МКУ «Центр диагностики и консультирования»

Профилактика буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде

Ладухина Виктория Сергеевна,

 педагог-психолог,

 МБОУ СОШ № 6

Сургут

2018

СОДЕРЖАНИЕ

Информация об опыте 3

Библиографический список 4

Приложение к опыту 5

Приложение 1. План мероприятий МБОУ СОШ № 6 по профилактике буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде на 2017 -2018 учебный год

Приложение 2. Методики диагностики.

Приложение 3. Семинар-практикум для педагогов «Буллинг в школе: причины и помощь»

Приложение 4. Родительское собрание «Профилактика буллинга и агрессивного поведениядетей и подростков»

Приложение 5. Тренинги и классные часы

Приложение 6. Рабочая программа коррекционно-развивающих занятий «Мир вокруг нас»

Приложение 7. Рабочая программа коррекционно-развивающих занятий «Основы конструктивного общения»

Приложение 8. Памятки

**Информация об опыте работы пилотной площадки по профилактике буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде**

**Целью** пилотной площадки являетсяпрофилактика буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде

**Задачи:**

- координация деятельности классных руководителей, педагогов-психологов, социальных педагогов и других сотрудников в ОУ по профилактике буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде

- коррекция эмоционального состояния и поведения учащихся;

- снижение агрессивных и враждебных реакций;

- оптимизацию межличностных и межгрупповых отношений;

- формирование навыков конструктивного решения сложных жизненных ситуаций реагирования в конфликте;

- развитие толерантности, эмпатии.

**Участники** – обучающиеся, родители, педагоги, педагоги-психологи, социальные педагоги МБОУ СОШ № 6.

В ходе проекта была изучена существующая практика по решению проблемы буллинга в России и в различных странах мира и разработан план мероприятий по профилактике буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде (Приложение 1).

Были разработаны и подобраны методики диагностики (Приложение 2), проведен опрос обучающихся и педагогов о проявлении буллинга и жестокости в школе.

Педагоги школы приняли участие в педагогическом совете «Профилактика буллинга в образовательном учреждении» и семинаре-практикуме «Буллинг в школе: причины и помощь» (Приложение 3).

Для родителей проводилось родительское собрание «Профилактика буллинга и агрессивного поведениядетей и подростков» (Приложение 4).

С обучающимися были проведены тренинги и классные часы (Приложение 5), конкурс детских творческих работ «Лучший слоган Детского телефона доверия». В 5-11 классах был организован просмотр и обсуждение художественного фильма «Чучело».

Также были разработаны программы для булли (обучающихся, проявляющих агрессию и жестокость по отношению к другим) (Приложение 6), жертв буллинга (Приложение 7) и памятки (Приложение 8).

Итоги проекта были представлены на ГМО социальных педагогов, а также разработан кейс по профилактике буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде.

Участники проекта надеются, что применение данных методических разработок будет способствовать изменению практики реагирования педагогов на случаи жестокости в классах, будет снижен уровень агрессивности и насилия в школьной среде, оказана помощь детям, вовлеченным в школьную травлю, по их реинтеграции в общество.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Буллинг в школе: выявление, устранение и профилактика (Методические рекомендации для педагогов образовательных организаций). - ФГБОУ ВО «Шадринский Государственный Педагогический Институт». – 2016. – 24 с.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? - М.: ЧЕРО, 2015. – 240 с.
3. Коляда М. Г. Семейная энциклопедия воспитания ребенка: 3 000 вопросов что делать, если.... – Ростов н/Д: Феникс, 2014. – 448 с.
4. Кривцова С.В. Навыки жизни: в согласии с собой и миром. – М.: Генезис, 2015. – 129 с.
5. Монина Г., Лютова Е. Проблемы маленького ребенка. – СПБ.: Речь, 2016. – 192 с.
6. Теоретико-методические основы деятельности педагога- психолога по предотвращению буллинга в школах Тульского региона: гендерно- возрастной аспект /под общ. ред. К. С. Шалагиновой.- Тула: Изд-во «ГРИФ и К», -2014.- 237.
7. Шелопухо О. Популярная психология для родителей: какой у Вас ребенок?. – М.: ЗАО ОЛМА Медиа Групп, 2014. – 320 с.

