

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
Государственное бюджетное нетиповое образовательное учреждение
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Красногвардейского района Санкт-Петербурга
«Школа здоровья и индивидуального развития»
(ГБНОУ «Школа здоровья и индивидуального развития»
Красногвардейского района Санкт-Петербурга)
195030, Санкт-Петербург, улица Отечественная, д. 10 лит. А

ПРИНЯТО:

На заседании Педагогического совета
ГБНОУ «Школа здоровья
и индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
протокол № 10 от 30.08.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБНОУ
«Школа здоровья и
индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
С.А.Тихашин
Приказ № 151 от 30.08.2021 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ СИСТЕМЫ КОНФЛИКТНЫХ ОТНОШЕНИЙ
СРЕДИ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ**

Возраст детей 7-10 лет
Разработчики
Сысов Евгений Андреевич,
Педагог-психолог

Санкт – Петербург
2021

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
Государственное бюджетное нетиповое образовательное учреждение
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Красногвардейского района Санкт-Петербурга
«Школа здоровья и индивидуального развития»
(ГБНОУ «Школа здоровья и индивидуального развития»
Красногвардейского района Санкт-Петербурга)
195030, Санкт-Петербург, улица Отечественная, д. 10 лит. А

ПРИНЯТО:

На заседании Педагогического совета
ГБНОУ «Школа здоровья
и индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
протокол № 10 от 30.08.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБНОУ
«Школа здоровья и
индивидуального развития»
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга
С.А. Тихашин
Приказ № 154 от 30.08.2021 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ ФОРМИРОВАНИЯ СИСТЕМЫ КОНФЛИКТНЫХ ОТНОШЕНИЙ
СРЕДИ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ**

Возраст детей 7-10 лет
Разработчики
Сысов Евгений Андреевич,
Педагог-психолог

Санкт – Петербург
2021

Нормативно-правовые документы:

1. Конвенция ООН о правах ребенка.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Приказ Минобрнауки России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726р;
5. Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденные Распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р;
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
7. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию (Распоряжение Комитета по образованию от 01.03.2017 № 617-р).
8. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);
9. Санитарные правила и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2
10. Устав ГБНОУ «Школа здоровья и индивидуального развития» Красногвардейского района Санкт-Петербурга и другие локальные акты учреждения.

Направленность: программа предупреждение формирования системы конфликтных отношений среди учащихся начальной школы имеет социально-гуманитарную направленность.

Актуальность программы:

В общеобразовательной школе закладываются основы поведения человека в будущем, и в том числе в конфликтных ситуациях. Как для любого социального института, для общественной школы характерны разнообразные конфликты. Педагогическая деятельность направлена на формирование развитой личности, её цель – передача школьникам определённого социального опыта. Поэтому именно в школе необходимо создать благоприятные социально-психологические условия, обеспечивающие духовный комфорт ученику, педагогу и родителям.

Межличностные и межгрупповые конфликты негативно сказываются на всех процессах жизнедеятельности школы. Конфликты между учениками отрицательно влияют как на самих конфликтующих, так и на весь класс. В классе, где сложился неблагоприятный социально-психологический климат, дети плохо усваивают программный материал. Стресс, который возникает в ходе конфликтов, является причиной многих серьёзных заболеваний. Конфликты оказывают заметное отрицательное влияние на психологическое состояние и настроение конфликтующих.

Конфликты в средней школе отличаются от конфликтов в младшей школе. Это связано с возрастными особенностями учеников. Для младших школьников характерна недолговечность, кратковременность эмоциональных переживаний и свойственна потребность в защите со стороны взрослых.

Общение младшего школьника носит непосредственный эмоциональный характер. Очень часто дети бурно реагируют на простые замечания или требования, на любые не стандартные ситуации и некоторые действия других детей. Непонимание со стороны взрослых и одноклассников, неудовлетворенность своим положением в обществе могут приводить к возникновению ярких негативных эмоций. Такие эмоции могут стать причинами глубокого и длительного расстройства всего поведения. Находясь в состоянии волнения, ребёнок не может последовательно думать, последовательно и планомерно действовать, контролировать своё поведение.

На наш взгляд проблема профилактики межличностных конфликтов в начальных классах достаточно актуальна, так как именно в младшем школьном возрасте дети делают первые шаги в процессе формирования умений конструктивно выстраивать сферу межличностного общения. Они учатся взаимодействовать в коллективе, решать проблемы взаимопонимания, усваивают образцы поведения и морально-нравственные ценности и др. Именно поэтому младших школьников необходимо целенаправленно учить конструктивно разрешать конфликты и находить выходы из различных конфликтных ситуаций.

Научная обоснованность программы:

Младший школьный возраст - это не просто период детства и этап развития человека, это очень важный период школьного детства, от которого зависит уровень интеллекта личности; сформированность такого важного умения, как умение учиться. В этом возрасте у детей меняется стиль и образ жизни, это связано с новыми требованиями образовательного учреждения, новой социальной ролью - обучающегося, на первый план выступает новый вид деятельности – учебная деятельность. Меняются интересы, ценности ребенка, его восприятие своего места в системе отношений.

