ӨРКЕН
БАЛАЛАРДЫҢ ӘЛ-АУҚАТЫН АРТТЫРУ
ҰЛТТЫҚ ҒЫЛЫМИ-ПРАКТИКАЛЫҚ ИНСТИТУТЫ

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН

НАО «НАЦИОНАЛЬНЫЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ
БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ «ӨРКЕН»

ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВЛИ (БУЛЛИНГА) ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОРГАНИЗАЦИЯХ СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДОСБОЛLIKE»

АЛМАТЫ 2025

Рекомендовано Научно-методическим советом
НАО «Национальный научно-практический институт
благополучия детей «ӨРКЕН»
(протокол № 2 от 24.07.2025 г.)

Программа профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE». – Алматы: НАО «ННПИБД «Өркен», 2025. – 322 с.

В Программе профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE» представлены актуальность, концептуальные основы, цели, задачи, этапы реализации, ожидаемые результаты, приложения.

В перечень приложений включены: Положение об антибуллинговой команде; проекты локальных актов; алгоритмы незамедлительного реагирования на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся и воспитанников в случае ее выявления; установочный семинар для педагогов; семинары для сотрудников организаций образования; занятия для родителей учащихся 1–4, 5–9, 10–11 классов; руководство по организации проектной деятельности на основе занятий для обучающихся 1–11 классов; материалы для проведения диагностики и мониторинга, материалы по психолого-педагогической поддержке деятельности педагогического коллектива по развитию социально-эмоциональных навыков учащихся.

Предназначена для руководителей, педагогов организаций среднего образования, методистов, руководителей и специалистов отделов и управлений образования.

© НАО «ННПИБД «ӨРКЕН», 2025

АЛМАТЫ 2025

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт Программы стр. 4
2. Глоссарий стр. 4
3. Актуальность Программы стр. 4
4. Цель и задачи Программы стр. 11
5. Этапы реализации Программы стр. 14
6. Ожидаемые результаты стр. 22
7. Приложения стр. 23
8. ПРИЛОЖЕНИЕ 1 стр. 24
9. ПРИЛОЖЕНИЕ 2 стр. 28
10. ПРИЛОЖЕНИЕ 3 стр. 41
11. ПРИЛОЖЕНИЕ 4 стр. 49
12. ПРИЛОЖЕНИЕ 5 стр. 54
13. ПРИЛОЖЕНИЕ 6 стр. 64
14. ПРИЛОЖЕНИЕ 7 стр. 91
15. ПРИЛОЖЕНИЕ 8 стр. 281
16. ПРИЛОЖЕНИЕ 9 стр. 288
17. ПРИЛОЖЕНИЕ 10 стр. 290

Сокращение

НАО «ННПИБД «Өркен» – Некоммерческое акционерное общество «Национальный научно-практический институт благополучия детей «Өркен»

1. Паспорт Программы

Основание для разработки Программы

- Закон Республики Казахстан от 27 июля 2007 г. №319-III «Об образовании»
- Постановление Правительства Республики Казахстан от 31 августа 2023 г. №748 «Об утверждении Комплексного плана по защите детей от насилия, превенции суицида и обеспечению их прав и благополучия на 2023–2025 гг.»
- Приказ Министра просвещения Республики Казахстан от 21 декабря 2022 г. №506 «Об утверждении Правил профилактики травли (буллинга) ребенка»

Разработчик Программы: *Некоммерческое акционерное общество «Национальный научно-практический институт благополучия детей «Өркен».*

Участники Программы: *обучающиеся и педагоги организаций среднего образования, студенты и преподаватели колледжей, сотрудники организаций образования, родители (законные представители) обучающихся.*

Управление и контроль за исполнением Программы: *Министерство просвещения Республики Казахстан, Комитет по охране прав детей Министерства просвещения Республики Казахстан, Некоммерческое акционерное общество «Национальный научно-практический институт благополучия детей «Өркен».*

2. Глоссарий

Аутоагрессивное поведение – действия, направленные на нанесение какого-либо ущерба своему соматическому или психическому здоровью.

Аутодеструктивное поведение – разновидность девиантного поведения, характеризующаяся поступками, угрожающими развитию и целостности личности субъекта поведения.

Безопасная образовательная среда – целостная качественная характеристика внутренней жизни организации образования, где каждому участнику образовательного процесса гарантируется соблюдение прав и норм психолого-физической безопасности, создаются условия для индивидуального развития каждого обучающегося

Виктимизация – процесс превращения лица в жертву преступного посягательства, а также результат этого процесса как в единичном, так и в массовом порядке.

Просоциальное поведение – действия, которые: а) имеют целью принести пользу другому человеческому существу; б) доставляют реальную пользу другому человеку (другим людям); в) совершаются бескорыстно, исключительно из альтруистических побуждений.

Травля (буллинг) ребенка – систематические (два и более раза) действия унизительного характера, преследование и (или) запугивание, в том числе направленные на принуждение к совершению или отказу от совершения какого- либо действия, а равно те же действия, совершенные публично или с использованием средств массовой информации и (или) сетей телекоммуникаций (кибербуллинг).

3. Актуальность Программы

Обеспечение благополучия казахстанских детей, защита их права на здоровье, полноценное развитие и качественное образование являются приоритетными направлениями государственной политики.

За годы независимости Казахстаном было ратифицировано 15 международных документов, первым из которых стала ***Конвенция о правах ребенка.*** Все ее статьи сегодня имплементированы в законодательные акты страны. Принято свыше 45 нормативных правовых актов, регулирующих права детей.

С внедрением в 2022 г. в Казахстане ***Индекса благополучия детей*** созданы условия для оценки эффективности национальной политики по улучшению по-

ложения детей в разных сферах жизни, совершенствованию системы зашиты их прав и интересов.

В настоящее время массовой тенденцией стало вытеснение позитивного восприятия мира, традиционно присущего периоду детства, нигилизмом, пессимизмом, проявлениями насилия в отношении окружающих и аутодеструктивного поведения.

Так, по данным ***Доклада о положении детей в Республике Казахстан 2022 г.***, массовый характер приобрели:

нарушения психоэмоционального состояния детей, приводящие к суициду; преступления в отношении детей, насилие физическое и психологическое (буллинг, кибербуллинг и др.);

детская преступность, во многом обусловленная неблагополучием семей; негативное влияние электронного пространства (интернет, социальные сети).

Частота аутоагрессивного поведения и суицидов в детской среде в республике стабильно высокая: 2020 г. – 144 факта (попытки – 307); 2021 г. – 175 фактов

(попытки – 373); 2022 г. – 155 фактов (попытки – 309); за 6 месяцев 2023 г. – 95 фактов (попытки – 207).

Криминогенная ситуация в подростковой среде осложнилась: 2021 г. – 1529; 2022 г. – 1735; за 6 месяцев 2023 г. – 844, допущен значительный рост (13,4%) числа преступлений, совершенных несовершеннолетними.

Согласно опросу, проведенному в рамках Международного исследования PISA 2018, в Казахстане почти каждый четвертый школьник 15-летнего возраста подвергается тем или иным видам буллинга: насмешки, угрозы, физический буллинг. Более 70% детей в возрасте 11–15 лет, которые пользуются интернетом, имеют мобильные телефоны и компьютеры, являются наиболее уязвимыми для кибербуллинга в электронном пространстве (ЮНИСЕФ, 2019).

Буллинг как преднамеренное, систематическое агрессивное поведение группы лиц по отношению к одному человеку стал распространенным явлением в школьной среде, имеющим далеко идущие последствия для эмоционального благополучия детей и общей безопасности в школе. Исследования, проведенные в последние два десятилетия в мире, значительно расширили наши представления о негативном влиянии и пагубных последствиях издевательств на развитие как детей, ставших объектом травли, так и тех, кто издевается над другими.

Ориентирами при разработке казахстанской антибуллинговой программы – ***Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»*** (далее – Программа) – выступили антибуллинговые программы, успешно реализуемые в современном мире.

Наиболее известная антибуллинговая программа – ***Программа KiVa. Финская Программа KiVa*** *– это научно обоснованная программа по борьбе с буллингом, разработанная в Университете Турку.* Высокая эффективность KiVa была научно доказана в ходе крупного национального рандомизированного контролируемого исследования, а также некоторых других исследований. KiVa используется по всему миру и является самой востребованной программой в борьбе с буллингом.

Краеугольными камнями KiVa являются *профилактика*, *вмешательство* и *мониторинг*. Программа KiVa реализует превентивные меры по предотвращению буллинга через уроки и онлайн-игры, в которых участвуют все ученики. Меры вмешательства в рамках Программы KiVa фокусируются на детях и подростках, которые были непосредственно вовлечены в буллинг: программа предоставляет школам и учащимся инструменты, ориентированные на решение проблемы.

KiVa также предлагает инструменты для мониторинга ситуации в школах с помощью ежегодных онлайн-опросов для учащихся и персонала. Эта обратная связь дает информацию о том, как улучшить работу по предотвращению буллинга.

Другим примером европейских инициатив является ***Программа предотвращения буллинга Olweus – The Olweus Bullying Prevention Program***, разработанная и апробированная в Норвегии, которая в дальнейшем распространилась и в других странах, включая Канаду, Соединенные Штаты, Великобританию и Германию. Она направлена на сокращение и предотвращение травли (буллинга) и призвана перестроить школьную среду, чтобы устранить саму возможность агрессивного поведения. В этой программе особое внимание уделяется общешкольному подходу, в котором участвуют ученики, учителя, родители и общественность. Она включает в себя мероприятия на уровне класса, школы, а также индивидуальном уровне, чтобы создать целостную среду для борьбы с буллингом.

На уровне класса проводятся регулярные классные и родительские собрания о буллинге и взаимоотношениях со сверстниками. В масштабах школы мероприятия включают в себя проведение анкетирования по опроснику «Олвеус – агрессор / жертва», которая заполняется учащимися анонимно; формирование координационного комитета по предотвращению буллинга; обучение персонала; разработку общешкольных правил против буллинга и скоординированной системы контроля на переменах.

На индивидуальном уровне проводятся встречи как с детьми, которые являются агрессорами, так и с детьми – объектами травли. Проводятся встречи с родителями вовлеченных детей.

Отличным примером программ по профилактике буллинга, в которых для оказания социальной и эмоциональной поддержки учащимся используется *наставничество*, является ***Сеть поддержки сверстников – Peer Support Network*** – программа, реализуемая в школах Новой Зеландии. Обученные старшеклассники выступают в роли наставников для более младших учащихся, предлагая им руководство и дружбу и становясь положительным примером для учащихся среднего и младшего звена. Младшие учащиеся развивают уверенность в себе и жизнестойкость, общаясь со старшеклассниками, а также устанавливая дружеские отношения со своими сверстниками. Программа помогает воспитать чувство принадлежности, сопереживания и позитивного социального взаимодействия, создавая безопасную среду, в которой учащиеся развивают навыки заботы о себе и друг о друге.

Многоуровневый подход, затрагивающий общешкольную политику, информированность и вмешательство взрослых, а также навыки, нормы и ожидания учащихся, демонстрирует ***американская программа «Шаги уважения: Программа по профилактике буллинга» – Steps to Respect: A Bulling Prevention Program.*** Многочисленные исследования подтвердили эффективность многоуровневых вмешательств. Например, исследование, опубликованное в Journal of School Health, показало, что в школах, реализующих комплексные программы, направленные на разработку политики, обучение взрослых и вовлечение учащихся, значительно сократилось количество случаев буллинга. Многоуровневый подход обеспечивает синергетический эффект, способствуя укреплению позитивного поведения на разных уровнях школьного сообщества.

Опираясь на международный опыт, мы утвердились в необходимости проводить целенаправленную работу по профилактике и противодействию травле (буллингу) в каждой организации образования. Были определены наиболее эффективные стратегии профилактики и противодействия насилию в отноше-

нии детей. К ним относятся интеграция различных социальных сфер, активное участие родителей, практики раннего вмешательства и выявления, программы поддержки сверстников, а также использование надежных механизмов сбора и оценки данных. Мы убедились, что формирование позитивной атмосферы, благоприятного социально-психологического климата в общешкольном коллективе является главным условием улучшения психологического благополучия обучающихся.

Только благодаря целостному подходу можно создать среду, в которой буллинг активно пресекается, а благополучие каждого ученика становится приоритетом.

Признавая уникальные особенности казахстанского сообщества, коллектив разработчиков Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE» стремился учитывать менталитет, культурные традиции и ценности народа Казахстана. Признание и интеграция местного содержания и опыта в программу профилактики буллинга имеет первостепенное значение для их эффективности и культурной релевантности. Уникальные характеристики местного сообщества влияют на динамику межличностных отношений, общественные нормы и способы проявления буллинга. Учет местных особенностей гарантирует, что программа не только соответствует контексту, но и перекликается с жизненным опытом обучающихся.

Термин ***буллинг*** к настоящему времени получил официальное закрепление в нормативных актах. Законом Республики Казахстан от 3 мая 2022 г. «О внесении изменений и дополнений в некоторые законодательные акты Республики Казахстан по вопросам защиты прав ребенка, образования, информации и информатизации», в том числе в части правового регулирования и противодействия травле (буллингу), кибербуллингу, внесены изменения и дополнения: в Закон Республики Казахстан от 8 августа 2002 г. «О правах ребенка в Республике Казахстан»; в Закон Республики Казахстан от 5 июля 2004 г. «О связи»; в Закон Республики Казахстан от 27 июля 2007 г. «Об образовании». Статья 1 Закона РК «О правах ребенка в Республике Казахстан» дополнена подпунктом 4-1; статья 1 Закона РК «Об образовании» дополнена подпунктом 4-2, предусматривающим использование понятий *травля (буллинг) ребенка, кибербуллинг*.

В обществе осознается необходимость конструктивного решения вопросов, связанных с буллингом. Эксперты отмечают дефицит исследований по этой проблематике в казахстанском контексте. *Национальное исследование по изучению поведения школьников в отношении своего здоровья и благополучия* ***«Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья» (Health Behaviour in School-Aged Children, HBSC)***, которое проводится Национальным центром общественного здравоохранения (НЦОЗ МЗ РК), является практически единственным источником данных о здоровье, питании, физической активности, ожирении, репродуктивном поведении, опыте употребления табака, наркотиков и алкоголя, досуге, буллинге, кибербуллинге и других темах, касающихся молодого поколения Республики Казахстан. Первое исследование было проведено при поддержке Министерства здравоохранения и Министерства образования и науки Республики Казахстан в 2017–2018 гг., а второе – в 2022 г. в рамках реализации ***Национального проекта «Здоровая нация».***

В исследовании выявлены распространенность участия в буллинге и показатели по тем подросткам, которые пострадали от него. В результате исследования было выявлено, что 6,8% детей регулярно подвергались буллингу в школе 2–3 раза в месяц и чаще за последние два месяца; в два раза больше (17,5% детей) подвергались буллингу по крайней мере один раз и чаще. Самая высокая доля

подвергшихся буллингу детей находится в возрасте 11 лет и снижается по мере взросления к 15 годам.

Распространенность поведения тех, кто подвергал буллингу других людей, в целом наблюдалась у 14,1% детей (кто буллил других один раз и чаще); у детей 11 лет такое наблюдалось чаще (6% – часто, 17,4% – один раз и чаще).

В *гендерном аспекте* показатели участия в буллинге у мальчиков выше в целом и во всех возрастных группах в сравнении с девочками. Самые высокие показатели – у мальчиков 11 лет, по мере взросления отмечается снижение показателя к 15 годам.

Для выявления существующих онлайн-рисков детей в Казахстане ЮНИСЕФ совместно с партнерами проводит исследование с использованием Международной методологии **«Global Kids Online».** Данные исследования, проведенного ЮНИСЕФ и Министерством просвещения Республики Казахстан в 2023 г. ***«Kazakhstan Kids Online»***, свидетельствуют, что 12% детей за последний год отправляли неприятные или оскорбительные сообщения; 52% детей, ставших свидетелями кибербуллинга, не сообщили об этом никому; 7,1% опрошенных детей получали сообщения сексуального характера; 3% опрошенных детей предлагались деньги или подарки в обмен на их сексуальные фотографии или видео; 2,4% детей за последний год предлагали деньги или подарки, чтобы встретиться лично и совершить что-то сексуальное; 1,8% детей подвергались угрозам или шантажу с целью вступить в сексуальные отношения. Более того, каждый пятый ребенок в Казахстане, решивший встретиться лично с кем-то, познакомившись в интернете, не сообщал о своем намерении родителям или другим взрослым.

Разработки казахстанских экспертов и общественных организаций. Определенную роль в формировании и реализации эффективных программ профилактики буллинга играют местные эксперты (психологи, общественные активисты, представители культуры и общественных организаций). Их активность направлена на разработку программ, призванных решить конкретные проблемы в местном контексте, и стратегий, отвечающих ценностям общества.

Так, ***Фондом «Just Support»*** реализован ряд проектов, направленных на помощь подросткам и родителям: TEENS, «Профилактика насилия в отношении детей в семьях и укрепление родительских навыков»; создано Антибуллинг-сообщество (Instagram https://www.instagram.com/bullyingkaz/ – 3295 подписчиков и Facebook https://www.facebook.com/groups/stopbullyingkz – 770 участников), целью которого является развитие сообщества родителей, экспертов, сотрудников организаций образования, представителей СМИ. Сообщество призвано защищать детей от буллинга и обеспечивать реализацию их права на безопасную образовательную среду.

Порядка 100 семей на всей территории Казахстана получили консультации и услуги психологов, юристов, школьных медиаторов, тренеров по детской безопасности. Разработаны онлайн-курсы: Буллинг / травля: кто виноват и что делать? (1400 + участников), Психология подростков – где у них кнопка? (5500 участников), Как развивать soft skills у подростков? (2400 + участников).

Проект ***Фонда Soul Games*** обеспечивает инновационные и увлекательные подходы к обучению, предлагая динамичную платформу, соответствующую предпочтениям и стилям обучения современной технологически подкованной молодежи. Проект включает в себя социально-психологический квест для подростков INSIDE, профориентационную игру In the City, родительские группы, где в процессе общения со специалистом-психологом родители могут решать вопросы воспитания, Step / Шаги – настольную игру для семьи или компании под-

ростков, которая улучшает взаимопонимание и помогает говорить на сложные темы. Фонд также разработал коммуникативный онлайн-тренажер для родителей подростков ***«Близкие».***

Общественный фонд «Центр комплексной поддержки семьи «Семейная академия» выполняет социальный проект ***«ONEGE»***, нацеленный на создание и поддержание счастливых взаимоотношений в семье посредством онлайн-курсов. Целью одного из курсов – «Осознанное родительство» – является повышение компетентности в вопросах родительства: как воспринимать и оценивать происходящее, воспитывая своего ребенка, учитывая его особенности, уважая его личность и право на свободу, развитие и самовыражение. Этот курс полезен родителям, заинтересованным в изучении вопросов позитивного родительства, решении сложных вопросов в случаях, когда они столкнулись с насилием, возрастным кризисом ребенка и т. д.

Ассоциация учеников Шайкенова, профессора права, обучает студентов-юристов, а студенты потом обучают школьников по вопросам: как быть ответственными гражданами, осознанно пользоваться своими правами, уважать права и достоинство других людей, куда обращаться за правовой помощью, как не бояться рассказывать о пережитом преступлении в рамках Программы ***«Street Law Kazakhstan».*** Это интерактивный школьный предмет, который обучает школьников правам человека и механизмам защиты от насилия, буллинга и кибербуллинга. По окончании курса школьники и учителя отмечают положительный результат от преподавания *Street Law*: школьники проявляют более уважительное отношение к законам, праву, а также друг к другу и к учителям, в классах снижается уровень агрессии и буллинга среди школьников, атмосфера в пилотных классах становится более дружелюбной.

В 2020 г. ЮНИСЕФ в Казахстане запустил пилотную ***Программу волонтерства – онлайн-инициативу по борьбе с буллингом и охране окружающей среды.*** Более 9000 молодых добровольцев из всех регионов Казахстана были мобилизованы ЮНИСЕФ для проведения уроков по предотвращению буллинга в школах, продвижения экологичного поведения и содействия психическому благополучию, инклюзивности и правам детей. С момента запуска инициативы волонтеры привлекли к участию в ней более 98 000 школьников и 7200 родителей, а также создали более 4000 постов в социальных сетях, охвативших более 800 000 пользователей. Волонтеры расширяют возможности своих сверстников и школьников и вооружают их знаниями, навыками и практическими инструментами по предотвращению буллинга, охране психического здоровья и защите окружающей среды. Реализация принципа «Равный – равному», отсутствие авторитетов и давления со стороны сверстников делает общение плодотворным и повышает эффективность работы.

Есть замечательные примеры, когда сама молодежь проявляет инициативу в борьбе с насилием. Так, 15-летняя участница *Zhas Camp Accelerator* из Алматы Алина Орлова с 2020 г. работает над социальным проектом по предотвращению буллинга. ***Stop bullying me*** – проект, направленный на предотвращение и профилактику травли в образовательных учреждениях; он представлен в формате инстаграм-страницы, где с периодичностью три раза в неделю выходят информативные посты, публикуются истории, и где помощь может получить как человек, подвергшийся травле, так и тот, кто травит.

Как видим, значимость местного содержания и опыта в профилактике буллинга невозможно переоценить. Перечисленные программы способствуют утверждению культуры уважения, понимания и инклюзивности в казахстанском обществе.

Методология Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»

В качестве методологии нашего подхода к профилактике буллинга в организациях образования мы рассматриваем идеи социально-эмоционального обучения (СЭО), которые активно разрабатываются зарубежными и отечественными учеными с начала XXI в. В концентрированном виде их изложили Стефани М. Джонс, Майкл В. Мак Гарра и Дженнифер Кан (2019).

Ключевые положения СОЭ

- Физическое и психологическое здоровье взрослых напрямую связано с развитием у них самоконтроля в детстве. Исследованиями установлена зависимость между развитием социальной компетентности в детском возрасте (целеустремленность, навыки сотрудничества, умение оказывать эмоциональную поддержку окружающим, способность конструктивно разрешать конфликты и т. д.) и жизненным успехом человека.
- Важно научить детей социальной компетентности, которая включает в себя умения: управлять своими негативными эмоциями, выстраивать взаимовыгодные отношения со сверстниками и взрослыми, проявлять настойчивость и самоконтроль, управлять своим мышлением и поведением.
- Дети с развитыми социально-эмоциональными навыками чаще заводят и поддерживают дружеские отношения, инициируют позитивное общение с учителями, свободно обсуждая с ними свои проблемы, проявляют познавательную активность, умеют делиться своими чувствами с другими, обладают навыками самоконтроля, уважают мнение одноклассников во время разногласий, участвуют в классных мероприятиях, принимают участие в решении социальных проблем.
- Показателями результативности СЭО являются: улучшение социально- психологического климата и культуры общения в классных коллективах, позитивные изменения в поведении, отношениях, успеваемости, снижение количества правонарушений и эмоциональных стрессов, проявлений антисоциального поведения и проблем с психическим здоровьем.
- Программы СОЭ оказывают наибольший эффект на учащихся из социально уязвимых слоев населения, которые имеют отставание в академическом и поведенческом плане (снижается уровень агрессии, повышается успеваемость, улучшаются взаимоотношения).
- Одним из условий успешной реализации СОЭ является взаимосвязь учебной и внеучебной деятельности.
- Педагогам необходимо освоить эффективные стратегии управления классом, стремиться постоянно улучшать взаимоотношения детей и взрослых, оказывать поддержку детям в управлении эмоциями и регуляции поведения.

Проектная деятельность – эффективный инструмент СОЭ, позволяющий обучающимся работать в команде, учиться совместно решать жизненные и академические проблемы и развивать навыки общения.

Особенность Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE» заключается в том, что она реализуется через *вовлечение обучающихся в социально направленную проектную деятельность.*

4. Цель и задачи Программы

Цель Программы *– создание системы профилактики и эффективного противодействия травле (буллингу) в организации образования.*

Задачи

1. Осуществить организационные мероприятия по созданию системы профилактики и противодействия травле (буллингу) в организации образования:

1) издать локальные нормативные документы;

2) провести установочные семинары с педагогическим коллективом;

3) включить мероприятия по профилактике и противодействию травле (буллингу) в план воспитательной работы организации образования;

4) создать в школе структуру, объединяющую педагогов, обучающихся, родителей, по противодействию агрессии / травле среди обучающихся;

5) установить зоны возможных конфликтов в организации образования (раздевалки, рекреации, туалеты, территория и др.), использовать возможности оборудования их видеокамерами.

2. Провести диагностику состояния социально-психологического климата с выявлением причин и факторов, влияющих на создание конфликтных ситуаций в школьном коллективе.

3. Организовать системное повышение квалификации педагогов, педагогов-психологов, социальных педагогов по профилактике и противодействию агрессии / травле среди обучающихся, развитию социально-эмоционального интеллекта обучающихся, по созданию благоприятного социально-психологического климата в организации образования.

4. Провести обучающие семинары с сотрудниками организации образования (технический персонал, медсестры, сотрудники пищеблока и др.) для усвоения алгоритмов реагирования на проявления агрессии / травли среди обучающихся.

5. Организовать обучение учащихся начальной, основной, старшей школы правилам поведения при попадании в ситуацию травли (буллинга), системно развивать их социально-эмоциональные навыки.

6. Проводить обучение в Центре педагогической поддержки родителей «Как помочь ребенку, находящемуся в ситуации буллинга».

7. Регулярно проводить мониторинг социально-психологического климата в классах, в организации образования в целом.

Проблема травли (буллинга) в школьной среде вызывает серьезную обеспокоенность в обществе. Данная проблема опасна тем, что травля – не просто конфликт между двумя равными сторонами, а преднамеренное систематическое агрессивное поведение группы лиц по отношению к одному человеку.

Для решения проблемы травли (буллинга) в среде школьников недостаточно проводить мероприятия в образовательной организации. Необходимо разработать такую систему действий по предупреждению и реагированию на травлю (буллинг), чтобы, используя все свои средства и возможности, образовательная организация приобрела бы более совершенное и качественное состояние в соответствии с той миссией, которую возлагает на нее общество в целом и каждый родитель в частности. Такую систему действий можно определить, как ***стратегию образовательной организации по профилактике и противодействию травле (буллингу) в среде обучающихся.***

Выработка такой стратегии должна опираться на ряд принципов.

- *Принцип целеполагания* определяет краткосрочные и перспективные задачи по профилактике и противодействию травле (буллингу) в образовательной организации на основе выявления проблем и первоочередности их решения, что отражается в планировании.
- *Принцип системности* рассматривает деятельность образовательной организации по профилактике и противодействию травле (буллингу) как функционирование системы, компоненты которой взаимосвязаны и взаимодействуют в процессе деятельности.
- *Принцип нелинейности* предполагает всестороннее изучение проблемы, определение системы мер, охватывающих все направления деятельности по профилактике и противодействию травле (буллингу), соблюдая при этом последовательность решения задач, стоящих перед образовательной организацией.
- *Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей детей* при определении мер профилактики и противодействия травле (буллингу).

Стратегия организации образования по профилактике и противодействию травле (буллингу) в среде обучающихся включает два направления:

- создание благоприятного социально-психологического климата в классах, школьном коллективе как профилактика травли (буллинга);
- активное реагирование на конкретные ситуации травли (буллинга).

Как отмечают исследователи, проводившие сравнительный анализ антибуллинговых программ, значительное место уделяется работе с «наблюдателями», поведение которых в большей степени зависит от микроклимата и вместе с тем формирует этот микроклимат.

Теоретические разработки и эмпирические данные указывают на системную природу травли: групповая сплоченность и групповое напряжение как основные силы групповой динамики определяют отношения между членами группы. Групповое напряжение может повышаться как из-за большого количества внутриличностных конфликтов членов группы, так и вследствие внешнего давления (авторитарный стиль преподавания учителя, несправедливое отношение к обучающимся, общая неблагоприятная школьная атмосфера).

Буллинг захватывает как *групповой уровень*, так и *уровень личности*, а также ту среду, в которой существует данная группа. Эффективная работа с буллингом предполагает задействование всех уровней. Зарубежный опыт показывает, что именно системная работа обеспечивает необходимый результат.

Решение задач, сформулированных в данной программе, в целом направлено на реализацию обоих стратегических направлений.

С целью профилактики и реагирования на травлю (буллинг) в любой образовательной организации должны быть реализованы:

1) организационные меры (создание антибуллинговой команды, определение зон возможных конфликтов в организации образования и др.);

2) обучение педагогического коллектива в формате тренингов, семинаров, вебинаров навыкам диагностики и реагирования на ситуации травли (буллинга);

3) обучение сотрудников организации образования (технический персонал, медсестры, сотрудники пищеблока и др.) реагированию на проявления агрессии / травли среди обучающихся в соответствии с разработанными алгоритмами реагирования;

4) повышение квалификации педагогов по развитию социально-эмоциональных навыков обучающихся;

5) обучение учащихся начальной, основной, старшей школы социально-эмоциональным навыкам, поведению в ситуации буллинга;

6) обучение родителей в рамках Центра педагогической поддержки навыкам определения состояния ребенка в ситуации буллинга и оказания ему помощи.

Разработанная ННПИБД «Өркен» Программа профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE» направлена на:

- снижение агрессивных и враждебных реакций в среде обучающихся;
- оптимизацию межличностных и межгрупповых отношений;
- формирование у обучающихся навыков конструктивного реагирования в конфликте;
- развитие у обучающихся социально-эмоциональных навыков (толерантности, эмпатии и др.).

Программа предлагается для обучения детей с 1 по 11 класс. В ее основу положена проектная деятельность, направленная на развитие их социально-эмоциональных навыков – важнейший фактор создания в школе атмосферы неприятия насилия.

5. Этапы реализации Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»

№	Наименование мероприятий	Содержание	Срок	Форма завершения
I. Организационно-диагностический этап				
1	Организационные мероприятия с педагогическим коллективом, техническим и обслуживающим персоналом организации образования	Знакомство коллектива организации образования с основными положениями Программы и этапами ее реализации Педсовет 1) О внедрении Программы по профилактике травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»: основные положения и этапы реализации 2) О разработке Положения об антибуллинговой команде (далее – АК) 3) О проведении диагностики реального состояния проблемы травли (буллинга) в школе Производственное совещание с сотрудниками организации образования «О внедрении Программы по профилактике травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»: основные положения и этапы реализации	Сентябрь 2025 г.	Протоколы педсовета, производственн ого совещания График диагностики План-график обработки анкет
2	Проведение диагностики по выявлению реального состояния проблемы травли (буллинга) в школе	1. Диагностика распространенности и специфики травли (буллинга) в образовательной среде (обучающиеся 1–11 классов) 2. Диагностика уровня благополучия эмоциональной атмосферы в образовательной организации (родители обучающихся 4–11 классов)	Сентябь 2025 г.	Приказ на проведение диагностики Графики проведения Материалы диагностики Аналитическая справка

3	Организация мониторинга состояния буллинга в школе	Проведение комплексного анализа текущего состояния травли (буллинга) в организации образования, включая сбор данных о случаях и уязвимых группах обучающихся	Сентябрь-октябрь 2025 г.	Аналитическая справка
4	Организация информационной кампании о реализации Программы по профилактике травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	1. Проведение установочного семинара для педагогов организации образования 2. Проведение семинаров для сотрудников организации образования 3. Беседы с родителями на родительских собраниях с разъяснением цели, задач Программы 4. Проведение занятий для родителей в рамках центров педагогической поддержки родителей 5. Размещение постов в социальных сетях 6. Создание рубрики на сайте организации образования	Сентябрь 2025 г.	Информация Материалы
5	Создание АК	1. Разработка Положения об АК 2. Формирование АК с привлечением мотивированных педагогов, сотрудников организации образования, представителей родительской общественности 3. Определение руководителя команды 4. Распределение функций, задач, ответственности между участниками АК 5. Внесение дополнений в должностные инструкции членов АК (при необходимости)	Сентябрь 2025 г.	Положение об АК Приказ о составе АК План работы АК Информация на сайте, в социальных сетях

II. Проектировочный этап				
1	Планирование деятельности организации образования с учетом реализации Программы по профилактике травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	1. Разработка Плана мероприятий по профилактике травли (буллинга) обучающихся на 2024–2025 учебный год: генерирование идей педагогами, обучающимися, родителями, сбор идей; анализ и отбор идей. 2. Разработка документов, регулирующих деятельность школы (план УВП, ВШК и др.), с учетом реализации Программы, особенностей организации образования, контингента обучающихся, сложившихся традиций 3. Утверждение на педсовете разработанных документов	Сентябрь 2025 г.	План мероприятий по профилактике травли (буллинга) ребенка План работы школы Протокол педсовета
2	Планирование деятельности АК	1. Разработка и утверждение плана работы АК, его утверждение на педсовете 2. Интеграция работы АК в План работы школы 3. Реализация индивидуального плана оказания помощи по каждому конкретному случаю травли (буллинга) в организации образования; координация его реализации	Сентябрь 2025 г. Сентябрь 2025 г.-май 2026 г.	План работы АК Индивидуальны й план оказания помощи
III. Этап реализации				
1	Деятельность администрации организации образования по реализации Программы по профилактике травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	1. Установление зон возможных конфликтов в организации образования (раздевалки, рекреации, туалеты, территория и др.), оборудование их видеокамерами 2. Обеспечение повышения квалификации педагогов по Программе «Научно-практические основы и содержание Программы профилактики буллинга в организациях образования» на базе НАО «ННПИБД «Өркен»	Август-сентябрь 2025 г. Сентябрь 2025 г.	Схема зон возможных конфликтов План повышения квалификации педагогов График обучения сотрудников

		3. Обучение сотрудников организации образования (технический персонал, медсестры, сотрудники пищеблока и др.) реагированию на проявления агрессии / травли среди обучающихся в форме тренингов 4. Создание благоприятного социально-психологического климата в организации образования, формирование культуры нулевой терпимости к травле (буллингу) обучающихся 5. Обеспечение выполнения Плана мероприятий по профилактике травли (буллинга) обучающихся 6. Организация эффективной деятельности АК 7. Организация незамедлительного реагирования на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся в случае ее выявления 8. Реализация индивидуального плана оказания помощи по каждому конкретному случаю травли (буллинга) в организации образования; координация его реализации	Сентябрь 2025 г. – май 2026 г.	Разработка содержания мероприятий, подбор спикеров и модераторов Индивидуальный план оказания помощи
		9. Организация методической работы по повышению компетентности педагогов организаций образования по: профилактике и противодействию агрессии / травле среди обучающихся; развитию социально-эмоционального интеллекта педагогов и обучающихся; организации проектной деятельности; интеграции культуры нулевой терпимости к травле (буллингу) в образовательные области, дополнительное образование, внеучебную деятельность.		

		10. Организация проектной деятельности обучающихся с 1 по 11 класс в рамках Программы 11. Внедрение антибуллинговой тематики в самоуправление обучающихся 12. Проведение занятий в Центре педагогической поддержки родителей «Как помочь ребенку, находящемуся в ситуации травли (буллинга)» 13. Создание банка методических разработок профилактических мероприятий 14. Участие в работе сетевого взаимодействия с организациями образования, реализующими Программу 15. Информационно-ресурсное обеспечение 16. Мониторинг реализации Программы 17. Расширение сети социальных партнеров, вовлечение заинтересованных государственных органов и организаций, неправительственных организаций, бизнес-структур		
2	Деятельность педагогических работников по реализации Программы по профилактике травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	1. Использование методов диагностики и реагирования на ситуации буллинга, применение алгоритмов реагирования 2. Использование методов развития социально-эмоциональных навыков обучающихся 3. Освоение содержания, методов и форм работы с обучающимися 1–11 классов (практические рекомендации по проведению проектной деятельности, тренинговых упражнений и других форм работы)	Сентябрь 2025 г. – май 2026 г.	

		4. Развитие педагогами собственных социально-эмоциональных навыков 5. Интеграция культуры нулевой терпимости к травле (буллингу) в образовательные области, дополнительное образование, внеучебную деятельность		
3	Деятельность классных руководителей по реализации Программы по профилактике травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	1. Организация проектной деятельности на основе занятий для обучающихся 1–11 классов по Программе 2. Организация менторинга старшеклассников над обучающимися младших классов, проведение совместных мероприятий 3. Проведение социометрии класса и на основе ее результатов создание благоприятного климата в коллективе 4. Знакомство с профилями обучающихся в социальных сетях, в том числе с выкладываемыми фото, видео, постами и комментариями к ним, выявление проявления агрессии и принятие мер по профилактике кибербуллинга 5. Незамедлительное реагирование на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся в случае ее выявления 6. Индивидуальная работа с обучающимися и связь с родителями	Сентябрь 2025 г. – май 2026 г.	Информация Материалы
4	Деятельность педагога-психолога по реализации Программы по профилактике травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	1. Оказание обучающимся социальной, психолого-педагогической помощи с регистрацией в журнале учета консультаций педагога-психолога 2. Включение в планы работы с обучающимися из группы риска вопросов по профилактике травли (буллинга)	Сентябрь 2025 г. – май 2026 г.	Рекомендации психолога и социального педагога План работы Информация, стенды План, график, информация

		3. Подготовка информационных стендов на тему травли (буллинга), профдеформации педагогов и психологического здоровья 4. Индивидуальные беседы с обучающимися, вызвавшими тревогу по результатам общешкольного социометрического исследования 5. Проведение встреч и бесед с родителями обучающихся 6. Проведение тренингов с обучающимися		
5	Деятельность социального педагога по реализации Программы по профилактике травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	1. Оказание обучающимся социальной, психолого-педагогической помощи 2. Работа с семьями обучающихся	Сентябр ь 2025 г. – май 2026 г.	
6	Деятельность обучающихся по реализации Программы по профилактике травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	1. Разработка правил поведения по предотвращению буллинга 2. Реализация проектной деятельности по обучающей программе 3. Включение в работу школьного самоуправления мероприятий по профилактике буллинга 4. Организация межвозрастного взаимодействия (обучающиеся начальной – основной – старшей ступени)	Сентябрь 2025 г. – май 2026 г.	План работы школьного самоуправления

7	Деятельность родителей обучающихся по реализации Программы по профилактике травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	1. Посещение занятий Центра педагогической поддержки родителей для родителей обучающихся 1–4, 5–9, 10–11 классов по профилактике буллинга 2. Участие во встречах родителей, обучающихся, педагогов для согласования интересов, позиций и способов взаимодействия по решению конкретных случаев буллинга 3. Сотрудничество с педагогами по вопросам обучения, воспитания и развития обучающихся 4. Участие в процессе реализации социально направленной проектной деятельности класса 5. Участие в качестве волонтеров при организации школьных мероприятий, праздников и др. 6. Участие в работе родительских советов, клубов и т. п. («Даналық мектебі»)	Сентябрь 2025 г. – май 2026 г.	Программа занятий для родителей Планы, программы мероприятий
IV. Аналитический этап				
1	Проведение промежуточного и итогового диагностических исследований: выявление состояния буллинга и кибербуллинг а	1. Диагностика уровня благополучия эмоциональной атмосферы в образовательной организации (педагогический коллектив организации образования) 2. Диагностика распространенности и специфики буллинга в образовательной среде (обучающиеся 1–11 классов) 3. Диагностика уровня благополучия эмоциональной атмосферы в образовательной организации (родители обучающихся 4–11 классов)	Январь 2026 г. Май 2026 г. Май 2026 г.	Материалы исследования, аналитическая справка

2	Мониторинг деятельности организации образования по реализации Программы по профилактике травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	1. Проведение мониторинга 2. Составление аналитического отчета о ходе реализации Программы	Май 2026 г.	Материалы мониторинга, аналитический отчет, презентация
3	Трансляция позитивного опыта реализации Программы по профилактике травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	Публикации в СМИ, разработка методических рекомендаций, проведение семинаров, вебинаров и т. д.	Сентябрь 2025 г. – май 2026 г.	Материалы трансляции опыта

6. Ожидаемые результаты

Деятельность коллективов организаций образования по профилактике и противодействию травле (буллингу) в среде обучающихся будет выражена в следующих результатах.

Результат 1. В каждой организации будет создана система профилактики и эффективного противодействия травле (буллингу), основанная на результатах диагностики состояния проблемы.

Результат 2. В организациях образования будет создана структура по эффективному противодействию травле (буллингу), объединяющая субъектов образовательного процесса.

Результат 3. В сотрудничестве с коллективом НАО «ННПИБД «Өркен», при его методической поддержке будет проведено обучение педагогов, педагогов-психологов, социальных педагогов по профилактике и реагированию на травлю (буллинг), развитию социально-эмоционального интеллекта обучающихся.

Результат 4. В организациях образования будут установлены зоны возможных конфликтов (раздевалки, рекреации, туалеты, территория и др.) для наблюдения.

Результат 5. В организациях образования будет развиваться благоприятный социально-психологический климат, среда, в которой формируется культура неприятия насилия.

Результат 6. В организациях образования будет проводиться мониторинг социально-психологического климата в классах для постоянного контроля и коррекции.

7. Приложения

Приложение 1. Положение об антибуллинговой команде

Приложение 2. Перечень локальных актов

Приложение 3. Алгоритмы незамедлительного реагирования на признаки травли (буллинга)

Приложение 4. Установочный семинар для педагогов

Приложение 5. Семинары для сотрудников организаций образования

Приложение 6. Занятия для родителей обучающихся 1–4, 5–9, 10–11 классов

Приложение 7. Руководство по организации проектной деятельности на основе занятий для обучающихся 1–11 классов по Программе профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»

Приложение 8. Материалы для проведения диагностики и мониторинга

Приложение 9. Инструкция по использованию вкладки «О чем я молчу»

Приложение 10. Психолого-педагогическая поддержка деятельности педагогического коллектива по развитию социально-эмоциональных навыков учащихся

Приложение 1

ПОЛОЖЕНИЕ
ОБ АНТИБУЛЛИНГОВОЙ КОМАНДЕ

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение определяет цели, задачи, порядок формирования и деятельности антибуллинговой команды (далее – Команда).

1.2. Настоящее Положение разработано в соответствии с Правилами профилактики травли (буллинга) ребенка, утвержденными Приказом Министра просвещения Республики Казахстан от 21 декабря 2022 г. №506.

1.3. Команда создается и ликвидируется приказом директора организации образования по согласованию с педагогическим советом.

1.4. В своей деятельности Команда руководствуется настоящим Положением.

2. Цель и задачи деятельности

2.1. ***Цель:*** усиление взаимодействия участников образовательного процесса по предупреждению и недопущению фактов травли (буллинга), реагирование на факты травли (буллинга) в организации образования для обеспечения безопасной образовательной среды.

2.2. ***Задачи:***

- организация деятельности по профилактике и противодействию травле (буллингу) в соответствии с Программой профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»;
- незамедлительное реагирование на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся в случае ее выявления, оказание обучающимся социальной, психолого-педагогической помощи;
- организация диагностики и мониторинга эффективности антибуллинговой деятельности школы.

3. Организация Команды

3.1. В состав Команды входят: директор школы, заместитель директора по воспитательной работе, заместитель директора по АХЧ, социальный педагог, педагог-психолог, несколько активных, мотивированных педагогов и сотрудников из числа обслуживающего персонала, представители родительской общественности.

3.2. В целях оказания эффективной адресной помощи в состав Команды временно могут войти другие педагоги при рассмотрении конкретного случая, планировании и проведении профилактических мероприятий, мониторинга и т. д.

3.3. Численный состав Команды и срок ее полномочий, порядок работы и принятие решений определяются настоящим Положением с учетом потребности организации образования.

3.4. Члены Команды на первом организационном заседании избирают из своего состава руководителя и секретаря путем голосования. Руководитель и секретарь Команды считаются избранными, если за них проголосовали более половины членов Команды.

3.5. Организационно-техническое обеспечение Команды (предоставление оборудованного помещения, оргтехники, необходимой литературы, организация делопроизводства и т. д.) осуществляется директором организации образования.

4. Деятельность Команды

4.1. Команда организует первоначальный анализ ресурсов по созданию безопасной образовательной среды.

4.2. Команда осуществляет следующую деятельность по профилактике и противодействию травле (буллингу).

4.2.1. Организует проведение внутришкольного мониторинга, анонимных опросов для анализа среды в школе, формирования обоснованной аргументации наличия травли, а также конкретных рисков ее возникновения в организации образования.

4.2.2. Организует обработку результатов опроса, формирует аналитическую справку с указанием реального состояния проблемы травли (буллинга) в организации образования.

4.2.3. Анализирует уровень подготовленности педагогов и сотрудников школы по вопросам профилактики травли (буллинга) и кибербуллинга (повышение квалификации, участие в семинарах, конференциях, публикации, обмен опытом и т. д.).

4.2.4. Готовит материалы к педагогическому совету о признании наличия проблемы травли (буллинга) в организации образования, формировании установки работать с ней.

4.2.5. Отбирает и объединяет активных, мотивированных педагогов, сотрудников, представителей родительской общественности, готовых создать систему работы с буллингом в организации образования.

4.2.6. Дорабатывает нормативно-правовую базу организации образования по обеспечению реализации Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE» с учетом специфики учебно-воспитательного процесса, контингента обучающихся, мнения родительской общественности, сложившихся традиций организации образования.

4.2.7. Совместно с педагогами разрабатывает План мероприятий по профилактике буллинга и реализации Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE».

4.2.8. Регулярно информирует участников образовательного процесса о деятельности Команды, обеспечивает трансляцию позитивного опыта.

4.2.9. Организует и контролирует просвещение участников образовательного процесса: обучающихся, педагогов, технического персонала, родителей обучающихся.

4.2.10. Координирует проведение профилактических мероприятий в организации образования.

4.2.11. Вовлекает родителей в проведение профилактических мероприятий и оказание консультационной помощи.

4.2.12. Привлекает ученическое самоуправление к реализации Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE».

4.2.13. Организует сотрудничество с партнерскими организациями, деятельность которых не противоречит защите прав участников образовательного процесса (некоммерческие организации, психологические центры, другие школы, работающие с темой буллинга, КДНиЗП, городские медиаслужбы, телефоны доверия), в целях антибуллингового просвещения.

4.2.14. Проводит мониторинг внутришкольной ситуации по распространенности случаев насилия, готовности участников образовательного процесса обращаться за помощью, отслеживание динамики работы со случаями.

4.2.15. Определяет образовательные потребности школьных специалистов для включения в перспективный план повышения квалификации.

4.2.16. Разрабатывает предложения для определения школьной антибуллинговой политики, плана профилактики травли (буллинга), изменения инфраструктуры школы.

4.3. Команда осуществляет следующую деятельность по реагированию на случаи травли (буллинга).

4.3.1. Принимает сигналы о случаях буллинга в соответствии с Правилами профилактики травли (буллинга) ребенка и Алгоритмом действий в ситуации травли (буллинга) в образовательной организации.

4.3.2. Организует незамедлительное реагирование на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся в случае ее выявления.

4.3.3. Разрабатывает индивидуальный план оказания помощи по каждому конкретному случаю травли (буллинга) в организации образования.

4.3.4. Координирует реализацию плана оказания помощи по выявленному случаю буллинга в конкретном классе.

4.3.5. Организует оказание помощи обучающимся, затронутым травлей (буллингом), разъясняет родителям необходимость и суть помощи, рекомендации по получению профессиональной помощи.

5. Права

5.1. Для осуществления функций и задач Команда имеет следующие права.

5.1.1. Участвовать в совещаниях организации, проводимых по вопросам, отнесенным к компетенции Команды.

5.1.2. Запрашивать в установленном порядке информацию и материалы, необходимые для выполнения возложенных на Команду задач.

5.1.3. Представительствовать от имени организации образования в отношениях с органами государственной власти и местного самоуправления, с другими организациями по вопросам, отнесенным к компетенции Команды и не требующим согласования с руководителем организации.

5.1.4. Вносить на рассмотрение предложения по перспективному развитию, совершенствованию деятельности организации по реализации Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE».

6. Ответственность

6.1. На участников Команды возлагается ответственность за:

6.1.1. Неисполнение (ненадлежащее исполнение) функций и задач Команды, определенных Настоящим Положением, в пределах, определенных действующим законодательством РК;

6.1.2. Непринятие мер для пресечения травли (буллинга), включая в числе прочих следующие возможные меры: беседы с зачинщиком и участниками травли, беседы с родителями зачинщика и участников травли;

6.1.3. Задержку или несообщение руководителю организации образования о ставших им известными эпизодах травли (буллинга);

6.1.4. Непринятие мер, направленных на прекращение травли, а также мер дисциплинарного воздействия к зачинщику и участникам травли, предусмотренных правилами внутреннего распорядка и уставом организации образования, либо иных мер, предусмотренных договором о предоставлении образовательных услуг;

6.1.5. Несохранение анонимности обучающегося, сообщившего о ставших известными ему фактах школьной травли, если просьба сохранить анонимность была озвучена;

6.2. Ответственность за выполнение функций и задач Команды несет ее руководитель.

Глоссарий

Антибуллинговая команда – школьное структурное подразделение, объединяющее сотрудников школы (из числа администрации, педагогов, обслуживающего персонала, родителей), обладающих антибуллинговыми компетенциями, принимающих активное участие в создании безопасной среды в школе через профилактику и прекращение травли в детских коллективах.

Антибуллинговые компетенции – знания, умения, навыки, необходимые для работы с выявленным случаем травли (буллинга), организации профилактики травли (буллинга), мониторинга состояния образовательной среды по данной проблеме, просвещения родителей.

Безопасная образовательная среда – целостная качественная характеристика внутренней жизни школы, где каждому участнику образовательного процесса гарантируется соблюдение прав и норм психолого-физической безопасности, создаются условия для индивидуального развития каждого обучающегося.

Консультационная помощь – психолого-педагогическая помощь по вопросам развития, социализации, воспитания и обучения несовершеннолетних, целью которой является повышение уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования и воспитания несовершеннолетних.

Структурное подразделение в школе – организационная единица образовательного учреждения, которая объединяет учащихся, учителей и других сотрудников по определенным признакам или критериям. Играет важную роль в создании функциональной системы школы, где осуществляются различные учебные и воспитательные процессы.

Приложение 2

ПЕРЕЧЕНЬ ЛОКАЛЬНЫХ АКТОВ

Реализация Программы профилактики травли (буллинга) «ДосболLIKE» в образовательной организации требует системного, нормативно закрепленного и управляемого подхода. Для обеспечения ее эффективности, устойчивости и подотчетности необходимо документальное оформление всех ключевых процедур и механизмов профилактической работы в форме локальных нормативных актов.

1. Приказ руководителя организации среднего образования о реализации Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»
2. План работы антибуллинговой команды
3. Журнал дежурства членов антибуллинговой команды
4. План воспитательной работы на учебный год
5. План внутришкольного контроля
6. План работы классного руководителя

Ниже представлено обоснование необходимости каждого из них.

1. Приказ руководителя организации образования о реализации Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»

Данный приказ является юридической и организационной основой начала реализации программы в конкретной школе. Он:

- определяет ответственных исполнителей (координатора программы, членов антибуллинговой команды);
- формализует включение программы в систему воспитательной работы;
- утверждает цели, задачи и ожидаемые результаты программы;
- обеспечивает административную поддержку и согласованность действий всех участников.

Таким образом, приказ придает программе официальный статус и служит точкой запуска управленческой, методической и педагогической работы по профилактике буллинга.

2. План работы антибуллинговой команды

Эффективная деятельность антибуллинговой команды невозможна без четкого планирования.

План:

- систематизирует работу по предупреждению и реагированию на случаи травли;
- распределяет обязанности между специалистами (психолог, классные руководители, социальный педагог и др.);
- включает комплекс мероприятий: просветительских, диагностических, коррекционных и мониторинговых.

Наличие плана обеспечивает междисциплинарный и согласованный подход, делает деятельность команды целенаправленной, последовательной и измеримой.

3. Журнал дежурства членов антибуллинговой команды

Журнал дежурства служит инструментом профилактического наблюдения за межличностной атмосферой в школе. Он позволяет:

- фиксировать присутствие команды в школьной среде (на переменах, в коридорах, на мероприятиях);
- отмечать проявления деструктивного взаимодействия и сигналы буллинга;
- отслеживать действия реагирования;
- фиксировать информацию для анализа ситуации и планирования профилактических мер.

Журнал обеспечивает прозрачность, регулярность и системность наблюдений, а также подотчетность работы команды.

4. План воспитательной работы на учебный год

Интеграция тематики Программы «ДосболLIKE» в план воспитательной работы школы:

- позволяет включить ключевые идеи ненасильственного общения, эмпатии и социальной ответственности в текущие воспитательные мероприятия;
- обеспечивает преемственность в формировании безопасной среды через классные часы, акции, родительские собрания и школьные проекты;
- отражает стратегическое направление воспитательной политики учреждения.

Такой план делает профилактику буллинга частью единой системы ценностного воспитания и гражданского становления школьников.

5. План внутришкольного контроля

Контроль за реализацией Программы является необходимым условием ее результативности.

План внутришкольного контроля:

- устанавливает критерии и сроки проверки выполнения мероприятий;
- позволяет своевременно выявлять затруднения и риски;
- способствует сбору обратной связи от участников образовательного процесса;
- стимулирует профессиональное развитие педагогов через анализ эффективности их участия.

Функция контроля обеспечивает качество внедрения Программы и возможность ее адаптации к изменяющимся условиям.

6. План работы классного руководителя

Классный руководитель является ключевым проводником Программы «ДосболLIKE» в детском коллективе.

Включение задач Программы в его план:

- отражает участие в тематических занятиях, тренингах, проектах и индивидуальной работе с учащимися;
- способствует формированию у детей навыков эмпатии, уважения, сотрудничества;
- позволяет учитывать особенности конкретного класса и выстраивать адресную профилактическую работу.

Такой план делает реализацию Программы последовательной, адаптированной и устойчивой в рамках классного сообщества.

Выводы

Разработка и введение локальных нормативных актов по реализации Программы «ДосболLIKE» обеспечивает не просто формальное выполнение положений, а превращает Программу в неотъемлемую часть педагогической, воспитательной и управленческой практики школы. Это создает нормативную, организационную и методическую основу для формирования безопасной, поддерживающей и инклюзивной образовательной среды, способствующей профилактике травли и развитию культуры уважительного общения среди обучающихся.

1. Приказ руководителя организации среднего образования о реализации Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»

На основании приказа / письма (номер, дата) Министерства просвещения Республики Казахстан / Управления образования области / города о внедрении Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Реализовать в школе Программу профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE».

2. На педагогическом совете рассмотреть и утвердить:

1) Положение об антибуллинговой команде;

2) Алгоритм реагирования в школе.

3. Внести дополнительные разделы в План воспитательной работы и План внутришкольного контроля школы с созданием нового направления «Профилактика травли (буллинга) обучающегося» с определением сроков проведения мероприятий.

4. Определить состав и утвердить Антибуллинговую команду из числа педагогических работников для функционирования Программы.

5. Антибуллинговой команде обеспечить реализацию Плана по профилактике травли (буллинга) ребенка.

7. Внести в план работы классных руководителей, педагогов-психологов, социального педагога мероприятия по реализации Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE».

5. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

2. План работы антибуллинговой команды

№	Наименования мероприятий	Сроки	Ответственные	Форма завершения
1	**Организация деятельности антибуллинговой команды (далее – АК)** 1. Проведение заседания АК: выбор руководителя и секретаря; распределение функций, задач, ответственности между участниками АК 2. Внесение корректив в типовое Положение об антибуллинговой команде (при необходимости) 3. Формирование антибуллинговой команды с привлечением мотивированных педагогов, сотрудников организации	Август	Руководитель	Протокол Положение Состав АК
2	Организация проведения диагностики: распространенности и специфики буллинга в образовательной среде (среди обучающихся 1–11 классов); уровня благополучия эмоциональной атмосферы в образовательной организации (родители обучающихся 4–11 классов)	Август		Графики проведения, материалы диагностики, аналитическая справка
3	Организация комплексного анализа текущего состояния буллинга в организации образования, включая сбор данных о случаях и уязвимых группах обучающихся	Август		Аналитическая справка

4	Организация информационной кампании о Программе профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»: 1) проведение установочного семинара для педагогов организации образования; 2) проведение семинаров для сотрудников организации образования; 3) включение в программу занятий для родителей в рамках центров педагогической поддержки родителей тем по профилактике травли (буллинга) обучающихся; 4) размещение постов в социальных сетях; 5) создание рубрики на сайте организации образования.	Август Постоянно		Информация Программа занятий
5	Разработка Плана мероприятий по профилактике травли (буллинга) ребенка и его реализация	Август		План
6	Подготовка к педагогическому совету: материалов о признании наличия проблемы травли (буллинга) в организации образования, формировании установки работать с ней; документов, регламентирующих деятельность АК и организации образования, для утверждения.	Август		Протокол педсовета, информация, документы

7	Организация: 1) повышения квалификации педагогов по Программе «Научно-практические основы и содержание Программы профилактики буллинга в организациях образования» на базе НАО «ННПИБД «Өркен»; 2) обучения сотрудников организации образования (технический персонал, медсестры, сотрудники пищеблока и др.) реагированию на проявления травли (буллинга) среди обучающихся; 3) сотрудничества с родителями для согласования интересов, позиций и способов взаимодействия по решению конкретных случаев буллинга; 4) сетевого взаимодействия с организациями образования, реализующими Программу по профилактике травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»; аций, бизнес-структур. 5) работы по привлечению социальных партнеров, вовлечению заинтересованных государственных органов и организаций, неправительственных организаций, бизнес-структур.	Август	Руководитель Педагог-психолог	График повышения квалификации График тренингов Список родителей План совместных мероприятий Договора, меморандумы
8	Установление зон возможных конфликтов в организации образования (раздевалки, рекреации, туалеты, территория и др.), оборудование их видеокамерами	Август		Схема школы, план устранения

9	Включение занятий по программе для обучающихся начальной, основной, старшей школы в планы воспитательной работы классов. Организация контроля за их проведением	Август		Планы воспитательной работы, график
10	Проведение общешкольного родительского собрания с разъяснением цели, задач, методов работы внедряемой Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	Сентябрь		Протокол
11	Проведение совместного заседания АК и ученического самоуправления по вопросам: 1) разработка Правил поведения по предотвращению буллинга; 2) реализация проектной деятельности по обучающей программе;3) включение в работу школьного самоуправления мероприятий по профилактике буллинга; 4) организация межвозрастного взаимодействия (обучающиеся начальной, основной, старшей ступеней).	Сентябрь		Протокол заседания, план работы школьного самоуправления
12	Диагностика уровня благополучия эмоциональной атмосферы в образовательной организации (педагогический коллектив)	Январь		Материалы, аналитическая справка

13	Диагностика: 1) распространенности и специфики буллинга в образовательной среде (обучающиеся 1–11 классов); 2) уровня благополучия эмоциональной атмосферы в образовательной организации (родители обучающихся 4–11 классов).	Май		Графики проведения, материалы диагностики, аналитическая справка
14	Подготовка и размещение материалов на школьном сайте, стендах, в соцсетях	Постоянно		Материалы
15	Трансляция позитивного опыта реализации Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	Постоянно		Материалы
16	Анализ выполнения Плана мероприятий по профилактике травли (буллинга) ребенка	Май		Отчет
17	Составление аналитического отчета о ходе реализации Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	Май		Аналитический отчет
18	Разработка проекта Плана мероприятий по профилактике травли (буллинга) обучающихся на следующий учебный год	Июнь		Проект плана

План действий при выявлении признаков или фактов травли (буллинга)

1	Принятие сигнала о признаках или факте травли (буллинга) в соответствии с Правилами профилактики травли (буллинга) ребенка		Педагог-психолог	Запись в журнале
2	Организация незамедлительного реагирования на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся		Все члены команды	
3	Разработка индивидуального плана оказания помощи по каждому конкретному случаю травли (буллинга) в организации образования			Индивидуальный план оказания помощи, отчет
4	Координация реализации плана оказания помощи по выявленному случаю буллинга в конкретном классе			
5	Организация оказания помощи обучающимся, затронутым травлей (буллингом)			

3. Журнал дежурства членов антибуллинговой команды

№	ФИО	Время	Описание происшествий	Подпись

4. План воспитательной работы на учебный год

№	Наименование мероприятия	Форма завершения	Ответственные исполнители	Срок исполнения
1	Организация проектной деятельности на основе занятий для обучающихся 1–11 классов по Программе профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE»	Информация	Заместитель директора по воспитательной работе, классные руководители	В течение года
2	Общешкольные мероприятия по профилактике травли (буллинга) обучающихся	Информация	Заместитель директора по воспитательной работе	В течение года
3	Включение в работу школьного самоуправления мероприятий по профилактике буллинга	Информация	Заместитель директора по воспитательной работе	В течение года
4	Организация занятий для родителей в рамках центров педагогической поддержки родителей (ЦППР)	Информация	Члены рабочей группы по организации деятельности ЦППР	
5	Включение в работу школьного самоуправления мероприятий по профилактике буллинга Разработка правил поведения по предотвращению буллинга Реализация проектной деятельности по Программе профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE» Организация межвозрастного взаимодействия (обучающиеся начальной – основной – старшей ступени)	Информация		

5. План внутришкольного контроля

№	Тема контроля	Цель контроля	Объем контроля	Вид контроля	Методика	Сроки выполнения	Ответственные	Место рассмотрения	Управленческое решение	Вторичный контроль
1	Классно-обобщающий контроль класса	Выявление обучающихся из группы риска								
2	Исполнение плана антибуллинговых мероприятий					Окончание учебного года				

Образец

Лист наблюдения при посещении уроков и мероприятий при проведении классно-обобщающего контроля класса, в котором выявлены признаки или факты травли (буллинга)

Цель: оценка уровня активности, вовлеченности и участия обучающихся в различных формах деятельности на уроках.

Задачи:

- выявить степень активного участия обучающихся в формах деятельности, уровень знаний, а также их инициативность;
- определить проблемные зоны в обучении и причины отставания;
- разработать рекомендации по корректировке образовательного процесса и индивидуальному сопровождению обучающихся.

В ходе проведения классно-обобщающего контроля необходимо:

- посетить все уроки по расписанию контролируемого класса;
- попросить обучающихся не перемещаться и находиться на всех уроках на одних и тех же местах;
- в листе наблюдения обозначить учеников заглавными буквами алфавита;
- используя условные знаки, обозначить рядом с учеником его участие в видах деятельности на каждом уроке (желательно выделить уроки разным цветом: например, математика – красным, русский язык – синим и т. д.).

Классно-обобщающий контроль в 5 «А» классе Математика, русский язык, 2 истории, география											
	1 ряд				2 ряд				3 ряд		
4,	Ученик А	Ученик Д	а,+, а,+, +,4	а,а, о,+	Ученик Е	Ученик О	+,+	++	Ученик Т	Ученик Я	б -+,
+,х,а,+,х,+	Ученик Б	Ученик Е	а,а, +,3	+,х, +,+	Ученик К	Ученик П	++,++,3	а,а,а.	Ученик Ф	Ученик Н	а. +
О,3	Ученик В	Ученик Ж	+,+, а,+	а,а, +,+	Ученик Л	Ученик Р	а,+,х	+.а	Ученик Ш	Ученик И	Р, х
а. +,+	Ученик Г	Ученик З	-,а, х,-, +	а,а,аа,4	Ученик М	Ученик С	а,а,аа,4	+,+	Ученик Ю		а, а, +

Условные обозначения

О – опоздал

Х – ответ с места (неверный)

б – работал индивидуально

Р – разговаривал

+ – ответ с места (правильный)

в – ответил по домашнему заданию

Z – не выполнил домашнее задание

а – ответ у доски
г – ассистент учителя
Н – не готов к уроку, получил 2
- – не ответил
д – работал в группе

6. План работы классного руководителя

Мероприятия	Сроки выполнения	Форма завершения
Название тем проектов для 1–11 классов 1 класс – «Мы разные, мы равные» 2 класс – «Я + Ты = Мы» 3 класс – «Каждый из нас уникален» 4 класс – «Энергия слова» 5 класс – «Стресс: друг или враг?» 6 класс – «Искусство управлять конфликтами» 7 класс – «Свои и чужие границы» 8 класс – «Сила коллектива» 9 класс – «Ресурсы жизнестойкости» 10 класс – «Вдохновляющее лидерство» 11 класс – «Ответственность за себя и других»	Один раз в четверть	Выполнение проектов

Приложение 3

АЛГОРИТМЫ НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНОГО РЕАГИРОВАНИЯ НА ПРИЗНАКИ ТРАВЛИ (БУЛЛИНГА)

Алгоритм незамедлительного реагирования на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся в случае ее выявления

Если вы стали свидетелем конфликта, травли (буллинга), то необходимо предпринять следующие действия.

1. Оценить ситуацию с точки зрения опасности для участников и вас лично.
2. Отреагировать на ситуацию: сделать замечание, остановить участников.
3. В случае невозможности прекратить конфликт и явной угрозы здоровью и жизни участников обратиться за помощью.
4. Сообщить об инциденте членам Антибуллинговой команды, администрации школы или дежурному администратору, позвонив по следующим телефонам:

+7 (7XX) XXX XX XX – номер телефона руководителя Антибуллинговой команды;

+7 (7XX) XXX XX XX – номер телефона заместителя директора по воспитательной работе;

+7 (7XX) XXX XX XX – номер телефона дежурного администратора.

5. Принять меры по обеспечению безопасности участников конфликта.
6. В случае необходимости вызвать медицинских работников школы для оказания первой медицинской помощи.
7. Сообщить о выявленном факте администрации школы.

Правила действий обучающихся при столкновении с буллингом

Эти правила состоят из трех блоков:

- Если ты стал свидетелем травли / буллинга.
- Если ты стал жертвой травли / буллинга.
- Если ты стал агрессором в ситуации травли / буллинга.

Если ты стал свидетелем травли (буллинга)

1. *Признать наличие проблемы.* Если ты заметил, что кого-то регулярно обижают, то нельзя ждать, что все само собой образуется. Важно как можно быстрее начать решение проблемы.
2. *Рассказать взрослому, которому доверяешь:* родителям, классному руководителю, кому-нибудь из учителей или школьному психологу. Если стесняешься обратиться к ним, то можно написать письмо и положить его в ящик доверия.
3. *Вмешаться, если ты видишь, что кого-то обижают.* В ситуациях буллинга не стоит рисковать собой, но если ты стал свидетелем травли, то важно немедленно вмешаться и прекратить происходящее. Если не можешь сделать это самостоятельно, обратись за помощью к взрослым.
4. *Дать понять обидчикам, что буллинг – это плохо, и ты его не поддерживаешь.* Достаточно просто сказать о том, что буллинг – это серьезное нарушение прав человека с целью унизить его честь и достоинство.
5. *Поддержать пострадавшего. Покажи, что тебе не нравится то, что происходит в классе.* Дай понять, что ты это не поддерживаешь.
6. *Быть примером.* Возможно, ребята из твоего класса хотят дружить и общаться, но просто не знают, как это сделать правильно. Кто-то привык веселиться, обижая другого, объединяться против того, кто чем-то не понравился. Покажи, что дружить и спокойно общаться гораздо лучше, чем каждый день бояться стол-

кнуться с агрессией и негативом. А сделать это можно только в том случае, если относиться друг к другу с уважением.

Если ты стал жертвой травли (буллинга)

1. *Не теряй самообладания!* Для начала можно попробовать не обращать внимания на преследователя. Этот вариант срабатывает в том случае, если агрессор только проверяет, можно ли тебя подвергнуть травле (буллингу) и вывести из равновесия. Если преследователь уже действует или физически на тебя нападает, то этого может оказаться недостаточно.

2. *Уйди!* Если возможно, держись от агрессора подальше. Избегай ситуаций и мест, в которых он обычно на тебя нападает, или когда никого нет рядом. Держись поближе к другим людям, особенно взрослым и учителям. Их присутствие может остановить агрессора. Если травля (буллинг) происходит по дороге в школу, то попробуй изменить маршрут.

3. *Скажи о том, что тебе не нравится!* Спокойно и ясно дай понять агрессору, что тебе не нравится то, что он делает, и что он должен это прекратить. Используй при этом конкретные слова, такие как «Прекрати!», «Брось!», «Стоп!»

4. *Расскажи кому-нибудь о том, что тебя травят (буллят)!* Расскажи об этом доверенному взрослому: учителю, родителям, директору или члену антибуллинговой команды.

5. *Доверься!* Помни, что буллинг – это не твоя вина! Не бойся обратиться за помощью и поддержкой.

Если ты стал агрессором в ситуации травли / буллинга

1. *Остановись и подумай:* попробуй осознать свои действия и их последствия для других.
2. *Обратись за помощью:* поговори с учителем, родителями или другим взрослым, которому доверяешь, чтобы разобраться в ситуации.
3. ***Извинись и исправься:*** если ты кого-то обидел, извинись и постарайся изменить свое поведение в лучшую сторону.
4. *Научись распознавать свои эмоции:* пойми, как их контролировать, и как управлять своими мыслями и поведением, чтобы избежать повторения подобных ситуаций.
5. *Стань частью решения:* попытайся внести позитивные изменения в свое окружение, чтобы предотвратить подобные ситуации в будущем.

Алгоритм работы оперативного реагирования на факты насилия, травли (буллинга), кибербуллинга среди несовершеннолетних руководителя организации образования

Шаг 1. Получение информации о факте насилия, травли или кибербуллинга

При поступлении информации о возможном случае насилия, травли (буллинга) или кибербуллинга среди обучающихся руководитель образовательной организации обязан незамедлительно зарегистрировать полученную информацию в журнале учета инцидентов. Важно обеспечить конфиденциальность всех участников и не допускать распространения сведений, которые могут нарушить их права.

Шаг 2. Взаимодействие с органами опеки и уполномоченными органами

Руководитель образовательной организации в течение 1 ч сообщает о возможном случае насилия, травли (буллинга) или кибербуллинга среди обучающихся в органы опеки для проведения проверки условий жизни и воспитания ребенка.

Органы опеки совместно с социальным педагогом, педагогом-психологом, классным руководителем, а также сотрудниками органов внутренних дел незамедлительно приступают к обследованию условий жизни и воспитания ребенка. В ходе обследования выявляются факторы риска, собираются объяснения от всех участников, фиксируются бытовые условия и психологическое состояние ребенка. Руководитель образовательной организации обеспечивает сопровождение и поддержку комиссии, предоставляет все необходимые документы и гарантирует доступ к нужной информации.

Если в результате обследования подтверждаются факты насилия или буллинга, информация об установлении признаков насилия, травли (буллинга), кибербуллинга направляется в органы внутренних дел с приложением акта обследования жилищно-бытовых условий; в Комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав, во все уполномоченные государственные органы, осуществляющие функции по обеспечению соблюдения и защиты прав несовершеннолетних.

Шаг 3. Психологическая поддержка ребенка и внутришкольные меры

Одновременно с передачей информации внешним органам внутри организации образования должны быть предприняты первичные меры по защите пострадавшего ребенка. Руководитель учреждения организует психологическую поддержку, принимает меры по исключению дальнейшего контакта между участниками, при необходимости инициирует перевод в другой класс или временное дистанцирование. Со стороны школы разрабатывается индивидуальный план сопровождения как для пострадавшего, так и для участников травли, включающий регулярные встречи с психологом, мониторинг поведения, работу с родителями.

Психологическая поддержка обучающихся осуществляется поэтапно и включает три основные стадии: выявление, сопровождение и мониторинг.

1. На первом этапе – выявления – проводится диагностика и анализ эмоционального состояния и уровня агрессивности обучающихся, в том числе с использованием адаптивных тестов в начале учебного года. При поступлении обращения или выявлении проблемы открывается кейс. В течение 24 ч осуществляется первичная оценка ситуации, информируются директор, родители и классный руководитель, а случай фиксируется в специальном журнале. Затем проводится комплексная оценка: анализируется собранная информация, подписывается соглашение о конфиденциальности, организуются встречи с участниками ситуации. Этот процесс занимает не более трех рабочих дней.

2. Вторая стадия – сопровождение – включает планирование и реализацию индивидуальной помощи. Составляется детальный план работы, назначаются ответственные члены Антибуллингового комитета, с которыми согласуются действия по сопровождению ребенка. План согласовывается с родителями и самим обучающимся. При необходимости к процессу привлекаются дополнительные специалисты, такие как сотрудники ПДН, тьюторы, школьные психологи, волонтеры и др. Реализация плана осуществляется в срок от трех месяцев до одного года (в зависимости от сложности и динамики ситуации).

3. Заключительный этап – мониторинг и принятие дальнейших решений. На этом этапе осуществляется регулярный контроль за выполнением плана и анализируется эффективность проведенной работы. Ежемесячно проводятся контрольные обзоры, собирается обратная связь от специалистов, родителей и самого обучающегося, формируются промежуточные заключения. По итогам ра-

боты Антибуллинговый комитет проводит заседание, на котором принимается решение о закрытии кейса. Даже после его закрытия ребенок остается под наблюдением в течение трех месяцев. Если ситуация требует продолжения сопровождения, за 15 дней до окончания срока текущего плана проводится обсуждение дальнейших мер и сроков.

Шаг 4. Документирование и отчетность

Руководитель обеспечивает надлежащее ведение внутренней документации: акты обследований, протоколы бесед, отчеты педагогов, индивидуальные планы помощи. Вся информация передается в закрытом виде, с соблюдением законодательства о защите персональных данных. По результатам работы формируется внутренний отчет, который при необходимости предоставляется органам образования или прокуратуре.

Контроль за выполнением алгоритма реагирования осуществляется лично руководителем. При наличии рисков рецидива или сложных случаев проводится повторное обследование, а также инициируется запрос в правоохранительные органы о принятии дальнейших мер.

Шаг 5. Определение формы работы с такими учащимися

Также может быть проведена внеплановая педагогическая комиссия, по результатам которой выносится решение о дальнейшем обучении и сопровождении несовершеннолетнего, подвергшегося травле или участвовавшего в ней. Если ситуация имеет систематический характер или повлекла психологические нарушения, материалы передаются в КДН для рассмотрения на заседании и постановки на профилактический учет.

Особые указания

Информация о насилии, травле (буллинге), кибербуллинге в отношении ребенка должна быть передана в течение одного часа с момента ее получения. Каналы передачи: мобильная связь, электронная почта, официальные системы связи с органами КДН, опеки и внутренних дел.

Руководитель несет персональную ответственность за своевременное информирование и защиту прав детей в соответствии с Законом РК «О правах ребенка», Законом РК «Об образовании» и новыми изменениями в Кодексе об административных правонарушениях РК, где буллинг и кибербуллинг с 2024 г. внесены как отдельные правонарушения.

Алгоритм межведомственного взаимодействия всех органов и организаций

1. После выявления фактов либо сообщения о факте оперативно должны быть проинформированы все уполномоченные государственные органы: органы внутренних дел, прокуратура, образования, здравоохранения, социальной защиты, а также УПР, РУПР.

Отреагировать на ситуацию: сделать замечание, остановить участников.

Информация передается не позднее одного часа после получения сигнала.

- Руководитель организации образования или иное ответственное лицо (психолог, социальный педагог) составляет краткую справку (в письменной или электронной форме), указывая ФИО ребенка, обстоятельства, предполагаемую форму насилия.
- Уведомление направляется по защищенным каналам связи (электронная почта, защищенный мессенджер, служебная система ДОУ).
- Отправляется в органы:

- ОВД (районный отдел полиции);
- прокуратура;
- отдел образования района / города;
- управление социальной защиты;
- местное УПР (уполномоченный по правам ребенка);
- РУПР (Республиканский уполномоченный орган по правам ребенка).

2. Местные исполнительные органы передают УПР, РУПР данные детей, пострадавших от насилия, травли (буллинга), кибербуллинга, и контактные данные УПР, РУПР семьям детей, пострадавших от насилия, травли (буллинга), кибербуллинга.

Передача информации осуществляется в течение 24 ч.

- Данные включают:
  - ФИО ребенка;
  - дата рождения;
  - сведения о месте учебы, классе / курсе;
  - контактные данные родителей (законных представителей);
  - краткое описание ситуации;
  - имеющиеся медицинские, психологические заключения (если уже есть).
- Оформляется внутренним актом или служебной запиской в соответствии с регламентами местного акимата.

3. УПР, РУПР после выявления фактов и их подтверждения в установленные сроки сообщают в уполномоченные государственные органы о принятых мерах по оказанию помощи пострадавшему ребенку.

- В течение пяти рабочих дней УПР и РУПР направляют:
  - отчет о проведенной оценке ситуации;
  - перечень предпринятых мер: консультации, защита, временное отстранение обидчика, работа с семьей;
  - информацию в службу социальной помощи, психологу, медицинскую организацию.
- Контроль за исполнением возлагается на профильные министерства (образования, здравоохранения, внутренних дел).

4. Мобильная группа согласно указанию надзирающего прокурора незамедлительно выезжает на место происшествия.

Состав мобильной группы:

- сотрудник прокуратуры;
- инспектор ОВД (школьный офицер);
- психолог или социальный педагог;
- представитель органов опеки.

Выезд осуществляется в течение 1–2 ч.

Цель – проверка условий, первичная оценка безопасности ребенка, опрос участников и свидетелей.

- По результатам оформляется акт обследования и протокол встречи.

5. Уполномоченными органами проводится идентификация личности и источников признаков насилия, травли (буллинга), кибербуллинга ребенка, диагностика и т. д.

- Осуществляется:
  - первичный психолого-педагогический опрос;
  - диагностика состояния (по методикам, утвержденным МП РК);
  - выяснение источников давления или угроз.

- Обязательно проводится индивидуальное интервью с пострадавшим (с согласия родителей).
- Диагностика проводится сертифицированными специалистами (психологи, социальные педагоги).

6. Органы внутренних дел незамедлительно проводят необходимые (в соответствии с уголовно-процессуальным законодательством) следственные мероприятия, в том числе назначение соответствующих экспертиз.

- Если есть признаки состава преступления, возбуждается уголовное дело.
- Проводятся допросы, изъятие переписок (при кибербуллинге), назначаются:
- судебно-психологическая экспертиза;
- судебно-медицинская экспертиза (при телесных повреждениях).
- Сроки зависят от степени тяжести, но контроль ведется ежедневно прокурором.

7. Органы судебной экспертизы, физические лица, имеющие лицензию на осуществление судебно-экспертной деятельности, и юридические лица, прошедшие аккредитацию, проводят исследования, экспертизы, оформляют заключения и предоставляют дополнительную информацию.

8. Руководитель органа прокуратуры с момента предоставления информации о факте либо признаках насилия, травли (буллинга), кибербуллинга по каждому сообщению и заявлению принимает меры прокурорского надзора вплоть до расследования деленной категоричности дел.

ПАМЯТКА ПО ОКАЗАНИЮ ПОМОЩИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНЕМУ, ПОДВЕРГШЕМУСЯ ИЛИ СТАВШЕМУ СВИДЕТЕЛЕМ НАСИЛИЯ, ТРАВЛИ (БУЛЛИНГА), КИБЕРБУЛЛИНГА

Ребенку, пострадавшему от травли (буллинга) или кибербуллинга, организация образования оказывает психологическую поддержку, которая включает комплексную оценку ситуации, правовое просвещение о правах и обязанностях ребенка, а также разработку индивидуального плана работы по социальной реабилитации.

При первичной беседе с пострадавшим учащимся сотрудникам организации образования рекомендуется следующее.

- Сохранять спокойствие и доброжелательность. В момент общения с ребенком, сообщающим о насилии, буллинге или кибербуллинге, сотрудник обязан сохранять эмоциональную сдержанность. Беседа проводится в спокойной обстановке, с обеспечением конфиденциальности, соблюдением этических норм, а также с учетом возраста, эмоционального состояния и уровня доверия со стороны несовершеннолетнего. Разговор ведется в мягкой, поддерживающей манере. Запрещается обвинять, оценивать или выражать сомнение в словах ребенка.
- Внимательно выслушать учащегося. Слушать без перебивания, не задавая лишних или наводящих вопросов. Все уточнения задаются только по необходимости для понимания сути происходящего. Необходимо фиксировать основные моменты дословно, без интерпретаций.
- Убедить учащегося в том, что он поступил правильно, рассказав о произошедшем.

1. Необходимо подчеркнуть, что обучающийся поступил правильно, сообщив о произошедшем.

2. Следует отметить, что факт обращения за помощью в ситуации насилия или буллинга свидетельствует о сформированной ответственности и осознании допустимых границ поведения в образовательной среде.

3. Важно зафиксировать, что действия обучающегося соответствуют принципам личной безопасности и взаимодействия с системой поддержки.

- Вести с ним диалог, задавая минимальное количество вопросов, необходимых только для сбора основной информации, уточнения ситуации.

1. При проведении беседы рекомендуется ограничиться минимально необходимым количеством вопросов, направленных исключительно на уточнение ключевых обстоятельств происшествия.

2. Целесообразно избегать детализированных расспросов, способных усилить стрессовое состояние ребенка.

- Избегать пересмотра рассказанного во избежание повторной травматизации учащегося. Не просить ребенка пересказывать ситуацию несколько раз. Нет необходимости просматривать детали и просить «пояснить» эмоциональные моменты, если это вызывает слезы или напряжение. Основная цель – не причинить дополнительного вреда.
- Руководить действиями учащегося, не выдвигать собственных мнений, предположений и заключений, не интерпретировать его действия. Сотруднику запрещено высказывать личное мнение, делать выводы. Действия ребенка не подлежат интерпретации или сомнению. Задаваемые вопросы должны быть сформулированы в нейтральной, недопускающей оценочных суждений форме и касаться только фактов, имеющих значение для предварительного понимания ситуации.
- Не мешать учащемуся воспроизводить важные моменты. Необходимо не мешать обучающемуся воспроизводить важные моменты произошедшего. В процессе беседы следует обеспечить обучающемуся возможность свободно, в индивидуальном темпе излагать суть произошедшего.
- Убедить учащегося о том, что следует проинформировать о сложившейся ситуации администрацию, родителей / законных представителей, специалистов.
- По окончании беседы необходимо объяснить учащемуся, что информация будет передана администрации, родителям (законным представителям), школьному психологу и (при необходимости) в уполномоченные органы. Важно делать это спокойным тоном, отмечая, что действия направлены на защиту ребенка.
- Записать информацию полностью, дословно, как было сказано учащимся. Информация, полученная от учащегося, должна быть зафиксирована в письменной форме с указанием времени, даты, участников разговора и прямой речи ребенка.
- Составить письменный протокол.

1. Необходимо составить письменный протокол по результатам первичной беседы с обучающимся.

2. Протокол оформляется уполномоченным специалистом (заместителем директора, социальным педагогом или другим лицом, назначенным приказом по образовательной организации). В документе фиксируются основные сведения: дата и время беседы, место проведения, должность и ФИО лица, проводившего беседу, сведения об обучающемся (ФИО, возраст, класс), краткое, но содержательное изложение рассказа обучающегося о случившемся, а также его эмоциональное состояние и общее поведение во время общения.

3. Протокол составляется в присутствии не менее двух специалистов, при возможности с участием психолога для обеспечения объективности и соблюдения прав ребенка. Документ подписывается всеми участниками, заверяется подписью руководителя образовательной организации и приобщается к материалам внутреннего расследования. Соблюдение установленной формы и требований к оформлению документа обязательно с целью возможного использования протокола в рамках межведомственного взаимодействия или по запросу уполномоченных государственных органов.

Приложение 4

УСТАНОВОЧНЫЙ СЕМИНАР
ДЛЯ ПЕДАГОГОВ
Семинар-практикум для педагогов
Основы профилактики буллинга в организациях образования

Цель: повысить психолого-педагогическую и практическую компетентность педагогов по вопросам недопущения буллинга в организациях образования (далее – ОО).

Задачи: ознакомить с Программой профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE».

Участники: педагоги организаций среднего образования.

Форма проведения: семинар-практикум (воркшоп).

Ресурсы: видеопроектор, материалы по профилактике буллинга в ОО в форме памяток для педагогов.

Преодоление насилия не происходит в одиночку.
Делается это шаг за шагом и положительно.
Пусть сегодня будет тот день,
когда вы начнете двигаться вперед!
Ассунта Харрис

Ход семинара

1. Приветствие. Вступительное слово

Добрый день, уважаемые коллеги! Сегодня на базе нашей школы мы проводим очень важное мероприятие, посвященное проблеме буллинга, методам борьбы с ним и его предотвращения.