Приложение 1

Утверждено приказом

 МБОУ СОШ № 6

 № 12-Ш6-13-243/17

 от 08.08.2017

ПЛАН

мероприятий по профилактике буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде

на 2017 -2018 учебный год

**Цель:** профилактика буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде

**Задачи программы:**

- осуществлять координацию совместной деятельности классных руководителей, педагогов-психологов, социальных педагогов и других сотрудников ОУ по профилактике буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде;

- способствовать нормализации эмоционального состояния и поведения учащихся;

- оказывать помощь в снижении проявления агрессивности и жестокости в школьной среде;

- формировать навыки эффективного решения сложных жизненных ситуаций и конструктивного реагирования в конфликте;

- способствовать развитию толерантности, эмпатии участников образовательного процесса.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Мероприятия | Цели | Срокипроведения | Ответственные |
| **1** | **Организационно-методическая деятельность** |
| 1.1 | Анализ состояния профилактической работы в ОУ | Выявление потенциала коллектива для работы по профилактике буллинга и механизмов ее реализации | сентябрь | администрация МБОУ СОШ № 6, руководитель площадки |
| 1.2 | Подготовка нормативно-правовой базы для создания муниципальной площадки по профилактике буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде | Нормативно-правовое обоснование создания инновационной площадки | октябрь | директор МБОУ СОШ № 6Е.П. Грязнова |
| 1.3 | Разработка программ и мероприятий по профилактике буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде  | Методическое обеспечение деятельности площадки | сентябрь | руководитель площадки, педагоги-психологи, социальные педагоги |
| 1.4 | Создание системы мониторинга реализации программы | Разработка критериев эффективности реализации программы | сентябрь | руководитель площадки, педагоги-психологи |
| 1.5 | Контроль реализации работы муниципальной площадки по профилактике буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде | Оценка эффективности реализации программы | январь май | руководитель площадки |
| **2** | **Работа с учащимися** |
| **2.1** | ***Диагностическая деятельность*** |
| 2.1.1 | Диагностика психического состояния учащихся,психологического климата и межличностных отношенийв классах (4, 6-7 классы) | Изучение психологического климата в ОУ, выявление проявлений буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде | октябрь | классные руководители, педагоги -психологи |
| 2.1.2 | Диагностика несовершеннолетних, оказавшихся в трудной жизненной ситуации и социально опасном положении | Выявление несовершеннолетних, оказавшихся в трудной жизненной ситуации и социально опасном положении | в течение учебного года | классные руководители, социальный педагог |
| **2.2.** | ***Профилактическая деятельность*** |
| 2.2.1 | Обновление стендов с информацией о работе телефонов «Доверия» и рекомендациями | Информационная поддержка участников образовательного процесса | в течение учебного года | педагоги-психологи, социальные педагоги |
| 2.2.2 | Классные часы:4 класс«Язык общения и его секреты»;- «Сочувствие, внимание, взаимоуважение» | Формирование знаний о том, что такое хорошо и что такое плохо;Развитие навыков ответственного (толерантного) поведения | ноябрь -декабрь | педагоги-психологи, классные руководители |
| 2.2.3 | 6-7 класс«Давайте жить дружно!»«Ценить других…»«Наш класс»«Наши ценности и цели» | -Развитие волевых процессов, формирование ценностей как основы положительных эмоциональных отношений подростковРазвитие навыков общения, саморегуляции, умения просить и оказывать помощь |
| 2.2.4 |  Классные часы по профилактике правонарушений несовершеннолетних | Формирование законопослушного и безопасного поведения. | октябрь-декабрь | социальный педагог |
| 2.2.5 | Организация встреч учащихся с представителями духовенства | Формирование жизненных установок и ценностного отношения к жизни | в течение учебного года | классные руководители |
| 2.2.6 | Проведение конкурса «Лучший слоган детского телефона доверия» | - Информирование учащихся о деятельности службы «Детский телефон доверия»;- мотивирование обращаться к специалистам для решения психологических проблем | январь | педагоги-психологи |
| 2.2.7 | Занятия по программе: «Азбука чувств» 4 класс | * Знакомство с правилами эффективного взаимодействия в общении и простейшими способами разрешения конфликтов;
* развитие навыков сотрудничества при решении разнообразных проблем в процессе обучения;
* развитие самоуважения и уважения к другим людям; формирование навыков эмпатии и сопереживания.
 | в течение учебного года | педагог-психолог |