С точки зрения физиологии этот период можно охарактеризовать физическим ростом ребенка, проявляются такие симптомы ослабления нервной системы, как повышенная утомляемость, беспокойство, повышенная потребность в движениях. Выделим основные особенности младшего школьного возраста:

- Ведущий вид деятельности – учебный;
- Переход от наглядно-образного мышления к словеснологическому;
- Доминирует мотивация достижения;
- Укрепление внутренней позиции младшего школьника;
- Смена распорядка дня;
- Смена референтной группы;
- Изменяется система взаимоотношений ребенка с окружающими.

В работах Д.Б. Эльконина, В.В. Давыдова и их последователей подробно представлена характеристика младшего школьного возраста. Авторы пишут о том, что в данный период жизни ребенка происходит перестройка всей системы отношений с реальностью. Ребенок выходит за рамки семьи, расширяется круг значимых лиц, появляется особый тип отношений со взрослыми людьми, которые опосредуются теми или иными задачами. В этот период у ребенка появляется новый вид отношений «ребенок-учитель», который ставит его на уровень общественных требований к своему поведению. С появлением такого человека как первый учитель в жизни ребенка к нему начинают предъявляться обязательные требования, оценивая и анализируя которые педагог должен создавать условия для социализации младшего школьника. Условиям и требованиям первого учителя дети младшего школьного возраста стараются неукоснительно следовать.

В ходе учебной деятельности у ребенка начинает складываться система отношений с социумом, он впервые открывается себе как субъект; возникает задача изменения себя как субъекта, вследствие этого формируются не только психические качества младшего школьника, но и происходит становление его как личности. Большое значение на развитие потребностей у ребенка младшего школьного возраста оказывает его деятельность в коллективе сверстников. Изначально, придя в школу, ребенок слушается и опирается только на требования учителя, не обращая практически никакого внимания на мнение одноклассников. Однако со временем ребенок начинает прислушиваться к своим товарищам, желая завоевать у них уважение и найти друзей. Благодаря этим факторам начинает формироваться потребность в самооценке, т.е. младший школьник начинает анализировать и оценивать свои действия сам.

На первых этапах обучения в школе наблюдается низкий уровень коллективных связей и взаимоотношений между сверстниками по сравнению с подготовительной группой детского сада. Это объясняется новизной коллектива и новой для ребенка учебной деятельностью. В семейных отношениях также происходят изменения. Постепенно эмоциональная зависимость родителей и ребенка становится менее значимой в связи с возрастающей ориентацией на сверстников.

Именно в начальных классах начинает зарождаться «естественная сепарация» - психологическое отделение ребенка от взрослого и обретение им независимости и самостоятельности. Она оказывает большое влияние на социальное созревание ребенка, его самореализацию и психическое здоровье. Это не говорит о том, что родители должны перестать контролировать своих детей и дать им полную свободу, контроль должен быть менее опекающим и более тонким. Взаимодействие ребенка с родителями и их оценка его поведения являются для него одним из важнейших источников формирования устойчивого нравственного и действенно-предметного поведения. Родители, наряду с учителем, остаются авторитетными взрослыми в его социальном окружении, именно поэтому для младшего школьника так важны реакции и оценки его деятельности со стороны родителей.

Общение со сверстниками приобретает всё большее значение для младшего школьника. В общении с товарищами осуществляется не только предметная деятельность, но и формируются важнейшие навыки межличностного общения и нравственного поведения. Участием в группе сверстников младшие школьники очень дорожат. Как и в любой группе имеется свой лидер. В детском коллективе лидером обычно является

умный, активный и инициативный сверстник. На тех, кто нарушает законы группы, накладываются санкции, это может быть просто осуждение за проступок, или же более жестокие меры, такие как насмешки, издевательства, побои и «изгнание» из коллектива. В большинстве случаев группы дифференцируются по половым различиям, среди групп мальчиков и групп девочек может наблюдаться вражда.

Именно поэтому в профилактике межличностных конфликтов младших школьников важно выделить такие направления работы, как: работа с учителями, работа с родителями, работа с учащимися. Одним из наиболее эффективных способов профилактики конфликтов является создание нравственно-психологической атмосферы. Однако одной из главных проблем в профилактике межличностных конфликтов обучающихся начальной школы является поддержание и укрепление сотрудничества и доверительных отношений между ними.

Адресат программы:

- Дети 7-10 лет, имеющие проблемы в поведении (агрессивность, замкнутость, тревожность, сложности в общении).
- Педагоги, родители.

Цель программы: Формирование навыка конструктивного разрешения конфликтных ситуаций, профилактика межличностных конфликтов у детей младшего школьного возраста.

Задачи программы:

Обучающие задачи:

- повышение уровня психолого-педагогической компетенции педагогов и родителей по вопросам возрастных, личностных, эмоциональных особенностей младших школьников.

