия – важный аспект в решении проблемы.

Одномоментно и навсегда искоренить проблему буллинга невозможно. Однако если ею будут вплотную и серьезно заниматься все участники образовательного процесса, то высока вероятность избежать многих конфликтов.

Ключевые слова, раскрывающие сущность профилактики буллинга: предохранение, предупреждение, предостережение, устранение и контроль. Профилактическая работа предполагает изменение социальной, семейной, личностной ситуации обучающегося путем применения специальных педагогических и воспитательных мер, способствующих улучшению качества его жизни и поведения.

Необходимо организовывать информационные часы, основными идеями которых будут темы об уважительном и толерантном отношении к окружающим людям. Педагоги-психологи должны проводить с детьми тренинги на сплочение коллектива, развитие терпимости, эмпатийного мышления по отношению к окружающим.

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

Задачи профилактики буллинга:

- подготовка учителей для работы с трудными детьми;
- содействие улучшению социального самочувствия;
- психолого-педагогическое просвещение родителей;
- устранение психотравмирующей и социально опасной ситуации;
- снижение риска злоупотребления токсическими веществами, наркотиками и алкоголем;
- развитие и формирование самостоятельности и социальной компетентности;
- изменение представлений о самом себе и об отношениях с окружающими.

*Примерный комплексный план мероприятий по профилактике явлений
буллинга (моббинга) на учебный год*

Задачи:

- оказание компетентной помощи педагогам и родителям в вопросах обучения и воспитания;
- предупреждение возникновения явлений отклоняющегося поведения у обучающихся;
- развитие коммуникативных навыков, формирование ответственного отношения у подростков к своим поступкам;
- обучение навыкам мирного разрешения конфликтов.

83

	(памятки, буклеты, стендовую информацию) для всех субъектов образовательных отношений (обучающихся, педагогов, родителей) по проблеме буллинга; 1. Организовать работу «почты доверия» для сообщения случаев буллинга (моббинга)		
<i>Организационно-педагогическая и научно-методическая работа с педагогическим коллективом</i>			
1	1. Совещание при директоре: «Организация работы по профилактике буллинга (моббинга) в образовательной среде 2. Педагогический совет: «Основные механизмы и проявления феномена буллинга (моббинга) и его влияние на процесс обучения детей в условиях дополнительного образования» 3. Совещание при заместителе директора по работе по темам: - распространенность и особенности проявления буллинга (моббинга) в группах обучающихся; - буллинг (моббинг): актуальность, состояние проблемы и психологическое сопровождение жертв буллинга (моббинга); - роль педагога в профилактике буллинга (моббинга) в ученических коллективах; - анализ работы педагогического коллектива по профилактике детского насилия и буллинга (моббинга) за учебный год 1. Пополнение методической копилки новыми формами работы по профилактике и предотвращению буллинга (моббинга) 2. Лекторий для педагогического коллектива на тему: «Буллинг (моббинг) как социально-педагогическая проблема»: Лекция 1. Буллинг как форма насилия в ученическом коллективе. Лекция 2. Буллинг: причины и последствия Лекция 3. Буллинг как дискриминация прав ребенка на	сентябрь октябрь ноябрь январь март май в течение уч.года в течение уч.года в течение уч.года (на каникулах) октябрь декабрь февраль	зам. директора зам. директора педагог-психолог педагог-психолог педагог-психолог зам. директора педагог-психолог зам. директора по ВР, педагог-психолог зам. директора зам. директора, методисты педагог-психолог

	образование Лекция 4. Как педагогу противостоять травле детей 1. Семинары, круглые столы, деловые игры, тренинги для педагогов на темы: - Нормативные основания и алгоритм действий педагогов в случае подозрения на возможный факт насилия в детском коллективе. - Буллинг (моббинг) в образовательной среде: как помочь ребенку побороть агрессию. Методы предотвращения буллинга - Формирование личности ребенка как основа для противодействия насилию 1. Конкурс методических разработок, программ, сценариев внеурочных мероприятий по профилактике буллинга (моббинга) в детской среде 2. Групповые консультации по проблемным ситуациям: - Насилие в образовательной среде: что противопоставить жестокости и агрессии? - Буллинг или как не стать жертвой? - Детский буллинг (моббинг). Как защитить ребенка от травли? 1. Индивидуальные консультации педагогов по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха	в течение уч. года	педагог-психолог
<i>Работа с родителями обучающихся</i>			
1	1. Общее родительское собрание «Буллинг (моббинг) в детской среде» 2. Родительские собрания в группах: - О правах ребенка на защиту от любой формы насилия. - Как предотвратить и преодолеть буллинг (моббинг)? 1. Устный журнал	октябрь октябрь апрель 1 раз в квартал	зам. директора педагоги педагоги педагог-психолог

	(стендовая информация): - Буллинг (моббинг) – это не детская шалость. - Невидимый буллинг. - Психологический дискомфорт обучающихся в образовательной среде: причины, проявления, последствия и профилактика - Буллинг, изгой, отверженные-одна проблема? 1. Книжная выставка в библиотеке «В помощь родителям о профилактике буллинга (моббинга) детей и подростков»: 2. Психологический практикум «Психология поведения жертвы буллинга (моббинга)» 3. Индивидуальные консультации педагога-психолога по профилактике конфликтных ситуаций в детском коллективе, в общении, по вопросам оказания поддержки неуверенным, отвергнутым детям, создание ситуации успеха 4. Психологическая диагностика в контексте проблемы буллинга: - Анкетирование «Как я воспитываю своего ребенка» - Анкетирование «Оценка уровня удовлетворительности образовательной средой в МБОУ СОШ №3»	в течение уч.года апрель в течение уч. года (по запросу) ноябрь март-апрель	зав. библиотекой педагог-психолог
<i>Информационное, организационно-кадровое и психолого-педагогическое обеспечение профилактики и предотвращения буллинга (моббинга) обучающихся</i>			
1	1. Информационные часы, беседы (примерная тематика). 7-11 лет: - Законы сохранения доброты. - Я не дам себя обижать. - Наш Центр живет без насилия. - Давайте жить дружно! - Мы против насилия. Как защитить себя? - Будем добрыми. - Как я отношусь к насилию. - Как научиться жить без драки. 12-15 лет:	в течение уч. года	педагоги

	- Бояться страшно. Действовать не страшно. - О правилах поведения и безопасности на улице. - Буллинг как стадный допинг. - Безопасное поведение. - Что такое агрессия? - Добро против насилия. - Как не стать жертвой насилия. - Способы решения конфликтов с ровесниками. 16-18 лет: - Навыки саморегуляции. - Воспитание характера. - Предупреждение насилия и жестокости в жизни. - - Как бороться с конфликтами. - Нравственный закон внутри каждого. - Моя жизненная позиция 1. Просмотр и обсуждение художественных фильмов: - «Чучело» (1983 г.). - «Класс» (2007 г.). - «Розыгрыш» (2008 г.). - «Школа» (телесериал, 2010 г.) 1. Читательские конференции по книгам, раскрывающим проблему буллинга: - В.К. Железняков «Чучело». - Хосе Тассиес «Украденные имена». - В.Н. Ватан «Заморыш». - Е.В. Мурашов «Класс коррекции». - Стивен Кинг «Кэрри». - Алексей Сережкин «Ученик». - Андрей Богословский «Верочка». - Джоди Пиколт «Девятнадцать минут» 1. Информационный вестник (стендовая информация раздаточные материалы) для обучающихся на темы: - Мы – против насилия!	в течение уч. года (на каникулах) в течение уч. года сентябрь, январь в течение уч. года (1 раз в четверть) март в течение уч. года (по запросу) в течение уч. года (по запросу)	Педагоги зав. библиотекой педагоги педагог-психолог педагог-психолог
--	---	---	---

	- Мы – против жестокого обращения! 1. Книжные выставки: - Буллинг как этическая проблема. - Относись к другому так, как ты хотел бы, чтобы относились к тебе. - Детство, свободное от жестокости. - Скажем «Нет» равнодушию к детскому насилию 1. Самообследование образовательной среды на предмет безопасности и комфортности 1. Психологическая диагностика (наблюдение, анкетирование, тестирование) в контексте проблемы буллинга: - выявление детей, склонных к проявлению жестокости к другим обучающимся; - взаимоотношения в группе; - изучение личностного развития обучающихся с целью профилактики нарушений в развитии личности (толерантность, самооценка и уровень притязаний, тревожности, мотивации) 1. Цикл развивающих занятий по формированию навыков межличностного общения: - Стиль поведения. Умеем ли мы общаться? - Профилактика насилия в подростковом сообществе - Стратегии безопасного поведения - Недопустимость насилия и жестокости в обращении со сверстниками 1. Контрольно-оценочная деятельность в целях проверки информационной доступности правил поведения и нормативных документов по профилактике буллинга 2. Индивидуальные консультации обучающихся (по результатам диагностики, общение со сверстниками, детско-родительские	декабрь, апрель в течение уч. года (по запросу)	зам. директора педагог-психолог
--	--	---	---

	отношения, конфликты) 3. Информационная акция «Нет насилию!» 1. Конкурсы: - плакатов «Мы против буллинга!» - рисунков «Территория детства» - творческих поделок «Гармония – в цвете, гармония – в душе, гармония – в жизни» - презентаций «Стоп насилию!» - сочинений, эссе «Дружба – главное чудо»		
--	---	--	--

Приложение

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. Где чаще всего встречается травля?

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

6. 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 _____

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

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

8. Считаете ли вы, что взрослые недостаточно помогают детям, являющимися жертвами травли?

- а) да
- б) нет
- в) не задумывался об этом

9. 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 _____

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

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

Спасибо за участие!

Анкета

Дорогой друг! С помощью этой анкеты мы хотели бы выяснить следующее: как часто тебе приходится сталкиваться с жестоким или несправедливым отношением к тебе со стороны родителей, учителей и сверстников. Анкета анонимна - указывать свою фамилию не обязательно!! Отвечая на каждый вопрос анкеты:

- внимательно прочитай все возможные варианты ответов;
- отмечая вариант своего ответа, поставь «Х» рядом с ответом;
- если ни один из вариантов не подходит тебе, то напиши свой ответ.

Спасибо за помощь в работе!

1. Отметь свой пол: М Ж Сколько тебе лет? _____
2. Сколько человек в твоей семье? _____
3. Отметь всех, кто живет с тобой:

Мама

Папа

Бабушка

Дедушка

Отчим

Мачеха

Тетя

Дядя

Братья

Сестры

1. Отметь, к какой социальной категории ты можешь отнести тех, кто тебя воспитывает:

Мама _____

Папа _____

-рабочие

-служащие

-безработные

-имеет свое дело

- пенсионер

- инвалид

1. Есть ли у тебя родные братья и сестры?

Да

Нет

Если да, то сколько их? _____

2. Отметь, как ты оцениваешь отношения в семье:

- спокойные и дружные

- иногда бывают ссоры

- напряженные, но без видимых конфликтов

- постоянные конфликты (скандалы, драки и т.д.)

другое _____

3. Приходилось ли тебе убежать из дома?

Да Нет

Если да, постарайся назвать причину _____

4. Отметь, какие наказания чаще применяют к тебе родители

- моральные
- физические
- другие _____

5. Отметь, как часто родители применяют к тебе телесные наказания (бьют тебя, причиняют боль)?

- очень часто (каждый день)
- часто
- от случая к случаю
- только иногда (не чаще 1 раза в год)
- никогда

6. Выбери, какие методы воспитания обычно применяют твои родные по отношению к тебе:

- объясняют тебе, как надо поступать
- хвалят тебя, когда ты этого заслуживаешь
- запрещают тебе делать то, что тебе нравится
- устраивают порку
- обещают награду за хорошие поступки
- ругают, кричат, обзывают

7. Напиши, за что тебя чаще всего наказывают _____

Отметь, кто чаще тебя наказывает

- мама
- папа
- другие _____

8. Как ты считаешь, всегда ли тебя наказывают справедливо?