| 2.2.8 | Занятия по программе: «5 шагов к миру» 7 класс | - Формирование у учащихся конфликтологической компетентности;- практико-ориентированная подготовка учащихся в качестве медиаторов (посредников) по разрешению конфликтных ситуаций между учащимися | в течение учебного года | педагог-психолог |
| 2.2.9 | Групповые занятия по профилактике буллинга, жестокости в школьной среде: «Мир вокруг нас» | - Снижение агрессивных и враждебных реакций; - оптимизация межличностных и межгрупповых отношений; -формирование навыков конструктивного реагирования в конфликте; - развитие толерантности, эмпатии. | февраль - март | педагоги-психологи |
| 2.2.10 | 4. Групповые занятия по программе: «Основы конструктивного общения» | - Повышение уверенности в себе;- формирование адекватной самооценки;- развитие коммуникативных навыков;- формирование умения отстаивать свое мнение и говорить «нет»;- развитие эмоционально-волевой сферы. | январь- март | педагоги-психологи |
| 2.2.11 | Разрешение конфликтных ситуаций, случаев буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде с помощью медиации (примирения), школьной восствановительной конференции | -Помощь несовершеннолетним, оказавшимся в трудной жизненной ситуации и социально опасном положении  | в течение учебного года | руководитель школьной службы медиации (примирения), медиаторы |
| ***2.3*** | ***Консультирование*** |
| 2.3.1 | Консультирование учащихся по вопросам проявления буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде | -Помощь в преодолении трудных жизненных ситуаций во взаимоотношениях  | в течение учебного года | педагоги-психологи |
| 2.3.2 | Консультирование учащихся повопросам профилактики девиантного и асоциального поведения | - Профилактика правонарушений среди учащихся | в течение учебного года | социальный педагог |
| **3** | **Работа с педагогами** |
| ***3.1*** | ***Диагностическая деятельность*** |
| 3.1.1 | Анкетирование педагогов школы  | Выявление актуальности проблемы буллинга в ОУ | сентябрь | педагоги-психологи |
| **3.2** | ***Профилактическая деятельность*** |
| *3.2.1* | Педагогический совет «Профилактика буллинга в образовательном учреждении» | Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов по вопросам профилактики буллинга и жестокости в школьной среде | ноябрь | педагоги-психологи |
| 3.2.2 | Письменные рекомендации и памятки: «Буллинг и агрессия в школьной среде», «Осторожно - буллинг» | Информационная поддержка участников образовательного процесса | сентябрь | педагоги-психологи |
| 3.2.3 | Семинары-практикумы для педагогов: -«Буллинг в школе: причины и помощь»;-«Профилактика школьного буллинга» | Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов по вопросам профилактики буллинга и жестокости в школьной среде | февральапрель | педагоги-психологи |
| ***3.3*** | ***Консультирование*** |
| 3.3.1 | Индивидуальные консультации для педагогов: -«Благоприятный психологический климат в классе»;- «Профилактика буллинга, агрессии, жестокости в школьной среде» | Помощь и поддержка в разрешении возникающих трудностей | в течение учебного года | педагоги-психологи |
| **4** | **Работа с родителями** |
| ***4.1*** | ***Профилактическая деятельность*** |
| 4.1.1. | Письменные рекомендации и памятки: -«Осторожно буллинг!»; - «Как помочь своему ребенку»;- «Индикаторы проявления буллинга» | Повышение психолого-педагогической компетентности родителей по вопросам профилактики буллинга и жестокости в школьной среде | октябрь | педагоги-психологи |
| 4.1.2. | Родительские собрания:- «Профилактика буллинга и агрессивного поведения»;- «Как научить ребенка заботиться о своей безопасности»; - «Как помочь ребенку в трудной жизненной ситуации»; | Повышение психолого-педагогической компетентности родителей по вопросам профилактики буллинга и жестокости в школьной среде | в течение учебного года | классные руководители, педагоги-психологи, социальные педагоги |
| 4.1.3 | Проведение индивидуальных профилактических мероприятий семьями социального риска | Помощь и поддержка в разрешении возникающих трудностей | в течение учебного года | социальные педагоги |
| **4.2** | ***Консультирование*** |
| 4.2.1 | Консультации: - «Роль взрослых в оказании помощи подростку в кризисных ситуациях»;- «Мы рядом, мы вместе»; | Помощь и поддержка в разрешении возникающих трудностей | в течение учебного года | педагоги-психологи |

Приложение 2

**Карта индикаторов проявления буллинга Дата заполнения:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Инструкция по заполнению для классных руководителей:**

«Уважаемая **\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**, ознакомьтесь с индикаторами проявления буллинга. Проанализируйте поведение каждого учащегося Вашего класса в соответствии с данными индикаторами. За каждый имеющийся у учащегося индикатор ставится **1 балл**».