Воспитательные задачи:

- формирование адекватной самооценки, навыков регуляции своего поведения и эмоционального состояния, профилактика агрессивного поведения.
- формирование навыков позитивного общения, эффективного взаимодействия всех участников образовательного процесса.
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в различных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

Развивающие задачи:

- развитие коммуникативных навыков;
- обучение навыкам группового сплочения (аргументация своей точки зрения, отстаивания своих интересов, навыки принятия группового решения, нахождения компромисса);
- развитие эмоциональной сферы, умения понимать эмоциональные состояния и адекватно выражать свои эмоции и чувства.

Реализация воспитательной работы на занятиях осуществляется посредством:

- установления доверительных отношений между педагогом и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию детей требований и просьб педагога, привлечению их внимания к обсуждаемой на занятии информации, активизации их познавательной деятельности;
- побуждения обучающихся соблюдать на занятиях общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогами) и сверстниками, принципы дисциплины и самоорганизации;
- привлечения внимания ребят к ценностному аспекту изучаемых на занятиях явлений, организация их работы с получаемой на занятии социально значимой

информацией - инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

- использования воспитательных возможностей содержания занятия через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в группе;
- применения на занятии интерактивных форм работы обучающихся:
- интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию детей; дидактического театра, где полученные на занятии знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают ребятам возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат ребят командной работе и взаимодействию с другими детьми;
- включения в занятия игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в группе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятия;
- организации шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего ребятам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;

Условия реализации программы:

Перед началом реализации программы «Предупреждение формирования системы конфликтных отношений среди учащихся начальной школы», специалистами ГБНОУ «Школа здоровья и индивидуального развития» проводятся установочные и обучающие семинары для педагогических работников школ, председателей методических объединений учителей начальной школы, педагогов – психологов, социальных педагогов, представителей родительских комитетов.

Учащиеся зачисляются в группу на основании заявления родителей/законных представителей, по результатам диагностического обследования. Групповые занятия проводятся один раз в неделю, длительность 40 минут. Группу составляют 7-12 школьников. Программа может реализовываться в групповой форме, аудиторно и (или) внеаудиторно (с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий). Кадровое и материально техническое обеспечение занятий: специально оборудованный кабинет.

Реализация программы проходит с учетом учебно-тематического плана по программе.

Программа состоит из нескольких **блоков**:

- Групповые занятия с детьми (блок 1) проводятся один раз в неделю.
- Блок 2 – работа с родителями. Проводится в течение года (согласно графику родительских собраний) в форме лекции.
- Блок 3 - работа с педагогами. Проводится в течение года (согласно графику педагогических собраний, собраний методического объединения классных руководителей.) в форме лекции, семинара.

Планируемые результаты:

Личностные результаты:

- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в различных социальных ситуациях,
- развитие самостоятельности и личностной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

- сформируется адекватная самооценка, навыки регуляции своего поведения и эмоционального состояния, профилактика агрессивного поведения, снижение тревожности.

Метапредметные результаты:

- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества

- сформируются умения самоконтроля, навык позитивного общения, эффективного взаимодействия всех участников образовательного процесса.

Учебно - тематический план:

№	Тема	Всего часов	Теорит.	Практ.	Формы контроля
1	Проведение диагностического обследования. Групповое знакомство.	1	0,5	0,5	Журнал групповых видов работ. Аналитическая справка. Входящая диагностика обучающихся
2	Что такое конфликт? Знакомство с понятием.	1	0,75	0,25	Журнал групповых видов работ. Заключительный шеринг.
3	Психологический практикум «Навыки общения»	1	0,25	0,75	Журнал групповых видов работ. Заключительный шеринг.
4	Знакомство с понятием. Эмоции.	1	0,5	0,5	Журнал групповых видов работ. Заключительный шеринг
5	Знакомство с понятием. Гнев.	1	0,5	0,5	Журнал групповых видов работ. Заключительный шеринг
6	Отношения к конфликтам. Умеем ли мы общаться?	1	0,5	0,5	Журнал групповых видов работ. Заключительный шеринг.
7	Давайте жить дружно. Подведение итогов.	1	0,5	0,5	Журнал групповых видов работ. Заключительный шеринг.

8	Интерактивное занятие «Полезный и безопасный интернет»	1	0,5	0,5	Журнал групповых видов работ. Заключительный шеринг.
9	Заключительное занятие. Проведение диагностического обследования.	1	0,5	0,5	Контрольная диагностика обучающихся. Журнал групповых видов работ. Аналитическая справка.
10	Лекция для родителей: «Конфликты в младшем школьном возрасте. Буллинг»	1	0,75	0,25	Отзыв и/или отметка о выполнении
11	Лекция для педагогов «Конфликты в младшем школьном возрасте. Буллинг»	1	0,75	0,25	Отзыв и/или отметка о выполнении
12	Семинар для родителей: «Роль родителей в социализации младших школьников»	1	0,5	0,5	Отзыв и/или отметка о выполнении
13	Семинар для педагогов: «Урегулирование конфликтов в образовательной среде»	1	0,5	0,5	Отзыв и/или отметка о выполнении
	ВСЕГО:	13	7,5	5,5	

Календарный учебный график

Возраст	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
7-10 лет			13	13	групповой
Начало занятий происходит по мере комплектации детей в группы, в течение года					

Оценка результативности (эффективности) программы

Результативность программы оценивается с помощью:

- психодиагностики (первичной и итоговой);
- наблюдения психолога;
- отзывов учителей, родителей, учащихся.

Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы (технологии):

Требования к специалистам: специалист, реализующий программу – педагог-психолог, имеет высшее профессиональное образование. Компетентность педагога-психолога, реализующего программу, включает представление о планируемых результатах данной программы, умения проектировать зону ближайшего развития,

психологически обеспечивать эмоционально-комфортную образовательную среду: знает основы коррекционной работы с детьми подросткового возраста, возрастную и педагогическую психологию, педагогику, владеет современными технологиями проектирования коррекционно-развивающей среды. Санитарно-гигиенические условия процесса обучения температурный, световой режимы и т.д. Пожарная безопасность, электробезопасность, охрана труда. Наличие образовательной среды адекватной потребностям развития подростка и сохранения его здоровья необходимый набор помещений, эстетические условия, оформление кабинетов. Наличие кабинета оснащенного комплектом ученических парт, доской, зоны внутри кабинета для подвижных игр, для релаксирующих упражнений. Требования к информационной обеспеченности организации для реализации программы (технологии) (библиотека, Интернет и т.д.); Обеспечение специалистов доступом к информационно-методическим источникам по реализации программы, информирование о промежуточных результатах (данные мониторинга, анализ деятельности). Наличие методических пособий и рекомендаций, компьютерных пособий, мультимедийных, аудио, видеоматериалов, интернет ресурсов. Методические пособия, листы бумаги А4, фломастеры, мелки, цветные и простые карандаши, краски, материалы для творческой работы (цветная бумага, цветной картон и т.д.)

Педагогические методики и технологии:

Методы обучения, в основе которых лежит способ организации занятия - беседа, которая позволяет моделировать в воображении такие проблемы, которые невозможно проиграть в традиционных игровых процедурах; - проективные, диагностические и активизирующие методики, которые направлены не только на формирование интереса (мотивации) старшеклассников к рассмотрению своих проблем, но и на вооружение доступными и понятными средствами для планирования, корректировки и реализации своих профессиональных перспектив; - игровые методы, в ходе которых школьники имеют возможность на практике проверить эффективность различных моделей поведения, отработать навыки принятия решения, бесконфликтного общения.

Список используемой литературы:

1. Анцупов А. Я. Профилактика конфликтов в школьном коллективе. - М.: Владос, 2004;
2. Банькина, С.В. Педагогическая конфликтология: состояние, проблемы исследования и перспективы развития - М.: УРСС, 2011.
3. Батаршев А.В. Психология личности и общения. - М.: Владос, 2004
4. Голованова, Н.Ф. Социализация и воспитание ребёнка - СПб.: Речь, 2004.
5. Гришина, Н.В. Психология конфликта - СПб.: Питер, 2008
6. Ершов, А.А. Личность и коллектив - Л.: Знание, 2012
7. Козер, Л. Основы конфликтологии. - СПб.: «Светлячок», 1999.
8. Коломинский Я.Л. Человек: психология. - М., 1986.
9. Конникова, Т.Е. Коллектив и формирование личности - М. : Просвещение, 2012.
10. Мухина, В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество - М.: Издательский центр «Академия», 2002
11. Рогов Е. И. Психология личности. М.: Владос, 1999.
12. Снайдер Ди. Практическая психология для подростков, или как найти свое место в жизни. М., 1997.
13. Фопель К. Групповая сплоченность. "Генезис" Москва, 2010;
14. Фопель К. Как научить детей сотрудничать, часть 2. М., 1998.

Информационные источники, используемые при реализации программы: Методическое оснащение программы:

1. Агрессия у детей и подростков / Под редакцией Платоновой Н.М. - СПб.: Речь, 2009
2. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми -СПБ.: Речь, 2008
3. Овчарова Р.В. Технологии практического психолога образования / Учебное пособие для студентов вузов и практических работников. - М.: ТЦ «Сфера», 2011
4. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами / Сборник методических материалов - М.: АКАДЕМИА, 2002.
5. Психогимнастика в тренинге /Под ред. Н.Ю. Хрящевой. - СПб: Речь,
6. Институт Тренинга, 2010.
7. Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей -Ростов-на-Дону «Феникс», 2010
8. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. /Пер. с нем. - М. «Генезис» 2008
9. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего:
10. Практическое пособие / Пер. с нем. 3-е изд. - М.: Генезис, 2008.
11. <https://www.youtube.com/watch?v=FKHMu9Ckqds&t=1s>

Список литературы для родителей и педагогов с приложением:

1. Гиппенрейтер Ю. Б. Счастливый ребенок: новые вопросы и новые ответы/Ю. Б. Гиппенрейтер. – Москва: Издательство АСТ, 2017. – 352 с.
2. Мазлиш Э. Свободные родители, свободные дети/ А. Фабер, Э. Мазлиш.– М.: Эксмо, 2012. – 320 с.
3. Сигел Д. Вне зоны доступа: как не потерять контакт с ребенком в переходном возрасте/Д. Сигел. – Москва: Издательство «Э», 2016.
4. Анцупов А.Я. Социально-психологическая оценка персонала: учеб. пос. М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2018 Анцупов А.Я. Конфликтология. Теория и практика : /А. Я. Анцупов, А. И. Шипилов. -5-е изд., перераб. и доп. -М.; СПб.; Нижний Новгород: Питер, 2018. -503 с.
5. Валкер Д. Тренинг разрешения конфликтов (для начальной школы). Как нам договориться? – СПб, 2001.