- всегда справедливо
- чаще справедливо
- чаще несправедливо
- всегда несправедливо

9. Отметь, случалось ли, что у тебя в классе учителя унижали, оскорбляли, обзывали учеников?

- очень часто
- часто
- только иногда
- никогда

10. Как обычно реагируют педагоги школы, если в их присутствии ученики оскорбляют друг друга?

- не замечают происходящего
- требуют прекратить
- как-то иначе _____

11.Отметь, случалось ли, что у тебя в классе учителя применяли к ученикам телесные наказания

- очень часто
- часто
- только иногда
- никогда

12.Отметь, приходилось ли тебе терпеть унижение, оскорбления, издевательства со стороны сверстников?

- очень часто
- часто
- только иногда
- никогда

13.Случалось ли тебе быть жертвой вымогательства?

Да Нет

Если да, то где это происходило?

- в чужом микрорайоне
- во дворе
- в школе

Кому ты рассказал об этом?

- родителям
- друзьям
- никому

14.Отметь, какие чувства у тебя возникают, когда на тебя кричат, ругают, унижают, оскорбляют, обзывают

- обида
- гнев
- желание исчезнуть
- тоска
- безразличие
- страх
- ненависть
- желание ответить тем же

15.Как ты считаешь, есть ли ученики, явно нуждающиеся в помощи и защите?

- да, и их много
- да, и их мало
- нет

16.Как ты думаешь, что можно сделать для того, чтобы в школе было меньше агрессивных отношений

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...

Приложение

Групповое занятие с элементами тренинга на тему «Ценить других...» для обучающихся 11-14 лет

Цель занятия: профилактика буллинга в образовательной среде.

Задачи занятия:

1. Активизация знаний обучающихся по теме «буллинг».
2. Развитие уважения к различиям других.
3. Формирование доброжелательного отношения друг к другу.
4. Развитие навыков межличностного взаимодействия.

Структура занятия:

1. Вводная часть. Приветствие. Разминка «Наши сильные стороны».

2. Основная часть:

- правила работы группы.

- просмотр мультфильма «Helium» (режиссер TomKyzivat, 2005)

- мини-лекция «Буллинг в школе»

- упражнение «Чем мы отличаемся друг от друга» - «Чем мы похожи друг на друга».

- упражнение «Этюды»

- упражнение «Черты человека»

- упражнение «Ярлыки»

- «Оценивание развития собственных качеств»

3. Заключительная часть: Упражнение «Камень ножницы, бумага».

Рефлексия «Смайлы».

Оборудование: запись мультфильма «Helium» (режиссер TomKyzivat, 2005, Код доступа: <https://yandex.ru/video/search?text=«Helium»...>), карточки (игра в шахматы, пилка дров, перетягивание каната, игра в теннис, гребля в лодке, игра в волейбол, армрестлинг, зеркало и его отражение, игра в ладушки,

рукопожатие при встрече, игра «Камень, ножницы, бумага», передача горячей картошки другому, игра в карты), слайды с характеристиками (флипчарт с надписями), карточки с чертами личности, смайлы по количеству участников.

Содержание занятия:

1. Вводная часть. Ребята, доброе утро! Сегодня на занятии мы поговорим о вашем классе, о взаимоотношениях друг с другом. Но 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.

2. Основная часть.

Ребята, давайте вспомним правила работы группы:

- Мы всегда помогаем друг другу
- На занятии все относятся друг к другу с уважением;
- Говорим по очереди и внимательно слушаем друг друга
- Каждый имеет право сказать, что он думает и чувствует.

А сейчас я предлагаю вам посмотреть мультфильм («*Helium*», режиссер *Tom Kizivat*, 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?

Итак, если показанная в мультфильме ситуация повторяется очень часто, то мы можем говорить о буллинге, т.е. систематическом насилии, унижении, оскорблении, запугивании одних школьников другими. Обратите внимание на следующее:

1) основными действующими лицами являются агрессор и жертва, которые очень наглядно представлены в мультфильме;

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.

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. 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, концовка мультфильма это наглядно показывает.

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

Молодцы! Давайте сделаем 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.

Упражнение «Чем мы отличаемся друг от друга» - «Чем мы похожи друг на друга».

А сейчас я предлагаю обратить внимание на то, что мы все разные. Например, у меня и Оксаны волосы разного цвета, Таня и Сережа – разного пола, а Настя и Олег - сегодня одеты в пуловеры разной цветовой гаммы. У нас разные национальности, возраст, пол, вес, цвет глаз и т.п.

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

Правильно, лучше мы будем искать то, чем мы друг на друга похожи, какие у нас есть схожие черты, качества. Например, у нас со Светой одинаковые имена. Кто из вас слушает музыку одной группы? Кто ходит в одну секцию, посещает один факультатив или элективный курс? Кто продолжит? (следим затем, чтобы все дети были названы).

А сейчас разминка - *упражнение «Этюды»*. Работа в парах, не договариваясь, показать: игра в шахматы, пилка дров, перетягивание каната, игра в теннис, гребля в лодке, игра в волейбол, армрестлинг, зеркало и его отражение, игра в ладушки, рукопожатие при встрече, игра «Камень, ножницы, бумага», передача горячей картошки другому, игра в карты.

Вы замечательно справились. Даже не разговаривая, вы смогли договориться, а другие вас понимали без слов. Значит это возможно и в реальной жизни: найти компромисс, договориться.

А сейчас я предлагаю вам посмотреть на слайд, где представлены характеристики человека, в поведении которого присутствуют:

- оскорбления, насмешки;
- игнорирование (отказ в беседе, в признании);
- негативные стереотипы и предрассудки (составление обобщенного мнения о человеке, принадлежащем к иной культуре, полу, расе, этнической группе, как правило, на основе отрицательных характеристик);
- преследования, запугивания, угрозы.

Вопросы для обсуждения: Кто хочет иметь такого друга, товарища, одноклассника? Почему?

Посмотрите на 3 пункт – стереотипы, т.е. навешивание ярлыков. Давайте поиграем в «Ярлыки».

Упражнение «Ярлыки».

Распечатки: «ленивый», «злой», «неудачник», «равнодушный», «бездельник», «балбес», «безответственный», «несерьезный», «драчун», «прогульщик». Раздать участникам случайным образом.

Вопросы для обсуждения: Ребята, нравится ли вам такая наклейка? Почему? Вы хотите от неё избавиться? Почему?

Сейчас вы рвете этот ярлык на мелкие кусочки, выбрасываете, а я раздаю вам другие наклейки: «умный», «красивый», «талантливый», «отзывчивый», «добросовестный», «сообразительный», «активный», «образованный», «воспитанный», «эрудит».

Вопросы для обсуждения: Что вы чувствовали, как вы себя ощущаете? Существуют ли "наклейки" в реальной жизни? Всегда ли ваше мнение о других людях соответствует реальному?

Вернемся к слайдам. Здесь представлены качества и характеристики другого человека:

1. Готовность принимать мнение другого человека, его верование.
2. Уважение чувства человеческого достоинства.
3. Уважение прав других.
4. Принятие другого таким, какой он есть.
5. Способность поставить себя на место другого.
6. Уважение права быть другим.
7. Признание многообразия людей, мнений, религий и т.д.
8. Признание равенства других.
9. Отказ от насилия и жестокости по отношению друг к другу.

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

А сейчас мы предлагаем вам оценить себя по 5-тибалльной шкале – насколько у вас развиты представленные на бланке качества. Читаете каждое утверждение, ставите 1 балл – у вас неразвита эта черта, 5 – развита по максимуму. У вас на это 5 минут. Оцениваете себя честно. А сейчас внимательно посмотрите – какую черту (черты) в себе вам нужно развивать!

3. Заключительная часть:

И в завершении нашего занятия давайте посмотрим насколько хорошо вы понимаете друг друга без слов. Знаете *игру «Камень, ножницы, бумага»*? Сейчас на мой счет 1, 2, 3, вы выкидываете одну из трех позиций. Закончим игру, когда у всех будет одинаковая позиция. При этом вы молчите и не договариваетесь.

Рефлексия. Вы получили смайлы. Если вам понравилось занятие, то дорисуйте рот таким образом, чтобы получился улыбающийся смайл, если понравилось наполовину, то начертите вместо рта горизонтальную черту, если вам совсем не понравилось – сделайте смайла грустным.

Спасибо за работу!

Черты личности (упражнение «Черты человека»)

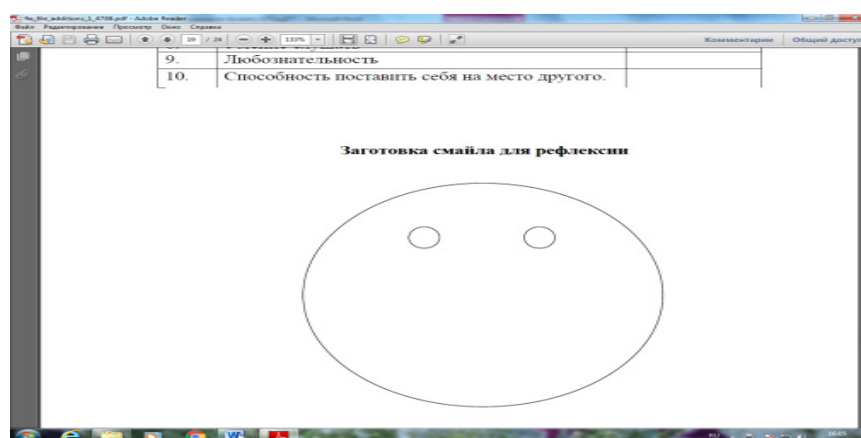
Оцени себя по 5-ти балльной шкале: 1 балл – у вас неразвита эта черта, 5 – развита по максимуму.

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.
Материалы к проекту «Скажем буллингу "Нет!"» (программа профилактики буллинга в образовательной организации)
<http://psy.su/psyche/projects/1813/>

Черты личности (упражнение «Черты человека»)
Оцени себя по 5-тибалльной шкале: 1 балл – у вас неразвита эта черта, 5 – развита по максимуму.

№ п/п	Черты	Баллы
1.	Способность к сопереживанию	
2.	Чувство юмора	
3.	Чуткость	
4.	Терпимость к различиям	
5.	Умение владеть собой	
6.	Доброжелательность	
7.	Умение не осуждать других	
8.	Умение слушать	
9.	Любознательность	
10.	Способность поставить себя на место другого.	

Заготовка смайла для рефлексии



Приложение

Разработка классного часа для обучающихся 13-15 лет

Цель мероприятия: профилактика буллинга в образовательной среде.

Задачи занятия:

1. Активизация знаний обучающихся по теме «буллинг».
2. Формирование толерантной позиции к другому.
3. Развитие навыков межличностного взаимодействия.

Предварительная подготовка может включать следующее:

- 1) просмотр фильмов «Чучело» (режиссер Р. Быков, 1983), «Класс» (режиссер И. Раага, 2007);
- 2) прочтение литературных произведений:

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

- Железников В. Чучело [Текст] /В. Железников. – М.: «Астрель», 2012. – 272 с.

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

Структура мероприятия:

1. Вводная часть. Приветствие. Оглашение темы классного часа.

2. Основная часть:

- обсуждение прочитанного произведения (просмотренного фильма);

- мини-лекция «Буллинг в школе»

3. Заключительная часть: подведение итогов классного часа.

Содержание занятия:

1. Вводная часть.