Обеспечение благополучия казахстанских детей, защита их прав на здоровье, полноценное развитие и качественное образование являются приоритетными направлениями государственной политики страны.

На сегодняшний день ни один ребенок не должен чувствовать себя униженным, подвергаться психологическому или физическому насилию. Мы обсудим актуальность проблемы школьной травли, разберем суть буллинга, инструменты выявления и предотвращения травли в детских коллективах.

2. Упражнение «Ассоциации». Буллинг... Какие ассоциации у вас возникают с этим словом? (Ответы педагогов)

3. Показ видеоролика «Вся правда о школьном буллинге» или мультфильма «Про Миру и Гошу» https://youtu.be/egwCCe_ZIgI.

Обсуждение видеоролика

4. Мини-лекция. Теоретическая часть

Цель: знакомство с Программой профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE» (далее – Программа).

В настоящее время массовой тенденцией стало вытеснение позитивного восприятия мира, традиционно присущего периоду детства, нигилизмом, пессимизмом, проявлениями насилия в отношении окружающих и аутодеструктивного поведения.

Так, по данным Доклада о положении детей в Республике Казахстан за 2022 г., массовый характер приобрели:

- нарушения психоэмоционального состояния детей, приводящие к суициду;
- преступления в отношении детей, насилие физическое и психологическое (буллинг, кибербуллинг и др.);
- детская преступность, во многом обусловленная неблагополучием семей;
- негативное влияние электронного пространства (интернет, социальные сети).

Согласно опросу, проведенному в рамках Международного исследования PISA 2018, почти каждый четвертый школьник 15-летнего возраста в Казахстане подвергается тем или иным видам буллинга: насмешки, угрозы, физический буллинг. Более 70% детей в возрасте 11–15 лет, которые пользуются интернетом, имеют мобильные телефоны и компьютеры, являются наиболее уязвимыми для кибербуллинга в электронном пространстве (ЮНИСЕФ, 2019).

Издевательства, травля (буллинг) имеют далеко идущие последствия для эмоционального благополучия детей и общей безопасности в школе. Мировые исследования, проведенные за последние два десятилетия, значительно расширили знания о пагубных последствиях издевательств. Очевидно негативное влияние на развитие как детей, ставших объектом травли, так и тех, кто издевается над другими.

Сущность любой формы травли заключается в использовании дисбаланса сил с целью доминирования и причинения другим физического, социального или эмоционального вреда (Olweus, 1991). Для многих детей участие в травле в качестве жертвы или виновника издевательств может быть случайным явлением, для других является хронической и социально опасной моделью поведения.

Правительство Республики Казахстан предпринимает системные меры для решения данной проблемы. По заказу Министерства просвещения НАО «ННПИБД «Өркен» проведен всесторонний анализ ведущих мировых программ по предотвращению буллинга в организациях образования.

Опираясь на международный опыт, мы выявили высокоэффективные стратегии профилактики и противодействия подростковому насилию, которые легли в основу разработки данной Программы.

Программа профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE» направлена на создание школьной среды, в которой каждый обучающийся будет чувствовать себя в безопасности.

Сочетание в Программе международного опыта с особенностями менталитета нашего общества поможет воспитанию у наших детей культуры неприятия насилия, эмпатии, взаимопонимания и уважения друг к другу, таким образом, способствуя продвижению этих идей в обществе.

Цель Программы – создание системы профилактики и эффективного противодействия травле (буллингу) в организациях образования.

Задачи:

1. Осуществить организационные мероприятия по созданию системы профилактики и противодействия травле (буллингу) в организациях образования:

1) издать локальные нормативные документы;

2) провести установочные семинары с педагогическим коллективом;

3) включить мероприятия по профилактике и противодействию травле (буллингу) в план воспитательной работы организаций образования;

4) создать в школе структуру, объединяющую педагогов, обучающихся, родителей, по противодействию травле (буллингу) среди детей;

5) установить зоны возможных конфликтов в организациях образования (раздевалки, рекреации, туалеты, территория ОО и др.), использовать возможности оборудования их видеокамерами.

2. Провести диагностику состояния социально-психологического климата с выявлением причин и факторов, влияющих на создание конфликтных ситуаций в школьном коллективе.

3. Организовать системное повышение квалификации педагогов, педагогов-психологов, социальных педагогов по профилактике и противодействию травле (буллингу) среди обучающихся, развитию социально-эмоционального интеллекта обучающихся, созданию благоприятного социально-психологического климата в организациях образования.

4. Провести обучение с сотрудниками организаций образования (технический персонал, медсестры, сотрудники пищеблока и др.) для усвоения алгоритмов реагирования на проявления травли (буллинга) среди обучающихся.

5. Организовать обучение учащихся начальной, основной, старшей школы правилам поведения при попадании в ситуацию травли (буллинга), развивать системно их социально-эмоциональные навыки.

6. Проводить обучение в Центре педагогической поддержки родителей по теме «Как помочь ребенку, находящемуся в ситуации буллинга».

7. Проводить регулярно мониторинг социально-психологического климата в классах, в организациях образования в целом.

Разработанная НАО «ННПИБД «Өркен» Программа для обучающихся направлена на:

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

Программа профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE» предназначена для обучающихся с 1 по 11 класс. В основу Программы положена проектная деятельность, направленная на развитие их социально-эмоциональных навыков.

К Программе прилагаются:

1. Положение об антибуллинговой команде;

2. Перечень локальных актов;

3. Алгоритм незамедлительного реагирования на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся в случае ее выявления

4. Разработка установочного семинара для педагогов;

5. Разработка семинаров для сотрудников организаций образования;

6. Разработка занятий для родителей обучающихся 1–4, 5–9, 10–11 классов.

7. Руководство по организации проектной деятельности на основе занятий для обучающихся 1–11 классов по Программе профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE».

8. Материалы для проведения диагностики и мониторинга

9. Инструкция «СКАЖИ_НЕ МОЛЧИ»

10. Психолого-педагогическая поддержка деятельности педагогического коллективапо по развитию социально-эмоциональных навыков обучающихся

Деятельность коллективов организаций образования по профилактике и про-

тиводействию травле (буллингу) в среде обучающихся будет выражена в следующих результатах.

Результат 1. В каждой организации будет создана система по профилактике и эффективному противодействию травле (буллингу), основанная на результатах диагностики состояния проблемы.

Результат 2. В организациях образования будет создана структура по эффективному противодействию травле (буллингу), объединяющая субъектов образовательного процесса.

Результат 3. В сотрудничестве с коллективом НАО «ННПИБД «Өркен», с его методической поддержкой будет проведено обучение педагогов, педагогов-психологов, социальных педагогов по профилактике и реагированию на факты травли (буллинга), развитию социально-эмоциональных навыков обучающихся.

Результат 4. В организациях образования будут определены зоны возможных конфликтов (раздевалки, рекреации, туалеты, территория ОО и др.), использованы имеющиеся возможности для наблюдения.

Результат 5. В организациях образования будет развиваться благоприятный социально-психологический климат, среда, в которой формируется атмосфера неприятия насилия.

Результат 6. Для постоянного контроля в организациях образования будет проводиться мониторинг социально-психологического климата в классах.

Практическая часть

Целевая аудитория: педагоги организаций образования.

Цель мероприятия: отработать навык определения ситуации буллинга, уметь отличать буллинг от конфликта и находить способы разрешения ситуации.

Ход мероприятия

Участникам предлагаются картинки, на которых изображены известные персонажи из медиасреды (Маша и медведь, кадры из фильма «Чучело», Волк и Заяц из мультфильма «Ну, погоди» и др.).

Участникам предлагается составить пары и определить, где буллинг, а где конфликт.

Далее модератор проводит фронтальную беседу «Где ситуация буллинга? Где ситуация конфликта?»

После работы в группах определяются пути решения проблем. Заслушивается каждая группа.

Упражнение Джеффа + дискуссия

Пространство условно делится на три зоны (в каждой есть соответствующая надпись): первая – «Да», вторая – «Нет», третья – «Не знаю» (возможно использование варианта «Смотря по ситуации»).

Если нет возможности разделить пространство на зоны (класс, актовый зал с неподвижными стульями), можно предложить голосование руками: отводить руку вправо, влево, поднимать вверх.

Ведущий озвучивает описание ситуаций, выведенное на экран, и предлагает ответить на вопросы.

Кейс 1. Алине не нравится Наташа, она постоянно высмеивает ее при всем отряде. Подружки Алины тоже смеются над Наташей. Она молчит или плачет.

Вопрос

- Является ли эта ситуация травлей?

Участники должны проголосовать: «Да», «Нет», «Не знаю», «Смотря когда».

Далее идет обсуждение: какие маркеры буллинга не увидели участники в данном кейсе, почему это не является просто конфликтом и т. д. Можно предложить несколько подобных ситуаций.

Кейс 2. Вожатая Марина работает в старшем отряде. Она невысокого роста, у нее тихий тонкий голос. Несколько задиристых парней постоянно передразнивают ее, обсуждают за спиной и называют Мышью (сравнивая ее голос с писком). Остальные над этим смеются. Марина иногда тайком плачет от обиды, но не может призвать подростков к порядку. (Да, это буллинг, в отношении взрослого – вожатой.)

Кейс 3. Максим случайно задел Андрея. Андрей решил, что это было сделано умышленно, и сильно толкнул Максима. Произошла небольшая драка, ребят разняли другие подростки и учительница. Через пару часов Максим и Андрей весело разговаривают и шутят. (Нет, не буллинг – это конфликт, стычка.)

Далее предлагается вынести на обсуждение дискуссионные вопросы, используя методику упражнения Джеффа.

Примеры вопросов

- Считаете ли вы буллинг нормальным для школьников явлением?
- Если происходит травля, и ребенок или подросток говорит о ней родителям, считаете ли вы такого ребенка ябедой или предателем?
- Должны ли взрослые вмешиваться в ситуацию травли? Почему?
- Были ли вы когда-то свидетелем в ситуации буллинга? Защитником? Расскажите об этом.
- Были ли вы жертвой? Агрессором? Расскажите об этом.
- Считаете ли вы, что никогда не станете жертвой буллинга? А агрессором? Почему?
- Нужно ли принимать какие-то меры по противодействию травле? Почему?
- Есть ли у вас идеи, как бороться с травлей?

Задание «Здоровая коммуникация»

Подготовить постер на тему «Здоровая коммуникация без конфликтов и буллинга».

Педагоги делятся на 2 группы. Первая группа готовит постер «Принципы здоровой коммуникации без конфликтов и буллинга». Вторая группа готовит постер «Правила недопущения травли и буллинга в организациях образования». Заслушивается мнение каждой группы. После работы определяются принципы и правила предупреждения ситуации буллинга.

Рефлексия

Участникам семинара-практикума предлагается закончить предложения.

1. Я узнал, что...
2. Я почувствовал, что...
3. Я буду...

По завершении работы предлагаются информационные буклеты по материалам семинара.

Приложение 5

СЕМИНАРЫ ДЛЯ СОТРУДНИКОВ ОРГАНИЗАЦИЙ ОБРАЗОВАНИЯ

Семинар №1 по профилактике и противодействию буллингу

Цель: предупреждение ситуаций травли / буллинга и насилия среди обучающихся в организациях образования, формирование нетерпимого отношения сотрудников организаций образования к различным негативным проявлениям по отношению к обучающимся.

Задачи

1. Стимулировать повышение ответственности сотрудников организаций образования за противодействие буллингу.
2. Расширить представления сотрудников организаций образования о травле (буллинге) и путях профилактики и противодействия ее распространению.
3. Формировать навыки эффективного противодействия травле (буллингу).

Ресурсы: распечатанные выдержки из Правил профилактики травли (буллинга) ребенка (Приказ Министра просвещения РК №506 от 21 декабря 2022 г.) для работы в группах, слайды.

Участники: технический персонал, медицинский персонал, сотрудники пищеблока, службы охраны организаций образования.

Семинар организуют ответственные члены Антибуллинговой команды (далее – АК).

I. Вступление

1. Представление членов АК, ознакомление с целями и задачами ее деятельности, предоставление контактной базы.
2. Анкетирование (входная анкета представлена в разделе VI «Раздаточный материал» – Приложение 5.1. Содержание анкет для входного и выходного анкетирования совпадают).
3. Информационный блок. Введение в тему семинара.

Раскрывается вопрос об актуальности темы буллинга с приведением статистических данных.

Казахский просветитель Ахмет Байтурсынов писал: «Если народ не заботится о ребенке, нет гарантий, что выросший человек будет беспокоиться о будущем своей страны».

Сегодня благополучие детей является общенациональным приоритетом в развитии казахстанского общества.

Благополучие начинается с каждого из нас. Вместе с тем появились явления, препятствующие созданию среды, благоприятной для свободного развития ребенка. Это травля, или буллинг.

Изучение буллинга впервые начато 40 лет назад ученым Дэном Олвеусом из Бергенского университета (Норвегия). Это явление сегодня активно набирает обороты.

По данным современных международных исследований:

- 20–25% детей в мировом образовательном пространстве непосредственно вовлечены в буллинг в качестве инициаторов или целей буллинга;
- 4–9% подростков инициируют буллинг;
- 9–25% школьников подвергаются буллингу.
- Среди подростков и молодых людей в возрасте 12–18 лет:
- 35% вовлечены в буллинг в роли людей, которые причиняют боль другим, унижают, обижают их;
- 15% участвуют в буллинге в онлайн-среде – кибербуллинге.

В Казахстане в 2021 г. исследовательская группа ученых Национального центра общественного здравоохранения по изучению поведения детей школьного возраста в отношении здоровья провела опрос среди школьников, чтобы изучить показатели здоровья и благополучия среди подростков. В ходе опроса школьников просили ответить на вопросы, как часто они принимали участие в буллинге либо сами становились его жертвами в школе на протяжении последних двух месяцев. Как выяснилось, среди подростков 11–15 лет:

- 17% подвергались травле в школе один и более раз в месяц;
- 20% участвовали в буллинге других людей в школе один и более раз в месяц.

В последующие годы эти цифры значительно увеличились.

II. Основная часть

1. Просмотр мультфильма «Травле – нет» Благотворительного фонда «Галчонок».
2. Беседа по вопросам

- Кто является основными действующими лицами травли? (Ответы участников. Правильный ответ: агрессор и жертва.)
- На что направлен буллинг? (Ответы участников. Правильный ответ: на нанесение физических и душевных страданий другому человеку.)
- Как влияет буллинг на личность пострадавшего? (Ответы участников. Правильный ответ: буллинг подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает его здоровье, самоуважение и человеческое достоинство.)
- Кого затрагивает буллинг? (Ответы участников. Правильный ответ: буллинг – это групповой процесс, затрагивающий не только обидчика и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь коллектив, в котором это происходит).
- Какие бывают формы буллинга? (Ответы участников. Правильный ответ: физическое насилие; моральное насилие: шантаж, угрозы, распространение ложной информации, обидные шутки, бойкот, публичное игнорирование; кибербуллинг и т. д.)
- Где чаще всего происходит буллинг? (Ответы участников. Правильный ответ: в туалете, под лестницей, за школой, в фойе перед столовой, на заброшенных территориях возле школы, в интернет-пространстве.)
- Может ли буллинг прекратиться сам по себе? (Ответы участников. Правильный ответ: буллинг никогда не прекращается сам по себе: всегда требуется защита и помощь пострадавшим – жертвам, инициаторам буллинга – агрессорам и свидетелям.)

Вывод. Буллинг способствует существенному увеличению риска суицида среди подростков, приводит к распространению агрессии и насилия в классе и школе, снижению успеваемости, эмоциональным и невротическим проблемам. Буллинг следует предупреждать и искоренять!

III. Работа в группах

Для предотвращения явления буллинга разработаны ***Правила профилактики травли*** (буллинга) ребенка (Приказ Министра просвещения РК №506 от 21 декабря 2022 г.).

Участникам семинара предлагается ознакомиться с выдержками из этого документа (раздел VI «Раздаточный материал» – Приложение 5.2) и выполнить задание.

Участники делятся на 3 группы.

Группа 1. Задание. Ознакомьтесь с п. 2 Главы 1 Правил профилактики травли (буллинга) ребенка. Приведите примеры буллинга, которые встречаются в практике школы.

Группа 2. Задание. Ознакомьтесь с главой 2 Правил профилактики травли (буллинга) ребенка. Расскажите о том, что могут предпринять сотрудники вашего профиля, помимо перечисленного, по реализации п. 1: повышение осведомленности обучающихся и воспитанников, педагогов, законных представителей ребенка в вопросах профилактики травли (буллинга) и предупреждению травли (буллинга) путем проведения информационно-разъяснительной работы (беседа, правовой всеобуч, классные часы, родительские собрания, внеурочные мероприятия и др.), не противоречащие интересам обучающихся и воспитанников не реже 1 (одного) раза в четверть. Приведите примеры.

Группа 3. Задание. Ознакомьтесь с главой 2 Правил профилактики травли (буллинга) ребенка. Расскажите об опыте практического выполнения сотрудниками вашего профиля п. 4: незамедлительное реагирование на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся и воспитанников в случае ее выявления. Приведите примеры.

IV. Кейс-стади

Задание. Рассмотрите ситуации и ответьте на вопрос. Заслушайте мнение психолога и соотнесите его с собственными выводами.

Ситуация 1. Рассказ учителя. В моей практике была такая ситуация. Ко мне подошла коллега и сказала, что ученик моего класса сильно толкнул одноклассника. Какие меры принять по отношению к ребенку? Если у нас есть только эта информация, нам сложно определить, почему школьник ведет себя подобным образом. Я стала анализировать поведение своего ученика (назовем его условно Арман) и припомнила две ситуации, связанные с его участием.

1. Как-то Арман спорил с одноклассником о результатах игры в футбол. Тот упустил возможность забить гол, и команда проиграла. Арман толкнул мальчика и грубо сказал, что он ни на что не способен.

2. Однажды Арман толкнул младшего ученика, проходившего мимо по коридору, говоря: «Ты чего на дороге встал? Не хватает места?» Все одноклассники, которые шли рядом с Арманом, тоже начали толкать малыша и насмехаться над ним.

Вопрос для обсуждения

- В обеих ситуациях дети толкаются. Есть ли разница между этими ситуациями? Почему? (Ответы участников)

Мнение психолога. Ситуации разные. Хотя толкание другого человека и является формой агрессии, в данных ситуациях оно отличается. В первой ситуации это говорит о реакции, которая возникает в результате гнева или разочарования Армана в результате проигрыша в матче. Во второй ситуации его поведение является инструментом, с помощью которого он получает некоторые социальные выгоды (статус и имидж в кругу друзей, репутацию, власть), ведь оно не вызвано дискомфортом (ребенок, которого толкнули, ничего не сделал Арману). Это, конечно же, форма буллинга.

Вывод. Один и тот же тип поведения может расцениваться как реакция на эмоцию дискомфорта, ощущаемую в результате конфликтов, споров, ссор между детьми, а может быть проявлением буллинга, посредством которого ученик получает ряд социальных выгод.

Делаем вывод:

- не каждый тип агрессивного поведения является буллингом;
- чтобы что-то изменить, нужно рассмотреть поведение в контексте происходящих событий.

Ситуация 2. Отрывок из письма Даурена. В школе, где я учусь, происходит много плохих вещей, когда учителя нет рядом. Некоторые одноклассники очень недружелюбно относятся к другим. Ернар – один из них. Он каждый день веселится со своими друзьями, унижая меня. Однажды он взял мой рюкзак и бросил его в грязь, а на следующий день вынул пакет с завтраком из моего портфеля и съел. Сегодня он плюнул в мою тетрадь по математике, где я делал домашнее задание, а затем закрыл ее, так что паста растеклась по всей странице. Его друзья смеялись и получали удовольствие от всего, что со мной происходило. Я был очень зол и хотел его ударить. Но я этого не сделал, потому что у него много друзей, а я один против всех. Мне там очень плохо, и я больше не хочу ходить в школу.

Вопрос для обсуждения

- Почему поведение Ернара можно назвать буллингом? (Ответы участников)

Мнение психолога. Поведение Ернара можно назвать буллингом, потому что:

оно повторяется каждый день;

в нем проявляется намеренность действий (Ернар веселится, когда его друзья мучают Даурена);

Ернар имеет преимущество в друзьях (у него много друзей, Даурен – один).

Вывод. Любой явный конфликт в детской среде нужно пресекать! Он может быть проявлением буллинга.

V. Заключение

Участникам семинара предлагается вопрос для обсуждения.

- Что нужно делать в случае, если вы заметили конфликт между учащимися? (Ответы участников)

Вывод. В случае, если вы заметили конфликт между учащимися, нужно обязательно принять меры: вмешаться, информировать членов АК, до прихода членов АК обратиться за поддержкой к любому находящемуся рядом сотруднику школы. Для восстановления справедливости при разборе ситуации нужно выступить в роли свидетеля.

Демонстрируется слайд (чек-лист), отражающий алгоритм действия сотрудника школы на проявление конфликта между обучающимися.

Алгоритм действия сотрудника школы
на проявление конфликта между учащимися

1. Отреагировать на конфликт: заметить, сделать замечание, остановить конфликт. В случае невозможности предотвратить конфликт не оставлять его участников без внимания, обратившись за поддержкой к любому находящемуся рядом сотруднику школы.
2. Сообщить о случае членам АК в обязательном порядке.
3. Выступить свидетелем произошедшего.

Домашнее задание

Изучить Правила профилактики травли (буллинга) ребенка (Приказ Министра просвещения РК №506 от 21 декабря 2022 г.).

В завершение семинара нужно поблагодарить всех участников за активность, открытость, творчество и сказать, что только совместными усилиями всего коллектива организации образования, всех сотрудников, в какой бы сфере деятельности они не трудились, в сотрудничестве с родителями можно создать благоприятную среду для развития ребенка.

VI. Раздаточный материал

Анкета (входное тестирование)

Анкета для входного тестирования

Просим вас ответить на несколько вопросов. Прежде чем ответить, внимательно прочитайте все варианты ответов и обведите правильный.

ФИО:_____ дата заполнения_____

1. Что такое «буллинг»?

А. Дискриминация, травля, подразумевает запугивание или же своеобразный физический или психологический террор одних людей по отношению к другим с целью подчинения их себе на почве страха, преднамеренно вызванного преследователями у их жертв.

Б. Регулярный (физический и / или психологический террор в отношении человека.

В. Притеснение, травля, дискриминация, подчинение другого человека себе.

Г. Все ответы верны.

2. Что из перечисленного не является буллингом?

А. Физическое насилие.

Б. Шантаж.

В. Нежелание быть другом.

Г. Распространение ложной информации.

Д. Обидные шутки, бойкот, публичное игнорирование.

Е. Кибербуллинг.

Ж. Угрозы.

3. Какие из перечисленных пунктов не относятся к последствиям буллинга?

А. Депрессия, повышенная тревожность.

Б. Повышение самооценки и налаживание дружеских отношений.

В. Снижение успеваемости в школе, прогулы, отказы учиться.

Г. Острое или посттравматическое стрессовое расстройство, нарушения сна, ночные кошмары.

Приложение 5.2

Для работы в группах

Для группы 1

Правила профилактики травли (буллинга) ребенка (Приказ Министра просвещения РК №506 от 21 декабря 2022 г.). Глава 1, п. 2

В настоящих Правилах использованы следующие основные понятия:

1) травля (буллинг) ребенка – систематические (два и более раз) действия унизительного характера, преследование и (или) запугивание, в том числе направленные на принуждение к совершению или отказу от совершения какого-либо действия, а равно те же действия, совершенные публично или с использованием средств массовой информации и (или) сетей телекоммуникаций (кибербуллинг);

2) социальная реабилитация – комплекс мер, осуществляемый органами и учреждениями системы профилактики правонарушений, безнадзорности и беспризорности среди несовершеннолетних, направленных на правовое, социальное, физическое, психическое, педагогическое, моральное и (или) материальное восстановление несовершеннолетнего, нуждающегося в специальных социальных услугах;

3) социальная адаптация – процесс активного приспособления ребенка, нуждающегося в специальных социальных услугах, к условиям социальной среды путем усвоения и восприятия ценностей, правил и норм поведения, принятых в обществе, а также процесс преодоления последствий психологической и (или) моральной травмы;

4) законные представители ребенка – родители, усыновители (удочерители), опекун, попечитель, патронатный воспитатель, приемные родители, другие заменяющие их лица, осуществляющие в соответствии с законодательством Республики Казахстан заботу, образование, воспитание, защиту прав и интересов ребенка.

Для групп 2, 3

Правила профилактики травли (буллинга) ребенка (Приказ Министра просвещения РК №506 от 21 декабря 2022 г.). Глава 2. Порядок проведения профилактики травли (буллинга) ребенка

1. Администрация организации образования обеспечивает деятельность по профилактике и предупреждению травли (буллинга) ребенка и создает условия в образовательной среде, направленные на формирование уважения прав и интересов участников образовательного процесса, культуры нулевой терпимости к травле (буллингу) ребенка.

2. Руководитель организации образования в целях профилактики травли (буллинга) ребенка ежегодно к началу учебного года утверждает План по профилактике травли (буллинга) ребенка (далее – План). План включает сроки, формы завершения, ответственных лиц и следующие мероприятия по:

1) повышению осведомленности обучающихся и воспитанников, педагогов, законных представителей ребенка в вопросах профилактики травли (буллинга) и предупреждению травли (буллинга) путем проведения информационно-разъяснительной работы (беседа, правовой всеобуч, классные часы, родительские собрания, внеурочные мероприятия и др.), не противоречащих интересам обучающихся и воспитанников не реже 1 (одного) раза в четверть;

2) повышению профессиональной компетентности педагогов в учебно-воспитательной работе через их участие в обучающих семинарах (вебинарах), семинар-тренингах, мастер-классах, коучингах, конференциях, форумах, панельных дискуссиях;

3) информированию (в письменной и (или) устной форме) обучающихся и воспитанников, законных представителей ребенка о недопустимости травли (буллинга) ребенка;

4) незамедлительному реагированию на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся и воспитанников в случае ее выявления;

5) оказанию обучающимся и воспитанникам социальной, психолого-педагогической помощи педагогами-психологами, социальными педагогами с регистрацией в журнале учета консультаций педагога-психолога в соответствии с формой в приложении 4 к Приказу Министра образования и науки Республики Казахстан №130 от 6 апреля 2020 г. «Об утверждении Перечня документов, обязательных для ведения педагогами организаций дошкольного воспитания и обучения, среднего, специального, дополнительного, технического и профессионального, послесреднего образования, и их формы» (зарегистрирован в Реестре государственной регистрации нормативных правовых актов под №20317);

6) проведению мониторинга воспитательного процесса и условий образовательной среды на предмет соблюдения прав и интересов обучающихся и воспитанников, обеспеченности ресурсами для их обучения, воспитания и безопасного нахождения в организациях образования;

7) рассмотрению на заседаниях коллегиальных органов управления организацией образования с привлечением родительского комитета вопроса предупреждения и профилактики травли (буллинга) среди обучающихся и воспитанников.

Семинар-практикум № 2 для сотрудников организаций образования по профилактике и противодействию буллингу

Цель: тренировка способов реагирования сотрудников организаций образования на случаи травли (буллинга), формирование у них нетерпимого отношения к различным негативным проявлениям по отношению к обучающимся.

Задачи:

1. Стимулировать повышение ответственности сотрудников организаций образования за противодействие буллингу в детской среде.
2. Расширить представления сотрудников организаций образования о травле (буллинге), путях профилактики и противодействия ее распространению.
3. Закрепить у сотрудников организаций образования навыки эффективного реагирования на проявления травли (буллинга).

Ресурсы: распечатанные выдержки из Правил профилактики травли (буллинга) ребенка (Приказ Министра просвещения РК №506 от 21 декабря 2022 г.) для работы в группах, слайды.

Участники: технический персонал, медицинский персонал, сотрудники пищеблока, службы охраны организаций образования.

Семинар организуют ответственные члены АК.

I. Вступление

Упражнение «Белая ворона»

Ведущий приветствует участников и предлагает сыграть в игру «Белая ворона».

Участнику, желающему стать «белой вороной», предстоит делать обратное тому, что делает группа. А группа повторяет все движения ведущего. «Белая ворона» выходит в центр круга и выполняет все инструкции ведущего наоборот. Например, группа поднимает вверх руки, а «белая ворона» опускает. Вся группа улыбается, «белая ворона» хмурится и т. д. Поднимите руки вверх («белая ворона» опускает), наклонитесь вправо, улыбнитесь и т. д.

Вопросы для участников игры

- Что вам хотелось сделать по отношению к «белой вороне»?
- Мешала ли вам «белая ворона»? Отвлекала ли она вас?
- Как вы чувствовали себя в роли «белой вороны»?
- Вам было трудно быть не таким, как все?
- Что бы вы чувствовали, если бы ситуация повторялась регулярно?

Вывод. Часто люди, не похожие на нас или не умеющие за себя постоять, попадают в ситуации, когда их травят, притесняют.

II. Основная часть

1. Групповое голосование «Распознаете ли вы буллинг в школе?»

Участникам предлагается развить навыки распознавания буллинга в школе.

Задание. Ознакомьтесь с предложенной ситуацией. Выберите один из вариантов ответа и проанализируйте свой выбор. (При выборе варианта «Буллинг» поднять руку, при выборе варианта «Не буллинг» похлопать в ладоши).

1. Арман и Айдос дерутся за школой. Арман затеял драку за то, что Айдос выиграл в онлайн-игре.

Буллинг Не буллинг

2. Карлыгаш в столовой проходит мимо столика одноклассников. Они не приглашают ее сесть с ними.

Буллинг Не буллинг

3. Карлыгаш в столовой проходит мимо столика одноклассников. Они не приглашают ее сесть с ними. Они кричат ей, что она слишком толстая, чтобы сидеть с ними рядом, после всей компанией смеются.

Буллинг Не буллинг

4. Серик и Аскар все время разыгрывают одноклассников. Однажды они напугали Айнур, подложив ей в рюкзак игрушечную крысу. Айнур испугалась, но позже посмеялась вместе с остальным классом.

Буллинг Не буллинг

5. Индира пишет Мадине записки о том, что ей лучше не приходить в школу, поскольку она делает ошибки, которые выдают ее тупость.

Буллинг Не буллинг

2. Ролевая игра «Как победить буллинг»

Ведущий раздает участникам карточки с одной из надписей: Агрессор, Жертва, Наблюдатель, Сотрудники школы, АК (Приложение 5.3)

Задание. Рассмотрите ситуацию. Предположите, что может говорить и чувствовать участник ситуации буллинга, роль которого вам досталась. Предложите решение с точки зрения отведенной вам роли. Презентуйте результат.

Даурен был очень хилым ребенком. Не болезненным, но бледным, худым и каким-то нескладным, физическая активность на низком уровне. В школу он приходит под чутким надзором бабушки, хотя учится уже в 6 классе. Одноклассники его недолюбливают, обзывают дохляком и маменькиным сынком.

Раньше Даурен был отличником, так что он считался «ботаником», хотя сейчас снизилась успеваемость, частые пропуски уроков по болезни. Насмешками дело не ограничилось. Крутые парни из класса играли его сменкой в футбол, отбирали бутерброды, ставили подножки. Били пару раз, но очень осторожно, почти без следов. Уроки физкультуры были адом: и мальчики, и девочки устраивали тотализатор: «Залезет ли Даурен по канату на самый верх или грохнется на полпути?», «Перепрыгнет через шест или сразу упадет, запнувшись за него?» За партой Даурен сидел один: никто не хотел с таким сидеть.

Жаловаться было бессмысленно, а просить помощи не у кого. Родители много работали, и когда все же случился разговор с отцом, он сказал: «Ты же мужик, должен сам разобраться».

3. Мозговой штурм

Проводится на основе проведенной ролевой игры в формате общего обсуждения, когда спикер записывает ответы всех участников.

Вопросы для мозгового штурма

- Каковы варианты действий ребенка (главного героя)? Что можно посоветовать мальчику?
- Как поступить родителям?
- Что необходимо сделать педагогам?
- Что необходимо сделать сотруднику школы (техперсоналу, сотрудникам пищеблока, службе охраны)?
- Что нужно сделать членам АК?
- По завершении мозгового штурма делается вывод (слайд, чек-лист).
- В случае выявления буллинга необходимо:
- не оставаться равнодушным, если вы стали свидетелем буллинга;
- остановить ситуацию буллинга с помощью слов. Например: «Вы нарушаете закон», «Вы не имеете права обижать другого», «За это предусмотрена ответственность», «Будете отвечать перед законом»;
- успокоить жертву;
- обеспечить безопасность жертве (обратиться за помощью, чтобы обеспечить дальнейшую безопасность жертвы);
- сообщить членам АК;
- выступить свидетелем произошедшего.

4. Викторина «Миф или реальность»

Задание. Разберите факты и ответьте, что является правдой, а что нет.

- Буллинг имеет и положительные стороны. (Нет)
- Использование нецензурных слов ребенком по отношению к другому является проявлением насилия. (Да)
- Насилие – это когда видно следы на теле жертвы. (Да)
- Бьют заслуженно. (Нет)
- В школе наиболее распространенное психологическое насилие – использование нецензурных слов одного ребенка по отношению к другому. (Да)
- Ребенок, который страдает от насилия, должен молчать об этом. (Нет)
- Ребята (мальчики) склонны к проявлениям насилия больше, чем девочки. (Да)
- Насилие карается законом РК. (Да)
- Насилие – это преступление. (Да)
- Надо молчать, когда кто-то страдает от насилия, буллинга. (Нет)
- Издевательства, бойкот, игнорирование – это психологическое насилие. (Да)
- Обидчиком, агрессором может быть только взрослый. (Нет)
- Буллинг – это длительный процесс сознательного, жестокого обращения со стороны ребенка или группы детей к другому человеку или детям. (Да)
- Ребенок, который страдает от буллинга, всегда в радостном настроении. (Нет)
- Часто ребенок, совершающий буллинг, имеет преимущества над своей жертвой (старше, физически сильнее, у него выше авторитет в группе, классе. (Да)

III. Диагностика полученных знаний

Все участники семинара заполняют анкету, которая представлена в разделе «Раздаточный материал» – Приложение 5.4).

IV. Заключение

В завершение семинара важно поблагодарить всех участников за активность, открытость, творчество и сказать, что только совместными усилиями всего коллектива организации образования в сотрудничестве с родителями можно создать благоприятную среду для развития ребенка.

V. Раздаточный материал

Приложение 5.3

Для ролевой игры

Агрессор	Сотрудники школы
Жертва	Наблюдатель
	АК

Приложение 5.4

Анкета для выходного тестирования

Просим вас ответить на несколько вопросов. Прежде чем ответить, внимательно прочитайте все варианты ответов и обведите правильный.

ФИО:_____дата заполнения_____

1. Что такое «буллинг»?

А. Дискриминация, травля, подразумевает запугивание или же своеобразный физический или психологический террор одних людей по отношению к другим с целью подчинения их себе на почве страха, преднамеренно вызванного преследователями у их жертв.

Б. Регулярный (физический и / или психологический террор в отношении человека.

В. Притеснение, травля, дискриминация, подчинение другого человека себе.

Г. Все ответы верны.

2. Что из перечисленного не является буллингом?

А. Физическое насилие.

Б. Шантаж.

В. Нежелание быть другом.

Г. Распространение ложной информации.

Д. Обидные шутки, бойкот, публичное игнорирование.

Е. Кибербуллинг.

Ж. Угрозы.

3. Какие из перечисленных пунктов не относятся к последствиям буллинга?

А. Депрессия, повышенная тревожность.

Б. Повышение самооценки и налаживание дружеских отношений.

В. Снижение успеваемости в школе, прогулы, отказы учиться

Г. Острое или посттравматическое стрессовое расстройство, нарушения сна, ночные кошмары.

Приложение 6

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1–4, 5–9, 10–11 КЛАССОВ

Введение

Представленные занятия для родителей учащихся 1–4, 5–8 и 10–11 классов направлены на профилактику буллинга и кибербуллинга в школьной среде. Эти встречи носят неформальный, но при этом глубоко содержательный характер, вовлекая родителей в обсуждение острых социальных проблем, с которыми сталкиваются дети как в реальной, так и в виртуальной жизни.

Основная цель занятий *– повышение осведомленности родителей о природе школьной травли, причинах и формах буллинга, а также обучение эффективным способам реагирования и предотвращения подобных ситуаций.*

Занятия строятся на интерактивных методах работы: мозговые штурмы, упражнения «Вопрос-ответ», анализ видеоматериалов и ситуационные задания в группах. Родителям предлагается рассмотреть реальные жизненные случаи, вжиться в роли жертвы, агрессора и свидетеля, определить свои действия и выработать рекомендации. Также им предоставляются памятки, чек-листы и советы по обеспечению безопасности детей в интернете и офлайн-среде. Занятие по кибербуллингу для старших классов отдельно акцентирует внимание на цифровой безопасности, формировании культуры общения в сети, умению различать угрозы и выстраивать грамотное онлайн-поведение.

Эти встречи дают родителям не только знания, но и практические инструменты, которые можно применять сразу после занятия: как поговорить с ребенком, на какие сигналы тревоги обратить внимание, куда обращаться за помощью. Последствия такой работы могут быть крайне позитивными: укрепление эмоционального контакта между родителем и ребенком, повышение уверенности подростков в родительской поддержке, а главное – снижение уровня насилия в школьной среде. Регулярное проведение подобных мероприятий – это шаг к созданию более безопасного и здорового пространства для развития детей.

Занятие для родителей
обучающихся 1–4 классов
Что вы знаете про буллинг вашего ребенка?
Ваш ребенок – жертва буллинга или участник?

Цель: формирование у родителей понимания, как важно создать здоровую, доброжелательную среду дома и в школе.

Задачи:

- определить необходимость создания и поддержания безопасного окружения детей;
- расширить представления о предпосылках различных проявлений агрессивного поведения детей;
- утвердить значимость родительского внимания в ситуациях проявления физического и другого насилия в детском коллективе.

Ожидаемые результаты:

формирование ресурсов семьи и администрации школы для профилактики и предупреждения насилия в детском коллективе;
углубление понимания разностороннего характера причин буллинга у детей;
эффективное взаимодействие школы и родителей по защите интересов детей и обеспечению их безопасности.

Национальные ценности и качества личности: уважение к людям, благоразумие, позитивная воля, самоуправление, ответственность, креативность, честность, решительность.

Оборудование: мультимедийное оборудование, презентация.

Ресурсы: листы бумаги А4, ручки, ножницы, фломастеры.

Форма проведения: практическое занятие.

План

Вводная часть

1. Виды агрессивного поведения у детей. Кейсы. Групповое обсуждение
2. Кто участвует в буллинге?
3. Способы разрешения конфликтов в семье. Упражнение «Я – сообщение»
4. Отдых и досуговое поведение ребенка. Гаджеты и угроза кибербуллинга
5. Что делать, если буллинг произошел? Алгоритм действий. Упражнение «Выбери правильный ответ»
6. Типология детей и их роли в ситуации буллинга. Присмотритесь к своему ребенку

Заключительная часть

Продолжительность занятия – 1 ч.

Хронометраж	**Ход занятия**	Ресурсы
3 мин.	Вводная часть Дорогие родители, с помощью этого занятия мы хотели бы раскрыть тему агрессии и насилия среди маленьких детей. Что такое насилие? Как оно возникает? Что мы, родители, можем сделать, чтобы уберечь наших детей от конфликтов? Сегодня мы рассмотрим несколько способов, которыми родители и педагоги могут работать вместе для достижения этой цели. Агрессия – это не врожденная черта, а одна из форм поведения. Агрессивное поведение может возникать у детей в определенных ситуациях или появляться поэтапно. Это не всегда должно вызывать беспокойство. Но следует насторожиться, когда агрессивные проявления выходят из-под контроля, или преобладающий агрессивный тон становится обычным явлением для детей. Это не всегда должно быть физическое насилие. Фактически это самая редкая форма насилия в школах. Травля – это болезнь всего коллектива, той среды, которая допускает агрессию из-за отсутствия ценностей бесконфликтного общения, уважения к личности, умения договариваться и реализовывать свои потребности экологично. Даже если из класса удалить агрессора или жертву, он не станет здоровым.	
10 мин.	Буллинг – это крайне опасное явление для психики ребенка. Постоянные издевательства, насмешки, унижения и запугивания, характерные для буллинга, могут привести к снижению самооценки, чувства безопасности и уверенности в себе у пострадавшего. Травля вызывает длительный стресс, а вместе с ним тревогу, депрессию, социальную изоляцию, а также снижение успеваемости в школе. Иногда буллинг может привести к развитию психических расстройств и даже к суицидальным мыслям.	

Параметр	Конфликт	Буллинг
Продолжитель-ность	Разовый или кратко-срочный	Продолжительный
Наличие цели	Есть. Отстоять интере-сы, получить желаемое, защитить слабого	Нет. Агрессору важен сам процесс буллин-га
Свидетели	Не всегда	Всегда
Равенство сил жертвы и агрессора	Почти равны	Неравны. Агрессоров всегда больше

	А теперь давайте разберем разницу на конкретных примерах. Обсудим три ситуации, которые похожи на буллинг. Все они опасные и неприятные, но не каждая из них травля. Обсуждение кейсов. Разделите группу на три команды. Раздайте каждой команде по кейсу. Время на обсуж-дение 5 мин. По истечении времени представитель ка-ждой команды озвучивает ее мнение. Кейс 1. Арман взял у Даурена без спроса тетрадь, чтобы списать домашнюю работу. Даурен возмутился и обо-звал Армана. Завязалась драка, в результате которой оба ушли домой с синяками и ссадинами. Весь следую-щий день мальчики обижались друг на друга и не раз-говаривали. А еще через день помирились и стали об-щаться, как раньше. Кейс 2. Старшеклассник Канат отобрал у второклассни-ка Дидара деньги. Он поджидал Дидара за школьными воротами вне досягаемости видеокамер, оттеснил его в кусты и потребовал деньги, угрожая расправой. Второ-классник побоялся рассказать о нападении родителям и соврал, что потерял деньги. Больше Канат и Дидар не виделись.	

	Кейс 3. Карине не нравится одноклассница Магира. Чтобы унизить ее, она создает публичный телеграм-канал, где вместе с одноклассниками критикует внешность, поведение, увлечения и семью Магиры. И повторяет то же самое вслух, когда Магира рядом. Кроме того, одноклассники прячут одежду Магиры в раздевалке спортзала и переворачивают ее тарелку с обедом в столовой. Все это длится уже пять месяцев. В итоге Магира отказывается ходить в школу... Ответы Кейс 1. Разовая драка. Ситуация в данном примере не буллинг, потому что у конфликта была конкретная причина, и он быстро закончился. В конфликте силы равны. Даже если одна сторона чувствует, что вторая в чем-то сильнее, то сохраняет возможность найти поддержку и защитить свои интересы. Если же один ребенок не может дать отпор второму (или целому классу), то мы имеем дело с травлей. Кейс 2. Эпизодическое нападение. Эту ситуацию тоже нельзя назвать буллингом, потому что здесь нет системности. Канат отобрал деньги в одиночку, однократно и тайком. И еще важно, что у старшеклассника была конкретная цель – отнять деньги. А для буллера важна не цель, а процесс. Кейс 3. Заговор против одноклассницы. А эта ситуация – самый настоящий буллинг, потому что длится системно и уже несколько месяцев. И у обидчиков нет материальных целей: они получают удовольствие от процесса.	
5 мин.	Кто участвует в буллинге? Информационный блок В буллинге несколько сторон, а именно три типа участников. Агрессор. Это инициатор травли. Его еще называют буллером, зачинщиком. В эту же категорию попадают последователи – те самые «друзья», которые подхватывают идеи буллера и активно участвуют в травле. Как только взрослым становится известно о буллинге, обычно наказывают именно агрессора. Однако этому ребенку тоже нужна помощь. Агрессор уязвим и без посторонней помощи выйти из ситуации не может. Травля для него – способ удовлетворить потребность во власти, признании и безопасности.	

	Жертва. Это ребенок, которого травят агрессор и его последователи. Не стоит думать, что жертва чем-то виновата в травле: выделяется внешне, не дает отпор. Это не так. Жертвой может стать любой ребенок, и его личностные особенности на это никак не влияют. Кто становится жертвой, подробно обсудим дальше. Наблюдатели. Эти участники буллинга не вмешиваются, но смотрят на издевательства. Несмотря на безучастие, им тоже не удается остаться в стороне. Атмосфера в классе отравляет наблюдателей. Некоторые переживают, что не могут помочь жертве. Другие боятся, что и над ними будут издеваться. На самом деле наблюдатели – большая сила. Буллинг происходит с их молчаливого согласия. Если они перестанут молчать, коллективно встанут на сторону жертвы, то буллинг прекратится. По сути, буллинг – это не проблема агрессора и жертвы, не их конфликт. Буллинг – проблема коллектива, который молча наблюдает издевательства. Если что-то происходит регулярно, изо дня в день, то становится нормой. На самом деле причина возникновения буллинга – некорректно сформированные ценности всего коллектива. Если в классе будет один ребенок или группа детей, которые открыто вступятся за жертву, то травли не будет. Буллинг всегда асимметричен и неравновесен. На одной стороне находится агрессор, у которого ярко выраженная сила, власть и поддержка. На другой – жертва, только без этих преимуществ. Для уравновешивания ситуации жертве нужна поддержка, которую она не получает. Не всегда, но часто жертву отличают высокая чувствительность, низкая самооценка, тревожность и застенчивость или, наоборот, импульсивность.	
10 мин	Способы разрешения конфликтов в семье Конфликты в семье – естественный процесс, но их разрешение может носить словесный или физический характер. Проявление гнева между родителями непременно отражается в поведении детей. Это важный повод для взрослых держать себя в руках, потому что это нужно детям. Мирное решение семейных споров – это также возможность наблюдать, как их родители справляются с негативными эмоциями.	

10 мин	Упражнение «Я – сообщение» «Я – сообщение» – это способ коммуникации, при котором человек выражает свои чувства, мысли и потребности, используя формулировку, начинающуюся со слова «Я». Этот метод разработан для более эффективного и конструктивного общения, особенно в ситуациях, когда важно избегать обвинений, оскорблений или обид. Вместо того чтобы использовать «ты» или «он» в обвинительной форме, выражая свои чувства и потребности, связанные с действиями другого человека, «Я – сообщение» ставит акцент на личных ощущениях и реакциях. Это позволяет собеседникам лучше понимать точку зрения друг друга и уменьшает вероятность конфликта. Пример «Я – сообщения»: «Я чувствую себя неуютно, когда в комнате не прибрано, потому что мне важен порядок». Разделите участников на пары. Каждый из партнеров должен по очереди перефразировать текст в «Я – сообщение». 1. «Ты плохо подготовился к урокам!» 2. «Ты слишком много времени сидишь за компьютером!» 3. «Ты опять не надел шапку?!» 4. «Почему никто не помыл посуду после обеда?!» 5. «Уберись в комнате немедленно!» 6. «Почему уроки до сих пор не сделаны? Я заберу телефон!» 7. «Если оценки за четверть будут плохие, на новый телефон не надейся!» 8. «Ты снова потерял шапку? Как мне это надоело!» 9. «Что у тебя в портфеле? Когда ты наведешь порядок?» После завершения проведите обсуждение. Вопросы • Какие чувства были выражены? • Какие были потребности, выраженные с помощью «Я – сообщений»? • Как изменение подхода повлияло на восприятие ситуации? Примечание. Важно подчеркнуть, что использование «Я – сообщений» не исключает ответственности за свои действия, но помогает выражать чувства и потребности более конструктивным образом. Упражнение способствует развитию эмоционального интеллекта и созданию более поддерживающей обстановки в семье.	
5 мин.	Досуговое поведение. Телевизор, компьютерные игры и кибербуллинг. Информационный блок Многие дети проводят большую часть своего времени перед телевизором и играми на компьютере и смартфоне. У большинства младших школьников уже есть собственный смартфон, телевизор и компьютер или игровая консоль в комнате. Игры не следует демонизировать по всем направлениям. В большинстве своем они предлагают новый фэнтези мир для детей, много информации и идей, развивают мыслительные способности, дают возможность погружаться в разные реальности.	

	Однако исследования показывают, что демонстрация насилия способствует готовности применять насилие. Вы как родители должны контролировать использование социальных сетей и средств массовой информации своими детьми. Не забывайте об этой важной ответственности родителя.	
10 мин.	**Как понять, что ребенок подвергается буллингу?** Родители не всегда знают, что ребенка в школе травят, потому что дети могут стыдиться своего униженного положения, беречь родительские чувства или просто отчаялись получить поддержку. Даже если ребенок молчит и ничего не рассказывает, важно к нему присмотреться. Косвенные признаки буллинга 1. Следы насилия: синяки, царапины, испорченные вещи, потерянные деньги. 2. Дети зовут ребенка по прозвищу, а не по имени. 3. Ребенок избегает коллективных мероприятий. 4. Школьник не общается со сверстниками, держится ближе к взрослым. 5. Ребенок ищет повод не ходить в школу. 6. Снижение успеваемости. 7. Плохой аппетит, нарушение сна, головная боль и другие признаки стресса.Если вы заметили только один из этих признаков, рано делать вывод, что ребенка травят. При буллинге все эти признаки проявляются в комплексе. В любом случае важно спокойно вывести ребенка на разговор. Можно поговорить с родителями одноклассников. Возможно, кто-то даст вам полезную информацию. Чего нельзя делать, когда ваш ребенок подвергается буллингу? **Упражнение «Выбери верный ответ!»** Все участники голосуют за ответы. Ведущий разбирает ответы по мере набора голосов. Если вы считаете, что ваш ребенок подвергается буллингу, надо: 1. Подождать, когда ребенок сам решит проблему. 2. Разобраться с ребенком, как он допустил такое. 3. Подготовить ребенка, как дать сдачи агрессорам. 4. Разобраться с детьми, которые обидели вашего ребенка. 5. Написать жалобу на администрацию школы. 6. Пойти в школу и разобраться в ситуации. 7. Связаться с родителями детей, которые обижают вашего ребенка. 8. Поменять школу.	

Теперь обсудим наиболее распространенные ошибки родителей, которые не решают, а только усугубляют проблему буллинга.

Пустить проблему на самотек. Это самая наивная реакция. Не надо думать, что проблема решится сама по себе. Агрессор без помощи специалиста не остановится. Наблюдатели уже привыкли к происходящему и решили, что так и должно быть. А жертва находится в подавленном стрессовом состоянии и не может противостоять толпе.

Осуждать ребенка. Это самое болезненное, что можно сделать. Если еще и родители будут осуждать ребенка, ему будет тяжелее вдвойне.

Условно, если ребенка травят за синие волосы, а вы уговаривали его отказаться от этой затеи, необходимо воздержаться от фраз в стиле: «А мы тебе говорили, предупреждали, что так и будет». Человек имеет право отличаться от других – этим он и прекрасен. А вот терпеть насмешки и издевательства не должен.

Советовать «дать сдачи». Это не поможет, потому что не затрагивает глубинную суть проблемы и может вывести конфликт на уровень физической агрессии.

Пойти «разбираться» с детьми. Почти наверняка дети не станут вас слушать. А оскорблять и бить детей нельзя – это уголовно наказуемо. И главное – такое повышенное внимание взрослых не решит проблему, а только раззадорит обидчиков.

Переусердствовать с обвинениями школы. Это тоже неконструктивно. Если набрасываться с обвинениями, педагоги встанут в позицию защищающихся. И это не поможет партнерству. Рациональнее и эффективнее – разговаривать с учителями на равных.

Первая помощь жертве буллинга в школе

- Заверяем ребенка, что понимаем его чувства: каждый может стать жертвой, и никто этого не заслуживает.
- Говорим, что готовы выслушать и безоговорочно поддержать.
- Напоминаем, что в любой ситуации мы на стороне ребенка.
- Спрашиваем, что произошло, не прерываем рассказ (даже если мы в шоке и горим желанием прямо сейчас наказать виновных). Просто слушаем.
- Сопереживаем эмоциям, даем ребенку почувствовать, что понимаем, насколько это неприятно.

Благодарим за то, что ребенок поделился своей историей. Объясняем, как важно делиться опытом со взрослыми, которым доверяешь. Именно это помогает решить проблему и найти поддержку.

	Позитивный план Шаг 1. Разговариваем с ребенком. Выясняем обстоятельства произошедшего и поддерживаем. Шаг 2. Говорим с классным руководителем и школьным психологом. Задача – найти союзника в лице школы. Но при этом твердо квалифицируем происходящее как буллинг. Шаг 3. Вырабатываем план действий с педагогом и психологом. Проявляем настойчивость. Возможно, школе невыгодно признавать произошедшее буллингом. Шаг 4. Следим за реализацией запланированного. Регулярно приходим в школу, встречаемся с психологом и классным руководителем.	
5 мин	Типология детей и их роли в ситуации буллинга. Присмотритесь к своему ребенку Сильная самооценка против насилия. Сильные дети часто могут разрешать конфликты без насилия. И под «сильными» мы подразумеваем не мышцы, а сильную личность. Дети, которые с раннего возраста чувствуют, что их в семье принимают и любят, успешно развивают устойчивую самооценку. Ребенок с сильной самооценкой выдерживает иногда несправедливость без ответного удара. Его нелегко запугать. Жертва. Ребенок, которого избивают или унижают, чувствует себя маленьким и неполноценным. Самооценка детей также страдает, когда родители призывают их к дисциплине при каждом удобном случае, не упускают возможности упрекнуть, что только из-за них допустили ошибку или что-то пошло не так. Чем чаще вы нарушаете границы ребенка, тем глубже он травмируется. Поэтому на родителях лежит большая ответственность. Взрослые тоже проходят процесс обучения на разных этапах своего родительства. Если у ребенка есть негативный опыт семьи, то он может продолжаться и углубляться в школе. Так же, как положительный опыт может укрепить самооценку «слабого» ребенка в детском саду и школе.	

2 мин.	Заключительная часть Как родители могут поддержать детей? • Обратите внимание на некоторые моменты, которые говорят о необходимости помочь. • Если у вас сложилось впечатление, что ваш ребенок нестабилен. • Если вы считаете, что ваша точка зрения несомненно верная, понаблюдайте за своим поведением. • Старайтесь всегда быть рядом с ребенком. • Принимайте его с уважением. • Слушайте своего ребенка и обязательно находите время для разговоров и игр. • Пытайтесь демонстрировать свою радость по поводу его успехов и позитивного поведения даже в суете повседневной жизни.	

Занятие для родителей обучающихся 5–9 классов
Буллинг: признать, выявить, остановить

Цель: формирование представлений родителей о буллинге в подростковой среде и возможностях его предупреждения.

Задачи:

- раскрыть значимость миссии родителя в организации профилактики буллинга;
- формировать активную педагогическую позицию родителей;
- оказать практическую методическую помощь родителям в случаях возникновения фактов буллинга в детской среде.

Ожидаемые результаты:
родители овладеют практическими методами предотвращения буллинга;
укрепится благоприятный климат в семье по поддержке детей;
расширятся представления родителей о проблеме буллинга в школе.

Национальные ценности и качества личности: благоразумие, уважение, истина, открытость, единство.

План

1. Актуальность проблемы буллинга среди подростков
2. Просмотр фрагмента художественного фильма с последующим обсуждением.
3.Упражнение «Ассоциации»
4. Мозговой штурм «Проблемы, которые нас волнуют»
5. Информационный блок
6. Групповая работа с карточками
7. Упражнение «Вопрос-ответ»
8. Подведение итогов
9. Заключение. Рефлексия

Методы: создание проблемных ситуаций, использование аудио-, видеосопровождения, интерактивных методов обучения.

Оборудование*:* интерактивная доска, карточки (по Д. Олвеусу), маркеры, рефлексивный лист (Приложение 1), QR-коды.

Хро-но-ме-траж	Содержание	Ресурсы
60 мин	**Актуальность проблемы буллинга среди подростков** Педагог: Добрый день, уважаемые родители! Мы рады приветствовать вас на занятии по профилактике буллинга. На нашем занятии мы познакомимся с понятиями буллинг, кибербуллинг, основными их характеристиками, постараемся найти ответы на вопросы: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок подвергся буллингу / кибербуллингу? Что делать, чтобы таких ситуаций не возникало?» Одной из актуальных проблем последнего времени является рост числа актов насилия, совершаемых несовершеннолетними. В современном образовании, как отмечают эксперты, все чаще наблюдается жестокость во взаимоотношениях детей, унижения и насмешки, которые становятся причиной личностных деструкций, депрессивных состояний.	Пример буллинга из фильма «Чучело» (поиск в Google) https://rus.azattyq.org/a/32609666.html
	Просмотр фрагмента художественного фильма с последующим обсуждением Предлагается посмотреть фрагмент фильма «Чучело» (1983 г.) режиссера Ролана Быкова. Героиня фильма – шестиклассница Лена Бессольцева – в данном фрагменте передает все чувства, которые может испытать ребенок, попавший в ситуацию буллинга: боль, одиночество, страх поделиться проблемой со взрослыми, чувство безысходности и беззащитности. Родители обсуждают фрагмент фильма: находят жертву, агрессора и свидетелей, анализируют их поступки, последствия и определяют проблему занятия.	
	Информационный блок Слайд. Согласно статистическим данным, в современных казахстанских школах: · более 17% детей время от времени подвергаются буллингу; · 6,8 % опрошенных подростков два-три раза в месяц испытывают травлю и запугивание со стороны окружающих; · 14,1 % детей в возрасте 11–15 лет признались, что сами участвовали в буллинге по отношению к сверстникам; · и только 2% детей, подверженных травле, рассказывали о случившимся своим родителям. · показатели участия в буллинге среди мальчиков выше, чем среди девочек.	

	В мае 2022 г. Касым-Жомарт Токаев подписал Закон о защите прав ребенка. Проект, преподнесенный депутатами как законодательные меры по защите несовершеннолетних от травли, позволяет властям обязать владельцев социальных сетей и мессенджеров удалять противоправный контент с признаками травли, буллинга ребенка.	
	Упражнение «Ассоциации» Педагог: Какие у вас возникают ассоциации со словами буллинг, кибербуллинг? (Родители высказываются по желанию.)	
	Мозговой штурм «Проблемы, которые нас волнуют» Цель: определение круга рабочих ситуаций, актуализация вопросов, которые участникам хотелось бы проработать на занятии. Родители делятся на группы. Каждой группе необходимо определить круг проблем касательно буллинга, которые могут возникать у подростков. По окончании работы происходит обсуждение и анализ получившихся результатов. Педагог раскрывает основу содержания темы.	
	Информационный блок Слайд. Буллинг (от англ. bullying – «запугивание, физический и / или психологический террор в отношении ребенка со стороны группы одноклассников») – это форма жестокого обращения, когда физически или психически сильный индивид или группа получает удовольствие, причиняя физическую или психологическую боль более слабому в данной ситуации человеку. Слайд. Выделяют следующие виды буллинга.	
	Психологическое (моральное) насилие Вербальный (насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания и необъективные оценки, высмеивание, унижение в присутствии других детей, угрозы физической расправы, шантаж, угроза пожаловаться взрослым, перестать дружить, вымогательство, доносительство, клевета, оскорбления, обзывательства и т. д.). Социальное исключение (бойкот, отторжение, изоляция, отказ от общения с жертвой (с ребенком отказываются играть, заниматься, не хотят с ним сидеть за одной партой). Кибербуллинг – публикация и распространение в интернете оскорбительных текстов, видео и фотографий, угрозы, а также выдача себя за «жертву» в онлайне (подвержены до 30% школьников 12–15 лет).	

	Распространение в последнее время получает троллинг (trolling – «блеснение, ловля рыбы на блесну») – размещение в интернете (на форумах, в дискуссионных группах, блогах и др.) провокационных сообщений с целью вызвать конфликты между участниками, взаимные оскорбления.	
	Физическое насилие – избиение, нанесение ударов, подзатыльники, порча и отнимание вещей, воровство. Педагог: По данным различных источников, наиболее распространен первый вид буллинга. Как показали исследования, в средних классах частота встречаемости случаев буллинга выше, более распространен среди мальчиков, снижается к 14–15 годам, кибербуллинг наиболее распространен среди подростков 13–15 лет, в большей степени характерен для девочек.	
	Групповая работа с карточками Участники делятся на 3 группы (агрессор, жертва, свидетели). Им раздаются карточки (таблица Д. Ольвеуса). Педагог предлагает родителям заполнить недостающие графы. Педагог: Существует несколько различных вариаций наименований участников буллинга. Одна из них предложена Д. Ольвеусом и считается эталонной с точки зрения обхвата всех действующих лиц: 1) агрессор и все его последователи; 2) жертва; 3) свидетели (защитники и наблюдатели).	
	АГРЕССОР Кто они? Последователи агрессора – лица, активно поддерживающие травлю, участвующие в ней, но не являющиеся инициаторами. Пассивные агрессоры – лица, поддерживающие травлю, но не участвующие и не инициирующие ее начало. Что делают? Родители заполняют.	Ответ: имеют сильную потребность в доминировании и подчинении других; импульсивны; демонстрируют неподчинение и агрессию в отношении взрослых, учителей и родителей; не испытывают сочувствия к жертвам; физически более сильные.

	СВИДЕТЕЛИ Кто они? Родители заполняют. Что делают? · не предпринимают действий по прекращению травли; · проявляют безразличное отношение к травле; · предпринимают меры по ее прекращению или помощи жертве.	Ответ: потенциальные защитники – лица, не одобряющие насилие; наблюдатели – лица, не участвующие в буллинге; защитники – лица, проявляющие негативное отношение к буллингу.
	ЖЕРТВА Кто она? Это ребенок: · с нетривиальным мышлением (так называемые «белые вороны»); · с девиантным поведением, низкой успеваемостью; · из семьи с низким заработком или социальным статусом; · из семьи с высоким заработком и материально обеспеченной.	Ответ: · осторожный, застенчивый, замкнутый; · тревожные, неуверенные в себе, с низкой самооценкой; · более подвержены депрессиям, чем сверстники; · не имеют близких друзей Родители выбирают правильные ответы.
	Почему он становится жертвой? Родители заполняют.	

	Упражнение «Вопрос-ответ» Педагог: Почему дети не обращаются за помощью? Как вы думаете? Если вы согласны, хлопаете, не согласны – топаете. Вопросы 1. Хочет справиться с этим самостоятельно. (Правильно) 2. Хочет быть авторитетом. (Неправильно) 3. Дети могут бояться реакции от обидчика. (Правильно) 4. Хочет установить доверительные отношения с буллером. (Неправильно) 5. Опасается, что накажут за слабость. (Правильно) 6. Чувствуют, что никто о них не заботится. (Правильно) 7. Дети могут опасаться, что сверстники их отвергнут. (Правильно) Педагог: Как понять, что ребенок стал жертвой буллинга? Определите симптомы. Если вы согласны, хлопаете, не согласны – топаете. Ваш ребенок: • неохотно идет в школу и рад любой возможности не ходить туда; (Правильно) • возвращается из школы радостным; (Неправильно) • часто плачет без очевидных причин; (Правильно) • всегда говорит о своих одноклассниках; (Неправильно) • очень мало говорит о своей школьной жизни; (Правильно) • одинок, его никто не приглашает в гости, на дни рождения, и он никого не хочет позвать к себе. (Правильно) Педагог: Каковы возможные последствия для жертвы? Социальная изоляция, ассоциальное поведение, тревожные расстройства, психосоматика, ПТСР, риск суицида. Работа в группах. Упражнение «Красный-желтый-зеленый» Родители выбирают карточки красного, желтого, зеленого цвета и по цветам делятся на группы. Если у участника красная карточка, то он попадает в группу «Жертва». Если у участника желтая карточка, он попадает в группу «Агрессор». Если у участника зеленая карточка, он попадает в группу «Свидетели». Сейчас мы с вами поработаем в группе и постараемся найти ответы на следующие вопросы. Группа «Жертва». Задание. В ходе групповой дискуссии постарайтесь найти ответ на вопрос: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок – жертва?» Разработайте рекомендации.	
	Группа «Агрессор». Задание. В ходе групповой дискуссии постарайтесь найти ответ на вопрос: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок – буллер?» Разработайте рекомендации. Группа «Свидетели». Задание. В ходе групповой дискуссии постарайтесь найти ответ на вопрос: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок стал свидетелем буллинга?» Разработайте рекомендации.	

	После обсуждения представители каждой группы высказываются по данному вопросу и презентуют рекомендации. Педагог подводит обсуждение родителей к конкретным рекомендациям и предлагает Советы психолога	

Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок подвергся буллингу (жертва)?

- Попытаться понять истинную причину травли: внешность ребёнка, особенности его поведения. Убедиться, что ваш ребёнок действительно стал жертвой школьного буллинга;
- Сообщите о ситуации классному руководителю, школьному психологу. Сообща найти пути выхода из сложившийся ситуации;
- Если ребёнок пережил насилие, напуган и потрясён случившимся, оставьте его на один день дома, не водите в школу. При сильно пережитом стрессе попытаться перевести ребёнка в другой класс или даже в другую школу;
- Ни в коем случае не игнорировать случившееся с ребёнком и не пускать всё на самотёк. Успокоить и поддержать ребенка словами: «Хорошо, что ты мне сказал. Ты правильно сделал»; «Я тебе верю»; «Ты в этом не виноват»; «Ты не один попал в такую ситуацию, это случается и с другими детьми; «Мне жаль, что с тобой это случилось». «Я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность»;
- Разговаривайте с ребёнком, обсуждайте ситуацию в спокойном и деловом тоне. Выражайте сочувствие без оценок и комментариев. Дайте понять, что это всего лишь одна из проблем, для которой необходимо найти решение;
- Расскажите о своём успешном опыте в решении подобных ситуаций, о случаях, когда другим детям удалось не обижаться и не злиться сильно;
- Сообщите о ситуации классному руководителю, школьному психологу. Выступайте на ближайшем родительском собрании: старайтесь не обвинять, а призывать родителей объединить усилия для того, чтобы травля не стала традицией в классе;
- Не спешите с требованиями «не будь слюнтяем», «дай сдачи». Многие дети не могут преодолеть страх и к тому же боятся вызвать неудовольствие папы, а потому перестают жаловаться и остаются со своей бедой один на один;
- Зная причины и последствия буллинга, уважаемые родители, примите правильное решение и все необходимые меры, чтобы ваш ребёнок был полноценной личностью нашего общества.

«Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок буллер (агрессор)?»

Если вы узнаете о том, что ваш ребенок — обижает и травит других, то первым вашим импульсом будет строго наказать его. Скорее всего, это будет просто разовая мера и не только не решит ситуацию, но еще и усугубит ее. Если ваш ребенок обижает других, то вам необходимо: остановить ребенка-обидчика, создать обстановку, в которой он пересмотрит свое поведение. Наказание не исправят плохого поведения, зато уничтожат доверие между ребенком и взрослым. Вам нужно попытаться заменить желание ребенка причинять вред другим желанием быть добрым к другим.

Как этого добиться?

- Позвольте ребенку увидеть то, что он сделал неправильно, и помогите найти способы исправить это.
- Сфокусируйтесь на том, что привело ребенка к такому поведению, помогите ему понять, что беря на себя ответственность за свои действия, он восстанавливает собственную целостность и самоуважение.
- Постарайтесь не дать возобладать над вами чувству стыда за то, что делает ваш ребенок.
- Говорите с ребенком о его действиях, задавайте такие же открытые, честные вопросы, которые вы задавали бы, если бы он был жертвой буллинга.
- Так вы преодолеете его защитную реакцию и поймете истинную его мотивацию, вы сохраните контакт с ребенком и поможете ему самому разобраться в себе.
- Помните, что к такому поведению ребенка приводит внутренний дискомфорт, какая-то боль. Когда мы позитивно воспринимаем себя, нам не нужно никого обижать. И помните — это поведение плохое, а не ребенок. Говорите ему, что вы знаете, что он хороший, и такое поведение совсем ему не подходит, не свойственно.
- Развивайте эмпатию.

И что сделать, чтобы не допустить ситуаций травли?

- Наладить контакты с учителями и одноклассниками;
- Приглашать одноклассников в гости, особенно тех кому он симпатизирует;
- Повышать самооценку ребёнка; в случаях завышенной самооценки ребёнка объяснять ему, что это не надо показывать окружающим, что у любого человека есть и недостатки и достоинства; помочь ребёнку стать членом классного коллектива, а не просто ходить учиться;
- Создать эмоционально-благоприятную атмосферу в семье, вовлечение ребенка в совместные с родителями дела (досуг, поездки, обсуждение проблем, чувств каждого из членов семьи), восстановить или завести традиции и ритуалы в семье (говорить спокойной ночи перед сном, поцеловать и погладить ребенка, пожелать хорошего дня утром перед школой, отмечать дни рождения, чаще обнимайте и целуйте и т.д.);
- Внимательное отношение к эмоциональному состоянию ребенка;

Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок стал свидетелем буллинга?

- **Обстоятельно поговорите с подростком.** Узнайте подробнее, что и как происходит в классе, попросите в точности описать то, чему он был свидетелем. И, главное, как он относится к действиям агрессора, поведению жертвы, как видит ситуацию в целом, что считает правильным, а с чем в корне не согласен. Отдельно и очень подробно поговорите о том, почему он выбрал роль свидетеля (например, боится гнева «лидера») и почему мог утаивать происходящее от взрослых (не хотел быть «стукачом»). Отнеситесь со всей серьезностью к тому, что подросток может думать: внимательно слушайте, не навязывая свой опыт, и узнайте, как с его точки зрения стоит поступить. В случае наличия заблуждений аргументированно возражайте.
- **Старайтесь делать упор не на том, кто виноват, а что делать.** Определите, каким свидетелем ваш ребенок является — поддерживающим, наблюдателем или сочувствующим, и объясните, почему это проблема не конкретных людей, а всего коллектива.Нельзя обвинять подростка в молчании или поддержке агрессии — так он почувствует осуждение и отчуждение. Лучше сосредоточьтесь на совместной выработке стратегии. Основное внимание уделяйте мыслям ребенка. Разделите ответственность: подумайте, что способен сделать подросток, а что лучше доверить взрослым — вам или педагогам. В случае возникновения у подростка сомнений и опасений разберите их вместе, развернуто представив последствия тех или иных шагов.
- **Обязательно сообщите подростку о своих намерениях.** Если подросток доверился и рассказал о фактах буллинга в классе, объясните, почему вы должны будете поговорить с учителем или администрацией, достигните соглашения по этому поводу. Без их помощи проблему практически невозможно решить. В противном случае (без предупреждения) такой шаг может быть расценен как предательство с вашей стороны. Также убедите дочь или сына в том, что рассказанное не будет известно одноклассникам: информация только для работников школы.
- **Поддержите решение подростка стать «защитником».** Так в буллинг-структуре называют детей, выступающих против травли: либо они вступают в противостояние с буллером, открыто становясь на сторону жертвы, либо стараются прекратить сами издевательства (например, обратившись к учителю), либо успокаивают подвергшегося травле, дружат с ним. Согласно данным, если в самые первые моменты травли вмешивается защитник, то она способна тут же завершиться. Поэтому, чувствуя готовность своего ребенка защищать, уверьте его в однозначной пользе такой роли и обсудите, что конкретно он может делать.

	Подведение итогов Педагог: Уважаемые родители, уделяйте внимание подростку как можно чаще: берите за руку, обнимайте, гладьте по голове. Говорите, что вы его любите. Ребенок будет чувствовать себя любимым. Некоторые дети, столкнувшись с проблемой буллинга, испытывают настолько выраженные муки и страдания, что практически утрачивают все свои навыки и начинают себя ненавидеть. Такие дети нуждаются в тщательно продуманном терапевтическом вмешательстве. Программа вмешательства мо¬жет включать поддержку в стенах школы или направление в какую-либо внешнюю службу поддержки. Так, например, возможны контакты с социальной службой, судебными органами или службой телефона доверия для детей «Служба поддержки 111».	
	Заключение. Рефлексия Педагог: Уважаемые родители, мы с вами рассмотрели вопросы, связанные с буллингом в школе и способами помощи детям, оказавшимся в такой ситуации. Предлагаю дать обратную связь. Рефлексия Участники дают обратную связь, высказываются по кругу: что было полезным, мое настроение в конце занятия... Заполняются рефлексивные листы (*Приложение 1*). Надеемся, что посещение данного занятия было для вас интересным и полезным! Всего вам доброго!	

	Приложение 1 **Рефлексивный лист** Мое настроение 1 2 3 4 5 Информация интересная 1 2 3 4 5 Информация полезная 1 2 3 4 5 Что, на ваш взгляд, было наиболее удачным и в чем? _____ Какие вопросы вы бы хотели рассмотреть на последующих занятиях? _____	

Занятие для родителей обучающихся 10–11 классов
Профилактика кибербуллинга:
формирование безопасного поведения детей
в киберпространстве

Цель: ознакомление родителей с рисками и последствиями кибербуллинга, оказание практической помощи по его предотвращению в подростковой среде.

Задачи:

- раскрыть значимость миссии родителей в организации профилактики кибербуллинга;
- научить умениям и навыкам по предотвращению фактов кибербуллинга детей;
- оказать практическую методическую помощь родителям в случаях возникновения фактов травли детей в социальных сетях.

Ожидаемые результаты:

повышается уровень знаний родителей об актуальности проблемы кибербуллинга и его последствиях в жизни детей;

родители овладевают методами диагностики выявления фактов травли детей, способами оказания им психологической поддержки;

устраняется синдром депрессии и негативного эмоционального состояния детей, попавших в ситуации кибербуллинга.

Национальные ценности и качества личности: благоразумие, уважение к людям, истина, открытость, единство, взаимопонимание.

План

I. Мозговой штурм. Актуальность проблемы кибербуллинга среди подростков
II. Упражнение «Вопрос-ответ»
III. Информационный блок
IV. Ситуационные вопросы. Практическая часть. Упражнение в группах
V. Чек-лист «Как помочь ребенку справиться с кибербуллингом в соцсетях?»
VI. Задание «Кодекс виртуальной безопасности»
VII. Просмотр видеоролика «Правила защиты от кибербуллинга»
VIII. Чек-лист «Советы родителям для обеспечения безопасности детей»
IX. Подведение итогов
X. Заключение. Рефлексия

Оборудование: интерактивная доска, чек-лист, карточки, листы А4, маркеры, памятки, QR-коды, Padlet.

Хронометраж	Содержание	Ресурсы
	Педагог: Добрый день, уважаемые родители! Мы рады приветствовать вас на занятии по профилактике кибербуллинга. I. Мозговой штурм. Актуальность проблемы кибербуллинга среди подростков В процессе мозгового штурма родителям предлагается назвать как можно больше слов / выражений, которые ассоциируются у них с понятием кибербуллинг. Ответы записываются на доске или флипчарте. Информационный блок Родителям дается краткая информация по кибербуллингу, приводится небольшая статистика о распространенности этого явления в нашей стране. • Более 17% детей в Казахстане подвергаются буллингу / кибербуллингу. • 6,8% опрошенных подростков два-три раза в месяц испытывают травлю и запугивание со стороны окружающих. • 14,1% детей и подростков в возрасте 11–17 лет признались, что сами участвовали в кибербуллинге по отношению к сверстникам. • 46% подростков стали свидетелями агрессивного онлайн-поведения. • 46% получали агрессивные сообщения. • 48% подростков в возрасте 14–17 лет становились жертвами груминга (от английского «уход», «ухаживание» – долговременное установление взрослым близких, доверительных отношений с ребенком с целью завоевания доверия и последующего совращения). • 81% людей в возрасте 18–34 лет подвергались травле. • 54% подростков, особенно девочек, страдают от оскорблений в интернете. • 90% детей идут на встречу с незнакомцем из сети с большим удовольствием, чем с одноклассниками. Законом от 3 мая 2022 г. «О внесении изменений и дополнений в некоторые законодательные акты по вопросам защиты прав ребенка, образования, информации и информатизации» в Законы «О правах ребенка в Республике Казахстан» и «Об образовании» введены понятия травля (буллинг), кибербуллинг. Уполномоченным органом по разработке и утверждению Правил по профилактике травли (буллинга) ребенка является Министерство просвещения.	
	II. Упражнение «Вопрос-ответ» Целеполагание: для активизации познавательного интереса аудитории задаются вопросы, происходит обсуждение ответов. Вопросы ◆ Как вы думаете, насколько распространен кибербуллинг у нас в стране? ◆ Вы или ваш ребенок сталкивались с кибербуллингом? Можете рассказать об этом случае? ◆ Стоит ли обсуждать эту проблему? Почему? ◆ Можно ли как-то обезопасить себя и ребенка от этого явления? Педагог делает вывод: кибербуллинг действительно является опасностью, с которой может столкнуться каждый ребенок. Современным детям необходимо знать правила, как действовать в этой ситуации, чтобы не стать жертвой кибербуллинга. В некоторых случаях хулиганы из соцсетей бывают настоящими мошенниками и крадут вещи, фотографии детей, которые мы разместили на своей странице. Современному школьнику необходимо знать правила, как действовать, чтобы не стать жертвой киберхулиганов.	

	III. Информационный блок Слайд. Кибербуллинг (от английского bull – «бык» с родственными значениями: агрессивно нападать, задирать, провоцировать) – это преднамеренное, систематическое агрессивное поведение со стороны одного человека или группы против жертвы с целью нанесения психологического вреда, который осуществляется через сервисы мгновенных сообщений, в соцсетях, на web-сайтах, через электронную почту, а также посредством мобильной связи. Педагог: Какие основные действия при кибербуллинге? Если вы согласны, хлопаете, не согласны – топаете. • Удары, толкание (неправильно) • Надувательство, выманивание конфиденциальной информации и ее распространение (правильно) • Нападки, постоянные изнурительные атаки (правильно) • Физическое насилие (неправильно) • Клевета (правильно) • Самозванство, перевоплощение в определенное лицо (правильно) • Флейминг: перепалки, разжигание споров, публичные оскорбления, эмоциональный обмен репликами (правильно) • Избиение, принуждение (неправильно) • Отчуждение (правильно) • Киберпреследование (правильно) • Хеппислепинг – сравнительно недавно появившаяся форма кибербуллинга: снятие видеороликов, в которых агрессоры избивают жертву или издеваются над ней, а затем «заливают» ролики в интернет, разумеется, без согласия пострадавшего (правильно) Педагог: Назовите причины возникновения кибербуллинга. Если вы согласны, хлопаете, не согласны – топаете. • Стремление к превосходству (правильно) • Высокий уровень развития эмпатии (неправильно) • Зависть (правильно) • Субъективное чувство полноценности (неправильно) • Развлечение (правильно) • Благополучные семейные взаимоотношения (неправильно) • Месть (правильно)	
	Слайд. Что можно отнести к факторам риска? 1. Недостаточное внимание родителей к активности своих детей 2. Восприятие внутриколлективного климата как негативного 3. Опыт участия в физической травле 4. Отвержение сверстниками Слайд. Какие могут быть последствия для ребенка? Изоляция, страх, беспокойство, чувство бессилия, депрессия, унижение, злость, желание отомстить, шантаж, отсутствие интереса к жизни и школе, болезнь, доведение до самоубийства. Слайд. Как распознать, что ребенок подвергается кибербуллингу? Наблюдайте внимательно за ребенком. Присмотритесь к эмоциональному состоянию детей, так как у некоторых из них могут быть сложности с высказыванием своей тревоги. Слайд. Знаки, на которые стоит обратить внимание: • страх ходить в школу или выходить во двор; • тревога и / или волнение; • малое количество друзей в школе и за ее пределами; • внезапная потеря друзей; • потеря или исчезновение одежды, гаджетов, других личных вещей; • низкая успеваемость; • часто просит денег; • пропуск уроков; • звонки из школы с просьбой разрешить вернуться домой;	Вопрос - ответ

	• стремление держаться рядом со взрослыми; • плохой сон, кошмары; • жалобы на головные боли, боли в животе или другие физические недомогания; • плохое настроение после проведения времени в интернете; • становится необычайно скрытным, особенно когда дело доходит до онлайн-опыта; • агрессия, вспышки гнева. • IV. Ситуационные вопросы. Практическая часть. Упражнение в группах Педагог делит родителей на две группы. Каждой группе предлагается ситуация. Нужно разобрать ее, придумать способы опасного и безопасного действия в ней. Родители должны сказать, что нужно делать в данной ситуации. Группа 1. Ситуационная задача. Асие 16 лет. Она сделала селфи и выложила его на свою страницу в Инстаграме. Через пять минут селфи прокомментировали пять пользователей. Среди них подписчики Асии, в том числе ее одноклассники. К вечеру фотография появилась в группе класса в WhatsApp. Кто-то написал неприятные комментарии к ней. Асия пыталась защититься, а затем покинула группу. Одноклассница в личном сообщении посоветовала девочке не обращать внимания, потому что до завтра все успокоятся. Еще кто-то в личном сообщении спросил девочку, испугалась ли она. Не все одноклассники писали неприятные комментарии. Группа 2. Ситуационная задача. Алихану 17 лет. Он очень любит танцевать, но в связи с пандемией занятия в танцевальной студии не проводились. Как-то по просьбе одноклассницы он показал ей несколько танцевальных движений. В это время кто-то снял видео. К вечеру созданный в TikTok ролик с танцем Алихана попал в несколько социальных сетей, в которых присутствуют его одноклассники. Кто-то даже провел опрос, хорошо ли танцует молодой человек. В последующие дни ролик распространили много пользователей, комментарии к нему были не слишком приятные. Алихан очень расстроился и решил бросить танцы. Вопросы для обсуждения • О ком идет речь? • Как поступает каждый персонаж: пользователь-жертва, пользователь-шутник, дружелюбный пользователь, виртуальные свидетели? • Кто пострадал в данных ситуациях? • Кому было неприятно? • Почему произошедшее можно назвать кибербуллингом? • Что мог бы сделать каждый персонаж, чтобы предупредить сложившуюся ситуацию? • Какие эмоции испытывали пострадавшие? • К какому выводу вы пришли?	
	V. Чек-лист «Как помочь ребенку справиться с кибербуллингом в соцсетях?» o Расскажите своим детям о кибербуллинге. Зная, что из себя представляет это явление, они смогут легче его распознать. o Разговаривайте открыто и часто со своими детьми. Чем больше вы говорите с ними о буллинге, тем легче им будет рассказать вам, если они увидят или испытают его. o Ежедневно интересуйтесь о делах детей в школе и их пребывании в интернете. Спрашивайте не только об уроках и мероприятиях, но и об их чувствах.	

	o Помогите своему ребенку стать примером для подражания в борьбе с кибербуллингом. o Существуют три участника кибербуллинга: жертва, субъект кибербуллинга и очевидец. Даже если дети не являются жертвами кибербуллинга, они могут сыграть важную роль в его предотвращении, будучи уважительными и добрыми к своим сверстникам. Если ребенок стал очевидцем кибербуллинга, он может заступиться за жертву, оказать ей поддержку и / или публично осудить подобное поведение. o Помогите ребенку развить уверенность в себе. Поощряйте его записываться на любимые занятия, присоединяться к интересным мероприятиям в вашем сообществе. Это поможет укрепить доверие, а также создать группу друзей с общими интересами. o Будьте для ребенка образцом для подражания. o Покажите ему важность доброжелательного и уважительного отношения к другим детям и взрослым, делая то же самое с людьми вокруг вас, в том числе заступаясь за человека, который подвергся жестокому обращению. Дети смотрят на своих родителей и нередко проецируют их поведение на собственные действия. o Станьте частью их онлайн-опыта. Ознакомьтесь с онлайн-платформами, которыми пользуется ваш ребенок. Предупредите его о различных рисках, с которыми можно столкнуться в интернете. Слайд. Если ваш ребенок стал жертвой кибербуллинга, куда обращаться? Закон «О средствах массовой информации» дополнен новой статьей 18-4 «Заявления по вопросам рассмотрения фактов кибербуллинга на интернет-ресурсах в отношении ребенка». Согласно данной статье, родитель либо законный представитель ребенка в случае выявления в отношении ребенка фактов кибербуллинга вправе в письменном виде или в форме электронного документа обращаться в уполномоченный орган – Министерство информации и общественного развития (МИОР) с заявлением о совершаемых фактах кибербуллинга в отношении ребенка с указанием наименования интернет-ресурса, в котором происходят противоправные действия. Заявление по фактам кибербуллинга в отношении ребенка рассматривается экспертной группой, созданной при МИОР.	
	VI. Задание «Кодекс виртуальной безопасности» Группа станет командой пользователей SMART. Каждый ее член должен будет принять участие в разработке Кодекса виртуальной безопасности, который поможет подросткам стать пользователем SMART и чувствовать себя в интернете удобно и в безопасности. • У каждого из участников будет своя роль: эксперт по контенту, эксперт по коммуникации, консультант. • Роли распределяются случайным образом, для этого участники игры должны будут рассчитаться на первый – третий. • Каждая команда экспертов получит карточку с заданием. • На выполнение самостоятельного задания дается 10 мин. • Результаты работы экспертных групп будут записаны на доске Padlet. Эксперт по контенту. Задание. Запишите в таблице, какими не должны быть фотографии, которые пользователь публикует / загружает, посылает или делится / распространяет. Примеры: совместная фотография с одноклассниками или друзьями без их согласия; на фотографии нет изображения интимных частей тела. Эксперт по коммуникации. Задание. Запишите в таблице, как можно поступить, если кто-то из пользователей присылает сообщение: 1) обычное; 2) неприятного содержания.	Чек - лист

	Действия: вежливо отвечаю на сообщение / блокирую пользователя / игнорирую сообщение / скажу, что это меня не интересует / напишу в ответ что-то неприятное / расскажу взрослому, которому доверяю.	
	Консультант. Задание. Напишите два-три совета для подростков, которые помогут им чувствовать себя в безопасности в сети. После того как команды представили результаты своей работы, вместе обобщите их и объедините в Кодекс виртуальной безопасности. Теперь они смогут рекомендовать его своим детям. Прокомментируйте представленные командами ответы. Обратите внимание участников, совпадают ли советы консультантов с рекомендациями экспертов по контенту и экспертов по коммуникации. Попросите родителей предложить больше способов реагировать на сообщения как обычного, так и неприятного содержания. Можно не предлагать участникам готовые варианты ответов, чтобы они ответили на вопросы самостоятельно. VII. Просмотр видеоролика «Правила защиты от кибербуллинга»	
	VIII. Чек-лист «Советы родителям для обеспечения безопасности детей» • Нельзя отбирать или угрожать, что заберете гаджеты. Учите детей правилам безопасного поведения в интернете, как выявлять возможные риски и что делать, чтобы их избежать. • Не обесценивайте проблему. • Не вините в проблеме ребенка. • Установите ограничения и объясните ребенку их важность. • Ограничьте время нахождения ребенка онлайн. • Установите функции родительского контроля. • Интересуйтесь делами, мыслями, чувствами и переживаниями своих детей. • Доверяйте детям. • Учите их соблюдать важнейшее правило: ни при каких обстоятельствах не совершать буллинг оффлайн и онлайн, не отвечать на него в соцсетях! • Не делитесь личными фото детей на своих страницах.	Отсканируйте QR-код
	VIII. Подведение итогов Педагог: Уважаемые родители, сегодня на занятии вы получили полноценный багаж знаний по профилактике кибербуллинга. Сейчас предлагаю вам разработать памятки для ваших детей. Какие правила безопасности необходимо знать ребенку при использовании интернета? Сначала участники отвечают в устной форме, затем педагог дает окончательный вариант памятки и подводит итог занятия.	

