

УТВЕРЖДЕНО Приказом директора МБОУ ЦО № 58 «Поколение будущего»
Приказ № <i>11/2023</i> от « <i>09</i> » <i>09</i> 2023 г.
Директор МБОУ ЦО № 58 «Поколение будущего» Н.В. Гришина



Программа профилактики буллинга «Мы вместе»

Тула, 2023 год

СОДЕРЖАНИЕ

I. Целевой раздел

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Предполагаемый результат

II. Содержательный раздел

- 2.1. Планирование работы с обучающимися
- 2.2. Планирование работы с педагогами
- 2.3. Планирование работы с родителями

III. Организационный раздел

- 3.1. Организация работы с обучающимися
- 3.2. Организация работы с педагогами
- 3.3. Организация работы с родителями

IV. Материально-техническое оснащение программы

- 4.1. Условия реализации программы
- 4.2. Техническое оснащение
- 4.3. Кадровое обеспечение

V. Критерии оценки эффективности выполнения программы

Литература

І. ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ

1.1. Пояснительная записка

Введение

В настоящее время проблема эгоцентричного поведения детей в школе приобретает всё большую актуальность. Истории об издевательствах в среде обучающихся показывают по телевидению, их декларируют в социальных сетях и обсуждают в интернете. Это вызывает тревогу, озабоченность в обществе, в школе, в классе, в семье, т.к. пропаганда такого характера, является проявлением буллинга.

Растет интерес к проблеме буллинга в отечественной психологии, приобретая всё более устойчивый характер. К отечественным исследователям, занимающимся этим вопросом, относятся: И.А. Александрова, Т.О. Арчакова, И.А. Баева, С.А. Богомаз, Е.В. Бородкина, И.В. Дробинина, И.А. Кузьмин, О.А. Кузнецова, Д.А. Леонтьев, С.Р. Мадди, Т.В. Наливайко, Е.И. Рассказова, И.А. Регуш, Р.И. Стетишина и другие.

Травля - умышленное, не носящее характера самозащиты, длительное (повторяющееся) физическое или психологическое насилие со стороны индивида или группы в отношении человека, который уступает им (по физическим или психологическим качествам) и не способен защитить себя.

Выделяют различные виды травли среди сверстников:

- 1) вербальная (словесная) - насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания и необъективные оценки, унижение в присутствии других и пр.;
- 2) социальное исключение - отказ от общения с жертвой (с ребёнком отказываются играть, заниматься, не хотят с ним сидеть за одной партой и т.д.);
- 3) физическое насилие - избиение, нанесение удара, шлепки, подзатыльники, порча и отнимание вещей и др.;
- 4) интернет-травля - намеренные оскорбления, угрозы, сообщение другим компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации.

Обычно все виды травли сопутствуют друг другу. Насмешки и издевательства могут продолжаться длительное время, вызывая у жертвы травмирующие переживания.

Как и у любого явления, у школьной травли есть разные причины, они могут быть как внешними (ситуация взаимодействия, особенности одноклассников, поведение взрослых), так и внутренними - определяться личностными особенностями самих детей, включённых в ситуацию травли.

Дети приходят в школу не только для того, чтобы получать знания, они также учатся взаимодействовать друг с другом. В школе ребёнок получает богатый опыт общения, на основании которого делает выводы о том, как устроен мир, чего ждать от других людей и чего ждут от него окружающие. Как оставаться таким, какой ты есть; как не бояться отличаться от других и не стать объектом насмешек при этом; как проявлять свою слабость, уязвимость и не переставать доверять людям? Не для всех этот путь лёгкий.

О травле в школе психолог узнаёт от учителей, родителей или от сочувствующих жертве учеников-наблюдателей.

Учителя к психологу обращаются, как правило, когда травля уже становится явной, то есть ухудшается психологический климат в классе, растёт количество жалоб со стороны родителей на бездействие учителя. Всё это мешает учебному процессу и создаёт высокий уровень нервно-психического напряжения у учителя.

Родители жертвы ищут у психолога дополнительной помощи, придя на консультацию.

Одноклассники рассказывают о происходящем в классе насилии в том случае, если они хорошо знают психолога и доверяют ему, либо по совету родителей.

Актуальность проблемы состоит в том, что социальные нормы, эффективность учебной деятельности и позитивные взаимоотношения тесно связаны между собой. В связи с этим, создание комфортной безопасной образовательной среды, обеспечивающей не только высокое качество образования, но и сохранение физического и психического здоровья

обучающихся, является одной из основных задач образовательной организации. Проведённое социометрическое исследование с обучающимися в сентябре 2023-2024 учебного года, мониторинг обращений классных руководителей и родителей в школьную «Службу медиации», показали, необходимость создания программы по профилактике буллинга в подростковой среде «Мы вместе».