Ребята, добрый день! Сегодня я предлагаю вам обсудить тему школьной травли. Совсем недавно психологи проводили анкетирование по данной теме, в котором вы приняли участие. Справка по результатам проведенной работы свидетельствует о том, что 59% обучающихся нашей школы сталкивались с данной проблемой напрямую либо были наблюдателями подобных ситуаций.

2. Основная часть.

Для того чтобы наглядно посмотреть на такие истории со стороны я просила 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 всех 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 случилась?

Молодцы! Вы очень многие моменты отметили верно. Хочу обратить ваше внимание на то, 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 причиняются 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.

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 благополучных семей, 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 обратим внимание на общие характеристики возможных жертв буллинга:

- высокий уровень тревожности, неуверенность, отсутствие жизнерадостности,
- низкая самооценка и негативное представление о себе,
- отсутствие друзей в группе и трудности в выстраивании и поддержании близких отношений со сверстниками,

- слабость в физическом плане,
- особенности внешности (полнота, отчетливые физические недостатки, непривлекательность, плохая одежда),
- особенности поведения (чрезмерно подвижные, невнимательные, вспыльчивые, не умеющие держать дистанцию, с нелепыми проявлениями, раздражающими окружающих и т.п.),
- дети, принадлежащие к этническому, национальному или религиозному меньшинству.
- нетрадиционная сексуальная ориентация универсальный фактор высокого риска травли,
- чувствительный, тихий, замкнутый, пассивный, послушный, застенчивый ребенок, который легко и часто плачет, а также избегает прямой конфронтации в общении, испытывает трудности с самоутверждением в группе сверстников.

Согласны? Хотите добавить еще какие-то характеристики?

А сейчас давайте поговорим о последствиях буллинга для всех его участников. Переживание буллинга в детском и подростковом возрасте чрезвычайно травматично, и кроме актуальных последствий оказывает значительное влияние на дальнейшую жизнь человека. Прежде всего, влияет на формирование самооценки ребенка, его коммуникативные возможности, мотивацию к развитию и достижениям.

Итак, психологи выделяют:

- аффективные нарушения (снижение настроения, депрессивность, высокий уровень тревоги, многочисленные страхи, негативные эмоции),
- соматические нарушения (нарушения сна, аппетита головные боли, боли в животе, нарушения работы желудочно-кишечного тракта, неожиданные повышения температуры и т.д),
- когнитивные нарушения (неустойчивость внимания, трудности сосредоточения, нарушения концентрации памяти и т.п.),
- нарушение школьной адаптации (снижение мотивации к учебе, пропуски уроков, снижение успеваемости),
- поведенческие нарушения (агрессивность, уходы из дома, протестное поведение),
- суицидные мысли и попытки.

К другим наиболее часто общим последствиям буллинга относятся снижение самооценки, нарушение доверия к окружающему миру.

Буллинг наносит существенный вред всем, кто в него вовлечен. Пострадавшие дети не только страдают от физической агрессии, но и получают психологическую травму, которая влияет на самооценку ребенка и может оказывать длительное воздействие на социальную адаптацию ребенка. Снижение успеваемости, отказ посещать школу, самоповреждающее поведение - наиболее частые последствия буллинга.

Дети агрессоры чаще других детей попадают в криминальные истории, формируют искажённое представление о разрешении конфликтов и социальном взаимодействии.

Дети, непосредственно не участвующие в травле, переживают много негативных эмоций: страха быть на месте жертвы, бессилия, негативного отношения к школе.

Для учителей самыми частыми последствиями буллинга являются большее количество негативных эмоций в общении с детьми, проблемы с дисциплиной в классе, снижение статуса среди учеников, чувство собственной несостоятельности и бессилия, риск административных взысканий, когда ситуация выходит из-под контроля и травля приводит к физическим повреждениям, суицидальному поведению, конфликтам с родителями.

Недоброжелательная обстановка, разобщенность между детьми, снижение мотивации к учёбе, недоверие к взрослым – это основные последствия травли для детского коллектива.

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.

3. *Заключительная часть:*

И в завершении нашего классного часа скажите: интересна ли вам была данная тема? Что полезного вы сегодня узнали?

Спасибо за работу!

Приложение

Педсовет на тему «Профилактика буллинга в образовательном учреждении»

Цель:

1. Познакомить педагогический коллектив с понятием «Буллинг», причинами его возникновения.

2. Дать рекомендации педагогам по профилактике буллинга в образовательном учреждении.

1. Вводная часть. Просмотр видеоролика.

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?

2. *Основная часть.* Многие психологи, социологи дают разное определение буллингу.

Слайд 1 Норвежский исследователь буллинга Дэн Олвеус определяет буллинг как стереотип взаимодействия в группе, при котором человек на протяжении времени и неоднократно сталкивается с намеренным причинением ему вреда или дискомфорта со стороны другого человека или группы людей в контексте «диспропорциональных «властных» отношений»

Буллинг - многократное психологическое давление на человека, жертва которого испытывает постоянный стресс. Травля одного человека другим. Проявляется во всех возрастных и социальных группах.

Школьный буллинг отличается своей жестокостью, непримиримостью. Это явление не происходит, когда два человека с одинаковыми физическими возможностями часто спорят или борются, когда подзадоривание происходит в дружеской форме. Он всегда имеет цель, затравить жертву, вызвать страх, унижить.

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.*

Слайд 2. Главные компоненты определения буллинга:

1. Это агрессивное и негативное поведение.
2. Оно осуществляется регулярно.
3. Дисбаланс власти и силы.
4. Это поведение является умышленным.

Слайд 3. Существуют следующие виды буллинга:

Вид	Что включает
Физическое насилие	избиение, побои, толчки, шлепки, удары, подзатыльники, пинки
Эмоциональное насилие (психологическое)	Угрозы, насмешки, присвоение обидных кличек, бесконечные замечания, критика, необъективные оценки со стороны учителей, высмеивание, оскорбление, унижение ученика в присутствии других детей, принуждение делать что-то, чего ребенок делать не хочет. Дискриминация, Нецензурная брань. Умышленное доведение человека до стресса, срыва.
Сексуальное насилие	Сексуальное насилие, или совращение – использование ребенка (мальчика или девочки) взрослым (учителем), или другим подростком для удовлетворения сексуальных потребностей, или для получения выгоды.

Экономическое насилие	Порча и отнятие личных вещей. Вымогательство. Отбирание денег. Повреждение имущества.	
Кибербуллинг	Использование телефона	1. Систематически осуществляются анонимные звонки и отправляются оскорбляющего или угрожающего рода сообщения 2. Съёмка компрометирующих фото- и видеоматериалов, публикация их в сети Интернет.
	Использование E-mail	Рассылка злых и негативных сообщений.
	Социальных сетей	1. Написание обидных комментариев к фотографиям, к видео, на стене пользователя, в сообществах. 2. Распространение непристойного видео и фото. 3. Взлом чужого аккаунта, редактирование его с целью очернить другого человека. 4. Намеренное создание группы, для выражения ненависти и травли определенного человека. 5. Создание фальшивого профиля для третирующего другого человека.
	Видео-портал	Публикация в Интернет непристойного, компрометирующего, позорящего другого человека видео.

Слайд 4. Причины возникновения буллинга в образовательном учреждении:

Существует целый ряд факторов, способствующих процветанию буллинга в детских коллективах. Во многом развитию этого явления способствуют воспитание в семье и микроклимат того образовательного учреждения, куда попадают дети для получения образования. Отсутствие контроля за поведением детей в перемены, свободное время.

Проблемы с успеваемостью и приклеивание ярлыков (учителя и родители говорят, что ребёнок не исправим, плохо воспитан, или глуп). Для неуспевающих учеников агрессивное поведение является одним из средств, при помощи которых они компенсируют свою слабую учебную мотивацию.

Цель буллинга - за агрессивным поведением скрыть свою неполноценность.

Слайд 5. В ситуации травли всегда есть:

"Агрессор" – человек, который преследует и запугивает жертву.

"Жертва" – человек, который подвергается агрессии.

"Защитник" – человек, находящийся на стороне жертвы и пытающийся оградить её от агрессии.

«Агрессята» - люди, участвующие в травле, начатой агрессором.

"Сторонники" – люди, находящиеся на стороне агрессора, непосредственно не участвующие в издевательствах, но и не препятствующие им.

"Наблюдатель" – человек, знающий о деталях агрессивного взаимодействия, издевательств, но соблюдающий нейтралитет.

Слайд 6. 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.

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-одиночками;
- 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 общественно полезной 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:

Дети:

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

Взрослые:

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.*

Травля наносит непоправимый ущерб не только психике жертвы. Не менее вредна ситуация травли для наблюдателей. Они рискуют так и остаться безвольными пешками в руках более сильных и предприимчивых. А решение, принятое под влиянием большинства, вопреки голосу совести, и постоянный страх оказаться на месте жертвы способствуют снижению самооценки, потере уважения к себе. Агрессоров же развращает безнаказанность, они усваивают, что подобными методами можно управлять окружающими.

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?

Ролевая игра «Буллинг в школе» (7 минут).

Участникам предлагается ролевое разыгрывание самой значимой из описанных ими ситуаций жестоких отношений между детьми. Один из них играет роль ребенка-изгоя, другие – преследователей, соучастников, безучастных свидетелей. Затем участникам предлагается внести в разыгрываемую ситуацию такие изменения, которые позволят прекратить насилие.

Вопросы для обсуждения:

- Что вы испытывали в роли жертвы (обидчика, наблюдателя)?

- Какие мысли приходили вам в голову?

- Какие желания у вас возникали?

- Что вам хотелось изменить в разыгрываемой ситуации и как вы это сделали?

- Как эта игра соотносится с вашей реальной жизнью?

- Какое она окажет влияние на вашу педагогическую деятельность?

Следующие *рекомендации* помогут педагогам, психологам, администрациям учреждения образования в выявлении буллинга и противодействии ему.

1. Начните с точного, приемлемого для вашего образовательного учреждения определения буллинга. Помните, что понятие буллинг не аналогично таким понятиям, как агрессия или насилие. Однако последние могут быть элементами этого комплексного явления. Буллинг — это разрушительное поведение более «сильных», направленное на более «слабых». Это не ссоры и драки, в которых участвуют школьники, обладающие одинаковым авторитетом. Буллинг не бывает справедливым, так как «сильный» получает «удовольствие» от нанесенного ущерба (материального и морального) «слабому».

2. Установите формы буллинга, которые имеют место в вашем образовательном учреждении. Можно вести дневник наблюдений за поведением членов школьного сообщества, которые, на ваш взгляд, склонны к проявлению физического или психологического насилия. Включить в него можно также педагогов и родителей. Прежде всего, необходимо понять, где находится «силовой» дисбаланс.

3. Узнайте, какими способами поддерживают свой авторитет педагоги, административные работники, ученики школы. Много можно почерпнуть из ежедневных наблюдений за отношениями детей, персонала, педагогами и родителями. Полезно также составить и использовать короткие анкеты, на вопросы которых смогли бы анонимно ответить все члены школьного

сообщества, включая родителей. Это поможет оценить ситуацию и определить, какие меры необходимо предпринять. Наблюдения дадут возможность оценить масштаб буллинга и проанализировать его причины. Вы также сможете определить, какие меры нужно предпринять, чтобы дети чувствовали себя защищенными в школе. Анализ анкет поможет понять, где, в каких местах школьники сталкиваются с буллингом и как они реагируют на него, кто из них заинтересован, нуждается в помощи, а кто нет в борьбе с этим явлением. Вы также узнаете реакцию школьного персонала и родителей на буллинг, и, более того, какие дополнительные внешние силы, на их взгляд, следует привлечь для решения проблемы.

4. К организации действий следует приступать после исследования проблемы насилия в учреждении образования с помощью анкет, изучения специальной литературы и видеозаписей. Меры по борьбе с буллингом могут быть различными. В США, например, существует такое сообщество, как «полиция по борьбе с буллингом», в которую входят все, кто заинтересован в эффективном решении этой проблемы.