	Памятка для детей • Будьте вежливым и добрым, будучи онлайн. • Поддержите своих сверстников, отправляя им положительные сообщения, улыбку или символ «Дай пять». • Проверьте настройки и пароли. Ваш пароль 12345? Вы уже поделились им с другом? • Кто может видеть, что вы публикуете в интернете? • Когда вы в последний раз просматривали настройки конфиденциальности? • Говорите об этом. Если вы чувствуете, что над вами издеваются, что вы стали жертвой кибербуллинга, обратитесь к кому-то, кому доверяете. • Покажите поддержку. Если вы думаете, что видели, как над кем-то издеваются, не молчите об этом. Обратитесь к этому человеку и покажите свою поддержку. Ваши слова могут иметь значение. • Если вы чувствуете, что ваше поведение по отношению к кому-либо подпадает под категорию издевательств, вы можете внести изменения. Прекратите издевательства, остановитесь и обратитесь к кому-нибудь за поддержкой. • Перед тем как принять запрос на добавление в друзья, вы должны взглянуть на их профиль и попытаться выяснить, кто они. Помните: иногда люди притворяются кем-то, кем они не являются, и трудно понять, говорят ли они правду. • У вас есть общие друзья? Вы из того же города? Не считайте необходимым принимать случайные запросы на добавление в друзья. • Проверьте настройки конфиденциальности, чтобы люди, которых вы не знаете, не видели никакой информации, которую вы не хотите, чтобы они видели. • Не распространяйте слухи, не делитесь вредными или смущающими историями, сомнительными фотографиями. То, что может показаться безобидной шуткой для одного человека, может быть глубоко ранящим для других. • Подумайте дважды, прежде чем нажимать кнопку «Отправить», особенно если вы расстроены или рассержены. После того как вы поделитесь сообщением, фотографией или видео, трудно контролировать, что с ними произойдет дальше. Отменить это действие практически невозможно. • И помните: у вас есть право на неприкосновенность частной жизни, как и у других. Нельзя входить в учетные записи других людей или использовать их телефоны без их разрешения. IX. Заключение. Рефлексия Педагог: Уважаемые родители, мы с вами рассмотрели вопросы, связанные с кибербуллингом в школе и способами помощи своим детям, оказавшимся в такой ситуации. Предлагаю дать обратную связь. Участники дают обратную связь, высказываются по кругу: что было полезным, мое настроение в начале и в конце занятия. Надеемся, что посещение данного занятия было для вас интересным и полезным. Всего вам самого доброго!	Видеоролик https://www.facebook.com/share/v/mP88CW783SouZWAk/?mibextid=SphRi8 Чек-лист

Приложение 7

РУКОВОДСТВО ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ОСНОВЕ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1–11 КЛАССОВ ПО ПРОГРАММЕ ПРОФИЛАКТИКИ ТРАВЛИ (БУЛЛИНГА) ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОРГАНИЗАЦИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ «ДОСБОЛLIKE»

Введение

Проектная деятельность – эффективный инструмент социально-эмоционального обучения, позволяющий учащимся работать в команде, учиться совместно решать жизненные и академические проблемы и развивать навыки общения.

Особенность Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE» заключается в том, что она реализуется через вовлечение обучающихся 1–11 классов в социально направленную проектную деятельность.

Проектная деятельность относится к разряду наиболее эффективной в развитии исследовательских, творческих, социально-эмоциональных навыков, важнейших качеств личности, так как предполагает возможность преобразования окружающего мира, формирования мировоззрения, активной жизненной позиции.

Цель социально направленной проектной деятельности в условиях реализации Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE» – создание благоприятного социально-психологического климата в классном, школьном коллективе на основе обучения через социальные практики.

Такой подход способствует развитию инициативы, самостоятельности и ответственности, умения работать в команде, открыто высказывать свое мнение, находить решение в нестандартных жизненных ситуациях. При этом внимание обучающихся сосредотачивается на созидательной деятельности, осознании своих возможностей в выстраивании позитивного общения, появляется возможность обрести единомышленников.

Социально направленный учебный проект с точки зрения обучающихся – это возможность максимального раскрытия своего внутреннего потенциала, осознания своей ценности как личности и понимания ценности другого человека. Данная деятельность позволяет проявить себя индивидуально и в группе, попробовать свои силы, приложить свои знания, принести пользу, показать публично достигнутый результат.

Социально направленный учебный проект с точки зрения учителя видится не только как организация увлекательной деятельности для обучающихся, создание условий для поиска и нахождения способов решения поставленной проблемы, форма организации взаимодействия обучающихся с учителем, обучающихся между собой и с родителями, применение практики менторинга, но и как возможность развития в процессе разработки и реализации проекта необходимых жизненных навыков и качеств, важнейшими из которых являются:

- понимание значимости позитивного общения;
- готовность нести ответственность за собственные слова и действия;
- навыки взаимодействия, коммуникации, самовоспитания, саморефлексии.

Все это служит формированию у обучающихся культуры нулевой терпимости к травле, активной жизненной позиции через исследование, творчество, созидательную практическую деятельность.

Этот подход был предусмотрен при разработке тематики проектов для обучающихся начальной, основной и средней школы.

Предлагаем таблицу, в которой представлена тематика проектов с учетом реализации через систему занятий.

Класс	Название темы проекта	Методы проведения занятий	Этапы проекта	Ожидаемые результаты (навыки, качества)
1	Мы разные, мы равные	Игры, творческие задания, проектная деятельность	1. Хорошо, что я такой! 2. Богатство в многообразии, а сила в единстве 3. Ты и я – мы с тобой друзья! 4. В мире с собой и другими	Интерес к проявлениям общего и особенного в личности и поведении людей, расширение представлений о равенстве людей, развитие эмпатии, навыков позитивного общения и эффективного взаимодействия в коллективе
2	Я+Ты=Мы	Тренинговые упражнения, творческие задания, проектная деятельность	1. Мой дружный коллектив и я в нем 2. Наши интересы укрепляют дружбу 3. Учимся общаться с другими 4. Дарим добро вместе	Коммуникативные навыки, умение работать в команде, ответственность, порядочность, доброжелательность, понимание ценности взаимопомощи, в дружеских отношений
3	Каждый из нас уникален	Тренинговые упражнения, творческие задания, проектная деятельность	1. Я уникален 2. Мозаика наших сердец 3. Мы под общим шаныраком 4. Мы поддержка друг другу	Осознание своей уникальности, положительная самооценка, навыки уверенного поведения, умение поддерживать дружеские отношения с одноклассниками, освоение приемов активного слушания и навыков оказания поддержки другим
4	Энергия слова	Тренинговые упражнения, дидактические игры, творческие задания, проектная деятельность	1. Слово – основа общения 2. Великая сила слова 3. Приветливое слово гнев побеждает 4. Язык дружбы	Коммуникативные навыки, миролюбие, самоконтроль, взаимоконтроль, ответственность за свои слова и поступки, рефлексивные навыки

5	Стресс: друг или враг?	Тренинговые упражнения, творческие задания, проектная деятельность	1. Я и стресс 2. Учимся управлять собой 3.Уверенность – залог успеха 4. Могу быть успешным	Понимание стрессоустойчивости как качества, которое позволяет нести значительные эмоциональные и волевые нагрузки без ущерба для своего здоровья и здоровья окружающих; осознание собственной индивидуальности, навыки саморегуляции; осознание ценности коммуникативной компетентности
6	Искусство управлять конфликтами	Тренинговые упражнения, кейс-стади, творческие задания, сторителлинг, проектная деятельность	1. Я среди других 2. Эффективные навыки общения 3. Диджитал в среде подростков 4. Сила позитивного общения	Навыки позитивного общения, активная жизненная позиция, готовность противостоять буллингу, ответственность за слова и поступки
7	Свои и чужие границы	Тренинговые упражнения, творческие задания, проектная деятельность	1. Что такое личные границы и зачем они нужны? 2. Как правильно говорить «нет»? 3. Границы в цифровом мире 4. Уважение к чужим границам	Понимание личных границ, владение стратегией управления границами, уважение границ других, креативность в разработке практических решений, умение сотрудничать и высказывать свое мнение
8	Сила коллектива	Тренинги, интерактивные упражнения, игры, обсуждения, кейс-стади, творческие задания, проектная деятельность, работа в парах, группах, рефлексия в устном и письменном форматах	1. Видеть, чувствовать, слышать 2. Способность понимать других 3. Для всех есть место в коллективе 4. Наведение мостов: вместе мы сила	Навыки коммуникации, умение слушать, сопереживать, участвовать в принятии общих решений на основе коллективного мнения, навыки сотрудничества. Понимание уникальности каждого человека
9	Ресурсы жизнестойкости	Тренинговые упражнения, интервью, творческие задачи, проектная деятельность	1. Позитивное мышление – источник жизнестойкости 2. Окружение и развитие жизнестойкости 3. Жизнестойкость рождается в творчестве 4. Вера в себя: я могу, ты можешь, мы можем!	Креативное мышление, творческое осмысление действительности, способность к саморефлексии, готовность действовать в сложных жизненных ситуациях

10	Вдохновляющее лидерство	Тренинговые упражнения, кейс-стади, творческие задания, работа в малых группах, проектная деятельность	1. Вдохновляющий лидер – какой он? 2. Развиваем лидерские качества 3. Сплоченная команда 4. Сила самовоспитания	Лидерские качества, навыки взаимодействия, коммуникации, самовоспитания, саморефлексии
11	Ответственность за себя и других		1. Становимся взрослыми 2. Ответственность – наш выбор 3. Улаживаем конфликт 4. Наш круг забот	Навыки саморефлексии, медиации, умение работать в группе, ответственность, креативность

Особенность подхода к организации занятий представленной тематики состоит в реализации социального проекта через развитие специальных навыков на занятии (в формате классных часов) и практическую деятельность на каждом этапе проекта (последействие).

В каждом классе (с 1 по 11) предусмотрено 4 занятия, которые являются одновременно ключевыми вехами на каждом из 4 этапов проекта. Занятие условно можно разделить на две части: информационно-практическую и проектную. Информационно-практическая часть посвящена ознакомлению обучающихся с необходимыми сведениями по теме проекта и отработке практических навыков позитивного общения, предупреждения и решения конфликтов, противостояния буллингу, творческому осмыслению ситуаций общения, требующих грамотного решения, анализу собственных поведенческих установок.

Основным компонентом каждого занятия является проектная деятельность обучающихся, которая логически встроена в структуру занятия. Такой подход к выстраиванию образовательного процесса антибуллинговой направленности дает возможность учащимися проводить рефлексию, наблюдать позитивные изменения в отношениях с одноклассниками, а педагогам – отслеживать ход социального проектирования с точки зрения его эффективности в достижении цели.

1. Особенности организации социально направленной проектной деятельности

Основная цель социального проектирования в системе занятий по профилактике буллинга детей в организациях образования – создать условия, способствующие формированию у учащихся культуры нулевой терпимости к травле, активной жизненной позиции, навыков позитивного общения.

Социальные проекты дают обучающимся возможность связать и соотнести общие представления с реальной жизнью, в которую вовлечены они сами, их друзья, учителя. В ходе реализации проектов участники активно используют свои знания, общаются и сотрудничают друг с другом. Метод социальных проектов позволяет сформировать коммуникативные умения: умение спрашивать, выражать свою точку зрения, договариваться, выбирать в доброжелательной атмосфере самое верное, рациональное, оригинальное решение, а также развивает мышление, побуждает к анализу происходящего. В ходе работы над проектом учащиеся

учатся адекватно оценивать свою работу и работу одноклассников, обоснованно и доброжелательно оценивать как результат, так и процесс решения проблемы, выделять недостатки, делать конструктивные пожелания, замечания.

Метод проектов всегда предполагает решение какой-то проблемы. Работа по методу проектов предполагает не только наличие и осознание этой проблемы, но и процесс ее раскрытия, решения, что включает четкое планирование действий, наличие замысла или гипотезы решения этой проблемы, четкое распределение ролей. Результат выполненных проектов должен быть «осязаемым». Выполнение реального дела с получением конкретного результата дает положительный итог – удовлетворение от процесса.

Условно проект можно разделить на следующие этапы.

Этап 1

- Знакомство с темой проекта, определение целей, исходного положения, формирование творческих групп (при необходимости)
- Планирование (анализ проблемы, постановка задач, уточнение информации, синтез идей, планы)
- Принятие решений (мозговой штурм, обсуждение альтернатив, выбор оптимального варианта)

Этапы 2

- Выполнение (работа по реализации проекта)

Этап 3

- Оценка результатов (анализ выполнения проекта, выяснение причин удач и неудач), обобщение

Этап 4

- Представление итогов проекта (коллективный анализ деятельности)

Как включить проект в систему занятий? Нужно четко определить, что делается на занятии, а что – во вне занятия, т. е. последействие. Учитывая, что темы проекта уже определены Программой, необходимо на первом занятии предложить обучающимся осмыслить ее и выслушать предложения по реализации, т. е. осуществить планирование.

I. Планирование

Планирование работы над проектом начинается с его коллективного обсуждения. Это, прежде всего, обмен мнениями и согласование интересов обучающихся; выдвижение первичных идей на основе уже имеющихся знаний и разрешения спорных вопросов.

Цель первичного обмена мнениями – стимулирование потока идей. Наиболее эффективным считаем метод мозгового штурма. Учителю следует по возможности воздержаться от комментариев, записывать на доске идеи по мере их высказывания, а также выдвигаемые обучающимися возражения.

На первом же занятии с учетом замысла можно сформировать группы, если в этом есть необходимость. Задача учителя на данном этапе – проследить, чтобы в каждой создающейся группе работали обучающиеся с различным уровнем коммуникативных навыков, творческого потенциала, различными склонностями и интересами.

Далее обучающиеся совместно с учителем выявляют потенциальные возможности участников проекта (коммуникативные, артистические, публицистические, организаторские, спортивные и т. д.). При этом следует построить работу так, чтобы каждый мог проявить себя и завоевать признание окружающих. Можно также

задействовать старшеклассников (менторов), которые будут помогать группам в решении тех или иных задач на тех или иных этапах работы и выступать консультантами.

II. Выполнение проекта

Осуществляется уже после первого занятия, ключевыми вехами являются второе и третье занятия.

Это этап практической реализации задуманного, получения и анализа информации, во время которого каждый обучающийся:

- уточняет и формулирует собственную задачу, исходя из цели проекта в целом и задачи своей группы в частности;
- ищет и собирает информацию, учитывая:

собственный опыт;

результат обмена информацией с другими обучающимися, учителями, родителями, старшеклассниками (менторами) и т. д.;

сведения, полученные на основе занятий, знакомства с литературой, материалов интернета, просмотра видеоматериалов и т. д.;

- анализирует и интерпретирует полученные данные.

На этом же этапе членам группы необходимо договариваться о распределении ответственности и формах представления результата. Каждый обучающийся может вести индивидуальный журнал (дневник), в котором он будет записывать ход работы. Можно вести общий журнал для всех участников проекта. Это поможет учителю (да и самому обучающемуся) оценить индивидуальный вклад в работу над проектом, а также облегчить контроль.

Можно использовать доску Kanban – инструмент управления проектами, который помогает наглядно представить задачи, ограничить объем незавершенной работы и добиться максимальной эффективности (или скорости). Японское слово kanban означает «видимый сигнал». Обычно выделяют пять составляющих досок Kanban: видимые сигналы, столбцы, лимиты незавершенной работы, точка принятия обязательств и точка завершения. Самый простой пример доски Kanban – реальная доска, поделенная на вертикальные столбцы. Команды размечают маркерную или меловую доску и наклеивают на нее стикеры. Эти стикеры передвигаются по рабочему процессу, отражая ход работы.

Trello – это простое средство для быстрого создания цифровой доски Kanban. https://trello.com/

Всего за несколько нажатий можно подготовить доску с цифровыми списками, символизирующими стадии Kanban-процесса. Работать с доской и управлять ею может вся команда.

Например, можно создать списки «Бэклог», «На очереди», «В процессе» и «Готово». Каждое задание представлено в виде карточки, которая перемещается из списка в список по мере того, как задание попадает в очередь, над ним работают и его выполняют.

Цифровая доска Kanban обладает следующими преимуществами: скорость подготовки, простота предоставления совместного доступа и возможность отслеживать неограниченное количество обсуждений и комментариев в любое время по мере реализации проекта. Откуда бы и когда бы ни обращались участники команды к доске Kanban, они увидят самый актуальный статус проекта. А еще рабочий процесс Kanban в Trello можно использовать для ведения личных списков текущих дел. Во время работы над проектом необходимо, чтобы каждый участник четко понимал свою собственную задачу, поэтому рекомендуется

создать информационный уголок (кейс, чат) проекта, где была бы представлена информация о теме проекта, задачах, предстоящих делах, консультантах из числа менторов, ответственных и т. д. Такой подход способствует осознанию каждым учащимся своей ответственности за выполняемую работу.

На этапе выполнения проекта обучающиеся активно взаимодействуют друг с другом через проведение экспериментов, интервью, акций, концертов, вечеров, утренников, ярмарок, живых журналов, выпуск чек-листов, памяток, организацию коллективных мероприятий с подшефными, шефствующими, создание творческих продуктов. Успешной реализации задуманного способствует активная познавательная и практическая деятельность в ходе занятия: участие в тренингах, кейс-стади, деловых и ролевых играх, инсценировках и т. д., знакомство с новой информацией.

Учитель играет роль активного наблюдателя: следит за ходом исследования, его соответствием цели и задачам проекта; оказывает группам необходимую помощь, не допуская пассивности отдельных участников; обобщает промежуточные результаты проекта для подведения итогов на конечном этапе.

Особенность роли учителя в реализации социальных проектов состоит в том, что он сам может непосредственно принимать участие в коллективной созидательной деятельности. Приветствуется привлечение к участию в проектной деятельности старшеклассников (менторов), так как они могут передать имеющиеся у них навыки, направить своих подопечных, укрепить сотрудничество в реализации коллективных и групповых дел.

III. Проверка и оценка результатов (анализ выполнения проекта, выяснение причин удач и неудач)

Необходимое условие успешной работы по проекту – ясное понимание каждым обучающимся цели деятельности и критериев достижения результатов. Задача учителя – помочь определить эти критерии. Обработка полученной информации – это прежде всего ее понимание, сравнение, отбор наиболее значимой для выполнения поставленной задачи. Участникам проекта потребуется умение интерпретировать факты, делать выводы, формировать собственные суждения, т. е. осуществлять рефлексию по поводу собственной деятельности.

Главные выводы, которые предстоит сделать обучающимся, – это открытия о своих возможностях в общении, овладение навыками противостояния буллингу, умение объединяться на почве созидания с единомышленниками.

Оценку коллективных результатов желательно провести на завершающих – третьем и четвертом – занятиях. К этому вопросу важно подойти творчески, чтобы публично прозвучали достижения и победы учащихся, их вклад в общее дело укрепления отношений в классе. Вместе с тем следует отметить, какие проблемы остались, и наметить пути их решения.

Такой подход будет способствовать глубокому осмыслению проекта, неформальному подходу к его реализации и осознанию личной ответственности каждого за создание позитивных отношений между одноклассниками.

IV. Обобщение информации

Осуществляется на третьем или четвертом занятии.

На этом этапе производится структурирование полученной информации и интеграция полученных знаний, умений, навыков.

Обучающиеся:

систематизируют полученные данные;

объединяют в единое целое полученную каждой группой информацию (если были созданы группы);

выстраивают общую логическую схему выводов для подведения итогов и презентацию творческого результата.

Учителю необходимо проследить, чтобы обучающиеся обменивались знаниями и умениями, полученными в процессе различных видов работ (интервьюирование, опросы, эксперименты, акции, челленджи, творческие дела и т. д.). На этом этапе необходимо предоставить обучающимся максимальную самостоятельность выбора форм представления результатов проекта, поддерживать такие, которые дадут возможность каждому участнику раскрыть свой творческий потенциал, социальную активность. Процесс обобщения информации важен и потому, что каждый как бы «пропускает через себя» полученные всем классом знания, умения, навыки, так как в любом случае он должен будет участвовать в презентации результатов проекта.

V. Представление полученных результатов работы

На этом этапе обучающиеся осмысливают собственные открытия и способы достижения результата; рассматривают возможности творческой презентации проекта. При этом желательно не просто продемонстрировать полученные результаты и выводы, но и описать приемы, с помощью которых была получена и проанализирована информация; демонстрируют приобретенные знания и умения; рассказывают о проблемах, с которыми пришлось столкнуться в работе над проектом. Любая форма презентации является творческим процессом, в ходе которого обучающиеся не просто приобретают навыки представления итогов своей деятельности, но и учатся позитивно общаться, демонстрировать свои способности, сильные стороны личности.

Что могут продемонстрировать участники проекта на завершающем занятии по проекту? Видеоролик, презентацию, книжку-раскладку, инсценировку, живой журнал, разработанную модель и др. Основные требования к презентации каждой группы и к общей презентации: выбранная форма должна соответствовать целям проекта, демонстрацией вклада каждого в результат, способствовать дальнейшей мотивации на сотрудничество.

Однако главным результатом проекта не всегда является конкретный творческий продукт, хотя это важнейший показатель успешной реализации проектной деятельности. Работая над проектом, учителю не следует забывать, что основными критериями успешности являются радость и чувство удовлетворения у всех его участников от осознания собственных достижений и приобретенных навыков, открывшейся возможности укрепить позитивные отношения в коллективе. Важно, чтобы на заключительном занятии по проекту прозвучало, как изменились отношения в классе, атмосфера общения, психологический климат. Возможно, результатом станет планирование каких-то коллективных дел в ближайшем будущем: похода, концерта, акции, ярмарки, конкурса, соревнования, творческого общения с подшефными или шефствующими классами и др.

Особенность проектной деятельности по противодействию буллингу – вовлечение обучающихся в деятельность, способствующую раскрытию творческого потенциала личности, осознанию каждым своей ответственности за создание отношений в коллективе, проявление активной жизненной позиции, формированию у обучающихся культуры нулевой терпимости к травле.

Представляем таблицу реализации проектов по противодействию буллингу на каждом этапе.

Основные этапы выполнения проекта

Этап	Задачи	Деятельность обучающихся	Деятельность учителя
Этап 1: 1-е занятие, последействие	На занятии: создание условий для осмысления темы, сбора идей, планирования деятельности на этапе 1, отработка необходимых навыков для реализации проекта. Последействие: распределяют роли в команде, определяют критерии результативности, реализуют задуманное.	На занятии: предлагают идеи для реализации проекта, коллективные и групповые дела, мероприятия с подшефными, делятся на группы (при необходимости), планируют деятельность На занятии: предлагают идеи для реализации проекта, коллективные и групповые дела, мероприятия с подшефными, делятся на группы (при необходимости), планируют деятельность на этапе 1, определяют источники информации, участвуют в познавательной деятельности. Последействие: распределяют роли в команде, определяют критерии результативности, реализуют задуманное.	Мотивирует обучающихся, объясняет цели проекта, наблюдает, выступает координатором процесса во внеурочной деятельности, своевременно доносит необходимую информацию, используя Канбан, создает условия для развития необходимых качеств и навыков.
Этап 2: 2-е занятие, последействие	На занятии: анализ сделанного по проекту на этапе 1, планирование деятельности на этапе 2. Последействие: организация практической деятельности по проекту, анализ достижений	На занятии: делятся впечатлениями от проведенных дел, получают рекомендации и задания от учителя по реализации проекта на этапе 2, вносят предложения, участвуют в познавательной деятельности. Последействие: реализуют задуманное на основе тесного взаимодействия друг с другом.	Помогает в анализе результативности, наблюдает, выступает координатором процесса во внеурочной деятельности, своевременно доносит необходимую информацию, создает условия для развития необходимых качеств и навыков.
Этап 3: 3-е занятие, последействие	На занятии: сбор и уточнение информации, обсуждение альтернатив, выбор оптимального варианта представления результата, уточнение и возможная коррекция планов деятельности, отработка необходимых навыков для завершения проекта Последействие: организация практической деятельности по обобщению результатов.	На занятии: делятся впечатлениями от проведенных дел, получают рекомендации и задания от учителя по реализации проекта на этапе 3, вносят предложения, анализируют успехи и неудачи, намечают эффективные пути завершения проекта, участвуют в познавательной деятельности. Последействие: реализуют задуманное на основе тесного взаимодействия, анализируют деятельность, подводят итоги проекта (завершают творческий продукт).	Наблюдает, консультирует, координирует деятельность по проекту, анализирует изменения в отношениях между обучающимися, ищет способы погашения конфликтов (в случае их возникновения); мотивирует на успешную реализацию практических дел, создает условия для развития необходимых качеств и навыков.

Этап 4: 4-е занятие, последействие	Подготовка продукта, доклада, обоснование процесса проектирования, объяснение полученных результатов, коллективная защита проекта, оценка, установка на дальнейшее сотрудничество.	На занятии: участвуют в коллективном представлении проекта и делятся впечатлениями от участия в нем. Вне занятия: реализуют задуманное по результатам проекта.	Участвует в коллективном анализе и оценке результатов, высказывает пожелания на будущее.

2. Роль и значимость менторства в процессе реализации социальных проектов

С целью достижения эффективности системной деятельности по профилактике буллинга детей в организациях образования в процессе реализации социальных проектов предусмотрено участие старшеклассников-менторов.

Менторство в данном случае – процесс взаимодействия обучающихся среднего и старшего звена с младшими школьниками на основе партнерства, в котором более опытный и компетентный старшеклассник (ментор, наставник) делится своими знаниями и навыками с менее опытным учеником (менти) и сопровождает процесс разработки и реализации социального проекта. Благодаря менторству обучающиеся получают внимание, поддержку и руководство, которые помогают им преодолеть трудности и раскрыть свой потенциал.

Ментор способствует развитию самооценки, мотивации и уверенности в себе его подопечных, помогает обучающимся осознать свои сильные стороны, развить навыки решения проблем, а также учит их различным стратегиям и техникам, которые способствуют развитию умения решать проблемы отношений в коллективе.

Роль менторов в развитии таких навыков, как коммуникация, сотрудничество и лидерство, неоспорима. Обучающиеся, получая поддержку и руководство от старшеклассника, учатся эффективно взаимодействовать с другими людьми, решать конфликты и развивать навыки, необходимые для успешной адаптации в школьной среде.

Менторство представляет собой эффективный инструмент, который вносит определенные преимущества в творческий процесс разработки и реализации социального проекта. Наиболее важными из них считаем следующие.

- Индивидуальная поддержка. Менторы предоставляют обучающимся внимание и поддержку, что помогает им развиваться и достигать своих целей, понять свои сильные стороны, определить области для улучшения и разработать план действий для достижения успеха.
- Стимулирование мотивации и самооценки. Менторы помогают обучающимся развивать мотивацию и повышать самооценку. Они поддерживают их веру в себя и развивают уверенность в собственных силах, участвуют в создании благоприятной среды, в которой обучающиеся чувствуют комфорт и поддержку.
- Развитие мягких навыков. Менторство играет важную роль в развитии мягких навыков: коммуникации, сотрудничества, лидерства и умения решать проблемы. Менторы помогают обучающимся развивать эти навыки через реальные ситуации и задания, участие в коллективной деятельности, что способствует их личностному и профессиональному росту.

Для выполнения поставленных задач каждому старшекласснику-ментору важно развивать в себе ключевые качества эффективного ментора.

- Эмпатия. Это способность поставить себя на место подопечного и понять его чувства, потребности и проблемы. Хороший ментор проявляет истинный интерес к менти, внимательно его выслушивает и понимает его индивидуальные потребности. Эмпатия позволяет ментору создать доверительные отношения и адаптировать подход к каждому.
- Свобода от суждений. Эффективный ментор относится к менти без предубеждений и осуждения. Он признает и ценит индивидуальность каждого обучающегося, понимает его уникальные потребности и способности. Ментор поддерживает менти в его стремлении к росту и самореализации, создавая безопасную и вдохновляющую среду.
- Коммуникационные навыки. Старшекласснику-ментору важно уметь четко и ясно выражать свои мысли, а также слушать и понимать подопечного. Ментор активно задает вопросы, стимулирует диалог и провоцирует обучающегося на размышления, чтобы помочь ему развивать критическое мышление и способность к самоанализу.

Учитывая направленность проектной деятельности, важнейшим качеством является наличие у менторов нулевой терпимости к травле обучающихся.

В организации проектной деятельности по профилактике буллинга среди обучающихся важен творческий подход, поэтому учитель может сам определить сферы привлечения менторов к сотрудничеству в условиях конкретного классного коллектива. Это может быть консультирование обучающихся, участие в информационной поддержке, организации коллективных дел и др.

Участие старшеклассников-менторов можно рассматривать шире, чем просто сопровождение своих подопечных в проекте. В конечном итоге это обогащение практики волонтерства (добровольчества) в создании безопасной школьной среды, где нет места унижению достоинства человека.

3. Практические рекомендации по использованию интерактивных методов обучения

С целью эффективной организации образовательной деятельности и повышения интереса учащихся к исследуемой теме на занятиях применяются различные формы организации образовательной деятельности с использованием интерактивных методов обучения.

В процессе обучения необходимо обращать внимание в первую очередь на те методы, при которых обучающиеся активно включаются в образовательный процесс, переживают состояние успеха и соответственно мотивируют свое поведение. Совместная деятельность означает, что каждый вносит свой индивидуальный вклад, в ходе работы идет обмен знаниями, идеями, способами деятельности. Организуется индивидуальная, парная, групповая и коллективная работа, используются различные виды творческой и проектной деятельности, ролевые и деловые игры и др.

Интерактивные методы основаны на принципах взаимодействия, активности обучающихся, опоре на групповой опыт, обязательной обратной связи. Создается среда образовательного общения, которая характеризуется открытостью, взаимодействием участников, равенством их аргументов, накоплением совместных знаний, возможностью взаимной оценки и анализа.

Педагог отказывается от роли своеобразного «фильтра», пропускающего через себя учебную информацию, и выполняет функцию помощника в работе, одного

из источников информации, участника исследования. Его цель состоит в создании комфортных условий обучения, при которых обучающиеся чувствуют свою успешность, что делает продуктивным сам процесс познания.

Интерактивное обучение – это, прежде всего, диалоговое обучение, в ходе которого осуществляется творческое взаимодействие между обучающимися и педагогом, между самими обучающимися.

Интерактивное обучение направлено на:

1) пробуждение интереса к обсуждаемой теме;
2) создание условий для эффективного усвоения рассматриваемого материала, самостоятельного поиска путей и вариантов решения поставленной проблемы;
3) формирование навыков взаимодействия.

При использовании интерактивных форм роль педагога перестает быть центральной, он лишь регулирует процесс и занимается его общей организацией, заранее готовит необходимые задания и формулирует вопросы или темы для обсуждения в группах, дает консультации, контролирует время и порядок выполнения намеченного плана. При этом обучающиеся обращаются к социальному опыту – собственному и одноклассников, вступают в коммуникацию друг с другом, совместно решают поставленные задачи, находят общие точки соприкосновения.

В ходе проведения занятий используются следующие интерактивные формы:

- тренинг, тренинговое упражнение;
- мозговой штурм;
- деловая и ролевая игры;
- кейс-стади (case-study): анализ конкретных ситуаций, ситуационный анализ и др.

Следует обратить внимание на то, что в ходе подготовки занятия на основе интерактивных форм обучения перед педагогом стоит вопрос не только выбора наиболее эффективной и подходящей формы обучения для изучения конкретной темы, а открывается возможность сочетать несколько методов обучения для решения проблемы, что, несомненно, способствует лучшему осмыслению темы.

Принципы работы на интерактивном занятии

1. Занятие – не монолог учителя, а сотрудничество.
2. Все участники равны.
3. Каждый участник имеет право на собственное мнение по любому вопросу.
4. Нет места прямой критике личности (подвергнуться критике может только идея).
5. Все сказанное на занятии – не руководство к действию, а информация к размышлению, возможность сделать собственные открытия.

Предлагаем ознакомиться со специфическими особенностями некоторых интерактивных форм и методов работы на занятии.

Тренинг – один из интерактивных методов социально-психологического обучения и развития личности. Тренинги состоят из комплекса разнообразных упражнений и игр, объединенных в систему небольшими информационными включениями.

Тренинг является многофункциональным методом осуществления преднамеренных изменений психологических феноменов отдельной личности или группы с целью развития и гармонизации. Он создает предпосылки для проведения анализа своих собственных возможностей, условий реализации поставленных

целей, позволяет наметить пути и определить инструментарий саморазвития, рационально спланировать свои действия в заданном направлении и главное – апробировать этот инструментарий в контактной социальной группе. Феномен тренинга заключается в том, что непосредственные участники получают такую подготовку, которая отвечает требованиям современной жизни. В нем участники играют свои собственные роли в моделируемых и естественных ситуациях.

Основная цель социально-психологического тренинга – развитие личности. Наряду с этой основной целью выделяется ряд сопутствующих:

1) повышение социально-психологической компетентности участников;
2) развитие у них способности эффективно взаимодействовать с окружающими;
3) формирование активной социальной позиции участников;
4) развитие у них способности производить значимые позитивные изменения в своей жизни и жизни окружающих людей;
5) формирование новых знаний, умений и навыков в вопросе позитивного общения.

Тренинг предполагает не только активную интеллектуальную деятельность его участников, но также работу с эмоциями и чувствами. Он позволяет очень быстро сплотить коллектив. Высока эффективность тренинга в коррекции поведения, формировании социально-эмоциональных навыков в решении личностных проблем.

Достоинством тренинга как формы проведения практических занятий является высокая эффективность использования времени для самораскрытия, самоанализа и саморазвития личности. Разнообразные методические приемы тренинга (упражнения, ролевые игры, дискуссии, анализ конкретных ситуаций, брейнсторминг и др.) выступают как современные технологии развития различных навыков.

Тренинг привлекает участников своей эффективностью, конфиденциальностью, внутренней открытостью, комфортной психологической атмосферой.

Для успешного проведения тренинга важно соблюдать определенные принципы. Из принципов организации социально-психологического тренинга назовем основные.

1. Принцип добровольного участия как во всем тренинге, так и в его отдельных занятиях и упражнениях. Участник должен иметь естественную внутреннюю заинтересованность в изменениях своей личности в ходе работы группы. Принудительно позитивная личностная динамика, как правило, не происходит, поэтому не следует добиваться этого от участников авторитарными методами.

2. Принцип диалогизации взаимодействия, т. е. полноценного межличностного общения на занятиях, основанного на взаимном уважении участников, их полном доверии друг другу.

3. Принцип самодиагностики предполагает рефлексию и самораскрытие участников, осознание и формулирование ими собственных личностно значимых проблем.

4. Принцип безопасности гарантирует защищенность каждого учащегося, сохранение конфиденциальности информации. Все, что осуществляется на занятии, не выносится за его пределы.

5. Принцип открытости предусматривает, что участники должны быть открытыми, честными. Открытость, эмпатия, толерантность способствуют обеспечению честной обратной связи с другими членами группы, т. е. передачи той информации, которая является важной для каждого участника, и запускает механизм развития самосознания и механизмы взаимодействия в группе.

6. Принцип партнерских отношений предусматривает реализацию субъект-субъектного взаимодействия между учителем и обучающимися. В процессе занятий учитель должен организовать такое общение участников, при котором учитываются интересы, чувства, эмоции и переживания всех и каждого члена коллектива. Данный принцип гарантирует равные права каждого участника на высказывание собственной точки зрения, проявлять свои чувства, выражать протест, вносить предложения.

7. Принцип активности предполагает обязательную активность всех участников и принятие каждым на себя ответственности за результаты деятельности группы.

8. Принцип акцентирования содействует глубокой рефлексии участников, учит их концентрировать внимание на себе, своих мыслях, чувствах, предусматривает развитие навыков самоанализа. Этот принцип предполагает только безоценочные суждения о других.

Подготовка к тренингу начинается с разработки программы тренинга и содержания его занятий и упражнений. Важно, чтобы каждое занятие имело целостный, завершенный вид и было направлено на решение конкретных задач.

Мозговой штурм. Метод мозгового штурма, или брейнсторминг (от англ. brainstorm), – это способ коллективного поиска решений для самых разных задач. Его используют в сферах, связанных с анализом информации, где нужно придумывать новые продукты и создавать креативные концепции, например, в рекламе и маркетинге, при разработке проектов. Целью мозгового штурма является получение нестандартных и эффективных решений в условиях ограниченного времени. Добиваются этого за счет генерирования максимального количества разнообразных идей в процессе совместного обсуждения в команде.

Эту технику придумал американский психолог и сооснователь сети рекламных агентств BBD&O Алекс Осборн. Один из вариантов мозгового штурма он использовал со своими с сотрудниками еще в 1930-х и описал в книге «How to Think Up» («Как придумывать»), впервые опубликованной в 1942 г. Ключевая мысль Осборна заключалась в том, что чем больше разных предложений получится сгенерировать, тем выше будут шансы найти подходящее решение.

Проведение штурма эффективно при решении задач, которые требуют творческого подхода, при этом ответ на поставленный вопрос нужно найти за ограниченный промежуток времени, а привычные стратегии не работают. В процессе мозгового штурма участники предлагают первые пришедшие на ум варианты. Разумеется, большинство из вариантов потом отсеивается – нет задачи предлагать только гениальные и оптимально подходящие решения. Главное, чего требуется достичь в ходе мозгового штурма, – высвободить креативную энергию и раскрепостить участников, чтобы они безбоязненно предлагали самые нестандартные решения.

Мозговая атака проводится в несколько этапов.

1. В начале перед участниками процесса четко ставится задача – чего нужно достичь и в какие сроки, какое количество идей необходимо предложить, кто является заказчиком, какой продукт команда в итоге произведет.

2. Затем команда переходит к генерированию идей. На этом этапе все участники мозгового штурма предлагают варианты решения проблемы чем больше, тем лучше. Здесь важно не отметать даже самые абсурдные, на первый взгляд, идеи, а тщательно фиксировать все предложения. На этом этапе жестко пресекается любая критика и оценка идей.

3. После того как все предложения зафиксированы и есть из чего выбрать, мож-

но переходить к оценке и анализу. Это экспертный этап, где включаются критическое мышление и навыки систематизации, взвешивание всех за и против, при котором отбираются только самые подходящие идеи. На этом этапе ни в коем случае нельзя критиковать авторов идей, которые не войдут в шорт-лист лучших. Это противоречит концепции брейнсторминга.

Существует несколько основных методов мозговой атаки.

Метод мозговая осада уменьшает опасность того, что хорошая идея будет незаслуженно раскритикована. Чтобы этого не случилось, каждую выдвинутую идею развивают до самого конца. Метод требует большого количества времени, но дает результаты, подтвержденные аргументами и доказательствами.

Метод «635» состоит в том, что шесть человек записывают по три идеи за пять минут. Затем члены группы индивидуально знакомятся с предложениями друг друга и в течение пяти минут анализируют их. За 30 мин. получается 18 проработанных предложений, которые потом коллективно обсуждаются и из них выбирается лучшее решение.

Метод корабельного совета предполагает высказывание мнений в порядке иерархии. Первым о своей идее говорит «юнга», последним – «капитан», но на рассмотрение можно предложить только одну идею.

Мозговой штурм онлайн может проводиться на многопользовательских интернет-сервисах: форуме, чате, блоге, ICQ, Skype. Преимуществом этого метода является то, что не возникает боязнь оценки, так как генераторы идей могут остаться анонимными.

Метод S.C.A.M.P.E.R. Аббревиатура S.C.A.M.P.E.R в переводе расшифровывается как «заменить, комбинировать, адаптировать, модифицировать, применить (для других целей), убрать и перевернуть». Идеи создаются через призму каждой буквы аббревиатуры. Например, что произойдет с проектом, если в нем что-то заменить на другое? Или что произойдет, если убрать целый компонент? Это позволяет продумать идеи в разных вариантах.

Метод «Ролевая игра». Людям свойственно увязать в своих собственных взглядах. Ролевые игры помогут по-новому взглянуть на вещи, примерив на себя другую личность. Можно использовать шляпу или мешок с нарезанными бумажками. На каждой бумажке написать чье-то имя. Это могут быть имена знаменитостей, исторических деятелей и т. д. Участники по очереди вытягивают бумажку и выдают идеи от лица человека, чье имя написано на ней. А что предложил бы Димаш Кудайберген? А что бы сказала Маншук Маметова? Это отличный способ уйти от собственных предрассудков и освежить свой взгляд.

Метод «Звезда». На листе бумаги или доске рисуется шестиконечная звезда, в центре которой пишется сложность, проблема или возможность, которой посвящен мозговой штурм. Например, организация нового конкурса. У каждой вершины внутри звезды записывается по одному из следующих слов: «кто», «что», «когда», «где», «почему» и «как». Далее записываются вопросы, начинающиеся с этих слов. Например: «Кто будет ведущим конкурса?» или «Кто составляет сценарий?» Постарайтесь придумать как можно больше вопросов, очевидных и неочевидных, для каждого слова.

Деловые игры занимают одно из первых мест среди наиболее перспективных методов обучения. Они используются для тренировки, развития творческого мышления, формирования практических умений и навыков. Деловые игры позволяют стимулировать внимание и повышать интерес к занятиям, активизировать и обострять восприятие учебного материала.

Деловая игра дает возможность проиграть практически любую конкретную ситуацию в лицах, что позволяет лучше понять психологию людей, встать на их место, понять, что ими движет в тот или другой момент реального события.

Деловая игра среди активных методов обучения занимает особое место, так как она может включать в себя другие методы: анализ конкретных ситуаций (в том числе и кейс-стади: об этом методе см. ниже), мозговой штурм, решение практических задач, дискуссию, моделирование и пр.

Эффективность деловой игры во многом зависит от тщательности ее подготовительного этапа и особенно от продумывания игрового сюжета. Если игровой сюжет продуман слабо, игра будет искусственной, натянутой, не произойдет естественной динамики событий. В таком случае учителю придется постоянно побуждать участников к действию. Поэтому сюжет должен содержать в себе объективное противоречие, побуждающее к столкновению ролевых образов. Ролевые функции должны быть четкими, но не ограничивающими свободу импровизации в поведении участников.

Деловая игра в условиях антибуллинговой тематики – это в определенном смысле репетиция выстраивания отношений обучающихся в коллективе.

Подготовка к деловой игре начинается с разработки сценария, где обозначаются:

- учебная цель;
- описание изучаемой ситуации;
- задачи;
- план деловой игры;
- общее описание процедуры игры;
- содержание ситуации;
- характеристика действующих лиц;
- права и обязанности экспертов;
- критерии оценивания и аппарат измерения.

Процедура деловой игры включает несколько этапов.

Организационно-подготовительный этап:

обосновывается актуальность и цели деловой игры;

объединение в игровые группы;

игровым группам выдается пакет материалов;

распределяются роли;

оглашаются регламент и условия игры;

командам представляются эксперты;

участники занимают места, обозначенные табличками и подписями.

Этап изучения ситуации

Игровые команды изучают ситуацию, инструктивные материалы.

При необходимости участники обращаются к ведущему или менторам за разъяснениями.

Ход игры

Игровые команды ведут обсуждение внутри группы, предлагают варианты действий. Каждый участник стремится к достижению коллективной цели, отстаивает свои позиции согласно предписанной роли. Основная задача – выработка правильного коллективного решения в определенные сроки.

Решение принято. Представитель игровой группы доводит его до сведения окружающих. Основные требования к выступлению: обоснованность принятого

решения, лаконичность, последовательность изложения позиций.

Капитан игровой группы отвечает на вопросы.

Этап предварительного анализа:

выступление экспертов, которые производят разбор игры;

обмен мнениями;

защита командами своих решений, оспаривание выводов.

Этап оценки

Эксперты оценивают:

степень достижения поставленных целей;

указывают причины невыполнения отдельных задач;

выставляют окончательные оценки участникам игры в баллах;

председатель экспертов констатирует достигнутые результаты, отмечает ошибки, формулирует окончательный итог игры.

Оценка исполнителей дается по следующим показателям:

- логическая обоснованность и верность принятых решений;
- умение быстро ориентироваться в ситуации;
- эмоциональная выразительность сыгранной роли.

Метод кейс-стади (case-study). Этот метод обучения на развернутых практических ситуациях, имитирующих реальную деятельность, на типичных примерах и частных случаях.

Цель технологии ситуативного обучения состоит в том, что основной акцент делается не на овладение готовыми знаниями, а на их самостоятельное добывание в процессе субъект-субъектного взаимодействия в системе «учитель – ученик». Партнерство в процессе овладения знаниями (общение на равных) является одним из основных принципов данной технологии обучения.

У участников кейс-стади есть свои функциональные роли. Обучающимся важно:

1) ознакомиться с материалами кейса, осмыслить идеи занятия;

3) выделить проблемы, которые выходят на первый план, и обдумать их;

4) обсудить ситуационную модель;

5) выдвинуть свои предложения, пробные (предварительные) выводы по решению проблемной ситуации.

Функции учителя

1) Разработка модели конкретной проблемной ситуации, которая сложилась в реальной жизнедеятельности субъекта. Эта модель представляет собой пакет учебного материала – кейс (текст объемом от 2–3 страниц). В тексте должно присутствовать противоречие (проблемная ситуация, конфликт) – предмет обсуждения.

2) Определение места кейса в структуре всего учебного курса, а также его место в структуре учебного занятия (или нескольких занятий).

3) Выбор ключевых вопросов, которые привлекут внимание слушателей к важным аспектам ситуационного задания, будут способствовать организации мысли, подтолкнут к активной совместной деятельности.

4) Ознакомление слушателей с целью, условиями и правилами работы с кейсом (заданной ситуацией).

5) Рассмотрение в аудитории таких дискуссионных вопросов, которые позволили бы слушателям последовательно давать ответы «с чем имеем дело?», «что необходимо сделать?», «что это значит?»

6) Обеспечение главного направления дискуссии, поддержка общего контекста ситуационного упражнения, оказание помощи в развитии идей, побуждение к рассуждениям, подведение обсуждения к определенным выводам.

7) Привлечение обучающихся к анализу выводов и написанию резюме дискуссии.

8) Создание психолого-педагогических условий для смены действительных ролей слушателя в ситуационном обучении – преобразование его с объекта в субъект этого процесса.

9) Анализ творческой деятельности обучающихся и принятых ими решений.

Особенности метода кейс-стади:

командная работа обучающихся в творческих группах;

- моделирование реальной динамической ситуации, которая может возникнуть в школьном коллективе, классе;
- наличие в ситуационном задании проблемы или конфликта (проблема может быть задана или условиями игры, или объективно возникать при необходимости управления объектом в условиях смены ситуации);
- наличие в ситуации проблемы, которая требует самостоятельных, не шаблонных решений;
- наличие мотивации, которая побуждает участников игры действовать, как в реальной жизни.

Результатом использования кейс-стади являются не только полученные знания, но и сформированные навыки ответственной личности, ее значимых качеств.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 КЛАССА
по проекту «Мы разные, мы равные»
Занятие 1
Тема «Хорошо, что я такой!»

Человек – целый мир,
и если хочешь постичь Вселенную,
познай сперва самого себя.
Абай Кунанбаев

Цель: формирование позитивного отношения к себе и другим через осознание общих и уникальных качеств.

Планируемые результаты:

у обучающихся появится интерес к своим особенностям и особенностям сверстников;

расширятся представления о равенстве прав окружающих, несмотря на существующие различия;

обучающиеся будут проявлять уважение, принятие и эмпатию в процессе общения как с похожими, так и непохожими на себя.

Ресурсы: колонки, коробка, яблоко, картофель, гранат, ручки, цветные карандаши, карточки с изображениями, бумага А4, лучики из желтой бумаги, клей или скотч, маленькое зеркальце.

Ход занятия

I. Введение

Игра «Нащупай разницу» (упражнение на развитие когнитивных, эмоциональных, физических и социальных навыков)

Обучающимся предлагается обратить внимание на коробку с сюрпризами, которая стоит на столе. Учитель приглашает трех обучающихся достать из коробки предметы, предварительно определив на ощупь, что там лежит. (В коробке лежат яблоко, картофель, гранат.)

Учитель дает детям задание определить, что между этими предметами общего, и что их отличает друг от друга. Итоги фиксируются на доске.

Картофель, яблоко, гранат	
Что общего?	Каковы различия?
1. Округлая форма. 2. Есть кожура, мякоть. 3. Все они съедобные. 4. Полезны для здоровья (содержат витамины).	1. Особенности формы: картофель овальный, неровный, шершавый; у граната твердая шершавая корка, хвостик; яблоко гладкое, круглое. 2. Разные места произрастания: картофель – в земле на огороде, гранат и яблоко – на деревьях в саду. 3. Относятся к разным родовым группам: картофель – овощ, яблоко и гранат – фрукты. 4. Разные по вкусу. 5. Разные по цвету. 6. Содержат разные витамины.

Вопросы для обсуждения

- Какие еще можете назвать предметы, которые одновременно имеют общее и различия? (Еда, напитки, одежда и т. п.)
- Можем ли мы так сказать про людей, про нас с вами?
- Много ли у нас с вами общих черт и различий? (Ответы детей)

Игра с карточками «Найди свою пару»

Каждому обучающемуся раздается по одной карточке с изображением предмета или явления, знакомого детям (например: яблоко, мяч, мороженое, котенок, книга, цветок и т. д.). В классе предусмотрено по два экземпляра каждой карточки, чтобы у каждого ребенка была возможность найти «свою пару».

После получения карточек учащиеся встают и начинают свободно перемещаться по классу. Их задача – найти другого ученика с такой же карточкой. Для этого они подходят друг к другу и показывают свои карточки. Если изображения совпадают, пара формируется. Если нет, дети идут дальше. Когда ученик находит свою «пару», они вместе хлопают в ладоши и садятся вдвоем за ближайшую парту.

После того как все пары сформированы, учитель дает короткое задание – обсудить, что еще общего между ними, кроме картинки (например, любимый цвет, игра, мультфильм и т. д.). Если дети затрудняются, учитель может предложить варианты на доске.

Учитель предлагает всем ученикам встать за черту, обозначенную заранее мелом на полу, и называет определенные черты личности, характеризующие ее социальную компетентность. Услышав то, что им подходит, дети переходят к другой черте, которую учитель также нарисовал мелом на полу. (В данной части игры можно использовать аплодисменты. Например, учащиеся хлопают своим одноклассникам, которые откликаются и встают под названные характеристики.)

Характеристики

Кто помогает родителям, сделайте шаг вперед.

Кто заботится о младших, ...

Кто любит своих друзей, ...

Кто проявляет уважение к старшим, ...

Кто любит говорить приятное другим, ...

Кто совершает добрые поступки и т. п.

Учитель делает вывод и подводит детей к теме занятия: «Мы с вами все разные, но равные в том, что все мы стремимся быть хорошими и доброжелательными людьми!»

Учитель заранее чертит на полу две линии (можно использовать мел, цветную ленту или скотч): одну на старте, другую напротив на расстоянии нескольких шагов. Все ученики становятся за начальную линию.

Затем учитель по очереди называет добрые или хорошие качества и поступки. Если ребенок узнает себя в этом описании, то он делает шаг вперед к следующей черте.

Примеры фраз, которые можно использовать

- Кто помогает родителям, сделайте шаг вперед.
- Кто заботится о младших, ...
- Кто любит своих друзей, ...
- Кто проявляет уважение к взрослым, ...

- Кто говорит другим добрые слова, ...
- Кто делает добрые поступки, ...

После каждой фразы класс может похлопать, поднять большой палец вверх или просто улыбнуться. Это создает теплую атмосферу и усиливает чувство ценности каждого ребенка.

Когда упражнение закончится, учитель подводит общий вывод: «Посмотрите, как много у нас с вами хороших качеств. Мы с вами все разные, но равные в том, что все мы стремимся быть хорошими и доброжелательными людьми!»

II. Основная часть

Просмотр мультфильма «Про Миру и Гошу» (серия «Обидно») https://www.youtube.com/watch?v=4cJ7YT6Zhis

После просмотра мультфильма учитель предлагает учащимся поделиться своими чувствами, ответив на вопросы.

Вопросы

- Почему Гоше было обидно?
- Как бы ты его утешил?
- Если бы у тебя была возможность выбрать себе суперспособность (суперсилу), какая бы она была?
- Для чего ты хочешь ее иметь?

Учитель обсуждает с учащимися разные варианты ответов и просит их объяснить свой выбор.

Учитель завершает обсуждение: «Мы можем иметь разные умения, силу, способности и тем самым отличаться друг от друга. В этом заключается уникальность каждого человека в отдельности. Но есть такие качества, которыми должны обла-

Игры на выбор	
Ролевая игра «Интервью с супергероем»	Игра «Разыскивается» (альтернатива игре «Интервью со звездой»)
Учитель предлагает учащимся распределиться по парам. В каждой паре есть один опрашиваемый (супергерой, персонаж из фильма, мультфильма или сказки) и один интервьюер, который задает герою интересующие его вопросы. Например: 1) Как тебя зовут? 2) Твой любимый цвет? 3) Любимый фильм / мультфильм? 4) Любимая песня? 5) Любимая книга / сказка? 6) Любимое блюдо? 7) Любимый стиль одежды? 8) Любимое хобби? 9) Твои лучшие качества? 10) Кем ты хочешь стать, когда вырастешь? 11) Какая у тебя мечта? Во время интервью участникам разрешается фантазировать и давать ответы за супергероя, а можно отвечать от себя. Для креативного проведения интервью предлагается использовать ручки, карандаши в качестве микрофона.	Учитель раздает учащимся бумагу формата А4 и просит их составить объявление о себе (набросать примерный портрет, привести сведения о росте, цвете волос, глаз, хобби и завершить текст словами: «Последний раз видели там-то...») Основное условие – не указывать имена. Затем учащиеся вешают листы на стену, и класс пытается найти автора каждого объявления.

дать абсолютно все люди». Учитель называет эти качества: быть доброжелательным к окружающим, проявлять уважение, помогать друг другу, уметь слышать себя и других. Учащимся предлагается дополнить этот список.

Далее учитель проводит игру.

Групповая работа: кейс-стади

Учитель делит класс на три группы. Каждой группе предлагается кейс для рассмотрения и поиска его решения.

1) В школе на перемене Тимур увидел двух дерущихся одноклассников. Что делать? Опиши его действия.

2) У Алии на планшете есть популярная игра, в которую хочет поиграть каждый. Как попросить у нее планшет так, чтобы никто не обиделся?

3) Кайрат очень сильно обидел своего друга, неосторожно нагрубив ему во время игры в догонялки. Что нужно сделать мальчику, чтобы помириться со своим другом?

III. Проектная деятельность

Постановка на новый лад известной сказки Г. Х. Андерсена «Гадкий утенок»

Обучающимся предлагается ознакомиться со сказкой и подготовить свою собственную сценку под девизом «Мы разные, но мы равные». Важно уделить большое внимание формированию коллективизма и сплоченности у обучающихся класса и зрителей.

Обучающимся предлагается поделиться на две или три команды (исходя из количества учащихся в классе), сочинить новую сказку и провести ее инсценировку до конца учебного года (согласовать точные сроки).

Задание для занятия 1

Просмотр небольшого отрывка из мультфильма и обсуждение по вопросам.

Вопросы

- Как вы думаете, почему утенка невзлюбили птицы на птичьем дворе?
- Почему утенку пришлось покинуть птичий двор?

Учитель: Ребята, вы сами увидели, что утенка не любили только потому, что он был не похож на других. И никто не хотел видеть и понимать, что у утенка доброе сердце.

Иногда так бывает и среди людей: мы оцениваем человека по внешности, не замечая его душевных качеств. Поэтому нужно помнить, что, если человек не похож на нас, выглядит по-другому – не так, как мы, это еще не значит, что он плохой. Любого человека нужно оценивать не по внешности, а по его делам, поступкам.

Вопросы для обсуждения

- Как утенка приняли на болоте?
- Каким словом можно назвать отношение к нему диких уток? (Безразличие, равнодушие)
- А как о нем говорили гусаки?
- Чем он привлек их внимание? (Своим необычным видом, который гуси называли уродством.)
- Как встретили утенка в ветхой избушке?
- Почему он ушел оттуда? (Его не понимали, все его желания и мечты считали глупостью.)
- Вспомните первую встречу гадкого утенка с лебедями. Что почувствовал утенок?
- Как вы думаете, каким был гадкий утенок, какими душевными качествами он обладал?

- Каким стал утенок, когда вырос?
- В кого он превратился?
- Как теперь относились все к молодому лебедю? (Любовались, любили, радовались.)

Задание к следующему занятию: сочинить каждой команде свою сказку.

IV. Подведение итогов

Упражнение «Солнечные лучики»

Для этого упражнения понадобятся: заранее вырезанные из желтой бумаги лучики (по 4–5 на ребенка), большой нарисованный круг на доске, клей или скотч, маленькое зеркальце.

Учитель начинает с интригующего вступления: «Ребята, у нас сегодня особенная задача! Видите это солнышко на доске? Оно пока без лучиков, и нам предстоит его «оживить». Но не просто так: каждый лучик будет означать что-то очень важное и доброе в нашем классе».

Дети внимательно рассматривают заготовку. Учитель продолжает: «Давайте попробуем угадать, какие лучики могут быть у нашего солнышка. Какие добрые качества есть в нашем классе?»

Дети начинают предлагать варианты: дружба, помощь, вежливость и т. д.

Учитель записывает некоторые идеи на доске, затем берет первый лучик: «Я добавлю первый лучик – доброта, потому что в нашем классе много добрых ребят. А теперь каждый из вас добавит свой лучик».

Учитель раздает детям бумажные лучики и помогает им сформулировать: «Саша, ты всегда аккуратно складываешь свои вещи. Давай сделаем лучик аккуратность. Маша, ты часто помогаешь другим. Может быть, лучик взаимопомощь?»

Когда все лучики прикреплены, учитель делает паузу и достает зеркальце: «А теперь самый главный секрет нашего солнышка. Видите, в центре пусто? Давайте поместим туда самое важное».

Учитель прикрепляет зеркальце в центр солнышка так, чтобы дети могли видеть свои отражения. «Смотрите! Самый главный лучик – это вы сами, ваши добрые сердца! Каждый из вас делает наше классное солнышко таким теплым и ярким».

Вопросы для обсуждения

- Кто может назвать лучик, который особенно понравился?
- Какие чувства вы испытываете, глядя на наше общее солнышко?
- Почему в центре оказалось зеркальце?

Если кто-то из детей сомневается, учитель мягко напоминает: «Помнишь, как ты вчера поделился красками? Разве это не заслуживает лучика щедрость? А когда ты помог собрать книжки – это же взаимопомощь».

В завершение учитель подводит итог: «Теперь наше солнышко будет напоминать нам, что в каждом из вас есть много хорошего. И когда кому-то будет грустно, можно просто посмотреть на него и вспомнить, какие вы все замечательные!»

Занятие 2

Тема «Богатство в многообразии, а сила в единстве»

Кемедегінің жаны бір.

У плывущих на одном корабле – душа одна.

Казахская народная мудрость

Цель: развитие навыков командной работы и чувства принадлежности к классу.

Планируемые результаты:

у обучающихся появится стремление быть частью коллектива, сплоченной команды;

расширятся представления обучающихся об уважительном отношении друг к другу;

сформируются навыки безоценочного суждения и эмпатичного отношения друг к другу.

Ресурсы: бумага А 4, ручки, карандаши, коробка, колонки, изолента.

Ход занятия

I. Введение

Приветствие-разминка «Давайте поздороваемся» (звучит песня «Кел билейік, балақай» https://youtu.be/PJIjJ_DJz7I?feature=shared)

Цель: взбодрить детей, активизировать память и внимание, настроить на занятие и продуктивное взаимодействие.

Упражнение «Улыбка»

Данное упражнение хорошо показывает роль невербальных средств общения при взаимодействии с другими людьми. Ведь не просто так говорят: важно не что человек говорит, важно, как он это говорит.

Материал: любой предмет.

Игра по типу «горячо-холодно».

Вызывается один доброволец. Он выходит за пределы помещения. С остальными участниками обсуждается, куда спрятать предмет.

Задача участников – невербально, используя только улыбку, направлять добровольца к предмету. Широкая улыбка означает, что выбранное направление верно, равнодушное выражение лица – неверно.

После разминки объявляется тема занятия.

II. Основная часть

Мини-упражнение «Поддержка»

Цель: помочь детям почувствовать поддержку и уважение товарищей.

Учащимся нужно встать парами лицом друг к другу. Стоять надо на одной ноге, не сходя с места. Когда детям становится трудно стоять на одной ноге, предложить подать друг другу руки. Дети увидят и поймут, что так устоять легче.

После игры учитель задает вопросы для раскрытия упражнения.

Вопросы

- Почему, когда вы подали друг другу руки, вам стало легче стоять?
- Что вы почувствовали, когда вам помогли?
- Как вы думаете, важно ли помогать другим людям?

Просмотр мультфильма “Сила слова” https://www.youtube.com/watch?v=XT7gISbL6pY

Цель: через сюжет показать, как важно разрешать конфликты через разговор.
Вопросы для обсуждения

1. Что почувствовал Гоша в начале и в конце?
2. Почему дедушка Гоши сказал, что давать сдачи- это не самая лучшая затея?
3. Бывали ли у вас такие же (похожие) ситуации?
4. Расскажите вашу историю. Чем она закончилась?
5. Часто ли такое случается в жизни?

<table>
<tr><td colspan="2">Упражнения на выбор
Цель упражнений: выработка стратегий командного взаимодействия в коллективе; понимание ценности командных отношений.</td></tr>
<tr><td>Групповая игра «Сила единства»</td><td>Упражнение «Переходим реку вброд с закрытыми глазами»</td></tr>
<tr><td>Учитель делит учащихся на группы и просит распределиться по парам каждую группу. Группам выдаются мелкие предметы, такие как игрушка, шахматная фигура. Учитель объясняет правила игры: удерживая предметы только указательными пальцами, надо одновременно сесть и одновременно встать, не уронив предметы. Затем это же упражнение выполняется по 5 человек, затем по 7, и каждый раз количество участников вырастает. На следующем этапе это же упражнение выполняется всем классом.</td><td>Упражнение готовится педагогом заранее. В трех-четырех метрах друг от друга наклеиваются линии-ограничители. Между ними в размер шага в хаотичном порядке на пол наклеиваются листы формата А4. Учащихся просят рассчитаться на первый-второй-третий. Дальше дети подходят к одной из линий.
Инструкция. С настоящего момента у участников с номером «три» закрыты глаза, и они не могут говорить. Всему классу необходимо перебраться из пункта А в пункт В. Сейчас вы находитесь в пункте А. Между линиями есть кочки. Вы можете наступать только на них. Если кто-то «сорвется» с кочки, весь класс возвращается в пункт А и начинает движение сначала. Если нарушаются другие правила, класс также возвращается назад и начинает задание сначала. Задание считается выполненным, когда весь класс окажется в пункте В.
Альтернативные условия для выполнения упражнения: поделить учащихся на 2–3 группы, завязать глаза одному из участников каждой группы, в то время как остальные дети, направляя, доводят его до финиша.</td></tr>
<tr><td>Обсуждение
Как вы себя чувствовали, когда вам подсказывали?
Было ли сложно довериться?
Почему важно уметь слушать и доверять в коллективе?</td><td>Обсуждение
Как вы себя чувствовали, когда вам подсказывали?
Было ли сложно довериться?
Почему важно уметь слушать и доверять в коллективе?</td></tr>
</table>

III. Проектная деятельность

Задания во время занятия

Заслушать придуманные сказки

Распределить роли среди участников группы

Нарисовать сюжеты по сочиненной сказке

Презентовать свои рисунки

Сложить рисунки в альбом согласно последовательности сюжетов

Задания к следующему занятию

Продумать свои версии дальнейшего развития событий по собственным иллюстрациям, что добавит свои версии дальнейшего развития событий.

Продумать и выучить слова своей роли.

IV. Подведение итогов

Упражнение

Учитель на бумаге А4 пишет слова вразброс по теме, например, поддержка, ежик, дружба, солнце и т. д., разрезает на части ножницами, формируя рукодельную мозаику. Затем делит класс на 3–4 группы по 6–7 человек, задает на время собрать из кусочков изображение, чтобы дети смогли прочесть слова. Кто первый собрал мозаику, та команда и читает первой. После окончания все друг другу хлопают.

V. Рефлексия

Упражнение «Цветная ладошка»

Ученикам предлагается выбрать цвет, который отражает их отношение к занятию, раскрасить свою ладонь и оставить отпечаток на общем ватмане.

Толкование цветов

Зеленый – «Мне понравилось, было полезно и интересно».

Желтый – «Мне было интересно, но что-то было сложно».

Красный – «Было трудно, мне не все понятно».

В завершении занятия учитель благодарит детей за активную работу, говорит добрые слова каждому участнику и подводит итог: «Мы все очень разные: по характеру, интересам, внешности. Но когда мы вместе, помогаем друг другу и поддерживаем, то становимся сильной и дружной командой. В многообразии наша красота, а в единстве сила!»

Вопросы для обсуждения

- Что нам помогает и что мешает понимать друг друга?
- Пробовали ли вы чаще представлять себя на месте другого человека?
- А были ли случаи, когда вас неправильно поняли?
- Какие эмоции вы тогда испытывали?

Игра «Перепутанные буквы. Найди друга»

Необходимо отгадать мультипликационных героев, у которых есть друзья, но в именах этих героев буквы перепутаны.

1. Мертвая царевна и … ГОБТЙРАЫЕ 7 (7 богатырей)
2. Мақта қыз бен ҚЫСЫМ (Мысық)

Занятие 3
Тема «Ты и я – мы с тобой друзья!»

Ынтымақ болмай іс оңбас.
Без единства ни в одном деле толку нет.
Казахская народная мудрость

Цель: формирование навыков позитивного общения и сотрудничества.

Планируемые результаты:

совершенствуются навыки позитивного общения и командообразования;

сформируются правила общения и поведения для успешного взаимодействия в классе;

улучшится умение понимать и слышать друг друга.

Ресурсы: колонки, пластилин, цветная бумага, бумага А4, карандаши цветные, газетные листы, маркеры, ватман.

Ход занятия

I. Введение

Разминка «Сделай, как я»

Учитель предлагает детям выполнить простую разминку. После каждой строчки учитель показывает соответствующее движение, а дети повторяют его хором и двигаются вместе с ним. Перед началом упражнения можно сказать: «Сейчас мы вместе сделаем веселую зарядку, которая покажет, что в нашем классе у каждого есть свои особенности, но вместе мы сильные и дружные».

Текст рифмы и движения к каждой строке

«Ты умеешь быстро бегать» – дети бегают на месте, высоко поднимая колени.

«Я люблю скорее петь» – прикладывают ладонь к губам, как будто поют в микрофон.

«В этом классе есть у каждого» – указывают на себя, на соседей, показывают в разные стороны.

«Чем гордиться, что отметить?» – делают круг руками перед грудью, как будто держат что-то важное, затем хлопают в ладоши.

После одного полного повторения можно пройтись по рифме второй раз чуть быстрее или с большей энергией, поощряя детей радоваться и участвовать всем телом.

Эта разминка помогает детям включиться в занятие, почувствовать контакт с классом и перейти к следующему этапу в положительном эмоциональном состоянии.

II. Основная часть

Мини-рассказ «Асан қайғы – мудрец, который мечтал о земле добра»

Когда-то давно в казахских степях жил великий мудрец по имени Асан қайғы. Его имя переводится как Асан-печаль, потому что он много думал о судьбе народа и переживал за его будущее. Он был не просто мыслителем, но и поэтом, философом, старейшиной и советником ханов.

Асан қайғы много путешествовал по бескрайним степям, горам, рекам. Он не искал золото или славу. Он мечтал найти особое место – Жерұйық. Это была земля мира, справедливости и согласия, где все люди живут дружно, где никто не обижает другого, где каждый чувствует себя в безопасности и нужным. Теперь его мечта превратилась в надежду, а надежда живет в каждом добром деле.

Упражнение «Путешествие к месту назначения»

После рассказа об Асан қайғы учитель объясняет детям, что сегодня они тоже станут путешественниками. Но их путь будет необычным. Вместо гор и степей они пройдут через станции, каждая из которых поможет узнать, как строится настоящая дружба.

Инструкция. В классе заранее обозначаются остановки маршрута. Их можно нарисовать на полу, выложить бумагой или отметить стикерами. Учитель рассказывает, что у каждой станции есть свое название и задание, которое нужно выполнить вместе. Ученики становятся в круг или в колонну по парам и начинают двигаться по маршруту. На каждой остановке учитель кратко объясняет, что нужно сделать.

Путешествие начинается со «Страны добрых слов». Здесь каждый ребенок говорит соседу приятное слово. Это может быть благодарность, комплимент или просто теплая фраза.

Затем дети переходят в «Лес помощи». На этой остановке нужно помочь друг другу, подать упавший предмет, поддержать жестом, улыбкой или словом. Для упрощения можно подготовить заранее сценарии помощи.

Далее маршрут ведет к «Мосту прощения». Здесь дети немного молчат, вспоминают момент, когда кого-то обидели или сами были обижены. После этого мысленно говорят: «Я прощаю» или «Я хочу, чтобы меня простили».

Следующая остановка – «Площадка дружных игр». Ученики вместе выполняют короткое веселое задание: передают мяч, хлопают в ладоши или повторяют движения друг за другом. После этого все поднимаются на «Гору согласия». Здесь весь класс встает плечом к плечу и одновременно поднимает руки вверх, произнося вслух: «Біз біргеміз!» – «Мы вместе!». Так они показывают, что умеют быть единым и дружным коллективом.

Финальной точкой маршрута становится «Страна дружбы». Там размещен ватман, стенд или большая бумага, на которой каждый ребенок оставляет символ своего участия. Это может быть наклейка, отпечаток ладони, маленький рисунок или просто имя. Таким образом дети создают общее пространство, где каждый важен.

Когда путешествие завершено, учитель предлагает детям поделиться своими впечатлениями.

Вопросы для обсуждения

- Что запомнилось больше всего?
- Где было особенно приятно?
- Было ли что-то сложное?
- Хотели бы вы, чтобы наш класс всегда оставался таким же дружным?

В завершение учитель благодарит детей за участие, отмечает, как красиво они прошли этот путь, и говорит, что настоящая дружба начинается с маленьких шагов: с доброго слова, внимания и желания быть рядом.

Упражнение «Правила общения в классе»

Учитель предлагает составить правила общения и поведения в школе, написав их маркерами на ватмане. Получившийся плакат после выполнения задания можно повесить в классе.

Вопросы для обсуждения

- Как вы думаете, что необходимо для того, чтобы общаться дружно, сохранять мир и согласие в нашем классе?
- Какие правила нужно соблюдать для успешного сотрудничества?

Примеры правил

Правило 1. Говорить по очереди, не перебивать друг друга.

Правило 2. Не использовать в обращениях грубые выражения.

Правило 3. Если что-то непонятно, нужно обязательно переспросить.

Правило 4. .....

Правило 5. .....

III. Проектная деятельность

Задания во время занятия

Разделиться на группы (по своим сказкам) и создать аппликации из цветной бумаги, пластилина, рисунков по мотивам сочиненных сказок «Гадкий утенок на новый лад».

Цель: совершенствовать способность замечать характерные особенности предметов и передавать их средствами изображения; воспитывать самостоятельность и безоценочное отношение друг к другу.

Вопросы для обсуждения

- Какой характер у героя? Положительный или отрицательный?
- Чем он отличается от других?
- Почему вы выбрали именно эти цвета, размеры и т. д.?

Задания к следующему занятию

Подготовить костюмы и атрибуты.

Провести репетиции.

IV. Подведение итогов

Упражнение «Живой флешмоб»

Инструкция. Учитель объясняет детям, что сейчас будет называть разные ситуации, и если они с ними согласны, нужно выполнить указанное движение. Это не соревнование, а способ порадоваться своим хорошим поступкам. Завершает упражнение общее действие «Мы вместе!»: дети делают круг руками или касаются ладоней друг друга.

Примеры фраз

- Если ты сегодня улыбался другу, хлопни в ладоши!
- Если ты помог кому-то, повернись вокруг себя!
- Если ты сказал доброе слово, подпрыгни один раз!
- Если ты играл с кем-то новым, покажи сердечко руками!
- Если тебе было весело, сделай большой круг руками!
- Если ты заметил, что кто-то грустил, помаши рукой!
- Если ты хочешь, чтобы в классе была дружба, шагни вперед!
- Если ты готов быть добрым и завтра, сделай два хлопка!
- В конце учитель говорит: А теперь все вместе скажем: «Біз біргеміз!» / «Мы вместе!» и похлопаем друг другу.

Занятие 4
Тема: «В мире с собой и другими»

Милосердие, любовь, доброжелательность,
искренность исходят от чистого сердца,
бескорыстного сердца.
Честный, разумный
человек не станет чинить зла другим,
ему чужды пустое бахвальство
и постыдный эгоизм.
Шакарим Кудайбердиев

Цель: развитие умения осознавать свои чувства и поведение, строить уважительные и доброжелательные отношения со сверстниками.

Планируемые результаты:

усилится потребность обучающихся в создании и поддержании уважительной и дружелюбной атмосферы в классе;

расширятся представления детей о путях достижения согласия и взаимопонимания в коллективе;

улучшатся навыки эффективного взаимодействия в коллективе.

Ресурсы: бумага А4, ручки, цветные карандаши, проектор.

Ход занятия

I. Введение

Для этого упражнения понадобится небольшая сумочка или красивая коробка и зеркальце размером 6–9 см. Зеркальце нужно закрепить внутри так, чтобы, когда ребенок откроет сумочку, он сразу увидел свое отражение.

Учитель начинает с интригующего вступления: «Ребята, у меня здесь спрятан портрет самого доброго, отзывчивого и замечательного человека в нашем классе! Давайте попробуем угадать, кто это». Дети высказывают свои предположения, называя имена одноклассников и объясняя свой выбор.

После того как все варианты высказаны, учитель предлагает каждому ученику по очереди заглянуть в сумочку и посмотреть на «портрет». Важно попросить детей не говорить вслух, что они увидели, чтобы сохранить интригу для остальных. Когда все заглянут внутрь, окажется, что каждый увидел свое отражение в зеркале.

Вопросы для обсуждения

- Кто согласен с увиденным?
- А кто не согласен? Почему?
- Какие чувства у вас вызвало увиденное?

Если кто-то из детей сомневается, можно мягко напомнить о его хороших поступках: «А помнишь, как ты вчера помог другу? Разве это не добрый поступок?» Также можно спросить: «Какие чувства у вас вызвало это упражнение? Что вы почувствовали, когда увидели себя?»

II. Основная часть

Упражнение «Лаборатория понимания»

Для этого упражнения понадобятся: заранее подготовленные цветные очки (из прозрачной пленки или цветной бумаги), карточки с изображением различных ситуаций, мольберт или доска для записи идей.

Учитель начинает с интригующего вступления: «Ребята, сегодня мы с вами станем настоящими учеными! В нашей лаборатории есть особенные приборы – волшебные очки. Они помогают увидеть то, что обычно скрыто от глаз – чувства других людей».

Дети с интересом рассматривают разноцветные очки. Учитель продолжает: «Давайте проверим, как работают наши приборы. Представьте, что через эти стекла мы видим не просто мир, а эмоции и переживания людей вокруг нас».

Учитель берет первую карточку с ситуацией: «Перед нами первая задача: мальчик уронил портфель, и все тетради рассыпались. Как наши очки помогут понять, что он чувствует?»

Дети по очереди надевают очки и высказывают предположения: «Он расстроен», «Ему нужна помощь», «Он смущается» и т. д. Учитель записывает все идеи на доске.

Затем учитель предлагает практическое задание: «А теперь давайте протестируем наши очки в действии. Кто хочет показать, как можно помочь в этой ситуации?»

Дети разыгрывают сценку помощи, после чего учитель подводит промежуточный итог: «Отлично! Наши очки действительно работают: вы смогли увидеть чувства и найти правильное решение».

Учитель переходит к следующей карточке: «Следующая задача сложнее: девочка плачет в углу класса. Что говорят нам очки о ее состоянии?»

Дети снова надевают очки и анализируют ситуацию: «Ей грустно», «Может быть, ее обидели», «Нужно ее утешить». Учитель записывает новые варианты.

Вопросы для обсуждения

- Какие эмоции вы смогли «разглядеть» через волшебные очки?
- Почему важно замечать чувства других людей?
- Как можно помочь, когда видишь, что кому-то грустно или обидно?

Если кто-то из детей затрудняется, учитель мягко направляет: «Помнишь, как вчера ты заметил, что твой друг расстроен? Что ты тогда сделал? Давай применим этот опыт сейчас».

В завершение упражнения учитель делает важное обобщение: «Сегодня мы с вами сделали важное открытие – специальные приборы не нужны, чтобы видеть чувства других. Достаточно быть внимательным и добрым, тогда сердце само становится такими волшебными очками!»

Просмотр мультфильма о Ежике и зверятах. https://www.youtube.com/watch?v=ioxMjTfFlj0

Или чтение сказки педагогом

Сказка «Мы все разные, но все важные»

В одно осеннее утро в лесную школу пришел новый ученик. Это был Ежик. Он очень стеснялся, ведь все смотрели на него с удивлением: у него были иголки, которые торчали во все стороны. Он был ни на кого не похожим. Когда он пытался пройти к парте, его иголки цепляли стульчики, роняли книги и карандаши. Ежик смущался еще больше, но Белочка улыбнулась и махнула ему рукой: «Все хорошо!»

Потом Ежик сел в школьный автобус, но все места были заняты, или зверята осторожно отсаживались: вдруг иголки уколют! На переменах Ежик сидел один на лавочке. Ребята кинули ему мяч, пригласили поиграть в футбол, но когда мяч упал на иголки, он сдулся. Зверята огорчились, что больше нет мяча дли игр. Ежик снова отошел в сторону, потому что и играть с ребятами у него не получается.

На детской площадке маленький Кабанчик качал друзей на качелях, но Ежика обошел стороной. Зверята хотели дружить с ним, но боялись пораниться об его иголки.

В школьном автобусе Белочка пригласила его сесть рядом. Он осмелился. Но вдруг автобус подскочил на яме, и иголка коснулась мордочки Белочки. Ежику стало так жаль, что он тихо пересел и ехал один...

Так шли день за днем, неделя за неделей, и вот уже настала зима. Ежик так и не смог с кем-то подружиться и старался сидеть один. Он не понимал, как подружиться, когда ему мешают его иголочки, ведь его иголочки – это часть него самого!

В конце последнего урока Ежик задержался в классе. Остальные уже собирались выходить, но смотрели на него, шептались. Ежик подумал, что они снова смеются над ним, и стал еще грустнее. Но на улице его ждал сюрприз: все зверята стояли и держали красивую коробку. Они подарили ее Ежику. Он тут же открыл ее и начал искать подарок, но ничего не нашел. Внутри был только мягкий наполнитель. Ежик оглянулся в непонимании. Белочка достала кусочек наполнителя, закрыла иголку на спине ежика. Другие сделали то же с другими иголками. И когда его иголочки перестали быть такими опасными, все зверята кинулись обнять его!

Теперь Ежик не чувствовал себя одиноким. Его приняли. Его полюбили. Он был все тем же ежиком, но теперь с друзьями. А главное – он понял: даже если ты немного отличаешься от других, это не мешает тебе быть любимым. И зверята тоже поняли: иногда, чтобы подружиться, нужно просто найти мягкий способ подойти друг к другу.

С тех пор Ежик стал играть, смеяться и радоваться вместе со всеми. А на двери их класса висела надпись: «Мы все разные, но все важные».

Мораль сказки. Иногда нам кажется, что кто-то слишком «другой», и мы боимся подружиться. Но часто за колючками скрывается доброе сердце. Ежик не мог изменить себя, но друзья нашли способ приблизиться к нему, потому что доброта всегда сильнее страха, а дружба рождается, когда мы стараемся понять друг друга. У каждого свои особенности, и это делает нас уникальными, а не чужими.

Обсуждение

1. Кто был новеньким в лесной школе?
2. Почему другим зверятам было непросто подружиться с Ежиком?
3. Что чувствовал Ежик, когда сидел один?
4. А что он сделал плохого? Или он просто был другим?
5. Ты когда-нибудь чувствовал себя одиноким?
6. Как ты думаешь, Ежику было грустно, обидно или страшно?
7. Как зверята помогли Ежику в конце сказки?
8. Что почувствовал Ежик, когда его обняли?
9. Что нам нужно делать, если кто-то в классе «другой»?
10. Как мы можем показать, что хотим подружиться?
11. Почему важно пытаться понять друг друга?

III. Проектная деятельность

Задания во время занятия

Заслушать придуманные сказки

Распределить роли среди участников группы

Нарисовать сюжеты по сочиненной сказке

Презентовать свои рисунки

Сложить рисунки в альбом согласно последовательности сюжетов

Задания к следующему занятию

Продумать свои версии дальнейшего развития событий по собственным иллюстрациям, что добавит свои версии дальнейшего развития событий.

Продумать и выучить слова своей роли.

IV. Подведение итогов

Заключительное упражнение «Нарисуй себя»

Учитель просит детей достать их рисунки на тему «Каким человеком ты себя видишь в будущем?», нарисованные в начале урока, и дает возможность изменить и дополнить их: «Каким я себя вижу в будущем после пройденного занятия?»