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | **Ф.И.****Класс**  | **Признаки жертвы буллинга** | **Сумма баллов** | **Признаки булли (агрессора)**  | **Сумма баллов** |
| *Первичные признаки* | *Вторичные признаки* |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** |  | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** |  |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 21 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 22 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Карта индикаторов проявления буллинга**

(автор педагог-психолог Ладухина В.С.)

**Признаки жертвы буллинга**

*Первичные признаки:*

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

*Вторичные признаки:*

1. Подросток часто проводит время в одиночестве, и исключен из компании сверстников во время перемен, обеда.
2. В командных играх подростки выбирают его в числе последних или не хотят быть с ним в одной команде
3. Подросток старается держаться рядом с учителем или другим взрослым во время школьных перемен.
4. Избегает говорить вслух (отвечать) во время уроков и производит впечатление тревожного и неуверенного в себе.
5. Выглядит расстроенным, депрессивным, часто плачет.
6. У подростка резко или постепенно ухудшается успеваемость.
7. У подростка есть особенности внешности: полнота, непривлекательность, плохая одежда и другие внешние признаки, к которым легко придраться, начать дразнить подроста, особенно не умеющего постоять за себя.
8. Не дают списать, не подсказывают, не спрашивает тему урока, домашнее задание.

**Признаки булли (агрессора):**

1. Агрессивен, часто дерется.
2. Нуждается для своего самоутверждения в жертве.
3. Желает быть в центре внимания.
4. Уверен в своем превосходстве над другими.
5. Высокий уровень притязаний.
6. Мечтает быть лидером класса.
7. Не признает компромиссы.
8. Слабый самоконтроль.
9. Интуитивно чувствует, какие одноклассники не будут оказывать сопротивления.
10. Не умеет сочувствовать другим.
11. Физически более сильный, чем сверстники.

**Обработка полученных результатов**

За каждый имеющийся у учащегося индикатор ставится **1 балл**». Подсчитывается сумма баллов отдельно по первичным признакам жертвы буллинга, вторичным признакам жертвы буллинга и признакам булли (агрессора).

**Первичные признаки жертвы буллинга**

0 – низкий уровень

1-2 – средний уровень

3- 6 – высокий уровень

**Вторичные признаки** **жертвы буллинга**

0-3 – низкий уровень

4-5 – средний уровень

6-8 – высокий уровень

 **Признаки булли (агрессора)**

0-3 – низкий уровень

4-5 – средний уровень

6-8 – высокий уровень

**Анкета 1**

**Самооценка психических состояний (по Г. Айзенку)**

**Инструкция.** В последней графе поставьте, пожалуйста, балл соответственно Вашему состоянию:

0 баллов – совсем не подходит Вам данное состояние;

1 балл – подходит, но не всегда;