5. *Обсуждение проблемы, беседы с детьми как индивидуальные, так и в группе очень важны и полезны.* Большинство детей презирает «обидчиков», поэтому ваша задача заключается в том, чтобы доказать, что решение проблемы прежде всего в их интересах. Следующий шаг — обращение к чувствам ребёнка, моральная оценка действий «обидчиков». Это увеличивает вероятность того, что они будут на стороне «жертвы» и попытаются помочь. Не менее важно грамотно построить разговоры с детьми, пострадавшими от насилия. Цель бесед с ними — вовлечь в игры или дружеские отношения с другими детьми. Обсудите с детьми, почему в вашем образовательном учреждении возможно насилие и что нужно сделать, чтобы его предотвратить; предложите учащимся написать об известном им конфликте, который произошел в школе. С их разрешения зачитайте его, и предложите им дать определение буллингу. Особое внимание обратите на предложения детей по его предотвращению, подчеркивая наиболее реальные из них. Ознакомьте школьников с материалами (видео, книги), которые содержат информацию на эту тему. Предложите тему для обсуждения, например, как свидетели насилия должны себя вести, чтобы помочь «жертве», «обидчику».

6. Определите поведение персонала учреждения образования, которое способствует позитивным межличностным отношениям между учащимися. Этот пункт включает в себя моделирование просоциального поведения и работу по уменьшению асоциального поведения; наблюдение за поведением учащихся или воспитанников в классе, группе и во время общения, игр; готовность оказать поддержку тем детям, которые стали «жертвами» буллинга; обмен опытом по положительному решению таких проблем.

7. Не исключайте из поля зрения «обидчиков». Обязательно беседуйте не только с виновными, но с их родителями, даже если это сложно сделать. Буллинг — явление не «криминальное», но, тем не менее, его проявления, если не будут своевременно пресечены, становятся все более опасными. Реакция

школьного сообщества на случаи насилия — важный аспект в решении этой проблемы. Работа с виновными может быть различной. Иногда с ними устанавливают контакты и беседуют индивидуально — без угроз. Но зачастую используется такой подход: учитель или психолог, работая с жертвами, приглашают виновных принять участие в решении ситуации. Этот подход достаточно эффективен — особенно если ребенок проявляет постоянную склонность к насилию.

8. Помогите ребенку, который стал жертвой, самому решить проблему, конечно с помощью других. Педагогам следует определить тех детей, чье поведение провоцирует насилие и помочь преодолеть свои проблемы, например, неуверенность в себе. В работе с такими детьми полезно смоделировать ситуацию, в которой они находились, и помочь им ее преодолеть.

9. Конструктивно работайте с родителями. Обсуждайте с ними причины буллинга. При разговоре с родителями виновных важна сдержанность в оценке. Ведь чаще всего виновные в ситуациях буллинга — дети из неблагополучных семей. Беседуя с родителями жертв, не следует занимать позицию защиты «мундира», т.е. защищать школьную репутацию, а не ребенка, который стал жертвой. Если же разговор будет о том, что можно и нужно сделать, чтобы изменить ситуацию, вы сможете решить эту проблему вместе.

Психологические аспекты профилактики буллинга

В отношении постстрессовых последствий буллинга первичная профилактика реализуется по трем направлениям.

1. Создание условий недопущения буллинга.

2. Скорейшее и грамотное разобщение ребенка (подростка) с соответствующими стрессовыми воздействиями.

3. Укрепление защитных сил личности и организма в противостоянии травле как для условно здоровых детей и подростков, так и для уже имеющих соматическую или психическую патологию.

Большинство педагогов США, психотерапевтов и консультантов в американских школах считают, что проблема профилактики притеснения, травли, насилия может быть решена поэтапно.

Первый этап самый ответственный, заключается в том, чтобы признать, что такая проблема существует. Признание проблемы в рамках образовательного учреждения требует, чтобы кто-то взял на себя инициативу сказать о ее существовании и о работе с ней. Лучше, если человек, который будет руководить этим, обладает административной властью. Пока не будет достигнуто согласие, начинать работу смысла нет.

Главный аргумент инициативной группы для неприсоединившихся членов школьного сообщества следующий: «Если вы ничего не предпринимаете для решения проблемы, вы сами становитесь ее частью». Важно, чтобы к сотрудникам учреждения образования присоединились ученики и их родители.

Второй этап – определение проблемы.

Не может существовать унифицированных признаков определения проблемы. Тем не менее, инициативная группа взрослых и детей должна определить:

- суть проблемы (проблем);
- серьезность проблемы;
- частоту проблемы.
- привести соответствующие примеры.

После этого необходимо разработать совместный план действий.

Далее инициативная группа оповещает все школьное сообщество о сути происходящего, о тех направлениях работы, которые будут реализоваться для профилактики насилия.

Например,

- создание атмосферы нетерпимости к любому акту насилия в образовательном учреждении;
- лучшее наблюдение за холлами, комнатами отдыха, столовыми;
- соответствующая воспитательная работа по классам (группам) в режиме свободной дискуссии;
- разработка этического кодекса;
- ясно выраженное ожидание, что дети будут сообщать о нарушениях либо администрации, либо консультантам;
- создание консультантами групп поддержки для пострадавших и групп для работы с обидчиками.

Цель работы с последними: контроль агрессивных намерений обидчиков и их реабилитация.

III этап – выполнение программы.

Если есть план, то он должен быть выполнен. Лучше, если выполнение этого плана начнется с начала очередного учебного года. Здесь может быть сопротивление отдельных групп и личностей, потому что:

- многие дети не считают притеснения (травлю) проблемой;
- некоторые родители ожидают от своих детей, что они будут агрессивными, а не наоборот;
- некоторые педагоги не верят, что в их обязанности входит учить детей, заботиться о них.

Этими вопросами целесообразно лично заниматься ответственному лицу, координатору программы. Важное место занимает подготовка педагогов к тому, что им делать в ситуации травли.

Педагогам необходимо:

- оставаться спокойным и руководить;
- воспринять случай или рассказ о нем серьезно;
- принять меры как можно скорее;
- подбодрить потерпевшего, не дать ему почувствовать себя неадекватным или глупым;
- предложить пострадавшему конкретную помощь, совет и поддержку

- сделать так, чтобы обидчик понял, что вы не одобряете его поведение;
- постараться сделать так, чтобы обидчик увидел точку зрения жертвы;
- наказать обидчика, если нужно, но очень взвешенно подойти к тому, как это сделать;
- ясно объяснить наказание и почему оно назначается.

Один из аспектов выполнения подобных программ – развенчание мифа о том, что «агрессивное поведение – это нормально».

Для этих целей предлагается агрессивно-ориентированным школьникам пережить альтернативный опыт в виде различных тренингов из арсенала конфликтологии.

Вот основные направления работы с компаниями обидчиков:

- обидчиков нужно экстренно и эффективно разоблачать;
- не напирать на наказание, это только лишь усилит групповую солидарность обидчиков;
- работая с одним человеком, нужно умело использовать силу конфронтации всего, например, классного сообщества.

Целесообразно также индивидуальное консультирование обидчика психологом и социальным работником, направленное на высвобождение чувств агрессии, страха, обиды и исследование цепочки преследователь -жертва. Также необходима работа по снижению агрессивных и враждебных реакций, улучшению межличностных и межгрупповых отношений, формированию навыков разрешения конфликтов, правильной реакции в конфликтах, развитию толерантности, эмпатии.

Непосредственная работа с жертвами и преследователями может выглядеть следующим образом:

- переговорить отдельно с каждым ребенком, ставшим жертвой, и предложить письменно описать все случившееся;
- переговорить отдельно с каждым членом группы агрессоров и получить от них письменное изложение инцидента;
- объяснить каждому члену девиантной группы, что он нарушил правила поведения, и указать меру ответственности за содеянное;
- собрать всю группу и предложить каждому её члену рассказать перед другими, о чем говорили с ним в индивидуальной беседе;
- подготовить членов группы к встрече с остальными ребятами: «Что вы собираетесь сказать другим ребятам, когда выйдете отсюда?»
- поговорить с родителями детей, участвовавших в девиантной группе, показать им письменные объяснения ребят;
- вести дневник с записью всех инцидентов, с письменными объяснениями детей и принятыми мерами;
- обучить с помощью психолога детей, чаще всего попадающих в положение жертвы, методам психологической защиты;
- потребовать от обидчиков извинений;

- если обидчик заявил, что это была шутка, обратить внимание детей при обсуждении данного случая на то, что это не смешно;
- если действия обидчика прикрывались игровой формой, зафиксировать, кто еще из детей принимал участие в такой «игре».

Спросите ребенка, с кем еще он может поговорить о своих чувствах. «Я заметил, что в последнее время ты кажешься не очень счастливым. Могу ли я чем-нибудь тебе помочь? Я за тебя беспокоюсь. Может быть, ты хочешь еще с кем-нибудь поговорить?». Объясните ребенку вашу роль и роль представителей органов, оказывающих ему поддержку (работник организации защиты детей, социальный работник, консультант и т.д.). Дети нуждаются во множестве безопасных возможностей разрядки своей тревоги.

Скажите ребенку, подвергшемуся насилию: «Я тебе верю». «Мне жаль, что с тобой это случилось». «Это не твоя вина». «Хорошо, что ты мне об этом сказал». «Я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность».

Можно было бы сказать, что школьные годы пройдут и детские обиды забудутся, но психологи доказали, что это совсем не так. Школьное насилие буквально ломает личность жертвы, а его последствия сказываются на жизни человека в течение десятилетий. Жертвы частого или постоянного буллинга в школе, становясь взрослыми, существенно чаще жалуются на здоровье, страдают от депрессии, нервных расстройств и склонны к суициду. Они менее успешны в профессиональной деятельности, у них более низкий доход, выше риск остаться без работы. Они чаще ведут одинокий образ жизни, не имея семьи и друзей. Иначе говоря, «детские обиды» оборачиваются вполне серьезными взрослыми проблемами. Зная это, родителям и педагогам стоит внимательнее следить за тем, чтобы их ребёнок не стал жертвой буллинга.

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 травли, 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 сделает ситуацию явной для всех, 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.

Методы профилактики буллинга для педагогов.

Классный час

Можно использовать для бесед время классного часа. Воздействие будет максимальным, если обсуждение темы станет естественным продолжением школьных будней. Короткие, но частые беседы гораздо эффективнее, чем редкие и продолжительные. Такой ритм - еженедельное краткое обсуждение

темы - очень эффективен. Ученики постоянно ощущают, что учитель, родители и школа не потерпят травли, а хорошие поступки не останутся без внимания и будут оценены по достоинству. Однако важно, чтобы эти беседы не превратились в формальный ритуал, проводимый лишь для того, чтобы быть проведенным. Тогда они потеряют свою силу, а в худшем случае приведут к обратному результату. Ученики заметят, что педагогу, в сущности, все равно, и создается лишь видимость того, что все в порядке, что его легко провести. Это на руку преследователям, а жертве становится еще тяжелее.

Внутриклассные правила

Обычно правила класса разрабатываются и письменно формулируются вместе с учащимися. Это можно сделать различными способами. Можно каждому дать задание письменно сформулировать правила, затем разделить учеников на группы, в которых они отберут, скажем, по три правила. Группы выносят свое решение на общее обсуждение, и правила выбираются путем голосования. Список правил вывешивается в классе.

Правила могут действовать в течение определенного времени, но их необходимо подкреплять и соблюдать. Их следует документально зафиксировать, важно также, чтобы директор и учителя придавали им значение.