В завершение занятия учитель желает всем добра, взаимопонимания и человечности, напоминая о том, что в многообразии – наше богатство, а сила – в единстве. Он благодарит каждого ребенка за успешное и плодотворное занятие.

Упражнение «Если бы я был...» (дополнительное)

Инструкция. Учитель предлагает ученикам продолжить фразы. Начало фраз

Если бы я был Ежиком в новой школе, я бы чувствовал себя ...

Если бы у меня были иголки, и все боялись меня, я бы хотел, чтобы ...

Если бы я, как Ежик, нечаянно уколол друга, я бы ...

Если бы я был новеньким в классе, я бы ...

Если бы я был Белочкой, я бы сказал Ежику ...

Если бы рядом со мной сел колючий друг, я бы ...

Если бы я видел, что кому-то грустно, я бы ...

Если бы я был другом Ежика, я бы придумал, как ...

Если бы я увидел, что кто-то сидит один, я бы ...

Если бы я знал, как помочь, я бы ...

Если бы я был другом, который никого не дразнит ...

Если бы я был заботой, я бы ...

Если бы я был теплым пледом, я бы обнял ...

Если бы я был мягким наполнителем, я бы помог ...

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 2 КЛАССА
по проекту «Я + ты = мы»
Занятие 1
Тема «Мой дружный коллектив, и я в нем»

Настоящий друг с тобой, когда ты неправ.
Когда ты прав, всякий будет с тобой.
Народная мудрость

Цель: формирование дружного классного коллектива.

Планируемые результаты:

обучающиеся стремятся быть дружными, проявлять чуткость в общении с окружающими;

имеют представления о роли друзей в жизни человека, качествах настоящего друга, правилах поведения с друзьями;

умеют проявлять дружеские качества в процессе взаимодействия с одноклассниками.

Ресурсы: таблички с половинками содержания пословиц, карточки с незаконченными фразами, бумага А1 (ватман), фломастеры, постеры, презентация.

Ход занятия

I. Введение

Раскрытие понятия дружба. Пословицы о дружбе

Игра «Собери пословицу»

Начало пословиц – слева, продолжение – справа. Соотнесите начало и конец, чтобы получилась полная и правильная пословица.

Прочтите пословицы, которые у вас получились.

Обсуждение

Вывод. Дружба – это дар, данный человеку. Поэтому каждый из нас не только должен ценить истинных друзей, но и сам должен быть хорошим другом.

Чтение текста «Притча о дружбе»

Как-то два друга много дней шли по пустыне. Однажды они поспорили, и один из них сгоряча дал пощечину другому. Его друг почувствовал боль, но ничего не сказал. Молча он написал на песке: «Сегодня мой самый лучший друг дал мне пощечину».

Друзья продолжали идти и через много дней нашли оазис с озером, в котором решили искупаться. Тот, который получил пощечину, едва не утонул, и друг спас его. Когда он пришел в себя, то высек на камне: «Сегодня мой самый лучший друг спас мне жизнь».

Первый спросил его:

– Когда я тебя обидел, ты написал на песке, а теперь ты пишешь на камне. Почему?

И друг ответил: «Когда кто-либо нас обижает, мы должны написать это на песке, чтобы ветры могли стереть это. Но когда кто-либо делает что-либо хорошее, мы должны высечь это на камне, чтобы никакой ветер не смог бы стереть это. Научись писать обиды на песке и высекать радости на камне».

Вопросы для обсуждения

- Какими качествами должен обладать настоящий друг?
- Надо ли уметь прощать обиды, помнить хорошее, что сделал для вас друг?
- Что ваш друг сделал для вас хорошего?

Учащимся предлагается определить цель проекта. После заслушивания ответов на доске записывается цель. Например: «Научиться дружить и ценить дружбу с друзьями».

II. Основная часть. О роли общения с друзьями в классе

В отличие от семьи, людей в коллективе объединяют не родственные отношения, а работа, которую они выполняют. Например, на фирме вместе трудятся менеджеры, финансисты, секретари-референты и т. д., в школе – учителя, повара, технические работники, библиотекарь, медсестра и др.

Каким должен быть коллектив?

Коллективом называется группа людей, объединенных общей работой или учебой, общими интересами или взглядами. Школьный класс может стать коллективом. Люди, которые входят в коллектив, – товарищи.

Аудиочтение. Стихотворение Владимира Лифшица «Два козла»

Однажды на лужайке подрались два козла,
Подрались для забавы, не то чтобы со зла.
Один из них тихонечко приятеля лягнул,
Другой из них тихонько приятеля боднул.

Один лягнул приятеля немного посильней,
Другой боднул приятеля немного побольней.
Один разгорячился, лягнул, что было сил,
Другой его рогами под брюхо зацепил.

Кто прав, а кто виновен – запутанный вопрос,
Но уж козлы дерутся не в шутку, а всерьез.
Я вспомнил эту драку, когда передо мной
На школьной перемене такой же вспыхнул бой.

Вопросы для обсуждения

- Были ли у вас подобные ситуации?
- Как вы находили выход из них?
- Общались ли вы со своим товарищем после подобной ситуации?

Вывод. Взаимопонимание – это согласие. Оно связано с умением думать перед тем, как что-то сделать или сказать. Не согласен с чем-то, скажи, почему ты против, но не дерись. Всегда общайся с друзьями, высказывайся.

Игра «Мы с тобой похожие»

Цель: направить мышление учащихся на поиск сходства у различных людей по разнообразным вариантам признаков.

Задача игроков – найти сходство с одноклассниками и пригласить в круг ученика на основании этого сходства. Повторяться нельзя. Например: «Асель, мы с тобой живем в одном доме», «Тимур, мы с тобой одного роста». Участники становятся вдоль стены или по периметру классной комнаты. Учитель или ведущий становится в центр комнаты и приглашает ученика на основании сходства: «Аида, у нас с тобой одинаковые имена». Аида выходит в круг и ищет сходство со следующим одноклассником. Игра продолжается до тех пор, пока все участники не окажутся в кругу.

Педагог подводит итог: «Как много у нас общего! Сходство можно найти с любым человеком. Сейчас вы только учитесь дружить. А чтобы дружба была крепкой, нужно соблюдать законы. Существует много законов дружбы. Вот некоторые из них».

Информационный блок. Основные законы дружбы

Дети по очереди вытягивают карточки и читают.

- Один за всех, и все за одного.
- Уважайте друг друга и помогайте друг другу.
- Радуйтесь вместе с друзьями.
- Не обижайте друзей и всех, кто вас окружает.
- Не оставляйте друзей в беде, не подводите их, не предавайте, не обманывайте, не нарушайте своих обещаний.
- Берегите друзей, ведь друга потерять легко.
- Старый друг лучше новых двух.

Групповая работа

Цель: организовать мини-исследование в малых группах на основе новой информации.

Класс делится на 3 группы. Каждая группа завершает фразы.

Я считаю свой класс ....., потому что .....

Я имею друзей в классе ....., потому что .....

Я не смогу обидеть друга ....., потому что .....

Я всегда буду ..... своего друга.

Затем учитель собирает карточки, перемешивает их и снова раздает детям. Фразы зачитываются и обсуждаются.

III. Проектная деятельность

Задания во время занятий

Вопрос: если наш класс будет очень дружным, то на что это повлияет?

Учитель проводит обсуждение, и все вместе формулируют гипотезу проекта.

Например, если наш класс станет очень дружным, то у нас будут успехи в учебе, ..., ..., ... и т. д.

Учитель: Для того чтобы каждый из вас помнил значение дружбы с одноклассниками, не нарушал доброжелательные отношения в коллективе, необходимо разработать правила, которые будут описывать действия каждого человека.

Учащиеся остаются в своих группах. Учитель демонстрирует структуру проекта (слайд). Проект состоит из 3 заданий для 3 групп.

1-я группа. Придумать Правила поведения дружного класса

2-я группа. Придумать Памятку общения с одноклассниками

3-я группа. Придумать Девиз дружного класса

Цель проекта: формирование межличностных отношений в детском коллективе на основе доверительных отношений и эмоциональной устойчивости каждого ученика, выраженных в содержании правил, памяток, девизах класса.

Правила – это нормативный документ, которым устанавливаются процедурные нормы, определяющие порядок осуществления какого-либо рода деятельности человека, предписания, на основе которых нужно выполнять определенные действия, устанавливающие порядок. Например, когда вас принимали в школу.

Памятка – это документ, который описывает действия человека.

Например:

- Помни закон нашей жизни: один за всех, и все за одного.
- С хорошим товарищем веселее при удаче, легче в беде.
- Будь вежлив со своими товарищами: не давай им прозвищ и кличек, разговаривая, не кричи, не забывай говорить «волшебные слова» («спасибо», «пожалуйста» и др.), здоровайся при встрече, прощайся при расставании.
- Если знаешь интересные игры или что-то умеешь делать, научи других.
- В играх не будь грубым, не кричи.
- Не спорь с товарищем по пустякам, не ссорься, старайся работать и играть дружно.
- Не ябедничай. Если друг в чем-то не прав, скажи сразу об этом; останови товарища, если он занимается чем-то плохим.
- Играй с малышами, не обижай их; если они поссорились, помири их, разними драчунов.
- Не зазнавайся, если у тебя что-то хорошо получается.
- Не сердись и не падай духом, если у тебя что-то не выходит.
- Девиз – это краткое изречение, выражающее руководящую идею поведения или деятельности людей, призыв, под которым строго следуешь своим принципам и устоям, им невозможно изменять. У каждого из нас есть свои стремления, свои правила и свой девиз, ведущий по жизни. Девиз объединяет общую деятельность членов коллектива, призывает к дружбе, единению, созданию доброжелательной атмосферы в классе. Например: «Следопыт – это человек (ученик) который собирает новые знания» (по словарю С. И. Ожегова). Может, станем следопытами? А девиз следопытов может быть таким:
- Учить писать, учись считать – важнее нет науки! Тот, кто стремится все узнать, совсем не знает скуки!
- Дружба, верность, отвага, удача помогут решить нам любую задачу!

Выставка книг о друзьях и дружбе

- Ученики вешают в классе новую полку и приносят любимую или другую, уже прочитанную книгу.
- Читают интересные сказки о дружбе, характеризуют главных героев произведений, отвечают на вопросы.
- Дарят своим друзьям не только книги, но и хорошее настроение.
- Наиболее популярная книга презентуются общественности школы: школьный сайт, школьное мероприятие.
- В конце учебного года книге присваивается «звание» Книга-рекордсмен прочтения года.
- В свободное время ученики могут прочитать любую из этих книг.
- Задания к следующему занятию
- 1. Взять интервью у родителей «Истории о школьной дружбе».
- 2. Начать создавать книги. Это вполне по силам каждому ребенку. Главное – не бояться фантазировать.
- Складывайте лист альбома пополам. Получается «книжка» из 4 страниц. Первая страница – обложка. На обложке подписывайте название книжки. Обязательно выбирайте такое название, чтобы из него было понятно, о чем говорится в книжке. На второй странице напишите девиз дружного класса, который вы придумали на занятии и подпишите свой класс (например, 2 «А»). Следующие страницы станут содержанием сказки, которую вы сочините на следующем занятии.

IV. Подведение итогов

Учащиеся каждой группы представляют свои проекты, защищают их все вместе (хором, зачитывают по одному и т. д.).

По завершении занятия учитель желает всем дорожить школьной дружбой, беречь дружеские отношения со сверстниками, быть внимательными и добрыми к друзьям.

Раздаточный материал: карточки с текстами пословиц: «Не имей 100 рублей», «а имей 100 друзей», «Друга ищи,», «а найдешь – береги», «Дружба не гриб – », «в лесу не найдешь», «Дружба, что стекло: сломаешь – », «не починишь».

Занятие 2
Тема «Наши интересы укрепляют дружбу»

Дружба дороже богатства.
Народная мудрость

Цель: сплочение коллектива в процессе совместной творческой деятельности.

Планируемые результаты:

обучающиеся испытывают потребность в коллективной творческой деятельности;

имеют представление об эффективных способах взаимодействия в процессе коллективной творческой деятельности;

умеют сотрудничать, оказывать дружескую поддержку в процессе совместной деятельности.

Ресурсы: цветные карандаши, краски, бумага А4, ножницы, картон, фломастеры, карточки с заданиями.

Ход занятия

I. Введение

Говоря о дружбе, нельзя не сказать и о таком важном понятии, как порядочность.

Обсуждение

Приходилось ли вам слышать, как взрослые о ком-то говорят: «Порядочный человек»? И задумывались ли вы над тем, что означает слово «порядочный»?

Может быть, это человек, который любит порядок, аккуратно одет, не разбрасывает свои вещи, аккуратно относится к учебникам, вовремя приходит в школу?

Да, корень этого слова – «порядок». Но речь идет не о простом порядке, а об устройстве самой жизни. Этот порядок – верность, честность, благородство, умение понять чужую беду и радоваться чужой удаче как собственной. Чем больше такого порядка будет вокруг нас, тем счастливее будут жить люди.

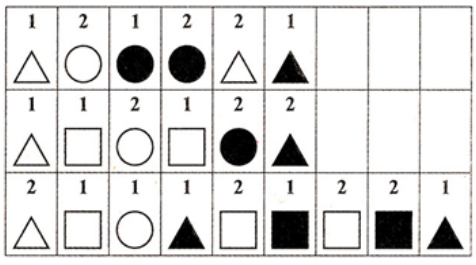
Порядочность лежит в основе многих человеческих поступков: заступиться за младшего, которого обижают, уступить старшему по возрасту место в автобусе, прийти на помощь старому человеку – все это проявления порядочности. Лишь у порядочного человека могут быть настоящие, верные, надежные друзья. Друзья на всю жизнь.

II. Основная часть

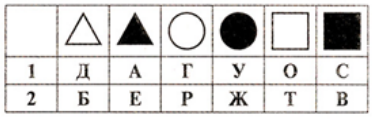
Мозговой штурм

Выполнение развивающего задания. Работа в парах

Дети должны расшифровать пословицу, выражающую главную мысль этого занятия. Они получают распечатки задания.



Код:



Ответ: дружба дороже богатства.

Педагог обсуждает с детьми смысл этой пословицы: «Перед вами весы. На одной чаще дружба, а на другой – богатство. Какая чаша перевесит? Что важнее? Конечно, дружба перевесит чашу весов, потому что рано или поздно деньги закончатся, а дружба остается навсегда».

Обсуждение проблемных ситуаций в группах

Группам предлагается обсудить следующие ситуации и ответить на вопрос «Как бы я поступил?»

- Твой друг не сделал домашнее задание и просит твою тетрадь, чтобы списать.
- Твой друг предлагает тебе поступить плохо.
- Твой друг получает плохие отметки за четверть, и тебе запрещают с ним дружить.
- Каждая группа представляет свои ответы.
- Вопрос для обсуждения
- Как вы думаете, какие поступки и действия способствуют укреплению товарищеских и дружеских отношений в коллективе?

Вывод. Только взаимная помощь в учебе, труде, взаимная выручка и поддержка в преодолении встречающихся трудностей в учении и делах будет содействовать укреплению товарищеских отношений. Не стоит спорить по пустякам, зазнаваться. Если что-то получается лучше, нужно научить своего одноклассника. Необходимо проявлять чуткость и внимание не только в больших делах, но и в мелочах, в повседневных делах.

Упражнение «Что ты чувствуешь, когда ...?»

Рассмотрите рисунок и запишите эмоции, которые вызывают у вас подобные ситуации в классе.

Вопросы для обсуждения

- Что нам помогает и что мешает понимать друг друга?
- Пробовали ли вы чаще представлять себя на месте другого человека?
- А были ли случаи, когда вас неправильно поняли?
- Какие эмоции вы тогда испытывали?

Игра «Перепутанные буквы. Найди друга»

Необходимо отгадать мультипликационных героев, у которых есть друзья, но в именах этих героев буквы перепутаны.

1. Мертвая царевна и … ГОБТЙРАЫЕ 7 (7 богатырей)
2. Мақта қыз бен ҚЫСЫМ (Мысық)
3. Белоснежка и … 7 ВМГООН (7 гномов)
4. ЕрТөстік және…РАһАДЙА (Айдаһар)
5. Вини-Пух и … КЧТПЯАО (Пятачок)
6. Малыш и … НСРКАЛО (Карлсон)
7. Буратино и …АИЬАМЛВН (Мальвина)
8. Қарлығаш пен ….. ТІУӘД (Дәуіт)
9. Крокодил Гена и …АШРБЧЕУАК (Чебурашка)
10. Наф-Наф и … ФУН-УНФ (Нуф-Нуф)

Просмотр мультфильма «Пчелка и муха» https://youtu.be/ONtin1-ZUs0?si=ngGiAaPVqcmjaRKK

При просмотре мультфильма подумайте, на кого вы хотите быть похожим.

Обсуждение смысла сюжета в группах по вопросам

- Где советовала побывать комару муха?
- Что предложила пчела?
- Кого вы выбрали бы себе в друзья? Почему?
- Почему муха не видела на лугу прекрасных лилий?
- Какой вывод можно сделать?

Вывод. В жизни каждый ищет то, что он хочет, одни похожи на пчелку и во всем видят только хорошее, и главное – эти люди совершают красивые поступки. А другие похожи на муху и во всем видят плохое. Мне хотелось бы, чтобы мы с вами видели только красивое!

III. Проектная деятельность

Задания во время занятия

Сочинение сказки

Разделить учеников на 4 группы

Ситуации для групп

Группа 1. За углом школьного двора после уроков два лохматых типа поджидают ребят. Появляется группа второклассников …

Какой закон дружбы важен в данной ситуации? (Предлагай помощь товарищу. Не оставляй его в беде.)

Группа 2. Какое качество (черта характера) может помешать дружбе? (Не терпит чужого успеха. Зависть.) Какой закон дружбы важен в данной ситуации? (Умей радоваться успехам другого.)

Группа 3. За пять минут до первого урока все дети были в классе. Асия пришла последней. У нее был расстроенный вид, заплаканные красные глаза.

– Чего это у тебя глаза на мокром месте? – громко закричала Аида.

– Что у тебя случилось? Расскажи! Кто тебя обидел? Ну, давай-давай, рассказывай! – подскочила к ней Гульназ.

В чем была ошибка девочек? Какой закон дружбы важен в данной ситуации? (Утешь, поддержи товарища, когда у него неудача, только делай это правильно.)

Группа 4. Никогда не обманывай друга.

Придумайте главного героя сказки: кто это будет, какой он по характеру, как выглядит, что любит, чего боится.

Придумайте ему испытания и сложности.

Кто будет помогать главному герою?

Кого он встретит на своем пути?

Какую награду получат ваши герои?

Готовые сказки заслушиваются.

Вопросы для обсуждения

1) О ком сказка?
2) Какой характер, особенности у этого героя? Он добрый, злой?
3) Что сделал этот добрый, злой герой?
4) С кем он дружил, кому вредил?
5) Кто героям мешал, помогал? Как?
6) Что случилось с вредителем (злым героем?)
7) Какую награду получил добрый герой?

Задания к следующему занятию

Запишите текст сочиненной вами сказки в самодельные книжки.

Нарисуйте рисунки.

IV. Подведение итогов

Обсуждение

1. Мне было сегодня интересно...
2. Тема разговора для меня была важна...
3. Мне сегодня понравилось работать...
4. Вспомните, пожалуйста, прошедшую неделю. Как ваши отношения влияли на ваше настроение в классе? Какие ваши действия и поступки делали отношения более приятными, а какие затрудняли общение? Кто-нибудь хочет поделиться? Очень важно, чтобы вы говорили о том, что зависело от вас. Что за эту неделю вы научились делать иначе, чтобы сохранять доброжелательные отношения в классе?

Важные заметки педагогам. Важно, чтобы вы сами были очень внимательны к поведению детей и помогали им следовать принятым договоренностям в течение всего времени. Если они затрудняются припомнить что-то, хорошо иметь какие-то примеры из жизни класса, когда «соглашение» поддерживалось или нарушалось. Не следует переходить на личности и превращать обсуждение в осуждение. Задача – помочь детям взять на себя ответственность за свое самочувствие и поведение и управлять им.

Возможно, в первое время этот этап урока будет занимать у вас больше времени, чем планируется, – это того стоит, когда речь идет об ответственности.

Помогайте детям называть конкретные действия. Например: избегать грубых слов; если кто-то расстроен, можно спросить: «Чем я могу тебе помочь?»; ставить себя на место другого человека и стараться понять его; рассказать о проблеме кому-нибудь из взрослых; извиниться, если виноват.

По окончании групповой работы весь класс обсуждает записанное на доске. Педагог предлагает дополнить Соглашение класса важными действиями, с которыми согласны все дети.

Занятие 3

Тема «Учимся общаться с другими»

Дерево сильно корнями, а человек друзьями.

Казахская народная пословица

Цель: формирование у детей коммуникативных навыков, способности понимать себя и других.

Планируемые результаты:

обучающиеся чувствуют потребность в общении и сотрудничестве;

понимают значение таких качеств, как тактичность, честность, сопереживание, доброжелательность, доверие, терпимость к мнению других;

владеют навыками позитивного общения.

Ресурсы: слайды с изображением космического пространства, названиями планет «Содружество», «Открытие», «Познание», космическая музыка.

Ход занятия

I. Введение

Общение – это процесс обмена информацией и взаимодействия между людьми, основанный на восприятии и понимании друг друга. Цель общения – это то, ради чего у человека возникает какой-либо вид активности. Контактируя с родными, друзьями, знакомыми, человек строит себя как личность, поддерживает и развивает свой внутренний мир и учится делиться им с другими.

Раскрытие понятий: тактичность, честность, сопереживание, доброжелательность, доверие, терпимость к мнению других.

II. Основная часть

Мозговой штурм

Вопрос: «Скажите, как можно общаться с людьми?»

Примерные ответы

Обращаться к собеседнику по имени

Меньше говорить, больше слушать

Задавать открытые вопросы

Проявлять душевную открытость и вежливость

Информационный блок

На прошлом занятии сформировано одно из основных правил: «Всегда поступай с другими так, как ты хотел бы, чтобы поступали с тобою». Легко ли выполнить эти правила? Это мы узнаем во время нашей игры «Тайна третьей планеты».

III. Проектная деятельность

Цель: научить общаться через:

поиск объединяющих признаков качеств одноклассников;

выявление положительных качеств сверстников;

умение поставить себя на место другого сверстника, оказавшегося в трудной для него ситуации.

Игра «Тайна третьей планеты»

Формирование групп в экипажи. Комплектуются экипажи из 5–6 человек. Для определения экипажа необходимо вытянуть из коробки разноцветные детали из бумаги. Те, у кого оказались детали одного цвета, будут в одном экипаже. И таких экипажей у нас окажется 4 (красный, зеленый, синий, желтый).

Все дети выходят к доске, вытягивают детали из бумаги, рассаживаются за столы с указанными цветами.

Учитель: «Вы собрались в своей команде, но для достижения цели необходимо находить общий язык со всеми членами экипажа».

Первое задание: чтобы запустить двигатель нашего космического корабля, нужно собрать квадрат из тех деталей, которые вы вытянули из коробки.

Дети собирают квадраты. Педагог обходит столы, проверяет результаты.

«Все двигатели запущены, и наши космические корабли несутся по просторам Вселенной. Внимание: наша первая планета – Содружество». (Слайд)

Второе задание: найти что-то общее для всех членов команды.

Учитель: «На каждом столе лежит листок бумаги. Это путевой лист вашего экипажа с описанием признаков, которые вас объединяют (внешность, характер, интересы, способности, вкусы). Запишите те признаки, которые вас объединяют. Если экипаж не смог найти объединяющих 5 признаков, он не сможет продолжить полет. Ведь в космическом путешествии возможны встречи с разумной жизнью. И если мы не можем договориться друг с другом, мы не сможем установить контакт и с представителями других миров. (Дети отмечают объединяющие их признаки: любят футбол, чтение книг, не любят ссориться, не критикуют других, и т. д.)

Учитель: Ну что ж, ребята, какой экипаж не смог найти 5 признаков, которые объединяют его членов? Нет таких? А кто нашел больше 5 таких признаков? (Дети поднимают руки, отвечают.) По ходу ответов выясняется, у кого наибольшее количество объединяющих признаков.

Прочтите свои записи. Чем больше общего нашли между собой члены экипажа, тем более успешной будет их работа. Им можно поручить сложные, ответственные задания. Все экипажи из нашего класса прошли испытание, и наше путешествие продолжается».

Планета открытий (слайд)

Третье задание: чтобы ступить на эту планету, нужно сделать открытие: открыть что-то хорошее в других людях. На карточке записаны качества, которыми должен обладать настоящий друг.

Работа с раздаточным материалом. Дети получают карточки с определениями настоящего друга. Какими качествами должен обладать настоящий друг на этой планете?

1. Настоящий друг – это тот, кто никогда не обманывает своего друга.
2. Настоящий друг – это тот, кто не пожалеет поделиться со своим другом всем, что сам имеет.
3. Настоящий друг – это тот, кто не станет смеяться над бедой или неудачей своего друга.
4. Настоящий друг – это тот, с кем всегда интересно и никогда не скучно.
5. Настоящий друг – это тот, кто постарается защитить от обидчика.

Попробуйте вместо слов «настоящий друг» поставить слово «Я» и добавьте свои качества.

Какой можно сделать вывод? В каждом из нас присутствуют положительные и отрицательные черты характера. Но нужно развивать хорошее в себе и искоренять плохое, тогда наша жизнь станет лучше и добрее.

Мы приближаемся к загадочной планете – Познание.

Четвертое задание: поставить себя на место другого и познать все чувства, которые человек испытывает.

На этой планете мы нашли дневник ученика, побывавшего здесь когда-то. (Слайд). Но отдельные фразы в этом дневнике стерлись от времени. Нам нужно

восстановить эти фразы, и тогда, может быть, мы и разгадаем секрет этой планеты. При правильных ответах мы сможем вернуться назад на Землю. Послушайте обрывки этих фраз и попробуйте угадать их окончания, которые поглотило неумолимое время.

Первый экипаж: «Прочел в книге, как дети во дворе насмехаются над мальчиком. В этот момент я почувствовал ...»

Что же почувствовал ученик, побывавший здесь ранее?

Примерные ответы

– Я почувствовал боль и грусть в тот момент.

– Я посмеялся вместе со всеми.

Второй экипаж: «В классе всегда издевались над новеньким мальчиком, прятали его рюкзак, и я почувствовал...» Что?

Примерные ответы

– Я почувствовал страдание и обиду, что его окружают такие бездушные одноклассники.

– Я почувствовал азарт и радость от содеянного.

Третий экипаж: «На перемене кто-то подставил мне подножку, я упал, и все засмеялись... И я почувствовал ...»

Примерные ответы

– Я почувствовал стыд и боль, хотел заплакать от громкого смеха детей.

– Я подбежал и помог мальчику подняться.

Четвертый экипаж: «Забыл выучить правило, и все в классе смеялись, когда я стоял у доски... И в этот момент я почувствовал, что...»

Примерные ответы

– Мне стало обидно, что все надо мной смеются...

– Надо подсказать и помочь с ответом...

Учитель: «Вам удалось угадать смысл этих стертых фраз. Мы слишком задержались на этой планете, и нам пора возвращаться домой. Но для того чтобы вернуться, нужно разгадать тайну этой планеты.

Итак, последнее задание – дать ответ, почему эта планета называется «Познание».

Примерные ответы

– На этой планете человек познает чувства другого человека и тем самым пытается вместе с ним испытать возникшие ситуации.

– Планета «Познание» напомнила нам правила общения: нужно всегда поступать с другими так, как ты хотел бы, чтобы поступали с тобой.

Мы разгадали тайну третьей планеты, и нам пора возвращаться на Землю. А чтобы мы никого здесь не оставили, нужно встать и всем взяться за руки. (Дети встают в круг, берутся за руки, смыкая цепь.)

IV. Подведение итогов (слайд)

Учитель: Мы прибыли на планету Земля. Понравилось ли вам, ребята, наше путешествие? Что вам запомнилось?

Примерные ответы детей

– Мне очень понравилось находить хорошее в людях.

– Мне понравилось находить общее у нас – таких разных.

– Мне запомнилось, как мы вспоминали свои плохие поступки, разгадывая стертые фразы.

– Мне кажется, я буду смотреть на людей другими глазами.

– Мне кажется, мы стали немножко добрее друг к другу.

По кругу запускается мягкая игрушка, предлагается ее рассмотреть (потрогать, понюхать, погладить), а затем ласково назвать качества (беленький, пушистый, мягкий, ласковый и т. п.). Затем бережно, осторожно передать ее соседу, соблюдая правила вежливости: передавать игрушку прямо в руки, глядя в глаза товарищу, называя сверстника ласково-уменьшительным именем: «Аселечка, возьми, пожалуйста. Спасибо».

Задания между занятиями

1. В повседневном общении соблюдай главное правило: «Всегда поступай с другими так, как ты хотел бы, чтобы поступали с тобой».
2. Сочините сказку по темам и добавьте в свою книжку-самоделку.

Группа 1. Предлагай помощь товарищу. Не оставляй его в беде.

Группа 2. Умей радоваться успехам другого.

Группа 3. Утешь, поддержи товарища, когда у него неудача, только делай это правильно.

Группа 4. Никогда не обманывай друга.

Занятие 4
Тема «Дарим добро вместе»

Достық жоқ жерде табыс жоқ.
Где нет дружбы, там нет успеха.
Казахская народная пословица

Цель: развитие у детей готовности к взаимопомощи и сотрудничеству.

Планируемые результаты:

обучающиеся стремятся оказать эмоциональную поддержку партнерам по общению и совместной деятельности;

понимают основы эффективной коммуникации;

владеют навыками организации общения и сотрудничества.

Ресурсы: цветные карандаши, краски, фломастеры, бумага А4, сказочные герои.

Ход занятия

I. Введение

Открывая для себя понимание жизненного призвания, дети значительно расширили горизонты своих знаний о роли коллектива и своего места в нем, собрали множество интересных данных, фактов, историй о чуткости общения по отношению к другим людям, попробовали себя в новых видах деятельности.

Настало время подвести итог занятий. Это очень важная часть работы исследователя, которая состоит из нескольких этапов.

II. Основная часть

Мозговой штурм. Работа со словами

Вопрос: «Как вы думаете, ребята, чего на Земле больше: добра или зла?»

Задание: заменить слова первого столбика словами, противоположными по значению.

Плохо – хорошо
Зло – добро
Война – мир
Жадность – щедрость
Грубость – вежливость
Жестокость – ласка
Ложь – правда
Предательство – преданность

Разминка «Викторина «Сказочные друзья»

Ответы в виде картинок можно вывешивать на доску.

- Казахская народная сказка про девочку и кошку, о взаимопомощи друг другу и дружбе. (Мақта қыз бен мысық)
- Григорий Остер написал немало рассказов о Попугае, Удаве, Мартышке и их дружной жизни в Африке. Кто был четвертым в компании друзей? (Слоненок)
- Какая девочка выручила своего друга из ледового плена? Вызывает ли у вас уважение ее поступок? Почему? (Герда выручила своего друга Кая.)
- Казахская народная сказка «Үш дос» («Три друга») – это история о дружбе домашних животных. Поучительная сказка: учит детей дружить по-настоящему, а также помогать друг другу в трудных жизненных обстоятельствах. Назови главных героев сказки. (Теленок, ягненок и храбрый козленок)
- Этот герой бухнулся на кровать и, схватившись за голову, произнес: «Я самый больной в мире человек!» Потребовал лекарство. Ему дали, а он в ответ:

«Друг спас жизнь друга!» О ком идет речь? Какое лекарство дали больному? (Карлсон. Лекарство – малиновое варенье.)

- Главные герои казахской фантастической сказки своим умом и добротой преодолевают жестокость и зло, как бы сильны не были их враги. Содержание сказки раскрывает утверждение: где согласие и единство, там и победа. (Аламан-Жоламан)
- У девочки с голубыми волосами было много друзей, но один был рядом всегда. Кто он? (Пудель Артемон)
- Кто первым из животных показал пример обитателям джунглей, что с человеческим детенышем можно дружить? (Волк Акела)

III. Проектная деятельность

Презентация книжек-самоделок

Предложите группам обменяться книжками и проиллюстрировать их на свой лад.

Вопросы для обсуждения

1) Понравилось ли вам работать в данной команде?
2) Каковы результаты вашей работы?
3) Как вы чувствовали себя во время работы?
4) Взаимодействие в группе помогало или мешало вам?
5) Что нового о дружбе вы узнали в процессе работы?

Правила настоящей дружбы

Останови товарища, если он делает что-то плохое.

Хорошо дружить – значит говорить друг другу только правду; если друг в чем-то неправ, скажи ему об этом.

Не ссорься с товарищами; старайся работать и играть с ними дружно, не спорь по пустякам.

Не выдавай чужие секреты.

Не бойся попросить прощения.

Не груби.

Если ты сам взял у друга книгу или игрушку, обращайся с этими вещами аккуратно и не забудь возвратить их вовремя.

Предлагай свою помощь, а не жди просьбы о помощи.

Защищай друга.

IV. Подведение итогов

Пожелание: удачи всем в поисках настоящего друга!

Учитель: Я желаю каждому из вас иметь верного настоящего друга, уметь дорожить дружбой.

Вы еще дети, но впереди вас ждет много хороших дел. Вы сделаете нашу планету красивой. Но прежде вы должны вырасти настоящими людьми. А это значит: смелыми, отзывчивыми, вежливыми, добрыми, трудолюбивыми. Ведь делать добро, творить добро – это здорово! И по жизни вы должны идти дорогою добра.

Спешите делать добро! Старайтесь каждый день приносить людям пользу!

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 3 КЛАССА
по проекту «Каждый из нас уникален»
Занятие 1
Тема «Я уникален»

Человек – целый мир,
и если хочешь постичь Вселенную,
познай сперва самого себя.
Абай Кунанбаев

Цель: формирование у детей уверенности в себе, понимания и признания собственной значимости и уникальности.

Планируемые результаты:

у учащихся усилится стремление развивать свою индивидуальность;

расширятся представления о своей уникальности;

будет выработана положительная самооценка, навыки уверенного поведения.

Ресурсы: мячик, листы А4, карандаши, карточки с изображениями трех смайликов: веселого, нейтрального и грустного.

Ход занятия

I. Введение

Приветственное слово учителя. Объявление о начале проекта

Приветствие «Сильные качества»

Задача: научиться преодолевать застенчивость, осознавать свои положительные качества, повысить самооценку.

Инструкция: обучающимся предлагается поздороваться друг с другом и, стараясь не повторяться, определить качества уверенного в себе человека.

Разминка «Достоинства моего друга»

Задача: создание положительного настроения и эмоционального климата в классе.

Инструкция. Учитель объясняет условия игры. Бросая по очереди друг другу мячик, учащиеся будут говорить о достоинствах, сильных сторонах того участника, к кому летит мяч. Необходимо обратить внимание, чтобы мяч побывал у каждого из учеников.

Учитель предлагает учащимся каждое утро напоминать себе о своих сильных сторонах и достоинствах.

II. Основная часть

Учитель предлагает учащимся ответить на вопрос: что, по их мнению, значит уникальный? (Ответы учащихся)

Информационный материал

Уникальный – это единственный в своем роде, неповторимый, редкий, исключительный. Каждый человек имеет свой взгляд на мир, свои знания и опыт. И это нормально, ведь каждый из нас уникален и имеет свои особенности. Но это не значит, что мы можем знать все обо всем. Наша задача – учиться, развиваться и расширять свой кругозор. Ведь только так мы можем стать лучше и мудрее.

Упражнение «Автопортрет»

Задача: актуализировать интерес и потребность детей в самоанализе.

Инструкция. Каждый из учащихся в течение 5 мин. должен составить характеристику на себя, включающую 5–6 признаков. В этой характеристике не долж-

но быть внешних примет, по которым можно сразу узнать учащегося. Например: «Мне нравится, когда вокруг меня все аккуратно сложено», «Я люблю смотреть на восход солнца». Это должно быть описание характера, своих привязанностей, взглядов на мир, на взаимоотношения людей друг с другом и т. д.

После написания характеристик учащиеся сдают их учителю. Перемешав листы, учитель зачитывает автопортреты. Ребята стараются по описанию узнать автора текста. Учащиеся могут вносить коррективы в портрет того или иного ученика, например, добавлять дополнительные штрихи к описанию особенностей его характера.

Рекомендация учителю: работу целесообразнее проводить на фоне музыкального сопровождения.

Упражнение «Герои – они такие...»

Задача: помочь детям понять, кого называют героями и за что.

Инструкция. Ученикам предлагается вспомнить супергероев, древнегреческих героев, героев сказок, фильмов, мультфильмов.

В классе обсуждается: за что люди считают кого-то героями, ребята размышляют об одаренности и смелости решительно действовать и идти на риск, об отзывчивости и готовности прийти на помощь другим в трудную минуту.

Во время обсуждения дети увлекаются темой игры. Учитель обращает внимание на то, какие герои вспоминаются детям, какие аспекты они выделяют как героические, и записывает их варианты на доске.

Ученики разбирают, в чем сходства и различия всех перечисленных героев.

Детям предлагается выбрать героев, которыми они хотели бы стать, и нарисовать их.

Упражнение «Сказкотерапия»

Инструкция. Учитель зачитывает вступление сказки, а дети один за другим пробуют рассказать о своем герое, которого нарисовали, от первого лица.

Вступление: «Давным-давно на одной планете жил-был класс. Каждый из учеников этого класса был уникальным. Все они отличались добротой и смелостью, хорошо учились и помогали друг другу во всем...»

Далее детям предлагается продолжить сюжет сказки.

III. Проектная деятельность

Учитель обсуждает с учащимися, где и как можно применить полученные знания и навыки. Какие плюсы есть в том, что они знают о своих особенностях?

Ответы учащихся. Обсуждение и выводы

Для того чтобы учащиеся могли применить полученные знания и отработать навыки уверенного поведения, им предлагается следующая проектная деятельность.

1. Каждое утро перед тем как выходить из дома, встаньте перед зеркалом, улыбнитесь и похвалите себя за что-нибудь конкретное. Поэкспериментируйте, какое у вас настроение в течение дня, когда вы используете эту технику и когда не делаете этого.

2. Подготовьте карту класса, на которой каждый ученик должен прикрепить рисунок размера А4, где они изображают себя в образе сказочного персонажа. Ученикам нужно отразить в рисунке уникальные черты и костюм своего персонажа, заранее подготовить текст представления.

Для создания карты класса можно склеить несколько листов ватмана. На выбор учителя предлагается представить карту в виде мозаики. Прикрепить рисунки рекомендуется скотчем, чтобы легче было передвигать их в ходе выполнения проектной деятельности.

IV. Подведение итогов

Ведущий показывает на доске карточки с изображениями трех смайликов: веселого, нейтрального и грустного. Учащимся предлагается выбрать вариант, который соответствует их настроению.

Занятие 2
Тема «Мозаика наших сердец»

Тема «Мозаика наших сердец»
Человек – опора человеку.
Казахская народная пословица

Цель: создание условий для позитивного восприятия и оптимального использования различий между учащимися.

Планируемые результаты:

учащиеся стремятся развивать собственную уникальность и общность с другими детьми;

воспринимают различия между собой как ресурс класса;

умеют определять место каждого из участников в общем деле с учетом его сильных сторон.

Ресурсы: раздаточные материалы, листы бумаги формата А5 на каждого ребенка, принадлежности для рисования.

Ход занятия

I. Введение

Учитель приветствует учащихся.

Приветствие «Приветствие без слов»

Класс делится на малые группы по 2–3 человека. Каждая группа должна поздороваться с классом, продемонстрировав какое-то вербальное или невербальное приветствие. Это может быть такое приветствие, как помахать рукой, кивнуть головой, сделать реверанс и др. Можно использовать приветствия, характерные для разных социальных и этнических групп: пионерский салют, японский поклон и др. Остальные участники отвечают на приветствие так же, как с ними поздоровались (кивают в ответ и т. д.).

Группам можно дать 10–15 с. на размышление, затем они по очереди приветствуют других своих одноклассников.

Для учителя это упражнение может иметь дополнительный диагностический смысл. Кто из членов группы инициировал контакт? Кто попытался устраниться от контакта? Кто был наиболее изобретателен? И т. д.

Рекомендация: на усмотрение учителя можно добавить другие приветствия.

Разминка «Такие разные и такие похожие!»

Инструкция. Для проведения этой игры потребуется пространство, в котором могут свободно перемещаться все дети. Это может быть пространство у доски или за задними партами (можно одновременно использовать оба пространства), либо пространство школьной рекреации. Перед началом игры учитель предлагает детям встать в любом порядке, а сам встает в центре.

Учитель задает вопросы, а ученикам предстоит выбрать один из двух вариантов, и в зависимости от ответа нужно будет встать справа или слева от учителя. В начале игры учитель просит мальчиков встать справа от него, девочек – слева. Дети перемещаются, образуя две группы.

Учитель предлагает детям поприветствовать друг друга в своих группах так, как это принято в каждой группе: «Как здороваются мальчики? Как здороваются девочки?» После предлагает поприветствовать другую группу, сказав: «Привет, девочки!», «Привет, мальчики!»

Учитель предлагает следующее задание: те, кто больше любит кошек, встать справа, а любителей собак переместиться в сторону слева от учителя. И снова поприветствовать друг друга внутри группы любым способом.

Игра продолжается по схеме еще 4–6 конов.

Примерные вопросы

Больше нравится урок литературы / больше нравится урок познания мира.

День рождения приходится на четную дату / на нечетную дату.

Больше любят кататься на велосипеде / больше любят кататься на самокате.

Предпочитают яблоки / предпочитают груши.

Лучше умеют танцевать / лучше умеют петь.

Больше любят смотреть мультики / больше любят смотреть фильмы.

Предпочитают спорт / предпочитают заниматься творчеством.

Вопросы для обсуждения

- Узнали ли вы что-то новое о ком-нибудь из своих одноклассников?
- Как вам показалось, у вас больше различий или сходства?

II. Основная часть

Информационный материал

Несмотря на то, что мы такие разные, многое нас объединяет.

Как вы считаете, что может объединять нас с вами? (Учеба, мы все пришли в 1 класс учиться, теперь мы уже в 3 классе.)

Учителю предлагается провести небольшое исследование и составить портрет класса. Для этого изучить возраст всех учеников и суммировать общий, сколько карих, серых, голубых, зеленых и другого цвета глаз, какие есть у ребят домашние животные и т. д.

Мир был бы скучен, если бы в нем все было абсолютно одинаковым, и слишком сложным, если бы абсолютно все было разным. Различия обогащают нас, а сходство помогает понять друг друга.

Игра «Это весь наш класс!»

Инструкция. Учитель называет факты: если факт подходит детям всего класса, то все хором говорят: «Это весь наш класс!»; если факты неоднозначные, дети произносят: «Только некоторые из нас».

Кто здесь дети?

Кто здесь мальчики?

Кто здесь девочки?

Кто здесь любит мультики?

Кто здесь смотрит на меня?

Кто здесь третьеклассники?

Рекомендованное к просмотру видео: «Другие уши – мир без насилия. Смешарики 2D».

Обсуждение видео

Игра «Волшебный парк»

Инструкция. Каждый ребенок получает по одному листу формата А5. Учитель предлагает учащимся вспомнить, какие есть деревья. Один из участников называет особенный признак дерева, а остальные угадывают, о каком дереве идет речь. Ответивший правильно называет следующий особенный признак какого-нибудь дерева. Например: «Я загадал такое дерево, у которого лист похож на ладошку». (Клен)

Следующий этап игры: учащиеся представляют, что они превратились в лист дерева, и рисуют этот лист.

Когда работа окончена, учитель предлагает детям разложить свои рисунки по всему классу.

Учитель: Посмотрите, какой удивительный парк у нас получился! В нем есть самые разные деревья. Вам бы хотелось прогуляться по такому парку? Вы можете сделать это прямо сейчас. Вы можете ходить от дерева к дереву, внимательно разглядывая каждое, пытаясь угадать своего одноклассника. Вы можете даже присесть у любого из них. Здесь для каждого найдется место.

Упражнение «Запускаем цепь интересов»

Инструкция. Выбирается ведущий, который начинает игру. Его задача – придумать общий интерес с соседом по парте.

Как только интерес найден, дети берутся за руки и не разжимают руки до конца упражнения. Далее его сосед ищет общий интерес с соседом позади и также сцепляют руки, когда интерес найден. Таким образом все дети класса берутся за руки, и получается цепочка. Затем можно вспомнить и назвать вслух, как происходило объединение всего класса, через какие интересы.

III. Проектная деятельность

Рисунки игры «Волшебный парк» можно будет использовать для карты класса, поэтому желательно, чтобы дети подписали свои работы, и до следующего занятия они должны создать на карте основу дерева и соединить нарисованные ими листья.

Учитель предлагает участникам до следующего занятия выполнить **упражнение «Самые-самые».**

Инструкция. Дома детям предлагается вместе с близкими вспомнить и найти особенности характера каждого члена семьи, нарисовать рисунок, на котором изобразить всех членов семьи, и подписать рядом с каждым его особое качество.

IV. Подведение итогов

Упражнение «Я рад... Мне нравится...»

Инструкция. Учитель предлагает детям закончить фразы: «Я рад, что я такой же, как все...», «Мне нравится, что я отличаюсь от других...»

Занятие 3

Тема «Мы под общим шаныраком»

Ағаш тамырымен, адам досымен мықты.
Дерево крепко корнями, а человек – друзьями.
Казахская народная пословица

Цель: формирование адекватной самооценки, содействие принятию многообразия.

Планируемые результаты:

расширится представление каждого учащегося о своей уникальности и уникальности других;

учащиеся будут стремиться поддерживать дружеские отношения с одноклассниками;

действия учащихся в процессе общения будут направлены на создание положительной атмосферы в классе.

Ресурсы: черный и белый мячи, листы ватмана, листы бумаги формата А6 на каждого учащегося, принадлежности для рисования, малярный скотч, маркеры.

Ход занятия

I. Введение

Учитель приветствует класс.

Приветствие «Мое будущее»

Инструкция. Ведущий предлагает участникам поздороваться с группой и сказать, кем каждый хочет стать в будущем.

Разминка «Плюс-минус»

Инструкция. Участники становятся в круг. Берутся два разных мяча (черный, белый). Кидая белый мяч, дети называют любое положительное качество человека, кидая черный – отрицательное.

II. Основная часть

Информационный материал

Вместе мы третий год, но нас всех объединяет главное – дружба.

Что такое дружба?

Дружба – такое доброе, такое радостное слово. В нем каждая буква

светится изнутри и как бы говорит нам: давайте жить в мире и согласии. И вы сами можете в этом убедиться. Попробуйте на каждую букву этого слова придумать «дружные» слова.

Д – доброта

Р – радость

У – уважение

Ж – жизнелюбие

Б – благодарность

А – активность

Упражнение «... зато ты ...»

Инструкция. Каждый из участников подписывает свой лист и пишет на нем один какой-то свой недостаток, затем передает свой лист другим участникам. Они пишут на его листе «... зато ты ...» и далее какое-то положительное качество этого человека: все, что угодно (у тебя очень красивые глаза, ты лучше всех рассказываешь истории и др.).

В конце выполнения задания каждому участнику возвращается его лист.

По желанию участников листы зачитываются.

Упражнение «Передай сообщение»

Инструкция. Группа делится пополам (если в группе нечетное число участников, учитель тоже принимает участие в упражнении), образуя две шеренги. Все садятся лицом друг к другу так, чтобы напротив каждого кто-то сидел.

Учащиеся представляют, что все едут в автобусах: одна подгруппа едет в одном автобусе, а вторая – в другом. Автобусы остановились рядом в транспортном заторе. Каждый ученик первой шеренги представляет, что сидит у окна и видит, что в другом автобусе прямо напротив него и тоже у окна сидит его знакомый. Ученикам надо срочно передать своим знакомым важную информацию. Но сделать это можно только молча, без слов, невербально. Времени немного. Тот, кому передают информацию, должен постараться понять, что ему сообщает его знакомый.

Учитель может заранее подготовить для каждого участника текст сообщения, которое надо передать.

На первом этапе упражнения учитель предлагает одной шеренге выступать в роли передающих информацию, а второй – принимающих сообщение.

После того как информация передана, тот участник группы, кому она была предназначена, говорит, что он понял. После этого передававший информацию говорит, правильно ли его поняли, и при необходимости вносит коррективы.

Упражнение «Дом, похожий на меня»

Инструкция. Каждый ребенок получает лист бумаги формата А6 и принадлежности для рисования.

Учитель предлагает детям представить себя зданиями. Что это за здание? Из какого материала оно построено? Большое оно или маленькое? Затем нарисовать его, дать название и написать, чем это здание похоже на них самих: «Это ... (название), оно такое же, как и я...»

Когда работа закончена, дети в парах или в группах по 4 человека рассказывают друг другу о своих рисунках.

III. Проектная деятельность

Упражнение «На нашей карте есть место для всех»

Учитель предлагает учащимся представить себе, что карта – это пространство класса, где, как и в юрте, есть место каждому, и найти место своему зданию и прикрепить его туда.

Рекомендации учителю. Рисунки рекомендуется приклеивать малярным скотчем, чтобы была возможность их перемещать.

Не исключено, что более активные учащиеся могут занять середину карты, а менее активные остаться в стороне. Учителю рекомендуется предложить мальчикам расположить свои дома ближе к краям карты, объясняя это тем, что они как мужчины должны защищать своих друзей, а девочкам предложить расположить свои ближе к середине.

Вместе с тем не следует настаивать на каком-то «правильном» расположении домов.

IV. Подведение итогов

Ведущий предлагает участникам до следующего занятия выполнить задание «Дороги общения».

Инструкция. После того как ученики нашли место на карте для своего дома, им предлагается «достроить» (нарисовать) улицы, проспекты, переулки и дать им названия. Для этого учащимся рекомендуется объединиться в группы по 4 человека и подумать, как бы они хотели назвать улицу, на которой стоят их дома. Названия должны отражать то, что помогает сохранить дружбу и доброжелательные взаимоотношения.

До следующего занятия группы должны подойти к карте и соединить их дома общей улицей (дети «прокладывают» улицы малярным скотчем, либо рисуют предметами для рисования). Детям предлагается написать название улицы и объяснить, почему они выбрали для своей улицы именно это название.

Если несколько групп хотят использовать одно и то же слово в названии своих улиц (например, доверие), можно предложить одной группе назвать улицу проспектом доверия, другим – переулком доверия, третьим – шоссе доверия и т. д.

Наши дороги дружбы

Дома детям предлагается вместе со взрослыми нарисовать дома, соединить их дорожками общения и подумать, что необходимо сделать, чтобы дома дружили. Записать на дорожках нужные слова.

Занятие 4
Тема «Мы поддержка друг другу»

Самая большая роскошь –
это роскошь человеческого общения.
Антуан де Сент-Экзюпери

Цель: обучение навыкам оказания поддержки людям, формирование адекватной самооценки.

Планируемые результаты:

усилится потребность учащихся поддерживать гармоничные взаимоотношения с одноклассниками;

расширятся представления о приемах активного слушания;

учащиеся приобретут навыки оказания поддержки людям.

Ресурсы: карточки для приветствия, оборудование для просмотра роликов, выход в интернет или скаченные ролики, ручки, карандаши, стикеры.

Ход занятия

I. Введение

Учитель приветствует учащихся, представляет тему занятия.

Приветствие «Здравствуй, я рад тебя видеть...»

Инструкция. Участники группы по очереди обращаются друг к другу, заканчивая фразу: «Здравствуй, я рад тебя видеть...» Нужно сказать что-то хорошее, приятное, от всей души, искреннее.

Разминка «Неоконченные предложения»

Инструкция: участники по очереди завершают предложения.

Я злюсь, когда ....

Я радуюсь, когда ...

Я печалюсь, когда ...

Я не люблю, когда ...

Я люблю, когда ...

II. Основная часть

Учитель: В свое время автор «Маленького принца» Антуан де Сент-Экзюпери сказал: «Самая большая роскошь – это роскошь человеческого общения». Без умения слушать и слышать полноценное общение невозможно. Но при общении недостаточно просто слушать, недостаточно даже просто слышать, надо еще и показать говорящему, что мы его слушаем и слышим.

Игра «Правила активного слушания»

Инструкция. Учитель предлагает ученикам разделиться на группы по 4–5 человек и придумать 5 правил активного слушания. Затем после представления правил можно составить общие правила активного слушания класса.

Рекомендация для учителя: составленные учащимися правил можно подвести к следующим основным.

Правила активного слушания

1. Кивание в такт говорящему.
2. Использование междометий «да», «ага», «угу».
3. Принятие позы внимания и заинтересованности (легкий наклон в сторону собеседника, легкий наклон головы вбок, открытая или нейтральная поза, зрительный контакт).
4. Использование вопроса – «эхо». Покупатель в магазине: «Я хотел бы попробовать это средство». Продавец: «Это средство? Оно действительно хорошее».

5. Повторение фразы. Не бойтесь повторять за собеседником его собственные слова и фразы, но обязательно перефразируйте их, чтобы не быть похожим на попугая. Начинать повтор фразы лучше со слов: «Ты считаешь ...», «Вы сказали ...», «Тебе кажется» и т. д.

Упражнение «Слухачи»

Инструкция. Члены группы делятся на пары. Один ребенок должен в течение трех минут рассказывать какую-либо интересную историю из своей жизни, а второй мимикой, жестами, выражением лица и другими невербальными и вербальными способами демонстрировать свое внимание и интерес к информации.

Все остальные члены группы оценивают эффективность слушания, следуя вышеизложенным правилам, и выставляют баллы (10, 5, 3).

Процедура может повторяться до тех пор, пока все члены группы примут участие в игре.

Рефлексивное упражнение «Что я узнал?»

Инструкция. Учитель обсуждает с учениками, что они узнали за учебный год. Каждый учащийся отвечает на вопрос: «Что я узнал о себе в ходе проекта?»

Образец. В ходе проекта я узнал о себе, что я умею быть отзывчивым, умею слушать других и т. д.

III. Проектная деятельность

Учитель предлагает ученикам посмотреть на карту и поближе «познакомиться» с хозяевами домов. Для этого детям нужно по очереди взять нитки с клеем и провести дорожку от своего дома к дому того, к кому бы хотелось пойти в гости. Затем путь проводит тот ученик, к кому домой пришел «гость», и т. д., пока дорожка не дойдет до самого первого ученика.

Давайте карту назовем

Инструкция. Учитель предлагает ученикам подобрать название карте и проголосовать за предложенные варианты.

Вопросы для обсуждения

- Что вы чувствуете, глядя на нашу карту?
- Если бы дома могли чувствовать, как люди, то какие эмоции, как вы думаете, они испытывали бы на этой карте?
- Как вы думаете, что могло бы разрушить дороги между вашими домиками?
- Что может разрушить дружбу в нашем классе?
- Что нужно делать, чтобы сохранить и преумножить дружбу в нашем классе?

IV. Подведение итогов

Учитель объявляет учащимся о завершении проекта и полученных результатах, благодарит их и предлагает написать благодарственные записки классу на стикерах, которые затием приклеить на карту класса.

Раздаточный материал к разминке «Неоконченные предложения»

Я злюсь, когда ...
Я радуюсь, когда ...
Я печалюсь, когда ...
Я не люблю, когда ...
Я люблю, когда ...

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 4 КЛАССА
по проекту «Энергия слова»
Занятие 1
Тема «Слово – основа общения»

Человек с малых лет попадает в атмосферу слова.
Оно придает крепость и яркость граням его характера.
Олжас Омарович Сулейменов,
казахский поэт, писатель,
общественный деятель,
литературовед,
Герой труда Казахстана,
Народный писатель Казахской ССР,
дипломат, основатель Общественного
антиядерного движения
«Невада – Семипалатинск»

Цель: формирование у обучающихся навыков культуры общения на основе проектной деятельности.

Планируемые результаты:

расширятся представления учащихся о неисчерпаемых возможностях слова;

разовьются навыки самоконтроля, взаимоконтроля, конструктивного диалога;

сформирована культура речевого поведения и ответственное отношение к слову.

Ресурсы: набор картонных разноцветных фишек, смайлики «Полезно», «Интересно», «Есть вопросы».

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Совместная сортировка»

Цель: способствовать осознанию обучающимися важности слова в речевом общении.

Учитель раздает детям, сидящим парами, набор фишек для их сортировки (распределения между собой) согласно заданным условиям. Каждая пара учеников получает набор из 25 картонных фишек (по 5 желтых, красных, зеленых, синих и белых фигур разной формы: круглых, квадратных, треугольных, овальных и ромбовидных) и лист бумаги для отчета.

Действуя вместе, пары делят между собой фишки по принадлежности, разложив на отдельные кучки: например, одному – красные и желтые фишки, другому – круглые и треугольные.

По завершении упражнения учитель благодарит учащихся за наблюдательность и положительную атмосферу общения.

Обсуждается вопрос, что помогло правильно распределить фишки. Заслушиваются ответы учеников. Делается вывод.

Например: в ходе игры выяснилось, что в ситуации распределения фишек, одновременно принадлежащим обоим детям, помогли способность находить общее решение и умение договариваться. Однако не у всех в классе получилось сохранить доброжелательные отношения друг к другу.

Жить в атмосфере дружелюбия и уважения друг к другу, избегать конфликтов, а если они возникли, конструктивно их разрешать, поможет **проект «Энергия слова».**

Далее учащимся предлагается определить цель проекта. После заслушивания ответов на доске записывается цель. Например: цель проекта – научиться устанавливать дружеские отношения с помощью добрых слов.

II. Основная часть

Игра «Язык жестов»

Учитель предлагает поиграть в игру, где будут использоваться только мимика, жесты, движения. В этой игре будут участвовать те, кому по жребию выпала белая или желтая карточка.

Задание для «белых»: дети с помощью пантомимы (мимика, жесты, движения) изображают животных.

Животные: заяц, медведь, собака, коала, ежик, кошка, змея и др.

Задание для «желтых»: дети с помощью пантомимы (мимика, жесты, движения) показывают профессии.

Профессии: учитель, строитель, программист, продавец, космонавт и др.

По завершении игры учитель благодарит детей за участие. Обсуждаются вопросы. Заслушиваются ответы учеников. Делается вывод о том, что понимание затруднено из-за того, что слова не произносились, а объяснялись жестами.

Игра «Комплименты»

Учитель предлагает ученикам произнести друг другу комплимент. Начинает учитель: он называет чье-либо имя, кидает этому ребенку мячик и говорит комплимент, например: «Айжан, ты очень добрая!» Поймавший мяч должен сказать «Спасибо!», кинуть мяч другому ученику, назвать его имя и сделать ему комплимент. Игра продолжается до тех пор, пока каждый ребенок не получит комплимент. Мяч должен побывать у каждого только один раз.

После игры учитель задает вопросы: «Приятно было получить комплимент?», «Легко ли было общаться в этот раз? Почему?»

Упражнение «Значимость слова в жизни человека»

Учитель предлагает обучающимся представить, что они лишены способности говорить в течение 24 ч. Далее необходимо закончить предложение, записанное на доске: «Если я буду лишен возможности говорить, то не смогу ...»

Все желающие высказываются. Учитель подводит итоги и демонстрирует обобщенную запись того, что высказали учащиеся. (Слайд)

Обобщая ответы обучающихся, учитель делает вывод о том, что слова нужны человеку для побуждения его к действию.

Слова нужны человеку для:

общения;

дружбы;

сообщения информации;

донесения смысла сказанного;

передачи своей мысли другому человеку;

размышления и рассуждения;

передачи своих чувств, переживаний, эмоций, мыслей, желаний;

создания настроения.

Вопросы

- Какие вежливые слова вы знаете?
- Где вы их применяете?

Ответы на эти вопросы даст выполнение следующего задания.

Мозговой штурм «Общение без смущения»

Цель: развитие речевого этикета обучающихся.

Ученикам предлагается назвать вежливые слова приветствия, прощания, просьбы, благодарности, знакомства. Все желающие высказываются. В конце обсуждения учитель подводит итоги и демонстрирует обобщенную запись того, что высказали учащиеся. (Слайд)

Приветствие: здравствуйте, доброе утро, добрый день, добрый вечер.

Прощание: до свидания, всего доброго, до встречи, до завтра, спокойной ночи.

Просьба: можно я..., разрешите, я..., пожалуйста, если не трудно, ..., если можно, ..., очень тебя прошу, ..., ты не можешь ..., вы не смогли бы ....

Благодарность: спасибо, большое спасибо, я благодарен вам.

Знакомство: как тебя зовут, меня зовут..., а тебя, давай познакомимся, я могу узнать, как тебя зовут?

Учитель делает вывод о том, что слова характеризуют человека.

Намного проще сделать выводы о человеке, слушая, что он говорит. Недаром великий философ Сократ говорил: «Заговори, чтобы я тебя увидел».

Информационный блок

Цель: раскрыть значение слов в жизни человека.

Слова – это одежда для наших мыслей. Мы любим красивую, нарядную одежду, такую, которую мы надеваем в праздничные дни. Так и нашим мыслям «хочется одеваться в красивую одежду». Красивые слова надо говорить всегда, каждый день, а не только в праздники.

Слова нужны прежде всего для общения.

Общение – это:

- взаимодействие двух или более людей;
- одна из основных потребностей человека;
- обмен информацией и эмоциями между людьми;
- восприятие и понимание другого человека;
- основное средство самоутверждения личности.

Общение бывает вербальным (с помощью слов) и невербальным (с помощью жестов, мимики, движений).

Групповая работа

Цель: Формирование у обучающихся навыков культуры общения, развитие навыков работы в команде.

Задание для групп. Каждой группе предлагается выбрать одну из следующих тем для обсуждения и подготовки небольшого проекта (постер, презентация, сценка):

Группа 1: «Как правильно общаться с друзьями?». Обсудите, какие слова и фразы помогают поддерживать дружбу.

Группа 2: «Слова, которые могут обидеть». Подумайте о том, какие слова лучше не использовать и почему.

Группа 3: «Как слова могут помочь в учебе?». Обсудите, как общение с учителем и одноклассниками влияет на учебный процесс.

Группа 4: «Слова и эмоции». Исследуйте, как слова могут выражать чувства и эмоции.

Подготовка проектов. Группы работают над своими проектами, обсуждают, что они хотят включить, и готовят презентацию.

Презентация результатов. Каждая группа по очереди представляет свой про-

ект остальным. Важно, чтобы каждый участник группы выступил.

Обсуждение. Обсудите, что нового узнали, какие слова и фразы показались особенно важными. Попросите учащихся поделиться, как они могут использовать полученные знания в будущем.

Ресурсы: Бумага и маркеры для постеров. Доступ к мультимедийному оборудованию (если необходимо для презентаций).

III. Проектная деятельность

Учащимся предлагается ответить на вопрос.

- Как применить полученные знания на практике?

Учащиеся высказываются. Коллективно делается вывод. Например: полученные знания можно применить для установления и сохранения добрых отношений с друзьями.

Учитель демонстрирует структуру проекта. (Слайд)

Проект состоит из 4 этапов.

Этап 1. ***Слово – это основа общения***

Этап 2. ***Великая сила слова***

Этап 3. ***Приветливое слово гнев побеждает***

Этап 4. ***Язык дружбы***

Способы исследования: эксперименты, коллективные дела, сотрудничество.

На этапе 1 учитель предлагает детям обсудить сюжет мультфильма, написать сценарий об использовании добрых слов и дает подсказки. Например: какие слова помогут подружиться, как с помощью слова можно разрешить конфликт и т. д. Учащиеся дают свои предложения.

После обсуждения на доске делается запись с учетом заданий учителя.

Пример

Задание по этапу 1

1. Составьте словарь слов примирения, извинения.

2. Проведите эксперимент. Начните общаться, соблюдая нормы речевого этикета, со всеми одноклассниками: в разговоре будьте вежливы, доброжелательны даже к тем, с кем вы в ссоре.

Проанализируйте, как изменилась атмосфера вокруг вас. Расскажите о результатах эксперимента на следующем занятии по проекту.

На основе наблюдений продумайте сюжет мультфильма и напишите небольшой сценарий. Придумайте его название.

Узнайте, каких видов бывают мультфильмы. Определитесь, каким будет ваш мультфильм.

IV. Подведение итогов

Учитель предлагает разместить на доске смайлики: «Интересно», «Полезно», «Есть вопросы». На основе этого можно оценить результативность урока.

По завершении занятия учитель желает детям стремиться быть вежливыми, добрыми, культурными.

Занятие 2
Тема «Великая сила слова»

По словам принимай человека.
Абай Кунанбаев,
казахский народный просветитель,
поэт, философ, музыкант,
общественный деятель,
основоположник казахской
письменной литературы

Цель: показать значимость, роль и силу воздействия слов.

Планируемые результаты:

расширятся представления учащихся о неисчерпаемых возможностях слова;

разовьются навыки самоконтроля, взаимоконтроля, конструктивного диалога;

сформирована культура речевого поведения и ответственное отношение к слову.

Ресурсы: карточки с заданиями, памятки, презентация, видеопроектор, пословицы и поговорки.

Ход занятия

I. Введение

Игра «Догадайся»

Цель: активизировать словарь «вежливости».

Педагог зачитывает предложения, которые необходимо закончить.

Я прочту стихи сейчас.
Я начну, а вы кончайте,
Дружно хором отвечайте.
Где отгадка – там конец.
Кто подскажет – молодец!

1. Растает даже ледяная глыба от слова теплого … (спасибо)
2. Зазеленеет старый пень, когда услышит … (добрый день)
3. Мальчик вежливый и развитый говорит при встрече … (здравствуйте)
4. Когда нас бранят за шалости, говорим … (простите нас, пожалуйста)
5. Неуклюжий песик Костик мышке наступил на хвостик.

Поругались бы они, но сказал он: … («Извини!» / «Прости»)

Краткое обсуждение: Что такое слово? Почему оно важно?

Пример: Приведите примеры ситуаций, когда слова могли изменить настроение или поведение человека.

II. Основная часть

Учитель предлагает поиграть в игру, где каждая группа учеников выступит в роли волшебников в разноцветных шляпах. Каждая шляпа получает задание. Команда «Синяя шляпа» выступает в качестве экспертов.

Синяя шляпа – эксперты. Эта команда подводит итоги размышлениям команд, формулирует окончательный вывод. Задача экспертов состоит в том, чтобы выявить соответствие выбранной командой пословицы размышлениям по заданному вопросу. Каждый ответ обосновывается.

Пословицы

Кто слово не ценит, тот себя не ценит.

Приветливое слово гнев побеждает.

Когда сливаются слова сердца и языка, возникает прекрасное.

Ветер озеро приводит в движение, слово – мысль.

Покорное слово гнев укрощает.

Меткое слово сбивает батыра с седла.

Доброе слово человеку, что дождь в засуху.

Куда глаза не доходят, туда слово приведет.

Ветер горы разрушает, слово народы поднимает.

Белая шляпа. Команда должна проанализировать тексты и ответить на вопрос: «Как великие воины, ханы, бии использовали волшебную силу слов?» Ответ обосновывается. Из предложенных пословиц необходимо выбрать ту, которая послужит выводом, итогом размышлений по заданному вопросу.

Мукагали Макатаев, обращаясь к поэтам и писателям, сказал: «Писатели, сестры и братья по перу, не забывайте народ! Без народа ваши мысли беспросветны. Нельзя кричать о любви к народу. Умейте просто дарить свою любовь!»

Однажды Герой Советского Союза, Народный Герой Казахстана Бауыржан Момышулы сказал молодым солдатам: «Родина – это ты. Родина – это мы, наши семьи, наши матери, наши жены и дети. Родина – это наш народ. Я, ваш командир, хочу исполнить веление наших жен и матерей, веление нашего народа. Мы идем в бой ради жизни!»

Многим запомнились слова Айтеке бия, отражающие его искреннюю любовь к Родине: «Если ты богат, принеси пользу народу. Если ты воин, сокруши врага. Если же ты, будучи богатым, не принесешь пользу народу, будучи воином, не сразишь врага, то станешь чужаком своего народа».

Перед сражением с джунгарами у стен Великого Туркестана Абылай хан обратился к своим воинам со словами: «Мы сложим головы за родную землю, за жизнь наших близких! Не пожалеем жизни за нашу Родину!»

Вывод. Испокон веку великие правители, воины и мыслители использовали волшебную силу слов, чтобы преобразовать эмоции, склонить на свою сторону и даже изменить ход истории. Потому что самая главная таинственная сила слова в том, что оно вызывает не только эмоцию, но и побуждает к действию.

Пословица: **Ветер горы разрушает, слово народы поднимает.**

Красная шляпа. Команда получает задание прочитать притчу, ответить на вопрос: «Может ли слово влиять на эмоциональное состояние человека?» Ответ обосновывается.

Из предложенных пословиц необходимо выбрать ту, которая послужит выводом, итогом размышлений по заданному вопросу.

Однажды Мастер рассказывал о великой силе Живого Слова. Сотни учеников внимательно слушали его. И каждый из них хотел владеть этой необычайной силой.

Но не каждый верил Мастеру. Кто-то из задних рядов неожиданно выкрикнул:

– Ты говоришь чепуху! Разве станешь добрым оттого, что все время твердишь: «Добро, добро, добро»? Ерунда эта твоя сила Живого Слова!

– Сядь на место, глупец! – крикнул Мастер.

Человека охватила ярость, его назвали глупцом среди сотен учеников! Это слышал каждый! Он стал браниться, еще больше оскорблять Мастера. Гнев совершенно затмил его разум...

Мастер выслушал его. А затем с видом раскаяния сказал:

– Прости меня... я погорячился. Искренне прошу прощения. Мне не стоило оскорблять тебя.

Удовлетворенный извинением, ученик тут же успокоился.

– Вот всем вам и ответ, – подытожил Мастер. – От одного слова человек пришел в ярость, от другого – успокоился...

Вывод. Слова играют большую роль в нашей жизни. Они заставляют нас смеяться и плакать. Они могут ранить и исцелять. Они вселяют надежду и опустошают душу. С помощью слов мы можем выразить самые искренние наши чувства, самые благородные намерения и самые сокровенные желания.

Пословица: **Приветливое слово гнев побеждает. Покорное слово гнев укрощает.**

Желтая шляпа. Команда получает задание прочитать сказку, ответить на вопрос: «Может ли слово помочь человеку в трудной ситуации?» Ответ обосновывается.

Из предложенных пословиц необходимо выбрать ту, которая послужит выводом, итогом размышлений по заданному вопросу.

Е. Першева

Давным-давно в одной далекой стране жили-были два брата. Они жили очень дружно и все делали вместе. Оба брата хотели стать героями. Один брат сказал: «Герой должен быть сильным, быстрым и смелым», – и стал тренировать силу, быстроту и ловкость. Он поднимал тяжелые камни, лазал по горам, бегал по полям. А другой брат сказал, что герой должен быть упорным и настойчивым, и стал тренировать силу воли: ему хотелось съесть на завтрак пирог, но он оставлял его на ужин. Всегда старался доводить дело до конца...

Шло время, братья выросли. Один из них стал самым ловким и быстрым человеком в стране, а другой стал человеком с сильной волей...

Но однажды случилась беда – на страну напал страшный Дракон. Он уносил скот, жег дома, похищал людей. Братья решили спасти свой народ.

Первым пошел сражаться силач, но, увидев чудовище, он почувствовал, как

страх входит в его сердце, после чего он превратился в камень...

Узнав о том, что случилось с силачом, его брат решил спросить совета у Мудрой Черепахи, которая сказала, что победить Дракона может только человек с сильной волей: чем сильнее воля человека, тем слабее страшный Дракон...

Сразился герой с Драконом, собрав свою волю и поборов страх, и победил его.

С тех пор люди этой страны жили счастливо...

Так добрый совет и сильная воля помогли герою победить зло.

Пословица: Доброе слово человеку, что дождь в засуху.

Зеленая шляпа. Команда должна описать картину художника Е. Садырбаева «Боровое» тремя предложениями и ответить на вопрос:

«Может ли слово раскрывать красоту мира, передавать чувства, мысли, отражать действительность?» Ответ обосновывается.

Из предложенных пословиц необходимо выбрать ту, которая послужит выводом, итогом размышлений по заданному вопросу.

Вывод. Когда к слову прикасается рука художника, оно становится особым материалом. Сила его – в способности раскрывать красоту мира, передавать чувства, мысли, отражать действительность.

Пословица: **Когда сливаются слова сердца и языка, возникает прекрасное.**

Черная шляпа. Для выполнения задания команде необходимо просмотреть отрывок из мультфильма «Человек и слово»: https://youtu.be/ao8SV4df4u4?si=JysU7RmJVDNhMXDz. После этого ответить на вопрос: «К чему может привести неосторожное использование слов?» Ответ обосновывается.

Из предложенных пословиц необходимо выбрать ту, которая послужит выводом, итогом размышлений по заданному вопросу.

Вывод. Причиной многих негативных событий и даже трагедий в нашей жизни могут стать всего лишь неосторожно сказанные слова.

Пословица: **От одного слова да на век ссора**.

Групповая работа:

Группа 1: Сила добрых слов.

Задача: Подготовить короткие сценки, где добрые слова меняют ситуацию (например, поддержка друга, похвала).

Результат: Презентация сценки перед классом.

Группа 2: Влияние плохих слов

Задача: Обсудить примеры, когда грубые или обидные слова причиняют боль (например, буллинг).

Результат: Создание плаката с примерами и последствиями.

Группа 3: Слова как инструменты

Задача: Исследовать, как слова могут быть использованы для убеждения и мотивации (например, речи известных личностей).

Результат: Подготовка небольшого выступления о знаменитых речах и их влиянии.

Группа 4: Слова в литературе и искусстве

Задача: Найти примеры из книг, стихов или песен, где слова имеют особое значение.

Результат: Чтение отрывков и обсуждение их смысла.

Заключение (10 минут)

Обсуждение: Каждая группа делится своими выводами.

Общий вывод: Как мы можем использовать силу слова в повседневной жизни?

Упражнение: Попросите каждого ученика сказать одно доброе слово своему соседу.

Оборудование:

Бумага и фломастеры для плакатов. Место для выступлений.

Итог:

Каждая группа получит возможность продемонстрировать свои работы, что поможет укрепить навыки общения и понимания силы слов. Важно, чтобы учащиеся осознали, что слова могут как поддерживать, так и разрушать, и научились использовать их осознанно.

III. Проектная деятельность

На этапе 2 ученики представляют разработанный сценарий мультфильма, где используются вежливые слова: приветствия, прощания, благодарности, знакомства, примирения, извинения.

После прослушивания, обсуждения, корректировки сценария ученики вместе с учителем распределяют роли и обязанности внутри ученического коллектива.

- Режиссеры-постановщики: придумывают сюжет, пишут сценарий, сочиняют диалоги;
- художники-мультипликаторы: изготавливают персонажей и декорации, лепят, рисуют, шьют;
- операторы-постановщики: фотографируют, снимают;
- звукорежиссеры: подбирают фоновую музыку, записывают диалоги актеров;
- актеры: озвучивают персонажей;

- монтажеры: собирают мультфильм на компьютере.

После обсуждения на доске делается запись с учетом заданий учителя. Например: задание по этапу 2 проекта.

1. Продумать образы героев и декорации сцен, на которых будут происходить действия фильма.
2. Подобрать способ озвучивания фильма в соответствии со сценарием.
3. К следующему занятию подготовить:

- ватман или ткань, использующиеся в качестве фона;
- изготовленные анимационные персонажи мультфильма и декорации.

IV. Рефлексия

Учитель предлагает разместить на доске смайлики «Интересно», «Полезно», «Есть вопросы». На основе этого можно оценить результативность урока.

По завершении занятия учитель желает детям стремиться быть вежливыми, добрыми, культурными.

Занятие 3
Тема «Приветливое слово гнев побеждает»

Единственная известная мне роскошь –
это роскошь человеческого общения.
Антуан де Сент-Экзюпери,
французский писатель, журналист,
поэт, сценарист,
профессиональный летчик

Цель: развитие коммуникативных компетенций младших подростков.

Ожидаемые результаты:

обучающиеся владеют навыками позитивного общения;

мотивированы к построению позитивных взаимоотношений;

развиты навыки сотрудничества, умения слушать и слышать другого человека.

Ресурсы: карточки, обозначающее эмоциональное состояние учеников (солнышко, звездочка, тучка), видеопритча, презентация, отрез ткани размером 90х150, варежки, нитки.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Барометр настроения»

Цель: диагностика психоэмоционального состояния обучающихся.

Учитель предлагает выбрать карточку, обозначающую эмоциональное состояние учеников, и прикрепить ее на экран настроения.

- Солнышко – радостное настроение;
- звездочка – спокойное, нейтральное настроение;
- тучка – плохое настроение.

II. Основная часть

Учитель открывает на доске тему занятия: «Приветливое слово побеждает гнев» и эпиграф к нему: «Единственная известная мне роскошь – это роскошь человеческого общения» (Антуан де Сент-Экзюпери). Затем задает вопрос, как обучающиеся понимают предложенную фразу. Обобщая ответы ребят, учитель делает вывод о том, что человек не может нормально жить и развиваться без общения.

Далее учитель обращает внимание на то, что поведение другого человека, приветливо или грубо сказанное слово нередко оставляет в душе след на целый день. Часто хорошее настроение у человека зависит от того, оказали ли ему внимание, были ли с ним приветливы, доброжелательны при общении, и как обидно бывает от невнимательности, грубости, злого слова.

Просмотр видеопритчи о гневе и гвоздях

https://youtu.be/qf3U8K9NMdU

Беседа по содержанию

- Для чего отец дал своему сыну мешочек гвоздей?
- Что сказал отец, когда мальчик научился контролировать себя?
- С чем отец сравнил дыры в столбе?
- Как вы понимаете слова «душевная рана»?
- Можно ли залечить душевную рану? Как?
- А можно ли предотвратить душевную боль?

Выслушав ответы детей, учитель делает вывод о том, что вежливое, внимательное и доброжелательное отношение к другим людям проявляется и в поступках, и в словах.

Далее учитель предлагает историю о Казыбеке би – великом дипломате казахского народа, к советам которого станут прислушиваться ханы и авторитетные султаны. Так, благодаря его усилиям между калмыкским и казахским народами был установлен мир. Казыбек би входил в состав первой посольской миссии, направленной к джунгарскому правителю. Переговоры эти имели успех, и джунгары вернули пленных и похищенный скот. Предание сохранило его речь, обращенную к джунгарскому правителю: «Мы, казахи, в степи пасем скот. Никому не угрожаем, мы мирный народ. Чтоб счастье и удача не покинули нас, чтобы враг невзначай не ринулся на нас, мы держим копье наготове и знаем цену доброго слова».

Когда родился Казыбек, его мама Токмеил предсказала: «Ты будешь преклоняться только чести. Твоим призваньем станет Слово».

Учитель, подводя итоги, обращает внимание, что люди часто выходят из себя, начинают сердиться по пустякам, ругаться друг с другом. Часто это приводит к долгой и серьезной ссоре. Но ведь так легко избежать этой ссоры, если кто-нибудь в минуту гнева просто скажет другому ласковое слово. Тогда и гнев второго человека исчезнет без следа.

Инсценировка ситуации «Кто кого?»

Учитель предлагает поднять руки тем, кому приходилось когда-либо участвовать в конфликтной ситуации. Далее ученикам предлагается разыграть сценку. Для этого выбираются 3 участника: автор и два ученика.

Автор: Кто кого обидел первый?
Первый ученик: Он меня!
Второй ученик: Нет, он меня!
Автор: Кто кого ударил первый?
Второй ученик: Он меня!
Первый ученик: Нет, он меня!
Автор: Вы же раньше так дружили!
Первый ученик: Я дружил!
Второй ученик: И я дружил!
Автор: Что же вы не поделили?
Первый ученик: Я забыл!
Второй ученик: И я забыл!

После инсценировки учитель предлагает ответить на вопрос: «Что нужно делать, если вы поссорились с другом?»

Далее предлагается подумать над вопросом: «Как не допустить ссоры?»

Игра «Коврик мира»

Цель: научить детей стратегии переговоров и дискуссий в разрешении конфликтов в классе.

Учитель показывает коврик мира, затем кладет его на пол, а на него мячик.

Далее предлагается представить, что двое учеников хотят взять этот мячик, но он один, а их двое.

Ученикам предлагается присесть на коврик мира. Учитель садится рядом, чтобы помочь им, когда они захотят обсудить и разрешить эту проблему. Никто из них пока не имеет права взять мячик просто так.

Классу задается вопрос: «Может, у кого-то из вас есть предположение, как можно было бы разрешить эту ситуацию?»

Здесь можно предложить карточки с текстами игр-мирилок.

После нескольких минут дискуссии педагог предлагает взять по одной варежке, найти ей пару и привязать к коврику, затем одеть по одной варежке и пожать друг другу руки.

Игру можно повторить с другими участниками и другим предметом спора, например, книга, ручка, шоколадка и т. д.

Вопросы для обсуждения

- Как поможет нашему классу коврик мира?
- Какие качества характера проявятся у человека, решающего споры мирным путем?
- Используете ли вы такой способ решения спорных вопросов?

Групповая работа.

Цель:

Развитие коммуникативных компетенций младших подростков через осознание значимости дружелюбного общения и влияние слов на эмоциональное состояние.

Группа 1: Ситуации и решения

Задача: Придумать 3 ситуации, когда гнев может возникнуть (например, ссора с другом, недопонимание с родителями и т.д.) и предложить, как приветливое слово могло бы изменить исход каждой ситуации.

Результат: Краткие описания ситуаций и решений, которые будут представлены остальным классом.

Группа 2: Словесные игры

Задача: Придумать и подготовить небольшие игры или упражнения, которые помогут развивать навыки дружелюбного общения (например, «Комплименты», «Слова поддержки»).

Результат: Проведение одной из игр для всего класса.

Группа 3: Метафоры и пословицы

Задача: Найти и подготовить метафоры или пословицы, связанные с силой слова и общением (например, «Слово – не воробей, вылетит – не поймаешь»).

Результат: Презентация найденных метафор и обсуждение их значения.

Группа 4: Ролевая игра

Задача: Подготовить небольшую сценку, где один персонаж испытывает гнев, а другой использует приветливые слова, чтобы успокоить его.

Результат: Представление сценки перед классом.

Презентация результатов.

Каждая группа по очереди представляет свою работу.

Обсуждение: Как приветливое слово влияет на эмоции? Как мы можем использовать его в повседневной жизни?

Рефлексия: Каждый ученик делится, что нового он узнал о силе слов и как будет применять это знание в будущем.

Итоговая мысль: «Слова могут ранить, но они также могут исцелять. Давайте выбирать наши слова с любовью и уважением!»

Дополнительные материалы: Флипчарт и маркеры для групповой работы. Бумага и ручки для записи идей. Примеры пословиц и метафор для вдохновения.

Творческое задание «Мы против буллинга!»

Цель: коллективная работа для формирования общей позиции.

Группы делают плакаты или рисунки с лозунгами против буллинга (можно использовать вырезки, картинки, слова).Делают по этому мини сценку.

После презентации плакатов — голосуют за самый сильный посыл.

Комикс «Твой выбор»

Цель: развить способность принимать добрые решения,развивать творческое мышление

Каждому ученику даётся шаблон мини-комикса (4–6 кадров).

В начале — ситуация буллинга, а финал — выбор:

Плохое поведение

Правильный поступок

Дети сами рисуют и пишут, как можно повести себя лучше.

В конце — комиксы объединяются в “Кітап: Дос болайық!”

III. Проектная деятельность

На этом занятии учащиеся приступают к этапу 3 проекта.

Учащимся предлагается ответить на вопрос: «Как применить полученные знания на практике?»

Дети высказываются. Коллективно делается вывод. Например: полученные знания можно применить для решения конфликта с помощью добрых слов.

Учитель напоминает, что на этом этапе проекта они являются работниками анимационной студии, у каждого есть свои обязанности.

Для реализации этапа 3 проекта на занятии потребуются: сценарий мультфильма; ватман или ткань, использующиеся в качестве фона; изготовленные анимационные персонажи мультфильма и декорации; фоновая музыка. Все материалы, подготовленные учениками, демонстрируются, обсуждаются и, если это необходимо, дорабатываются.

На этом занятии рекомендуется организовать репетицию по сценарию.