2 балла – подходит Вам данное состояние.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Состояния** | **Балл** |
| 1 | Обычно я не чувствую в себе уверенности |  |
| 2 | Часто из-за пустяков краснею |  |
| 3 | Мой сон зачастую беспокоен, т.к. что-то меня тревожит  |  |
| 4 | Я легко впадаю в уныние |  |
| 5 | Бывает, что я беспокоюсь о только ещё воображаемых неприятностях |  |
| 6 | Меня пугают трудности, не люблю их преодолевать |  |
| 7 | Часто занимаюсь «самоедством», копаюсь в своих недостатках |  |
| 8 | Меня легко убедить, если представлены аргументы |  |
| 9 | У меня повышенная склонность к тревожным опасениям по разным поводам |  |
| 10 | С трудом переношу время ожидания |  |
| 11 | Иногда мне кажутся безвыходными положения, из которых можно найти выход |  |
| 12 | Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом |  |
| 13 | При больших неприятностях я склонен винить себя  |  |
| 14 | Несчастья и неудачи ничему меня не учат |  |
| 15 | Я часто отказываюсь от борьбы, считая, что всё равно ничего не получится |  |
| 16 | Я часто чувствую себя беззащитным |  |
| 17 | Иногда у меня бывает состояние отчаяния |  |
| 18 | Я чувствую растерянность перед трудностями – не знаю, с чего начать |  |
| 19 | В трудные минуты жизни хочу, чтобы меня пожалели |  |
| 20 | Недостатки моего характера, как мне кажется, неисправимы |  |
| 21 | В споре стараюсь оставлять последнее слово за собой |  |
| 22 | Если я разозлюсь, то могу ударить собеседника |  |
| 23 | Меня легко рассердить |  |
| 24 | Я могу нагрубить людям, которые мне не нравятся |  |
| 25 | Мне нравится подчинять себе окружающих, хочу быть для них авторитетом  |  |
| 26 | Если не понимают слов, я применяю силу |  |
| 27 | Когда разгневаюсь, то плохо себя сдерживаю |  |
| 28 | Я могу угрожать, если мне это выгодно |  |
| 29 | Бывает, я применяю физическую силу к сверстникам и младшим, чтобы добиться желаемого |  |
| 30 | Я человек мстительный |  |
| 31 | Мне трудно менять привычки |  |
| 32 | С трудом переключаю внимание с одного вида деятельности на другой |  |
| 33 | Очень настороженно отношусь ко всему новому |  |
| 34 | Меня трудно переубедить |  |
| 35 | Часто у меня не выходят из головы мысли, от которых следовало бы освободиться |  |
| 36 | Трудно сближаюсь с людьми |  |
| 37 | Меня расстраивают даже незначительные нарушения моих планов |  |
| 38 | Часто я проявляю упрямство |  |
| 39 | Неохотно иду на риск |  |
| 40 | Резко переживаю отклонения от принятого мной режима, распорядка |  |

**Бланк ответов 1**

0 баллов – совсем не подходит Вам данное состояние;

1 балл – подходит, но не всегда;

2 балла –полностью подходит данное состояние

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 |  | 11 |  | 21 |  | 31 |  |
| 2 |  | 12 |  | 22 |  | 32 |  |
| 3 |  | 13 |  | 23 |  | 33 |  |
| 4 |  | 14 |  | 24 |  | 34 |  |
| 5 |  | 15 |  | 25 |  | 35 |  |
| 6 |  | 16 |  | 26 |  | 36 |  |
| 7 |  | 17 |  | 27 |  | 37 |  |
| 8 |  | 18 |  | 28 |  | 38 |  |
| 9 |  | 19 |  | 29 |  | 39 |  |
| 10 |  | 20 |  | 30 |  | 40 |  |
| **Сумма баллов** |  | **Сумма баллов** |  | **Сумма баллов** |  | **Сумма баллов** |  |

**Подсчитайте сумму баллов за каждую из 4-х групп вопросов:**

1. 1 – 10 вопросы: тревожность
2. 11 – 20 вопросы: фрустрация
3. 21 – 30 вопросы: агрессивность
4. 31 – 40 вопросы: ригидность

**Тревожность:**

1. 0 – 7 баллов – не тревожные
2. 8 – 14 баллов – тревожность средняя, допустимого уровня
3. 15 – 20 баллов – очень тревожные

**Фрустрация:**

1. 0 – 7 баллов – вы имеете высокую самооценку, устойчивы к неудачам и не боитесь трудностей
2. 8 – 14 баллов – средний уровень, фрустрация имеет место
3. 15 – 20 баллов – у вас низкая самооценка, вы избегаете трудностей, боитесь неудач

**Агрессивность:**

1. 0 – 7 баллов – вы спокойны, выдержанны
2. 8 – 14 баллов – средний уровень
3. 15 – 20 баллов – вы агрессивны, невыдержанны. Есть трудности в общении с людьми

**Ригидность:**

1. 0 – 7 баллов – ригидность отсутствует, лёгкая переключаемость
2. 8 – 14 баллов – средний уровень
3. 15 – 20 баллов – сильно выраженная ригидность, вам противопоказаны смена места учёбы, какие-либо резкие изменения в жизни

**Анкета 2**

**«Определение состояния психологического климата и межличностных отношений**

**в классе» Федоренко Л.Г.**

**Инструкция:**

В целях изучения психологического климата в вашем классе просим ответить на ряд вопросов. Запишите рядом с номером вопроса номер ответа, выражающий ваше мнение.