Приложение № 1 (для педагогов и родителей)

КРАТКО О БУЛЛИНГЕ

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

Буллинг - травля, повторяющаяся агрессия по отношению к определенному субъекту, включающая в себя принуждение и запугивание.

Может проявляться в физическом насилии, угрозах, вербальной агрессии, унижении. Норвежский исследователь буллинга Дэн Олвеус определяет буллинг как стереотип взаимодействия в группе, при котором человек на протяжении времени неоднократно сталкивается с намеренным причинением вреда или дискомфорта со стороны другого человека или группы людей в контексте «диспропорциональных «властных» отношений».

Буллинг - систематическое злоупотребление властью (силой)

со стороны человека или группы людей для подавления, унижения, оскорбления (Ригби, Росс, Смит). По определению И.С. Кона, буллинг - это запугивание, унижение, травля, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и тем самым подчинить его себе.

Можно выделить некоторые особенности буллинга:

- 1) буллинг асимметричен – с одной стороны находится обидчик, обладающий властью в виде физической и/или психологической силы, с другой - пострадавший, такой силой не обладающий и остро нуждающийся в поддержке и помощи третьих лиц;
- 2) буллинг осуществляется преднамеренно, направлен на нанесение физических и душевных страданий человеку, который выбран целью;
- 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.

При буллинге всегда есть жертва, которая не может себя защитить. Он всегда носит систематический характер. По данным Организации объединенных наций, насилию в школе подвергается каждый десятый школьник в мире, и этот показатель ежегодно растет (Всемирный доклад 2006 г. о насилии в отношении детей). В России ежегодно в среднем до 30% молодых людей подвергаются насилию в той или иной форме. Примерно пятая часть всех случаев насилия в отношении подростков и молодых людей совершается в системе образования. По данным статистики детского телефона доверия, действующего с 2010 года во всех субъектах Российской Федерации, количество обращений по вопросу жестокого обращения с ребенком за последние пять лет выросло в 3,5 раза (в 2010 г. — 4330 обращений; в 2014 г. — 15556; из них: в семье — 1800 и 6498, вне семьи — 843 и 2113, среди сверстников — 1463 и 5955 соответственно) Российским школьникам задавался вопрос о том, как часто они сталкиваются в реальной жизни с подобным поведением со стороны других людей, в том числе своих ровесников. Оказывается, что каждый 10-й российский ребенок подвергается буллингу чаще одного раза в месяц, при этом 6% детей подвергается обидам и унижениям либо каждый день, либо 1-2 раза в неделю, а 4% - 1-2 раза в месяц. 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 два раза больше, чем в среднем по европейским странам.

Российские школьники чаще, чем европейские сообщают, что проявляли агрессию лицом к лицу (соответственно 21% в России и 10% в Европе). И те и другие гораздо реже признают, что вели себя агрессивно в Интернете (8% в России и 3% в Европе). Д. Ольвеус провел исследование частоты

проявления буллинга в школе в зависимости от класса. Было выявлено, что буллинг наиболее распространен в начальной и средней школе. К 10-11 классам, по мере развития мозговых структур и способности к саморегуляции, он постепенно сходит на нет.

ПРИЗНАКИ БУЛЛИНГА.

- Ученик на всех переменах один.
- Он всегда один выполняет задания в малых группах.
- Ученик приходит в класс в потрепанном виде: разорванная, испачканная одежда, синяки, ссадины – следы драки.
- Послушный ребенок вдруг начал опаздывать в школу или сидеть в классе после уроков, чего-то выжидая.
- Стал хуже учиться.
- Стал хуже себя чувствовать (психосоматика).
- С кем-то из учеников никто не хочет сидеть.
- Группа детей стоят плотным кольцом, озираются, возбужденно что-то обсуждают, чувствуется агрессия.
- Группа детей после уроков ждет кого-то на школьном дворе.
- Старшеклассники суетятся возле туалетов младших классов.
- В столовой кто-то покупает на свои деньги еду для другого.
- Те, кто сильнее физически или старше, постоянно «просят взаймы» у младших детей или требуют дать позвонить по их телефону.
- Один ученик отбирает спортивную форму (кроссовки) у другого: «просит» поделиться. Ребенок просит деньги у родителей – якобы в школе собирают на какие-то нужды.

ПРОФИЛАКТИКА БУЛЛИНГА В ШКОЛЕ.