Задание по этапу 4 проекта

1. В свободное от уроков время произвести съемку и монтаж мультфильма, наложить звуковой ряд и спецэффекты.
2. Вставить титры (поясняющие надписи): заглавные (открывающие, title sequence), промежуточные и заключительные (закрывающие).

IV. Рефлексия

Учитель предлагает разместить на доске смайлики «Интересно», «Полезно», «Есть вопросы». На основе этого можно оценить результативность урока.

По завершении занятия учитель желает детям стремиться быть вежливыми, добрыми, культурными.

Игры-мирилки

Мячик Мячик прыгает по кругу, Мы прощаем все друг другу! Между нами уговор: Дружим мы без драк и ссор!	Раз – мирись Раз – мирись! Два – мирись! И со мною не дерись! Три – прощенья попросили! На четыре – все забыли! Пять – надутым быть нельзя: Мы теперь опять друзья!	Подкралась ссора К нам с тобой подкралась ссора. Надо нам ее прогнать. Мы за пальчики возьмемся: Раз, два, три, четыре, пять – Подружились мы опять!
Хватит сердиться Хватит нам уже сердиться, Веселятся все вокруг! Поскорей давай мириться: Ты мне друг, И ты мне друг! Мы обиды все забудем И дружить как прежде будем!	Драться не будем Больше драться мы не будем И обиды все забудем! Ты меня сейчас прости, Улыбнись и не грусти!	Пальчик за пальчик Пальчик за пальчик Крепко возьмем. Раньше дрались, А теперь ни по чем!
Беда случилась с нами Беда случилась с нами – Поссорились слегка. Без друга просто скука, Мириться нам пора. Мирись, мирись, мирись, Друг другу улыбнись!	Все обиды забыли Все обиды мы забыли, Быстро ссору прекратили! Если мы с тобой друзья, Драться, ссориться нельзя!	Не дерись Не дерись, не дерись, Ну-ка быстро помирись!
Мирись, мирись Мирись, мирись, мирись И больше не дерись! А если будешь драться, То я буду кусаться. А кусаться нам нельзя, Потому что мы друзья!		

Игры-мирилки

Ссориться не будем
Ссориться не будем,
Будем мы дружить.
Клятву не забудем,
Пока мы будем жить!
Хватит сердиться
Хватит нам уже сердиться,
Поскорей давай мириться:
Ты мой друг,
И я твой друг!
Мы обиды все забудем
И дружить, как прежде, будем!
Давайте все мириться
Давайте все мириться,
Игрушками делиться.
А кто не станет мириться,
С тем не будем водиться!
Давай дружить
Чем ругаться и дразниться,
Лучше нам с тобой мириться!
Очень скучно в ссоре жить,
Потому давай дружить!
Солнце
Чтобы солнце улыбалось,
Нас с тобой согреть старалось,
Нужно просто стать добрей
И мириться нам скорей!
Теплый лучик
Солнце выйдет из-за тучек,
Нас согреет теплый лучик.
А ругаться нам нельзя,
Потому что мы друзья!
Подружки
Давайте не ссориться, подружки,
Нам ведь так грустно друг без дружки!

Занятие 4
Тема «Язык дружбы»

Язык – лучший посредник для
установления дружбы и согласия.
Эразм Роттердамский,
голландский философ,
мыслитель-гуманист,
педагог, писатель, переводчик

Цель: подведение итогов выполнения проекта и определение целей дальнейшего развития.

Планируемые результаты:

сформируется понимание личной ответственности за создание дружественной атмосферы в классе;

разовьются социально-эмоциональные навыки;

появится мотивация на развитие качеств настоящего друга.

Ресурсы: карточки с заданием, клубок ниток, мультфильм.

Ход занятия

I. Введение

Занятие начинается с того, что учитель предлагает посмотреть на соседа по парте, улыбнуться, пожелать добра и приготовиться слушать и беседовать.

Упражнение «Восстанови стихотворение»

Учитель предлагает восстановить стихотворение американского поэта Генри Лонгфелло, используя слова для справок.

..... – это сады,
..... – это корни,
..... – это цветы,
..... – это фрукты.
Позаботьтесь о своем саде и берегите его от сорняков,
заполните его светом добрых слов и добрых дел.

Слова для справок: добрые сердца, добрые мысли, добрые слова, добрые дела.

Добрые сердца – это сады,
добрые мысли – это корни,
добрые слова – это цветы,
добрые дела – это фрукты.
Позаботьтесь о своем саде и берегите его от сорняков,
заполните его светом добрых слов и добрых дел.

После выполнения задания учитель делает вывод о том, что человек, делающий другим добро, умеющий им сопереживать, является настоящим другом. В подтверждение сказанному он предлагает в качестве эпиграфа занятия слова великого мыслителя и гуманиста Эразма Роттердамского: «Язык – лучший посредник для установления дружбы и согласия».

II. Основная часть

Упражнение «Режиссерский рассказ»

Учитель напоминает ученикам о том, что они все занимались созданием мультфильма. Далее обыгрывается ситуация, что учитель представил себя режиссером. Какой бы он снял фильм на нашу тему?

Например: «Это будет будущее. Люди будут жить только для себя и ничего для других. Слово «доброта» презирается, и говорят «добренький», когда хотят оскорбить. Должна существовать только непримиримость».

Далее учитель просит учеников ответить на вопросы.

- Как можно изменить отношение к доброте?
- Что вы можете сделать для изменения ситуации?
- Каким будет ваш первый шаг? Второй? Третий?

Предлагаемые учениками шаги

Улыбаться друг другу

Говорить добрые слова

Совершать добрые поступки: уступить место в транспорте, помочь перейти через улицу, донести портфель и т. д.

После завершения рассказа учитель совместно с детьми делает вывод о том, что дружба – это великая ценность, подарок судьбы, которая делает нас лучше, добрее, сильнее. Она помогает нам учиться, работать, жить. Без друзей человеку просто не прожить. Иметь друга – великое благо. А чтобы стать хорошим другом, нужно самому быть порядочным человеком: заступиться за слабого, помочь старику, уступить место пожилому человеку – все это можно назвать языком дружбы.

Учащимся предлагается ответить на вопрос: «Из чего складывается язык дружбы?» Ответ на этот вопрос даст выполнение следующего задания.

Групповая работа

Упражнение «5 волшебных языков дружбы»

Учитель объединяет учащихся в 5 групп и предлагает каждой группе карточку с заданием.

1. Язык слов приветствия, выражения радости, комплименты

Задание: назвать слова приветствия, которые вы используете в своей жизни.

После выполнения задания учащиеся совместно с учителем делают вывод: вежливость – одно из важнейших качеств воспитанного человека. Слово «вежа» означает «знаток», т. е. человек, который знает правила приличия, по-доброму умеет относиться к людям. Вежливым человеком не рождаются, а становятся.

2. Язык слов поддержки, умение слушать, передача чувств

Задание: рассказать, какие слова вы используете, чтобы поддержать маму, друга, близких.

После выполнения задания учащиеся делают вывод, например: язык поддержки очень важен, так как развивает умение вместе что-то делать, играть, откликаться на боль другого человека, делиться переживаниями, поддержать в самую непростую минуту, а еще, и это очень важно, – порадоваться успехам друга, подруги, разделить радость.

3. Язык слов прощения

Задание: перефразировать мудрое высказывание: «Не поступай с другим так, как не хотел бы, чтобы поступали с тобой». Ответить на вопросы.

- Почему человек просит прощения?
- Это важно?
- Какие слова прощения используются вами?

После обсуждения учащиеся приходят к выводу о том, что просьба о прощении – признак того, что человек отвечает за свои слова и действия. Человек, который извиняется, ставит себя на место того, у кого просит прощения, принимает его точку зрения и готов наладить отношения, дружбу, доверие, уважение. Искренние извинения сближают людей.

4. Язык интонации

Каждый участник получает карточку, в которой написаны оттенки интонации.

Задание: произнести слово «молодец» с определенной интонацией, которая

написана на карточках: тихо, громко, нежно, удивленно, иронично, восторженно, ласково, требовательно, таинственно, сердито и т. д.

Учащиеся после выполнения задания приходят к выводу, например: когда мы говорим, то стараемся убедить собеседника в чем-то, сообщить что-либо, спросить о чем-то. А для того чтобы окружающие нас понимали, необходимо позаботиться об интонации. Интонация играет огромную роль во взаимоотношениях людей.

5. Язык жестов

Задание: показать, какие жесты и мимика используются в приветствии друг друга.

После выполнения задания и его обсуждения учащиеся приходят к выводу, что жесты и мимика выполняют важную роль в отношениях людей. Особенно такие жесты, как пожатие руки, прикладывание руки к груди во время приветствия или благодарности. Приветственные жесты могут отличаться в зависимости от культуры, традиций, но неизменными остаются улыбка человека и выражение глаз. Улыбка, которая идет от доброго сердца, поддерживает, поощряет, вдохновляет, успокаивает тех, к кому она обращена.

Упражнение «Общение особого назначения»

Учитель предлагает ученикам презентовать созданный ими в ходе реализации проекта мультфильм.

После просмотра мультфильма учитель организует беседу по проектной деятельности.

Вопросы для беседы

- Изменилась ли атмосфера в классе за время выполнения проекта?
- Какие трудности вы испытывали во время выполнения проекта?
- Смогли бы вы справиться без помощи и поддержки?
- Что еще можно сделать для укрепления дружбы в классе?
- Что может нам помочь в создании дружественной атмосферы в классе?

(Учащиеся отвечают по желанию.)

III. Заключение

Учитель: Сейчас вы только учитесь дружить. А чтобы дружба была крепкой, нужно дорожить ей в различных ситуациях, поддерживать и помогать друг другу в трудную минуту, думать о том, что и как говорите.

Игра «Паутинка»

Учитель: Встаньте, пожалуйста, в один большой круг. У каждого из вас есть возможность сказать своему однокласснику что-то доброе.

Клубок передается до тех пор, пока все дети не окажутся частью постепенно разрастающейся паутины.

Вопрос: «Зачем мы сплели такую паутину?» (Ответы детей: «Протянули ниточки дружбы. Обычно мы их не видим, но они существуют. Мы все – одно единое целое! Пусть и в жизни нас всегда связывают нити теплых, добрых слов и чувств!»)

Вопрос: «Что вы чувствуете?» (Ответы детей)

IV. Подведение итогов

После обсуждения учитель благодарит детей за участие в проекте «Энергия слова» и желает им использовать полученные знания и навыки в создании дружественной атмосферы в классе.

Разминка: «Дружеский клубок»

Цель: Разогреть детей, настроить на общение и вспомнить основные аспекты дружбы.

Описание:

— Встаньте в круг.

— Вы берете в руки клубок ниток и, держа конец нити, бросаете клубок любому ученику, называя его имя и говоря что-то хорошее о нем (например, «Маша, ты всегда готова помочь!» или «Дима, ты умеешь слушать»).

— Ученик ловит клубок, тоже держит нить и бросает клубок дальше, называя имя другого ученика и говоря комплимент.

— Продолжайте, пока клубок не пройдет через всех. В конце у вас получится «сеть дружбы», которую можно будет увидеть.

— Обсудите, какие чувства вызвала эта игра.

Обзор проекта и «Доска достижений».

— Цель: Вспомнить, что было сделано в рамках проекта, выделить самые яркие моменты.

— Описание:

— Кратко расскажите о том, что ребята делали в рамках проекта (например, «Мы учились говорить комплименты», «Мы составляли правила дружбы», «Мы помогали друг другу»).

— Предложите ребятам вспомнить самые интересные моменты проекта.

— На доске (или на подготовленном заранее плакате) создайте «Доску достижений».

Используйте:

—«Что мы узнали?» (Напишите основные выводы, сделанные в ходе проекта, например, «Дружба - это взаимопомощь», «Друзья должны уметь прощать»).

— «Что получилось лучше всего?» (Запишите наиболее успешные моменты, например, «Мы научились говорить друг другу приятные слова», «Мы стали лучше понимать друг друга»).

— «Что было сложнее?» (Перечислите трудности, с которыми столкнулись ребята, например, «Не всегда легко прощать обиды», «Было сложно договариваться»).

— «Что мы могли бы улучшить?» (Обсудите, что можно было бы сделать по-другому или добавить, например, «Проводить больше игр на сплочение», «Чаще говорить друг другу спасибо»).

Игр. «Карточки дружбы».

Цель: Закрепить знания о признаках дружбы, стимулировать размышления о важных качествах и поступках.

Описание: Подготовьте заранее карточки с заданиями (можно распечатать). Примеры заданий:

«Оля упала и ушиблась. Как поступит настоящий друг?» Предложите варианты ответов на выбор или попросите написать свой вариант.

«Что такое уважение в дружбе?». Задание «Напиши комплимент своему другу».

Творческое задание: «Нарисуй эмблему дружбы»

Задание-игра: «Угадай, кто...» (вы описываете друга, а ребята должны угадать, о ком идет речь).

— Разделите класс на небольшие команды (по 4-5 человек).

— Каждая команда вытягивает карточку с заданием и вместе обсуждает ответ.

— После выполнения задания капитаны команд озвучивают ответы. Обсуждайте ответы вместе.

— За правильные ответы команды получают баллы (можно использовать наклейки или фишки).

Рефлексия: «Дерево дружбы» .

Цель: Помочь детям задуматься о своей роли в дружбе и определить личные цели.

На доске (или на большом листе бумаги) нарисуйте дерево без листьев. Раздайте каждому ребенку по листочку бумаги в форме листика. Попросите ребят написать на своих листочках:

«Что я могу сделать, чтобы наши отношения стали лучше?» (например, «Я буду чаще улыбаться», «Я буду внимательнее слушать друзей», «Я постараюсь не обижать других»).

«Что я уже делаю, чтобы быть хорошим другом?» По очереди, прикрепляйте листочки к дереву.

Обсудите получившееся «Дерево дружбы». Спросите, какие общие цели у ребят, как они могут помогать друг другу в достижении этих целей.

Подведение итогов и награждение .

Подведите итоги классного часа. Похвалите ребят за активное участие и работу над проектом.

Наградите команды (или отдельных ребят) за активность в игре (вручите призы, грамоты).

Напомните о важности дружбы и добрых отношений, пожелайте всем успехов в достижении поставленных целей. Завершите классный час позитивной нотой! (например, предложите спеть вместе песню о дружбе).

Домашнее задание.

Попросите ребят дома написать письмо своему другу/подруге, в котором они поблагодарят его/ее за дружбу и поделятся своими планами на будущее.

Рекомендации:

Адаптируйте игру: Вносите изменения в задания и ход классного часа в зависимости от особенностей вашего класса, количества времени и имеющихся ресурсов. Вовлеките всех: Следите за тем, чтобы все дети были включены в процесс и имели возможность высказаться. Создайте атмосферу открытости: Важно, чтобы дети чувствовали себя комфортно, выражая свои мысли и чувства. Будьте позитивны: Ваша энергетика и enthusiasm влияют на настроение ребят. Поощряйте взаимопомощь: В играх и обсуждениях обращайте внимание на то, как ребята поддерживают друг друга. Удачи вам в проведении классного часа! Уверен, это будет интересное и полезное занятие для ваших ребят!

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 КЛАССА
по проекту «Стресс: друг или враг?»
Занятие 1
Тема «Я и стресс»

Будь разумен, укрепляй свой дух в борьбе,
лишь бездарный покоряется судьбе.
Абай Кунанбаев
казахский народный просветитель,
поэт, философ, музыкант,
общественный деятель,
основоположник казахской
письменной литературы

Цель: формирование осознания собственной индивидуальности и необходимости саморазвития.

Планируемые результаты:

учащиеся понимают стрессоустойчивость как качество, которое позволяет нести значительные эмоциональные и волевые нагрузки без ущерба для своего здоровья и окружающих.

Ресурсы: плакат с правилами, бумага формата А4, ручки, карточки с текстом.

Ход занятия

I. Введение

Знакомство с Правилами занятий

Проявлять активность.

Слушать друг друга, не перебивая.

Говорить только от своего лица.

Если информация адресована кому-то конкретно, то обращаться напрямую к этому человеку, а не говорить о нем в третьем лице.

Не распространять и не обсуждать за пределами класса то, что происходит на занятиях.

Избегать критики при выполнении упражнений. Если возникает потребность что-то покритиковать, дождаться обсуждения.

В случае нежелания выполнять какое-либо упражнение участник имеет право отказаться, не объясняя причину этого, но он должен публично заявить о своем отказе.

Упражнение на сплочение группы «Приветствие друг друга»

Дети рассчитываются на первый-второй. Те, кто в первой группе, встают за учителем в одну линию, а вторая группа встает в такую же линию прямо напротив учителя.

Приветствие будет заключаться в следующем: каждый по очереди поворачивается и жмет руку стоящему за ним в колонне. Как только обе колонны закончат это делать, нужно будет обменяться приветствиями между колоннами. Для этого все идут «змейкой» и обмениваются рукопожатиями.

Рефлексия. Вопрос: «Испытывали ли вы тревогу, неудобство, когда начинали упражнение? А сейчас?»

II. Основная часть

Работа по карточкам

Каждому участнику даются карточки, на которых написаны тексты с хаотичным на первый взгляд набором букв, и они должны прочитать текст за 30 с.

1) ШАРЛЬПОДНЯЛЛЮСИНАСПИНУИСКАЗАЛОБХВАТИМОЮШЕЮ
2) СОЛНЫШКОВЕСЕЛОЕНАДЛЕСОМПЕРВЫМИЛУЧАМИЗАИГРАЛО
3) ИзАПЕЛижаВОРОнКипеСНИвСЕвоКРуГМЕнянарЯДНЫМСТаЛО
4) КаКПЕРЕнестиЭТоГоСтрАшНОНаПУгаННоГоРеБЕНКаВБеЗОПаСНОемЕсТО
5) пениЕПТиЦУСЛышатьраДыЛюДирадЫЛюДинЕбугОЛУБому
6) наКОнецПОСЛЫШАЛСяТопОтБеГУщиХног

С. Калиев. Если бы я был солнышком

Обсуждение

Вопросы

- Сразу ли вы справились с заданием?
- Что понадобилось вам для его быстрого выполнения?

Информационный блок

Что такое стресс?

Слово стресс раньше использовали в технике. Оно означало, что на какой-то предмет давит сила, и он напрягается. Сейчас это слово часто используют, когда говорят о том, что человек сильно переживает.

Иногда стресс вызывает что-то снаружи, например, контрольная, ссора с другом или выбор школы. А иногда стресс – это то, что происходит внутри нас: обида, злость, грусть и т. д.

Стресс – это когда нам тяжело, и мы сильно напрягаемся из-за чего-то важного для нас.

Когда человек в стрессе, это видно по-разному.

- В голове: сложно сосредоточиться, хуже запоминается, трудно думать.
- В чувствах: могут появиться страх, злость, грусть, радость или раздражение.
- В общении: кто-то начинает больше разговаривать, а кто-то наоборот – закрывается и ни с кем не хочет говорить. Бывают ссоры.
- В теле: могут напрягаться мышцы, человек может часто дышать, бледнеть или краснеть, болеть живот, повышаться давление и т. д.

То, что вызывает у нас стресс, называется стрессовыми факторами. Чтобы справляться со стрессом, важно понимать, почему он появился.

Упражнение «Анализ причин возникновения стресса»

Цель: осознание внешних и внутренних причин возникновения стресса, различных способов преодоления стрессовой ситуации.

Участникам дается задание написать на листочках по одной стрессовой ситуации, с которой им больше всего хотелось бы справиться.

Листочки перемешиваются и раздаются снова.

Каждый школьник зачитывает ситуацию, которая изложена на полученном им листке, оценивает, насколько она является стрессовой лично для него, какие ассоциации вызывает, и дает совет, как с ней можно справиться.

Другие участники высказывают свои варианты преодоления стресса.

Методическое замечание. Анализ причин возникновения стресса (стрессовых факторов) показывает, что есть такие, которые являются стрессовыми практически для всех (ответы у доски, экзамены и т. д.), но есть такие, которые вызывают стресс только у некоторых школьников. На эту особенность необходимо обратить

их внимание. Необходимо также отметить, что проявления стресса сами нередко становятся его причинами, приводят к формированию никому не нужных качеств личности. Например, часто переживаемая обида приводит к развитию обидчивости. Для того чтобы научиться управлять стрессом, целесообразно классифицировать его факторы.

III. Проектная деятельность

Задание

1. Обсудить с учащимися возможность применения полученных знаний.
2. Выбрать вид конечного продукта (презентация, постер, рекомендации, постановка, письма и т. д.), отражающий, как адаптироваться к новым условиям.
3. Сформировать группы (желательно в группы подобрать учащихся, которые между собой мало общаются).

Конечная цель: разработать рекомендации (ролик, презентация, постер, схема, инфографика, сценарий постановки и т. д.) для нахождения способов безболезненного выхода из стрессовых ситуаций, их предотвращения, изменения отношения к проблемной ситуации, личностных качеств.

4. Выбрать 1 класс для посещения.
5. Обсудить и записать вопросы, которые учащиеся будут задавать первоклассникам, чтобы выявить причины возникновения тревожных ситуаций.

IV. Домашнее задание

1. Понаблюдайте за собой: какие ситуации вызывают у вас тревогу, что вы чувствуете при этом.
2. Систематизируйте свои признаки тревожности по факторам: дома, в школе, в обществе.
3. Опишите свои действия после стрессовой ситуации, или как вы ее преодолеваете.
4. Посетите 1 класс, опросите ребят: какие ситуации вызывают тревогу у них, как они с ними справляются.

V. Подведение итогов

Карточки с изображением лица (грустного, веселого, безразличного)

Раздаточный материал

Стрессовые факторы	Условия преодоления
Экзамены. Не выучил урок, а надо отвечать. Плохие отметки. Когда тебя не понимают. Несправедливое отношение. На тебя кричат, тебя высмеивают, оскорбляют, унижают в глазах одноклассников. Ссорятся родители. Обижают, обзывают одноклассники. Когда я один. Не люблю быть один. Ссоры с родителями, друзьями, учителями.	Рассказываю другу. Сажусь за компьютер. Советуюсь с подругой. Родители покупают что-нибудь вкусное или новое. Иду гулять. Представляю, как наказываю обидчика. Мысленно даю сдачу и получаю от этого удовольствие.

Занятие 2

Тема «Учимся управлять собой»

Воля к победе, желание добиться успеха,
стремление полностью раскрыть
свой потенциал – это ключи,
которые откроют дверь
к личному совершенству.
Конфуций,
древний мыслитель, философ Китая

Цель: формирование мотивации на работу с собственными недостатками и достоинствами как способ саморазвития.

Планируемые результаты:

дети мотивированы на осознание собственной индивидуальности; развиваются навыки саморегуляции.

Ресурсы: бумага А4, карандаши, карточки с заготовками цветков, стикеры, флипчарт с предложениями.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение на сплочение группы «Молчанка»

Цель: развитие сотрудничества, налаживание психологического климата в классе.

Разбить участников на пары и предложить сесть за стол рядом друг с другом.

Задание. Нарисовать картину на одном листе бумаги и одним карандашом, по очереди передавая друг другу карандаш.

В этой игре есть важное правило – нельзя разговаривать во время рисования. Время выполнения 3 мин.

Обсуждение

1. Участникам обсудить свои рисунки и обменяться впечатлениями. Это поможет им лучше понять, как коммуникация может происходить без слов.

Вопрос

- Что вы нарисовали, работая в паре?

2. Обсудить со всем классом.

Вопросы

- Сложно ли вам было рисовать молча?
- Пришли ли вы к единому мнению со своим партнером?
- Трудно ли было оттого, что изображение постоянно менялось? Почему?

Рефлексия

Вопрос

- Испытывали ли вы тревогу, неудобство, когда начинали упражнение? А сейчас?

II. Основная часть

Чтение рассказа «Вот если бы все было не так» (Из цикла сказок о «Веселом Памси»)

Учитель: Предлагаю послушать небольшую детскую историю про дракончика Памси, который всегда говорил: «Вот если бы все было не так...» и попал в состояние напряжения и грустил.

Дракончик Памси продолжал грустить и был очень удивлен, когда его друг посоветовал ему прогонять темные мысли, когда только пожелаешь. Ему очень хотелось узнать, как же можно сделать это, и он с нетерпением ждал, когда же друг научит его.

– Итак, ты, Памси, грустишь из-за того, что не выдыхаешь огонь, как это делают взрослые драконы, и твоя шерсть не такая гладкая, как у них. Твой папа не живет с вами, и тебя это очень огорчает. У тебя остается мало времени для развлечений с друзьями из-за того, что тебе нужно гулять с младшим братом? Ты не можешь все это изменить, но ты можешь изменить свои мысли об этом.

Попробуй подумать обо всем этом по-другому, как бы с другой стороны, а мысли выбирай только светлые.

Памси был удивлен.

– Как это – только светлые? – спросил он.

– Очень просто! Ты собирал когда-нибудь цветы на лугу? Ты выбираешь лишь те, которые тебе нравятся, – друг наклонился и сорвал два цветка. – Назовем один из них «Даже если...», а другой – «В любом случае...» Это один из способов избавления от темных мыслей. Мы постараемся обо всем, что тебя огорчает, думать по-другому при помощи этих слов. Говори их вместо слов сожаления, которые ты повторял, когда грустил.

Вместо слов «Вот если бы все было по-другому...» говори так: «Даже если я не умею выдыхать огонь, как взрослые, в любом случае у меня есть друзья, такие же, как я, и, хотя они тоже пока многого не умеют делать, как взрослые, нам бывает очень хорошо вместе. Даже если папа не живет с нами, я могу с ним видеться, когда захочу. Даже если мне приходится гулять с младшим братом, в любом случае нам с ним бывает очень весело, и у меня остается время поиграть с друзьями.

Памси сделал большие глаза: оказалось, что изменять мысли не так уж и сложно!

– Неужели это помогает прогонять темные мысли и исправлять плохое настроение? – спросил он друга.

– Очень даже помогает, но иногда приходится повторять эти слова много раз, пока настроение не станет лучше. Как твое настроение сейчас? – спросил друг.

– О! Намного лучше! Но я хочу еще потренироваться. Это гораздо лучше, чем ждать, когда все пройдет само собой...

Обсуждение

Вопросы

- Какие «темные» мысли посещали вас?
- Как вы реагировали на них?
- Как вы исправляли плохое настроение?

Вывод. Учитель может резюмировать: «У каждого из нас бывают ситуации, которые нас огорчают, однако не стоит надолго «застревать» на грустных мыслях. Мы не можем изменить ситуацию, но мы можем сами выбирать, о чем думать и как думать. Правильные мысли: «Даже если... В любом случае...» Оказывается, мы можем с помощью правильных мыслей и слов менять ситуацию. Давайте потренируемся.

Упражнение «Даже если...», «В любом случае...»

Работа в парах. Детям раздаются карточки с заготовками цветков, на одном из которых написано «Даже если...», а на втором – «В любом случае...»

Инструкция. Первый ученик произносит название первого цветка «Даже если...» и указывает проблему: «Мне плохо, я невезучий, у меня нет отца, я по-

лучил двойку». Второй называет свой цветок «В любом случае...» и заканчивает положительной фразой: «Это только на сегодня, я могу видеться с моим отцом, я не буду расстраиваться и впадать в депрессию, а исправлю двойку». Участники обмениваются цветками. Теперь первый говорит решение проблемы, а второй озвучивает саму проблему.

В самом начале данное упражнение можно выполнить у доски, так как у некоторых учащихся оно вызывает трудность в поиске решения проблемы. Также можно проиграть несколько ситуаций после проработки в парах.

Рефлексия

Вопросы

- Получилось выполнить упражнение?
- Трудно было выполнять?

Вывод. В сложных ситуациях необходимы навыки саморегуляции. Можно пользоваться правилом: «Мысли выбирай, как цветы, и выбирай только красивые (положительные)».

Информационный блок

В жизни происходят разные события — хорошие и плохие. Любое изменение, даже приятное, может вызвать стресс. Например, и двойка, и пятерка на экзамене – это что-то новое, к чему нужно привыкнуть.

Когда человек испытывает стресс, организм начинает работать иначе: в кровь выбрасываются специальные вещества – гормоны. Сердце бьется чаще, мышцы напрягаются, тело готовится к действию – убежать или защититься. Так организм реагирует на опасность.

Но в реальной жизни не всегда можно просто убежать или драться. Мы сдерживаем себя, не делаем ничего, а тело все равно остается напряженным. Если это напряжение не уходит, оно может накапливаться и мешать нам чувствовать себя хорошо.

Ученый И. М. Сеченов писал, что невыраженные эмоции могут «застревать» в теле и со временем вызывать проблемы: головные боли, боли в животе, высокое давление и другие недомогания.

Чтобы этого не происходило, важно научиться замечать, когда ты напряжен, и знать, как безопасно снять это напряжение, не вредя себе и другим. Есть простые способы расслабиться, и они помогают чувствовать себя лучше.

Иногда стресс появляется из-за серьезных событий, например, болезни близких или развода родителей. Но чаще из-за обычных переживаний: уроков, общения с друзьями, оценок или ожидания контрольной. Это называется психологическим стрессом.

Даже то, как реагирует наш организм (покраснение, дрожащие руки или неуверенный голос), может нас пугать и усиливать стресс. Особенно если мы не знаем, как с этим справиться.

Важно понять: стресс – это не всегда плохо. Он действительно может мешать (трудно сосредоточиться, появляются тревога, раздражение, усталость). Но в то же время стресс может помогать. Он делает нас собраннее, помогает быстрее думать и действовать. Благодаря ему мы учимся преодолевать трудности и становимся сильнее.

Канадский ученый Ганс Селье говорил, что каждому человеку нужно разное количество стресса, чтобы чувствовать себя хорошо. Он разделил стресс на два вида:

- эустресс – полезный стресс, который помогает думать, учиться, развиваться;
- дистресс – вредный стресс, который мешает и может испортить настроение на целый день.

Например, если ты обиделся дома, а потом пришел в школу и начал думать, что все к тебе придираются, – это дистресс. Из-за него могут начаться ссоры, хотя другие даже не понимают, в чем дело.

Вывод. Стресс бывает разным. Его не нужно бояться. Важно научиться справляться с ним, понимать свои чувства и беречь здоровье. Тогда даже трудности пойдут тебе на пользу и помогут расти.

Упражнение «Напряжение – расслабление»

Цель: знакомство с мышечными зажимами.

Инструкция. Упражнение выполняется стоя. Все участники встают прямо и сосредотачивают свое внимание на правой руке, напрягая ее до предела. Через несколько секунд напряжение сбросить, руку ослабить. Проделать аналогичную процедуру поочередно с левой рукой, правой и левой ногами, поясницей, шеей. Разрешить каждому выполнять упражнение в своем темпе.

III. Проектная деятельность

Рефлексия выполнения предыдущего задания

Вопросы

- Получилось ли выяснить причины возникновения стрессовых ситуаций у первоклассников?
- Сложно это было сделать? Почему?

Задание

- Обсудить с участниками группы и выявить часто встречающиеся факторы стресса у первоклассников.
- Разработать слайд, сценарий ролика и т. д. об этих факторах стресса и способах саморегуляции.

IV. Домашнее задание

1. Посетите первоклассников. Выполните с ними упражнение «Даже если...» – «В любом случае...»
2. Подумайте над вопросами: «Получилось выполнить упражнение? Трудно было выполнять?»
3. Через определенное время повторите это упражнение еще раз.
4. Подумайте над вопросами: «Легче было выполнять упражнение? Есть ли изменения у ребят?»
5. Понаблюдайте за собой.
6. Подумайте над вопросом: «Как влияет стресс (положительно, негативно) на здоровье и поведение?»

V. Подведение итогов

Прием «Мой выбор»

Этот прием можно отнести как к рефлексии деятельности, так и содержания. Обучающимся предлагается наклеить стикер на строчке в том месте, которое отражает их отношение к занятию и степень участия в проекте.

Мне было интересно.

Мне было скучно.

Я узнал что-то новое.

Я ничего не узнал.

Я слушал учителя.

Я не слушал учителя.

Я часто отвечал.
Я редко отвечал.
Я собой доволен.

Раздаточный материал

Памятка «Что нужно знать о стрессе»

Что такое стресс?

Стресс – это реакция организма на изменения или трудности. Это может быть что-то плохое, но и хорошие события тоже вызывают стресс.

Виды стресса		
Вид стресса	Что это?	Примеры
Эустрес (полезный)	Помогает собраться, быть внимательным, учиться, добиваться цели	Легкое волнение перед выступлением, азарт во время соревнований
Дистресс (вредный)	Мешает думать, портит настроение, может вызвать ссоры и усталость	Обида после ссоры, сильный страх перед контрольной

Как понять, что ты в стрессе?

- Хочется плакать или кричать.
- Быстро бьется сердце.
- Дрожат руки, краснеет лицо.
- Трудно думать или сосредоточиться
- Ничего не радует.

Как справляться со стрессом?

1. Дыши глубоко: 5 раз медленно вдохни и выдохни.
2. Поговори с кем-то: с другом, родителем, учителем.
3. Подвигайся: сделай зарядку, пройдись, попрыгай.
4. Рисуй, лепи, пиши: творчество помогает расслабиться.
5. Слушай музыку или читай: это успокаивает.
6. Сделай паузу: посиди в тишине, закрой глаза.
7. Помни: чувствовать стресс – нормально. Главное – уметь с ним дружить.

Помни! Стресс не враг. Он может быть твоим помощником, если ты умеешь с ним обращаться.

Занятие 3
Тема «Уверенность – залог успеха»

Воспитай волю – это броня,
сохраняющая разум.
Абай Кунанбаев,
казахский народный просветитель,
поэт, философ, музыкант,
общественный деятель,
основоположник казахской
письменной литературы

Цель: определение личностных механизмов стрессоустойчивости.

Планируемые результаты:

дети знают, как управлять собой и своими эмоциями в повседневной жизни или исключительных обстоятельствах;

пытаются разобраться в своих отношениях с окружающими и понять, от чего зависит то или иное отношение к ним.

Ресурсы: цветные маркеры, флипчарт, карточки с индивидуальными заданиями.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение на сплочение группы «Вавилонская башня»

Цель: участники учатся координировать свои действия, взаимодействовать в команде, развивают навыки невербального общения.

Условия: участникам запрещено разговаривать и вообще как-нибудь использовать голос. Каждый лист является строго конфиденциальным для одного участника. Необходимо совместно нарисовать Вавилонскую башню. Используется секундомер.

Ход упражнения. Участники делятся на 4 команды по 6–7 человек. Каждому участнику команды дается индивидуальное задание.

Время выполнения 5 мин.

Обсуждение

Вопросы

- Трудно ли было выполнять задание?
- Что показалось наиболее трудным?
- Успешным ли было взаимодействие в группах? Почему?
- Где и когда в повседневной жизни или рабочей среде вы можете использовать полученные навыки?

II. Основная часть

Как справляться со стрессом?

Одна и та же трудная ситуация может по-разному повлиять на людей. Но и справляться с ней можно по-разному.

Люди, которые умеют держать себя в руках и не теряться в трудный момент, используют полезные (конструктивные) способы. Они умеют:

- контролировать свои эмоции и поведение;
- спокойно думать;
- правильно оценивать, насколько сложна ситуация, и что они могут с ней сделать;
- выбирать хороший способ, чтобы справиться со стрессом.

Этап 1. Как мы воспринимаем ситуацию, и что из этого получается?

Когда происходит что-то волнительное, мы сначала оцениваем ситуацию. Мы думаем:

- Насколько это трудно или опасно для нас (например, для здоровья, настроения или репутации)?
- Справимся мы или нет?
- Хватит ли нам знаний и сил?

Например, когда учитель смотрит в журнал и выбирает, кого вызвать к доске, ученик может начать переживать. Он думает: «А вдруг вызовут меня? Знаю ли я тему? Смогу ли ответить?» Из-за этого может появиться страх – если кажется, что не справишься. А могут появиться уверенность и желание самому выйти к доске – если все знаешь.

Иногда стресс мы создаем себе сами. Например, если ученик не уверен в себе, он может бояться выйти к доске, даже если все выучил. В этом случае проблема не в ситуации, а в том, как мы ее воспринимаем.

Этап 2. Как стресс влияет на тело и результаты?

Когда мы боимся, в нашем теле происходят разные изменения:

- сердце начинает биться быстрее;
- появляется пот;
- дыхание становится неровным;
- могут дрожать ноги или руки;
- сложно сосредоточиться;
- иногда мы путаемся или забываем, что хотели сказать.

Например, когда ученик боится ответить у доски, у него могут дрожать коленки и пропадать слова.

Но похожие изменения бывают и тогда, когда мы очень рады или взволнованы, например, когда ждем хорошую оценку. В таком случае тоже может запереть дыхание или появиться волнение.

Этап 3. Как мы приспосабливаемся к стрессу?

Когда случается стресс, наш организм и мозг стараются с этим справиться. Это называется адаптацией – мы учимся жить с новой ситуацией.

Адаптация может быть разной.

- ***Активной***, когда мы сознательно пытаемся решить проблему и преодолеть трудности.
- ***Пассивной***, когда мы стараемся уйти от проблемы или защищаемся по-другому, например, отвлекаемся или не замечаем стресс.

Чтобы справиться со стрессом, важно действовать сознательно и выбирать правильные способы решения проблем. Тогда мы чувствуем себя лучше и можем стать сильнее.

Такое умение помогает нам развиваться, раскрывать свои способности и достигать целей.

Как правильно справляться с трудностями?

Чтобы успешно преодолеть проблему, нужно сделать следующее.

1. Поставить цель – решить, чего ты хочешь добиться.
2. Подумать, как это сделать, – найти разные способы решения задачи.
3. Определить, что понадобится, – подумать, что нужно для каждого способа (время, помощь, знания).

4. Представить последствия – подумать, что может случиться, если выбрать тот или иной путь.

5. Оценить свои силы – понять, что вам по силам, а что – нет, и выбрать лучший вариант.

6. Поставить маленькие задачи – решить, как понять, что движешься в правильном направлении.

7. Начать действовать – сделать первый шаг и идти к своей цели.

Методическое замечание: необходимо обратить внимание школьников, что этапы решения учебных и жизненных задач аналогичны этапам преодоления стресса.

Есть ситуации, которые можно преодолеть самому. Но часто мы оказываемся в условиях, когда не хватает своего опыта, или по каким-то другим причинам нужно обратиться за помощью. Это могут быть ситуации, связанные с учебой, взаимоотношениями с родителями, друзьями и т. д. Умеем ли мы это делать? Что для этого нужно?

Упражнение «Прошу помочь»

Цель: определение алгоритма обращения за помощью, осознание ценности коммуникативной компетентности.

Инструкция. Участники делятся на группы. Каждая группа получает карточку с описанием ситуации, которую сложно решить самому школьнику (например, не понял учебный материал, которого нет в учебнике; необходимо срочно вернуть книгу своему знакомому, но ты уезжаешь; поссорился с приятелем и др.). Можно предложить учащимся придумать свои ситуации.

На основе приобретенных знаний каждая группа должна разработать конструктивный вариант решения поставленной задачи и представить его на обсуждение.

В ходе обсуждения необходимо обратить внимание на следующие моменты.

- Можно ли выделить общие качества тех, к кому мы обращаемся за помощью?
- Почему нам могут отказать?
- Как на это можно реагировать?
- Можно ли избежать отказа в просьбе?

Методическая рекомендация: учащихся необходимо подвести к мысли, что одним из механизмов стрессоустойчивости является компетентность в общении.

Упражнение «Перекат напряжений»

Напрячь до предела правую руку. Постепенно расслабляя ее, полностью перевести напряжение на левую. Затем, постепенно расслабляя эту руку, полностью перевести напряжение на левую ногу, поясницу и т. д.

Предложите участникам регулярно практиковать это упражнение для улучшения его эффективности. Подчеркните важность постепенности и регулярности в выполнении.

III. Проектная деятельность

Рефлексия выполнения предыдущего задания

Вопросы

- Получилось выполнить упражнение с первоклассниками «Даже если...» – «В любом случае...»?
- Есть ли изменения у ребят после повторного выполнения упражнения?

• Какие последствия стресса вы выявили у себя? Положительные? Негативные?

Работа в группах

Упражнение «Формирование модели стрессоустойчивой личности»

В ходе обсуждения определяются личностные качества, которые мешают преодолению стресса и препятствуют переходу стресса в дистресс, составляются портреты стрессоустойчивой и нестрессоустойчивой личности.

После формирования портретов типов личности проводится обсуждение результатов, чтобы выявить общие черты стрессоустойчивой личности и понять, как можно развивать эти качества у себя.

IV. Домашнее задание

1. Закончите работу над своим «конечным продуктом» (создать другие слайды, ролики, постеры и т. д.). Расскажите в нем о влиянии стресса на человека (положительное и негативное); о своих способах стрессоустойчивости.
2. Отразите способы преодоления стресса, о которых узнали на занятии.
3. Продемонстрируйте свой «продукт» первоклассникам.
4. Обсудите с ними модель стрессоустойчивой личности.
5. Научите первоклассников приемам расслабления.
6. Снимите ролик об этой встрече с первоклассниками.

V. Подведение итогов

Прием «Цепочка пожеланий»

Обменяйтесь с соседом по парте пожеланиями, как сохранять стрессоустойчивость при возникновении тревожной ситуации.

Раздаточный материал

Индивидуальные задания

«Башня должна иметь 10 этажей».

«Вся башня имеет коричневый контур».

«Над башней развевается синий флаг».

«В башне всего 6 окон».

«Перед башней есть крыльцо из трех ступенек».

«На втором этаже башни горит фонарь»

«Двери башни открыты».

Карточки с описанием ситуации

Не понял учебный материал, которого нет в учебнике.

Необходимо срочно вернуть книгу своему знакомому, но ты уезжаешь.

Поссорился с приятелем.

Занятие 4
Тема «Могу быть успешным»

Достоинство человека определяется тем,
каким путем он идет к цели,
а не тем, достигнет ли он ее.
Абай Кунанбаев,
казахский народный просветитель,
поэт, философ, музыкант,
общественный деятель,
основоположник казахской
письменной литературы

Цель: расширение арсенала средств преодоления стрессовых ситуаций.

Планируемый результат:

осознание ценности коммуникативной компетентности.

Ресурсы: ролик, снятый учащимися.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение на сплочение группы «Я вижу в тебе ...»

Первый этап. Участники игры становятся в два круга лицом друг к другу (получается два круга: внутренний и внешний).

По команде ведущего «Внутренний к внешнему, поехали» те, кто стоят во внутреннем круге, начинают говорить тому, кто стоит напротив: «Я видел, как ты в проекте ...»

По команде «Стоп» все разговоры прекращаются, и после следующей команды «Внешний к внутреннему, поехали» начинает говорить тот, кто стоит во внешнем круге. Вторая команда «Стоп» прекращает разговоры.

Ведущий дает 1–2 с. на то, чтобы участники в паре посмотрели друг другу в глаза, и подает команду «Переход», по которой игроки внешнего круга перемещаются на одного человека вправо.

Очень важно вести строгий учет времени, отведенного на предложения одного круга к другому; промежутки времени должны быть равными (20–30 с.).

Второй этап – «Мне нравится, что за время проекта ты ...»

После завершения упражнения предоставьте время для обсуждения общего опыта. Позвольте участникам поделиться своими мыслями о том, какие впечатления они получили, что они узнали о других участниках, и как это может повлиять на их взаимодействие в будущем.

II. Основная часть

Проектная деятельность

Демонстрация ролика, снятого учащимися во время посещения первоклассников.

По завершении демонстрации предлагается поделиться впечатлениями всем желающим.

Упражнение «Самопрезентация»

Цель: повышение самооценки.

Каждый по кругу называет то качество, которое, по его мнению, проявилось при выполнении проекта. При этом необходимо уточнить положительную роль этого качества для себя. (Время выступления каждого ученика должно быть регламентировано, чтобы все имели равные возможности высказаться.)

Например: если участник назвал в качестве желаемого качества коммуника-

бельность, то дальше он произносит: «Я – Берик, я развил коммуникабельность, это помогает мне чувствовать себя уверенно...»

Высказывание необходимо произнести так, чтобы окружающие в это поверили.

После завершения упражнения обобщите выводы.

III. Заключение

Учитель благодарит всех за участие в проекте и желает использовать полученные знания и приобретенные навыки для поддержания дружественной атмосферы в классе.

Упражнение «Аплодисменты»

Цель: обеспечить эмоциональный подъем по завершении занятия.

Учитель подходит к любому ученику и начинает аплодировать. Затем этот ученик выбирает из класса следующего, кому аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т. д. Последнему участнику аплодирует весь класс.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 6 КЛАССА
по проекту «Искусство управления конфликтом»
Занятие 1
Тема «Я среди других»

Проверяй все сердцем.
Абай Кунанбаев,
казахский народный просветитель,
поэт, философ, музыкант,
общественный деятель,
основоположник казахской
письменной литературы

Цель: способствовать исследованию природы конфликтов, их влияния на личность, способов разрешения на основе проектной деятельности.

Планируемые результаты:

расширятся представления обучающихся о факторах, способствующих возникновению конфликтов;

разовьются навыки конструктивного общения в среде сверстников; сформируется умение извлекать из конфликта жизненные уроки;

проявится стремление к согласию и миролюбию в построении отношений.

Ресурсы: тест-таблица «Отношения в нашем классе» по количеству учеников; смайлики «Полезно», «Интересно», «Есть вопросы»; кейс проекта (ящик, коробка для вопросов и предложений), размещенный в заранее определенном месте классного кабинета и доступный каждому учащемуся.

На занятие приглашаются старшеклассники-помощники.

Ход занятия

I. Введение

Тест «Отношения в нашем классе»

Цель: предоставить учащимся возможность самостоятельно проанализировать атмосферу в классе.

Каждый получает от учителя (старшеклассников-помощников) таблицу с вопросами и в течение 2 мин. выбирает вариант ответа – «да» или «нет». Анкета заполняется анонимно. Подсчет количества ответов «да» и «нет» проводят старшеклассники-помощники. Пока идет подсчет ответов на вопросы теста, проводится игра «Зато ты...»

Игра «Зато ты...»

Цель: способствовать осознанию учащимися своих положительных качеств.

Инструкция. Учитель делит класс на группы. Каждый из участников группы называет один свой недостаток. Остальные по очереди утверждают: «Зато ты...» и озвучивают какое-то положительное качество этого человека. Например: ты лучше всех рассказываешь истории, у тебя быстрая реакция, хорошая память и т. д.

По завершении упражнения учитель благодарит учащихся за наблюдательность и создание положительной атмосферы общения. Обсуждается вопрос, что учащиеся узнали о себе и других. Заслушиваются ответы учеников. Делается вывод. Например: в ходе игры выяснилось, что в каждом человеке есть много хорошего. Однако не всем в классе уютно, комфортно (озвучиваются результаты анонимной анкеты. Инструкция дана в пункте V).

Жить в атмосфере дружелюбия и уважения друг к другу, избегать конфликтов, а если они возникли, грамотно их разрешать и учиться на них поможет ***проект «Искусство управления конфликтом».***

Далее учащимся предлагается определить цель проекта. После заслушивания ответов на доске записывается цель. Например, цель проекта – научиться предупреждать и грамотно разрешать конфликты.

II. Основная часть

Упражнение «Закончи предложение»

Цель: развить навыки определения и понимания причин конфликта.

Инструкция. Учитель предлагает поднять руки тем, кому приходилось когда-либо участвовать в конфликтной ситуации, и вспомнить, что было причиной конкретного конфликта. Далее необходимо закончить предложение, записанное на доске: «Причиной конфликта было то, что ...»

Высказаться вслух предоставляется возможность всем желающим.

Учитель делает вывод. Например: причины конфликтов многочисленны и разнообразны, но в целом их можно объединить в группы.

Мозговой штурм «Причины возникновения конфликтов»

Цель: побудить к исследованию природы конфликтов.

Все желающие высказываются, учитель подводит итоги и демонстрирует обобщенную запись того, что озвучили учащиеся (слайд).

Причины конфликтов:

- неумение контролировать свое эмоциональное состояние;
- скрытность;
- недопонимание;
- агрессивность;
- различие целей, интересов;
- неумение общаться;
- неумение сотрудничать и др.

Учитель делает вывод. Например: часто понимание причины конфликта помогает его избежать.

Предлагается вопрос: «Почему нужно стараться не допускать конфликтов?» Ответ на этот вопрос даст выполнение следующего упражнения.

Упражнение «Скажи, что чувствуешь?»

Цель: побудить к анализу внутренних ощущений на основе создания образа конфликта.

Учащимся предлагается поделиться ассоциациями и чувствами, которые возникают при слове конфликт, исследовать, как он выглядит в мире вещей.

Демонстрируется запись на доске (слайд).

Ассоциации

Если конфликт – мебель, то какая?

Если конфликт – посуда, то какая?

Если конфликт – одежда, то какая?

Если конфликт – растение, то какое?

Если конфликт – техника, то какая?

Учитель делает вывод. Например: конфликт – это болезненное состояние его участников.

Информационный блок

Цель: познакомить с инструментами выхода из конфликта.

Для недопущения развития болезни необходимо назначить лечение. Лекарство – алгоритм разрешения конфликта. Демонстрируется запись на доске (слайд).

Алгоритм разрешения конфликта

Шаг 1. Почему? (Узнать, почему участники конфликта хотят того, чего они хотят.)

Шаг 2. Зачем? (Установить потребности участников, а не только их цели.)

Шаг 3. Как? (Рассмотреть варианты решения.)

Шаг 4. Что? (Найти решение, которое устроит всех.)

Групповая работа

Цель: организовать мини-исследование в малых группах на основе новой информации.

Демонстрируется запись на доске (слайд).

Рассмотрите ситуации и ответьте на вопросы.

1. Почему возник конфликт?
2. Зачем участники конфликтуют?
3. Каковы варианты решения?
4. Какое решение устроит всех?

Учитель делит учащихся на 3 группы. Каждой группе предлагается ситуация для рассмотрения по вышеуказанным вопросам.

Ситуация 1. Одноклассник не смог пойти с тобой в кино, хотя ты давно купил билеты на новый интересный фильм. Причину не объяснил, просто сказал, что у него важные дела. С тех пор вы не разговариваете.

Ситуация 2. Асель с начальной школы очень любила учиться. Она быстро осваивала материал, легко выполняла все задания. В 6 классе ей приходилось больше трудиться, чтобы держать планку. И если раньше она не возражала, когда у нее кто-то списывал, то теперь стала предлагать свою помощь только в подготовке заданий, но вот отдавать свои тетради для списывания отказывалась. Одноклассники объявили Асель бойкот.

Ситуация 3. Во время перемены в кабинете английского языка произошла ссора между Ерболом и Бахтияром. Во время ссоры на пол между рядами парт упали дорогостоящие очки Бахтияра. Вошедшая в кабинет Назым, не заметив очки на полу, раздавила их. Разъяренный Бахтияр ударил Назым...

По завершении работы в группах результаты презентуются, учитель подводит итоги. Делается вывод. Например: любой конфликт разрешим, следует только выполнять определенные правила.

Демонстрируется запись на доске (слайд).

Правила разрешения конфликта

- Нельзя откладывать решение назревшего конфликта.
- Стремитесь искренне и серьезно понять точку зрения другого.
- Свою ошибку, неверный шаг признавайте быстро, опережайте возможную критику.
- Удерживайте за собой инициативу, диктуя эмоции, в первую очередь спокойствие.

Учащимся предлагается возможность обсудить правила и дополнить их.

III. Проектная деятельность

Учащимся предлагается ответить на вопрос: как применить полученные знания на практике?

Учащиеся высказываются. Коллективно делается вывод. Например: полученные знания можно применить для разрешения существующих конфликтов и недопущения новых.

Учитель демонстрирует структуру проекта (слайд).

Проект состоит из 4 этапов.

Этап 1. Я среди других

Этап 2. Эффективные навыки общения

Этап 3. Диджитал в среде подростков

Этап 4. Сила позитивного общения

Способы исследования: эксперименты, коллективные дела, шефская помощь, сотрудничество.

Учитель предлагает назвать коллективные дела на этапе 1 и дает подсказки. Например: дела должны быть направлены на укрепление дружбы между одноклассниками, шефскую помощь второклассникам, проведение экспериментов, что дает возможность сделать открытия. Учащиеся делятся предложениями.

После обсуждения на доске делается запись с учетом заданий учителя. Например: задание по этапу 1 проекта.

1. Помиритесь с тем, с кем в ссоре, или помогите помириться другим.

2. Разработайте квест о дружбе для подшефных – учащихся 2 класса.

3. Проведите эксперимент. Начните с этой минуты позитивно общаться со всеми одноклассниками: проявляйте доброжелательность ко всем, даже к тем, с кем вы в ссоре, вежливо отвечайте, предложите помощь там, где вы можете быть полезны. Не демонстрируйте отрицательных эмоций, даже если у вас плохое настроение. Предложите рецепт предупреждения конфликтов.

Проанализируйте, как изменилась атмосфера вокруг вас. Расскажите о результатах эксперимента на следующем занятии по проекту.

4. Подумайте над вопросом: каковы плюсы и минусы конфликта? Сделайте выводы.

Предложения и вопросы оставляйте в кейсе проекта.

IV. Подведение итогов

Учитель предлагает разместить на доске смайлики «Интересно», «Полезно», «Есть вопросы». На основе этого можно оценить результативность урока.

По завершении занятия учитель желает ученикам стремиться жить в мире и согласии, избегая конфликтов, и напоминает, что все вопросы и пожелания можно опустить в кейс проекта.

Раздаточный материал

Тест «Отношения в нашем классе»

№	Утверждения	Да	Нет
1	В нашем классе не принято мешать друг другу, приставать, надоедать.		
2	В нашем классе не принято шутить над кем-нибудь так, чтобы смеялся весь класс.		
3	В нашем классе не принято драться.		

4	В нашем классе не принято обзываться.		
5	В нашем классе нет таких, кого все боятся.		
6	В нашем классе нет таких, над кем все смеются.		
7	В нашем классе свободно можно приносить и оставлять на парте ценные вещи.		
8	В нашем классе звучат ругательства.		
9	В нашем классе не курят.		
10	Если в нашем классе возник конфликт, то мы сами, без помощи учителя, его разрешим.		
11	В нашем классе мне комфортно и интересно.		
12	Я люблю бывать вместе с классом в походах, в театре, на экскурсии.		

Подведение итогов. Суммируются отдельно ответы «да» и отдельно ответы «нет». Полученные результаты делятся на количество участников анкетирования. Чем больше ответов «нет», тем напряженнее обстановка в классе. Но даже при небольшом количестве ответов «нет» есть повод подумать, как изменить ситуацию, чтобы всем было комфортно.

Занятие 2
Тема «Эффективные навыки общения»

Только разум, наука, воля,
совесть возвышают человека.
Думать, что можно иначе возвыситься,
может только глупец.
Абай Кунанбаев,
казахский народный просветитель,
поэт, философ, музыкант,
общественный деятель,
основоположник казахской
письменной литературы

Цель: формирование ответственности за недопущение травли в коллективе.

Планируемые результаты:

расширятся представления об эффективных навыках общения;

разовьются навыки позитивного межличностного взаимодействия, противодействия буллингу;

сформируется антибуллинговое сознание.

Ресурсы: мультфильм «Helium» (анимационная студия Boneheds), таблички со словами (инструкция в упражнении «Ярлыки»), смайлики «Полезно», «Интересно», «Есть вопросы»; кейс проекта (ящик, коробка для вопросов и предложений), размещенный в определенном месте классного кабинета и доступный каждому.

На занятие приглашаются старшеклассники-помощники.

Ход занятия

I. Введение

Просмотр фрагмента из мультфильма «Helium» (00–1.38, Гелий / Helium: поиск Яндекса по видео (yandex.kz).

Цель: введение в тему занятия.

Учитель предлагает вопросы для обсуждения.

- Случались ли в вашей школьной жизни ситуации, показанные в мультфильме?
- Как часто такое случается?
- Как вы думаете, почему у героев такие разные настроения, восприятие жизни? (Ответы учащихся)

Учитель заслушивает и обобщает высказывания учащихся, делает вывод. Например: если показанная в мультфильме ситуация повторяется очень часто, то можно говорить о буллинге, т. е. систематическом насилии, унижении, оскорблении, запугивании одних школьников другими. Как же не допустить буллинга? Освоить эффективные навыки общения!

Объявляется тема занятия.

II. Основная часть

Информационный блок

Цель: актуализация и углубление представлений о пагубности буллинга для всех его участников через организацию наблюдения и анализа.

Учащимся предлагается рассказать, что они знают о буллинге. Подводя итоги сказанному, учитель предлагает рассмотреть содержание слайда.

- Основными действующим лицами являются агрессор и жертва, которые очень наглядно представлены в мультфильме.
- Буллинг осуществляется преднамеренно и направлен на нанесение физических и душевных страданий другому человеку.

- Буллинг подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает его здоровье, самоуважение и человеческое достоинство.
- Буллинг – это групповой процесс, затрагивающий не только обидчика и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь класс, где оно происходит.
- Буллинг никогда не прекращается сам по себе: всегда требуются защита и помощь пострадавшим, инициаторам буллинга (обидчикам) и свидетелям.

Учитель задает вопросы.

- Какие два участника буллинга показаны в содержании слайда?
- О ком ничего не сказано?
- Как ведут себя наблюдатели?

Учащиеся и учитель делают вывод. Например: 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 в коллективе относятся друг к другу, уважают мнение других, тем меньше вероятность проявления буллинга.

Демонстрируется окончание мультфильма.

Предлагаются вопросы для обсуждения.

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

Учитель заслушивает учащихся и делает вывод. Например: жертвой травли при стечении определенных обстоятельств может стать практически любой школьник. Обидчик тоже может стать жертвой, если появится более сильный агрессор.

Демонстрируется окончание мультфильма «Helium» (с 01.38 до 01.45).

Игра «Чем мы отличаемся друг от друга, чем мы похожи друг на друга»

Цель: выявление общих черт и качеств, которые объединяют людей.

Старшеклассник-помощник предлагает поднять руку тем, у кого одинаковые имена. Роль ведущего принимает один из тех, у кого одинаковое с кем-либо имя. Он продолжает, задавая, например, такой вопрос: «Кто любит плавать?» (Учащиеся поднимают руки.) Продолжает один из тех, кто любит плавать. Например: «Кто умеет играть в шахматы?» (Учащиеся поднимают руки.) Продолжает один из тех, кто умеет играть в шахматы. Например: «У кого есть собака?» (Учащиеся поднимают руки.)

Игра продолжается до тех пор, пока в роли ведущего не попробует себя каждый учащийся.

По завершении игры делается вывод. Например: в нас много общего. Нам одинаково больно, когда нас обижают, мы одинаково беззащитны перед грубой необузданной силой травли. Что же можно сделать, чтобы в нашем классе никто не страдал от унижений и травли? Нужно научиться уважать друг друга!

Упражнение «Ярлыки»

Цель: вовлечение в процесс сопереживания, понимания чувств другого человека.

Старшеклассник-помощник произвольно раздает учащимся таблички со словами: «ленивый», «злой», «неудачник», «равнодушный», «бездельник», «балбес», «безответственный», «несерьезный», «драчун», «прогульщик».

Предлагается вопрос для обсуждения.

- Нравится ли вам такая наклейка? Почему? (Ответы учащихся)

Учитель предлагает разорвать таблички с негативными надписями и выбросить их в мусорную корзину, а сам раздает таблички с другими надписями: «умный», «красивый», «талантливый», «отзывчивый», «добросовестный», «сообразительный», «активный», «образованный», «воспитанный», «эрудированный» и т. д.

Предлагаются вопросы для обсуждения.

- Что вы чувствуете, получив таблички с другими надписями?
- Существуют ли «ярлыки» в реальной жизни?
- Всегда ли ваше мнение о других людях соответствует реальному? (Ответы учащихся)

Эти вопросы также могут быть предложены и для внутреннего размышления.

Групповая работа

Цель: вовлечение в процесс поиска конструктивных решений в нестандартных ситуациях.

Учитель предлагает к рассмотрению ситуацию, изложенную в рассказе свидетеля происходящего (слайд).

Мой сосед Бахтияр – ученик 6 класса. В этом году он поступил в гимназию и оказался в новом коллективе. Дети в его классе разные: кто-то активный, кто-то стеснительный – обычное дело. Быстро сформировался костяк класса – так называемых «крутых», которые стали цепляться к «некрутым». Ну, например, приносишь в школу лего и пластилин: «Фу, некрутой». Это повод для насмешек, обидных прозвищ.

У моего соседа пышная шапка волос на голове, его стали обзывать Чупа-Чупс. Он тушевался и не знал, что сказать в ответ. Уходил от конфликтов, избегал драк и громких разборок – «некрутой». Однако невозможно избежать случаев, когда пинают твой рюкзак, как футбольный мяч, прикрепляют к спине обидные надписи, во время урока физкультуры насыпают в обувь битое стекло, выплескивают на тетрадь воду из бутылки.

Никто не вступался за Бахтияра, хотя все происходило на глазах одноклассников. Жизнь становилась невыносимой...

Задание

1-я группа. Предположите и расскажите, что чувствует жертва.

2-я группа. Предположите и расскажите, что чувствуют свидетели травли.

3-я группа. Предположите и расскажите, что чувствуют обидчики.

Для всех групп. Предложите рецепт выхода из ситуации. Презентуйте результат.

Учитель анализирует выступления групп и делает вывод. Например: все участники травли чувствуют себя некомфортно. Жертва испытывает душевную боль, наблюдатели – неловкость от того, что не хватает характера вмешаться, обидчики – страх, что последует наказание.

Чтобы не оказаться в ситуации жертвы (а это самая незащищенная роль в буллинге!), важно прислушаться к советам психологов (слайд).

Попробуй выполнить возможные действия, чтобы не стать жертвой буллинга.

- Найди себе друга среди одноклассников, а еще лучше – несколько настоящих друзей.
- Пригласи одноклассников в гости или в кинотеатр, клуб, поход, на прогулку.
- Научись уважать мнение одноклассников, находить с ними общий язык.
- Не пытайся всегда побеждать в спорах с ровесниками, научись проигрывать и уступать, признавать свою неправоту.
- Не задирайся, не зазнавайся.
- Не пытайся выделяться среди других, если для этого нет повода.
- Не хвастайся: ни своими успехами, ни своими электронными игрушками, ни родителями.
- Не демонстрируй свою элитарность.
- Не ябедничай.
- Не подлизывайся ни к учителям, ни к одноклассникам.
- Не действуй наперекор решениям класса, если они не противоречат нравственным нормам.
- Не демонстрируй свою физическую силу.
- Не показывай свою слабость.
- Не взывай к жалости окружающих в связи со своими хроническими заболеваниями или физическими дефектами.
- Используй свои таланты на благо класса и школы, чтобы одноклассники гордились тобой, а не завидовали.
- Предложи интересное коллективное дело.

После знакомства с советами психолога учитель предлагает принять участие в марафоне идей и назвать коллективные дела, которые могут помочь в укреплении отношений в классе. Предложения учащихся фиксируются на доске.

III. Проектная деятельность

Подведение итогов этапа 1 проекта

Цель: анализ опыта, полученного в ходе проведения эксперимента.

Желающие выступить учащиеся рассказывают, удалось ли прекратить конфликт, насколько успешно прошел эксперимент.

Учитель предлагает поделиться рецептами предупреждения конфликтов и обращает внимание на вывод, дополненный новой информацией (слайд).

Чтобы не допустить возникновения конфликта, необходимо знать ***правила бесконфликтного общения.***

Не употребляйте конфликтогены – это слова, действия (или бездействие), которые могут привести к конфликту.

2) Не отвечайте конфликтогеном на конфликтоген.
3) Проявляйте эмпатию (эмоциональное расположение) к собеседнику.
4) Делайте как можно больше благожелательных посылов.

Обращается внимание на новое слово – конфликтоген. Поясняется, что это слова, действия (или бездействие), которые могут привести к конфликту. Их важно избегать в общении.

Задание по этапу 2 проекта «Эффективные навыки общения»

Учитель обращается к записи результатов марафона идей и вместе с учащимися выбирает наиболее интересное для всех дело, которое станет пунктом 1. Далее комментируется задание от учителя.

Слайд

1) Проведите акцию «Буллинг: миссия выполнима».

2) Разработайте текст листовки, в которой привлеките внимание к проблеме буллинга. Предложите шаги к пресечению этого явления в школе.

3) Организуйте ярмарку добрых дел на перемене с подшефными 2 класса (игры, беседы, квесты).

4) Возьмите интервью у педагогов, учащихся разных классов о путях создания бесконфликтной среды (разработайте вопросы интервью).

5) Расспросите старших членов семьи, как им удавалось разрешать конфликты.

6) Расскажите о своих чувствах в отзывах. Отзывы опускайте в кейс проекта.

IV. Подведение итогов

Учитель предлагает разместить на доске смайлики «Интересно», «Полезно», «Есть вопросы». На основе этого можно оценить результативность урока.

По завершении занятия учитель желает всем противостоять буллингу и напоминает, что все вопросы и пожелания опускаются в кейс проекта.

Занятие 3
Тема «Диджитал в среде подростков»

При единении и малое растет,
при раздоре и величайшее распадается.
Гай Саллюстий Крисп,
древнеримский историк

Цель: формирование ответственности за поддержку и распространение травли в интернет-пространстве, правовой культуры.

Планируемые результаты:
расширятся представления обучающихся об угрозах в интернете;
разовьются навыки безопасного поведения в интернет-пространстве;
сформируется готовность противостоять интернет-травле.

Ресурсы: смайлики «Полезно», «Интересно», «Есть вопросы»; кейс проекта (ящик, коробка для вопросов и предложений), размещенный в заранее определенном месте классного кабинета и доступный каждому.

На занятие приглашаются старшеклассники-помощники.

Ход занятия

I. Введение

Беседа

Цель: введение в тему занятия.

Беседа проводится по вопросам.

- Как часто вы пользуетесь цифровой сетью?
- Что вам больше всего нравится в интернете?
- Как родители воспринимают ваши занятия, времяпрепровождение в интернете? Почему?

По завершении беседы необходимо сделать обобщение.

Информационный блок

Цель: расширить представления учащихся о распространенности кибербуллинга как социального явления и подвести к пониманию его опасности для окружающих.

Учащимся предлагается для осмысления следующая информация.

Бурное развитие компьютерных технологий и широкое распространение интернета открывают перед людьми большие возможности для саморазвития и общения. Сегодня количество пользователей сети составляет десятки миллионов людей, из них внушительная часть – дети и подростки.

Однако интернет может быть не только кладезем возможностей, но и источником угроз. Многие не подозревают, что, оставляя на различных сайтах или в социальных сетях конфиденциальную информацию, подвергают риску собственную жизнь. Не секрет, что многие преступники ищут своих жертв именно через интернет.

В последнее время становится все более распространенным такое понятие, как кибербуллинг. Это настоящий психологический террор. И нередко такая травля из виртуального пространства переходит в реальную жизнь.

Травля сверстников в социальных сетях стала модной забавой среди школьников и студентов. Исследования показали: каждого четвертого ребенка в нашей стране унижают и травят в интернете.

Кибербуллинг (cyber-bullying) – подростковый виртуальный террор – получил свое название от английского слова bull – «бык», с родственными значениями: «агрессивно нападать, бередить, задирать, придираться, провоцировать, дони-

мать, терроризировать, травить». В молодежном сленге появился глагол аналогичного происхождения – быковать.

О губительных последствиях буллинга говорят сообщения о травмах, нанесенных сверстниками, попытках суицидов и трагических смертей.

Учащимся предлагается вопрос: в чем опасность кибербуллинга для каждого человека? (Ответы учащихся)

Вывод: кибербуллинг остается невидимым, а нанесенный им ущерб – нераспознанным. Но проблема эта вполне реальна, несмотря на свою виртуальность.

II. Основная часть

Групповая работа

Цель: побудить к выработке решений для противостояния кибербуллингу.

Задание. Прочитайте описание видов кибербуллинга, выделенных американскими учеными. Предложите советы, как защитить себя.

Группа 1. ***Перепалки***, или ***флейминг***, – обмен короткими эмоциональными репликами между двумя и более людьми, разворачивается обычно в публичных местах сети. Иногда он превращается в затяжной конфликт.

На первый взгляд, флейминг – борьба между равными, но при определенных условиях она может превратиться в неравноправный психологический террор. Неожиданный выпад может вызвать у жертвы сильные эмоциональные переживания.

Как защитить себя? _____

Группа 2. ***Нападки, постоянные изнурительные атаки*** – повторяющиеся оскорбительные сообщения, направленные на жертву (например, сотни sms на мобильный телефон, постоянные звонки), с перегрузкой персональных каналов коммуникации. Встречаются также в чатах и форумах, в онлайн-играх. Как защитить себя? _____

Группа 3. ***Клевета*** – распространение оскорбительной и неправдивой информации. Текстовые сообщения, фото, песни, которые часто имеют унизительный характер. Жертвами могут быть не только отдельные подростки, порой случаются рассылки списков («кто есть кто в школе»), создаются специальные «книги для критики» с шутками про одноклассников.

Как защитить себя? _____

Группа 4. ***Самозванство, перевоплощение в определенное лицо*** – преследователь позиционирует себя как жертву, используя ее пароль доступа к аккаунту в социальных сетях, в блоге, почте, системе мгновенных сообщений, либо создает свой аккаунт с аналогичным никнеймом и осуществляет от имени жертвы негативную коммуникацию. Организация «волны обратных связей» происходит, когда с адреса жертвы без ее ведома отправляют друзьям провокационные письма.

Как защитить себя? _____

Группа 5. ***Отчуждение.*** Любому человеку присуще желание быть включенным в группу. Исключение же из группы воспринимается как социальная смерть. Чем в большей степени человек исключается из взаимодействия, тем хуже он себя чувствует, и тем больше падает его самооценка.

В виртуальной среде это может привести к полному эмоциональному разрушению личности. Онлайн-отчуждение возможно в любых типах сред, где используется защита паролем, формируется список нежелательной почты или список друзей. Киберостракизм проявляется также в отсутствии ответа на мгновенные сообщения или электронные письма.

Как защитить себя? _____

Группа 6. ***Хеппислепинг*** – «счастливое хлопанье, радостное избиение». Название происходит от случаев в английском метро, где подростки избивали прохожих, тогда как другие записывали это на камеру мобильного телефона. Сейчас это название закрепилось за любыми видеороликами с записями реальных сцен насилия. Эти ролики размещают в интернете, где их могут просматривать тысячи людей без согласия жертвы. Начинаясь как шутка, хеппислепинг может закончиться трагически.

Как защитить себя? _____

Группам предлагается назвать отличие кибербуллинга от буллинга. Вывод записывается на доске (слайд).

Особенности кибербуллинга: анонимность, возможность фальсификации, наличие огромной аудитории, возможность достать жертву в любом месте и в любое время.

Вывод. Кибербуллинг может продолжаться круглосуточно!

Упражнение «Стена отчуждения»

Цель: определение участников интернет-травли.

Участники делятся на 2 группы, стоящие по разным сторонам класса, словно по обе стороны предполагаемой стены.

Вопрос группе 1: если вы жертва, кто находится по другую сторону стены? (Правильный ответ – преследователи)

Вопрос группе 2: если вы преследователи, кто находится по другую сторону стены? (Правильный ответ – жертва)

Вопрос для всех: почему между жертвой и преследователями стена? (Правильный ответ – нежелание искать выход, менять ситуацию к лучшему)

По какую сторону находятся наблюдатели? (Правильный ответ – на стороне преследователей)

Вывод. Участниками кибербуллинга, так же, как и буллинга, являются жертва, преследователи и наблюдатели. В травле нет нейтральных, она затрагивает и уродует всех.

Групповая работа «Живая» памятка безопасности в интернете»

Цель: побуждение к принятию обдуманных решений в ситуациях интернет-травли.

Задание. Разработайте Памятку «Как защититься от хамства и оскорблений в интернете». Представьте ее в виде сценки.

Задание выполняется в два этапа. Для выполнения задания на этапе 1 класс делится на 7 групп. Каждой группе в течение 5 мин. нужно сделать вывод, следующий из информации, представленной в соответствующем пункте.

Задание этапа 1. Прочитайте советы психологов по выработке навыков безопасного поведения. Напишите обобщающий вывод.

Группа 1. Советуйся со взрослыми, прежде чем отвечать на агрессивные сообщения. Прежде чем писать и отправлять сообщения, следует успокоиться, утолить злость, обиду, гнев. (Вывод может звучать так: не спеши выбрасывать свой негатив в киберпространство.)

Группа 2. Хотя киберпространство и предоставляет дополнительные возможности почувствовать свободу и раскованность благодаря анонимности, нужно помнить, что существуют способы узнать, кто стоит за определенным никнеймом. И если некорректные действия в виртуальном пространстве приводят к реальному вреду, все тайное становится явным. Интернет фиксирует историю, кото-

рая состоит из публичных действий участников и определяет онлайн-репутацию каждого – накопленный образ личности в глазах других участников. Запятнать эту репутацию легко, исправить – трудно. (Вывод может звучать так: создавай собственную онлайн-репутацию, не покупайся на иллюзию анонимности.)

Группа 3. Если тебя очень расстроило сообщение, картинка, видео и т. д., следует немедленно обратиться к родителям за советом, сохранить или распечатать страницу, чтобы посоветоваться со взрослыми. (Вывод может звучать так: храни подтверждения фактов нападений.)

Группа 4. Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать: часто кибербуллинг вследствие такого поведения останавливается на начальной стадии. Опытные участники интернет-дискуссий придерживаются правила: «Лучший способ борьбы с неадекватами – игнор». (Вывод может звучать так: игнорируй единичный негатив!)

Группа 5. а) Выступить против агрессора, дать ему понять, что его действия оцениваются негативно. б) Поддержать жертву лично или в публичном виртуальном пространстве, предоставить ей эмоциональную поддержку. в) Сообщить взрослым о факте некорректного поведения в киберпространстве. (Вывод может звучать так: если ты стал очевидцем кибербуллинга, правильным поведением будет:...)

Группа 6. В программах обмена мгновенными сообщениями есть возможность блокировки сообщений с определенных адресов. Пауза в общении часто отбивает у агрессора желание продолжать травлю. (Вывод может звучать так: блокируй агрессоров!)

Группа 7. Если письма неизвестного вам отправителя систематически содержат угрозы, следует скопировать эти сообщения и обратиться к правоохранителям. Если оскорбительная информация размещена на сайте, следует сделать запрос к администратору для ее удаления. (Вывод может звучать так: не стоит игнорировать агрессивные сообщения. Нужно принимать меры!)

Задание этапа 2. Разработайте «Живую» памятку «Как защититься от хамства и оскорблений в интернете».

Для выполнения задания представители групп по очереди зачитывают изначально данную в каждом пункте информацию с составленным выводом. Для творческого решения задачи можно применить разные приемы. Например, предусмотреть, чтобы свой вывод каждая группа произносила хором, применить разную высоту звука голоса и др. Получится «живая» памятка.

Информационный блок

Цель: показать возможности защиты от буллинга и кибербуллинга.

Учащихся необходимо познакомить с важной для них информацией.

На защите прав и интересов детей стоят государственные органы! Для этого разработаны Правила профилактики буллинга (Приказ Министра просвещения Республики Казахстан №506 от 21 декабря 2022 г.). Их нужно изучить! В данных правилах предусмотрена ответственность за свои действия не только преследователей, но и всех заинтересованных лиц.

Если вам срочно нужна помощь, то необходимо:

- обратиться к взрослым (родителям, школьному психологу, учителю);
- воспользоваться телефоном доверия (находится на сайте Министерства просвещения Республики Казахстан).

Ни в коем случае нельзя медлить с обращением за помощью!

III. Проектная деятельность

Подведение итогов этапа 2 проекта. Учитель может зачитать отзывы, если учащиеся поделились ими через кейс проекта, или предложить устно поделиться своими мыслями всем желающим.

Особое внимание уделяется итогам акции «Буллинг: миссия выполнима!» При обсуждении обращается внимание на трудности, с которыми столкнулись организаторы акции, и выбор путей успешной реализации задуманного. Желательно продемонстрировать снимки, сделанные в ходе проведения акции, выслушать, какие чувства переживали учащиеся.

Задание по этапу 3 проекта

1. Проведите с учащимися 2 класса Конкурс рисунка «Нам всем нужна дружба!»
2. На переменах организуйте выступления перед учащимися школы с постановкой «Живая» памятка безопасности в интернете» или выступите по школьному телевидению.
3. Проведите Челлендж «Мы против насилия».
4. Разработайте видеоролики-советы по позитивному общению для заключительного занятия по проекту.

IV. Подведение итогов

Учитель предлагает разместить на доске смайлики «Интересно», «Полезно», «Есть вопросы». На основе этого можно оценить результативность урока.

По завершении занятия учитель желает всем объединиться в противостоянии буллингу и напоминает, что все вопросы и пожелания опускаются в кейс проекта.

Занятие 4
Тема «Сила позитивного общения»

Именно там, где мы не можем
изменить ситуацию,
мы призваны измениться сами.
Виктор Франкл,
австрийский психиатр, психолог,
философ, невролог

Цель: подведение итогов выполнения проекта и определение целей дальнейшего развития.

Планируемые результаты:

сформируется понимание личной ответственности за создание бесконфликтной среды общения;

разовьются навыки позитивного межличностного взаимодействия, противодействия унижению другого человека;

появится мотивация к саморазвитию.

Ресурсы: видеоролики-советы по позитивному общению, созданные на этапе 3 проекта, листы с перечнем качеств и дополнительными строчками для заполнения, детские калейдоскопы (5–7 штук), белый лист ватмана, квадратные стикеры по количеству учащихся, разлинованный лист ватмана, ножницы, небольшие листы формата А5 с именами учащихся для пожеланий; кейс проекта (ящик, коробка для вопросов и предложений), размещенный в определенном месте классного кабинета и доступный каждому.

На занятие приглашаются старшеклассники-помощники.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Калейдоскоп»

Цель: укрепить мотивацию на построение позитивных взаимоотношений в коллективе.

Учащимся предлагается по очереди посмотреть в калейдоскоп (старшеклассники-помощники раздают учащимся несколько калейдоскопов) и убедиться, что каждый узор отличается причудливыми сочетаниями. При этом важно подчеркнуть, что любой человек, как и необычный узор, имеет свою ценность, красоту и неповторимость.

Задание. Нарисуйте на бумажном стикере узор, который отражал бы характер, настроение, внутреннее «Я». Это не обязательно должен быть сюжетный рисунок: может быть передана игра цветов, причудливость форм и т. д. На рисунке в центре напишите свое имя и наклейте рисунок на лист ватмана, чтобы дополнить единый узор бумажного калейдоскопа класса.

По завершении работы учитель делает вывод о том, что неповторимость узора создает каждый член коллектива. Без рисунка даже одного человека узор был бы другим.

II. Основная часть

Упражнение «Проект и я»

Цель: побудить к самоанализу и рефлексии.

Задание. Подумайте, что в вас стало лучше, какие качества вы смогли в себе воспитать, какие умения развить в ходе выполнения проекта. Отметьте эти качества и при необходимости дополните список недостающими качествами и навыками.

Каждый учащийся получает листок с перечнем названий качеств и навыков:
сила воли;
сообразительность;
выдержка, терпение, упорство;
внимание и наблюдательность;
физическая сила и выносливость;
целеустремленность;
умение слушать других;
умение быть хорошим другом;
умение контролировать и анализировать свои поступки;
чуткость и отзывчивость к людям;
умение трудиться вместе с одноклассниками;
видеть, кому нужна помощь, помогать и принимать помощь от других;
умение подчинять свои желания интересам дела и коллектива;
умение строить доброжелательные отношения с одноклассниками;
умение дружить и быть хорошим другом;
способность быть услышанным.

Групповая работа «Мы смогли. Мы еще сможем!»

Учитель демонстрирует разлинованный лист ватмана.

Образец разлиновки

Каким видится класс, в котором всем хорошо?	Что сделано?	Что не сделано?	Что можно сделать еще?	Что может помешать?	Кто и чем может помочь?

Класс делится на 6 групп по количеству граф. После озвучивания названия граф лист ватмана разрезается по вертикали, и каждая группа получает свою графу-ленту для заполнения. В группах обсуждают и записывают предложения по конкретно данному направлению.

По завершении работы каждая группа зачитывает предложения и прикрепляет заполненные графы-ленты к магнитной доске. В результате лист ватмана восстанавливается в виде полос, но уже в заполненном виде.

Далее задается вопрос: что может случиться, если не прилагать обозначенные в таблице усилия для укрепления отношений в классе? (Учащиеся отвечают по желанию.)

Вывод. Без вклада всех членов коллектива в укрепление отношений между одноклассниками будут возникать конфликты, травля, кибербуллинг, унижение достоинства другого человека. Добрые отношения в классе необходимы для свободного развития, конструктивного и интересного взаимодействия друг с другом.

Сторителлинг

Цель: побудить к осмыслению созидательной силы настоящей дружбы.

Учитель передает содержание истории, на основе знакомства с которой будет выполнено заключительное задание.

Г. Чепмен, Р. Кэмпбелл

Однажды учительница математики дала ученикам такое домашнее задание: составить список класса, подумать, что больше всего нравится в каждом из одноклассников, и записать это качество напротив его фамилии. В конце урока она собрала списки.

Это было в пятницу. За выходные она обработала результаты и в понедельник раздала каждому ученику листок, на котором перечислила все то хорошее, что заметили в нем одноклассники.

Ребята читали... То тут, то там слышался шепот: «Неужели это все обо мне? Я и не знал, что меня так любят». Они не обсуждали результаты в классе, но учительница знала: она достигла цели – ее ученики поверили в себя...

Через несколько лет один из этих ребят погиб. Его хоронили на родине. С ним пришли проститься друзья, бывшие одноклассники, учителя.

На поминках его отец подошел к учительнице математики:

– Я хочу показать вам кое-что. – Из бумажника он достал сложенный вчетверо потертый на сгибах листок. Было видно, что его много раз читали и перечитывали. – Это нашли в вещах сына. Он не расставался с ним. Узнаете?

Он протянул ей листок. Это был список положительных качеств, которые заметили в его сыне одноклассники.

– Большое вам спасибо, – сказала его мать. – Наш сын так этим дорожил.

И тут случилось удивительное: один за другим одноклассники доставали такие же листки. Многие всегда держали их при себе в бумажниках. Кто-то даже хранил свой в семейном альбоме. Один из них сказал:

– Мы все сохранили эти листки. Разве можно такое выбросить?

III. Заключение

Задание. Напишите добрые пожелания однокласснику. Подумайте, что вам больше всего нравится в нем, чему у него можно поучиться. Разместите пожелания на листе «Калейдоскоп класса».

Каждому учащемуся вручается листок с именем одноклассника, которому нужно написать добрые пожелания, отмечая его хорошие качества.

Учителю следует заранее позаботиться, чтобы были учтены все учащиеся: и тот, кто пишет, и тот, кому адресуется пожелание.

По завершении работы учащиеся прикрепляют листочки к листу ватмана «Калейдоскоп класса», который был ранее создан из стикеров.

IV. Подведение итогов

Демонстрация видеороликов-советов по позитивному общению, созданных учащимися.

По завершении демонстрации учитель благодарит учеников за участие в проекте «Искусство управления конфликтом» и желает использовать полученные знания и навыки в создании дружественной среды общения.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 7 КЛАССА
по проекту «Свои и чужие границы»
Занятие 1
Тема «Что такое личные границы, и зачем они нужны?»

Цель: познакомить учащихся с понятием личных границ, научить различать физические, эмоциональные и психологические границы.

Задачи:

- ввести понятие личных границ, познакомить с основными видами границ;
- развить умение защищать свои границы и уважать чужие;
- сформировать понимание важности безопасной и доверительной атмосферы.

Оборудование: карточки с примерами ситуаций, доска или флипчарт, маркеры.

Продолжительность занятия: 40–45 мин.

Ход занятия

1. Введение в тему

Беседа с элементами обсуждения

Учитель задает учащимся вопросы.

- Слышали ли вы выражение личные границы?
- Как вы думаете, что это может значить?

По завершении беседы показывается слайд или пишется на доске определение.

Личные границы — это невидимая «линия», которая отделяет человека от других, показывает, что для него приемлемо, а что нет: в общении, прикосновениях, словах и даже эмоциях.