1.2. Цель и задачи программы

Тип программы: профилактическая

Целевая аудитория: обучающиеся, педагоги, родители

Цель программы: профилактика буллинга в школе.

Задачи программы:

- 1) Сформировать целостное представление о понятиях: сотрудничество, взаимоуважение, диалог обучающихся, родителей и педагогов.
- 2) Выявить социометрический статус обучающихся в классном коллективе.
- 3) Расширить знания обучающихся о конструктивных способах реагирования в конфликтной ситуации и способах эффективного взаимодействия с окружающими.
- 4) Способствовать развитию личностных качеств обучающихся, помогающих справиться с ситуацией буллинга в образовательном учреждении.
- 5) Формирование благоприятного психологического микроклимата классного коллектива.

1.3. Предполагаемый результат:

- ✓ снижение количества возникающих конфликтных ситуаций;
- ✓ формирование у обучающихся навыков конструктивных способов общения со сверстниками;
- ✓ сплочение классного коллектива;
- ✓ повышение компетентности родителей и педагогов в вопросах профилактики случаев буллинга.

II. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.1. Планирование работы с обучающимися.

Профилактические мероприятия

№ п/п	Форма мероприятия	Тема	Сроки
1	Круги сообщества	В соответствии с планом воспитательной работы классного руководителя и педагога-психолога	В течение учебного года
2	Командное участие в спортивных соревнованиях, творческих и интеллектуальных конкурсах	В соответствии с планом воспитательной работы Центра образования, региона и области	В течение учебного года
4	Волонтерская деятельность	В соответствии с планом работы школьной «Службы медиации»	В течение учебного года
5	Групповая работа над проектами	В рамках практико-исследовательской деятельности Центра образования	В течение учебного года
6	Семейные конференции	В соответствии с планом воспитательной работы классного руководителя с родителями	В течение учебного года

Групповая психологическая работа

Групповая психологическая работа с обучающимися, ставшими активными участниками или свидетелями буллинга, направлена на тренировку социальных навыков и сотрудничества. Программа работы рассчитана на то, что группу ведут два психолога. Ведущие группы обучают навыкам присоединения к существующим группам, совладания с обидой, выражения благодарности себе и другим, пониманию чувств и развитию самоконтроля.

Количество детей в группе - от 8 до 12.

Продолжительность встреч - от 45 до 75 минут.

Этап	Содержание этапа
Первый этап. Подготовка (до начала собственно групповой работы)	Формирование группы: отбор участников с помощью социометрии. Беседы с педагогами. Личные встречи с родителями участников группы. Интервью с участниками.
Второй этап. Знакомство. Встречи №1-3	Участники группы знакомятся между собой.
Третий этап. Работа с чувствами. Встречи №4-5	Работа с чувствами: формирование словаря эмоций, понимание своих и чужих чувств, развитие эмпатии.
Встреча №6	Работа с обидой. Создание пульта самоконтроля как инструмента саморегуляции.
Встречи №7-8	Продолжение работы с чувством обиды. Развитие самоконтроля.
Четвёртый этап. Тренинг социальных навыков. Встречи №9-11	Работа над стратегическими социальными навыками: присоединение к группе, осознание чувства благодарности по отношению к себе и к другому, умение говорить комплименты и выражать благодарность, тренировка умения сотрудничать.
Пятый этап. Заключительный. Встреча №12	Завершение работы.
Шестой этап. Оценка эффективности (после окончания групповой работы)	Проведение социометрии. Опрос педагогов.

Индивидуальная психологическая работа

Индивидуальная работа может быть разделена на 5 основных этапов:

1) Совместное рассмотрение социальной среды ребёнка

Задачи:

- выяснить, как выглядит в глазах ребёнка окружающая его социальная среда, насколько он осознаёт её особенности и особенности своего положения в ней;

- мотивировать ребёнка на сотрудничество;

- сформулировать совместно с ребёнком конкретные примеры поведения.

2) Совместное изучение процесса взаимодействия ребёнка со сверстниками.

Задачи:

- понять, что происходит с ребёнком во время общения, какую роль он выполняет в группе: жертва, наблюдатель, агрессор

- выстроить и показать ребёнку логическую последовательность событий.

3) Изучение внутреннего мира ребёнка: что происходит с ним во время общения.

Задачи:

- развить у ребёнка навыки рефлексии (оценка мыслей, чувств и потребностей, возникающих во время общения).

4) Оценка социальных навыков ребёнка.

Задачи:

- оценить базовые социальные навыки;

- оценить стратегические социальные навыки.