Известно, что школьный буллинг не имеет шансов зародиться в тех классах, где учитель в курсе классных событий. При этом неважно, обладает педагог положительным авторитетом или тиранит детей. В первом случае он может эффективно пресекать проявления насилия, опираясь на уважение и любовь учеников. Во втором дети вынуждены сплотиться, чтобы противостоять давлению, на междоусобицы не хватает энергии.

- Помогают совместно созданные правила группы. Их можно выписать на отдельном плакате и повесить в классе. Но они не должны быть формальными. Группа и учитель постоянно мониторят их исполнение и обсуждают, что еще нужно сделать, чтобы класс стал более дружным и сплоченным.
- Если что-то испортило репутацию ребёнка, педагогу нужно приложить силы, чтобы поднять авторитет, показать его в выгодном свете.
- Нельзя затягивать с мерами пресечения любых насмешек над слабостями одноклассников, презрительных замечаний в их адрес.
- Дать проявиться детям (особенно непопулярным) в их дарах, помочь увидеть коллективу их полезность и ценность для всего класса.
- Не допускать при всём классе оценивать и обсуждать неблагоприятные

и личные качества ребёнка.

- Объединять класс совместными мероприятиями: поездки, участие в школьных мероприятиях, часы общения, экскурсии, прогулки, игры в перемену.
- Максимально включать весь класс в процесс работы, чтобы не почувствовали не востребованными.
- Нельзя сравнивать способности между детьми.
- Проводить упражнения на совместную деятельность; учить давать отпор обидчикам, постоять за себя.
- Организовать внеурочную деятельность обучающихся (занятия в кружках, секциях).
- Организовать дискуссии, игры-размышления, просмотр видеоматериалов и фильмов, демонстрирующих специфические проблемы молодежи (секс, наркотики, насилие), санитарно-просветительская работа.

Обучающиеся считают, что избежать травли в школе возможно, если вовремя заметят взрослые; если жертва изменит своё поведение; если наказать агрессора. Буллинг неизбежен – 17 человек. По мнению школьников, пресечь буллинг в образовательной организации способны администрация, педагогический коллектив, родители, ученики. Таким образом, на образовательные организации ложится ответственность за проработку и устранение проблемы буллинга, что позволит сохранить психологическое здоровье учащихся и создание комфортной развивающей образовательной среды, обеспечивающей высокое качество образования, духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, а также гарантирующей охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся.

ФОРМИРОВАНИЕ У УЧАЩИХСЯ КОНСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА СЛУЧАЙ БУЛЛИНГА В ИХ АДРЕС:

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, быть настойчивым и задиристым (хотя бы внешне);
- искать друзей среди сверстников и одноклассников;
- избегать ситуаций, в которых возможен буллинг;
- если требуется, методично и последовательно заниматься восстановлением самооценки с помощью специалиста;
- не надеяться (мечтать) отомстить с помощью еще большей жестокости и не применять оружие;
- учиться использовать юмор - самое мощное оружие против вербальной агрессии.

Неэффективные методы преодоления буллинга (что не надо делать):

- Переключать всю ответственность на психолога;

- Переадресовать проблему родителям;
- Проводить единовременные и краткосрочные мероприятия, акции;
- Отправлять участников (жертву и буллера) к директору, требовать от буллера извинений;
- Рекомендовать жертве не обращать внимания;

Эффективные методы включают:

- Влияние на агрессора извне. После 12 лет у ребенка уже сформированы моральные убеждения, поэтому изменить их будет не так просто. Личность и авторитет взрослого отходят на второй план, а на первый выходит референтная группа ровесников. Поэтому действовать придется тонко, исподволь формируя общественное мнение.

- Разговор с детьми младшего школьного возраста.

До 12 лет проблему буллинга в школе решить проще, чем со старшими детьми. В этом возрасте у школьников еще не сформированы моральные принципы, и они опираются на мнение учителя. Достаточно будет провести беседы со всеми участниками травли, показать неприглядность поведения агрессоров и собственное негативное отношение к происходящему.

- Привлечение авторитетного союзника. Сначала надо попробовать переубедить, объяснить недопустимость и неэффективность буллинга. Разговаривать с классом должен авторитетный для детей педагог или взрослый, потому что здесь все зависит от силы убеждения и внутренней веры в то, что говорится. Иначе все пролетит мимо ушей. Дети должны уважать этого человека, прислушиваться к нему. Если придет такой же по значимости для них учитель, вся беседа не будет иметь смысла.

Действия учителей:

- 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 прямыми участниками, повышается восприимчивость к ситуациям буллинга и появляется способность адекватно реагировать.
- 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 буллер также изменили свою позицию в отношении происходящего, а также объяснить им, каковы психологические последствия для жертвы в этой ситуации.
- Пригласить родителей для беседы. Если буллинг имеет место в начальной школе, то особенно важно как можно раньше привлечь родителей, обсудить с ними тревожные сигналы, свидетельствующие о буллинге, и какими могут и должны быть стратегии реагирования.
- Программа шефства: система шефства старших школьников над младшими создает коммуникативное пространство, способствующее более быстрому обнаружению случаев буллинга и привлечению шефов к разрешению

таких ситуаций.