Просмотр фильмов

Многие учителя, посмотрев фильм с классом, и обсуждая с учениками тему буллинга, с помощью фильма могут проиллюстрировать, о чем шла речь. Ученики, как правило, узнают показанные в фильме приемы, а последующее обсуждение дает им названия и помогает повысить уровень осознания. Большинство учащихся проникаются чувствами жертвы буллинга, когда видят происходящее на экране. Тогда учитель имеет возможность дать ученикам высказаться и сам дает необходимые пояснения.

В последние годы был выпущен целый ряд различных по качеству фильмов и телевизионных передач о буллинге. Главное, чтобы учитель выбрал фильм на основании своей профессиональной оценки и посмотрел его вместе с учениками. Такой видеоматериал также подходит для просмотра в учительском коллективе и на встречах с родителями.

Постановки

Школа или класс могут самостоятельно поставить спектакль о буллинге. Правильный выбор актеров, хорошая подготовка и соответствующее исполнение помогут донести до зрителей принципы, за которые борется школа. Актеры и сами могут многому научиться, а в дальнейшем стать хорошими ролевыми моделями для остальных. Сотрудники школы способствуют закреплению принципов, помогая ученикам подготовить и провести спектакль.

Комбинирование форм работы

Литература, фильмы, постановки, сочинения и беседы способствуют профилактике буллинга. Такие формы работы можно использовать как по отдельности, так и в сочетании друг с другом. Это не потребует больших временных затрат, но продемонстрирует позицию школы, даст учащимся повод

задуматься и послужит систематическим напоминанием. Если учитель пользуется доверием учеников, то эти профилактические меры бывают весьма эффективными.

Для выявления буллинга в классе можно провести анонимное анкетирование и опрос учащихся.

Программа профилактики буллинга среди подростков

Программа профилактики буллинга в подростковом возрасте направлена на решение следующих задач:

- снижение агрессивных и враждебных реакций;
- оптимизацию межличностных и межгрупповых отношений;
- формирование навыков конструктивного реагирования в конфликте;
- развитие толерантности, эмпатии.

Включает 16 занятий, продолжительность одного занятия - 60-90 минут. Интенсивность занятий - 1-2 раза в неделю. В программе используется преимущественно групповая работа.

Структура занятия:

1. Вводная часть - набор упражнений, способствующих активации участников группы, созданию благоприятной атмосферы, повышению сплоченности.
2. Основной этап - беседы, игры, упражнения, помогающие понять и усвоить тему занятия.
3. Рефлексия - в конце каждого занятия участники делятся своими чувствами.

Основу программы составляют различные игры и упражнения. Педагог-психолог по своему усмотрению может их группировать и сочетать - в зависимости от целей, которые он поставил, работая со школьниками по проблеме профилактики буллинга.

Рассмотрим примеры игр и упражнений, используемых в программе.

Игра «Путаница»

Инструкция. Выбирается водящий, он выходит за дверь. Остальные встают в круг, держась за руки, и «запутываются», меняя свое местоположение, поворачиваясь под разными углами. Задача водящего - распутать всех так, чтобы участники вновь образовали круг. Если выполнение задания слишком затягивается, можно разрешить водящему расцепить одну пару рук и переставить этих участников на нужное место.

Упражнение «Мои сильные стороны»

Примечание. Упражнение предполагает обращение к детям как к взрослым, имеющим профессию.

Инструкция педагога-психолога: «У каждого из вас как профессионала есть сильные стороны, то, что вы цените в себе, что дает вам чувство внутренней свободы и уверенности в собственных силах, что помогает

выстоять в сильную минуту. Запишите свои сильные стороны в первой колонке на листочке, и при их формулировании не умахайте своих достоинств. Во второй колонке отметьте несвойственные вам профессиональные положительные качества, которые вы хотели бы выработать в себе. На составление списка вам отводится 5 минут. Затем сядем в большой круг, каждый участник прочитает свой список и прокомментирует его. Когда вы будете высказываться, говорите прямо и уверенно. На выступление каждому дается 2 минуты. Слушатели могут только уточнять детали или просить разъяснение, но не имеют права высказывать свое мнение. Вы не обязаны объяснять, почему считаете те или иные свои качества "точкой опоры", сильной стороной. Достаточно того, что вы сами в этом уверены».

Примечание. Обсуждение целесообразнее проводить, когда участники сидят в кругу, а при большом их количестве - в группах по 7-8 человек. В конце следует провести коллективную дискуссию, обращая внимание на то общее, что было в высказываниях, и на ощущения, которые каждый испытал во время выполнения упражнения.

Комментарий для педагога-психолога. Упражнение «Мои сильные стороны» направлено не только на определение каждым участником собственных сильных сторон, но и на формирование умения воспринимать себя позитивно. Поэтому при его выполнении необходимо следить за тем, чтобы участники избегали высказываний даже о незначительных своих недостатках, ошибках, слабостях. Любая попытка самокритики и самоосуждения должна пресекаться.

Упражнение «Нарисуй картину»

Инструкция педагога-психолога: «Нарисуйте в своем воображении две картины будущего

через три года: первая описывает переживания и жизненные ситуации, которые вы хотите иметь; вторая - переживания и жизненные ситуации, которые вы не хотели бы иметь.

Непременно включите в ваши воображаемые картины окружение, место, где вы находитесь, с кем вы, чем занимаетесь и как себя чувствуете.

После того как вы создадите две эти картины, посмотрите на желаемое вами будущее и спросите себя: «Что я могу сделать для того, чтобы это произошло?» Запишите, какое поведение сделает ваше желаемое многообещающее будущее настоящим. Затем необходимо найти поведение, которое может привести к нежелаемому будущему. Запишите перечень поступков, которые уведут вас от того, к чему вы хотите идти».

Упражнение «Хочу сказать приятное другому человеку»

Инструкция. Участникам, по очереди входящим в помещение, предлагается похвалить сначала других, а потом себя. По ходу выполнения задания педагог-психолог обращает внимание на ту похвалу, которая вызвала положительную реакцию у окружающих. Затем участникам предлагается

рассказать о том, что они чувствовали, когда их хвалили, и что больше им понравилось: слушать похвалу в свой адрес или самому хвалить другого.

В заключение участники должны похвалить своих родственников, друзей, знакомых и даже незнакомых людей.

Упражнение «Сотворение чуда»

Инструкция. Участники разбиваются на пары, у одного из них в руках «волшебная палочка» (карандаш, веточка или любой другой предмет). Дотрагиваясь до партнера, он спрашивает его: «Чем я могу тебе помочь? Что я могу для тебя сделать?». Тот отвечает: «Спой (станцуй, расскажи что-нибудь смешное, попрыгай на скакалке)», или предлагает что-нибудь хорошее сделать позже (оговаривается время и место). Затем партнеры меняются местами.

Упражнение «Тонкие нити»

Примечание. Для упражнения необходимо приготовить большое количество ниток разного цвета и толщины.

Инструкция. Предваряя упражнение, педагог-психолог объясняет сложный характер межличностных отношений людей:

- между двумя людьми (А и Б) имеются порой очень сложные отношения («альфа-отношения»);
- третье лицо (В), будучи наблюдателем, так или иначе может относиться к отношениям А и Б, т. е. может быть отношение к отношению («бета-отношение»);
- четвертое лицо (Г, а также А или Б) может тем или иным способом заметить, что В нравятся или не нравятся отношения А и Б, т. е. может быть отношение к отношению к отношению («гамма-отношения»);
- может быть отношение к отношению к отношению к отношению («дельта-отношения»).

Теоретически этот список можно продолжать до бесконечности. Реально же далее «гамма-отношений» рефлексия заходит редко.

Рано или поздно участники тренинга замечают, что можно так или иначе относиться к своему отношению к другому человеку. Чтобы не усложнять, следует признать, что такого рода отношение является частью отношения к другому.

Сложность межличностных отношений педагог-психолог демонстрирует с помощью набора ниток. Он договаривается, что белыми нитками обозначается хорошее, позитивное отношение, а черными, наоборот, - негативное. Вызываются четыре добровольца. Сначала между двумя участниками «выстраивается отношение» с помощью белой или черной нитки. Для этого нитка закрепляется на запястьях обоих участников. Можно придумать и другие оригинальные способы крепления ниток; главное - чтобы участники их не могли случайно обронить или потерять. «Бета-отношение» протягивается от запястья третьего участника к середине первой нити. «Гамма-

отношение» аналогично протягивается от запястья четвертого участника к середине второй нити.

Далее можно порассуждать о том, как много таких невидимых «нитей» пронизывает наши межличностные отношения, как это сложно для рефлексии. Например, для четырех людей может существовать 6 «альфа-нитей», 12 «бета-нитей», 36 «гамма-нитей», 108 «дельта-нитей». Чем больше людей, тем больше - в геометрической прогрессии - растет количество возможных нитей.

Также следует отметить, что отношения бывают разными. Крепкие устойчивые отношения могут не меняться годами, человек ведет себя строго в соответствии с ними. Эти отношения постоянно побуждают их носителей к тем или иным действиям. Бывают также отношения слабые, неустойчивые. Они часто меняются, человек не всегда сообразуется в своих поступках с отношениями. Эти отношения не побуждают человека сделать что-то, он вообще может неделями не вспоминать про другого или же про отношения каких-то людей.

Педагог-психолог с помощью ниток и добровольцев моделирует разные случаи, схемы; договаривается о том, что крепкие отношения будут обозначаться толстыми нитями, слабые - тонкими, например, чем сильнее дружба, тем плотнее нити. Постепенно можно вводить нити разных цветов. Так, любовные отношения мужчины и женщины - красные нити; деловые отношения - синие; близкие друзья - желтые; враги - черные нити и т. д. Между двумя людьми, таким образом, могут быть протянуты две и более нитей разных цветов. Поняв общую идею, участники сами начинают предлагать дополнения в модель.

Собственно, упражнение заключается в том, что одни участники загадывают схемы отношений, а другие их разгадывают. Может быть два варианта. Первый заключается в том, что один из участников (или несколько) выходит за дверь, а оставшиеся коллективно придумывают схемы-загадки, например: что может означать тот или иной цвет, количество нитей, их толщина. Другой способ: участник формирует схему, а те, кто ее изображает, должны сами угадать, какие у них межличностные отношения. Сначала рекомендуется пойти первым путем, а когда участники более-менее освоят модель - вторым. Чтобы упростить, можно добавить явные роли: загадывающие пишут название роли (учитель, муж, начальник, сосед и т. п.) маркером на табличках, которые крепятся на грудь участникам.

Следует обратить внимание: на придумывание интересной схемы участники могут потратить 5-15 минут. Чтобы не сбивать темп тренинга, педагог-психолог дает время всем подумать над своими схемами-загадками, подготовить таблички (если надо), а потом уже разыгрывать.

Упражнение «У нас есть выбор»

Примечание. Педагогу-психологу необходимо подвести участников к тому, что в жизни часто приходится выбирать, иногда это достаточно трудно, и выбранный вариант может быть сложнее альтернативного. Не всегда мы можем

делать то, что хочется и нравится. Применительно к буллингу проще добиться своего, напугав, ударив, проявив силу, и гораздо сложнее конструктивно - мирно договориться.

Инструкция педагога-психолога: «Представьте, что вы находитесь в незнакомом городе без друзей, родителей, родственников.

У вас нет жилья, работы, но есть деньги, совсем немного - на первое время. Вам необходимо определить алгоритм действий, чтобы выжить. Я дам подсказку. Вам нужны деньги, и вы их можете получить за работу, но у вас нет образования».

Далее участникам предлагается в течение 30 минут письменно ответить на вопросы:

В каком городе или стране вы находитесь?

Какое у вас время года?

Что вы предполагаете делать? Каковы ваши действия?
Что вы умеете делать? (Составьте список видов работ.)
Что будет потом?