5) Формулирование конкретных задач по развитию социальных навыков

Задачи:

- создать план индивидуальной работы;

- тренировать социальные навыки.

2.2. Планирование работы с педагогами .

№	Форма мероприятия	Тема	Содержание	Сроки
п / п				
1	Педагогический	“Основные причины	Психологическая	Август

	совет	и проявления буллинга и его влияние на процесс обучения детей”	сущность явления, роль педагога в формировании благоприятной атмосферы в классе.	
2	Мастер-класс	«Социометрическое исследование, как способ изучения атмосферы внутри классного коллектива»	Знакомство с методом социометрического исследования, рекомендации по проведению, обработке и анализу результатов.	Сентябрь
3	Мастер-класс	«Технология организации кругов сообщества как способ формирования навыков конструктивного взаимодействия внутри классного коллектива»	Знакомство с педагогов с технологией «Круги сообщества», составление перечня проблем, которые можно разрешить при помощи данного метода, тренировочный круг.	Октябрь
4	Индивидуальное консультирование	«Профилактика возникновения конфликтных ситуаций и ситуаций буллинга в классном коллективе»	Обсуждение полученных результатов, составление рекомендаций в соответствии с результатами.	В течение учебного года, по запросу
5	МО классных руководителей	«Обмен опытом»	Анализ методических разработок по теме, трансляция опыта, обсуждение	Март

			наиболее эффективных практик	
--	--	--	------------------------------	--

2.3. Планирование работы с родителями.

№ п/п	Форма мероприятия	Тема	Содержание	Сроки
1	Индивидуальные консультации	“Буллинг. Что делать?”	Изучить суть феномена. Определить отношение родителя к данной ситуации, восприятие ребёнка родителем. Снижение чувства вины родителя. Определение ответственных в сложившейся ситуации. Уход от конфронтации, выстраивание сотрудничества. Определение ресурсов для ребёнка.	В течение учебного года, по запросу
2	Семейная конференция	“Буллинг. Как помочь детям?”	Ознакомить с понятием буллинга, видами и причинами его возникновения. Дать рекомендации об эффективных методах и приемах сотрудничества.	В течение учебного года, по запросу
3	Информационная популяризация	«Профилактика буллинга в образовательном учреждении»	Создание информационных буклетов, размещение информации на сайте школы по данной	В течение учебного года

III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Организация работы с обучающимися.

В начале и в конце учебного года с обучающимися проводится социометрическое исследование с целью определения статуса ребенка в классном коллективе.

Исследование проводится с обучающимися у которых имеются согласия на психолого-педагогическое сопровождение от родителей (законных представителей).

Также частью диагностического исследования, является наблюдение. В ходе наблюдений выявляются характеристики микроклимата в классном коллективе.

Результаты диагностического исследования используются для определения: социального статуса в классе (отвергаемые, лидеры, принятые, предпочитаемые); для составления рабочих групп и реализации с ними плана программы «Мы вместе»; для проведения процедуры медиации с жертвами и обидчиками; для сравнительного анализа при оценке эффективности работы по программе.

3.2. Организация работы с педагогами.

В течение учебного года с педагогами образовательной организации проводятся тематические групповые встречи, направленные на профилактику возникновения ситуаций буллинга внутри классных коллективов, и индивидуальные беседы для разбора уже возникших ситуаций и выстраивания плана работы.

3.3. Организация работы с родителями.

Индивидуальные консультации родителей и родительские собрания проводятся в течение года по запросу. Количество встреч и их продолжительность зависит от особенностей конкретной ситуации, возникшей в классном коллективе.

IV. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ ПРОГРАММЫ

4.1. Условия реализации программы.

Для проведения мероприятий с родителями, обучающимися и педагогами необходим просторный кабинет для организации работы с группой. Пространство рабочей зоны должно быть оборудовано столами и стульями для каждого участника.

Для групповых и индивидуальных занятий с обучающимися потребуются листы бумаги, ножницы, клей, ручки, карандаши, фломастеры.

4.2. Техническое оснащение.

-компьютер

-проектор

4.3. Кадровое обеспечение.

Мероприятия проводятся педагогом-психологом образовательной организации совместно с классными руководителями.

V. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Для оценки эффективности выполнения данной программы используется:

- сравнительный анализ результатов диагностического исследования обучающихся на момент начала года и на момент окончания реализации программы.

- результаты наблюдений за обучающимися во время уроков и во внеурочное время.

ЛИТЕРАТУРА

Авраам Я. Почему со мной никто не дружит? Психологическая помощь детям-изгоям / пер. с иврита Г. Кац. - М.: Генезис, 2020. - 232 с.

Жекулина Т.М. Травля в школе. Нарративный подход к работе с проблемой. - Москва: Генезис, 2022. - 184 с.