План беседы с детьми должен содержать такие ключевые моменты:

1. Прямота. Называем проблему своим именем - это травля, гнобление. Не стоит ходить вокруг да около, дети этого не любят. Объясните, что травля - это проблема класса, а не конкретного человека. Насилие похоже на инфекционную болезнь, которой заболел коллектив, и нужно всем заботиться о здоровье внутри их группы. Отношения стоит содержать в чистоте так же, как лицо и одежду.
2. Смена ролей. Приведите пример таким образом, чтобы каждый почувствовал себя на месте жертвы. Этот метод можно применить наедине с агрессором или с учителями, если они не понимают серьезности происходящего: «Представь себе, что ты заходишь в класс, здороваешься, а от тебя все отворачиваются, что ты почувствуешь?» Объясните, что люди разные, и у каждого человека имеются особенности, которые могут раздражать других.
3. Введение новых правил поведения и ответственность. Предложите альфам, иницилирующим насилие, взять на себя ответственность за новшества. Это поможет им сохранить лицо и выйти из деструктивной позиции. Что касается изменений, то они могут коснуться досуга в свободное школьное или внешкольное время.
4. Помощь специалиста. Пригласите психолога, чтобы провел специальные психологические игры, дающие возможность почувствовать себя на месте жертвы и осознать недопустимость буллинга.

Виды нападок:

- нападки на социальный статус (Ты гастарбайтер! Одни черные!);
- нападки на коммуникацию (Шепелявая!);
- применение насилия или угрозы его применения;
- нападки на социальные связи (отношения);
- нападки на внешность (Во, какие буфера!);

Наиболее распространенные акты буллинга:

- негативные разговоры о ком-то за его спиной;
- распространение слухов и лживых сведений;
- обзывание и придумывание обидных прозвищ;
- выставление в смешном виде;
- унижающие и обесценивающие взгляды и жесты;
- передразнивание;
- объявление глупым («дураком»);
- непозволение сказать свое слово, ответить;
- изоляция от остального классного сообщества (бойкот);
- отбирание, прятание, повреждение школьных принадлежностей и/или других вещей, одежды;
- необоснованные обвинения;
- пинки, удары;
- шантаж, вымогательство;
- сексуальные домогательства;

Прямой, активный буллинг

Основные действия:

- дразнить
- угрожать
- обесценивать
- оскорблять
- унижать
- компрометировать
- преследовать, причинять неприятности, мучить

Непрямой, пассивный буллинг

Основные действия:

- изолировать
- вредить репутации
- распространять слухи
- отбирать личные вещи и портить их

Особо жестокий буллинг

- Физическое насилие, заставляющее жертву страдать.
- Деяния, граничащие с уголовно наказуемыми

Выявление и диагностика буллинга в школе

Первичные признаки:

- Ребенок регулярно подвергается насмешкам со стороны сверстников в оскорбительной манере: его часто обзывают, дразнят, унижают, либо угрожают ему, требуют выполнения пожеланий других сверстников, командуют им.
- Ребенка часто высмеивают в недоброжелательной и обидной манере.
- Ребенка часто задирают, толкают, пинают, бьют, а он не может себя адекватно защитить.
- Ребенок часто оказывается участником ссор, драк, в которых он скорее беззащитен и которых пытается избежать (часто при этом плачет).
- Дети берут учебники, деньги, другие личные вещи ребенка, разбрасывают их, рвут, портят.
- У ребенка есть следы - синяки, порезы, царапины или рваная одежда, которые не объясняются естественным образом (то есть не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т.п.).

Вторичные признаки:

- Ребенок часто проводит время в одиночестве и исключен из компании сверстников во время перемен, обеда. У него, по наблюдениям, нет ни одного друга в классе.
- В командных играх дети выбирают его в числе последних или не хотят быть с ним в одной команде.
- Ребенок старается держаться рядом с учителем или другим взрослым во время школьных перемен.
- Избегает говорить вслух (отвечать) во время уроков и производит впечатление тревожного и неуверенного в себе.
- Выглядит расстроенным, депрессивным, часто плачет.

- У ребенка резко или постепенно ухудшается успеваемость.
- Не дают списать, не подсказывают, не спрашивает тему урока, домашнее задание.

Выявление и диагностика буллинга дома

Первичные признаки:

- Возвращается домой из школы с порванной одеждой, с порванными учебниками или тетрадями.
- У ребенка есть следы - синяки, порезы, царапины, или рваная одежда, которые не объясняются естественным образом (то есть, не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т.п...).