Вывод. У каждого человека есть свои личные границы, и это нормально. Их важно знать, чувствовать и защищать.

2. Работа в парах. «Границы вокруг нас»

Ученикам раздаются карточки с примерами ситуаций (можно распечатать или зачитать).

Кто-то берет твои вещи без разрешения.

Одноклассник трогает тебя за плечо, хотя ты просил этого не делать.

Подруга настаивает, чтобы ты рассказала ей все свои секреты.

Кто-то начинает шутить, а тебе становится неприятно или обидно.

Родственник читает твою переписку без разрешения.

Тебя обнимают или целуют при встрече, хотя ты этого не хочешь.

Учитель делает личный комментарий о твоей внешности перед всем классом.

Друг публикует в соцсетях твои фото или видео без спроса.

В разговоре с родителями тебе не дают выразить свое мнение: тебя перебивают или высмеивают.

Одноклассник садится слишком близко, несмотря на твою просьбу держать дистанцию.

Кто-то настойчиво спрашивает о твоих оценках, личной жизни или семье, хотя ты не хочешь этим делиться.

Тебя заставляют участвовать в активности (танцы, игры, конкурсы), которая тебе неприятна.

Сосед по парте громко комментирует, что ты ешь, как выглядишь или как разговариваешь.

Родственник без разрешения заходит в твою комнату, когда ты просил побыть одному.

Тебя обижают или дразнят за то, что ты не хочешь делиться личным мнением на уроке.

Задание. Обсудите в парах ситуацию по вопросам.

- Нарушена ли здесь граница?
- Какая: физическая, эмоциональная, психологическая?
- Что вы могли бы сделать?

Презентовать результат.

Вывод. Существуют разные типы личных границ: физические (тело, вещи, пространство), эмоциональные (чувства), психологические (мнения, личные темы) и цифровые. Их нарушение вызывает дискомфорт и тревогу.

3. Мини-лекция + визуализация

Учитель кратко объясняет.

У всех границы разные: кто-то любит объятия, кто-то нет.

Бывают ситуации, когда человек не может сказать «нет» из страха обидеть.

Нарушение границ: не только физическое насилие, но и давление, манипуляции, игнорирование чувств.

Вывод. Личные границы уникальны у каждого человека. Уважать границы другого – значит уважать его как личность.

4. Ролевая игра «Говорю о своих границах»

Работа в группах

Ученики делятся на 3–5 групп и разыгрывают короткие ситуации, где один нарушает границы, а другой учится корректно их обозначать:

Примеры ситуаций

Один одноклассник берет телефон другого.

Кто-то настаивает на разговоре, когда другой хочет побыть один.

Ученик обижает другого словами, считая это шуткой.

5. Рефлексия

Проводится по вопросам.

- Как себя чувствовали?
- Было ли сложно сказать о своих границах?

Вывод. Навыки конструктивного общения помогают отстаивать границы без конфликта. Главное – говорить ясно, спокойно, с уважением. Понимание и защита личных границ – часть внутренней уверенности, уважения к себе и другим. Это важно для дружбы, семьи и комфортного общения.

6. Проектная деятельность

Учащимся предлагается ответить на вопрос: как применить полученные знания на практике?

Учащиеся высказываются. Коллективно делается вывод. Например: полученные знания можно применить для выстраивания позитивных отношений с одноклассниками.

Учитель демонстрирует структуру проекта (слайд).

Проект состоит из 4 этапов.

Этап 1. Что такое личные границы, и зачем они нужны?

Этап 2. Как правильно говорить нет?

Этап 3. Границы в цифровом мире

Этап 4. Уважение к чужим границам

Способы исследования: эксперименты, коллективные дела, шефская помощь, сотрудничество.

Учитель предлагает назвать коллективные дела на этапе 1 и дает подсказки. Например: дела должны быть направлены на укрепление дружбы между одноклассниками, шефскую помощь третьеклассникам, проведение экспериментов, что дает возможность сделать открытия.

Учащиеся делятся предложениями.

После обсуждения на доске делается запись с учетом заданий учителя. Например: задание по этапу 1 проекта.

1. Напишите письмо себе «Как я буду защищать свои границы».
2. Нарисуйте карту моих границ и обозначьте в ней, что можно, что нельзя.
3. Придумайте игру «Личные границы» и проведите ее на перемене с подшефными третьеклассниками.

Учитель предлагает для обсуждения конечный продукт проекта – социальный видеоролик «Уважай границы – уважай человека» и при одобрении учеников распределяет роли.

Сценаристы (разрабатывают короткий сценарий с примерами, где границы нарушаются, и как можно правильно реагировать).

Актеры, режиссеры, монтажеры.

Решается вопрос, где можно показать ролик: на общешкольной линейке, родительском собрании или выложить в школьных соцсетях.

Занятие 2

Тема «Как правильно говорить нет?»

Цель: развивать у обучающихся навык уверенного, вежливого отказа в ситуациях давления и манипуляции; учить уважать собственные границы и границы других.

Задачи:

- формировать уверенность в себе;
- тренировать коммуникативную компетентность;
- воспитывать уважение к своим и чужим границам.

Оборудование: карточки с житейскими ситуациями, стулья для ролевых пар, флипчарт или доска, маркеры (для записи фраз вежливого отказа),·листочки и ручки (для заданий по проектной деятельности).

Продолжительность занятия: 40–45 мин.

Ход занятия

1. Введение в тему

Вопросы для обсуждения

- Легко ли вам говорить «нет»?
- Когда это бывает особенно трудно: с друзьями, взрослыми, сверстниками?
- Почему мы иногда говорим «да», хотя хотим сказать «нет»?

Учитель записывает на доске ключевые фразы от учеников: «неудобно отказать», «боюсь обидеть», «хочу понравиться», «не хочу быть белой вороной» и т. д.

Переход к теме.

Педагог: Сегодня мы поговорим о том, как говорить «нет» так, чтобы защитить свои границы, но не разрушить отношения.

2. Мини-беседа + работа с примерами

Темы для обсуждения

В чем разница между вежливым отказом и грубостью?

Почему умение отказывать – это важный социальный навык?

Записать на доске / флипчарте фразы вежливого отказа.

«Прости, мне это неудобно».

«Я понимаю тебя, но не могу помочь».

«Мне это не подходит. Надеюсь, ты поймешь».

«Мне важно не делать этого».

«Я не чувствую себя с этим комфортно».

Педагог обсуждает с учащимися, в каких ситуациях можно использовать эти фразы. Подчеркивает, что уверенный отказ не равен конфликту.

3. Ролевая игра «Говорю «нет»

Инструкция. Разделить класс на пары. Каждой паре раздать карточку с ситуацией. Один участник просит, второй отказывает.

Примеры ситуаций на карточках

1. «Дай списать домашку».
2. «Пойдем прогуляем урок».
3. «Одолжи деньги».
4. «Дай пароль от соцсети».
5. «Сделай за меня проект».
6. «Сними видео, как ты дерешься. Это прикольно!»
7. «Скажи учителю, что я был, а сам не был».
8. «Скажи моей маме, что я вчера весь вечер делал с тобой уроки, чтобы она не

ругала меня за гуляние на улице допоздна».

После первой попытки учитель предлагает поменяться ролями. Обсуждение по вопросам

- Что получилось?
- Что было трудно?
- В каких ситуациях легче отказать, а в каких – труднее?
- Какие фразы сработали лучше всего?

4. Рефлексия

Подведение итогов

Умение говорить «нет» – это не грубость, а уважение к себе.

Отказ может звучать вежливо, твердо и честно. Мы не обязаны соглашаться, если нам что-то не подходит или некомфортно.

Фраза для закрепления (можно написать на доске)

«Настоящее уважение к другим начинается с уважения к себе».

5. Проектная деятельность

Педагог предлагает желающим поделиться впечатлениями от выполнения заданий по проекту, зачитать письмо «Как я буду защищать свои границы» или рассказать о проведении игры с третьеклассниками.

Далее можно предложить ответственному прочитать сценарный план видеоролика «Уважай границы – уважай человека» и обсудить, что можно изменить или добавить. Желательно связать последующие задания по проекту с подготовкой видеоролика. Например:

Вспомните ситуацию, в которой вам было трудно сказать «нет».

Запишите, как бы вы могли поступить теперь: какую вежливую фразу отказа вы бы выбрали?

Придумайте свою «универсальную» фразу вежливого отказа и запишите ее.

Проведите беседу о личных границах с третьеклассниками.

Подумайте, что лично вы бы сказали в видеоролике о личных границах.

Проведите конкурс на лучшие советы для видеоролика.

По завершении занятия педагог дает советы.

Педагог: Обязательно поддерживайте любые попытки вежливого отказа, даже если они звучат неуверенно: цель не идеальный ответ, а тренировка.

Если кто-то из учеников поделится личной ситуацией, отнеситесь к этому с деликатностью, не позволяйте насмешек.

Всегда будьте примером вежливости для одноклассников и тех, кто младше.

Занятие 3
Тема «Границы в цифровом мире»

Границы – это способ сказать миру,
кто ты есть, и защитить то,
что важно тебе,
даже в цифровом пространстве.

Цель: сформировать у обучающихся представление о цифровых границах, научить безопасному и уважительному поведению в онлайн-среде.

Планируемые результаты:

понимают понятие цифровых границ и осознают важность личной безопасности в интернете;

умеют анализировать цифровые ситуации, делать выводы и принимать обоснованные решения;

формируют уважительное отношение к личным границам других в онлайн-среде;

развивают навыки сотрудничества и ответственности в процессе проектной деятельности.

Ресурсы: картинки / примеры цифровых ситуаций (распечатки или слайд-презентация); бумага, фломастеры, наклейки для оформления; инструкции для мини-проекта «Цифровая безопасность – мой выбор»; интерактивная доска или экран (по возможности).

Ход занятия

I. Введение

Вступительное слово учителя

Педагог: Здравствуйте, дорогие ребята! Сегодня у нас необычное занятие. Мы поговорим о том, чего не видно глазами, но что чувствует каждый человек – о границах. Это не забор и не пароль – это то, что помогает нам чувствовать себя в безопасности и быть уверенными в себе.

Но сегодня мы посмотрим на границы в цифровом мире: в чатах, играх, соцсетях. Где заканчивается «шутка», и начинается давление? Когда дружба в интернете становится слишком навязчивой? Почему важно говорить «нет», и как это делать безопасно?

Мы разберем настоящие ситуации и научимся:

- понимать, когда нарушаются личные границы;
- как себя защитить;
- как не нарушать границы других.

Кейс «Как Алиса отстояла свои цифровые границы»

Прочитайте историю Алисы.

В 7 классе у Алисы уже был свой аккаунт в школьном чате и несколько подписок в соцсетях.

Однажды вечером ей пришло сообщение от одноклассника Вити: он попросил прислать ему прикольное видео из ее истории в Instagram, «чтобы все смеялись вместе». Алиса без раздумий сделала скрин и отправила, но через пару часов заметила, что этот же ролик начали обсуждать и пересылать в общем классном чате без ее разрешения.

Девушке стало не по себе: она не планировала, чтобы ее личные видео расходились по всему классу.

На уроке биологии она подняла руку и рассказала одноклассникам о своей ситуации. Вместо ожидаемой поддержки услышала: «Да это же твоя ошибка – сама выложила».

Алиса почувствовала, что ее цифровые границы нарушены: и морально, и социально...

Творческое задание «Продолжи историю Алисы...»

Задание. Придумайте и опишите продолжение истории: как могла бы поступить Алиса, чтобы:

Групповая работа

Формат Класс делится на 3 группы. Каждая группа получает один кейс. Все группы работают по единым вопросам. В конце – короткие презентации от каждой группы (устно, в сценке или на бумаге). Задание Каждая группа: читает свой кейс; отвечает на 4 универсальных вопроса; готовит мини-презентацию (можно оформить как диалог, памятку, сценку или постер). Презентация каждой группы по 3 мин.	**Вопросы для всех групп** 1. Что было сделано неправильно в этой ситуации? 2. Как понять, что ситуация может быть опасной для тебя или другого человека? 3. Что делать в такой ситуации? 4. Какие советы вы дали бы своим одноклассникам, чтобы не попасть в такую ситуацию? (Можно раздать каждому набор вопросов или записать их на доске / экране.)
Кейсы (по одному на каждую группу)	
Кейс 1. Странные сообщения от взрослого	Девочке в онлайн-игре пишет взрослый: сначала хвалит игру, потом называет ее красивой, просит фото и хочет «общаться только вдвоем».
Кейс 2. Перевод денег в игре	Подросток переводит деньги незнакомцу в онлайн-игре за «скин». После перевода человек исчезает, и подарок не приходит.
Кейс 3. Публикация без согласия	Подруга выкладывает смешное фото Ани без ее разрешения с подписью: «Вот кого я вижу утром в зеркале». Ане неприятно.

Мини-игра RED FLAG / GREEN FLAG

Инструкция

1. Учитель читает ситуацию.

2. Учащиеся поднимают флажок (или руку) в ответ:

Red Flag, если считают, что ситуация опасная, нарушает границы или закон;

Green Flag, если считают, что поведение безопасное и допустимое.

3. После каждого ответа – краткий разбор: что нарушено, и какие есть последствия по законодательству РК.

Ситуации для обсуждения

1. Ты выкладываешь фото одноклассника без его разрешения.

Ответ: Red Flag. Пояснение: нарушение частной жизни. Статья 147 УК РК. Штраф или арест.

2. Кто-то в игре просит у тебя деньги и обещает вернуть больше.

Ответ: Red Flag. Пояснение: интернет-мошенничество. Статья 190 УК РК. Штраф до 2000 МРП или лишение свободы.

3. Ты написал под фото одноклассницы: «Красивая фотография».

Ответ: Green Flag. Пояснение: допустимо, если комментарий уважительный и не нарушает границы.

4. В групповом чате один ученик пишет другому: «Ты тупой, зачем ты вообще живешь?»

Ответ: Red Flag. Пояснение: оскорбления и кибербуллинг. Статья 73-3 КоАП РК. Штраф или административный арест.

5. Взрослый человек пишет тебе в соцсети, просит фото и говорит: «Только никому ничего не рассказывай».

Ответ: Red Flag. Пояснение: потенциально опасное поведение. Нужно сообщить взрослым. Возможна уголовная ответственность для нарушителя.

Рефлексия

«3 слова»

Опишите урок тремя словами. Пример: безопасность, интернет, границы.

Вопросы для обсуждения

1. Что важного ты сегодня узнал?
2. Какую ситуацию из игры ты запомнил? Почему?
3. Что теперь будешь делать по-другому в интернете?

Рекомендации по цифровым границам

Педагог: Ребята, это мои советы вам после нашего сегодняшнего урока.

Вы можете дополнить их сами и рассказать младшим братьям, сестренкам или друзьям. Ведь в интернете, как и в жизни, важно уметь уважать себя и других.

1. Не публикуй чужие фото, видео и переписки без разрешения. Это может нарушить личные границы и закон.
2. Не общайся с незнакомцами, особенно если они просят личную информацию или фото. Лучше сразу рассказать об этом взрослым.
3. Если в сети кто-то тебя обижает или угрожает, не молчи. Сделай скриншот и покажи родителям, учителю или другому взрослому, которому доверяешь.
4. Не отправляй деньги или данные банковской карты через игры или мессенджеры. Это может быть мошенничество.
5. Ты не обязан всем отвечать. Если тебе неприятно, скажи «нет» или просто не продолжай разговор. Это нормально – защищать свои границы.
6. Перед тем как что-то опубликовать, подумай: не навредит ли это кому-то? Уважение в интернете – это тоже правило.
7. Если ты чувствуешь тревогу, стыд или страх – это уже сигнал, что ситуация может быть опасной. Всегда есть к кому обратиться за помощью.

III. Проектная деятельность

Педагог: Ребята, вы с самого первого занятия начали работу над нашим проектом. Мы уже разобрались с темой «Что такое личные границы, и зачем они нужны» (этап 1), и как правильно говорить «нет» в сложных ситуациях (этап 2).

Теперь мы переходим к третьему этапу проекта – «Границы в цифровом мире».

Наш общий итог – это социальный ролик, в котором мы расскажем, как защищать свои границы и уважать чужие в жизни и в интернете.

А теперь вопросы к вам: «Как вы думаете, какие виды деятельности нас ждут на этом этапе? Что мы можем сделать, чтобы разобраться с границами именно в цифровом пространстве?» (Ответы учащихся)

Варианты ответов

- Разобрать реальные ситуации, когда границы нарушаются онлайн.
- Придумать сцены для ролика: как себя вести, когда кто-то давит, обижает или просит выложить личное.
- Создать советы или памятки, как защитить себя в интернете.
- Провести мини-опрос среди других учеников: знают ли они, как защититься онлайн?

Все эти идеи помогут нам создать важную часть ролика. Работаем дальше вместе и с пользой.

Рекомендации учителя

Этап 3. Границы в цифровом мире

1. Изучите реальные ситуации. Подумайте, когда в интернете могут нарушаться личные границы: кибербуллинг, странные сообщения от незнакомцев, давление в играх или соцсетях, публикация чужих фото без разрешения.
2. Выберите одну-две ситуации для своего ролика. Важно, чтобы они были понятны и близки подросткам.
3. Покажите, как правильно действовать. Не просто рассказать, а показать: как отказать в чате, как попросить удалить фото, как обратиться за помощью.
4. Формат на ваш выбор. Можно сделать сценку, интервью, закадровый текст, инфографику. Главное – четко передать мысль.
5. Работайте как команда. Делитесь ролями: сценаристы, актеры, монтажеры, ведущие.

Помните: ваша цель – не просто ролик, а помощь другим понять, что цифровые границы – это важно.

Занятие 4
Тема «Уважение к чужим границам»

Свобода одного человека
заканчивается там,
где начинается
свобода другого.
Джон Стюарт Милль,
британский философ,
социолог, экономист,
политический деятель

Цель: подвести итоги проектной работы, закрепить понимание того, что такое личные границы других людей, и как уважать их в повседневной жизни.

Планируемые результаты:

обучающиеся понимают, что значит уважать личные границы других людей;

умеют распознавать ситуации, где нарушаются чужие границы, и знают, как правильно действовать;

готовы применять уважительное поведение в общении с одноклассниками и близкими.

Ресурсы: презентация по теме, карточки с кейсами для групп, листы для рефлексии, шаблон для сценария ролика, флипчарт или доска, стикеры и маркеры.

I. Введение

Вступительное слово учителя

Педагог: Ребята, сегодня у нас особенное занятие – мы подводим итоги нашего проекта «Свои и чужие границы». За эти уроки мы с вами вместе прошли важный путь: мы разобрались, что такое личные границы, научились говорить «нет», поняли, как вести себя в цифровом пространстве, и сегодня завершаем работу темой «Уважение к чужим границам».

Подумайте: насколько важно уметь не только защищать свои границы, но и замечать и уважать границы других людей: в школе, в семье, в интернете. Это финальный шаг в нашем проекте, и он поможет нам стать внимательнее, добрее и надежнее друг для друга.

Сегодня мы вспомним все, что узнали, поделимся своими выводами, и начнем готовить итог – социальный ролик, в котором вы расскажете о границах так, как это видите и чувствуете вы сами.

1. Упражнение «Шаг вперед – шаг назад»

Инструкция. Встаньте в линию у одной стены класса. Я буду зачитывать ситуации. Если вы считаете, что поведение уважает чужие границы, делаете шаг вперед. Если считаете, что границы нарушены, делаете шаг назад. После 5–6 ситуаций обсуждаем, кто где оказался и почему.

Примеры ситуаций

- Ты не трогаешь чужую вещь без разрешения.
- Ты читаешь переписку друга без его ведома.
- Ты поддерживаешь друга, когда он говорит «нет».
- Ты задаешь личный вопрос, не зная, готов ли человек отвечать.
- Ты извинился, когда узнал, что кому-то стало неприятно.
- Ты настаиваешь на своем, хотя человек уже отказал.

Обсуждение (в кругу)

Вопросы

- Какие действия приближают людей?
- А какие разрушают доверие?
- Что для вас значит уважать другого?

II. Основная часть

Упражнение «Если бы я был на месте другого ...»

Инструкция. Ученикам раздаются карточки с ситуациями (где нарушены границы). Каждый работает индивидуально и письменно отвечает.

Вопросы

- Как бы ты себя чувствовал на месте этого человека?
- Что бы ты хотел, чтобы сделали другие?
- Что бы ты сам сделал по-другому?

Ситуации для размышления

1. Твой одноклассник громко читает твои личные сообщения на экране телефона.

2. Тебя обнимают на перемене, хотя ты уже говорил, что не любишь это.

Группа 1	**Группа 2**	**Группа 3**
Признаки того, что ты нарушаешь чужие границы.	Что делать, если ты понял, что нарушил границы?	Как научиться замечать границы других людей вовремя? .....
Примерные ответы		
Человек отстраняется, не смотрит в глаза. Говорит «не хочу», «неудобно», «перестань». Замирает, напряжен, уходит. Отвечает односложно или молчит. Выражает недовольство, раздражение.	Извиниться искренне. Сказать: «Я не хотел задеть тебя». Уважать просьбу, отойти, не повторять. Спросить: «Как я могу это исправить?» Сделать вывод и не повторять ситуацию	Обращать внимание на реакцию: жесты, мимику, интонацию. Слушать, когда человек говорит «не хочу», «не надо», «стоп». Спрашивать разрешение, прежде чем что-то делать. Ставить себя на место другого: «А мне было бы приятно?» Учиться уважению с детства: в семье, школе, онлайн.

3. Ты попросил не выкладывать общее фото, но его все равно выложили в соцсети.

4. Одноклассники смеются над твоим рассказом, хотя ты делился чем-то важным.

5. Ученики без разрешения забирают твои вещи с парты.

6. Ты сказал, что не хочешь говорить на личную тему, но тебя продолжают расспрашивать.

7. Тебя перебивают, не дают высказаться на уроке, даже когда ты поднял руку.

8. Кто-то громко обсуждает твой внешний вид в классе.

Упражнение «Слушай и не перебивай» (продолжение упражнения «Если бы я был на месте другого ...»)

Педагог: Теперь, когда вы поразмышляли индивидуально над ситуацией и представили себя на месте другого человека, мы переходим ко второй части – работе в парах.

Задача: поделиться своими мыслями и научиться внимательно слушать другого, не перебивая и не оценивая.

Инструкция. Объединитесь в пары. Один участник рассказывает о своих размышлениях по карточке (что он чувствовал бы в этой ситуации, что хотел бы изменить, что сделал бы по-другому). Второй только слушает, не перебивает, не комментирует. Затем меняетесь ролями.

Затем короткое совместное обсуждение в паре: «Что тебе показалось важным в словах партнера? Каково быть выслушанным до конца?»

Обсуждение в кругу

Вопросы

- Что нового вы поняли о границах других людей?
- Что теперь будете делать по-другому?
- Почему важно не только говорить о границах, но и слышать других?

Групповая работа

Имя (по желанию): _____

1. Что было полезным для меня в этом проекте?

.....

.....

2. Что было трудным или непонятным?

.....

.....

3. Что больше всего понравилось?

.....

.....

4. Что можно улучшить, если мы будем делать похожий проект снова?

.....

III. Рефлексия

Форма проведения: устная или письменная (по желанию), можно провести в кругу или на карточках.

Вопросы для рефлексии

- Что нового вы поняли о границах других людей?
- В каких ситуациях вы сами могли бы быть внимательнее к чужим границам?
- Какой вывод вы сделаете для себя после этого урока?

Дополнительно. Один жест или слово, которое вы запомните с этого занятия. Что вы расскажете дома или младшим школьникам про уважение к другим?

IV. Проектная деятельность. Подведение итогов

Коллективный разговор

Вопросы для обсуждения

- Что нового вы узнали о личных и цифровых границах?
- Как вы применяли знания на практике: в школе, дома, в интернете?
- Что оказалось самым сложным, а что – самым полезным?
- Почему важно уважать чужие границы?

Демонстрация результатов

Если проект был в виде социального ролика или другого продукта: показ видео / мини-презентация, комментарии и вопросы от класса.

Учитель подчеркивает ценность вклада каждого участника.

Обратная связь по проекту «Свои и чужие границы»

Общее резюме от учителя

Педагог: Вы прошли четыре этапа: понимание границ, умение говорить «нет», цифровая безопасность, уважение к другим. Это не просто проект – это навыки, которые помогут вам стать сильнее, увереннее и уважительнее к себе и другим. Ваш опыт можно продолжить: расскажите об этом родным, друзьям, младшим школьникам.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 8 КЛАССА
по проекту «Сила коллектива»
Занятие 1
Тема «Видеть, чувствовать, слышать»

Истина не всегда лежит в мнении большинства,
но в коллективном мнении может скрываться мудрость.
Джон Стюарт Милль,
британский философ, социолог,
экономист, политический деятель

Цель: развитие навыков коммуникации, умения слушать, уважать точку зрения других людей, приходить к консенсусу.

Планируемые результаты:

понимание значения и роли коллективного мнения в классе, обществе;

развитие навыков слушания, уважительного отношения к мнению других людей;

умение аргументировать свою точку зрения, участвовать в дискуссиях;

способность принимать конструктивную критику и адаптировать свое мнение;

развитие навыков сотрудничества, принятия общих решений на основе коллективного мнения;

повышение самооценки, уверенности в выражении своего мнения.

Ресурсы: кейс проекта (ящик, коробка для вопросов и предложений), размещенный в определенном месте классного кабинета и доступный каждому.

Ход занятия

I. Введение

Приветствие

Учитель предлагает учащимся поприветствовать друг друга, как это делают представители разных народов:

приложить руку к сердцу (Индия);

сложить руки на груди и поклониться (Япония);

пожать руку самому себе (Китай);

несильно пожать руки друг другу, стоя на большом расстоянии (Великобритания);

крепко пожать руки друг другу, стоя на близком расстоянии (Германия);

крепкие объятия (славянский обычай);

левой рукой взяться за ухо, правой снять шляпу и показать язык (Тибет);

положив правую руку на область сердца, сказать: «Ассаляму алейкум» (Казахстан).

Учитель: И, наконец, поприветствуем еще раз друг друга, радушно махая рукой, как это делают во всем мире.

Рекомендации для педагога

1. Обсудите культурные особенности: почему в разных культурах используются разные способы приветствия. Это может привести к интересным диалогам и пониманию культурного многообразия.
2. После демонстрации способов приветствия попросите учеников поделиться своими мыслями о том, что они узнали о различных культурах, и как это может помочь им лучше понимать и уважать друг друга.

II. Основная часть

Информационный блок

Коллективное мнение – это совокупность мнений, точек зрения и убеждений всех членов группы или коллектива. Оно формируется через обмен и обсуждение идей, мнений и информации между участниками.

Важно уметь слушать и уважать мнения других людей, даже если они отличаются от наших собственных. Коллективное мнение может быть более объективным и полным, так как оно учитывает разные точки зрения и опыт разных людей.

Навыки ***активного слушания*** относятся к способности внимательно и целенаправленно слушать, и понимать других людей. Это включает в себя умение сосредоточиться на речи собеседника, выявлять ключевую информацию, задавать уточняющие вопросы, демонстрировать эмпатию и проявлять заинтересованность в разговоре. Навыки активного слушания помогают улучшить коммуникацию, укрепить отношения и повысить эффективность взаимодействия с другими людьми.

Ассертивность – это целый комплекс мягких навыков, которые помогают в личной и рабочей жизни. В широком смысле это умение чувствовать себя уверенно вне зависимости от мнения окружающих и при этом быть в гармонии с другими людьми.

Ассертивный стиль предполагает эффективное представление себя в диалоге, отстаивание собственной точки зрения, сохраняя при этом уважение точки зрения и убеждений других людей. Ассертивное поведение также способствует повышению собственной самооценки до адекватного уровня, что, несомненно, повысит уважение окружающих.

III. Практическая часть

Упражнение на навыки активного слушания «Парное слушание»

Прием уточнение – это просьба уточнить или разъяснить что-либо из сказанного. Уточнение позволяет сохранять понимание чувств и мыслей собеседника в ситуации диалога.

Учитель делит класс на пары. Один ученик может рассказать о своих интересах, хобби или прочитанной книге, а второй должен активно слушать и задавать уточняющие вопросы. Затем ребята меняются ролями.

Вывод. Важно помнить, что развитие навыков активного слушания и коммуникации требует времени и практики. Поэтому регулярное проведение подобных активностей и упражнений поможет стать более уверенными и эффективными в общении.

Если в ходе упражнения выяснилось, что не у всех учеников развиты навыки активного слушания, можно попросить их поговорить с родителями, чтобы те обратили на это внимание и позанимались со своими детьми вне школы.

Учителю желательно регулярно проводить о***братную связь с учениками,*** чтобы они могли оценить свой прогресс и узнать, над чем им еще стоит поработать. Недостаточное развитие навыков активного слушания может препятствовать взаимодействию в классе.

Рекомендации для педагога

1. Предоставьте ученикам больше свободы выбора тем для обсуждения. Например, предложите им рассказать о самом удивительном месте, которое они посетили, или об интересном событии, которое произошло с ними. Это позволит расширить область обсуждения и сделать упражнение более увлекательным.

2. После упражнения проведите обсуждение того, что ученики узнали друг о друге, какие вопросы были наиболее интересными и почему. Это поможет ученикам осознать важность активного слушания и уточняющих вопросов.

3. Предложите ученикам написать короткие рефлексивные заметки о том, как им удалось активно слушать, и какие техники они использовали. Обсудите это в классе для обмена опытом и улучшения навыков.

Групповая работа. Обсуждение «Что такое коллективное мнение, и как вы его понимаете?»

Учитель делит класс на группы и предлагает каждой группе обсудить и ответить на вопрос: «Что такое коллективное мнение, и как вы его понимаете?» Группы обсуждают и записывают свои мысли. Каждая группа представляет свои ответы перед всем классом. Затем проводится обсуждение всем классом, ученики делятся своими мнениями и идеями.

Можно использовать следующие вопросы для обсуждения.

- Какие факторы влияют на формирование коллективного мнения?
- Каким образом коллективное мнение может отличаться от индивидуального мнения?
- Какими способами можно выразить свое мнение в коллективе?
- Каковы преимущества и недостатки коллективного мнения?

Рекомендации для педагога

1. По мере обсуждения в группах предложите ученикам обмениваться мнениями с другими группами. Например, можно дать каждой группе возможность задать вопрос другой группе или выразить свою позицию по их ответу.

2. Разрешите ученикам перемещаться между группами для обсуждения и обмена идеями. Это поможет детям увидеть широкий спектр мнений и идей, а не только мнение своей группы.

3. Попросите каждого ученика записать свои мысли о теме до начала обсуждения в группах. После обсуждения в группах дайте им возможность добавить или изменить свои идеи.

4. После обмена мнениями в группах проведите обсуждение, чтобы выработать общие выводы, учитывающие разные точки зрения. Это поможет стимулировать диалог и обмен идеями на уровне всего класса.

Интерактивное упражнение «Ассертивный стиль»

Группа выбирает одного представителя, который будет выступать в роли «говорящего», а остальные – в роли «слушающих».

«Говорящий» высказывает свое мнение или просьбу по определенной теме, например: «Я хотел бы изменить расписание уроков» и приводит свои аргументы. «Слушающие» активно слушают его, задают уточняющие вопросы. После того как «говорящий» высказал свое мнение, «слушающие» высказывают свои мысли в отношении предложенной идеи, формулируют свое собственное мнение по данной теме и высказываются «за» или «против», подкрепляя это аргументами.

«Говорящий» выслушивает мнение «слушающих». После этого они должны совместно прийти к консенсусу или компромиссу, учитывая все высказанные мнения и аргументы.

Вывод. Ученики станут более уверенными в выражении своих мыслей и чувств, у них сформируются навыки эффективной коммуникации, умение отстаивать свою точку зрения, внимательно, с уважением выслушивать точки зрения других людей. Так они получат ценный коммуникативный опыт, который поможет им в будущем легко и успешно взаимодействовать с окружающими.

Рекомендации для педагога

1. Дайте возможность всем участникам быть как «говорящими», так и «слушающими». Это сделает упражнение более интерактивным и позволит каждому ученику высказать свои мысли и аргументы.
2. После того как каждый участник высказал свое мнение, предложите обсудить тему в целом в группе. Это поможет увидеть широкий спектр точек зрения и аргументации.
3. Устройте обмен мнениями по кругу, где каждый участник сможет добавить что-то к высказанному предыдущими участниками или выразить свое согласие или несогласие.
4. По завершении обсуждения предложите ученикам совместно прийти к консенсусу или сформулировать компромисс, учитывая разные точки зрения и аргументы.

IV. Проектная деятельность

Сбор идей, организация и планирование: «Менторинг»

Предложите классу внедрить менторинг, в рамках которого восьмиклассники будут поддерживать четвероклассников, реализовывать с ними проекты и быть для них примером для подражания в течение учебного года.

Формирование культуры менторинга и поддержки между старшими и младшими школьниками может быть очень полезным для создания позитивных отношений и чувства общности в школе. Приведите примеры, как они уже это делают, помогая на переменах, в столовой, проводя школьные мероприятия и т. д.

Учащимся предлагается разделиться на группы, в которых они будут реализовывать проекты совместно с четвероклассниками.

Каждой группе предстоит выбрать тему проекта, направленную на решение какой-либо социальной проблемы.

Варианты проектов: помощь пожилым людям, лицам с инвалидностью, экологические проекты, приюты для животных и т. д.

Рекомендации для педагога

1. Предложите учащимся обсудить, что они ожидают от этого проекта и что готовы внести в него. Это поможет им четко определить, что они могут предложить, и что они хотели бы получить.
2. Важно предоставить механизм для обратной связи, где учащиеся могут делиться своим опытом, предлагать улучшения и обсуждать, что было полезным, а что не очень.
3. Назначьте ответственных из числа старшеклассников-менторов, которые будут следить за процессом и предоставлять поддержку, если понадобится.
4. Важно не заставлять учеников участвовать, если они не готовы. Создание атмосферы добровольного участия поможет избежать стресса и психологического дискомфорта.

V. Домашнее задание

Учитель предлагает группам разработать план проекта на выбранные темы и обсудить, как они будут посещать четвероклассников для совместной работы над проектами.

VI. Подведение итогов

Рефлексия

Учащиеся делятся своими мыслями и впечатлениями от занятия. Можно использовать следующие вопросы для рефлексии.

- Какие идеи или точки зрения были высказаны на занятии, которые вам запомнились?
- Какие навыки коммуникации и сотрудничества вы использовали во время урока?
- Как вы себя чувствовали, когда высказывали свою точку зрения, и когда ее слушали?
- Какие преимущества и недостатки вы видите в использовании коллективного мнения?

Фронтальная организация рефлексии. Учитель задает вопросы для обсуж дения, что может сделать процесс рефлексии более формализованным и уменьшить индивидуальный подход к нему.

Рекомендация для педагога. Предложите ученикам самостоятельно записать свои мысли о занятии, свои эмоции и впечатления без наводящих вопросов. Это поможет им более свободно выразить свои мысли и чувства.

Также учащиеся могут оценивать свое участие по вкладу в обсуждение, уровню активности и взаимодействия с другими участниками.

Использовать шкалу от 1 до 5, где 1 – очень низкий уровень участия, а 5 – очень высокий.

По завершении занятия учитель желает всем сотрудничества и напоминает, что все вопросы и пожелания можно опустить в кейс проекта, так как некоторые ученики могут не делиться своими мыслями открыто.

Вместе с тем предложите ученикам разные способы делиться своими мыслями после занятия: через личные беседы, анонимные записки или электронные формы обратной связи. Это создаст больше возможностей для учеников выразить свои мысли.

Занятие 2
Тема «Способность понимать других»

Все мы стали людьми настолько,
насколько научились любить
и понимать других.
***Борис Леонидович Пастернак**,*
русский советский поэт, писатель,
лауреат Нобелевской премии по литературе

Цель: ознакомление учащихся с понятиями эмпатия, сопереживание и практическими стратегиями развития способности понимания и разделения чувств другого человека.

Планируемые результаты:

учащиеся могут дать определение эмпатии;

осознают ее роль в межличностных отношениях;

понимают и умеют проявлять сопереживание в различных ситуациях;

совместно разработают план посещения четвероклассников, который будет включать в себя мероприятия и методы позитивного вовлечения, направленные на формирование благоприятной и инклюзивной среды в школьном сообществе.

Ресурсы: кейс проекта (ящик, коробка для вопросов и предложений), размещенный в определенном месте классного кабинета и доступный каждому, мяч или что-либо, что можно передвигать в пространстве, небольшие листки бумаги, письменные принадлежности (ручки, маркеры), доска или флипчарт, маркеры, аудиовизуальное оборудование для видеоклипа, листы формата А4 по количеству учащихся.

Ход занятия

I. Введение

Игра «Ледокол»

Данная игра может использоваться для создания позитивной и открытой атмосферы, формирования основы для практики, выработки привычки к сопереживанию и активному слушанию, а также для сплочения коллектива класса. Ее можно использовать в начале или в конце занятия.

Тип игры: межличностная деятельность.

Инструкция. Попросите учащихся встать или сесть в круг лицом внутрь него. Объясните правила: один ученик берет в руки ньюсбол (мяч или любой другой предмет, который можно бросать по кругу). Затем он сообщает классу какую-либо новость, например, что-то, что вызвало у него радость или волнение, нервозность, грусть или злость, или что-то другое. Прежде чем поделиться своей новостью, ученик должен подумать о том, как бы он хотел, чтобы одноклассники восприняли или отреагировали на нее. Например, чтобы они аплодировали, поставили ему пять баллов, подняли большой палец вверх и др.

После того как он поделился новостью и класс отреагировал на нее, он передает мяч другому участнику игры.

Рекомендации для педагога

1. Вместо стандартных реакций попросите учеников придумать собственные способы реагирования на новости. Это может быть что-то индивидуальное, что помогает лучше передать свою поддержку или понимание.

2. Дайте учащимся свободу выбора темы новости. Можно предложить им дополнительные критерии, чтобы обеспечить безопасное и уважительное обсуждение, но позвольте им самим выбирать, о чем им хочется рассказать.

3. Чтобы обеспечить больше участия, позвольте всем желающим принять участие, прежде чем дать возможность повторного участия тем, кто уже делился новостью.

4. Разрешите учащимся изменять правила игры в рамках уважительного и позитивного общения. Это поможет им почувствовать личную ответственность за атмосферу и процесс игры.

II. Основная часть

Понимание эмпатии

Дайте определение эмпатии (оно должно быть перед глазами учеников на доске и оставаться там до конца урока, напишите мелом или выведите на интерактивную доску).

Эмпатия – это способность понимать и разделять чувства другого человека. Она предполагает постановку себя на место другого человека, распознавание его эмоций и ответную заботу и понимание. Эмпатия выходит за рамки сочувствия, поскольку требует не только признания эмоций другого человека, но и переживания их в той или иной степени. Она является основой для создания значимых связей, эффективного общения и благоприятных отношений.

Просмотр видеоклипа: https://www.tiktok.com/@minprosvet/video/7060565569824705794

Обсуждение

Вовлеките учащихся в обсуждение важности эмпатии в личном и социальном контекстах. Побудите их поделиться своими мыслями о том, как понимание точек зрения других людей может улучшить отношения и способствовать развитию чувства общности.

Рекомендации для педагога

1. Предоставьте структурированные вопросы для обсуждения, например: «Как вы думаете, почему эмпатия важна для хороших отношений?» или «Какие ситуации могут быть улучшены благодаря эмпатии?» Это поможет ученикам сфокусироваться на теме.

2. Задайте вопросы, которые подтолкнут учеников к обсуждению реальных ситуаций, в которых эмпатия играла ключевую роль, и попросите их поделиться своими историями.

3. Воспользуйтесь историями из жизни, цитатами или книгами, чтобы запустить обсуждение или привлечь внимание к теме.

4. По завершении обсуждения предложите ученикам задания на рефлексию, например, написать эссе или короткую запись о том, как они сами применяли эмпатию в повседневной жизни.

Упражнение «Побудь в моей шкуре»

Данная активность поможет учащимся развить эмпатию, побуждая их понять и соотнестись с опытом своих сверстников.

Подготовка. Подготовьте листки бумаги, на каждом из которых кратко опишите гипотетическую ситуацию или эмоцию, которую может испытать восьмиклассник. Например: «Не сдал тест», «Чувствую себя одиноким на мероприятии», «Разбираюсь в конфликте с другом» и т. д. Это могут быть рисунки, распечатанные эмоджи и др.

Пояснение к заданию. Объясните, что каждый учащийся в случайном порядке выберет листок бумаги, на котором будет описана ситуация или эмоция. Затем предоставьте детям несколько минут, чтобы подумать о том, что они могли бы чувствовать в этой ситуации. Раздайте листки бумаги со сценариями каждому учащемуся в случайном порядке. Попросите их не рассказывать о своих сценариях другим.

Работа в парах

Разделите учащихся на пары и предложите им поделиться своими сценариями и размышлениями с партнерами. Поощряйте открытое и честное общение, подчеркивая важность активного слушания.

Групповая дискуссия

Соберите класс для группового обсуждения. Попросите добровольцев рассказать о своих сценариях и обсудить эмоции, которые они испытывали. Проведите беседу о трудностях понимания чужой точки зрения и ценности эмпатии.

Рекомендации для педагога

1. Подчеркните важность активного слушания во время обсуждения. Поддерживайте учеников, показывая, каким образом можно выслушивать и поддерживать партнера в разговоре.
2. Вмешивайтесь, если обсуждение уходит в сторону негативных эмоций, или если кто-то чувствует себя неуютно. Необходимо создать обстановку доверия и поддержки.
3. После обсуждения подведите итоги, выделите ключевые моменты и подчеркните важность эмпатии в повседневной жизни.

III. Проектная деятельность

Предложить группам представить свои планы выполнения совместных с четвероклассниками проектов.

Учитель на примере одного из проектов помогает доработать детальный план проекта. Например, учащиеся выбрали тему проекта «Помощь пожилым людям».

Проект содержит следующие пункты.

Цель проекта. Учитель помогает определить или уточнить цель проекта, которая должна быть SMART: Specific (конкретный), Measurable (измеримый, иметь количественые данные), Attainable (достижимый), Realistic (реалистичный), Time related (связанный со временем, имеющий сроки).

Например, цель проекта: к концу учебного года ученики 8 и 4 классов совместно организуют и проведут серию мероприятий для представителей разных поколений, способствующих вовлечению, общению и поддержке пожилых людей, с целью улучшения их общего самочувствия и укрепления значимых связей между поколениями.

Когда восьмиклассники реализуют проект с четвероклассниками, можно использовать различные методы исследования, чтобы собрать информацию, оценить прогресс и повысить общую эффективность проекта.

Вот некоторые методы ***исследования***, которые можно использовать.

1. Наблюдение, чтобы оценить взаимодействие, вовлеченность и поведение четвероклассников во время проектной деятельности. Это может дать ценные качественные данные.
2. Совместные мозговые штурмы, чтобы собрать идеи, предложения для улучшения проекта.
3. Ведение дневника или журнала размышлений, в которых можно выразить свои мысли и чувства о проекте.

4. Анализ содержания: письменные или визуальные материалы, созданные четвероклассниками (например, рисунки, эссе или презентации), чтобы получить представление об их понимании и опыте работы над проектом.
5. Оценки до и после проекта, чтобы определить изменения в знаниях, отношении или поведении четвероклассников.
6. Опросы и анкеты, соответствующие возрасту, чтобы собрать отзывы четвероклассников об их опыте, предпочтениях и восприятии проекта.
7. Индивидуальные или групповые интервью, чтобы глубже изучить мысли, чувства и взгляды четвероклассников на конкретные аспекты проекта.
8. Формы обратной связи, которые позволят четвероклассникам высказать свое мнение о конкретных элементах проекта, таких как мероприятия, материалы или общая удовлетворенность.
9. Сбор количественных данных, например, отслеживание уровня участия, посещаемости или выполнения конкретных задач проекта.
10. Учебные оценки, чтобы определить, насколько четвероклассники овладели конкретными навыками или знаниями, связанными с проектом.

Шаги проекта

1. Обратиться в отдел социальной защиты населения для получения информации о пожилых людях, нуждающихся в помощи.
2. Составить график посещения пожилых людей совместно с четвероклассниками.
3. Провести анализ потребностей пожилых людей.
4. Составить план действий, направленный на предоставление конкретной помощи пожилым людям.
5. Реализовать план действий.
6. Провести эксперимент: наблюдать за четвероклассниками, учитывая мнение каждого ребенка, предложить помощь, если они затрудняются в принятии решения, организовать мини-игры, беседы для сплачивания и сотрудничества классного коллектива.
7. Подвести итоги проекта.

IV. Домашнее задание

Предложите учащимся доработать планы проектов.

V. Подведение итогов. Анализ и оценка

Рефлексивный дневник. Предоставьте учащимся несколько минут для размышления о собственном опыте проявления эмпатии. Предложите им написать на листке бумаги, когда они почувствовали, что их понимают, или когда они поняли чужую точку зрения.

Рекомендации для педагога

1. Дайте ученикам ясные и простые инструкции о том, что вы ожидаете от их записей. Например, уточните, что они могут описать ситуации, когда они почувствовали эмпатию или поняли чужую точку зрения.
2. Предоставьте примеры ситуаций, которые могут помочь учащимся лучше понять, что вы имеете в виду. Это могут быть короткая история или пример из их повседневной жизни.
3. Дайте возможность учащимся свободно выразить свои мысли и чувства. Не оценивайте и не ограничивайте их в выражении личного опыта.

4. Предложите учащимся вести рефлексивный дневник регулярно, чтобы они могли следить за своим развитием в области эмпатии и понимания других людей.

5. Если это возможно, предоставьте обратную связь на их записи. Это могут быть короткий комментарий или поддерживающая реакция на то, что они написали.

6. Подчеркните важность открытости и честности в записях. Пусть дети знают, что их мысли и чувства ценны и принимаются без суждений.

7. Учтите различия в уровне комфортности для каждого ученика. Некоторые могут предпочесть сохранять анонимность, поэтому создайте условия, которые позволят им чувствовать себя комфортно.

VI. Завершение

Завершите занятие кратким обобщением основных обсуждавшихся вопросов и еще раз подчеркните значение эмпатии. Призовите учащихся использовать полученные на занятии знания в общении с другими людьми.

Идеи для дополнительных действий. Приглашенный лектор, например, психолог или общественный деятель, чтобы он рассказал учащимся о важности эмпатии и привел примеры из реальной жизни. Это позволит взглянуть на проблему с другой стороны и укрепить концепцию с помощью личных историй.

Рекомендации для педагога. Создайте безопасную и инклюзивную среду для открытого обсуждения. Подчеркните, что эмпатия – это навык, который можно развить со временем, и что она играет важнейшую роль в создании поддерживающего и понимающего сообщества. Поощряйте учащихся к активному участию и обмену мнениями на протяжении всего занятия.

Рекомендуемая литература

1. Исследование эмпатии: критический анализ и новые перспективы. https://psy.su/feed/10996/

2. Чем я могу тебе помочь: что такое эмпатия. Путеводитель по психике. Выпуск №40. https://journal.tinkoff.ru/empathy-tips/

3. Эмпатия – новые посты. https://fishki.net/tag/jempatija/

4. Теоретический аспект исследования эмпатии как актуальная проблема современной психологии. https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskiy-aspekt-issledovaniya-empatii-kak-aktualnaya-problema-sovremennoy-psihologii

5. Не только слушать, но и слышать: как и зачем развивать эмпатию. https://www.forbes.ru/forbeslife/471555-ne-tol-ko-slusat-no-i-slysat-kak-i-zacem-razvivat-empatiu

6. Эмпатия Гифки. https://gifer.com/ru/gifs/%D1%8D%D0%BC%D0%BF%D0%B0%D1%82%D0%B8%D1%8F

7. https://kaznpu.kz/docs/ins_pedagogiki_psih/Verstka-Mangilik_El.pdf

8. https://www.kaznpu.kz/docs/docs/1052023dissertation.pdf

9. https://www.s-vfu.ru/universitet/rukovodstvo-i-struktura/instituty/pi/ums/kpp/NO/podlasuy1.pdf

10. https://mcc.gse.harvard.edu/resources-for-educators/newsball

Занятие 3
Тема «Для всех есть место в коллективе»

Единство – в разнообразии.
Карл Линней,
шведский ученый-естествоиспытатель, медик

Цель: расширение представлений учащихся об уникальности каждого человека как ценности коллектива.

Планируемые результаты:

понимание того, что каждый человек имеет ценность и может внести свой вклад в коллектив;

умение работать в команде;

уважать разнообразие мнений и способностей;

развитие самооценки и осознание своих сильных сторон;

возможность найти свое место в коллективе и принять участие в достижении общих целей.

Ресурсы: кейс проекта (ящик, коробка для вопросов и предложений), размещенный в определенном месте классного кабинета и доступный каждому, бумага А4, А3.

Ход занятия

I. Введение

Приветствие и объявление темы занятия.

II. Основная часть

Информационный блок

Введение в тему. Рассказ о важности коллектива и его роли в достижении общих целей. Можно привести примеры из истории или современности, когда коллективное участие привело к успешным результатам.

Объяснение понятия «включение в коллектив»: рассмотрение, что это значит, и почему это важно. Объяснение, что каждый член коллектива должен чувствовать себя важным и нужным, и как это способствует общему успеху.

Различные роли в коллективе: генератор идей, мотиватор, реализатор, педант, аналитик-стратег, координатор и др.

Уважение и поддержка разнообразия: обсуждение значимости уважения различий и индивидуальных особенностей каждого члена коллектива. Разнообразие способностей и навыков может быть силой для коллектива.

III. Практическая часть

Обсуждение вопроса: «Как вы думаете, почему важно, чтобы каждый член коллектива чувствовал себя включенным в него?»

Мозговой штурм. Разделить учащихся на группы по 4–5 человек. Каждой группе предлагается обсудить и записать на доске или листе бумаги идеи о том, почему включение каждого члена коллектива важно для успеха всей группы. Каждая группа представляет свои идеи.

Рекомендации для педагога

1. После того как группы представят свои идеи, можно провести ротацию, чтобы участники каждой группы услышали и обсудили идеи других. Это способствует обмену мнениями и разнообразию идей.
2. По окончании мозгового штурма подвести общие выводы и попросить уче-

ников сделать выводы о важности включения каждого в коллектив. Это поможет закрепить основные идеи и перспективы каждой группы.

Презентация

Задание: представьте презентацию на тему «Для всех есть место в коллективе», в которой рассмотрите следующие аспекты:

- значение включения каждого члена коллектива в общее дело;
- примеры успешных коллективных дел, где каждый его член чувствует себя важным и включенным.

Рекомендации для педагога

1. Предложите учащимся создать презентацию в формате кейс-стади, где они представят успешные истории и опишут, каким образом включение каждого члена коллектива способствует успеху и эффективности группы.
2. Включите в презентацию интерактивные элементы, такие как опросы, квизы или обсуждения в небольших группах, чтобы учащиеся могли активно участвовать в процессе.
3. После презентации предложите ученикам обсудить и поделиться своими мыслями о примерах успешных коллективов, которые были представлены. Это позволит им обсудить, какие аспекты они считают наиболее важными для включения каждого в коллектив.

Ролевая игра

Учащиеся делятся на группы из трех человек. Двум участникам тройки предлагается сыграть роль членов коллектива, один из которых против, а другой за включение третьего одноклассника в общее дело. При этом нужно аргументировать свое мнение.

После игры нужно предложить третьему участнику группы поделиться своими мыслями о том, что может чувствовать человек, которого исключают из общего дела или, наоборот, ратуют за его кандидатуру.

Рекомендации для педагога

1. Дайте учащимся четкие инструкции по ролям и правилам игры. Объясните, что цель не просто почувствовать разницу между включением и невключением, но и осознать влияние этого на работу и атмосферу в коллективе.
2. Убедитесь, что учащиеся знают, что игра является имитацией, и что после нее будет возможность обсудить свои эмоции и впечатления. Подчеркните важность уважения и поддержки друг друга.
3. После завершения игры проведите групповое обсуждение. Попросите учащихся поделиться своими мыслями о том, как они себя чувствовали в каждой роли, какие эмоции испытали, и как это влияло на работу в коллективе.
4. Задайте вопросы, которые способствуют глубокому обсуждению. Например: «Какие чувства вы испытали в роли того, кого включали или исключали?», «Как эти действия влияют на работу группы?»

IV. Проектная деятельность

Организация и контроль

1. Каждая группа рассказывает о ходе своего проекта, достижениях, возникших сложностях и как они справляются с ними.
2. Учащиеся анализируют проекты, дают обратную связь.

3. Подведение предварительных итогов менторинга в 4 классе: проанализируйте, как изменилась атмосфера в команде (8 + 4 классы), каким образом выполняется принцип «Для всех есть место в коллективе».

Для уменьшения фронтальной работы на занятии можно включить учеников в демонстрацию результатов проекта «Сила коллектива». Предложите им в парах или группах подготовить короткие презентации или показать видеоролики, рассказывающие о том, как они работали в рамках проекта, какие цели достигли и какие навыки приобрели. Это позволит учащимся активнее вовлечься, поделиться своим опытом и мнением, а также избежать фронтальной монотонной презентации от учителя.

V. Домашнее задание

Попросите учеников во время встречи с четвероклассниками привести примеры, когда в проекте было важно, чтобы каждый член команды чувствовал себя включенным, востребованным и комфортно.

VI. Подведение итогов

Подведение итогов занятия, подчеркивание важности каждого члена коллектива и его уникального вклада в общую работу. Подчеркнуть, что в коллективе есть место для всех, и каждый может найти свою роль и быть ценным членом команды.

VII. Рефлексия

Панно «Планета дружбы»

На столах лежат силуэты в форме человека. Нужно написать на них, что такое коллектив, а затем закрепить фигурки вокруг изображения планеты, символизирующей класс.

Вывод. Дружба предполагает взаимную помощь и эмоциональную близость, т. е. сходство чувств, переживаний. От друга ждут верности, у друга ищут поддержки, помощи в трудную минуту. К другу идут с радостью – он разделит ее с вами. Друг поймет ваши заветные мечты, сохранит ваши тайны. Дружба – это и есть сила коллектива.

По завершении занятия учитель желает всем сотрудничества и напоминает, что все вопросы и пожелания можно опустить в кейс проекта.

Занятие 4
Тема «Наведение мостов: вместе мы сила»

По отдельности мы одна капля.
Вместе мы океан.
Рюноске Саторо,
японский писатель

Цель: укрепление поддержки, преемственности, позитивного взаимодействия и сотрудничества между учащимися 8 и 4 классов.

Планируемые результаты:

понимание важности дружбы и коллективных действий для создания благоприятной среды;

улучшение социальных навыков, включая эффективное общение и сотрудничество в результате участия в художественном проекте;

учащиеся 8 класса наладят позитивные взаимоотношения через менторинг, в рамках которого они продолжат поддерживать и наставлять учеников 4 класса, способствуя развитию чувства преемственности и поддержки в школьном сообществе.

Ресурсы: распечатанные эмоджи, телевизор или проектор для показа ролика, большая плакатная бумага, бумага А 4, маркеры, цветные карандаши, мелки, акварельные краски и кисти, клей, ножницы; материалы для коллажа: журналы, газеты или другие печатные материалы, скотч.

На занятие приглашаются учащиеся 4 класса.

Ход занятия

I. Введение

Приветствие и игра «Крокодил»

После приветствия четвероклассников проводится игра «Крокодил» для создания позитивной атмосферы.

В игре соревнуются две команды (восьмиклассники против четвероклассников или смешанные команды). В каждом раунде игрок одной из команд выбирает листок бумаги с эмоджи и при помощи жестов, движений и мимики показывает эту эмоцию участникам другой команды. После этого команда, игрок которой только что показывал эмоцию, выбирает листок с эмоджи и показывает команде-сопернице и т. д. Победителем становится та команда, которая смогла отгадать большее количество слов.

Все загадываемые слова должны соответствовать теме «Эмоции». На бумаге разные эмоджи, обозначающие эмоции.

Рекомендации для педагога

1. Убедитесь, что эмоджи, которые вы используете, покрывают широкий спектр эмоций. Это поможет расширить словарный запас учащихся и помочь им более точно выражать свои эмоции.
2. Уделите внимание тому, чтобы каждый ученик имел возможность показать и угадать эмоцию. Можно создать разноуровневые команды, чтобы помочь всем ученикам быть включенными.
3. После окончания игры обсудите с учащимися, какие эмоции им удалось передать, как они это делали, а также какие сложности испытывали при угадывании эмоций других.

Знакомство с темой

Кратко объясните тему «Наведение мостов: вместе мы сила».

Приведите простую аналогию о мостах, соединяющих людей и способствующих взаимопониманию. На этом занятии учащиеся 4 и 8 классов продемонстрируют результаты проекта «Сила коллектива».

Тема «Наведение мостов: вместе мы сила» фокусируется на значении сотрудничества, взаимопонимания и поддержки друг друга в коллективе. Можно использовать аналогию с мостами, объединяющими разные места, так же как сотрудничество и взаимопонимание объединяют людей, позволяя им преодолевать различия и добиваться общих целей.

II. Основная часть

Вместе мы сила

Цель: четвероклассники продемонстрируют понимание силы коллектива.

Показать ролик «Вместе мы сила»

https://www.youtube.com/watch?v=2O-SaWiCqPg

Обсуждение под руководством восьмиклассников

Для выполнения этого задания следует разделить учащихся 4 классов на малые группы, каждую из которых возглавит один из восьмиклассников.

В группах восьмиклассники ведут беседу, задают вопросы и поощряют каждого участника группы высказывать свои идеи и взгляды по вопросам.

Вопросы для обсуждения

- Как крабики защитились от большой чайки?
- Что сделали муравьи, чтобы муравьед не смог съесть маленького муравья?
- Как пингвины спаслись от касатки?
- Почему ролик называется «Вместе мы сила»?
- Чему мы можем научиться, посмотрев ролик?
- Как мы можем поддерживать друг друга в трудных ситуациях?
- Приходилось ли вам сталкиваться с ситуацией, когда для решения проблемы нужно было работать с другом?
- Когда и как вы вместе преодолевали трудности?

Подведение итогов

Соберите группы вместе для краткого представления результатов обсуждения.

Попросите каждую группу поделиться одним ключевым моментом или выводом из обсуждения.

Рекомендации для педагога

1. Перед началом задания дайте четкие инструкции о том, как проходит обсуждение, и убедитесь, что каждый понимает правила и цели дискуссии.
2. Помните о балансе участия учеников в обсуждении. Убедитесь, что несколько доминирующих голосов не заглушают других. Поощряйте тихих учеников высказываться.
3. Учтите возможные различия в уровнях подготовки или уверенности учеников. Задайте вопросы, способные заинтересовать каждого, и помогите ученикам выразить свои мысли.
4. Поддерживайте равный доступ к обсуждению, отслеживая, чтобы все ученики имели возможность высказаться.

III. Проектная деятельность

Совместный художественный арт-проект «Строим наш мост дружбы»

Учащиеся делятся на команды, в которых есть представители 4 и 8 классов. Для создания моста дружбы предоставляются все необходимые материалы, которые размещаются в одном месте, чтобы ученики могли делиться ресурсами, общаться и договариваться.

Материалы: различные маркеры и цветные карандаши, чтобы ученики могли использовать их для нанесения рисунков и сообщений на мост; мелки для младших участников, которым они могут показаться более удобными в использовании, чем маркеры или цветные карандаши; акварельные краски придадут работам яркий и динамичный вид; кисти разных размеров позволят использовать различные стили рисования; клей для прикрепления вырезанных фигур, рисунков и других украшений к мосту; журналы, газеты или другие печатные материалы, которые участники могут использовать для создания фигур или сложных деталей для коллажей; скотч для надежного крепления больших или тяжелых материалов к мосту.

Каждая команда работает над своей частью моста дружбы, символизируя единство и сотрудничество.

Предварительно командам необходимо договориться, какую часть моста каждая из них будет изготовлять, кто будет соединять части моста, украшать его и т. д.

В качестве основы для моста используется большой лист бумаги, чтобы могли одновременно работать все участники. Можно предоставить каждой группе отдельный лист, чтобы по завершении присоединить данный фрагмент к общей композиции.

Рекомендуется накрыть столы или пол одноразовыми скатертями или салфетками для защиты поверхностей в процессе рисования.

Предварительно можно продемонстрировать образцы работ, связанных с мостом, чтобы стимулировать идеи и творчество.

IV. Рефлексия

Рефлексивная дискуссия

В ходе мини-дискуссии ведется разговор о том, чему научились четвероклассники у восьмиклассников, и как они могут применить эти уроки в своей повседневной жизни, а также происходит обмен впечатлениями о работе над совместным художественным проектом.

Рекомендации для педагога

1. Дайте ученикам возможность вести обсуждение с минимальным вмешательством учителя, чтобы они могли свободно выражать свои мысли.
2. Поддерживайте диалог между учениками, чтобы они чувствовали себя комфортно и уверенно делились своими мыслями.
3. Поддерживайте интересные идеи, задавайте вопросы для стимулирования обсуждения и поощряйте участие каждого.

V. Заключение

Занятие завершается позитивными и ободряющими словами, подчеркивается важность доброты, сочувствия и совместной работы по наведению мостов дружбы и взаимопонимания.

Очень важно поблагодарить участников за их вклад в общее дело.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 9 КЛАССА
по проекту «Ресурсы жизнестойкости»
Занятие 1
Тема «Позитивное мышление – источник жизнестойкости»

Всего одна маленькая позитивная мысль утром сможет изменить весь ваш день.
Народная мудрость

Цель: расширить представления обучающихся о жизнестойкости и ее роли в преодолении сложных жизненных ситуаций.

Планируемые результаты:

сформируются понимание и представление о ресурсах жизнестойкости;
расширятся навыки позитивного мышления;
совершенствуются навыки понимания и поддержки друг друга.

Ресурсы: два плаката с изображением сердца, рукопожатия, двойной ладони на отдельных листах, наклейки, силуэт человека.

Ход занятия

I. Введение

Информационный блок

Понятие о жизнестойкости. Ее роль и значение в жизни человека

Так в чем же значимость жизнестойкости?

Существуют различные стратегии преодоления стрессовых ситуаций.

Эффективное преодоление стрессовых ситуаций называется копинг (от англ. cope – «преодолевать, справляться»). В русском языке наиболее адекватным переводом термина копинг является совладание.

Понятие копинг означает то, что делает человек, чтобы справиться со стрессом. Это понятие включает в себя эмоциональные, поведенческие и когнитивные стратегии.

Совладеющее поведение направлено на устранение стрессовой ситуации.

Основные функции совладания – обеспечение внутреннего и внешнего состояния благополучия человека. Для этого необходимо понять ситуацию и увидеть различные способы эффективного совладания с ней, а также умение вовремя применить их в поведении.

Психологическая значимость копинга заключается в том, чтобы погасить стрессовое действие ситуации, адаптировать человека к ее требованиям, ослабить или смягчить эти требования и постараться избежать или привыкнуть к ним.

Копинг-стратегии человек использует сознательно, т. е. они выбираются в соответствии с ситуацией.

Копинг-стратегии различают более активный вариант – преодоление и более пассивный – приспособление.

Преодоление – это стратегия активного преобразования трудных жизненных ситуаций посредством конкретных действий. Действия человека ориентированы на достижение, успех и практическое изменение трудной ситуации.

Стратегия преодоления имеет свои ограничения.

Внешние ограничения. Данная стратегия эффективна лишь для тех трудных ситуаций, которые возможно разрешить.

Внутренние ограничения. Для использования этой стратегии необходимо обладать определенными личностными особенностями (личностная зрелость, уверенность в себе, способность принимать жизненные трудности как вызов и т. д.).

Приспособление – эта стратегия направлена на изменение человеком своего отношения к ситуации. В отличие от преодоления, она пассивна.

Копинг-стратегии бывают как эффективными, так и неэффективными.

Эффективное совладающее поведение повышает адаптивные возможности человека, оно в достаточной мере реалистичное, гибкое, активное. Эффективной копинг-стратегия считается тогда, когда стрессовая ситуация для человека становится незначимой и появляется энергия для решения новых задач, снижается уровень тревожности, раздражительности. Неэффективными копинг-стратегиями являются различные способы психологической защиты, такие как импульсивное поведение, эмоциональные срывы, экстравагантные поступки, агрессивные реакции и т. д.

Одной из эффективных стратегий совладающего поведения, или копинг-стратегией, является позитивное мышление. О нем мы и поговорим.

Задание. Вспомните, какие у вас есть способы психологической защиты.

II. Основная часть

Групповая работа

Для выполнения этого задания класс делится на 3–5 групп.

Задание. Прочитайте информацию. Вспомните ситуации, когда ваши выводы были отражением ваших собственных мыслей, сделанных на основе определенных наблюдений. Обсудите примеры и презентуйте наиболее убедительный из них.

Информация к размышлению. Мысли – это уникальный дар, предназначенный человеку для творчества. Человек – это часть Вселенной, высшего разума. Человек, будто художник красками, пишет картину своей жизни мыслями. Разные люди используют разные краски: одни выбирают негативные мысли (страхи, обиды, критику), другие – позитивные (радость, гармонию, созидание).

Каждый пишет свою картину, а если вдруг она чем-то не устраивает нас, чаще всего мы начинаем обвинять окружающий мир: здесь меня оскорбили, там ограбили и т. д.

На самом деле срабатывает всем известный физический закон – ***закон притяжения.*** Мы сами притягиваем в нашу жизнь людей, которые нас оскорбляют, негативные ситуации и обстоятельства посредством наших мыслей. А наши мысли создают в нашем мозге некоторые программы и установки.

В. Синельников говорит, что «языком программы является человеческий язык – набор символов и знаков. А заставляет эту программу работать определенным образом не что иное, как наши мысли. Они облекаются в слова, образы, звуки, чувства или движения».

Именно с помощью мыслей мы создаем наш уникальный мир. Когда появляется мысль, она формирует определенные способы поведения человека, которые позднее воплощаются в его жизни.

Таким образом, наш мир является отражением наших собственных мыслей.

Мысли бывают как позитивные, так и негативные.

Что мешает человеку мыслить позитивно?

1. Максимализм: мир видится в черно-белых тонах, если успехи сколько-нибудь ниже, чем планировалось, человек считает себя полным неудачником.

2. Общий вывод из единичных фактов: единственное отрицательное событие представляется беспрерывной черной полосой.

3. Психологическая фильтрация событий: человек выдергивает из случившегося только негативные детали и живет в них, так что его представления обо всем становятся отрицательными (эффект ложки дегтя в бочке с медом).

4. Обесценивание опыта: человек отвергает положительные факты, настаивая на их невозможности; сохраняются негативные впечатления, хотя реальность может быть другой.

5. Скачущие умозаключения: уверенность в том, что плохие предчувствия обязательно сбываются.

6. Выводы, основанные на эмоциях: вера в то, что отрицательные эмоции отображают действительное положение: «Я чувствую это, следовательно, оно истинно».

7. Принятие ответственности за не зависящие от тебя события: видеть в себе причину, вызвавшую негативные события, несмотря на то, что повлиять на их течение фактически не было возможности как ни в одну, так и ни в другую сторону.

III. Проектная деятельность

Ознакомление с проектом

Ключевая ценность проекта – помощь в формировании жизнестойкости, умении использования ресурсов жизнестойкости в сложных жизненных ситуациях.

По своему типу проект относится к гуманитарным.

Цель проекта – саморазвитие, устранение каких-то собственных слабостей, ограничений.

Проект будет заключаться в наставнической работе и шефской помощи.

В любом деле важно четко сознавать логическую последовательность его совершения.

Проект состоит из четырех этапов. На каждом этапе будет изучаться определенный ресурс жизнестойкости.

Этап 1 ***– позитивное мышление – источник жизнестойкости.***

Этап 2 ***– окружение и развитие жизнестойкости.***

Этап 3 ***– жизнестойкость рождается в творчестве.***

Этап 4 ***– вера в себя.***

Мозговой штурм

Предлагаются вопросы для обсуждения.

- Что мы должны сделать, чтобы развить жизнестойкость?
- Какие коллективные дела можно совершить, чтобы развить жизнестойкость?
- Как мы можем развить жизнестойкость у учащихся подшефного 5 класса?

Учащиеся высказываются. Коллективно делается вывод. Например: позитивное мышление помогает преодолеть сложные жизненные ситуации, стрессы.

Проведите эксперимент. Начните с этой минуты позитивно общаться со всеми одноклассниками: находите в трудных ситуациях положительные моменты.

Наблюдайте за собой: в каких ситуациях и как вы себя ведете.

Учащимся предлагается выполнить задание по этапу 1 проекта.

Задание

1. Понаблюдайте за подшефными, побеседуйте с ними о том, как позитивное мышление помогло выйти из сложной ситуации.

2. Отберите примеры по теме беседы из общения с учащимися 5 класса для анализа.

Упражнение «Меня заставили»

Цель: ослабить действие «комплекса жертвы», почувствовать внутреннюю силу для успешных действий и осознать себя хозяином жизни.

Упражнение состоит из двух частей. Оно выполняется в парах.

Инструкция к первой части. Вспомните ситуацию, когда вы отчетливо чувствовали и осознавали: «Меня заставили делать то, что я вовсе не хотел...» Думаю, подобные ситуации найдутся в опыте каждого из вас. Кто заставил? Возможно, это родители? Или учителя? Или приятели? Или жизненные обстоятельства? Припомнили? Определили ситуацию? Хорошо. Может случиться, что кто-то из вас, перебирая события прошлого, не смог припомнить подходящего случая. Ну что же, все равно не отказывайтесь от работы. Придумайте такую ситуацию, поверьте в ее реальность и работайте с ней. Только не надо предупреждать партнера, что ситуация «ненастоящая».

Как работать? Расскажите своему партнеру о случае, когда вас заставили сделать что-либо вопреки вашему желанию, и о тех чувствах, которые вы при этом испытывали. После того как первый участник завершает свой рассказ, роль рассказчика переходит к его партнеру.

После того как выговорились оба участника взаимодействия, ведущий просит игроков проанализировать свое состояние, задавая примерно такие вопросы.

Вопросы для анализа

- Что вы чувствовали во время своего рассказа?
- Как звучал ваш голос?
- Какую позу вы заняли?
- Каким было выражение вашего лица?

Комментарий ведущего. Возможно, участники упражнения сами обратят внимание на те изменения, которые произошли с ними во время погружения в ситуацию. Если они не сумеют или не решатся этого сделать, обратите их внимание на эти изменения, произнеся примерно такую фразу: «Возможно, что во время погружения в ситуацию у кого-то из вас поникли плечи, безвольно опустились руки, в голосе зазвучали жалостливые детские нотки... А может быть, у вас участилось дыхание, сжались кулаки, напряглось тело? Или наоборот, кому-то захотелось сжаться в комочек и заплакать?»

Скорее всего, те, кто глубоко вошел в ситуацию, подтвердят, что почувствовали себя во время выполнения упражнения маленькими, жалкими, обиженными, бессильными, нуждающимися в утешении и защите. Попросите участников запомнить это состояние и перейдите ко второй части упражнения.

Инструкция ко второй части. А теперь встряхнитесь и сбросьте с себя пережитое. Приготовьтесь к неожиданному.

Давайте мысленно изменим свой взгляд на эту ситуацию и представим, что и здесь у вас был выбор. Вы сами решали, подчиниться или нет, сами выбирали способ действия. Если вы выбрали смирение, подчинение требованиям, то лишь потому, что трезво взвесили все обстоятельства, оценили возможные последствия и решили, что в этой ситуации такое поведение более уместно и разумно. Вы сами выбрали этот вариант поведения.

А теперь, приняв именно такой взгляд на ситуацию, расскажите о ней партнеру, но с новой точки зрения. Сыграйте, поверьте на минуту, что вы мудрый и сильный, почувствуйте это.

Участники поочередно выполняют задание.

После завершения этой части упражнения ведущий вновь просит участников обратить внимание на свое состояние, отметить, как оно изменилось по сравнению с первой частью.

Вопросы для анализа

- Как изменились поза, выражение лица, жесты, интонация голоса?
- Как обстоит дело с чувствами?

Как правило, подростки с удивлением отмечают изменения. В этом случае вполне уместен примерно такой комментарий ведущего.

Комментарий ведущего. Вы удивлены? А ведь все закономерно. Если человек воспринимает ситуацию как «меня заставили», он ощущает себя пешкой в чьих-то руках, «жертвой обстоятельств». Именно это внутреннее состояние определяет все его поведение и, конечно, результаты этого поведения.

Один из этих результатов – неприятное переживание бессилия, беспомощности, собственной ничтожности, которое вы испытали после первой ситуации. Ощущая себя «пешкой», «жертвой», человек, как правило, снимает с себя всякую ответственность за свой выбор, свои поступки и переносит ее на окружающих. Последствия такой позиции различны. В душе одного звучит простое и пессимистическое: «Я не могу ничего изменить, все решают обстоятельства...», и человек погружается в серое и безнадежное состояние депрессии. У другого может появиться желание найти сильного и мудрого человека, который все за него решит и сделает.

Если же человек сознательно делает свой выбор, то он чувствует себя хозяином своих поступков и своей судьбы. Даже если он после трезвого размышления сознательно выбрал смирение, то он сам отвечает за все, что с ним происходит.

Упражнение «Счастливый случай»

Цель – формирование убежденности человека в том, что он сам выбирает собственный путь, и что только он сам может повлиять на результат происходящего.

Инструкция. Выберите в своем опыте ситуацию, которую можно было бы назвать «везение» или «счастливый случай». Как и в предыдущем упражнении, расскажите об этом случае своему партнеру, а потом, в ходе осмысления, отметьте особенности своей позы, голоса, ощущений, внутреннего состояния. Затем тщательно проанализируйте все это и расскажите о той же самой ситуации, но с иной позиции: «Я сам обеспечил себе успех». При этом обязательно постарайтесь добросовестно вспомнить все, что вы сделали, чтобы достичь блестящих результатов.

Комментарий ведущего. В ходе коллективного обсуждения опыта выполнения этого цикла упражнений можно пояснить, что и тяжелое «чувство жертвы», и легкое, чуть напоминающее полет воздушного шарика, состояние, которое возникло у них во время выполнения упражнения «Счастливый случай», – это две стороны одной медали. Все это – уже знакомая им позиция «пешки»: не «я делаю», а «со мной делают» или «со мной случается». Итог такой позиции печален: человек оказывается не хозяином своей судьбы, а игрушкой в ее руках. Он снимает с себя ответственность за все, что происходит в его жизни.

Крайний, негативный вариант такой позиции носит название «вы ученая беспомощность». Человек, сталкиваясь с малейшим жизненным затруднением, заранее говорит себе: «Все равно ничего не получится». А потом, ощутив свою беспомощность и бессилие, прекращает всякие попытки достичь чего-либо, заранее отказывается от любых действий, способных что-либо изменить в его жизни, деятельности, отношениях с другими людьми. Именно поэтому важно понять, что позиция пешки – это один из многочисленных социальных стереотипов, которые

искажают восприятие мира и себя в нем и удерживают человека от изменений, активного участия в жизни.

Если вы это понимаете, у вас есть возможность самому решить: вы выбираете свои поступки и свою судьбу сами? Или ждете, пока вам скажут, что делать, или заставят поступать определенным образом? Если вы решили, что вы хозяин, примите личную ответственность за все, что с вами происходит.

IV. Подведение итогов

Учащимся предлагается поделиться впечатлениями от занятия на основе вопросов.

- Что понравилось на занятии?
- Что не понравилось?
- Что было полезным?

Занятие 2
Тема «Окружение и развитие жизнестойкости»

Мы становимся похожими на тех людей,
с которыми общаемся.
Выбирайте свое окружение:
какими мы не были бы уникальными,
оно все равно влияет на нас.
Роберт Де Ниро,
американский актер, продюсер,
режиссер

Цель: осознание и принятие многогранности своего «Я» в системе отношений с окружающими.

Планируемые результаты:

сформируется понимание влияния окружения на принятие различных граней «Я»;

расширятся навыки рефлексии;

появится мотивация на развитие саморегуляции.

Ресурсы: бумага (белая и цветная), картон, ножницы, краски, карандаши, кисточки, клей, стразы, ленточки, пуговицы, аудиопроигрыватель, спокойная музыка, презентация или изображения масок.

Ход занятия

I. Введение

Приветствие

Учащиеся делятся изменениями в своем поведении и мышлении после упражнений на развитие позитивного мышления.

II. Основная часть

Беседа

Часто окружение человека является критическим фактором как в преодолении трудностей, так и в достижении высокого уровня качества жизни. Вам наверняка известно множество примеров, когда хороший молодой человек из приличной семьи попадал в компанию агрессивных и проблемных людей, и его жизнь неслась под откос.

Часто бывает, что человек не может достичь своей цели, потому что его окружение при любых попытках что-то изменить говорит: «Да брось, нечего и пытаться, все равно у тебя ничего не получится». И человек оставляет любые попытки что-то поменять в собственной жизни.

Существует закон социально-психологического заражения: человек невольно становится похожим на тех людей, с кем он больше всего общается.

Общение с жизнестойкими людьми помогает посмотреть на любые неприятности под углом решения, а не проблемы. Жизнестойкие окружающие, рассматривая трудную ситуацию под углом, «что сделать, чтобы исправить», а не в парадигме «все пропало, случилась катастрофа», помогают идти вперед, а не впадать в тяжелое стрессовое состояние.

Вопросы

- Случалось ли вам встречаться с жизнестойкими людьми?
- При каких обстоятельствах?
- Чему вы научились у сильных личностей?

III. Проектная деятельность

Подведение итогов этапа 1 проекта

1. Поделиться впечатлениями о проведенной работе с учащимися 5 класса.
2. Обсудить вопрос: «Что вы открыли для себя в общении с подшефными?»

Реализация этапа 2 проекта

Одним из важных ресурсов жизнестойкости является окружение.

Формируются группы, желательно подобрать в них учащихся, которые мало общаются между собой.

Задание

1. Вместе с пятиклассниками возьмите интервью у педагогов, учащихся старших классов о том, как их окружение помогало им выйти из трудной ситуации. Определите, в какой форме будет представлено интервью: ролик, презентация, постер, схема, инфографика, сценарий постановки.

2. Обсудите и запишите вопросы, которые вы будете задавать, чтобы выявить влияние круга общения на поведение людей.

Для выполнения проекта предлагаются упражнения.

Упражнение «Круг моего общения»

Цель – осознание своих особенностей во взаимодействии с другими людьми.

Инструкция. Возьмите лист бумаги, разделите его на три колонки. Первая колонка называется «Близкий круг общения», вторая – «Дальний круг общения», третья – «Общаемся очень редко». Впишите в колонки имена тех людей, с кем вы общаетесь: практически постоянно, время от времени и совсем редко. Проанализируйте, в каких отношениях вы с этими людьми. Кто лидер в вашей паре во время общения? Кто инициирует общение? Какие чувства вы испытываете во время общения с ними? Почему? Что является предметом разговора? Обратитесь ли вы к этому человеку за помощью в трудной ситуации? Как думаете, как он отреагирует?

Еще раз внимательно посмотрите список тех людей, с кем вы общаетесь, особенно ваш ближний круг. Может, в этот список попали те, кто никогда не придет вам на помощь, или те, кто тянет вас назад? Если это так, то вам необходимо пересмотреть формат ваших отношений.

Упражнение «Маски»

Цель: осознание многогранности своего «Я» в системе отношений с окружающими, принятие различных сторон своего «Я», развитие рефлексии, повышение самооценки.

Ведущий: Маски издревле создавались для того, чтобы отразить какой-то образ. Ваша маска должна отражать то, что, на ваш взгляд, видят в вас: ваши положительные и отрицательные стороны.

Нарисуйте на листе овал лица, глаза, рот и, используя любые материалы, сделайте маску. Маска есть олицетворение архетипа «Персона». Я себя так презентую миру. Человеку, живущему в социуме, необходимо иметь определенный набор масок как один из копинг-механизмов. Маска – это то, что дает возможность спрятаться, замаскироваться, не показать себя настоящего. Целью процесса психологического развития, индивидуализации является снятие всяких и всяческих масок, идентичность самому себе, аутентичность.

Психотерапевтическая помощь становится необходимой в тех случаях, когда:

- масок слишком мало (низкая адаптивность);
- масок слишком много (низкая адаптивность);
- ношу чужие маски (сценарные проблемы);
- путаю маску со своим собственным лицом (низкая аутентичность);

- не знаю, для чего мне эта маска (дезадаптивные паттерны поведения) и т. п.

Способы изготовления масок: рисование на бумаге, картоне, пластике; использование готовых масок; изготовление из папье-маше, глины, гипса и др. Помним, что каждый материал имеет свою внутреннюю метафору.

Вопросы для обсуждения

- Что это за маска?
- Как бы вы ее назвали или охарактеризовали?
- Что видят друзья, когда они смотрят на маску?
- Что маска им показывает?
- Что ей хотелось бы показать?
- Чего маска не хочет показывать?
- Чего маска боится?
- Какое самое заветное желание у маски?

IV. Заключение

Учитель предлагает подвести итоги занятия, выполнив творческое задание – написать сенкан.

Сенкан – это нерифмованный стих, в котором информация и факты синтезированы в краткое высказывание из 5 строк: 1-я строка – одно слово, существительное, обозначающего понятие; 2-я строка – описание из двух слов – прилагательных; 3-я строка – характерные действия из трех слов – глаголов; 4-я строка – фраза из четырех слов, которая выражает отношение к теме; 5-я строка – одно слово, синоним к теме, в котором отражена суть или сформулирован вывод.

Для удобства схема и пример сенкана выдаются на руки участникам.

Пример

Тема – существительное	Окружение
Описание (2 прилагательных)	Позитивное и внимательное
Действие (3 глагола)	Поддержало, объединило и связало
Отношение (фраза из 4 слов)	Мое окружение – это мой мир
Перефразирование сути	Ресурс

Занятие 3
Тема «Творчество как ресурс развития жизнестойкости»

Нужно любить то, что делаешь,
и тогда труд, даже самый грубый,
возвышается до творчества.
Максим Горький,
русский советский писатель,
поэт, прозаик, драматург,
журналист, публицист,
общественный деятель

Цель: осознание творческого потенциала и поиска нестандартных решений поставленной задачи.

Планируемые результаты:

осознание и преодоление барьеров для проявления и развития творческого потенциала;

развитие способности находить новые нестандартные (креативные) решения задач;

формирование навыков и умений управления творческим процессом.

Ресурсы: бумага, ножницы, карандаши, модели предметов, мяч, газеты.

Ход занятия

I. Введение

Учащимся предлагается ответить на вопрос: «Какие ресурсы жизнестойкости вам известны?»

По завершении обсуждения делается вывод: важнейшим ресурсом жизнестойкости является творчество человека.

II. Основная часть

Информационный блок

Вокруг нас очень много творческих, талантливых людей, которые просто не осознают своих талантов. А ведь талант – это не застывшая субстанция, которая дается человеку раз и навсегда при рождении. Талант может как проявиться, так и исчезнуть в любом возрасте.

Яркий тому пример – бывший премьер-министр Великобритании Уинстон Черчилль. Он начал заниматься рисованием примерно в 40 лет, чтобы выйти из тяжелой депрессии с помощью творчества. Однако рисование настолько захватило его, что он стал рисовать и просто так, в свое удовольствие. Черчилль настолько преуспел в живописи, что его картины с успехом продавались на аукционах, притом что он выставлял свои картины под другой фамилией.

Многие люди сами не верят в собственные таланты, позволяя себе только мечтать о том, чтобы эти самые скрытые таланты волшебным образом проявились.

Сейчас вам представится возможность побыть волшебником и представить собственную жизнь так, как вы бы хотели.

Упражнение «Я волшебник!»

Инструкция. Упражнение состоит из восьми последовательных этапов.

1. Представьте себе волшебника или волшебницу. Что это за образ и из какой сказки?

2. Перечислите волшебные качества, которыми наделен ваш волшебник или волшебница. Чем больше вы напишите, тем лучше.

3. Сгруппируйте перечисленные характеристики по общим признакам. Должно получиться 5–6 волшебных групп.

4. Дайте обобщенные наименования с использованием метафор тем волшебным группам, которые у вас получились.

5. Нарисуйте по волшебному символу к каждой обозначенной выше группе.