После того как все ответили, проходит обсуждение. Делается вывод о том, что подсобные работы - это временный заработок, а в целом необходимо учиться. Но для начала важно все таки определиться с выбором - какому именно делу учиться, а для этого - узнать свои возможности, способности, выявить профессиональные интересы.

Упражнение «Одна ситуация - три выхода»

Слово педагога-психолога: «Кто из нас, попадая в неприятную ситуацию, не думал хотя бы раз: "Почему я не сказал это по-другому? Почему не поступил по-другому?" Довольно больно осознавать, что ты выбрал не самый лучший способ реагирования на ту или иную проблему. Можно ли заранее подготовиться к подобным ситуациям в будущем?»

Инструкция. Упражнение начинается с самостоятельной работы, продолжается работой в группах и ролевой игрой и заканчивается общим обсуждением.

Порядок выполнения

1. Педагог-психолог просит участников вспомнить (можно записать на бумаге) ситуацию, которую они недавно пережили и в которой повели себя не так, как им хотелось бы (5 минут).

2. Участники делятся на небольшие группы. Каждая из них работает над той или иной ситуацией. Работа в группах ориентируется на следующие три альтернативы:

Какова самая вероятная реакция в данной ситуации?

Какая самая провоцирующая, усугубляющая конфликт реакция в данной ситуации?

Какова самая оптимальная реакция в данной ситуации?

Оптимальной должна быть реакция, релевантная для конкретных участников в конкретной ситуации. Хотя она не обязательно будет оптимальной по определению. Группы проигрывают описанные альтернативы

в ролевой игре. Если самая вероятная реакция совпадает с самой провоцирующей, достаточно проиграть две альтернативы (20 минут).

3. Педагог-психолог выбирает некоторые альтернативы для демонстрации. Можно соединить группы по две, чтобы они сыграли ситуации друг для друга (10 минут).

Вопросы для обсуждения:

В чем разница между альтернативными реакциями на конфликт?

Что удалось и почему?

Знакомы ли были вам реакции или нет?

Как часто можно наблюдать самую вероятную, самую провоцирующую и самую оптимальную реакцию?

Самой вероятной реакцией будет та, которая «не работает», «ничего не решает». Если группа посчитает, что самая вероятная реакция - самый лучший выбор в ситуации, ведущий может дополнительно спросить участников о факторах, делающих ее лучшей.

Какие свои навыки, стратегии мы используем для того, чтобы избежать самой провоцирующей реакции в той или иной ситуации.

Упражнение «Нахал»

Инструкция педагога-психолога: «Бывает так: вы стоите в очереди в буфет и вдруг перед вами кто-то врывается! Ситуация жизненная, а ведь частенько и слов не находится, чтобы выразить свое возмущение и негодование. Да и не всяким словом можно отбить у такого нахала охоту влезать на будущее. Тем не менее как же быть? Ведь не мириться же с тем, что подобные случаи должны быть неизбежными. Попробуем разобрать эту ситуацию. Разбейтесь на пары. В каждой паре партнер слева - добросовестно стоит в очереди, "нахал" заходит справа. Отреагируйте экспромтом, да так, чтобы ему неповадно было. Начали!

Теперь, поменяйтесь ролями: "нахал" будет заходить слева, правые игроки каждой пары должны отреагировать. Начали!

Ну а теперь давайте устроим конкурс на лучший ответ в данной ситуации».

Упражнение «Лукас, где ты?»

Инструкция. Понадобятся две повязки на глаза и две свернутые в трубки газеты. Непосредственно в игре участвуют два человека, остальные будут зрителями, но все смогут сыграть в эту игру по очереди.

Обоим игрокам завязывают глаза, они ложатся на ковер, голова к голове, сцепившись левыми руками, а в правые - взяв свернутые в трубки газеты. Один из игроков спрашивает другого: «Лукас, ты здесь?» Второй отвечает: «Да, здесь», и откатывается в сторону, потому что первый игрок старается ударить его газетой. Руки нельзя разнимать. Удар должен быть только один. Потом они меняются ролями. До начала игры лучше договориться с партнером о количестве раундов. Победителем станет тот, у кого было больше попаданий. Участники сами решают, насколько плотными должны быть газеты и какую

силу удара они могут применить, а также следят за выполнением правил. После окончания поединка оба участника награждаются бурными аплодисментами зрителей.

Упражнение «Отношение к миру»

Инструкция. Участники делятся на пары и садятся за стол друг против друга. На столе между ними лежат два листа бумаги и карандаши.

Слово педагога-психолога: «Существует правило: мир относится к тебе так, как ты относишься к миру. Подумайте о своем состоянии, чувствах, эмоциях. Мы бываем спокойны, тревожны; бываем добры и приветливы, а иногда злы и агрессивны; бываем внимательны друг к другу, а порой ведем себя разрушительно и оскорбительно. Остановитесь на одном из состояний, которое особенно актуально для вас. Подумайте о нем, прочувствуйте его».

Далее одному из пары предлагается с помощью карандашей выразить свое состояние на бумаге. Задача второго - прочувствовать состояние партнера и отобразить его с помощью карандашей на том же листе бумаги (5 минут). Затем участники меняются ролями.

Вопросы для обсуждения:

Когда вы размышляли о своем состоянии, что пришло вам в голову?

Какое состояние вы рисовали на бумаге, как на него реагировал ваш партнер? Какие цвета, формы и символы вы использовали для передачи своего состояния?

Постарайтесь понять, почему на разные состояния вы реагировали так, а не иначе?

Если меняется наше состояние, как меняется мир вокруг нас?

Упражнение «Пара противоположностей»

Инструкция педагога-психолога: «Весь мир состоит из противоположностей – черное и белое, день и ночь, добро и зло... В каждом из нас тоже достаточно противоположностей. Давайте остановимся на паре противоположностей "агрессивный - доброжелательный". Возьмите каждый по листу ватмана. Приложите лист к стене и, помогая друг другу, обведите свой силуэт от шеи. Переверните ватман и продублируйте силуэт с другой стороны. Одна сторона ватмана - это "Я агрессивный", другая - "Я доброжелательный". Используя журналы, карандаши, маркеры, заполните ваш силуэт так, чтобы как можно полнее выразить эти противоположности в себе. Чтобы готовую работу можно было примерить на себя как часть костюма, отрежьте необходимую длину нити и прикрепите ее в верхней части силуэта. Теперь при желании вы можете оказаться в костюме доброжелательности или агрессивности. Надев "костюм", выберите из музыкальных инструментов те, с помощью которых можно выразить эти противоположности. (Можно использовать музыкальные фрагменты, если есть возможность, но это долго) Походите в "костюме" одной и другой своей стороны, подвигайтесь, как двигаются

доброжелательные, потом - как агрессивные люди. Какие движения совершают руки, ноги, что меняется в лице, походке?».

Далее проходит презентация противоположенности: каждый подросток, примеряя одну из сторон, рассказывает о том, чем он заполнил силуэт, почему использовал или иные цвета и символы.

Озвучивает противоположенности музыкальными инструментами и демонстрирует характерные движения или рассказывает о них. Педагог-психолог помогает, задавая уточняющие вопросы.

Вопросы для обсуждения:

Что было самым сложным в этой работе? Для чего миру так необходимы противоположности и что они дают нам?

Что происходит с человеком, если в нем преобладает одна сторона?

Есть ли цвета или символы, объединяющие обе стороны?

- Как агрессивному человеку научиться быть доброжелательным, а доброму - защищаться?

Упражнение «Любовь и злость»

Инструкция педагога-психолога: «Сядьте, пожалуйста, в один общий круг и закройте глаза. Представьте, что сейчас вы разговариваете с тем, на кого рассердились. Скажите этому человеку, за что вы на него рассердились. Может быть, он не выполнил своего обещания или не сделал того, что вы ожидали от него. Поговорите с ним про себя, так, чтобы никто не мог услышать. Скажите четко и точно, что именно рассердило вас {1-2 мин}.

Скажите человеку, с которым вы разговаривали, что вам в нем нравится, причем как можно конкретнее. Например: "Федя, мне очень нравится, что когда я прихожу из школы, ты бросаешься мне навстречу и радостно обнимаешь меня" или "Мама, мне очень нравится, когда перед сном ты читаешь мне сказки" (1-2 мин).

Подумайте о том, кто в группе вас иногда злит. Представьте, что вы подходите к этому человеку и четко и конкретно говорите ему, чем он вывел вас из себя (7 мин). Мысленно опять подойдите к этому человеку и скажите ему, что вам нравится в нем (7 мин).

Можете открыть глаза и оглядеть круг. Внимательно посмотрите друг на друга. А сейчас мы можем обсудить, что каждый из вас пережил в своем воображении».

Комментарий для педагога-психолога. Если вы заметите, что кто-то из участников допускает обидные замечания в адрес кого-либо из присутствующих или отсутствующих, тут же потребуйте, чтобы он сказал этому человеку что-то позитивное. Также внимательно отслеживайте, чтобы дети выражали свою злость или обиду без обобщений и оценок, т. е. не говорили ничего типа «Ты дурак!». Допустимо только выражение своих чувств в отношении другого ребенка в виде описания фактов и ощущений, например: «Я обижаюсь, когда ты рисуешь фломастером на моей парте».

Таким способом дети могут понять свои негативные эмоции и скрывающуюся за ними энергетику. Благодаря точному содержательному называнию причин своей злости или обиды дети могут заметить, что отвергают не всего человека, а только определенный способ его поведения. Когда гнев точно сфокусирован, ребенок не попадает столь сильно под его воздействие.

Упражнение «Ковер мира»

Игра «Ковер мира» предлагает хорошую стратегию разрешения конфликтов в классе с помощью переговоров и дискуссий. Само наличие «ковра мира» побуждает детей отказаться от драк, споров и слез, заменив их обсуждением проблемы друг с другом.

Материал: не слишком толстый плед 90 х 150 см или мягкий коврик такого же размера; фломастеры, клей, материалы для оформления декораций - алюминиевые блестки для вышивания, бисер, ракушки и т. п.

Инструкция педагога-психолога: «Сядьте в круг все вместе. Можете ли вы сказать, о чем иногда спорите друг с другом? Что вы делите со своими братьями или сестрами? О чем спорите здесь, в группе? Как вы чувствуете себя после такого спора? Что может произойти, если в споре сталкиваются разные мнения?

Я принесла для всех нас небольшой кусок ткани, который станет нашим "ковром мира".

Как только возникнет спор, «противники» могут сесть на него и поговорить друг с другом, чтобы найти путь мирного решения своей проблемы.

Давайте посмотрим, что из этого получится. *{Плед стелется в центре круга, а на него кладется красивая книжка с картинками или какая-нибудь занятная игрушка.}* Представьте, что Степа и Олег хотят получить эту игрушку, но она одна, а их двое. Они оба сядут на "ковер мира", я присяду рядом, чтобы помочь им, когда они захотят обсудить и разрешить эту проблему. Никто из них не имеет права просто взять игрушку. *(Оба ребенка занимают место на ковре).* У кого есть предложение, как можно было бы разрешить эту проблему.

{После двух минут дискуссии детям предлагается украсить "ковер мира".} Сейчас мы превратим этот кусок пледа в "ковер мира" нашей группы. Я напишу на нем имена всех участников группы, а вы поможете мне украсить его».

Комментарий для педагога-психолога.

Этот процесс имеет большое значение, т.к. благодаря ему подростки символически делают «ковер мира» частью своей жизни. Всякий раз когда разгорится спор, они смогут использовать его для разрешения возникшей проблемы, обсудив ее.

Вопросы для обсуждения:

Почему так важен для нас «ковер мира»?

Что происходит, когда в споре побеждает более сильный?
Почему недопустимо применение в споре насилия?

Что вы понимаете под справедливостью?