Вторичные признаки:

- Никогда не приводит домой (после школы) одноклассников или других сверстников или очень редко проводит время в гостях у одноклассников или в местах, где они играют/проводят время.
- Нет ни одного друга, с которым можно провести время (играть, сходить в кино или на концерт, погулять или заняться спортом, поговорить по телефону и т.п.).
- Ребенка никогда не приглашают на праздники/вечеринки, или он сам не хочет никого приглашать и устраивать праздник (потому что считает, что никто не захочет придти).
- Боятся или не хотят идти в школу, по утрам перед школой плохой аппетит, частые головные боли, боли в желудке, расстройство.
- Выбирает длинный и неудобный путь в школу и из школы.
- Беспokoйно спит, жалуется на плохие сны, часто во сне плачет.
- Потерял интерес к школьным предметам/занятиям, ухудшилась успеваемость.
- Выглядит несчастным, расстроенным, депрессивным, или наблюдаются частые перемены настроения, раздражительность, вспышки.
- Требуеt или крадет деньги у родителей (чтобы выполнить требования «агрессоров»).

Наличие агрессивных (часто дерущихся, постоянно задевающих и оскорбляющих других детей, импульсивных) детей должно настораживать взрослых в отношении возможности существования буллинга.

3. Последствия травли для детей-жертв и для детских коллективов
 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.

Актуальные последствия:

- Аффективные нарушения: снижение настроения, депрессивность, высокий уровень тревоги, многочисленные страхи, злость (большое количество негативных эмоций).
- 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: мотивации к учебе, пропуски школы, уроков, снижение успеваемости.
- Поведенческие нарушения: агрессивность, уходы из дома, протестное поведение и т.п.
- Суицидальные мысли и попытки.

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

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 учебе, недоверие к взрослым – это основные последствия травли для детского коллектива.

Профилактика и предотвращение буллинга.

Общие компоненты программ:

1. Информирование учителей, сотрудников школы, детей и родителей о проблеме буллинга, его механизмах и последствиях.
2. Единые для школы правила в отношении буллинга и скоординированные мероприятия по профилактике и преодолению.
3. Обучение учителей.
4. Групповые занятия с детьми.
5. Оказание помощи жертвам буллинга.
6. Взаимодействие с родителями.
7. Обычно любая программа включает в себя как превентивные меры, так и вмешательство/меры по разрешению существующих проблем.
8. Любая программа включает в себя меры и мероприятия на трех уровнях:

школы, класса и индивидуальном. Индивидуальные компоненты, которые варьируются от программы к программе:

1. Подробное исследование проблемы и ее распространенности в конкретной школе (анонимные опросники детей, опросники для учителей, опросники для родителей, наблюдение). Обсуждение результатов сотрудниками школы с детьми и родителями.
 2. Акцент на взаимоотношениях между детьми и между детьми и учителями, создание принимающей, комфортной и открытой атмосферы в школе и в классе.
 3. Включение занятий по профилактике буллинга в обязательную школьную программу.
 4. Создание совместно с детьми свода правил в отношении буллинга и поведения детей при столкновении (напрямую или косвенно) с ним.
 5. «Библиотерапия» (использование на занятиях художественной литературы, посвященной буллингу).
 6. Фильмы и наглядные пособия.
 7. Драма-терапия: ролевые игры, проигрывание ситуаций травли, т.п.
 8. Контроль детей во время школьных перемен и вне классов, организация игрового/досугового пространства.
 9. Акцент на работе с детьми-свидетелями травли: пассивными участниками и детьми, которые предпочитают никак не участвовать, изменение групповой динамики.
 10. Создание на базе школы команды специалистов по буллингу/антибуллинговых комитетов (учителя, психолог/соц. педагог, директор...)
 11. Создание комитетов, в которых участвуют дети, для разработки правил в отношении буллинга и мер для его преодоления.
 12. Создание линии доверия по вопросам буллинга на базе школы (или нескольких школ) (иногда сотрудники школ (Олвеус), иногда – дети, прошедшие подготовку (Шеффилд).
 13. Регулярные встречи с родителями.
 14. Организация групп поддержки для детей-жертв травли, для родителей детей-жертв и для родителей детей - «агрессоров».
 15. Индивидуальная психологическая работа с детьми-жертвами.
 16. Тренинги уверенного поведения для детей-жертв.
- В отношении детей - «агрессоров»: наибольшая вариативность в подходах и методах:
- Некоторые школы придерживаются системы жестких санкций и наказаний
 - Во многих программах акцент делается на оказание своевременной психологической помощи ребенку: индивидуальная и групповая работа.
 - Совместные встречи с жертвой буллинга (часто вместе с родителями), на которых ребенок-жертва травли рассказывает о своих переживаниях в связи с ней и т.д.
 - В некоторых программах ведется активная работа с родителями.

- Встречи всех детей-участников (жертвы, агрессора, других нападающих и нескольких свидетелей), вместе с учителем/психологом/социальным работником. Обсуждение ситуации, чувств ребенка-жертвы, возможных выходов из нее. (No-Blameapproach, Робинсон и Мэйнс).
- Последовательные индивидуальные встречи с ребенком-жертвой, ребенком-агрессором, с другими нападающими детьми, далее со всеми вместе (метод Пикаса).
- Развитие навыков управления гневом (контроль импульсов): индивидуальная и групповая работа (спорная).
- Развитие навыков взаимодействия (индивидуальная и групповая работа).