6. В центре листа бумаги нарисуйте вашу волшебницу или волшебника, а вокруг нее или него в любой последовательности все группы волшебных качеств в виде символов, которые вы уже обозначили выше.

7. А теперь представьте себе, что эта волшебница или волшебник – это вы сами. Войдите мысленно и эмоционально всем своим существом в этот образ. При этом могут происходить трансформации – это нормально.

8. Что ваша волшебница или волшебник чувствует? О чем она (он) думает? О чем мечтает? Поделитесь своими мыслями.

Комментарий учителя по завершении задания

Упражнение «Перекинь мяч»

Участники стоят в тесном кругу. Им дается небольшой мячик (размером приблизительно с теннисный) и формулируется задание: как можно быстрее перекинуть этот мячик друг другу так, чтобы он побывал в руках у каждого. Ведущий фиксирует потребовавшееся на это время. Оптимальное число участников в кругу от 6 до 8; при большем их количестве целесообразно выполнять упражнение в нескольких подгруппах. Упражнение повторяется 3–4 раза, ведущий просит делать его как можно быстрее. Когда затраты времени доведены примерно до 1 с. на каждого участника, ведущий просит изобрести и продемонстрировать способ, которым можно перекинуть мяч так, чтобы он побывал в руках у каждого, потратив лишь 1 с. на всю группу.

Обычно через некоторое время участники придумывают и демонстрируют соответствующее решение. Оно состоит в том, что все они ставят сложенные лодочкой руки друг над другом и поочередно разводят ладошки в стороны. Мячик, падая вниз, передается таким образом из рук в руки и успевает побывать у каждого участника. Задача решена!

Психологический смысл упражнения. Демонстрация того, как проблема может быть решена более эффективно с помощью нетривиального подхода к ней, и как этому препятствуют стереотипы (перекинуть – значит подбросить вверх, а потом поймать). Сплочение группы, обучение координации совместных действий.

Вопросы для обсуждения

- Что мешало сразу же увидеть быстрый способ выполнения задания?
- Какой стереотип при этом активизировался?
- Кому первому пришла мысль перебрасывать мяч, не подкидывая, а роняя его?
- Что подтолкнуло к этой идее?
- Какие ситуации, когда стереотипное видение мешало разглядеть простой и нетривиальный способ решения проблемы, встречались в вашем жизненном опыте?
- Как удавалось преодолеть эти ограничения?

III. Проектная деятельность

Итоги выполнения этапа 2 проекта

Посмотреть ролики, постеры, презентации, предложенные группами, на тему «Способы выхода из проблемного окружения».

В детстве мы очень любили слушать истории. Но иногда истории, сказки – это не просто повествование о каком-то волшебстве. Авторская история, придуманная вами, – это еще и «волшебная таблетка», которая помогает найти выход из

сложной ситуации. И главная действующая сила авторской истории – метафора. Создавая собственную историю, вы незаметно можете выйти за границы собственного «Я», расширив тем самым свое сознание. Соответственно вы как бы посмотрите на ситуацию другими глазами, под другим углом.

Думая о сложной ситуации иносказательно, используя метафоры, вы начинаете видеть другие пути, какими можно разрешить сложную ситуацию, и новое видение, несомненно, придает уверенность в собственных силах. Метафора в мягкой, иносказательной форме помогает определить глубину и сложность ситуации, наметить пути выхода из нее.

Задание по этапу 3 проекта. Сочините историю про жизнестойкость и поставьте по ней сценку. Распределите обязанности между всеми одноклассниками: авторы, сценаристы, режиссеры, исполнители ролей, художники, костюмеры, журналисты, операторы, монтажеры, контент-менеджеры.

Сочинить историю предлагается, следуя алгоритму.

1. История должна быть отчасти похожа на вашу проблему, но не иметь с ней прямого сходства.

2. История должна предлагать позитивные, положительные пути решения проблемы.

3. Последовательность сюжета истории должна быть следующая.

– Был человек ...

– Однажды ... (описание сложной ситуации, конфликта, с которым сталкивается герой, и которая отчасти похожа на вашу проблему).

– И вот тогда ... (положительные пути решения проблемы).

– Кульминация истории (как главный герой решил проблему).

– Окончание истории (обязателен жизнеутверждающий конец).

– Уроки, которые каждый может извлечь из данной истории, выводы.

Для выполнения задания учащимся 9 класса предлагается задействовать подшефных.

IV. Подведение итогов

Учитель предлагает подвести итоги занятия, выполнив творческое задание, – написать сенкан.

Сенкан – это нерифмованный стих, в котором информация и факты синтезированы в краткое высказывание из 5 строк: 1-я строка – одно слово, существительное, обозначающего понятие; 2-я строка – описание из двух слов – прилагательных; 3-я строка – характерные действия из трех слов – глаголов; 4-я строка – фраза из четырех слов, которая выражает отношение к теме; 5-я строка – одно слово, синоним к теме, в котором отражена суть или сформулирован вывод.

Для удобства дается существительное, и далее обучающиеся заполняют самостоятельно.

Пример

Тема – существительное	Творчество
Описание (2 прилагательных)	
Действие (3 глагола)	
Отношение (фраза из 4 слов)	
Перефразирование сути	

Занятие 4
Ресурсы жизнестойкости
Тема «Вера в себя»

Лучшие души – те, в которых
больше гибкости и разнообразия.
Мишель де Монтень,
французский писатель, философ

Цель: объединить все изученные блоки в общую картину содержания; увидеть конкретные способы переноса ресурсов жизнестойкости в реальную жизнь.

Планируемые результаты:

развитие навыков полученных ресурсов жизнестойкости в решении сложных ситуаций.

Ресурсы: бумага, тетради, цветные ручки, видеоролик, багаж (корзина, коробка, кейс).

На занятие приглашаются подшефные.

Ход занятия

I. Введение

Рефлексия

Чему я научился во время занятий? (Субъективная оценка)

Предлагается ответить на вопросы.

- Что нового вы узнали во время занятий?
- Что вам, возможно, не хватало?

Рекомендуется дать обратную связь каждому участнику, который поделился размышлениями.

II. Основная часть

Проектная деятельность

Учащиеся представляют свою театрализованную историю, делятся впечатлениями, трудностями и успехами во время работы над инсценировкой.

После представления работ предлагается выполнить упражнения, которые дополнят проект.

Упражнение «Сбор чемодана в дорогу»

Цель: создание положительной обратной связи участников проекта по завершении работы.

Инструкция. Для выполнения задания класс делится на 3 группы. Каждой группе выдается карточка для заполнения.

Задание. Соберите «багаж жизнестойкости». Заполните карточки, перечислив личностные резервы, которые помогут справиться со сложными жизненными ситуациями. Положите карточки в багаж.

1. Перечислите качества, которые проявились в ходе работы над проектом.

2. Перечислите новые впечатления, которые появились в ходе работы над проектом.

3. Перечислите качества, которые, с вашей точки зрения, являются наиболее важными при решении сложных жизненных ситуаций и которые необходимо в себе развивать.

По завершении работы учитель достает карточки и зачитывает их.

Упражнение «Что я почти забыл?»

Цель: возможность сказать то, что не успели обсудить в ходе работы группы.

Ведущий дает инструкцию: «Закройте на минуту глаза и сядьте удобнее...

Представьте себе, что вы возвращаетесь домой и по дороге вспоминаете свой класс: перед вами возникают лица одноклассников и пережитые ситуации. Внезапно вы осознаете, что по какой-то причине не сделали или не высказали чего-то... Вы жалеете об этом. Что же осталось невысказанным или несделанным? (Одну минуту участники сидят в молчании.)

Теперь откройте глаза... Сейчас у вас есть возможность выразить то, что вы не успели раньше».

III. Заключение

Завершая занятие, учитель предлагает создать 4 уникальных книги: «Книгу успехов», «Книгу мудрости», «Книгу побед», «Книгу идей», взяв для этого 4 блокнота. Далее он поясняет: «Это книги о жизненных успехах, больших и маленьких победах, мудрых советах, которые сопутствуют вам в вашей жизни, о хороших идеях, требующих своего воплощения.

Начинайте фиксировать все мысли и поступки. Лучше делать это ежедневно, анализируя прошедший день, подводя своеобразный итог сделанному. Это дисциплинирует, помогает планировать дела на следующий день и получать положительный настрой.

В «Книгу успехов» вы должны записывать все ваши достижения, положительные результаты. Старайтесь излагать все подробно, акцентируя внимание на том, что помогло вам добиться успеха. Можете описать свои ощущения, радость от успехов. Когда у вас возникнут трудности в жизни, вы перечитаете свои записи, вдохновитесь и пойдете вперед, потому что снова будете уверены в том, что у вас все получится.

«Книга мудрости» также очень важна. В нее вы можете записывать афоризмы, крылатые мысли мудрецов, изречения известных людей, которыми будете руководствоваться в жизни. Они помогут преодолеть препятствия, вдохновят на победы. Перечитывая эту книгу, вы сможете избежать многих ошибок, проявите мудрость в решении трудных задач.

«Книга побед» – ее название говорит само за себя. Преодоление препятствий, решение трудных проблем, достижение поставленных целей, избавление от недостатков – все это ваши победы. Самая главная победа – победа над самим собой, над собственными слабостями, она поможет реализовать самые заветные мечты.

В «Книгу идей» записывайте все ваши идеи, которые достойны воплощения. Хорошие идеи имеют свойство рождаться неожиданно, и если их сразу не записать, они очень быстро забываются. Сколько людей упустили свой шанс стать успешными только потому, что не записали внезапно возникшую идею! И вспоминают о ней лишь тогда, когда она оказывается реализованной другими...

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 10 КЛАССА
по проекту «Вдохновляющий лидер»
Занятие 1
Тема «Лидер – кто это?»

Задача лидера состоит в том,
чтобы вдохновлять и мотивировать людей,
помогая им реализовать свой потенциал полностью.
Дениз Моррисон,
американский бизнес-менеджер,
одна из самых влиятельных женщин мира

Цель: развитие лидерских качеств обучающихся.

Планируемые результаты

Обучающиеся:

стремятся овладеть знаниями, методиками и формами развития своего лидерского и организаторского потенциала;

имеют понятие о сущности лидерства, ключевых лидерских качествах;

освоят приемы саморазвития для дальнейшей реализации своего лидерского потенциала.

Ресурсы: бумага, ватман, карандаши, фломастеры, скотч.

Ход занятия

I. Введение

Организационный момент и эмоциональный настрой

Игра «Алфавит»

Игра проводится в кругу. Ведущий просит учеников расположиться таким образом, чтобы их место в круге соответствовало алфавитному порядку имен участников занятия. Время выполнения 30–45 с. Ведущий просит каждого из присутствующих (начиная со «стартового места») громко и четко назвать свое имя. Группа проверяет соответствие порядка мест участников алфавиту.

Объединение в группы «Выбери цвет сегодняшнего дня»

В помещении на стенах развешиваются 3 фигуры: треугольник, круг и квадрат красного, зеленого и синего цвета.

1. Разделиться на 3 группы.
2. Каждому участнику подойти к той фигуре, которая наиболее эмоционально приемлема для него на данный момент.
3. Ведущий просит участников обратить внимание на свое внутреннее состояние и рассказывает, что каждый цвет оказывает на человека определенное психофизическое воздействие.

Красный помогает согреться, активизировать свою деятельность.

Зеленый позволяет успокоиться, отдохнуть.

Синий вызывает ощущение прохлады, помогает преодолеть эмоциональную вспышку.

Объявление и разъяснение целей и задач занятия

Мозговой штурм «Созвездие»

Очень интересный подход, сфокусированный на поиске вопросов, а не ответов. В течение 3 мин. каждая группа должна придумать как можно больше вопросов, касающихся темы «Лидер». Вопросы могут быть любыми: что, где, когда и почему. Этот стиль мозгового штурма помогает рассмотреть понятие во всех возможных его аспектах.

Далее команды по очереди зачитывают свои вопросы. Если вопрос уже прозвучал, то его пропускают. Далее отбираются самые интересные вопросы, которые будут в центре внимания в ходе реализации проекта. Данные вопросы должны быть записаны и сохранены, так как они понадобятся на занятии 4.

II. Основная часть
Информационный блок

Лидер (от англ. «ведущий, руководитель») – глава, руководитель политической партии, общественной организации и др.; лицо, пользующееся большим авторитетом, влиянием в какой-либо группе.

Лидер – ведущий, человек, способный вести за собой, пробудить интерес к делу. Он стремится выложиться для достижения цели, активно влияет на окружающих, наиболее полно понимает интересы большинства. Именно с ним хочется посоветоваться в трудные минуты, поделиться радостью, он может понять, посочувствовать, всегда готов прийти на помощь, от него во многом зависит настроение, он способен «завести» окружающих.

Игра «Слепой художник»

Эта игра показывает, насколько участники умеют четко формулировать цели, управлять своими эмоциями и поддерживать спокойную обстановку во время сложного рабочего процесса.

Участники образуют пары. Изначальную тематику лучше задать, чтобы сфокусироваться именно на игре, а не на поиске предмета для картины. Один человек – художник, второй – руководитель процесса. Художнику завязывают глаза, дают в руки инструмент и предлагают работать на листе бумаги, флипчарте, доске. Руководитель дает четкие указания, не сообщая рисующему, что он хочет получить в итоге. Художник должен просто точно выполнять команды. В течение 5 мин. должен получиться рисунок. Художнику открывают глаза и сообщают, что он нарисовал.

После окончания игры провести обсуждение.

Вопросы руководителю

- Насколько трудно было озвучить задачу и корректно давать указания?
- Какие сложности возникали?
- Вопросы художнику
- Насколько просто было довериться руководителю?
- Какие сложности возникали?
- Общий вопрос
- Какими качествами должен обладать лидер?

Вывод: сильные стороны любого лидера – это уверенность, смелость и решительность, харизма, позволяющая обаять окружающих, хладнокровие, позволяющее трезво оценивать ситуацию, самообладание, позволяющее всегда держать себя в руках, настойчивость, позволяющая упорно добиваться своего, и решительность, обеспечивающая готовностью к риску.

Игра «Лидер своими руками»

Группам предлагается построить метафорическую модель лидера с помощью вещей в помещении и личных вещей участников. Упражнение состоит из двух частей.

- Обсуждение того, какие качества лидера можно изобразить с помощью предметов (5 мин.).
- Создание модели (5 мин.). Во время игры нельзя разговаривать. За каждое нарушение – штраф 1 мин.

Обсуждение: представитель группы презентует построенную модель.

III. Проектная деятельность: сбор идей

Проект, который будет в центре внимания в течение всего года, называется «Вдохновляющий лидер». В рамках проектной деятельности необходимо создать условия для активного сотрудничества с учащимися 6 класса. Это поможет созданию дружного школьного сообщества, развитию проактивной позиции обучающихся, а также лидерских навыков и качеств.

Работа над проектом будет строиться из четырех этапов: планирование совместного мероприятия по профилактике буллинга с шестиклассниками, его организация, реализация и обсуждение итогов, рефлексия.

Сбор идей «Лестничная техника»

Первым шагом работы над проектом является сбор идей, отбор самого приемлемого варианта совместных мероприятий для шестиклассников по профилактике буллинга.

Смысл техники заключается в том, что участник получает возможность озвучить свои собственные мысли до того, как он услышит все остальные идеи. Ведущий озвучивает тему, и все, кроме двух участников мозгового штурма, покидают комнату. Оставшиеся озвучивают друг другу свои мысли. По окончании их беседы в комнату входит еще один участник. Он высказывается до того, как услышит идеи участников, находящихся в комнате. Цикл повторяется до тех пор, пока вся команда не соберется в комнате.

Метод хорошо подходит для команд, склонных попадать под влияние нескольких человек. Это также помогает раскрыться застенчивым людям, которые предпочитают делиться мыслями с двумя-тремя одноклассниками, а не полным составом коллектива.

Далее выбирают самые интересные мысли, голосуют.

Задания для каждой команды (до следующей встречи)

Представить идею шестиклассникам по схеме: Цель. Планируемые результаты. Тема. Формат мероприятия.

IV. Подведение итогов

После завершения работы по поиску идеи ведущий завершает занятие предоставлением чек-листов для участников. Как развить в себе лидерские качества? (С чего начать?) Участникам необходимо расписать, как они понимают содержание каждого шага к лидерству.

Как развить в себе лидерские качества? (С чего начать?)			
№	Наименование шага	Зачем	Как реализовать
1	Ставим цели		
2	Становимся энтузиастом		
3	Становимся героем		
4	Адаптируемся		
5	Следим за внешним видом		

Дополнительная информация для ведущего и заполнения чек-листа
Чек-лист

Шаг 1 – ставим цели. Первым делом необходимо научиться четко и ясно видеть перед собой цели и постоянно стремиться к их достижению. Начните с малого. Просто поставьте перед собой какую-нибудь нетрудную задачу и добейтесь ее выполнения. И пусть поначалу это будут совсем не глобальные цели: ничего страшного, ведь мы учимся. Здесь важен сам факт работы над собой. Постановка целей и их достижение должны войти в привычку. Добившись результата, фиксируйте его в тетради. И ежедневно зачитывайте свои победы – это даст вам стимул двигаться дальше. Когда начнет получаться, вы будете чувствовать потребность продолжать работу, ведь аппетит приходит во время еды.

Итак, пример. Вечером вы ставите перед собой цель – проснуться завтра по будильнику и идти на пробежку. Перед уроком вы задаетесь целью в начале занятия поднять руку, выйти к доске, громко и красиво ответить. И выполняете все безоговорочно.

Шаг 2 – становимся энтузиастом. Казалось бы, научиться этому качеству невозможно, но тем не менее выход есть. Начиная с сегодняшнего дня, вы перестаете жаловаться окружающим на что-либо. Избавьтесь от этого, как от вредной привычки. Люди сторонятся неудачников, поэтому, общаясь с ними, дайте им понять, что у вас все в порядке. Если же произошла какая-то неприятность, расскажите о ней с юмором. Обратите внимание: уважаемые вами люди, скорее всего, именно так и делают. У людей, смотрящих на жизнь с юмором, есть чему поучиться. Поведайте о своих проблемах или недостатках в шуточной манере. Делясь же позитивными новостями, стремитесь делать это как можно чаще, ведь тем самым вы будете вселять энтузиазм в ваших собеседников. Вскоре после того как вы возьмете это себе за правило, окружающие будут уверены, что дружба с вами не обуза, а удовольствие.

Шаг 3 – становимся героем. Третий пункт – достойное поведение в экстремальных ситуациях. Чтобы в таких ситуациях вести себя достойно, нужно привыкнуть к ним. В этом поможет близкое знакомство со спортом. Экстремальные ситуации

бывают разные, поэтому нужно быть всегда готовым к неожиданностям, что само по себе достаточно сложно. Однако, приняв такую позицию как данность, вы сделаете решительный шаг на пути к лидерству.

Шаг 4 – адаптируемся. Еще одна особенность лидера в том, что он умеет быстро адаптироваться к изменяющимся условиям и двигаться дальше, несмотря ни на что. Научиться этому, пожалуй, сложнее всего. Чтобы психологически себя подготовить к такой жизненной позиции, имеет смысл сначала просто отслеживать эти самые изменяющиеся условия. Например, приучите себя следить за последними событиями в мире, литературными новинками, тенденциями в моде, современными техническими устройствами, новыми компьютерными программами. Когда вы привыкните находиться в курсе последних новшеств и жить в ногу со временем, то и это лидерское качество будет вашим.

Шаг 5 – следим за внешним видом. Соблюдайте требования к стилю одежды: в классе – деловой, на отдыхе – более свободный, повседневный или спортивный, на праздничном мероприятии – яркий, позволяющий подчеркнуть ваши достоинства. Следите за своей физической формой. Другими словами, делайте все возможное, чтобы выглядеть лучше.

Конечно, фотомоделью быть необязательно, имеются в виду опрятность, выдержанность стиля, хорошая физическая форма. Хилый, нелепо одетый и постоянно жалующийся на здоровье лидер – это из разряда фантазий.

Вывод: на вопрос, стоит ли развивать в себе лидерские качества, наверное, каждый ответит «да». И это естественно, ведь человек, обладающий такими качествами, добивается в жизни большего, пользуется повышенным вниманием, и жизнь его гораздо интересней и насыщенней.

Исследования показывают, что существует недорогой и эффективный способ для подростков проводить кампании против буллинга. Согласно их результатам, ученики, обладающие социальным влиянием, лидерством, могут значительно сократить число школьных конфликтов и буллинга, работая вместе над поиском и распространением решений.

V. Рефлексия

Прием «Мне нравится, что ты ...»

Во время занятия у вас уже сформировалась небольшая команда. Сейчас вам необходимо заполнить таблицу.

№	ФИО участника	1-я встреча	2-я встреча	3-я встреча	4-я встреча
1					
2					
3					
4					

Участники индивидуально записывают в таблицу имя, какие качества участника группы ему нравятся, собирают в одну папку и передают на хранение ведущему.

Прием «Сегодня мне было хорошо работать, потому что ...»

При пожатии рук ребята произносят слова: «Спасибо!» или «Спасибо, сегодня было так хорошо работать, потому что ...»

Занятие 2

Тема «Типы лидеров и их качества»

Лидерство начинается с личных качеств лидера.

Фрэнсис Хесселбайн,

директор организации «Лидер – Лидеру»,

автор книги «О лидерстве»

Цель: содействовать формированию ценностного отношения к лидерству как активной жизненной позиции человека.

Планируемые результаты:

стремление проявить свой лидерский потенциал, развить нравственные качества личности;

осознание нравственного смысла понятия лидер;

формирование и развитие представлений о лидерских качествах, разных типах лидерства, этапах формирования команды;

овладение навыками достижения целей, опытом бесконфликтного взаимодействия друг с другом.

Ресурсы: бумага А4, стулья, карандаши.

Ход занятия

I. Введение

Организационный момент, психологический настрой

Упражнение «Зарядка»

Ведущий приглашает всех в круг, предлагает каждому вспомнить любое упражнение из своей утренней гимнастики, сам демонстрирует первое упражнение, выполняет его с группой 3 раза и передает ход по часовой стрелке по кругу. Новый физкультурник дает свое упражнение, также трижды повторяет его с группой, и так по цепочке.

Быстрые, энергичные упражнения вызывают смех, расслабляющие – чувство удовлетворения. Зная это, можно командовать: «А сейчас что-то бодрящее! А теперь – расслабляющее!» и управлять эмоциональным и энергетическим состоянием класса. Также полезно дополнить эту разминку веселой музыкой вроде «Вдох глубокий, руки шире...»

Разъяснение и объявление целей и задач занятия

II. Основная часть

Обсуждение выполненной работы, запланированной на прошлом занятии (познакомиться с 6 классом, обсудить с ним идеи и план совместного мероприятия).

Упражнение «На льдине»

1. Участники делятся на команды по 5–7 человек (желательно, чтобы во всех командах было одинаковое число участников). Каждой из команд выдается большой газетный лист, который она расстилает на полу.
2. Ведущий зачитывает инструкцию: «Представьте себе, что вы оказались на отколовшейся льдине, дрейфующей посреди бушующего моря. Льдина – это ваша газета. Вам всем нужно разместиться на ней и продержаться несколько минут, чтобы дождаться спасателей. Касаться пола за пределами газеты нельзя: кто сделает это, тот считается «утонувшим».
3. Когда участники разместятся на своих «льдинах» и продержатся в таком положении 15–20 секунд, ведущий сообщает, что «шторм» отломил по кусочку от каждой из «льдин», и отрывает примерно по 1/4 части от каждой из газет, предлагая участникам разместиться на том, что осталось. Так повторяется 2–3 раза.

4. Если в команде «тонет» один человек, она получает предупреждение, если два или больше – выбывает из игры («Ваша льдина перевернулась»).

5. Победившей считается та команда, которая продержится дольше других. Техника подразумевает тесный телесный контакт участников и включает элемент совместного риска, поэтому не рекомендуется проводить ее как в недостаточно «разогретых» группах, где участники демонстрируют зажатость и стеснение, так и в чрезмерно активных, трудно управляемых.

Смысл упражнения. Техника способствует сплочению, формированию взаимного доверия. Кроме того, она наглядно демонстрирует основной принцип командной работы – выиграть индивидуально невозможно, это могут сделать только все вместе. Зато проиграть можно и индивидуально («упасть со льдины»), поставив этим под угрозу действия всей команды.

Обсуждение

Сначала участники делятся эмоциями и чувствами, возникшими в процессе выполнения упражнения, потом – своими соображениями по поводу того, что позволило победившей команде лучше справиться в такой ситуации, а что «сгубило» остальных.

Групповая работа «Созидающий лидер и разрушающий»

1. Каждой группе выдается ватман / флипчарт.
2. Каждая группа обсуждает и заполняет таблицу.
3. После завершения групповой работы идет презентация полученного результата.

Параметры сравнения	Созидающий лидер	Разрушающий лидер (деструктивный)
Какие идеи выдвигает?	Выдвигает социально конструктивную идею, обладающую преобразующей силой	
Каких людей объединяет?	Объединяет вокруг данной идеи людей, наделенных талантом и готовых к развитию	
Какой деятельностью занимается?	Осуществляет совместную созидающую деятельность	
Как?	Сам развивается и вдохновляет других на саморазвитие	
Как относится к людям в команде?	Наполняет жизнь других людей смыслом, относится к людям как к ценностям, а не как к инструментам для достижения своих целей	

III. Информационная часть

Почему дети, обладающие лидерскими качествами, начинают так себя вести?

1. Самая частая причина деструктивного поведения детей – это проблемы в семье.
2. Скука, ребенку негде применить свои неординарные качества, проще говоря, таким образом он себя развлекает.
3. Низкая самооценка и неуверенность в себе, которую ребенок тщательно пытается скрыть за травлей других.

Типы деструктивных лидеров

Неформальный. Открытое противостояние педагогам, нарушение дисциплины и подначивание к этому других. Не путайте со старостой класса, любимчиком учителя.

Скрытый. Подстрекает остальных, но сам остается ни при чем. Как правило, скрытые лидеры настраивают других детей против одного конкретного ребенка.

- Невольный. Возможно, в силу неврологических особенностей или характера нарушает дисциплину. Ребенок так себя ведет, не осознавая последствий.
- Деструктивных лидеров можно разделить по их действиям.
- «Болтун». Ребенок очень коммуникабельный, он отвлекает, забалтывает одноклассников, что плохо влияет на учебу.
- «Дезинформатор». Перевирает слова, тем самым провоцирует пагубные последствия.
- «Провокатор». Провоцирует конфликты между одноклассниками, с учителями. При возникновении острых ситуаций подливает масло в огонь».
- «Хулиган». Привлекает одноклассников к асоциальному поведению, как правило, другим детям он кажется «крутым».

Чаще всего окружающие либо начинают открыто конфликтовать с такими детьми, либо выживают их из класса. Но это не решение проблемы. Привлечение деструктивных лидеров к общественно полезной деятельности поможет сформировать эффективную команду.

IV. Проектная деятельность: планирование

Игра «Расположите в правильной последовательности»

1. Ведущий вручает каждой группе конверт с подготовленными и вырезанными словами: Формирование, Шторм, Урегулирование, Результативность, Завершение.
2. Каждой команде в течение 1–2 мин. необходимо расположить эти слова в последовательности согласно этапам развития команд по их мнению.
3. После представления результатов работы команд объявляется правильная версия расположения этапов развития команд.

Этапы развития команд

Формирование (Forming). На данной стадии команда собирается вместе и узнает о проекте, своих формальных ролях и ответственности в нем. Члены команды на данной фазе, как правило, независимы друг от друга и не особенно открыты.

Шторм (Storming). В течение данной стадии команда начинает изучать работы по проекту, технические решения и подход к управлению проектом. Если члены команды не настроены на сотрудничество и не открыты различным идеям и перспективам, обстановка может стать деструктивной.

Урегулирование (Norming). На стадии урегулирования члены команды начинают работать вместе и подстраивают свои рабочие привычки и модели поведения

так, чтобы содействовать командной работе. Члены команды начинают доверять друг другу.

Результативность (Performing). Команды, достигшие стадии результативности, функционируют как хорошо организованное подразделение. Они независимы, спокойно и эффективно решают проблемы.

Завершение (Adjourning). На этой стадии команда завершает работу и переходит к следующему проекту.

Планирование

Группы представляют свои идеи, которые они обсудили с шестиклассниками, и заполняют матрицу принятия решения. Оценивают предложенные варианты и выбирают форму проведения мероприятия.

4. Каждая микрогруппа расписывает предварительный план на ватмане и презентует свои идеи по организации и проведению мероприятия.

Наименование мероприятия	Количество задействованных участников	Необходимые средства	Локация	Сроки
Концерт				
Квест				
Спортивное соревнование				
Мастер-класс				

Задание для групп (до следующей встречи)

1. Составить общий план реализации идеи. Планировать и следить за ходом реализации проекта удобно в формате канбан-досок. Их можно нарисовать на плакате, а можно применить цифровые доски, например, в приложении Trello https://trello.com/ru.

2. К следующей встрече необходимо составить сценарий предстоящего мероприятия, получить согласие всех участников и закрепить все роли и ответственность.

V. Подведение итогов

VI. Рефлексия «Мне нравится, что ты ...»

№	ФИО участника	1-я встреча	2-я встреча	3-я встреча	4-я встреча
1					
2					
3					
4					

Участники индивидуально записывают в таблицу имя, какие качества участника группы ему нравятся, собирают в одну папку и передают на хранение педагогу.

Упражнение «Аплодисменты по кругу»

1. Ведущий предлагает поиграть в игру и тем самым выражает отношение к занятию.
2. В ходе игры аплодисменты сначала звучат тихо, а затем становятся сильнее.
3. Ведущий начинает потихоньку хлопать в ладоши, постепенно подходя к одному из участников. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т. д. Последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Занятие 3
Тема «Команда начинается с каждого из вас»

Собраться вместе – это начало.
Держаться вместе – это прогресс.
Работать вместе – это успех.
Генри Форд,
американский промышленник,
владелец заводов по производству
автомобилей по всему миру,
изобретатель

Цель: содействовать сплочению коллектива обучающихся.
Планируемые результаты:
стремление к укреплению атмосферы доверия в коллективе;
понимание условий бесконфликтного общения в коллективе;
развитие навыков взаимодействия друг с другом для достижения общей цели.
Ресурсы: маркеры, ватман, бумага А4.

Ход занятия

I. Введение
Упражнение «Одно слово»

Правила игры. Выберите фразу, связанную с темой занятия, и попросите всех записать или сказать одно слово, которое приходит на ум.

Чем полезно это упражнение? Это хороший способ собрать мнения, мысли или чувства всех участников занятия. Вы сможете оценить атмосферу перед погружением в основную тему встречи, а также обнаружить вопросы или проблемы, которые можно рассмотреть, что сделает общение более продуктивным для всех собравшихся.

Объявление целей и задач занятия

II. Основная часть
Игра на командообразование «Строим башню»

Цель: отработать навыки работы в команде и схемы командного взаимодействия; выявить роли участников команды; способствовать сплочению команды; помочь снять напряжение; мотивировать участников к совместной деятельности.

1. Участники работают в нескольких командах (разделены были ранее по цветам).

2. Каждой команде выдается раздаточный материал с инструкциями и 50 листов бумаги формата А4.

3. Ведущий дает участникам инструкцию: «Вам необходимо построить башню из бумаги с максимальной эффективностью, следуя полученным инструкциям. На обсуждение дается три минуты, для построения – десять минут. Во время обсуждения и для экспериментов можно использовать каждый лист бумаги только один раз, то есть если лист бумаги каким-то образом согнут для пробы, то для следующих экспериментов и непосредственно для построения башни вы должны брать новые листы. В вашем распоряжении только полученные командой 50 листов бумаги».

4. Засекается время начала обсуждения. Через 3 мин. обсуждение прекращается.

5. Команды одновременно начинают строить башню из бумаги. На построение башни дается максимум 10 мин.

6. Перед началом выполнения задания команда откладывает в сторону какие

бы то ни было записи и инструкции, бумага складывается в одну пачку в обычных листах (не в заготовках) в центре комнаты (но не распределяется между участниками команды).

7. Ведущий отмечает время окончания строительства и засекает 1 мин., которую должна простоять башня, чтобы задание считалось выполненным. После окончания данной контрольной минуты педагог производит замер высоты башни.

8. После окончания «строительства» и презентации команд проводится разбор выступления каждой команды по очереди, а также структурированное групповое обсуждение по вопросам.

- Как распределились роли в команде?
- Что помогало при выполнении задания? Что мешало?
- Как правильно организовать работу?

III. Информационная часть (презентация)

Слайд 1. Сплоченный коллектив – это группа людей, которая объединена общей целью, а также крепкими дружескими отношениями между участниками группы. Такой коллектив может преодолевать любые трудности и достигать больших успехов, ведь его участники открыты друг перед другом, быстро решают конфликты, умеют слышать и принимать мнение коллег, а также всегда приходят на помощь.

Сплоченность в коллективе необходима для успешной работы команды. Она помогает снизить уровень конфликтов и повысить производительность участников. Сплоченный коллектив может лучше решать задачи, устойчив к изменениям и готов к новым вызовам. Кроме того, такой коллектив вносит положительный вклад в создание хорошей атмосферы в процессе совместной работы.

Слайд 2. Существуют определенные условия, которые необходимы для формирования сплоченной команды.

Слайд 3. Секреты общения, которые необходимы для создания и сплочения команды.

- Обращайся к людям по имени.
- Будь вежлив со всеми.
- Уважай вкусы, привычки и интересы других.

- Будь внимателен к окружающим тебя людям.
- Избегай насмешек и оскорблений в адрес другого человека.
- Учись извиняться первым, если не прав.
- Учись сдерживать отрицательные эмоции при общении с товарищами.
- Учись слушать и слышать других.
- Будь уверенней в общении с другими.
- Не стесняйся высказывать свое мнение.
- Учись доброжелательно отстаивать свою точку зрения.

IV. Проектная деятельность: организация и контроль

Во время занятия

1. Группа утверждает сценарий мероприятия, распределение ответственности, ролей с учетом индивидуальных особенностей.
2. Утверждает дату, место, время проведения мероприятия.
3. Прогнозирование рисков и путей их разрешения.

После занятия:

1. Финишная репетиция мероприятия
2. Проведение мероприятия

V. Подведение итогов

Вопросы-ответы

Что нового вы узнали сегодня?

Как создать сплоченную команду?

Ведущий раздает Памятку «Секреты общения» каждому участнику.

VI. Рефлексия «Мне нравится, что ты ...»

№	ФИО участника	1-я встреча	2-я встреча	3-я встреча	4-я встреча
1					
2					
3					
4					

Участники индивидуально вносят в таблицу имя, какие качества участника группы им нравятся, собирают в одну папку и передают на хранение учителю.

VII. Рефлексия

Упражнение «Говорящие руки»

Участники образуют два круга: внутренний и внешний, стоя лицом друг к другу. Ведущий дает команды, которые участники выполняют молча в образовавшейся паре. После этого по команде ведущего внешний круг двигается вправо на шаг.

Варианты инструкций образующимся парам

- Поздороваться с помощью рук
- Побороться руками
- Помириться руками
- Выразить поддержку с помощью рук
- Пожалеть руками
- Выразить радость
- Пожелать удачи
- Попрощаться руками

Психологический смысл упражнения: происходит эмоционально-психологическое сближение участников за счет телесного контакта. Между ними улучшается взаимопонимание, развивается навык невербального общения.

Обсуждение

Что было легко, что сложно?

Кому было сложно молча передавать информацию?

Кому легко?

Обращали ли внимание на информацию от партнера или больше думали, как передать информацию самим?

Как вы думаете, на что было направлено это упражнение?

Занятие 4
Тема «Самовоспитание и достижение жизненных целей»

Быть, а не казаться.

Цель: формировать ценностное отношение учащихся к самовоспитанию как важной жизненной стратегии человека.

Планируемые результаты:

проявление интереса к самовоспитанию;

осознание смысла понятий саморазвитие, самооценка, воля, характер, целеполагание, самоубеждение;

развитие навыков саморефлексии.

Ресурсы: маркеры, ватман, бумага А 4.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Квадрат»

1. Все участники встают в круг и закрывают глаза.

2. Не открывая глаз, нужно перестроиться в квадрат. (Обычно сразу начинается балаган, все кричат, предлагая свою стратегию.)

3. Через какое-то время выявляется организатор процесса, который фактически руководит участниками.

4. После того как квадрат будет построен, не разрешается открывать глаза.

5. Ведущий спрашивает, все ли уверены, что они стоят в квадрате. (Обычно есть несколько человек, которые в этом не уверены. Квадрат действительно должен быть ровным. И только после того как абсолютно все согласятся, что стоят именно в квадрате, участникам предлагается открыть глаза, порадоваться за хороший результат и проанализировать процесс. Так же можно строиться в другие фигуры.)

Вопрос для обсуждения: «Каким образом задание можно было сделать качественнее и быстрее?»

II. Основная часть

Общее обсуждение в группе

- Каким должен быть лидер?
- Возможно ли вдохновляющее лидерство без саморазвития и воспитания себя?
- Как вы понимаете, что такое саморазвитие?

Саморазвитие – это процесс постоянной и целенаправленной работы по совершенствованию своей личности.

С раннего возраста, когда человек начинает понимать, что хорошо, а что плохо, и когда начинает замечать за собой неприятные черты в своем характере (лживость, жадность, грубость и т. д.), он хочет от них избавиться, но не может по той или иной причине. А порой человек проживает всю свою жизнь и не знает, кто он и какой он. Хотя с детства у каждого из нас есть шанс узнать о себе, пусть даже не все, но многое, и стать лучше и прожить свою жизнь интереснее. Так давайте мы с вами этот шанс не упустим, а используем.

Самовоспитанием можно заниматься и в наших условиях, этот процесс класс проходил с начала года. Для этого каждый учился наблюдать за собой, создавать вокруг себя доверительную и доброжелательную атмосферу, терпимость к критике друг друга.

Упражнение «Саморефлексия»

Всем раздается лист с вопросами, каждый размышляет над ними для саморефлексии своего участия в совместном с шестиклассниками мероприятии.

Действия и поведение

- Какие ключевые действия я совершил?
- Насколько они были эффективны?
- Влияли ли страхи на мои действия и поведение? Каким образом? Какие именно страхи?
- Что конкретно у меня получилось?
- Что не получилось? Почему?
- Какие ценные уроки я могу извлечь из всего этого?

Мыслительный процесс

- Какие мысли посещали мою голову чаще всего? Почему?
- Я их контролировал или пустил на самотек?
- Было ли мое мышление оптимальным? Если нет, то как я должен поступить завтра?
- Как можно было бы подумать иным образом о ситуации?
- Какие ценные уроки я могу извлечь из всего этого?

Пережитые эмоции

- Какие эмоции я испытывал? Почему так произошло?
- Какие события, обстоятельства и люди поспособствовали этим эмоциям?
- Как я справлялся со своими эмоциональными переживаниями?
- Я справлялся с ними полезным или вредным способом?
- Как я могу научиться более эффективно управлять своими эмоциональными переживаниями?
- Какие ценные уроки я могу извлечь из всего этого?

Система убеждений

- Во что я верю сегодня?
- Во что я верю относительно себя, других людей?
- Эти убеждения обоснованны?
- В каких ситуациях я склонен делать скоропалительные выводы?
- Какие позитивные убеждения влияли на меня?
- Какие ограничивающие убеждения мешали мне?
- Какую ценную информацию я могу получить о себе, учитывая мою систему убеждений?

Отношения с людьми

- Как я вел себя и общался с другими людьми?
- Возникали ли у меня какие-нибудь конфликты?
- Как я с ними справился?
- Как я отреагировал на критику или отказ?
- Как я доносил свою точку зрения до других людей?
- Насколько эффективно я это делал?
- Насколько эффективно я считывал эмоциональные потребности и намерения других людей?
- В каких аспектах общения мне нужно улучшить себя?

Проблемы

- Какие вызовы стояли на моем пути?
- Как я реагировал на эти вызовы?
- Каков был результат?
- Что именно я сделал, что помогло мне преодолеть проблемы?

- Как насчет проблем, которые я не преодолел? Почему это случилось?
- Какие ценные уроки я вынес сегодня, когда пытался справиться со своими трудностями?

Ведущий дает время на размышления и передает свободный микрофон желающим высказаться на тему «Какие ценные уроки я вынес из проекта?»

Упражнение «Мой вклад в команду»

Упражнение помогает каждому участнику осознать свою роль в данной команде, тот вклад, который он вносит в командную работу, помогает осознать различные варианты того, как вносится вклад в общий результат, и развить у участников уважение к другим и признание важности выполнения их функций.

Время 10 мин.

Ведущий просит каждого участника высказаться в рамках своей мини-группы на тему того, в чем он видит свой вклад в деятельность всей команды.

Группам дается 10 мин. на подготовку. После этого один участник от каждой мини-группы выступает и рассказывает о каждом участнике своей группы.

На завершающую встречу каждая команда должна подготовить презентацию результатов проекта в любой удобной для нее форме (видеоролик, презентация, научный доклад, иллюстрация фактов и событий, деловая игра и др.).

1. Выступление 1-й команды
2. Выступление 2-й команды
3. Выступление 3-й команды

III. Подведение итогов

1. Мотивационная встреча. Объявление и представление гостя, приглашенного на занятие (человек с развитыми лидерскими качествами).
2. Приглашенный гость делится впечатлениями о проведенной проектной работе учащихся.
3. Ведущий и учащиеся задают вопросы, подготовленные во время мозгового штурма «Созвездие» на занятии 1 (были на хранении у лидеров групп).

Обсуждения и выступления групп приводят к следующим выводам.

1. Самое главное – иметь собственные ценности и приоритеты и уметь их осмысливать.
2. Четко осознать, что именно является стержнем вашего мировоззрения.
3. Уметь контролировать собственные поступки и сверять их с выбранными ценностями.
4. После этого каждому ученику выдается лист-характеристика, которую на протяжении всей проектной деятельности заполняли его одноклассники, партнеры по команде. Ведущему, классному руководителю можно добавить к данной характеристике свои наблюдения и пожелания.

IV. Рефлексия

Впечатления о работе над проектом

1. Положите стопку карточек или клейких листочков в центре комнаты.
2. Попросите участников взять несколько карточек и записать или нарисовать веселые случаи, которые произошли в ходе выполнения проекта.
3. Участники прикрепляют карточки на стену или доску.
4. Все собираются возле стены и смотрят на «воспоминания».

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 11 КЛАССА
по проекту «Ответственность за себя и других»
Занятие 1
Тема «Становимся взрослыми»

Свобода означает ответственность.
Вот почему большинство людей
боятся свободы.
Джордж Бернард Шоу,
ирландский драматург, романист

Цель: способствовать развитию у обучающихся качества ответственности.

Планируемые результаты:

углубится представление об ответственности как о качестве взрослого, сильного человека;

получат развитие навыки рефлексивного анализа, самооценки;

проанализируют свое отношение к другим людям;

проявится стремление к становлению себя как ответственной личности.

Ресурсы: листы формата А4, цветные фломастеры, склеенные из бумаги цилиндры или конусы для упражнения «Лабиринт».

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Моя любимая майка»

Работа в парах. Нарисуйте на листе А4 майку со слоганом или символом, рисунком, отражающим главное в вашей личности, характере. Обменяйтесь рисунками. Правильно ли понял ваш партнер, согласен ли он, что рисунок / надпись отражает вашу сущность?

Рассказывают пары, у которых проявилось несоответствие.

Беседа о цитате

«Свобода означает ... Вот почему большинство людей боятся свободы».

Джордж Бернард Шоу

Какое слово, на ваш взгляд, пропущено?

II. Основная часть

Упражнение «Подбери ассоциацию»

Учащимся предлагается подобрать слова-ассоциации к понятию ответственность, записать их на доске в две колонки.

Долг, любовь, забота, независимость, самостоятельность, уверенность, самоутверждение ...	Нерешительность, озабоченность, пассивность, эгоизм, трусость, боязнь трудностей ...

Рекомендация: не следует сразу определять эти две группы слов как «позитивные» и «негативные» ассоциации. Лучше просто подсказать, где писать те или иные слова.

Вопрос для обсуждения

- Почему понятие ответственность вызывает как позитивные, так и негативные ассоциации?

Упражнение «Круг ответственности»

Цель: осознать зоны собственной ответственности.

Задание для групповой работы. Сначала каждый участник группы должен сформулировать и записать, за что он отвечает в своей жизни. Группа обсуждает все записи. Делается общий вывод: каковы зоны вашей личной ответственности. Представитель группы должен выступить и аргументированно обосновать вывод.

Упражнение «Лабиринт»

Цель: умение чувствовать и понимать другого человека без слов, почувствовать за него ответственность.

Водящий выходит из аудитории. Выкладывается маршрут, обозначенный нетяжелыми предметами. По этому лабиринту «поводырь» должен провести «слепого» (водящего). «Поводырь» не имеет права говорить, может только прикасаться руками к «слепому».

Обсуждение. Водящий рассказывает, что он чувствовал, что помогало ему преодолевать препятствия, что мешало. Участники делятся своими впечатлениями о том, какая из ролей была наиболее трудной.

Упражнение «Забота»

Цель: принятие ответственности за свою собственную жизнь.

Представьте себе всех тех людей, о которых вы должны заботиться, за жизнь и поведение которых вы чувствуете ответственность. Запишите на листе.

После завершения педагог предлагает вопрос: «Включили ли вы себя в этот список?»

Обсуждение. Анализируются полученные результаты и обсуждается, почему так получилось.

Информационный блок

Мозговой штурм «За что несет ответственность каждый человек как член общества».

Предложения записываются на доске или флипчарте.

Предложения сводятся, как правило, к тому, что определяется как действие, поступок.

Преподаватель дает информацию на слайде и предлагает подумать о том, чем определяются поступки людей, за что, таким образом, человек тоже должен испытывать ответственность:

- знания;
- ценности;
- убеждения;
- конкретные мотивы;
- чувства и эмоции.

Обсуждение

Упражнение «Ответственность за ошибки»

Цель: отработка личных стратегий принятия на себя ответственности за ошибки.

Групповая работа. Участникам предлагается вспомнить или придумать примеры типичных житейских ошибок или проступков. Затем представитель одной из групп рассказывает об этом проступке.

Обсуждение. Члены группы с позиций «близкий человек», «друг», «родители» описывают реакции, анализируют причины, предлагают пути исправления ситуации.

Упражнение «Проективное письмо»

Цель: принятие ответственности за эмоциональное состояние другого человека.

Подумать, кто в группе больше всего нуждается в поддержке и помощи, найти способ поддержать его и попробовать написать письмо. В письме не должно быть советов адресату. Оно должно быть ориентировано на выражение собственных мыслей и чувств по отношению к этому человеку.

Обсуждение

- Это упражнение помогает отработать умения эмпатического понимания.
- Работа над умениями оказывать положительные знаки внимания.

III. Проектная деятельность

Учитель предлагает учащимся создать проект, который будет важен для всей школы и будет напоминать о них и после выпуска класса. В этом и будет проявление ответственности за благожелательную атмосферу в школе, создание в школьном коллективе культуры неприятия насилия по отношению друг к другу.

Предлагается общее направление проекта – движение посредников в конфликтах.

Задание по проекту на дом

1. Упражнение «Анализ проявления ответственности»

Цель: прийти к пониманию своей авторской позиции и творческой роли в общении с другими людьми и ответственности за собственные действия.

В течение недели проанализируйте свое общение с родителями, преподавателями, друзьями, наедине с собой. Постарайтесь определить, когда ваше поведение выражалось словами «Я должен», «Я хочу».

Вопросы для обсуждения на следующем занятии

- Что было проще: то, что относилось к первой категории или ко второй?
- Как можно перевести поступки из «Я должен» в «Я хочу»?

2. Создайте чат, соберите в нем мнения одноклассников на тему «За что я готов отвечать», проанализируйте и сделайте вывод.

3. Создайте рабочую группу, придумайте несколько вопросов и проведите анкетирование на тему «Конфликты между ребятами в классе и школе». Проанализируйте причины, которые чаще всего лежат в основе конфликтов.

IV. Подведение итогов

Учитель подводит итоги, используя слова дизайнера, блогера, одного из лидеров мнений А. Лебедева: «Человек становится взрослым и самостоятельным, когда начинает сам принимать решения и чувствовать за них ответственность».

Учащимся предлагается выразить отношение к содержанию занятия: разместить на доске смайлики «Интересно», «Полезно», «Есть вопросы».

Занятие 2
Тема «Ответственность – мой выбор»

Ты всегда в ответе за то,
чему не пытался помешать.
Жан-Поль Сартр,
французский философ-экзистенциалист,
писатель, драматург, эссеист

Цель: способствовать развитию у обучающихся навыков проектной деятельности по общественно значимой проблеме.

Планируемые результаты:

углубится представление об ответственности взрослых людей, способных решать общественно значимые проблемы;

получат дальнейшее развитие навыки рефлексивного анализа, самооценки;

будут развиваться навыки анализа чувств и поведения окружающих людей;

проявится стремление к сотрудничеству на благо школьного сообщества.

Ресурсы: листы ватмана, маркеры.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение (по результатам первой домашней работы)

Упражнение «Самоотношение»

Цель: осознание взаимосвязи между самоотношением и отношением к себе других людей.

Участникам предлагается составить два списка качеств и оформить их в виде таблицы.

За что я себя люблю?	За что я себя не люблю?
За что меня любят другие?	За что меня не любят другие?

II. Основная часть

Плакатная методика «Зеркало»

Педагог предлагает на плакате, названном «Психологическое зеркало», вопросы, которые направлены на самоанализ и саморегуляцию. Первый направляет внимание и анализ на самого себя, второй – обращает анализ на другого человека, находящегося рядом.

«Психологическое зеркало»	
Когда к тебе обращаются, не называя твоего имени или вовсе никак тебя не называя, как ты себя чувствуешь?	Когда ты обращаешься к человеку, никак его не называя, как он, по-твоему, чувствует себя?
Когда ты говоришь, а тебя перебивают, как ты себя чувствуешь?	Когда кто-то говорит, а ты перебиваешь его речь, как он, по-твоему, себя чувствует?
Когда ты слышишь сквернословие из уст человека рядом с тобою, как ты себя чувствуешь и как для тебя выглядит этот человек?	Когда ты вдруг начинаешь произносить грубые слова и ругательства, как ты полагаешь, каково другим людям и как ты выглядишь в их глазах?

Однажды услышав ложь, как ты станешь относиться к лжецу?	Однажды солгав, какого отношения к себе ты ожидаешь от других?

Обсуждение

Групповая работа

Упражнение «Правила для других»

Цель: способствовать установлению и развитию отношений партнерства и сотрудничества.

Материалы: листы А4, ручки.

Формулирование правил

Инструкция. Разделите лист ватмана на два столбца. В первом столбце напишите список правил (запретов) для себя, соблюдение которых позволит вам чувствовать себя комфортно и в то же время поможет устанавливать уважительные отношения с другими учащимися. Во втором столбце – правила для сверстников (одноклассников).

Обсуждение

- Сложно было выполнить задание? Почему?
- Нужны ли нам в жизни правила? Почему?
- Чему учит каждое правило?
- Чему будет способствовать выполнение этих правил?

Примечание. Если подростки формулируют свои правила с частицей не, то необходимо переформулировать их в позитивные утверждения без не, например, не кричи так громко / будем разговаривать тихо.

Обсуждение

- Нужно ли нам говорить о наших ожиданиях окружающим? Почему?
- Имеем ли мы на это право?
- Что случится если мы не будем бороться за себя? (Снижение самооценки, изменение ценностей, отказ от целей, негативные эмоции)
- Можно ли представить такую ситуацию: мы придумали правила, все стали их соблюдать, в классе (школе) исчезли конфликты? Если нет, что можно в этой ситуации сделать?

Круглый стол

Ты всегда в ответе за то, чему не пытался помешать. Жан-Поль Сартр

Тема круглого стола обозначена в утверждении: «Минимум забот и ответственности, максимум развлечений, игр и удовольствия... Вот она – страна детства, в которой сегодня успешно поселилась большая часть мировой молодежи».

Вопросы для обсуждения

1. Согласны ли вы с этим утверждением? Приведите аргументы за и против.
2. Что вы как старшеклассники, представители молодого поколения можете изменить в вашем классе (вашей школе)?

Правила коммуникации на круглом столе:

- избегай общих фраз;
- ориентируйся на цель (задачу);
- умей слушать;
- будь активен в беседе;
- будь краток;
- осуществляй конструктивную критику;
- не допускай оскорбительных замечаний в адрес собеседника.

Подведение итогов

III. Проектная деятельность
Командообразование
Упражнение «Дом»

Цель: осознание своей роли в группе, стиля поведения.

Участники делятся на 2 команды. Ведущий дает инструкцию: «Каждая команда должна стать полноценным домом. Каждый человек должен выбрать, кем он будет в этом доме: дверью, стеной, а может быть, обоями или предметом мебели, цветком или телевизором. Выбор за вами. Но не забывайте, что вы должны быть полноценным и функциональным домом. Постройте свой дом! Можно общаться между собой».

Психологический смысл упражнения. Участники задумываются над тем, какую функцию они выполняют в этом коллективе, осознают, что все они нужны в своем «доме», что способствует сплочению коллектива.

Обсуждение домашнего задания – результатов анкетирования на тему «Конфликты между ребятами в классе и школе».

Беседа

Как вы понимаете эпиграф нашего занятия?

Информационный блок

Как сделать атмосферу отношений в классе (школе) более позитивной, дружественной?

Что такое медиация?

Мини-презентация педагога о сущности медиации

Задачи медиации:

- разрешить конфликтную ситуацию конструктивным способом (через проведение восстановительных программ);
- дать возможность существующим в школе сообществам понять друг друга, исходя из личностных отношений;
- снизить уровень агрессивности в школьном сообществе;
- способствовать развитию коммуникативных навыков учащихся.

Упражнение «Портрет миротворца»

Класс делится на 3 группы. Каждой группе выдается заранее подготовленный силуэт человеческой фигуры (вырезан из бумаги). Участникам группы предлагается подумать о качествах успешного, на их взгляд, посредника и записать эти качества на подготовленном силуэте, а также определить, к какой части человеческого тела можно отнести эти качества (например, голова – способность правильно оценить ситуацию, сердце – способность сопереживать и т. д.).

После работы в малых группах ведущие предлагают всем участникам обсудить качества успешного посредника.

Проблемный вопрос: «Что могут сделать ученики для продвижения медиации (посредничества в конфликтах) как в своем классе, так и в школьном коллективе?»

Мозговой штурм по теме и планированию проекта

1) Краткое описание реальной ситуации в школе с травлей, буллингом, проявлением насилия и желаемой ситуации.
2) Формулирование цели и задач проекта – создание общешкольного движения посредников-медиаторов из учащихся разных классов.
3) Определение формы конечного результата проекта.

4) Формирование проектной группы, распределение функций среди учащихся с опорой на самоанализ, выполненный в упражнениях.

Задание по проекту на дом

1. Провести сбор и анализ информации по теме проекта:
- что такое медиация, способы ее осуществления;
- качества, которыми должен обладать обучающийся, желающий стать медиатором,
- анализ, определение, на какие конфликты могут повлиять медиаторы-школьники.

2. Сформулировать способы достижения цели (как обучиться способам медиации, кого из взрослых необходимо привлечь к обучению учащихся).

3. Составить план действий по проекту.

IV. Подведение итогов

Учащимся предлагается выразить отношение к содержанию занятия и ответить на вопрос, что было новым и интересным на нем.

Занятие 3
Тема «Отвечаем за себя и других»

Конфликт любой всегда уладит
мудрец, владеющий собой.
Георгий МоисеевичАлександров,
русский, советский поэт, переводчик

Цель: развивать у обучающихся навыки поведения в конфликтных ситуациях в аспекте медиации.

Планируемые результаты:

углубится представление о конфликтах и способах их разрешения;

получат развитие навыков коммуникации;

будут развиваться навыки медиации;

будет развиваться мотивация к помощи в разрешении конфликтов в среде школьников.

Ресурсы: листы ватмана, листы А 4, ручки, фломастеры, маркеры.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Рецепт хорошего дня»

Цель: развитие навыков фокусирования на положительном опыте, поиск внешних и внутренних ресурсов.

Материалы: листы бумаги А 4, ручки, цветные карандаши.

Инструкция. Все мы знаем, чтобы приготовить хорошее блюдо, нам нужен хороший рецепт, в котором указан перечень необходимых ингредиентов. Перед вами листы бумаги. Подумайте и напишите (нарисуйте) каждый на своем листе «ингредиент» хорошего дня, а затем покажите всем. Мы озвучим ваши компоненты, и у нас получиться общий рецепт.

II. Основная часть

Упражнение «Хорошие и плохие поступки»

Описание упражнения. Участники делятся на 2 команды. Каждой команде выдается лист ватмана, фломастеры или маркеры и бумага А 4. Задача одной команды – написать как можно больше поступков, которые позволяют человеку уважать себя. Соответственно задача другой – написать как можно больше поступков, из-за которых уважение человека к себе теряется. По желанию каждая команда может подкрепить слова рисунками соответствующих поступков.

Обсуждение. Каждая команда представляет свою тему. Дальше идет общее обсуждение, в конце ведущий суммирует все сказанное.

Очень важно обратить внимание на то, что у каждого есть выбор между теми и другими поступками, но каждый раз, выбирая то или другое поведение, мы приобретаем или теряем уважение к себе.

Психологический смысл упражнения. Осознание учащимися связи между поступками и самоуважением. Выделение самого понятия самоуважение и обнаружение его связи со взаимоуважением. Это необходимое условие полноценного общения, без которого невозможно развитие сплоченности.

Упражнение «Я сообщение» – важный навык для управления конфликтами, переговорами, выстраивания продуктивных отношений.

Описание упражнения. Ведущий раздает каждому участнику бланк с таблицей и озвучивает инструкцию: «Перед вами таблица, в которой нужно заполнить графы «Ваше чувство» и «Я – сообщение». В левой колонке – описание ситуации,

справа нужно написать, какие чувства овладели вами в этом случае. В третьей колонке, имея в виду то чувство (или чувства), которые вы записали, напишите «Я – сообщение».

Ситуация	Ваше чувство	Я – сообщение
1. Вы приходите домой после школы. В вашей комнате на столе беспорядок, оставленный кем-то из домашних.	Раздражение, обида	Меня обижает и сердит, что мои вещи трогают без разрешения и разбрасывают.
2. Ваш младший брат (сестра) и его (ее) друг бегают друг за другом по квартире и очень громко кричат.		
3. Ваш друг зовет с собой в горный поход с друзьями. Но вам не нравятся некоторые участники команды, которых друг уже пригласил. Вы не считаете их надежными людьми.		
4. Ваша мама не выполнила обещание купить новые наушники.		
5. Вы звонили подруге весь день, так как договаривались с ней погулять, но не смогли дозвониться. Оказалось, она с новой знакомой гуляла в парке, делала сэлфи.		

Упражнение «Ролевая гимнастика»

Психолог обращается к подросткам: «Мы сами можем выполнять одни и те же вещи по-разному, то есть быть разными в разных ситуациях. Давайте попробуем в этом убедиться».

Психолог предлагает подросткам выполнить следующие действия.

1. Рассказать известное стихотворение разным образом: шепотом; с пулеметной скоростью; со скоростью улитки; как робот; как иностранец.

Уронили мишку на пол,
Оторвали мишке лапу.
Все равно его не брошу,
Потому что он хороший.

2. Походить, как: младенец; глубокий старик; лев.
3. Посидеть, как: пчела на цветке; наездник на лошади.
4. Нахмуриться, как: осенняя туча; рассерженная мама; разъяренный лев.
5. Улыбнуться, как: кот на солнышке; само солнышко.

Анализ упражнения

- Каким образом вам понравилось рассказывать и слушать стихотворение?
- Каким образом вам понравилось ходить, сидеть, хмуриться и улыбаться?

Информационный блок

Педагог дает информацию в виде интеллект-карты.

Основные приемы, необходимые для предотвращения конфликта

- Не отвечайте на агрессию агрессией.
- Не оскорбляйте и не унижайте оппонента ни словом, ни жестом, ни взглядом.
- Дайте возможность оппоненту высказаться.
- Старайтесь выразить свое понимание в связи с возникающими у оппонента трудностями.
- Не делайте скоропалительных выводов.
- Не давайте поспешных советов.
- Предложите оппоненту обсудить возникшие проблемы в спокойной обстановке.

III. Проектная деятельность

Беседа «Предотвращение конфликтов»

Часто ли наше общение протекает без конфликтов?

Кто может рассказать о своих успехах в предотвращении конфликтов?

Вспомните, что мешает позитивному общению людей.

Поднимите руку те, кто чувствует в себе достаточно сил для того, чтобы не допускать конфликтных ситуаций.

Групповая работа

Разделившись на группы, учащиеся формулируют, какими качествами должен обладать успешный посредник. Затем, обсуждая результаты каждой группы, вместе составляют Этический кодекс посредника. Например:

- будь серьезным и твердым, но вместе с тем «теплым» и позитивным;
- проявляй доверие и заботу;
- будь ответственным, т. е. нейтральным;
- демонстрируй уважение;
- не вовлекай и не вовлекайся в конфликт;
- не руководствуйся эмоциями;
- не давай советов;
- не навязывай свои идеи для поиска решения;
- не действуй свысока;
- принимай свою ответственность серьезно;
- старайся чувствовать другого человека;
- стремись убеждать другого;
- учись управлять ситуацией.

Упражнение «Отработка навыков предотвращения конфликтов»

Цель: отработка навыков гибкого поведения в конфликтной ситуации, нахождение оптимального варианта решения проблемы.

Педагогом предлагаются ситуации, учащимся нужно самостоятельно подобрать и написать на листах бумаги свои варианты выхода из проблемных ситуаций. Например:

- Тебя публично обвинили в том, чего ты не делал.
- Мама, придя с работы очень уставшей, начинает отчитывать тебя за беспорядок в квартире.
- Учитель поставил тебе несправедливо заниженную оценку.
- Одноклассник, не разобравшись в ситуации, начинает тебя оскорблять.
- На улице тебя обрызгал грязью проезжающий автомобиль.

На работу дается 10 мин. Затем каждый участник зачитывает свои варианты выхода из проблемных ситуаций, а потом происходит групповое обсуждение.

Обсуждение. Анализируются чувства и причины поведения каждого участника конфликта. Предлагаются разные интерпретации конфликтной ситуации.

Упражнение. В проведении задания принимает участие психолог или социальный педагог.

Цель: отработка навыков медиации.

Групповая работа. Класс делится на 4 группы. Каждая из групп предлагает свою конфликтную ситуацию, которая разыгрывается в лицах. Один из членов группы выступает в роли медиатора, помогая разрешить конфликтную ситуацию.

Психолог или социальный педагог комментирует выполнение задания.

Задание по проекту

1. Провести консультации по медиации со школьным психологом, социальным педагогом.
2. Подготовить презентацию выступления «Как работает медиатор».
3. В малых группах заполнить таблицу «Цель и этапы работы медиатора».
4. Разработать Правила медиатора.
5. Разработать Положение о клубе медиаторов (движении медиаторов).

IV. Подведение итогов

Учащимся предлагается выразить свое отношение к содержанию занятия и ответить на вопрос, что было новым и интересным на нем.

Занятие 4
Тема «Изменим мир вокруг нас к лучшему!»

Отказ от сотрудничества со злом –
такой же долг, как сотрудничество с добром.
Махатма Ганди,
индийский политический
и общественный деятель,
идеолог движения за независимость
Индии от Великобритании

Цель: ответственное поведение коллектива учащихся в противостоянии отношениям травли, насилия, буллинга.

Планируемые результаты:

мотивированность обучающихся на работу в команде, направленную на улучшение отношений между учениками в школе;

понимание сущности, принципов, правил медиации;

овладение некоторыми навыками медиации.

Ресурсы: карточки 15х20 см из плотной бумаги с булавкой для «визиток», маркеры, фломастеры, 3 флипчарта, видеоролик с ситуацией буллинга.

Подготовительный период

Класс готовит мероприятие по типу коворкинга:

1) определяется ведущий;
2) пишется сценарий;
3) разрабатываются 2–3 ситуации буллинга для ролевой игры;
4) готовятся презентации движения посредников (медиаторов):

- презентации «Как работает медиатор», «Наши возможности в медиации»;
- презентации «Правила медиатора», «Качества медиатора»;
- «Как стать медиатором»;
- Положение о движении медиаторов.

5) подбираются и приглашаются учащиеся 7–10 классов;
6) приглашаются педагоги, педагог-психолог, родители.

Ход занятия

I. Введение

Знакомство. «Визитка»

Участникам коворкинга предлагается изобразить на карточке предмет, символ, который лучше всего их характеризует. Визитки прикрепляются на грудь, участники подходят знакомиться друг с другом.

II. Основная часть

В классе (актовом зале) рассаживаются отдельно 4 группы участников: учащиеся 11 класса, сборная группа учащихся 7–10 классов, педагоги, родители.

Просмотр видеоролика с ситуацией буллинга

Ведущий предлагает посмотреть видеоролик и организует его обсуждение.

Вопросы для обсуждения

- Что вы почувствовали при просмотре этого ролика?
- Как вы относитесь к этому явлению школьной жизни?
- Как вы думаете, в чем причина, и что нужно делать для исправления ситуации?

Задание «Правила для других»

Цель: способствовать установлению и развитию отношений партнерства и сотрудничества.

Материалы: флипчарты, маркеры.

Задание. Формулирование правил

Инструкция. На флипчартах представители каждой группы (учащиеся 11 класса, учащиеся из сборной команды, педагоги, родители) после краткого обсуждения пишут список правил для себя, соблюдение которых поможет разрешить конфликтную ситуацию.

Обсуждение

- Нужны ли нам в жизни такие правила? Почему?
- Какие из предложенных правил являются наиболее приемлемыми, работающими?
- Чему будет способствовать выполнение этих правил?

Результатом является общий свод правил.

Ролевая игра

Учащиеся 11 класса разыгрывают 2 ситуации буллинга и предлагают всем участникам дать свое решение этой проблемы.

Предлагаемые решения от учащихся, педагогов, родителей обсуждаются. Педагог-психолог комментирует предлагаемые решения, отмечая необходимость:

- умения достигать и удерживать контакт со сторонами конфликта;
- умения создавать условия для конструктивного выражения эмоций;
- умения создавать спокойную атмосферу во время работы;
- умения создавать условия для обеспечения взаимопонимания.

Представление проекта

Ведущий приглашает учащихся 11 класса, участников проекта «Ответственность за себя и других», рассказать о нем, представить его.

Ребята рассказывают о своих впечатлениях от проекта, высказывают мнение о том, что именно понимание собственной ответственности как старшеклассников, желающих, чтобы их школа была местом, где нет травли и унижения. Поэтому они считают необходимым, чтобы сами школьники принимали участие в движении медиаторов, посредников – людей, которые помогают разрешать конфликты.

Предлагаются интересные, понятные, красочные презентации:

- «Как работает медиатор», «Наши возможности в медиации»;
- «Правила медиатора», «Качества медиатора»;
- «Как стать медиатором»;
- Положение о движении медиаторов.

Обсуждение

Предлагается провести конкурс на символ (логотип) и девиз движения медиаторов.

III. Подведение итогов

Участникам раздаются по 2–4 клейких стикера. На них каждый записывает то, что осталось в памяти к концу занятия: описание игр, упражнений, впечатлений от общения с другими участниками и т. д.

На флипчарт наклеиваются 3 картинки, изображающие: спелые апельсины,

стакан апельсинового сока, апельсиновый жмых.

По команде ведущего участники коворкинга наклеивают записки на какую-либо картинку:

- со спелыми апельсинами – то, к чему нужно еще раз вернуться, обдумать, придать законченный вид;
- со стаканом сока – то, что порадовало, воодушевило, дало физические и душевные силы;
- с выжимками – то, что не понравилось, было излишним.

Ведущий делает вывод, с каким «послевкусием» завершился коворкинг.

Приложение 8

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ДИАГНОСТИКИ И МОНИТОРИНГА

1. Целью мониторинга Программы профилактики травли (буллинга) обучающихся в организациях образования «ДосболLIKE» является:

• формирование объективной оценки хода реализации Программы;

• своевременное принятие обоснованных решений по корректировке плана реализации Программы;

• повышение качества планирования деятельности организаций образования по Программе.

2. Мониторинг Программы включается в План внутришкольного контроля.

Мониторинг реализуется по двум основным направлениям.

1) Диагностика распространенности буллинга, социально-эмоционального климата в организации образования. Диагностика проводится в форме анкетирования и опросов учащихся, педагогов и родителей.

2) Анализ исполнения плана мероприятий по профилактике травли (буллинга) детей и данных диагностик.

Диагностика и самоотчет проводится командой сотрудников организации образования, которая возглавляется заместителем директора по воспитательной работе. В состав команды входят педагог-психолог, социальный педагог и классные руководители.

3. Этапы, сроки и участники мониторинга Программы

1) Входной этап осуществляется в начале учебного года, проводится диагностика распространенности буллинга среди учащихся 1–11 классов; диагностика социально-эмоционального климата среди учащихся, педагогов и родителей.

2) Промежуточный этап осуществляется в середине учебного года, проводится диагностика распространенности буллинга среди учащихся 1–11 классов; диагностика социально-эмоционального климата среди учащихся, педагогов и родителей.

3) Заключительный этап осуществляется в конце учебного года, проводится диагностика распространенности буллинга среди учащихся 1–11 классов; диагностика социально-эмоционального климата среди учащихся, педагогов и родителей; самоотчет на основе анализа исполнения Плана мероприятий по профилактике и противодействию травле (буллингу) и данных диагностик.

4. Исполнение Плана антибуллинговых мероприятий (окончание учебного года) включает следующие данные:

1.1. % выявленных и предупрежденных фактов буллинга;

1.2. % информирования обучающихся о механизмах защиты детей по входным и выходным анкетам (онлайн);

1.3. % информированных обучающихся и взрослых, воспользовавшихся механизмами защиты от буллинга;

1.4. % зафиксированных случаев обращения к медицинским работникам с жалобами и следами физического и психологического насилия до и в завершении проекта;

1.5. % выявлений уровня возможных случаев буллинга.

Организациям образования анкетирование рекомендуется проводить с использованием гугл-форм, что облегчит сбор, хранение и обработку результатов анкетирования или на сайте НАО «ННПИБД «Өркен».

Диагностика распространенности и специфики буллинга в образовательной среде

Методика разработана доктором Деном Олвеусом (D. Olweus «The Olweus Bullying Questionnaire»). Она валидна для обучающихся в младшей, средней и старшей школе. Методика предполагает анонимные ответы и позволяет:

- выявить жертв и нападающих;
- оценить степень осведомленности педагогов о случаях буллинга;
- определить частоту случаев буллинга;
- выяснить формы и проявления агрессии.

В ходе исследований Д. Олвеус выделил два типа жертв: те, кто не умеет скрывать обиду, и те, которые провоцируют негативное отношение.

Первые – это высокочувствительные дети. Чаще всего они застенчивы, спокойны и дисциплинированы. Они не умеют справляться с проявлениями необоснованной агрессии в свой адрес и невольно выдают эмоции. Такая реакция раззадоривает обидчика и провоцирует на повторные рейды.

Вторые – неблагополучные обучающиеся, которые бурно реагируют на провокации. Шумиха и нелепое поведение жертвы служит вознаграждением для нападающего и поднимает его авторитет среди сверстников. К этому типу жертв также относятся дети, неприятные в общении (грубые, неряшливые, задиристые).

Опросник «Буллинг» Д. Олвеуса

Цель методики: выявление распространенности и специфики буллинга в образовательной среде.

Описание: измеряет два отдельных аспекта: проявления буллинга и подверженность ему.

Прямой активный буллинг – проявление физической (умышленные толчки, удары, пинки, побои, нанесение иных телесных повреждений, кража или порча вещей, обидные жесты) и вербальной (оскорбления, угрозы, запугивание) агрессии.

Косвенный активный буллинг – проявление изоляции (социальной депривации): сплетни, заговоры, бойкоты, игнорирование просьб.

Прямой пассивный буллинг (виктимизация) – подверженность физической и вербальной агрессии;

Косвенный пассивный буллинг (косвенная виктимизация) – подверженность социальной депривации.

Предлагаются варианты ответов, за которые потом присваиваются баллы:

- никогда не было – 0 баллов;
- было раз или два – 1 балл;
- бывает иногда – 2 балла;
- бывает раз в неделю – 3 балла;
- бывает несколько раз в неделю – 4 балла.

Инструкция. Внимательно прочитайте утверждения, выберите вариант ответа и отметьте его любым знаком. Среднее время тестирования 3–5 мин.

Утверждение	Никогда не было	Было раз или два	Бывает иногда	Бывает раз в неделю	Бывает несколько раз в неделю
1. Я кого-то обозвал.					
2. Я с кем-то специально не разговаривал.					

3. Я нанес кому-то физический вред, например, толкнул или ударил.					
4. Я распространял о ком-то сплетни.					
5. Я угрожал.					
6. Я украл или испортил чьи-то вещи.					
7. Меня обзывали.					
8. Обо мне распространяли сплетни.					
9. Никто не хочет сидеть со мной или проводить свободное время.					
10. У меня украли вещи.					
11. Мне нанесли физический вред (ударили, толкнули).					
12. Никто не разговаривает со мной.					
13. Мне угрожали.					

Ключ к опроснику

Активный буллинг (проявление агрессии):
прямой буллинг – 1, 3, 5, 6;
косвенный буллинг – 2, 4.
Виктимизация:
прямая виктимизация – 7, 10, 11, 13;
косвенная виктимизация – 8, 9, 12.

Обработка результатов

Полученные баллы группируются в соответствии с ключом, и подсчитывается количество баллов по каждой шкале. Сумма баллов делится на количество вопросов в данной шкале.

Показатель выраженности проявлений активного и пассивного буллинга колеблется в диапазоне от 0 до 4:

0–1 балл – показатель слабо выражен;
1–3 балла – умеренно выражен (эпизодически);
3–4 балла – ярко выражен (регулярно, систематически).

Диагностика уровня благополучия эмоциональной атмосферы в образовательной организации

Принцип психологической комфортности провозглашается современной педагогикой одним из важнейших принципов образования.

Степень психологической комфортности определяется по преобладающему эмоциональному состоянию (эмоциональному благополучию) участников образовательных отношений при нахождении в образовательной организации и социально-психологическому климату в учебных и педагогических коллективах и в организации в целом.

Об эмоциональном благополучии в образовательной организации свидетельствует положительно окрашенное эмоциональное самочувствие обучающихся,

педагогов и родителей в стенах учреждения: чувство внутренней гармонии между потребностями и их удовлетворением, нормальный уровень ситуативной и личностной тревоги, оптимальный уровень активности и работоспособности, возможность и готовность адекватно действовать в различных жизненных ситуациях, наличие хорошего настроения, эмоциональная устойчивость (самообладание), минимизация чувства страха, свободное, естественное проявление чувств, управление негативными эмоциями и контроль реакций, принятие роли ученика и системы предлагаемых образовательной организацией ценностей.

Удовлетворенность образовательной средой – это удовлетворенность учащихся, их родителей, педагогов образовательной деятельностью, проходящей в образовательной организации, и включающей в себя:

- демократичность образовательной среды;
- организацию обучения и создание условий реализации образовательного процесса, способствующих успешности и эффективности обучения и развития детей, сохранению их психического и физического здоровья, поддержанию интереса к учебному процессу;
- содействие формированию познавательной мотивации и познавательных интересов обучающихся;
- качество предоставляемых образовательных услуг;
- значимость и место образовательной организации в системе ценностей участников образовательного процесса.

Демократичность образовательной среды – возможность участвовать в управлении школой, принимать решения, касающиеся личных интересов участников образовательного процесса.

Методика «Атмосфера школы» (Л. Кривцова)

Данная методика предполагает индивидуальную работу каждого педагога с таблицей. Педагоги самостоятельно анализируют составляющие школьной атмосферы с помощью ответов на предлагаемые вопросы, затем их ответы суммируются, анализируются по четырем составляющим и делается вывод об уровне благополучия эмоциональной атмосферы в образовательной организации. Сделанный общий вывод позволяет наметить план действий по изменению атмосферы в позитивную сторону в конкретном учреждении.

С целью получения более достоверной информации об атмосфере в школе родителям и педагогам задаются одни и те же вопросы. Полученные от сравнения результаты позволят скорректировать план действий по улучшению эмоциональной атмосферы в школе.

№	Вопрос	Да	Нет	Описание составляющих школьной атмосферы с точки зрения важных для развития ребенка переживаний
1	Знаю ли я, в каких местах школы небезопасно?			Обеспечение чувства спокойствия, уверенности, защищенности, хорошей ориентации в условиях школьного существования (Безопасно ли в школе, надежны ли правила? Есть ли ясность критериев успешного обучения? Регулируют ли порядок реально существующие правила и запреты, действующие санкции? Получают ли ученики помощь и подсказку в ориентировании в правилах и санкциях (важно для «новеньких», «особенных» детей).
2	Есть ли у старшеклассников доступ к туалетам учеников начальной школы?			
3	Есть ли в школе дежурства учителей или старшеклассников на переменах?			
4	Есть ли в школе традиция посвящать специальное время разъяснению ученикам правил нашей школы? (Знают ли ученики, какие санкции последуют со стороны школы за тот или иной проступок?)			
5	Есть ли в нашей школе инстанция, которая реально является авторитетной даже для храбрых нарушителей (директор, Совет отцов, Совет справедливости и т. п.)?			
6	Есть ли в школе гласность и прозрачность в отношении устанавливаемых наказаний?			
7	Чувствуют ли учителя себя в школе безопасно?			
8	Кто-то помогает новеньким адаптироваться, курирует их?			
9	Есть ли в школе учителя, которые сами увлечены своим предметом и умеют увлечь детей?			Обеспечение притягательности процесса пребывания в школе (Интересно ли в школе? Нравится ли в ней детям учиться и проводить время? Теплая ли атмосфера?)
10	Нравятся ли детям проекты, групповые задания, межпредметные исследования?			

11	Приветствуется ли «театральность»?			
12	Есть ли в школе театральные постановки? Концерты? Художественные занятия?			
13	Есть ли место в школе, где ученики могли бы легально выразить свои чувства (доска объявлений, «Стена плача», Дерево приветствий и пр.)?			
14	Ведется ли работа по укреплению чувства: «Мы – команда» в классах? Принято болеть за своих в спортивных соревнованиях?			
15	Принято ли поздравлять с днем рождения именинников?			
16	Поощряются ли учителя, классные руководители за создание дружеских отношений в своем классе?			
17	Участвуют ли учителя / администрация в художественной самодеятельности / походах / спектаклях наряду с учениками?			
18	Соблюдают ли учителя конфиденциальность, когда дети рассказывают им личные истории?			Обеспечение права быть самим собой, чувства значимости, принятия (Получают ли дети в школе опыт уважительного внимания, достойного обхождения с проблемами? Есть ли в школе культура справедливости?)
19	Есть ли традиция беречь личное достоинство «плохих» учеников?			
20	Привлекаются ли сами дети / родители к процедуре формирования свода правил (и санкций) нашего класса / нашей школы?			
21	Поощряются ли администрацией те учителя, которые хорошо знают, как живут их ученики?			
22	Есть ли в школе согласованная и твердая позиция в отношении нетерпимости к насилию, травле, воровству?			

23	Принято ли в школе сообщать родителям об успехах их ребенка?			
24	Принято ли всем миром помогать тому, кто оказался в трудном положении? Является ли помощь другому поощряемым поведением со стороны учителей?			
25	Учителя никогда публично не оглашают оценки детей и не сравнивают их друг с другом?			
26	Принято ли в школе помогать ребенку в понимании собственных способностей?			Обеспечение чувства перспективы дальнейшей жизни, уверенности в будущем, реалистичности личностного и профессионального самоопределения (Думают ли в школе о будущем ребенка? Чувствует ли он смысл в прилагаемых усилиях?)
27	Чувствуют ли дети / родители, что их за что-нибудь ценят в школе, создают для каждого ситуацию успеха?			
28	Помогают ли учителя в профессиональном самоопределении?			
29	Приглашают ли в школу представителей СПО и НПО, колледжей, институтов, университетов?			
30	Есть ли в школе дополнительные занятия, развивающие жизненные навыки учеников, готовящие их к реальной взрослой жизни?			
31	Организуются ли встречи с успешными выпускниками? Школа поддерживает с ними отношения?			
32	Помогают ли учителя выбрать профиль старшеклассникам?			
33	Принято ли приглашать родителей для разговора о будущем профессиональном пути ученика?			

Приложение 9

ИНСТРУКЦИЯ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ВКЛАДКИ «О ЧЕМ Я МОЛЧУ»

ВКЛАДКА «О ЧЕМ Я МОЛЧУ»

Размещена на официальном сайте https://orken-instituty.kz/ru во вкладке ***«Детям».***

Вкладка предназначена для оказания анонимной психологической поддержки детям, испытывающим эмоциональные, социальные или личные трудности, но не имеющим возможности или готовности говорить об этом открыто. Это безопасное онлайн-пространство, где каждый ребенок может поделиться своими переживаниями и получить отклик от профессионального психолога.

Все сообщения анонимны – ребенок не обязан указывать настоящее имя.

Ответы на сообщения дает квалифицированный психолог.

Сообщения и ответы отображаются на главной странице вкладки, чтобы другие дети могли видеть, что они не одни, и находить поддержку и ответы в чужих историях.

Психологический отклик осуществляется бережно, уважительно и конфиденциально.

Алгоритм отправки сообщения

Перейти на сайт и открыть вкладку «Детям», затем выбрать подраздел «О чем я молчу».

Заполнить представленную форму сообщения (все анонимно, по желанию).

Выбрать подходящие хештеги, чтобы ваше сообщение было быстрее замечено и обработано по теме.

Написать свое сообщение в текстовом окне.

Нажать кнопку «Отправить».

После модерации сообщение появится на главной странице вкладки, под ним вскоре появится ответ психолога.

Форма для заполнения и отправки сообщения

Поле формы	Назначение / Подсказка
Как к Вам обращаться?	Можно указать любое имя или псевдоним. Это поле не требует реального имени.
Ваша школа и город	Укажите город и номер школы, чтобы психолог мог лучше понимать ваш контекст.
Ваш возраст	Это поможет специалисту подобрать рекомендации и ответы по возрасту.
Выберите хештеги	Отметьте хештеги, подходящие к теме сообщения, например: #друзья, #буллинг, #дом, #страх, #одиночество, #непонимание, #насилие, #родители, #учёба, #паника.
Текст сообщения	Поделитесь тем, что вас тревожит. Пишите так, как вам удобно – искренне и от души.
Кнопка «Отправить»	После нажатия сообщение уходит в систему, и психолог начнет работу с ним.

Цель создания вкладки

Создание вкладки «О чем я молчу» направлено на профилактику психологических кризисов и повышение доступности помощи для детей. Это цифровой инструмент, способный заметить и поддержать каждого, кто чувствует себя одиноким, непонятым, подвергается давлению, насилию, буллингу или переживает внутренний конфликт.

Приложение 10

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА ПО РАЗВИТИЮ СОЦИАЛЬНО-ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАВЫКОВ УЧАЩИХСЯ

1. Сложности психологические, профессиональные и институциональные барьеры

Введение

Реализация любой крупномасштабной социально-психологической программы в рамках образовательной системы требует не только структурированной методологии и институциональной поддержки, но и глубокого понимания человеческих факторов, которые определяют ее эффективность.

Одним из фундаментальных условий успеха инициативы по предотвращению буллинга является внутренняя готовность педагогов принять, понять и интегрировать ценности и практики, заложенные в Программе. В этом контексте Программа «ДосболLIKE», разработанная для решения проблемы буллинга среди учащихся в Казахстане, ставит амбициозные цели, которые напрямую зависят от способности педагогов работать со сложными эмоциональными и социальными явлениями.

Однако процесс практической реализации часто выявляет значительные психологические и организационные трудности. Педагоги, которые выступают в качестве основных фасилитаторов программы, сами встроены в институциональные, личные и культурные структуры, которые могут ограничивать их эффективность.