Упражнение «Тест на доверие»

Инструкция. На середину круга кладется какой-либо предмет, например, ваза или книга. Группе объясняется, что сейчас начнется игра, которая делает невидимое зримым. Каждый должен встать на определенном расстоянии (расстояние каждый участник определяет самостоятельно) от находящегося в середине круга предмета. Кто встает вплотную к нему, тот тем самым говорит о высокой, по его мнению, степени доверия в группе. Чем слабее у игрока ощущение безопасности и доверия в группе, тем больше будет выбранное расстояние. Педагог-психолог просит участников поэкспериментировать с разными расстояниями, пока они не ощутят, что выбрали место правильно.

Когда каждый из участников найдет свое место, педагог-психолог предлагает всем оглядеться и оценить сложившуюся ситуацию (кто, как, где стоит, где находится сам участник). Далее каждому предлагается кратко объяснить, что он хотел выразить своим выбором места. Кроме того, можно комментировать выбранное положение и высказывания других членов группы.

В заключение подводятся итоги: «Доверие в группе - не постоянная величина, а некий процесс. Никто не может принудить себя испытать чувство доверия. Никто не может заставить другого проникнуться доверием. С одной стороны, доверие завоевывается медленно и в связи с конкретным опытом. С другой - доверие легко разрушается, если мы чувствуем себя задетыми. Каждый стремится избежать травм. И для этого люди часто прибегают к простому средству: не подпускать слишком близко других людей».

Игра «Король»

Инструкция. Слово педагога-психолога: «Кто из вас когда-нибудь мечтал стать королем?»

Какие преимущества получает тот, кто становится королем? А какие неприятности это приносит? Вы знаете, чем добрый король отличается от злого? Я хочу предложить вам игру, в которой вы можете побыть королем. Не навсегда, конечно, а всего лишь минут на десять».

Определяется король. Все остальные дети становятся слугами и должны делать все, что он приказывает. Король не имеет права отдавать приказы, которые могут обидеть или оскорбить других участников. Он может приказать, например, чтобы его носили на руках, чтобы ему кланялись, чтобы подавали ему питье, чтобы слуги были у него «на посылках» и т.д.

Вопросы для анализа обсуждения:

- Как ты чувствовал себя, когда был королем?
- Что тебе больше всего понравилось в этой роли?
- Легко ли было тебе отдавать приказы окружающим?
- Что ты чувствовал, когда был слугой?

- Легко ли тебе было выполнять желания короля?
- Когда королем был Петя (Вася), он был для тебя добрым или злым королем?
- Как далеко добрый король может заходить в своих желаниях?

Когда время «правления» короля закончится, группа собирается в круг и обсуждает полученный в игре опыт. Это поможет каждому из тех, кто станет следующим королем, соизмерять свои желания с внутренними возможностями остальных детей и войти в историю добрым королем.

Упражнение «Тимуровцы»

Инструкция педагога-психолога: «Давайте расскажем друг другу, кому и в чем мы помогли за последние дни. Кто это был? Ваш близкий родственник или хороший друг? А может быть, незнакомый вам человек? При каких обстоятельствах это было? Человек сам попросил вас о помощи или это была ваша инициатива? Кто первый готов рассказать о своем тимуровском поступке?».

Примечание. Во время рассказа остальные участники должны внимательно слушать говорящего: о чем он рассказывает, кому и какую помощь оказал, при каких обстоятельствах это было, а также обращать внимание на его манеру говорить, жестикулировать, делать паузы и т.д.

Упражнение «Агрессивное поведение»

В ходе этой игры дети могут разобраться в том, что они называют агрессивным поведением, исследовать как собственное, так и чужое агрессивное поведение.

Инструкция педагога-психолога:

«Возьмите каждый по листу бумаги и запишите все, что делает человек, о котором можно сказать: "Да, он действительно агрессивный". Напишите небольшой рецепт, следуя которому можно "создать" агрессивного ребенка. Например: пара крепких кулаков, громкий голос, большая порция жестокости и т. д. (Следует попросить нескольких учеников продемонстрировать элементы такого поведения, а группа должна отгадывать, что именно они показывают).

А теперь подумайте о том, какие элементы агрессивного поведения вы встречаете здесь, в группе? Что вам кажется агрессивным? Когда вы сами проявляете агрессивность? Каким образом можно вызвать агрессию по отношению к себе?».

Далее каждому участнику предлагается взять еще один лист бумаги и разделить пополам вертикальной линией. Слева записать, как окружающие в течение учебного дня проявляют агрессию по отношению к нему. Справа - как он сам проявляет агрессию к другим детям в школе. На выполнение отводится 10-15 минут, после чего дети зачитывают свои записи.

Вопросы для обсуждения:

Вы можете представить, что кто-нибудь из вас станет драчуном или эдаким Рэмбо?

Бывают ли такие дети, которые проявляют свою агрессию не кулаками, а каким-то другим способом?

Почему и дети, и взрослые так часто пытаются почувствовать свое превосходство, унизив других?

Как ведет себя жертва агрессии?

Как становятся жертвой? Что можно сделать, чтобы не быть жертвой?

В чем проявляется равноправие между детьми? Как бы вы описали собственное поведение?

Игра «Извилистый маршрут»

Инструкция. Если участников более 12, то целесообразно разделить их на команды. Детям раздаются воздушные шарик, которые они должны надуть и завязать, после чего педагог- психолог просит их выстроиться непрерывной цепочкой боком друг к другу, зажав шарик между собой (участник-шарик – участник-шарик и т. д.).

Затем педагог-психолог засекает время. Команда должна пройти в соседнюю комнату или (если ее нет или она занята) на 30 секунд тихо выйти в коридор. Шарик должны удерживаться только за счет согласованных действий участников. При этом каждая команда должна соблюдать следующие правила:

1. Не касаться руками шариков и друг друга.
2. Шарик не могут быть прикреплены к участникам или как- либо скреплены между собой.
3. Если шарик лопнет или упадет, он больше не используется. Участник, уронивший шарик, надувает новый. При этом количество шаров ограничено пятью. Восстановив цепочку, команда продолжает движение.
4. В случае нарушения любого из правил вся команда делает три шага назад и после этого начинает движение снова.

Упражнение считается выполненным, когда все пересекли «линию финиша», не нарушив ни одного из правил.

Упражнение «Безмолвный крик»

Детям важно научиться даже при самой сильной обиде или гневе не чувствовать себя жертвой. Игра «безмолвный крик» помогает ребенку ощутить себя хозяином положения, понять, что он может одновременно контролировать себя и избавляться от напряжения, а это хорошая основа для последующего размышления о том, как избавиться от проблемы, являющейся причиной этого напряжения.

Инструкция педагога-психолога: «Закройте глаза, трижды глубоко вдохните и с силой выдохните. Представьте, что вы идете в тихое и приятное место, где никто вас не потревожит. Вспомните о ком-нибудь, кто действует вам на нервы, злит или причиняет вам какое-либо зло. Представьте, что этот

человек еще сильнее раздражает вас. Пусть ваше раздражение усиливается. Определите сами, когда оно станет достаточно сильным - таким, что больше терпеть невозможно. Тот человек тоже должен понять, что дальше раздражать вас уже нельзя. Для этого вы можете закричать изо всех сил, но так, чтобы этого никто не услышал, т. е. кричать нужно про себя. Откройте рот и закричите про себя так "громко", как только сможете. Закричите еще раз и в этот раз "еще громче"!

А теперь снова вспомните о человеке, который осложняет вам жизнь. Представьте, что каким-то образом вы мешаете ему злить вас. Придумайте в своем воображении, как вы сможете сделать так, чтобы он больше не мучил вас (7 мин).

А теперь откройте глаза и расскажите, что вы пережили».

Вопросы для обсуждения:

Получилось ли в своем воображении крикнуть очень-очень громко?

Кого вы представили в образе своего злого духа? Что вы кричали? Что вы придумали, чтобы остановить этого человека?

Упражнение «Шутливое письмо»

Часто проблему решить легче, если подходить к ней не только оптимистически, но и с чувством юмора. В ходе этого упражнения дети могут написать шутливое письмо знакомому, в общении с которым они испытывают трудности. Это письмо относится к разряду тех, которые можно писать, но не стоит отправлять.

Инструкция педагога-психолога: «Выберите кого-нибудь, на кого вы недавно рассердились, с кем у вас сложные отношения. Напишите этому человеку шутливое письмо, в котором безмерно преувеличьте все свои чувства по отношению к нему. Также вы можете безгранично преумножить и «провинности» этого человека. Старайтесь писать настолько смешно, чтобы вам самому захотелось посмеяться над этой проблемой или этим конфликтом».

По окончании желающие могут прочитать свои письма вслух. Завершается упражнение игрой в «снежки»: участники комкают свои письма и кидаются ими пару минут, прежде чем все они окажутся в корзине.

Вопросы для обсуждения:

Как вы себя чувствовали, когда писали шутливое письмо?

Что было при этом труднее всего?

Легко ли вам было преувеличить собственные чувства, например злость или обиду?

Можете ли вы иногда смеяться над собой?

Как вы думаете, что бы сказал человек, которому вы писали, если бы прочитал ваше письмо? Когда полезно смеяться над конфликтом? (Например, когда конфликт возникает по недоразумению).

Упражнение «Люди становятся одиноки, если вместо мостов они возводят стены»

Инструкция. Конфликты часто возникают в ситуациях, когда кто-то из партнеров начинает со слов (вербальных барьеров), препятствующих общению.

Детям предлагается разыграть ситуацию «В классе». Выбираются два участника.

Ситуация. Один из учеников входит в класс после болезни, а его парта занята - за ней сидит новый ученик. «Старожил» начинает выяснять отношения с приказа: «Сейчас же освободи мою парту!».

Затем обсуждается поведение и реакция обоих партнеров: можно ли было не доводить дело до конфликта?

Данная сцена разыгрывается несколько раз в разных вариантах - отношения выясняются: с угроз; с указаний и поучений («надо было сначала убедиться, что эта парта свободна, а только потом ее занимать»); с критики («если бы ты был умным, то знал бы, что нельзя занимать чужую парту»); с сообщения («ты такой же бестолковый, как все новенькие»).

Обсуждаются все варианты, и отмечается, кто смог достойно выйти из конфликтной ситуации.

Упражнение «Безвредные» способы разрядки гнева и агрессивности»

Инструкция педагога-психолога: «Сядьте поудобнее, расслабьтесь, глубоко вдохните 3-4 раза и закройте глаза. Вообразите, что вы попали на небольшую выставку. На ней представлены фотографии людей, на которых вы разгневаны, которые вызывают у вас злость, вас обидели или поступили с вами несправедливо. Походите по этой выставке, рассмотрите портреты. Остановитесь у любого из них. Вспомните какую-нибудь конфликтную ситуацию, связанную с этим человеком. Постарайтесь мысленно увидеть самого себя в этой ситуации.

Представьте, что вы выражаете свои чувства человеку, на которого разгневаны.

Не сдерживайтесь, не стесняйтесь в выражениях и действиях, говорите ему все, что хотите, делайте этому человеку все, к чему побуждают ваши чувства. Если вы закончили упражнение, дайте знак - кивните головой. Вдохните 3-4 раза и откройте глаза».

Поделитесь с группой своим опытом. Что легко, что трудно было делать в этом упражнении? Что понравилось, что не понравилось? Кто из окружающих вошел в вашу галерею? На ком вы остановились?

Какую ситуацию вы представили? Расскажите о ней.

Как менялось ваше состояние в ходе упражнения?

Чем отличаются чувства в начале и конце упражнения?

Игра «Спустить пар»

Инструкция педагога-психолога: «Сядьте, пожалуйста, в один общий круг. Я хочу предложить вам игру, которая называется "Спустить пар".

Каждый из вас может сказать остальным, что ему мешает или на что он сердится. Обращайтесь при этом к конкретному человеку. Например: "Алена,

мне обидно, когда ты говоришь, что все мальчишки придурковаты" или "Федя, я выхожу из себя, когда ты назло мне сбрасываешь вещи с моей парты".

Пожалуйста, не оправдывайтесь, когда на вас будут жаловаться. Просто внимательно выслушайте всё, что вам хотят сказать. До каждого из вас дойдет очередь "спустить пар". Если кому-то из вас будет совершенно не на что пожаловаться, то можно просто сказать: "У меня пока ничего не накопилось, и мне не нужно «спускать пар»". (*Когда круг "спуска пара" завершится, дети, на которых жаловались, могут высказаться по этому поводу;*)

А теперь подумайте о том, что вам сказали. Иногда вы можете изменить в себе то, что мешает другим, иногда вы не можете или не хотите ничего менять. Услышали ли вы о чем-то таком, что можете и хотите изменить в себе? Если да, то вы можете сказать, например: "Я не хочу больше называть всех мальчишек придурками... Я больше не хочу сбрасывать твои вещи с парты"».

Упражнение «Карта желаемых чувств»

Инструкция педагога-психолога: «Составьте карту чувств, которые вам хотелось бы пережить в ближайшее время. Спросите себя, в каких ситуациях можно пережить желаемые чувства? Что их может пробудить: общение с друзьями, другом, подругой; успехи в учебе; общение с природой; интересный досуг; занятие любимым делом; забота о других людях; ваша внешность; состояние здоровья; материальные приобретения и т.д. Разберитесь последовательно с каждой ситуацией. Запишите какие чувства хотели бы пережить. Пожелайте себе таких переживаний, которые, несомненно, доставят вам удовольствие.

Упражнение-релаксация «Порхание бабочки»

Инструкция. Под спокойную расслабляющую музыку педагог-психолог говорит следующий текст: «Закройте глаза и слушайте мой голос. Дышите легко и спокойно. Представьте, что вы находитесь на лугу в прекрасный летний день. Прямо перед собой вы видите великолепную бабочку, порхающую с цветка на цветок. Проследите за ней. Движения ее крыльев легки и грациозны. Теперь пусть каждый вообразит, что он бабочка, что у него красивые большие крылья. Почувствуйте, как ваши крылья медленно и плавно движутся вверх и вниз. Наслаждайтесь ощущением медленного и плавного парения в воздухе. А теперь взгляните на пестрый луг, над которым вы летите. Посмотрите, сколько на нем ярких цветов. Найдите глазами самый красивый цветок и постепенно приближайтесь к нему. Теперь вы чувствуете аромат своего цветка. Медленно и плавно садитесь на его мягкую пахучую середину. Вдохните аромат цветка, и откройте глаза. Расскажите о своих ощущениях».

Упражнение «Я к вам пишу...»

Упражнение проводится в кругу.

Инструкция педагога-психолога: «Сейчас мы займемся эпистолярным жанром. В конце занятия каждый из вас получит письмо, в написании которого

примут участие все присутствующие. Но прежде всего подпишите свой лист в правом нижнем углу и передайте его соседу справа. У вас в руках оказался лист, на котором написано имя вашего соседа. Адресуйте ему несколько слов. Что писать? Все, что вам хочется сказать этому человеку. Затем листок снова передайте соседу справа. А вам приходит новый лист, на котором вы можете написать послание следующему человеку. И так - до тех пор, пока вы не получите листок с вашими именем и фамилией».

Упражнение «Прогноз погоды»

Инструкция педагога-психолога: «Иногда каждому из нас бывает необходимо побыть наедине с самим собой. Может быть, вы слишком рано встали и чувствуете себя не выспавшимися или что-то испортило вам настроение - и тогда вполне нормально, если другие оставят вас на некоторое время в покое, чтобы вы восстановили свое внутреннее равновесие. Если с вами случится такое, вы можете дать другим понять, что вам хочется побыть в одиночестве, чтобы к вам никто не подходил. Сделать это можно так: вы показываете одноклассникам свой "прогноз погоды". Тогда всем будет понятно, что на некоторое время вас нужно оставить в покое. Возьмите лист бумаги и нарисуйте то, что будет соответствовать вашему настроению в таких случаях. Или просто напишите большими раскрашенными буквами слова "Штормовое предупреждение". Таким способом вы покажете другим, что у вас сейчас "плохая погода" и вас лучше не трогать. Если вы чувствуете, что вам хочется покоя, положите такой лист перед собой на парту, чтобы все знали об этом. Когда вы почувствуете себя лучше, можете "дать отбой". Для этого нарисуйте небольшую картинку, на которой из-за дождя и туч проглядывает солнце, или покажите своим рисунком, что для вас солнце уже светит вовсю».

Упражнение «Дом моей души»

Инструкция педагога-психолога: «Опустили руки. Мысленно мягко прошлись по правой и левой руке. Им стало хорошо. Плечи свободны. Расслабились лицевые мышцы, в голове появляется легкий туман, мягкая, спокойная пустота. Ноги не напряжены. Легкое дыхание. Глубоко вдохните и выдохните. Почувствуйте воздух, который проходит через ноздри. Мир становится волшебным, легкий туман вокруг вас. Вы вроде бы здесь и в то же время - нигде. Вы чувствуете только теплоту. Мягкий, теплый туман поднимается к вашим коленям и потом - выше, и выше. Вы растворяетесь в нем. Становитесь мягкими, теплыми. Нет тела, нет границ. Туман подходит уже к вашим плечам. Чем дышите вы? Легкостью, голубизной. Вы чувствуете, что душа ваша освободилась, взлетела высоко в небо. Вы раскинули руки, летите и дышите полной грудью. Как красиво вокруг: горизонт, далекие горы, лес, огромный голубой океан. Можно подняться к облакам, оказаться вровень с ними. Можно кувыркаться, переворачиваться. Можно снова полететь вниз.

Ваше любимое место на земле - где оно? У кого-то это тихий лесной ручеек, поляна, у кого-то - лес. И на этом месте, которое выбрал каждый из вас,

вы постройте свой дом. В вашем распоряжении есть всё, что вы хотите. Пока дом существует только в вашем воображении.

Его еще нет. Но контуры его уже видны. Каким будет дом, знаете только вы. Какие у него будут окно, двери, комнаты? Какой пейзаж будет окружать дом? Сохраните в памяти этот свой дом, и главное запомните свое чувство к нему. Постарайтесь не забыть, то что видели. Запомните этот мир, это место. А сейчас медленно возвращайтесь сюда».

Упражнение «Покажи ситуацию»

Инструкция. Участники делятся на пары. Каждой паре выдается карточка, где кратко описана какая-либо конфликтная ситуация. Участники, не показывая свои карточки другим, готовят и демонстрируют сценки, в которых разыгрывают доставшуюся им историю. Разговаривать при этом нельзя, нужно показать ситуацию с помощью мимики, движений и т. п. Задача остальных участников - определить, какой именно конфликт описан на карточке у выступающей пары.

Ситуации

1. Вы ехали на велосипедах, столкнулись и теперь разбираетесь, кто прав, а кто виноват.
2. Ты выбираешь в магазине определенную модель роликовых коньков, а продавец нахваливает тебе другую, говоря, что она позволяет быстро ездить.
3. Ты собираешься поздно вечером на дискотеку, а мама не хочет тебя туда отпускать, говоря, что это опасно.
4. Ты принес учительнице домашнее задание, а она не хочет его принимать, утверждая, что ты его списал.
5. Вы с другом решили вместе прогуляться, но не можете договориться, куда именно идти: один хочет в парк, а второй на набережную.

Упражнение «Иван Иванович»

Инструкция. Педагог-психолог объявляет, что для этого упражнения ему понадобятся несколько добровольцев (5-7) - количество зависит от числа участников тренинга. Добровольцы выходят из кабинета и ждут, пока их не пригласят. В это время участникам объясняются правила игры: добровольцы будут заходить по одному и прослушивать рассказ, который приготовил педагог-психолог, а затем пересказывать следующему, вошедшему в кабинет добровольцу то, что он запомнил. Участники не должны подсказывать добровольцу. Их задача заключается в том, чтобы следить, как искажается информация при ее передаче от одного человека к другому. Когда зайдет последний доброволец и передаст полученную информацию аудитории, ведущий снова для всех зачитывает текст, который был предложен в самом начале игры. В конце можно устроить обсуждение и проанализировать, как

передается информация от одного человека к другому, как она может искажаться.

Тексты

Письмо

Чукча, переехавший в город, пишет письмо на родину: «Здравствуй, брат! Я пишу медленно, т. к. помню, что ты не можешь читать быстро. У меня все хорошо. В доме, где я поселился, есть стиральная машина, только странная, однако. Я загрузил в нее одежду, дернул за цепочку... и началось бурление. И вдруг всё исчезло. На этой неделе погода стоит хорошая - дождь шел всего два раза: сначала три дня, потом четыре дня. У жены скоро родится ребенок, но мы еще пока не знаем - мальчик или девочка, так что пока непонятно - станешь ты дядей или тетей. До свидания, твой старший брат.

Р.5. Я хотел прислать тебе в письме немного денег, но уже запечатал конверт»

Свадьба на острове Ява

Весьма своеобразно проходит королевская свадьба на индонезийском острове Ява, где сохранились еще древние аристократические обычаи. Сначала жених дарит невесте слиток золота весом 99 граммов, роскошное издание Корана и молебный набор, поскольку на Яве распространен ислам. При этом религиозные верования островитян замысловатым образом переплелись с народными обычаями. Затем под традиционную музыку новобрачные бросают друг в друга листья бетеля, что символизирует любовь. Потом жених наступает на свежее куриное яйцо, а невеста в тазике оmyвает ему испачканную ногу. Это символизирует привязанность и верность. После этого пара начинает ползать по помещению на коленях, выпрашивая у сидящих в креслах близких родственников прощение. Завершается церемония тем, что жених и невеста кормят друг друга из рук.

Упражнение «Самый-самый»

для выполнения упражнения участники делятся на команды.

Инструкция педагога-психолога: «Каждый человек-уникальная личность. В чем-то он совершенно неподробен и вне всякой конкуренции. Но именно из-за того, что не все это видят, человек может быть неудовлетворен тем, как окружающие к нему относятся. Давайте же исправим это. Пусть в каждой команде участники расскажут о своих достоинствах, которыми они могут соперничать с другими. Итак, задумайтесь и все по очереди в команде расскажите о своих достоинствах и подтвердите их фактами. На подготовку отводится одна минута». По истечении времени участникам предлагается рассказать о своих достоинствах, подтверждая их наличие фактами, после чего подводятся итоги и в каждой команде выбирается «самый-самый», например, самый-самый веселый, самый-самый находчивый и т. д. Затем определяется «самый-самый» из всех команд.

Содержание

Введение.....	3
Международный опыт профилактики буллинга и обеспечения детской безопасности.....	6
Изучение вопросов буллинга, детской безопасности, детской девиации, эмоционального интеллекта и психического здоровья в современных ВУЗах.....	20
<i>Методические рекомендации «Внедрение в ВУЗах и колледжах модулей и тематик «Буллинг и детская безопасность», «Детская девиация, эмоциональный интеллект и психическое здоровье».....</i>	<i>62</i>
Заключение.....	69
Список использованной литературы.....	73
Приложения.....	77

**«Внедрение в ВУЗах и колледжах модулей и тематик
«Буллинг и детская безопасность», «Детская девиация, эмоциональный интеллект и
психическое здоровье»
(Методические рекомендации)**

Подписано в печать 06.06.2022 г. Формат 60×84 1/16.

Бумага офсетная. Печать офсетная.

Шрифт Times New Roman. Усл. п.л. 7