В данном разделе эти трудности рассматриваются с психологической точки зрения. Цель состоит в том, чтобы помочь педагогам осознать внутренние и внешние вызовы, с которыми они могут столкнуться, и предоставить концептуальные инструменты для профессионального преодоления этих трудностей. В первой части основное внимание уделяется выявлению и описанию основных психологических и структурных проблем, а во второй части предлагаются стратегии их преодоления на практике.

1. 1. Эмоциональная неготовность и психологическое сопротивление педагогов

Одним из наиболее существенных, но часто упускаемых из виду препятствий в реализации программ по борьбе с буллингом является внутренняя психологическая неготовность преподавательского состава. Речь идет не только об отсутствии методологических знаний, но и о более глубоком уровне эмоционального избегания и защитных реакций, которые могут возникать при столкновении с болезненной реальностью буллинга. Для многих педагогов сама тема систематической агрессии, виктимизации и социальной изоляции вызывает тревогу, беспомощность и даже порой и чувство вины. Эти эмоциональные реакции редко признаются открыто, но проявляются в избегании на уровне поведения, минимизации проблемы или поверхностном отношении к материалам программы.

В структуре школы педагог часто выполняет несколько ролей: инструктора, наставника, авторитетной фигуры. Внедрение Программы «ДосболLIKE» добавляет к этому репертуару роль эмоционального фасилитатора и защитника психологического благополучия учащихся. Однако эта роль может противоречить

внутреннему представлению о том, каким должен быть педагог. Педагог может чувствовать себя некомпетентным или не чувствующим себя в психологической безопасности, чтобы исследовать с учениками темы, связанные с травмой, насилием или уязвимостью. В некоторых случаях может возникнуть страх повторной активации собственных нерешенных переживаний, связанных с издевательствами или исключением, что делает эту тему лично угрожающей.

Кроме того, в образовательных средах, где эмоциональная грамотность не развивалась систематически, педагогам может не хватать профессионального словарного запаса, чтобы назвать то, что они чувствуют или наблюдают. Без доступа к безопасным пространствам для размышлений и поддержки со стороны коллег педагог остается один на один с эмоциональным бременем необходимости сталкиваться с ситуациями, которые ставят под сомнение его чувство компетентности и контроля. Это чувство изоляции усиливает психологическое сопротивление и приводит к внутреннему конфликту: с одной стороны, есть профессиональный долг, с другой отсутствие внутренней готовности выполнять его искренне.

Еще одним ключевым фактором эмоциональной неготовности является отсутствие предыдущего опыта в посредничестве в конфликтах или диалоге, учитывающем травматический опыт. Педагоги могут быть превосходными специалистами в своих предметных областях, но не иметь опыта обсуждения таких тем, как унижение, домогательства или длительное социальное давление. Когда ученик говорит о том, что над ним издеваются, педагог может почувствовать себя парализованным, не из-за равнодушия, а из-за отсутствия внутренних моделей того, как вести такой разговор. Это приводит к феномену эмоционального отступления: педагог может ответить формально, давая указания, а не устанавливая связь, и таким образом не создать доверие, необходимое для реальных изменений.

Кроме того, психологическое сопротивление может подпитываться страхом моральной ответственности. Педагоги интуитивно понимают, что если они признают издевательства в своем классе, они должны принять меры. Это создает напряжение: замечать означает обязательство. Некоторые педагоги справляются с этим напряжением, отрицая проблему или интерпретируя ее как типичные «детские конфликты», тем самым защищая себя от психологической нагрузки, связанной с вовлечением в процесс.

Существует также фактор эмоционального заражения. В тех случаях, когда общий эмоциональный климат в школе напряженный, нестабильный или характеризуется недоверием, отдельные педагоги могут проникнуться этой атмосферой и отразить ее в своих ответах. Если нет структурированной эмоциональной поддержки на организационном уровне, например, посредством регулярной супервизии, наставничества или интервизии, педагог становится эмоционально перегруженным. Такое состояние эмоциональной усталости не только снижает профессиональную эмпатию, но и приводит к деперсонализации: педагог больше не воспринимает учеников как субъектов заботы, а как потенциальную угрозу стабильности.

Таким образом, без целенаправленной поддержки даже самые методически выстроенные программы могут столкнуться с формальным соблюдением, а не с подлинным участием.

1. 2. Ролевой конфликт и изменение идентичности педагога в практике борьбы с травлей

Интеграция инициатив по борьбе с травлей, таких как Программа «ДосболLIKE», в повседневную жизнь образовательных учреждений требует от педагогов выполнять задачи, не входящие в привычные обязанности. Этот сдвиг вызывает значительное внутреннее напряжение у многих педагогов, особенно когда новые обязанности противоречат профессиональной идентичности, которую они сформировали с течением времени. Ролевой конфликт становится не просто вопросом функциональности, но и психологической и экзистенциальной проблемой: «Кем я являюсь как педагог в этом новом контексте?» Этот вопрос лежит в основе многих скрытых сопротивлений внедрению эмоционально насыщенных образовательных реформ.

Исторически сложилось так, что роль педагога во многих школьных системах была сосредоточена на передаче знаний, управлении классом и дисциплине поведения. Профессиональный успех часто измеряется успеваемостью учащихся, наглядным контролем в классе и соблюдением требований учебного заведения. Эмоциональная грамотность, чувствительность к травмам и психологическая помощь, хотя и ценятся все больше, редко являются частью формальных показателей оценки или профессиональной подготовки. Когда в программах по борьбе с травлей педагогов просят участвовать в эмоционально насыщенных диалогах, поддерживать уязвимые беседы и вмешиваться в сложную социальную динамику, многие педагоги испытывают диссонанс между тем, чему их учили, и тем, что от них ожидают сейчас.

Этот диссонанс приводит к конфликту ролей, который проявляется по-разному. Педагоги могут сомневаться в том, что они квалифицированы для выполнения таких обязанностей. Они могут испытывать неуверенность в том, где проходит граница между педагогической помощью и психологическим вмешательством. Некоторые преподаватели могут опасаться потерять авторитет, вступая в эмоционально открытые диалоги со студентами. Другие могут интерпретировать требование выступать в роли эмоциональных фасилитаторов как форму институционального перенапряжения, которое расширяет их профессиональные границы.

Во многих случаях этот ролевой конфликт является внутренним и невысказанным. Педагоги не обязательно выступают против целей программы, но они изо всех сил стараются включить их в свою самооценку. Этот внутренний конфликт еще более усиливается из-за широко распространенной двусмысленности в отношении ответственности за борьбу с травлей. Многие педагоги полагают, что такие программы относятся исключительно к компетенции школьных психологов. Однако на самом деле школьные психологи часто перегружены диагностикой, управлением в кризисных ситуациях и административными обязанностями. Программа «ДосболLIKE» разработана с учетом этой реальности: занятия учащихся должны проводиться классными руководителями с использованием заранее разработанных, адаптируемых материалов. Однако это перераспределение ответственности не всегда четко осознается на институциональном уровне. Без четкого руководства педагоги могут чувствовать себя неподготовленными, без поддержки и неуверенными в том, что эта задача действительно принадлежит им. В результате психологическое сопротивление может возникать не из-за нежелания, а вследствие неопределенности и неясных ожиданий. Например, педагог, считающий себя специалистом по предмету, может чувствовать себя неловко или некомпетентно, когда руководит упражнениями, требующими эмоционального раскрытия или коллективной рефлексии. Педагогу, чья профессиональная

идентичность основана на поддержании контроля и порядка, может быть сложно вести дискуссии со сверстниками, которые чреваты эмоциональной непредсказуемостью. Без надлежащей поддержки это напряжение может привести к отстранению, поверхностному подчинению или скрытому сопротивлению.

Этот конфликт усиливается из-за отсутствия профессиональной и структурированной подготовки. Внезапный переход от преподавателя к эмоциональному руководству может быть дестабилизирующим, особенно для педагогов, которые не проходили постоянного обучения психологическим основам. Им может не хватать словарного запаса, моделей или инструментов, позволяющих удовлетворить эмоциональные потребности учащихся, не выходя за профессиональные рамки. В результате даже благонамеренные преподаватели могут избегать обсуждения деликатных тем из страха причинить вред или совершить ошибки.

Более того, культурные ожидания играют решающую роль в формировании ролевой идентичности. Во многих постсоветских образовательных системах, включая Казахстан, педагог рассматривается как авторитетная фигура, моральный пример и интеллектуальный проводник. Введение эмоционально ориентированных программ может быть истолковано как угроза этому имиджу. Педагоги могут опасаться показаться «мягкими», чрезмерно эмоциональными или все дозволяющими. Эта проблема особенно распространена среди педагогов-мужчин или в школах, где по-прежнему доминирует традиционная иерархия. Гендерные нормы, ожидания поколений и институциональная культура, все это в совокупности укрепляет узкое представление о том, каким «должен быть педагог».

Другой источник конфликтов связан с эмоциональной нагрузкой, связанной с практикой борьбы с травлей. Педагогов просят не только распознавать и реагировать на страдания учащихся, но и управлять своими собственными эмоциональными реакциями в процессе. У некоторых такое эмоциональное воздействие вызывает глубокий личный дискомфорт, особенно если у них есть неразрешенные истории травли, отчуждения или травмы. Роль эмоционального опекуна может активизировать уязвимые места, которые педагогов научились подавлять, чтобы выполнять свои повседневные обязанности. Когда эти эмоциональные слои не признаются институционально, педагоги могут разрабатывать защитные стратегии, такие как цинизм, интеллектуализация или отстраненность, чтобы защитить себя от эмоциональной перегрузки.

Кроме того, предполагаемое расширение ответственности педагогов может восприниматься как несправедливое или неустойчивое. Когда новые требования предъявляются без соответствующей структурной поддержки, такой как снижение учебной нагрузки, командное внедрение или проведение рефлексии, педагоги могут чувствовать себя эксплуатируемыми. Они могут воспринимать программу как перекладывание эмоционального труда с психологов или администраторов на классный персонал без признания или ресурсов. В этом смысле ролевой конфликт носит не только психологический, но и политический характер: он отражает динамику власти и распределение институциональной ответственности.

Несмотря на эти трудности, ролевой конфликт также может стать возможностью для преобразований. Если его признать и разрешить в благоприятной обстановке, это может привести к профессиональному росту, расширению компетенции и более тесным связям со студентами. Ключ к успеху заключается в том, чтобы помочь педагогам переосмыслить свою профессиональную идентичность не как фиксированную категорию, а как динамичную, развивающуюся структуру. Такие программы, как «ДосболLIKE», не должны требовать от педагогов стано-

виться психологами, а должны включать эмоциональную безопасность в их существующие педагогические функции.

Такая перестройка требует времени, подтверждения и пространства для размышлений. Диалог со сверстниками, группы наставничества и семинары по эмоциональной грамотности могут помочь педагогам справиться с внутренним напряжением и найти новые профессиональные смыслы. Школьное руководство должно сыграть активную роль в легитимизации этого сдвига, признав эмоциональный труд важной частью преподавания. Без поддержки и институционального признания эмоционального труда педагогов, ролевой конфликт может привести к пассивному сопротивлению, эмоциональному выгоранию и профессиональному отстранению.

Ролевой конфликт это не просто отказ от новых задач, а глубокий вызов профессиональной идентичности. Поддержка педагогов в этом процессе должна быть направлена не на инструктирование, а на создание условий для рефлексии, признания и профессионального роста.

1. 3. Психологические барьеры во взаимодействии с родителями

Эффективная реализация программ по борьбе с травлей, таких как «ДосболLIKE», требует согласованного взаимодействия между педагогами и родителями, особенно в вопросах раннего выявления и предотвращения агрессивного поведения. Однако на практике многие педагоги сталкиваются с серьезными трудностями, пытаясь вовлечь родителей в дискуссии, связанные с травлей, агрессией со стороны сверстников или социальной изоляцией. Эти проблемы носят как психологический, так и структурный характер и часто становятся источниками эмоционального напряжения и профессиональных колебаний.

Одна из основных психологических трудностей заключается в том, что педагог боится конфронтации. Обсуждение деликатных тем с родителями, особенно тех, которые касаются поведения их ребенка, сопряжено с эмоциональной нагрузкой. Педагоги могут опасаться спровоцировать защитную реакцию, гнев или отрицание. Беседа, которая должна быть поддерживающей, может быстро перерасти в конфронтацию, если родитель воспримет ее как обвинение. Это беспокойство заставляет некоторых педагогов откладывать или вообще избегать решения проблемы. Вместо того чтобы сразу же начать диалог, педагог может подождать, пока проблема не обострится до такой степени, что вмешательство станет более трудным и эмоционально дорогостоящим.

Эта закономерность подкрепляется тем фактом, что многие педагоги не прошли формальной подготовки по общению с родителями, связанному с эмоциональными или поведенческими проблемами. В то время как большинство из них знакомы с обсуждением успеваемости или правил в классе, немногие чувствуют себя уверенно, обсуждая психологические проблемы, конфликты со сверстниками или семейные факторы, которые могут повлиять на социальное поведение ребенка. Отсутствие структурированных моделей или ролевых протоколов оставляет педагога в одиночестве в потенциально нестабильной ситуации.

Вторая трудность связана с культурными и общественными нормами, касающимися авторитета и воспитания детей. В некоторых случаях существует твердое убеждение, что семейное пространство является частным и в него не должны вмешиваться такие учреждения, как школа. Педагоги, которые пытаются исследовать вопросы об эмоциональном благополучии, домашней обстановке или отношении родителей к агрессии, могут столкнуться с сопротивлением, основанным на идее, что «школа должна сосредоточиться на обучении, а не на воспитании

детей». В этих случаях педагог оказывается в положении аутсайдера, человека, чье профессиональное суждение ставится под сомнение просто потому, что оно затрагивает деликатные семейные вопросы.

Кроме того, педагоги часто сталкиваются с противоречивыми интерпретациями того, что представляет собой травля. Родители могут интерпретировать определенные формы поведения, такие как поддразнивание, соперничество или грубая игра, как нормальные и даже желательные. Они могут рассматривать самоуверенность своего ребенка как признак силы, а не как потенциальный источник вреда для окружающих. И, наоборот, родители, чьи дети становятся жертвами, могут проявлять сильные эмоциональные реакции, включая гнев, чувство вины или беспомощность, с которыми педагог может чувствовать себя неподготовленным справиться. В обоих случаях отсутствие общего концептуального языка затрудняет достижение взаимопонимания.

Дополнительным фактором сложности является влияние социального неравенства и маргинализации. Педагоги, работающие в школах с экономически уязвимым или культурно разнообразным населением, могут столкнуться с недоверием, основанным на историческом опыте изоляции или неуважения. Родители, которые чувствуют, что школьная система их осуждает или неправильно понимает, с меньшей вероятностью вступят в открытый диалог, особенно по вопросам, связанным с поведением или дисциплиной. В таких условиях педагог может столкнуться не только с индивидуальным сопротивлением, но и с системными барьерами, основанными на недоверии и неравенстве сил.

Не следует недооценивать эмоциональный труд, связанный с этими взаимодействиями. Ожидается, что педагоги будут оставаться профессионалами, чуткими и ориентированными на решение проблем, даже когда сталкиваются с обвинениями, увольнениями или эмоциональной нестабильностью со стороны родителей. Это часто требует высокого уровня эмоциональной регуляции и внутренней стабильности, которые могут быть неустойчивыми без институциональной поддержки. Когда такой поддержки не хватает, в форме консультаций, совместных встреч или наставничества, педагог может начать чувствовать себя эмоционально истощенным или подвергаться личным нападкам.

Существует также проблема времени. Регулярное и содержательное общение с родителями требует планирования, доступности и контроля. Однако педагоги и без того работают в условиях плотного графика и многочисленных требований. В результате даже те, у кого есть мотивация строить отношения с семьями, могут столкнуться с нехваткой времени и структурных возможностей для этого. Родительские собрания могут быть нечастыми, короткими и посвященными учебным вопросам, оставляя мало места для психосоциального диалога.

Несмотря на трудности, с которыми сталкиваются педагоги в коммуникации с родителями, важно отметить, что именно сотрудничество с семьей остается ключевым фактором успешной профилактики травли. Программы, подобные «ДосболLIKE», подчеркивают общую ответственность и необходимость согласованных действий взрослых в школьной и домашней обстановке. Хотя от педагогов не требуется становиться семейными консультантами, им необходимы конкретные инструменты и институциональная поддержка для ведения уважительного, честного диалога без обвинений.

Практика показывает, что многие школы достигают положительных результатов, когда родители с самого начала вовлечены в реализацию программы как активные партнеры, а не как пассивные слушатели. Такие меры, как совместные тренинги, коллективно разработанные правила поведения и регулярная обрат-

ная связь, способны изменить эмоциональный климат школы. Совместные усилия укрепляют взаимное доверие и помогают обеим сторонам осознать, что профилактика – это не задача одной стороны, а долгосрочное сотрудничество ради благополучия детей.

В заключение отметим, что проблемы, с которыми сталкиваются педагоги при работе с родителями в ходе реализации программ по борьбе с травлей, связаны со страхом конфликта, недостаточной подготовкой, культурными границами и эмоциональной усталостью. Эти проблемы являются не признаками профессиональной несостоятельности, а показателями глубокой психологической и структурной нагрузки, которую влечет за собой этот вид работы. Только признавая эти барьеры и оказывая системную поддержку, школы могут способствовать такому сотрудничеству родителей и педагогов, которое необходимо для значимых перемен.

1. 4. Барьеры в общении с учащимися школ: эмоциональная дистанция, ролевые ожидания и языковые ограничения

Эффективная коммуникация между педагогами и учащимися является краеугольным камнем любой профилактической программы, направленной на преобразование школьной культуры и сокращение случаев травли. Однако коммуникация в этом контексте выходит далеко за рамки обучения, предоставления информации или управления классом. Это требует от педагогов вступать в эмоционально открытый и психологически чуткий диалог с учащимися. Диалог, который часто затрагивает личные переживания, эмоциональные раны и социальную уязвимость. Такой уровень взаимодействия, хотя и важен для таких программ, как «ДосболLIKE», сопряжен с рядом проблем, с которыми многим педагогам трудно справиться.

Одним из наиболее фундаментальных барьеров является наличие эмоциональной дистанции между преподавателями и учащимися. Эта дистанция не обязательно является результатом безразличия или отсутствия заботы. Чаще всего она возникает из-за структурной динамики: большого размера класса, нехватки времени, иерархических отношений и традиционных моделей власти. Во многих образовательных культурах от педагогов ожидают определенной профессиональной отстраненности, которая помогает поддерживать дисциплину и порядок. Однако эта отстраненность может стать психологической защитой, препятствующей установлению реальных отношений.

Когда ученик испытывает травлю, отчуждение или эмоциональный стресс, он нуждается в чувстве безопасности и эмоциональном присутствии взрослого, который его слушает. Если педагог общается в формальной или целенаправленной манере, ученик может утаить свои переживания или предположить, что его боль не будет понята. Этот эмоциональный разрыв препятствует раннему раскрытию информации и вмешательству. Педагоги могут не осознавать, что их тон, язык тела или выбор слов сигнализируют об эмоциональной недоступности, даже если они намерены оказать поддержку.

Другим препятствием является внутренняя неуверенность педагога в том, насколько далеко он может или должен заходить в эмоциональных беседах. Многие педагоги выражают опасения по поводу того, что они могут нарушить профессиональные границы, дать неуместный совет или непреднамеренно усугубить страдания ученика. Этот страх усиливается в случаях, связанных с травмами, насилием или семейными проблемами. Педагоги могут подумать: «Что, если я скажу что-то не так?» или «Что, если ученик начнет плакать, а я не буду знать,

как реагировать?» Эти мысли, хотя и разумные, часто приводят к избеганию или чрезмерной формальности в общении.

Избегание может принимать форму преждевременных заверений («Не волнуйтесь, все будет хорошо»), перенаправления внимания на академические задачи или обращения к школьным психологам. Хотя рекомендации уместны во многих ситуациях, чрезмерная зависимость от них может сигнализировать учащимся о том, что их проблемы слишком серьезны или нежелательны в контексте учебного процесса. Педагог, даже если и непреднамеренно, дает понять: «Это не моя роль». В результате школьник чувствует себя эмоционально изолированным в той самой среде, которая должна его защищать.

Третья трудность возникает из-за ограниченности самого языка. Не все учащиеся обладают достаточным словарным запасом, чтобы выразить словами то, с чем они сталкиваются. Травлю, особенно в ее эмоциональных или психологических формах, трудно описать. Дети и подростки могут испытывать стыд, растерянность или чувство вины. Они могут опасаться возмездия, общественного осуждения или потери статуса среди сверстников. В таких случаях общение требует большего, чем вопросы и ответы, оно требует настройки. Педагоги должны прислушиваться не только к тому, что говорится, но и к тому, чего избегают, что повторяют или выражают невербально. Умение слушать на таком уровне – это навык, требующий времени, практики и эмоциональной готовности.

Кроме того, различия между поколениями и культурами могут осложнять общение. У учащихся и педагогов могут быть разные смысловые коды, рекомендации или ожидания. Поведение, которое педагогу кажется «нормальным», может показаться ученику унизительным. И, наоборот, то, как ученик выражает свое огорчение, может быть не воспринято как призыв о помощи. Например, замкнутость, раздражительность или отстраненность от учебы часто являются признаками эмоционального страдания, но могут быть истолкованы как лень или неуважение. Без рефлексивного обучения и интерсубъективной осведомленности педагог может реагировать таким образом, что это усугубит изоляцию ученика.

Другим невидимым барьером является эмоциональная уязвимость самих педагогов. Разговор с учениками о боли, страхе или отчуждении может привести к тому, что педагог вновь столкнется с собственными неразрешенными переживаниями. У некоторых педагогов может быть личная история травли, потерь или маргинализации, что делает их либо сверхчувствительными, либо эмоционально избегающими общения. Другие могут обнаружить, что, слушая о переживаниях учеников, они испытывают сильную печаль, беспомощность или чувство вины. Без присмотра или помощи сверстников эта эмоциональная нагрузка может стать непосильной, что приводит к тому, что педагог неосознанно защищает себя, эмоционально замыкаясь.

Наконец, педагоги могут столкнуться с институциональной неопределенностью в отношении того, как управлять такими взаимодействиями. Если школа не предлагает четких протоколов, возможностей для принятия решений в команде или эмоционального разбора полетов, педагогу приходится справляться с этими сложными взаимодействиями в одиночку. Это чувство одиночества способствует коммуникативной нерешительности: педагог может подумать, что лучше не «открывать коробку», если нет защитной сетки, чтобы удержать то, что выходит наружу.

Эти проблемы в общении становятся еще более очевидными при работе с учащимися из особо уязвимых групп. Дети с ограниченными возможностями, учащиеся, пережившие травму или насилие в семье, а также люди из нестабильной

семьи или семьи, пострадавшей от конфликтов, могут демонстрировать поведение или эмоциональные сигналы, которые легко неверно истолковать. Например, ребенок может отреагировать замкнутостью, агрессией или молчанием. Все это может скрывать глубинную травму. Без специальной подготовки в области информированного о травмах общения педагоги могут непреднамеренно усилить изоляцию ребенка. Удовлетворение потребностей этих групп требует повышенной чувствительности, индивидуального подхода и часто сотрудничества со специалистами по поддержке.

Коммуникативные барьеры между преподавателями и учащимися имеют глубокие корни в структурных, эмоциональных и культурных аспектах. Они включают эмоциональную отстраненность, страх совершить ошибку, языковые ограничения, различия между поколениями и личную уязвимость. Это не просто отдельные недостатки, а системные показатели эмоциональной сложности работы по борьбе с травлей. Чтобы такие программы, как «ДосболLIKE», были успешными, общение должно восприниматься не как техника, а как совместное эмоциональное присутствие, которое требует обучения, поддержки и приверженности учреждения. Необходимо поддерживать педагогов в том, чтобы они не только говорили, но и слушали, также не только направляли, но и поддерживали связь.

Заключение. Психологический ландшафт проблем внедрения

Успешная реализация инициатив по борьбе с травлей, таких как Программа «ДосболLIKE», требует большего, чем соблюдение процедур или институциональная согласованность. Это требует глубокого учета эмоциональных, когнитивных и социальных аспектов профессиональной жизни в образовательных учреждениях. Предыдущий анализ показал, что трудности, с которыми сталкиваются педагоги, не являются в первую очередь техническими или материально-техническими. Они носят глубоко психологический характер, связаны с отношениями и носят системный характер. Каждая проблема выявляет уровень профессиональной уязвимости, который необходимо признать и устранить, если мы хотим, чтобы цели программы были полностью реализованы.

Эмоциональная неподготовленность педагогов – это не недостаток индивидуального характера, а отражение эмоциональных требований, предъявляемых к профессионалам, которые, как ожидается, будут противостоять боли, несправедливости и социальной изоляции без достаточной поддержки. Внутренний ролевой конфликт, который возникает, когда педагогов просят быть одновременно инструкторами и эмоциональными опекунами, подчеркивает необходимость переосмысления педагогической идентичности. Сопротивление внутри школьного сообщества, которое часто неправильно понимают как апатию или обструкцию, на самом деле является защитной адаптацией к предшествующему разочарованию, системной усталости и коллективной тревоге. Трудности в работе с родителями отражают хрупкость границы между школой и семьей и эмоциональный риск проникновения в пространство, которое социально закодировано как личное или священное. Наконец, барьеры в общении с детьми обнажают границы традиционных образовательных моделей и необходимость эмоционально грамотного, интерсубъективного и чувствительного к травмам диалога.

Эти трудности не означают, что педагоги неспособны выполнять программу. Напротив, большинство педагогов проявляют глубокую приверженность благополучию учащихся и желание учиться. Чего им не хватает, так это не намерений, а сдерживания: психологических, профессиональных и организационных структур, которые позволили бы им действовать уверенно, последовательно и эмоци-

онально устойчиво.

Поэтому важно, чтобы любое обсуждение Программы «ДосболLike» включало рефлексивный анализ внутренних условий, в которых работают педагоги. Внедрение не может быть сведено к инструкциям, учебным модулям или административным директивам. Это следует рассматривать как динамичный психологический процесс, в ходе которого педагоги, учащиеся, родители и администрация совместно создают новую культуру эмоциональной безопасности. Этот процесс требует времени, заботы и осознанного внимания к внутреннему опыту тех, кто продвигает программу.

Во второй части этого аналитического документа будут предложены практические рекомендации, направленные на снижение этого психологического бремени и создание реалистичных, эффективных и устойчивых условий для реализации программы. Эти рекомендации не являются универсальными или предписывающими. Скорее, они предлагают основу для размышлений и адаптации, основанную на понимании того, что успешные изменения основаны не только на стратегии, но и на сопереживании, доверии и взаимной приверженности.

В конечном счете, реализация программ по борьбе с травлей - это не только педагогическая задача, но и культурная трансформация. Это требует от школ переосмысления своих эмоциональных норм, профессиональных границ и коллективной ответственности. Профилактика травли становится успешной не благодаря изолированным мероприятиям, а благодаря постоянному культивированию школьной культуры, основанной на сочувствии, безопасности и совместной ответственности.

2. Рекомендации для педагогов-психологов по сопровождению педагогов в процессе реализации Программы «ДосболLIKE»

Введение. Роль школьного психолога в поддержке реализации

Программа «ДосболLIKE» направлена на формирование культуры безопасного школьного пространства, в которой вопросы травли, эмоционального насилия и социальной исключенности обсуждаются открыто и конструктивно. Центральная роль в реализации Программы принадлежит классным руководителям, которые непосредственно проводят занятия с учениками. Однако успешность внедрения Программы во многом зависит от степени психологической устойчивости, методической уверенности и эмоциональной готовности самих педагогов. Именно на этом этапе возникает зона профессиональной ответственности школьного психолога.

Несмотря на то, что школьный психолог не является ведущим занятий по Программе, он занимает важную позицию сопровождения. Его функция это не дублировать педагогическую деятельность, а создавать условия, в которых педагог может качественно выполнять свою роль. Это включает предоставление методических разъяснений, помощь в управлении эмоциональной нагрузкой, консультативную поддержку в сложных случаях, а также проведение профилактических мероприятий при наличии соответствующего запроса. При этом школьный психолог, как и прежде, остается специалистом, работающим в первую очередь с учениками, а не с педагогами. Именно это разграничение определяет реалистичный и этически корректный формат взаимодействия между педагогом и психологом в рамках данной Программы.

Ниже представлены ключевые направления, по которым школьный психолог может оказать поддержку педагогам, задействованным в реализации Программы «ДосболLIKE». Эти рекомендации разработаны с учетом реальных условий школьной практики: ограниченных ресурсов, высокого уровня нагрузки и ограничений должностных обязанностей.

2.1. Поддержка педагогов в преодолении эмоциональной перегрузки

Как показано в части I, эмоциональное напряжение остается одним из наиболее серьезных препятствий на пути эффективного выполнения Программы. Ниже приведены рекомендации для школьных психологов, которые помогут педагогам восстановить чувство эмоциональной стабильности и контроля.

Школьный психолог может сыграть важную роль в снижении уровня внутреннего напряжения педагога. Для этого не требуется проводить длительные психологические консультации или терапию. Достаточно организовать точечную, профессионально структурированную поддержку, направленную на восстановление чувства контроля и уверенности у педагога.

Одним из эффективных подходов может стать разбор конкретных затруднений педагога в безопасной, неоценочной обстановке. Например, при наличии тревоги перед занятием, психолог может помочь педагогу прояснить:

- чего именно он опасается;
- какие темы вызывают у него наибольшее напряжение;
- как можно адаптировать материалы без потери смысла;
- какие простые регуляционные техники могут быть полезны в начале и в конце занятия (например, дыхательные паузы, установка личной цели занятия, фиксация небольших успехов).

Кроме того, психолог может предложить педагогу мини-памятку или карточ-

ку самопомощи, в которой будут кратко перечислены простые приемы эмоциональной саморегуляции. Это может быть напоминание: «Не стремись все решить: цель занятия не в том, чтобы устранить травлю за один урок, а в том, чтобы начать разговор». Такие подсказки помогают снизить ощущение перегрузки и вернуть фокус на реалистичные задачи.

В случае, если педагог неоднократно выражает тревожность или демонстрирует признаки эмоционального истощения (например, избегает проведения занятий, демонстрирует резкую утомляемость, отчуждение от класса), психолог может предложить групповую или индивидуальную профессиональную беседу, но не в формате психотерапии, а как коллегиальную поддержку: разбор трудностей, разъяснение целей Программы, помощь в формировании реалистичных ожиданий от себя и класса.

Важно подчеркнуть, что школьный психолог не берет на себя ответственность за эмоциональное состояние педагога, но может создать пространство, в котором педагог сможет найти точки опоры и ресурсы для восстановления. Также важно, чтобы психолог при необходимости мог деликатно проинформировать администрацию (с согласия педагога), если эмоциональное состояние педагога может повлиять на безопасность или эффективность работы с детьми.

Таким образом, задача школьного психолога не в том, чтобы снимать напряжение с педагогов в полном объеме, а в том, чтобы обозначить границы, предложить ресурс и вернуть педагогу чувство контроля, которое является основой эмоциональной устойчивости в условиях реализации Программы «ДосболLIKE».

2.2. Помощь педагогам в преодолении методологической неопределенности

Как уже говорилось в первой части, многие педагоги сообщают, что чувствуют неуверенность при выполнении эмоционально сложных упражнений в Программе «ДосболLIKE».

Школьный психолог, хотя и не проводит эти занятия, обладает уникальными возможностями для оказания помощи. Его роль заключается не в том, чтобы осуществлять методологический контроль, а в том, чтобы помочь педагогам разобраться в структуре, целях и основных концепциях Программы. Это может начаться с разъяснения психологической логики, лежащей в основе ключевых упражнений. Например, педагогу, который не уверен в цели группового занятия по рассказыванию историй, может быть полезно краткое объяснение того, что это упражнение предназначено для нормализации эмоциональных переживаний, развития эмпатии и позволяет учащимся исследовать конфликт метафорически, снижая риск личного воздействия.

В этом контексте психолог может проводить короткие индивидуальные консультации, в ходе которых рассматривается конкретный план занятий и доступным языком обсуждаются его цели. Вместо того, чтобы формулировать это как «методические указания», психолог может предложить это как коллегиальную беседу, направленную на углубление понимания преподавателя и обеспечение его комфорта. Этот формат уважает авторитет преподавателя в классе, расширяя его концептуальные рамки.

Кроме того, психологи могут подготовить краткие пояснительные записки или методические рекомендации к занятиям, которые воспринимаются как сложные или эмоционально нагруженные. Эти записки могут включать в себя:

- эмоциональные компетенции, на которые нацелено занятие;
- типичные реакции учащихся и способы реагирования на них;

• примеры формулировок для ознакомления или разбора упражнений;
• предостерегающие замечания (например, чего следует избегать, как справляться с молчанием или сопротивлением).

Активно делясь своими знаниями, даже в виде кратких раздаточных материалов или устных резюме, психологи снижают когнитивную и эмоциональную нагрузку, которая может сопровождать подготовку.

Когда это возможно, психолог может также помочь педагогу адаптировать материалы к конкретному контексту урока, не ставя под угрозу цели Программы. Например, если в группе есть учащиеся с известными травмами в прошлом или недавними межличностными конфликтами, психолог может помочь педагогу выбрать более косвенные или символически опосредованные задания. В качестве альтернативы, когда педагог выражает обеспокоенность по поводу своей способности вести открытый диалог, психолог может предложить использовать упражнения по письму или рисованию, которые снижают эмоциональный накал, но при этом отвечают целям занятия.

Важно подчеркнуть, что такая методическая поддержка должна оставаться в рамках профессиональной компетенции. Психологу не следует брать на себя роль тренера или оценщика. Его функция заключается в том, чтобы расширить возможности педагогов, предлагая психологическое понимание структуры и функций упражнений, а не в том, чтобы контролировать или направлять педагогический выбор. Это различие сохраняет совместный характер взаимоотношений и гарантирует, что педагог сохраняет ответственность за свою роль в классе.

Кроме того, школьный психолог может способствовать обмену передовым опытом между коллегами. Выявляя педагогов, которые успешно провели определенные занятия, и приглашая их (с согласия) поделиться своим опытом в неформальной обстановке, психолог помогает нормализовать процесс обучения и уменьшить тревожность, связанную с незнанием, и нормализовать обучение через опыт. Такие обмены укрепляют коллективный потенциал и способствуют формированию школьной культуры, в которой вопросы и эксперименты не рассматриваются как нечто само собой разумеющееся, не как недостаток, а как проявление профессионального роста.

Подводя итог, можно сказать, что, хотя психолог и не несет ответственности за непосредственное проведение занятий «ДосболLIKE», он может оказать существенную поддержку, помогая педагогам понять психологическую цель компонентов Программы, предвидеть трудности и ответственно адаптировать содержание. Такого рода методические рекомендации повышают чувство компетентности преподавателя, снижают тревожность и способствуют более обоснованному и уверенному подходу к групповой фасилитации.

2.3. Работа с классами, которым требуется целенаправленная психологическая поддержка

Несмотря на то, что Программа «ДосболLIKE» предназначена для реализации классными руководителями, существуют обстоятельства, при которых стандартный формат занятий может оказаться недостаточным для решения эмоциональной динамики, присутствующей в конкретном классе. В тех случаях, когда травля носит системный характер, эмоционально насыщена или связана с неразрешенными конфликтами между учащимися, психологическая сложность может превышать возможности преподавателя, даже при полном соблюдении структуры Программы. В таких условиях школьного психолога могут попросить вмешаться и оказать дополнительную поддержку, соответствующую конкретным потребно-

стям группы. Эта поддержка может принимать различные формы в зависимости от серьезности групповой динамики и готовности преподавателя.

Важно отметить, что эта поддержка не направлена на замену Программы или передачу ответственности психологу. Скорее, психолог выступает в качестве стратегического партнера, помогая восстановить эмоциональную стабильность, снизить уровень тревожности в группе или создать основу для дальнейшей педагогической работы. Эти вмешательства могут проводиться до, во время или после реализации Программы в зависимости от характера и интенсивности ситуации.

В зависимости от характера ситуации и степени вовлеченности школьный психолог может выбрать одну из следующих форм вмешательства.

- Присутствие наблюдателя в классе. В ситуациях, когда педагог выражает озабоченность по поводу эмоционального климата в классе, психолог может предложить ненавязчиво понаблюдать за одним или несколькими уроками. Это позволяет психологу из первых рук оценить динамику группы, выявить неформальные структуры лидерства, обнаружить невербальные сигналы о неблагополучии или изоляции и оценить уровень эмоциональной безопасности. Присутствие наблюдателя также может оказывать стабилизирующее воздействие на поведение учащихся и служить сигналом привлечения внимания учреждения.
- Содействие проведению целенаправленных занятий в классе. Когда определенные групповые ситуации требуют вмешательства, например, постоянное неприятие сверстниками, неразрешенный групповой конфликт или травмирующее событие, нарушившее эмоциональное функционирование, психолог может провести краткосрочный психологический сеанс или психолого-педагогическое мероприятие. Это могут быть упражнения по укреплению доверия, структурированный диалог или символические практики, такие как эмоциональные контракты или классные ритуалы. Цель состоит не в проведении терапии, а в снятии напряжения в группе, нормализации эмоциональных реакций и укреплении сплоченности.
- Поддержка реинтеграции после конфликта или кризиса. Если в классе произошел серьезный инцидент (например, травля, о которой стало известно в социальных сетях, временное удаление ученика из класса или публичное унижение), психолог может помочь в реинтеграции с помощью тщательно разработанных ритуалов или восстановительных процедур. Это могут быть методы анонимного самовыражения (например, написание «что мне нужно от группы»), упражнения на эмпатию или нейтрализация сплетен с помощью структурированного повествования. Роль психолога в этих случаях заключается в том, чтобы сдержать эмоциональную фрагментацию и помочь группе перейти к функциональному сотрудничеству.
- Консультирование педагогов по стратегиям на уровне класса. Даже если психолог непосредственно не работает с классом, он может посоветовать педагогу провести мероприятия на уровне небольшой группы. Например, рекомендовать изменить расположение сидячих мест, подавать учащимся сигналы безопасности, указывающие на дискомфорт, или проводить короткие эмоциональные проверки в начале урока. Эти стратегии могут быть особенно полезны в разновозрастной среде, при травмах или в условиях высокой конкуренции.
- Мониторинг факторов риска для отдельных учащихся. Иногда групповая динамика выявляет признаки эмоциональной уязвимости или психосоци-

ального неблагополучия у конкретных учащихся. Психолог должен быть внимателен к неочевидным признакам, таким как частая замкнутость, внезапная агрессия или эмоциональное оцепенение, и, при необходимости, установить контакт с ребенком в поддерживающей и конфиденциальной манере. Такие индивидуальные случаи могут потребовать дополнительной оценки или направления к специалисту, но всегда должны решаться осмотрительно и в тесном сотрудничестве с педагогом.

Важно отметить, что психологическое сопровождение на групповом уровне всегда должно согласовываться с классным руководителем. Педагог должен оставаться главной фигурой среди взрослых в классе, а роль психолога заключается в усилении, а не подмене их авторитета. Прозрачность, совместное планирование и рефлексия после вмешательства являются ключевыми принципами, обеспечивающими взаимное уважение и ясность ролей.

Кроме того, психологи должны помнить об институциональных ограничениях: целенаправленное вмешательство в классе отнимает время и эмоциональную энергию и должно быть интегрировано в более широкие школьные приоритеты. Не каждая проблема требует непосредственного участия, и частью профессионализма психолога является умение определить, когда следует вмешаться, а когда дать педагогу возможность действовать самостоятельно.

Таким образом, несмотря на то, что Программа «ДосболLIKE» предназначена для педагогической реализации, в некоторых классах может потребоваться дополнительная психологическая помощь. В таких случаях школьный психолог может помочь стабилизировать динамику группы, поддержать эмоциональную интеграцию и создать безопасную среду для продолжения обучения. Эта функция не противоречит структуре Программы, управляемой преподавателем, но повышает ее общую устойчивость и быстроту реагирования на сложные условия реального мира.

2.4. Поддержка педагогов в эмоционально нагруженном взаимодействии с родителями

Несмотря на то, что основные обязанности школьных психологов сосредоточены на благополучии учащихся, их роль в поддержке педагогов во время проблем, связанных с родителями, становится все более актуальной, особенно когда школьное сообщество участвует в реализации эмоционально чувствительных программ, таких как «ДосболLIKE». В таких случаях классным руководителям может быть сложно ориентироваться в ситуации беседы с родителями, которые не знают о целях Программы, скептически относятся к ее актуальности или занимают оборонительную позицию в ответ на возникающие темы, такие как травля, отчуждение или эмоциональное регулирование.

Учитывая институциональную и эмоциональную напряженность, рассмотренную в части I, школьные психологи могут предложить стратегические рекомендации, которые помогут педагогам более уверенно и конструктивно взаимодействовать с родителями в рамках Программы.

Школьный психолог может оказывать опосредованную поддержку. Хотя для психолога нецелесообразно и неосуществимо вести все родительские переговоры, он может сыграть решающую роль в обучении педагогов стратегиям, языку и уверенности в себе для участия в конструктивном диалоге.

Одним из наиболее эффективных способов поддержки педагогов является предварительная консультация, когда педагог ожидает сложного взаимодей-

ствия с родителем. Например, перед родительским собранием психолог может предложить короткую консультационную сессию, посвященную:

- разъяснению целей собрания и реалистичных результатов;
- предвидению эмоциональных реакций и определению методов деэскалации;
- составлению психологически обоснованных фраз, сочетающих ясность и уважение (например, «Мы заметили некоторые формы поведения, которые могут сигнализировать об эмоциональном дискомфорте» вместо «Ваш ребенок агрессивен»);
- побуждению педагога представить дискуссию как совместную попытку поддержать ученика, а не как оценку родительской компетентности.

Такая подготовка не устраняет эмоциональное напряжение, но повышает чувство готовности педагога и его ролевую безопасность.

В тех случаях, когда конфликт уже произошел, например, когда родитель обвиняет педога в несправедливом обращении или отвергает обоснованность дискуссий о борьбе с травлей, психолог может провести разбор полетов после инцидента. Это может включать в себя помощь преподавателю в обработке эмоциональных реакций (гнев, фрустрация, стыд), выявлении разрывов в общении и разработке плана восстановления взаимодействия, если это необходимо. Эти занятия не являются терапией, а представляют собой профессиональную рефлексию, которая восстанавливает внутреннее равновесие и предотвращает эскалацию.

Кроме того, школьные психологи могут участвовать в совместных встречах, особенно когда родитель выражает беспокойство по поводу психологического благополучия ребенка, или когда требуется межпрофессиональная координация (например, с администрацией, социальными работниками или внешними специалистами). В таких условиях роль психолога заключается в том, чтобы сдерживать эмоции, разъяснять психологические концепции и выступать посредником при возникновении недоразумений между педагогами и родителями. Однако крайне важно, чтобы психолог сохранял нейтралитет, избегал сближения с какой-либо одной стороной и придерживался принципов уважительного диалога, ориентированного на интересы ребенка.

Помимо индивидуальных консультаций, психологи могут способствовать формированию общешкольной культуры взаимодействия с родителями, которая снижает эмоциональную защищенность и укрепляет долгосрочное доверие. Это может включать в себя:

- помощь педагогам в составлении вступительных писем или презентаций, в которых доступным языком объясняются цель и формат «ДосболLIKE»;
- участие в школьных мероприятиях или родительских семинарах, на которых обсуждаются вопросы эмоционального развития, предотвращения травли и безопасного общения;
- поощрение использования неконфронтационных форматов, таких как анонимные формы обратной связи для родителей или тематические дискуссионные кружки, которые позволяют выражать свое мнение без прямой конфронтации.

Во всех случаях психолог должен быть осторожен и не брать на себя дисциплинарную или административную роль. Его поддержка должна повышать профессиональный потенциал педагога, а не обходить его стороной. Конечная цель – помочь педагогам чувствовать себя менее одинокими в эмоционально сложных ситуациях и быть более подготовленными к поддержанию конструктивных отношений с семьями, даже под давлением.

В заключение, хотя психологи не являются основными посредниками между педагогами и родителями, они обладают ценными психологическими знаниями и инструментами коммуникации, которые могут помочь педагогам справляться с сопротивлением, замешательством или враждебностью родителей с большей стабильностью и уверенностью. Обеспечивая рефлексивную поддержку, стратегическое руководство и совместное присутствие, когда это необходимо, психолог укрепляет не только жизнестойкость педагога, но и более широкую структуру взаимоотношений в школьном сообществе.

2.5. Уточнение профессиональных ролей и границ сотрудничества

В контексте реализации эмоционально чувствительной и социально значимой программы, такой как «ДосболLIKE», педагоги нередко испытывают неуверенность относительно объема поддержки, которую они могут запросить у школьного психолога. В то время как некоторые педагоги могут вообще избегать обращения к психологу, полагая, что их проблемы «недостаточно серьезны», другие, напротив, могут ожидать, что психолог возьмет на себя задачи, выходящие за рамки их профессиональных полномочий, такие как проведение программных занятий, разрешение конфликтов в классе или предоставление эмоциональных консультаций персоналу. Эта путаница может привести к разочарованию, недопониманию и срыву сотрудничества.

Непонимание профессиональных границ часто встречается в эмоционально напряженных школьных условиях. Некоторые педагоги могут переоценивать роль психолога, полагая, что психологический персонал отвечает за проведение занятий по данной Программе. Другие могут вообще не решаться обратиться к психологу, опасаясь, что их проблемы не являются законными или достаточно срочными.

Поэтому школьные психологи должны проявить инициативу и разъяснить структуру и границы своей роли, четко, уважительно и на ранней стадии процесса. Это предотвращает нереалистичные ожидания, укрепляет институциональную координацию и защищает обе стороны от путаницы ролей.

В начале учебного года или реализации Программы психологи могут распространять коротко, ясно записки или провести 10–15-минутный инструктаж, в котором излагаются:

вид поддержки, которую педагог может запросить (например, консультации по теме эмоции, помощь в понимании сложных упражнений, рекомендации на уроках кризисов);

какая поддержка не может быть оказана (например, руководство Программой для педагогов, предложение терапии взрослым, принятие дисциплинарных решений);

когда и как педагогу следует привлекать психолога, в том числе при выявлении признаков неблагополучия в классе или риска для учащихся.

При постоянном сотрудничестве психолог должен также уделять особое внимание:

что педагоги остаются главным авторитетом в своих классах;

что роль психолога заключается в том, чтобы укреплять доверие педагогов, а не подменять его;

что консультации – это не признак некомпетентности, а часть профессиональной рефлексии;

что в серьезных эмоциональных ситуациях, затрагивающих учащихся, психолог берет на себя руководство только по согласованию с педагогом.

Важно отметить, что школьные психологи должны сами моделировать здоровые профессиональные границы. Например, вместо того, чтобы «руководить» классом, демонстрируя трудное занятие, они могут совместно с педагогом разработать стратегию и предложить ему понаблюдать, потренировать или провести разбор полетов, не отказываясь от самостоятельности.

Такая совместная работа защищает эмоциональную целостность обеих профессий. Она также способствует формированию школьной культуры, в которой каждый взрослый понимает свой вклад в благополучие учащихся, и где сотрудничество основано на общей цели, а не на размытых полномочиях.

В заключение следует отметить, что психологи могут укрепить свое сотрудничество с педагогами, последовательно определяя как масштабы, так и пределы своей профессиональной роли. Этот процесс, при соблюдении прозрачности, смирения и заботы, не только предотвращает недоразумения, но и способствует созданию более сбалансированной и устойчивой модели школьной психологической поддержки в контексте работы по борьбе с травлей.

Заключение

Успешная реализация Программы «ДосболLIKE» зависит не только от качества предоставляемых материалов и подготовленности классных руководителей, но и от наличия в школе системы психологической поддержки. Хотя педагоги являются основными фасилитаторами Программы, их способность ориентироваться в эмоционально насыщенном содержании, вести деликатные беседы и управлять групповой динамикой в значительной степени зависит от того, насколько они чувствуют, что их видит, поддерживает и снабжает ресурсами более широкое школьное сообщество, особенно школьный психолог.

Роль психолога в этом процессе сложна и многогранна. Он не заменяет педагога и не берет на себя контроль над педагогическими решениями. Скорее, он выступает в качестве стратегического партнера, предлагая психологическую помощь, сдерживание эмоций, методические разъяснения и рекомендации, учитывающие контекст. Будь то краткие консультации, целенаправленные вмешательства, совместное планирование или эмоциональный разбор полетов, психолог поддерживает систему школьного образования для взрослых, чтобы они, в свою очередь, могли оказывать более эффективную поддержку учащимся.

В то же время психолог должен работать в реалистичных рамках. Они не отвечают за проведение занятий в классе, психотерапевтическую помощь преподавателям или обеспечение соблюдения Программы. Их задача более фундаментальна: помочь восстановить ясность там, где есть путаница, стабильность там, где есть эмоциональная перегрузка, и согласованность там, где системы распадаются. В этом смысле их присутствие связано не столько с заметностью, сколько с доступностью, бесшумным каркасом, который укрепляет всю педагогическую структуру.

Активно взаимодействуя с педагогами, выясняя взаимные ожидания и моделируя профессиональную эмпатию, психолог помогает развивать школьную культуру, в которой признается эмоциональный труд, уязвимость не рассматривается как патология, а профилактическая работа рассматривается как коллективная этическая ответственность. Такая культура не возникает автоматически. Она строится на основе последовательного диалога, совместного размышления и готовности воспринимать сложность, а не избегать ее.

В конкретном контексте «ДосболLIKE» означает помочь педагогам почувствовать, что они могут способствовать эмоционально насыщенным групповым про-

цессам; помочь учащимся почувствовать себя на виду и в безопасности; помочь учебному заведению оставаться устойчивым перед лицом дискомфорта, сопротивления или неуверенности. Это не маргинальный вклад. Во многих отношениях они являются невидимой инфраструктурой, которая делает работу по борьбе с травлей возможной, устойчивой и преобразующей.

Рекомендации по проведению занятий по проектной деятельности учащихся

Целью настоящего материала является предоставление системных методических рекомендаций для педагогов и психологов, осуществляющих реализацию занятий по профилактике буллинга и агрессивного поведения в образовательной среде. Программа «ДосболLIKE» ориентирована на создание безопасной атмосферы, развитие эмоционального интеллекта, навыков саморегуляции и формирования уважительных отношений между обучающимися.

Занятия по профилактике буллинга должен иметь четкую структуру. Они начинаются с этапа вступления, где очень важно эмоционально вовлечь детей. Здесь уместны элементы сюрприза, так называемые «хук» (с англ. «крючок» – способ зацепить аудитории в начале выступления): история, короткий ролик, мультфильм, метафора или вопрос. Эти средства помогают сфокусировать внимание и вызвать интерес к обсуждаемой теме. На этом же этапе устанавливаются правила взаимодействия: уважение, право молчать, активное участие без принуждения.

Структура занятия состоит из трех этапов.

1. Вводная часть (приветствие, знакомство с темой, целями и задачами занятия, упражнения на знакомство).
2. Основная часть (упражнения, соответствующие теме, целям и задачам занятия).
3. Завершение (подведение итогов работы, обратная связь).

Помимо этого, Программа «ДосболLIKE» предусматривает элементы проектной деятельности, что позволяет участникам применить полученные знания в реальной ситуации и расширить их значимость.

Ведущий объясняет участникам, что занятия – это особое пространство общения, где рекомендуется использовать правила, которые способствуют обеспечению психологического комфорта. Эти правила формируют безопасное пространство, способствующее открытости и доверию.

Основные правила

- Общение по принципу «здесь и сейчас», т. е. обсуждение только тех вопросов, которые волнуют на данный момент.
- Конфиденциальность всего происходящего в группе.
- Формулировка высказываний от первого лица.
- Искренность и уважение в общении, активное участие.
- Не опаздывать, отключать сотовые телефоны (во время занятий создается некоторое энергетическое пространство, которое необходимо беречь. Опаздывающие и отвлекающиеся на телефонные звонки участники «разрежают» его).

Ведущий не только разъясняет эти нормы, но и следит за их соблюдением, мягко напоминая о них при необходимости. Если со стороны членов группы нет возражений, то правила считаются принятыми группой и являются законом для всех, в том числе для ведущего.

Важность организации пространства

Рекомендуется подстроить рабочее пространство под тематику и упражнения занятий. Зачастую это стулья, расположенные по кругу, где все участники и ведущий находятся на равных. Такая форма способствует большей вовлеченности и открытости. Желательно, чтобы помещение позволяло гибко менять пространство в зависимости от характера заданий.

Роль педагога

Роль ведущего исполняет педагог, главной задачей которого является создавать условия, в которых ученики могут свободно выражать себя, взаимодействовать и развивать новые навыки. Ведущий организует пространство, направляет процесс, но не контролирует содержание результатов. Участники сами ответственны за свой опыт, а тренер обеспечивает методическую и эмоциональную поддержку.

Трудности во время занятия

Во время занятия ведущий может столкнуться со сниженным интересом и пассивностью участников. В этих случаях не стоит прибегать к повышению голоса или другим формам авторитетного воздействия. Лучше привлечь внимание неожиданным жестом или действием, переключив фокус группы. После этого можно плавно вернуть участников к теме. Примерами таких действий могут быть: ритмичные хлопки, демонстрация какого-то действия или предмета, молчание и т. д.

Волнение перед началом занятия также является частым явлением. Его не стоит воспринимать как слабость. Напротив, искреннее признание своего волнения перед участниками может усилить доверие и продемонстрировать вашу открытость. Подавленные эмоции лишь накапливаются, а открытое выражение чувств способствует внутреннему равновесию.

Иногда участники начинают требовать повышенного внимания и поддержки со стороны педагога. Важно помнить, что занятие – это пространство, где участники должны активизировать собственные ресурсы. В подобных ситуациях рекомендуется мягко объяснить, что основная цель – развитие личных качеств, а не зависимость от внешней помощи. Избыточная поддержка может мешать достижению самостоятельности.

Если в какой-то момент ведущий чувствует замешательство или теряет нить занятия, ему не стоит паниковать. Необходимо сделать паузу, посидеть в тишине вместе с классом. Иногда именно такие моменты дают пространство для важной внутренней работы. Признание тишины как ценной части процесса помогает снять напряжение.

Наконец, при подготовке важно учитывать не только содержание и методы, но и практические аспекты, такие как подбор и наличие необходимого реквизита для упражнений. Это поможет избежать технических сбоев и обеспечит плавное проведение занятия.

Дополнительным приемом поддержания вовлеченности может стать нестандартный способ деления на группы.

Вариант 1. Возьмите старые открытки или картинки и разрежьте на части. Если хотите в итоге получить 5 малых групп по 4 человека в каждой, возьмите 5 открыток и разрежьте на 4 части каждую. Перемешайте получившиеся пазлы и предложите участникам взять по одному. По сигналу все отправляются на поиски своих партнеров по команде. Члены одной малой группы должны составить из своих пазлов целую открытку.

Вариант 2. Каждому участнику тренер шепчет на ухо название какого-нибудь животного. Если вы хотите получить 3 команды, назовите 3 вида животных, например, кролик, кенгуру и черепаха. Затем предложите объединиться в команды представителям одного вида. Обязательное условие: нельзя произносить ни слова. Разрешается подражать движениям животного, издавать характерные для него звуки.

Примечание. Если не хотите, чтобы игра закончилась, не успев начаться, не называйте животных с хорошо знакомыми звуками.

Вариант 3. Разновидность предыдущей игры заключается в том, что тренер шепчет на ухо каждому участнику движение, которое ему необходимо будет повторять. Например, пожать руку, показать язык, чесать затылок или хлопать в ладоши. Если вам требуется 5 команд, назовите 5 различных движений. Ученики перемещаются по комнате и ищут членов своей команды по производимым движениям. Говорить что-либо запрещается.

После настроя проводится краткое теоретическое введение, которое должно быть обязательно адаптировано под возраст участников. Информация должна быть доступной, наглядной, часто через примеры, аналогии, визуальные образы. Далее следует основной блок занятия, где теоретические сведения закрепляются через практику: упражнения, игры, ролевые ситуации, анализ кейсов.

После практической части важно обсудить, что почувствовали участники, какие выводы они сделали, что показалось важным. Этап рефлексии помогает детям осознать пережитый опыт, а ведущему – отследить эмоциональное состояние группы.

Завершение занятия всегда должно быть позитивным: используется ритуал прощания, добрые пожелания, элементы поддержки и благодарности.

Рекомендации для занятий с детьми

Возрастные особенности обучающихся играют ключевую роль в построении занятий. Для детей 1–4 классов ведущей формой деятельности остается игра, а также рисование, телесно-ориентированные упражнения, сказкотерапия. У детей младшего школьного возраста преобладают конкретные представления, высокая чувствительность к эмоциональной атмосфере, поэтому важно делать акцент на позитивном подкреплении и визуальном материале. Необходимо частое чередование активности, использование наглядных предметов, персонажей и образов. Младшие школьники лучше воспринимают информацию, когда она подается через метафору, образ или эмоциональный отклик.

Для обучающихся 5–9 классов характерна потребность в групповой идентичности, развитие критического мышления и интерес к самовыражению. В этом возрасте дети способны участвовать в обсуждениях, анализировать ситуации, искать решения, поэтому необходимо создавать условия для диалога, дискуссии, совместного анализа. Особенно эффективны упражнения, предполагающие смену ролей, коллективную работу, принятие разных точек зрения. Здесь важно выстраивать занятие с элементами обсуждения и пространством для высказывания своего мнения, так как подростки стремятся к признанию и обоснованию своих позиций.

Для обучающихся 10–11 классов ключевым становится развитие осознанности, самостоятельности, способности формулировать жизненные позиции. Старшие подростки способны к глубокому осмыслению личных границ, морального выбора, ответственности перед собой и другими. Эффективными в этом возрасте будут упражнения на самоанализ, работа с ценностями, кейсы с открытыми вопросами, дебаты. Подростки старшей возрастной группы требуют уважительного и партнерского отношения.

Важно учитывать темп занятия: младшие школьники нуждаются в быстрой смене деятельности и высокой эмоциональной насыщенности, тогда как подростки предпочитают более продолжительное обсуждение. Независимо от возраста, следует соблюдать принципы психологической безопасности: недопустимы осуждение, оценка или насмешки в адрес участников. Желательно вводить ритуа-

лы начала и завершения занятия: они способствуют формированию доверия и структурируют процесс взаимодействия.

Рекомендации для занятий с родителями

Эффективная профилактика буллинга невозможна без активного участия взрослых: как педагогов, так и родителей. Занятия, направленные на развитие культуры ненасильственного общения, формирование безопасного пространства и укрепление эмпатии, должны учитывать особенности восприятия, мотивации и вовлеченности каждой из этих групп.

Занятия с родителями должны учитывать разный уровень вовлеченности в школьную жизнь, разнообразие воспитательных установок и эмоциональный фон, с которым родители приходят в образовательное учреждение. Главная цель занятия – не обвинить родителя, а показать его важность в профилактике травли, научить распознавать первые сигналы буллинга и выстраивать диалог с ребенком.

Практика показывает, что родители лучше откликаются на конкретные примеры, визуальные метафоры, живые истории, чем на формальные инструкции. Поэтому занятие для родителей должен быть построено вокруг ситуаций, которые они могут узнавать из собственного опыта. Важно создать атмосферу принятия и доверия, где родители смогут делиться своими сомнениями, а не испытывать страх оценки со стороны педагогов или других взрослых. Занятие помогает родителям понять особенности возрастной психологии, причины агрессии, пути поддержки ребенка и самих себя в трудных ситуациях.

Работа с родителями

Беседа с родителями подростков, переживающих травлю, – один из ключевых инструментов поддержки в профилактике эмоциональных и поведенческих расстройств у подростков. Родители часто первыми замечают изменения в поведении ребенка, однако не всегда знают, как правильно реагировать, с кем обсуждать ситуацию и как оказать действенную поддержку. Школьный психолог в этом случае выступает медиатором и консультантом, помогая родителям осознать суть проблемы и выбрать грамотную стратегию взаимодействия с ребенком и школой.

Направления работы психолога с родителями подростков, столкнувшихся с буллингом

- Повышение осведомленности родителей о признаках буллинга и его последствиях.
- Помощь в распознавании эмоциональных и поведенческих сигналов ребенка.
- Консультирование по поводу конструктивных способов общения с подростком.
- Поддержка родителей в преодолении чувства вины, тревожности и беспомощности.
- Содействие в налаживании взаимодействия с педагогами и администрацией школы.
- Развитие у родителей навыков эмоционального сопровождения ребенка в период восстановления.

Как проводить беседы с родителями подростков, столкнувшихся с буллингом?

I. Теоретическая часть

Буллинг (от английского bullying) – агрессивное преследование одного из членов коллектива со стороны другого, но также часто группы лиц, не обязательно из одного формального или признаваемого другими коллектива. Травлю организует один (агрессор), иногда с сообщниками, а большинство остаются свидетелями. При травле жертва оказывается не в состоянии защитить себя от нападок, таким образом, травля отличается от конфликта, где силы сторон примерно равны.

Виды буллинга:

физический – непосредственные физические действия в отношении жертвы (толчки, пинки, побои);

вербальный – угрозы, оскорбления, насмешки, унижение;

социально-психологический – буллинг, направленный на социальное исключение или изоляцию (сплетни, слухи, игнорирование, бойкот, манипуляции);

экономический – вымогательство или прямой отбор денег, вещей, порча одежды;

кибербуллинг, или интернет-буллинг, – травля в интернете через социальные сети, электронную почту.

Направления работы с родителями по профилактике буллинга

1. Систематическое психолого-педагогическое просвещение родителей по вопросам: психологические особенности подросткового и юношеского возраста; особенности поведения всех участников буллинга; создание безопасной атмосферы в семье; психологические службы.

2. Привлечение родителей к активному участию в учебно-воспитательном процессе.

3. Формирование у родителей потребности в самообразовании.

Рассмотрим вопросы психолого-педагогического просвещения. Эффективным средством реализации этого направления является беседа.

Что могут рассказать педагоги-психологи, социальные педагоги родителям в ходе бесед, чтобы помочь предотвратить буллинг? Какова структура беседы?

Организуя беседу, психолог четко должен осознавать проблему, которая будет решаться в ходе беседы. На основе осознания проблемы, ее актуальности формулируются цель, задачи, выстраивается содержание, определяются методические приемы беседы. Важно предусмотреть создание позитивного настроя у участников беседы. Психолог всегда должен прогнозировать ожидаемые результаты. И конечно же, нужно четко понимать, кому именно адресована беседа. Объектом рассматриваемых нами бесед являются родители учащихся, которые столкнулись с буллингом.

Профилактика буллинга состоит не только в заботе и участии родителей в жизни несовершеннолетнего, но и в способности педагогов-психологов научить родителей распознавать признаки буллинга.

Как распознать буллинг?

В вопросах буллинга стоит объяснить родителям, что нужно быть предельно корректным и терпеливым и попытаться избежать двух самых распространенных ошибок: чрезмерная опека и чрезмерная легкомысленность. Не стоит воспринимать в штыки каждую ссадину ребенка и воинственно выяснять отношения с ро-

дителями других детей из-за малейших трудностей и стычек. Постарайтесь быть в курсе событий, приглядывайте за тем, как развиваются отношения ребенка с тем, с кем он однажды повздорил или подрался: если ситуация не повторяется в ближайшем будущем, значит, это был вовсе не буллинг, а единичный конфликт интересов, который дети уладили самостоятельно. Второй ошибкой может стать, наоборот, излишняя беспечность: ну кто не дрался в школе? Если ребенок действительно стал жертвой буллинга, а родитель отмахнулся, не выслушал, не воспринял всерьез – это может привести к непредсказуемым и зачастую тяжелым последствиям: замкнутость, психологические проблемы, депрессивные настроения, немотивированная агрессия.

Как понять родителям, что ребенок стал жертвой буллинга?

Если ребенок:

неохотно идет в школу и рад любой возможности не ходить туда;

возвращается из школы подавленным;

часто плачет без очевидных причин;

не хочет вспоминать никого из своих одноклассников;

очень мало говорит о своей школьной жизни;

одинок, его никто не приглашает в гости, на дни рождения, и он никого не хочет звать к себе.

В этом случае, возможно, ваш ребенок стал объектом буллинга.

II. Практическая часть

Упражнение

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

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

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

3. Класс «мандаринов» обсудит: «Что предпринять родителям, если ребенок стал свидетелем буллинга?»

После обсуждения, представитель от каждой группы высказывается по данному вопросу. Психолог подводит обсуждение родителей к конкретным рекомендациям, проговаривает их.

Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок подвергся буллингу? (Класс «лимонов»)

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

Убедиться, что ваш ребенок действительно стал жертвой буллинга.

Сообщить о ситуации классному руководителю, психологу.

Сообща найти пути выхода из сложившийся ситуации.

Если ребенок пережил насилие, напуган и потрясен случившимся, оставьте его на один день дома.

Ни в коем случае не игнорировать случившееся с ребенком и не пускать все на самотек.

Успокоить и поддержать ребенка словами: «Хорошо, что ты мне сказал. Ты правильно сделал»; «Я тебе верю»; «Ты в этом не виноват»; «Ты не один попал в такую

ситуацию, это случается и с другими детьми»; «Мне жаль, что с тобой это случилось»; «Я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность».

Разговаривайте с ребенком, обсуждайте ситуацию в спокойном и деловом тоне.

Выражайте сочувствие без оценок и комментариев. Дайте понять, что это всего лишь одна из проблем, для которой необходимо найти решение.

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

Выступая на родительском собрании, старайтесь не обвинять, а призывать родителей объединить усилия для того, чтобы травля не стала традицией в группе.

Не спешите с требованиями «не будь слюнтяем», «дай сдачи». Многие дети не могут преодолеть страх и к тому же боятся вызвать неудовольствие папы, а потому перестают жаловаться и остаются со своей бедой один на один.

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

Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок буллер? (Класс «апельсинов»)

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

Если ваш ребенок обижает других, то необходимы следующие действия.

Создать обстановку, в которой он пересмотрит свое поведение. Наказание не исправят плохого поведения, зато уничтожат доверие между ребенком и взрослым.

Попытаться заменить желание ребенка причинять вред другим желанием быть добрым к другим. Как этого добиться?

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

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

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

Говорите с ребенком о его действиях, задавайте такие же открытые, честные вопросы, которые вы задавали бы, если бы он был жертвой буллинга. Так вы преодолеете его защитную реакцию и поймете истинную его мотивацию, вы сохраните контакт с ребенком и поможете ему самому разобраться в себе.

Помните, что к такому поведению ребенка приводит внутренний дискомфорт, какая-то боль. Когда мы позитивно воспринимаем себя, нам не нужно никого обижать.

И помните: это поведение плохое, а не ребенок плохой. Говорите ему, что вы знаете, что он хороший, и такое поведение совсем ему не подходит, не свойственно.

Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок стал свидетелем буллинга? (Класс «мандаринов»)

Объясните ребенку, что быть свидетелем травли – не менее важная позиция, чем быть ее участником. Его реакция может изменить ситуацию.

Поддержите ребенка, если он проявляет сочувствие и тревогу по поводу происходящего.

Расскажите, что молчание – это тоже участие. Очень важно научиться не оставаться в стороне, если кому-то причиняют вред.

Обсудите, как можно безопасно поддержать жертву: подойти после, сказать доброе слово, рассказать взрослым о ситуации.

Убедите ребенка, что сообщать взрослым –это не «ябедничество», а проявление гражданской ответственности и силы.

Учите ребенка отличать доносительство от просьбы о помощи и отстаивания справедливости.

Поддержите инициативу ребенка: вместе подумайте, как сделать класс более дружелюбным, как помочь сверстникам стать сплоченнее.

Объясните, что быть добрым – это проявление силы, а не слабости.

Поощряйте ребенка, если он рассказывает вам о конфликтах или неприятных ситуациях, даже если не знает, как себя вести.

4. Проводя беседы с родителями, важно быть убедительными и приводить доказательства, подробно объяснять причину высказываемых вами утверждений.

Утверждение: Установите заботливые взаимоотношения.

Объяснение, почему это важно. Не существует универсального решения для такой сложной и болезненной проблемы, как буллинг. Однако первый и важный шаг – это принятие и поддержка ребенка, который оказался в уязвимой ситуации. Качество взаимоотношений между родителями и подростком может сыграть ключевую роль в его восстановлении. Забота, выраженная не только словами, но и в жестах, взгляде, интонации, создает у ребенка ощущение защищенности и принятия. Вместо критики и наставлений важно проявлять сочувствие и мягкость. Для подростка, которого травили в школе, осознание того, что он нужен и любим, становится основой для выхода из состояния тревоги и страха.

Утверждение: Будьте внимательным слушателем.

Объяснение, почему это важно. Подростки, столкнувшиеся с буллингом, часто ощущают одиночество, стыд, страх и неуверенность. Им сложно сразу принять поддержку или рассказать о пережитом. Поэтому важнее всего просто выслушать. Без давления, перебиваний и советов. Часто подростку нужно выговориться, выразить чувства, прежде чем он будет готов услышать что-либо в ответ. Если родитель слушает с открытым сердцем, не осуждая, подросток постепенно открывается. Фраза: «Спасибо, что ты поделился этим со мной» может значить больше, чем множество советов. Быть рядом в тишине, просто присутствовать – тоже способ показать, что вы рядом, и вам небезразлично. Развивайте в себе навык чувствительного восприятия невербальных сигналов: изменение поведения, интонации, сна, аппетита, изоляция – все это может быть реакцией на психоэмоциональную травму.

Нужно развивать в себе искусство «слушать третьим ухом». Под этим подразумевается проникновение в то, что «высказывается» невербально: поведением, аппетитом, настроением и мимикой, движениями, нарушениями сна, готовностью к импульсивным поступкам в острой кризисной ситуации. Несмотря на то, что основные предвестники самоубийства часто завуалированы, тем не менее они могут быть распознаны восприимчивым слушателем.

Утверждение: Не спорьте.

Объяснение, почему это важно. Когда подросток говорит о своих переживаниях, связанных с буллингом, одна из самых распространенных и вредных реакций – начать спорить или принижать его чувства: «Да перестань, это ерунда», «Ты сам виноват», «Это тебя закалит». Такие фразы блокируют доверие и усугубляют ситуацию. Споры с ребенком, пережившим буллинг, не помогают, а, напротив, создают ощущение непонимания и одиночества. Гораздо полезнее признать его чувства и поддержать. Вместо того чтобы говорить: «Сравни себя с другими, у тебя все хорошо», лучше сказать: «Мне жаль, что тебе пришлось это пережить. Я рядом. Давай подумаем, как мы можем тебе помочь». Отказ от агрессивной защиты, критики и давления позволяет ребенку сохранить контакт с родителем и не замкнуться в себе.

Можно подготовить карточки: на одной группе карточек написать утверждение, на другой объяснение. Родителям нужно найти соответствие между ними.

III. Творческая деятельность

Данные упражнения представлены на выбор.

1. Упражнение «Шаги поддержки»

Цель: сформировать у родителей конкретные стратегии помощи ребенку в ситуации буллинга, усилить осознание своей роли как значимого взрослого.

Инструкция. Перед родителями лежит лист с изображением лестницы (или дорожки), где нужно вписать 5 шагов, которые они могут предпринять, если ребенок оказался:

- жертвой;
- свидетелем;
- агрессором.

Пример начала

1 шаг: «Остановиться и спокойно выслушать ребенка»; 2 шаг: «Не обесценивать его чувства» и т. д.

Формат: индивидуально или в парах, 7–10 мин., затем обсуждение в общем кругу.

2. Упражнение «Голос ребенка»

Цель: развить у родителей эмпатию, способность видеть ситуацию глазами ребенка.

Инструкция. Родителям раздаются карточки с ситуациями (например: «Меня дразнят за очки», «Меня не берут играть на перемене», «Мне сказали, что я странный / толстый / глупый»). Их задача – написать от лица ребенка короткое письмо родителям, в котором он делится своими чувствами.

Пример: Мама, я не знаю, почему они меня дразнят. Мне стыдно об этом говорить, потому что ты всегда говоришь, что я сильный. Но сегодня мне не хочется идти в школу...

Затем каждый родитель отвечает на это письмо как заботливый взрослый.

Можно продолжить в виде чтения в кругу: без комментариев, только с фразой: «Это важно».

3. Упражнение «Портрет моего ребенка»

Цель: помочь родителям увидеть в своем ребенке не только поведение, но и чувства, потребности, которые могут стоять за ним (особенно если он стал буллером или отстранился).

Инструкция. На листе нужно изобразить или описать:

- Каким я вижу своего ребенка, когда он счастлив?
- Каким он бывает, когда его что-то тревожит?
- Что я в нем ценю?
- Что, возможно, я упускаю?
- Как я могу быть рядом с ним по-настоящему?

Формат: можно рисовать, можно писать (по желанию). Главное – глубинное размышление.

Работа с педагогами

Беседа с педагогами, в чьем классе зафиксированы проявления буллинга, является ключевым этапом комплексной работы по формированию безопасной образовательной среды. Педагог как наблюдатель и модератор внутришкольных процессов часто первым замечает динамику отношений между обучающимися, но не всегда располагает необходимыми инструментами и эмоциональными ресурсами для эффективного вмешательства.

Работа школьного психолога в таких случаях направлена не на оценку действий педагога, а на профессиональную поддержку, совместный анализ ситуации и выработку стратегии реагирования, не допускающей усиления конфликта или его скрытого продолжения.

Основные направления психологической работы с педагогом

Повышение осведомленности педагога о природе буллинга, его типах (вербальный, физический, кибербуллинг, социальная изоляция) и динамике развития.

Анализ ситуации: кто вовлечен, какие роли (жертва, агрессор, свидетель) наблюдаются, как долго продолжается ситуация, какие сигналы подает ребенок.

Разбор педагогической позиции: что уже предпринято, какие действия были эффективны, что вызвало затруднения.

Формирование навыков конструктивного вмешательства: как остановить агрессию, не обостряя ситуацию; как говорить с детьми и не провоцировать защитную реакцию.

Разработка единой линии поведения: выработка договоренностей с другими учителями и администрацией для согласованных действий.

Психоэмоциональная поддержка педагога: обсуждение возможных чувств вины, раздражения, усталости, эмоционального выгорания.

Планирование профилактических шагов: обсуждение, какие мероприятия можно провести в классе (классный час, занятие, индивидуальные беседы).

I. Теоретическая часть

Буллинг в школьной среде – это не только личная проблема ребенка, но и вызов для всей образовательной системы. Педагоги находятся в уникальной позиции: с одной стороны, они непосредственно наблюдают за динамикой взаимоотношений в классе, с другой – обладают влиянием на культуру общения и микроклимат внутри коллектива. Именно поэтому важно не только распознавать признаки буллинга, но и уметь адекватно реагировать, не усугубляя ситуацию.

Согласно международным и отечественным исследованиям, пассивная или неверная реакция педагогов на агрессию между учениками может укрепить токсичные роли и поведенческие шаблоны. Поэтому главная задача школьного психолога – обучить педагогов стратегическим и эмоционально грамотным способам реагирования.

Работа с педагогами должна включать следующие направления.

Повышение компетентности в распознавании видов буллинга (физического, вербального, социального, кибербуллинга).

Формирование навыков безопасного вмешательства в ситуацию буллинга.

Профилактику выгорания, которое может снижать чувствительность к тревожным сигналам.

Развитие эмпатии и культуры ненасильственного общения в педагогическом коллективе.

Обучение приемам построения доверительных отношений с учениками.

Важный акцент: педагог не должен выступать «судьей» в ситуации буллинга. Его задача – сохранить нейтралитет, обеспечить поддержку жертве, организовать диалог и предоставить информацию школьному психологу.

II. Практическая часть

1. Упражнение «Карта сигналов»

Педагогам выдается шаблон с перечислением возможных признаков буллинга.

Ученик на всех переменах один.

Он всегда один выполняет задания в малых классах.

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 за одной партой.

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.

Задача педагогов – отметить те признаки, которые им доводилось замечать.

Обсуждение в группе

Какие сигналы замечены чаще всего?

Что делать, если обнаружили признаки буллинга?

К кому обращаться?

Как не игнорировать и не преувеличивать?

2. Упражнение «Реакции взрослого»

Цель: развить у педагогов осознанную и грамотную модель реагирования на буллинг в классе; показать, как различные формы педагогической реакции могут повлиять на развитие ситуации как в сторону разрешения, так и в сторону усугубления.

Формат: групповая работа с кейсами и последующим обсуждением.

Инструкция

1. Психолог зачитывает или раздает педагогам три кейса, каждый из которых описывает ситуацию школьного буллинга.

2. Участникам предлагается обсудить:

Как они отреагировали бы в данной ситуации?

Какой результат могла бы принести каждая из возможных реакций?

Какой стиль педагогического поведения является наиболее эффективным?

3. После обсуждения психолог подводит итоги, фокусируя внимание на ненасильственной, устойчивой и поддерживающей реакции педагога.

Кейс №1. Мирлан и рюкзак

Описание. На переменах ученики 4 класса регулярно подшучивают над мальчиком по имени Мирлан. Он тихий, носит очки, часто рисует и не любит подвижные игры. Несколько учеников придумали ему прозвище «профессор-крот», дергают за рюкзак, прячут его пенал. На уроках Мирлан сидит молча, не смотрит в глаза, часто смотрит в окно. Учитель все это видит, но считает, что дети «просто играют», и не вмешивается.

Вопросы для обсуждения

Какие сигналы говорят о том, что это не безобидная игра?

Что может почувствовать Мирлан?

Как это скажется на его дальнейшем поведении?

Как бы вы отреагировали на месте учителя?

Примеры реакций

Игнорировать и надеяться, что ситуация разрешится сама.

Сделать замечание «главному» дразнителю при всех.

Устроить откровенный разговор с классом об уважении и границах.

Поговорить с Мирланом лично, спросить, как он себя чувствует.

Вовлечь родителей, школьного психолога и наладить наблюдение.

Обсуждение последствий каждой реакции

Кейс №2. Айгерим в чате

Описание. В 7 классе девочка по имени Айгерим стала объектом насмешек в школьном WhatsApp-чате. Ее фото, где она неловко выглядит, было разослано с оскорбительными комментариями. Другие девочки пересылают скриншоты, ставят смайлики, но никто ничего не говорит взрослым. Айгерим перестала приходить на занятия. Учитель узнал об этом от ее мамы.

Вопросы для обсуждения

Что делает ситуацию особенно уязвимой?

Почему никто не сообщил учителю?

Что может сделать педагог, если не уверен, как реагировать на ситуацию в интернете?

Примеры реакций

Отстраниться: «Это не мой формат, это в интернете».

Провести родительское собрание по цифровой этике.

Инициировать встречу с девочками в кабинете психолога.

Поговорить с классом о сочувствии и цифровой безопасности без упоминания имени Айгерим.

Попросить помощи у специалиста по кибербуллингу.

Кейс №3. Данияр и футбол

Описание. В 6 классе мальчик по имени Данияр переехал из другого города. Он говорит с акцентом, стесняется, не участвует в играх. На уроках физкультуры его никогда не берут в команды. Иногда ему кричат: «У нас таких не берут!» или «Ты ничего не умеешь!» Учитель физкультуры считает, что это временная адаптация и не вмешивается, считая, что «дети сами разберутся».

Вопросы для обсуждения

Какие формы буллинга здесь задействованы?

Почему «небольшая шутка» может быть травматичной?

Как изменить отношение коллектива?

Примеры реакций

Призвать к порядку через наказание:

«В следующий раз не будет физры!»

Поговорить с Данияром один на один, спросить, как он себя чувствует.

Организовать игру со смешанными командами и элементами сотрудничества.

Ввести постоянную ротацию команд.

Провести урок доброжелательности с классом.

Подведение итогов

После обсуждения каждого кейса психолог приглашает участников ответить на вопросы.

Какие стратегии оказались наиболее эффективными?

Где педагог рисковал усугубить ситуацию?

Что из этого вы можете применить уже сейчас в своей практике?

Ключевая идея. Педагогическое бездействие – это тоже реакция. И от качества взрослой реакции зависит, сохранится ли буллинг или начнется путь к его преодолению.

III. Творческая деятельность

1. Упражнение «Театр ситуации»

Цель: через практику и проживание роли осознать тонкости педагогического поведения и силу ненасильственной коммуникации.

Описание. Участники делятся на мини-группы и получают карточки с буллинговыми ситуациями (или используют кейсы из предыдущего упражнения). Каждая группа разыгрывает сценку в двух вариантах:

как не стоит реагировать (негативный исход);

как можно поступить конструктивно (позитивный вариант).

2. Упражнение «Письмо себе в трудный день»

Цель: профилактика профессионального выгорания и поддержка ценностного ядра педагога.

Описание. Педагог пишет письмо самому себе, которое будет адресовано в «тот самый день», когда он устанет, потеряет веру или столкнется с ситуацией буллинга, где чувствует бессилие.

В письме можно ответить на следующие вопросы.

Зачем ты пришел в профессию?

Что ты умеешь делать лучше всего?

Что скажешь себе, чтобы не сдаться?

Письма запечатываются, подписываются и могут быть вручены себе же в трудный день или в День учителя. Их можно адаптировать и для детей в формате «письмо другу в трудный день».

3. Упражнение «Голос жертвы»

Цель: развить способность эмпатического слушания и понимания боли ребенка, столкнувшегося с травлей.

Описание. Психолог читает вымышленное письмо от ребенка, ставшего жертвой / свидетелем / агрессором буллинга.

Письмо от жертвы

Меня зовут Дамир, я учусь в 6 классе. Я не знаю, кому это можно рассказать, потому что кажется, что никто не поймет.

Меня каждый день называют «тормозом». Говорят, что я тупой, что «мама за меня все делает». Я стараюсь делать домашку, стараюсь не привлекать внимание, но все равно смеются. На переменах я сижу в классе или иду в туалет, чтобы никто не трогал. Иногда один из ребят кидает в меня карандаши или толкает, когда никто не видит.

Я говорил маме, но она сказала: «Ты просто будь сильнее». А я не знаю, как быть сильным, если внутри все дрожит.

На уроках я стараюсь не отвечать, потому что боюсь, что они снова начнут смеяться. Учитель один раз сказал: «Ну, Дамир у нас и правда не блещет». Тогда я понял, что взрослые тоже не на моей стороне.

Я не хочу, чтобы они попали в беду. Я просто хочу, чтобы меня перестали трогать. Чтобы я мог быть собой.

Просто кто-нибудь спросите меня, как я. И останьтесь рядом, хотя бы на чуть-чуть.

Письмо от свидетеля

Меня зовут Аяна. Я учусь в 7 классе. У нас в школе есть один мальчик, Аслан, над которым издеваются. Его называют «сельским», «грязным», «бомжом». Он часто один, и у него нет брендовых вещей, как у других.

Я вижу, как они смеются, подставляют подножки, рвут его тетрадки. Иногда учитель делает вид, что ничего не происходит. Иногда говорит: «Аслан, не ведись».

Я хотела бы ему помочь, но я боюсь. Если я скажу что-то, они начнут нападать на меня. Я не хочу тоже стать изгоем. Иногда я думаю: если я просто промолчу, может, все само пройдет. Но каждый день мне становится все хуже.

Почему никто не вмешивается? Почему мы все молчим?

Я не плохая. Я просто боюсь. Но, может быть, если взрослые покажут, что им не все равно, мне тоже станет не страшно говорить.

Письмо от агрессора

Я не знаю, зачем я это пишу. Меня зовут Тимур. В классе говорят, что я «главный». Я часто прикалываюсь над другими. Иногда это просто смешно, иногда жестко. Над Алдияром мы шутим каждый день. Я называю его «клоуном», а все смеются. Он не жалуется, но иногда у него глаза становятся мокрыми.

Учитель один раз сказал: «Тимур, хватит!» – и все. Я не получил никакого наказания.

Знаете, я не думаю, что я плохой. Просто если я не буду шутить, то будут смеяться надо мной. Я не хочу быть слабым. Я тоже боюсь, что меня не примут, что не будут уважать. Когда я дома один, я вспоминаю, как он сидел и молчал, и мне становится немного стыдно.

Я не умею по-другому. Мне никто не говорил, что можно быть крутым и без этого.

Может, кто-нибудь научит?

По окончанию упражнения педагогам предлагается:

написать ответ ребенку (по выбору);

обсудить, что можно сделать для каждого из них.