**1. С каким настроением вы обычно идете в школу?**

1. Всегда с хорошим настроением;

2. С хорошим чаще, чем с плохим;

3. С равнодушием;

4. С плохим чаще, чем с хорошим;

5. Всегда с плохим настроением.

**2. Нравятся ли вам люди, которые учатся вместе с вами?**

1. Да, нравятся;

2. Многие нравятся, некоторые – нет;

3. Безразличны;

4. Некоторые нравятся, но многие – нет;

5. Никто не нравится.

**3. Бывает ли у вас желание перейти в другой класс?**

1. Никогда не бывает;

2. Редко бывает;

3. Мне все равно, где учиться;

4. Часто бывает;

5. Думаю об этом постоянно.

**4. Устраивает ли вас учеба в школе?**

1.Учебой вполне доволен;

2.Скорее доволен, чем недоволен;

3. Учеба для меня безразлична;

4. Скорее недоволен, чем доволен.

5. Совершенно недоволен учебой.

**5. Как, по вашему мнению, относятся к вам учителя?**

1. Очень хорошо;

2. Хорошо;

3. Безразлично;

4. Скорее недоволен;

5. Очень плохо.

**6. В какой форме обращаются к вам чаще преподаватели?**

1.Убеждают, советуют, вежливо просят;

2. Чаще в вежливой форме, иногда грубо;

3. Мне это безразлично;

4. Чаще в грубой форме, иногда вежливо;

5. В грубой форме, унижающей достоинство.

**Обработка результатов:**

За ответ на каждый вопрос анкеты учащийся получает столько баллов, какой номер ответа выбрал. Суммируют баллы по всем вопросам:

**6-12 баллов** – школьник высоко оценивает психологический климат в классе. Ему нравятся люди, с которыми он учится.

**13-18 баллов** – школьнику скорее безразличен психологический климат класса, у него, вероятно, есть другая группа, где общение для него значимо.

**19-30 баллов** – школьник оценивает психологический климат в классе как очень плохой.

**Анкета 4 (анонимная)**

Бланк ответов учащиеся не подписывают

Ответьте, пожалуйста, на несколько вопросов. Прежде чем ответить на каждый вопрос, внимательно прослушайте все варианты ответов и рядом с номером вопроса запишите букву правильного, на твой взгляд, ответа.

**Запишите свой пол**: мужской женский **Класс** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ **Возраст** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**1. Вы знаете, что такое «буллинг»?**

**а)** да **б)** нет

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

**а)** да, сталкивался; **б)** никогда не встречал(а**); в)** другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**3. Если да, то в какой форме:**

**а)** унижение; **б)** оскорбления (вербальная агрессия); **в)** физическое насилие;

**г)** съемка издевательства на телефон; **д)** киберуллинг (угрозы, издевательства и унижение в интернете); **е)** другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**4. Являлись ли вы сами участником травли, издевательства?**

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

**5. Где чаще всего встречается травля?**

**а)** в школе; **б)** во дворе, на улице; **в)** в соц. сетях, в интернете;

**г)** другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

**а)** тот, кто слабее и не может дать сдачи;

**б)** тот, кто отличается от других (внешне, физически);

**в)** тот, кто имеет своё мнение **г)** другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

**а)** да, и их много **б)** да, и их мало **в)** нет

**8. Отметь, какие чувства у тебя возникают, когда на тебя кричат, ругают, оскорбляют**
**а)** обида **б)** гнев **в)** желание исчезнуть **г)** тоска д) безразличие е) страх ё) ненависть
ж) желание ответить тем же

**9. Встречали ли Вы ситуации травли школьников со стороны учителей?**

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

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

**а)** да; **б)** нет; **в)** не задумывался об этом

**11. Как вы считаете, можно ли избежать травли в школе?**

**а)** да, если вовремя заметят взрослые; **б)** да, если жертва изменит своё поведение;

**в)** да, если наказать агрессора; **г)** нет, он неизбежен; **д)**другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

**а)** администрация; **б)** педагогический коллектив; **в)** родители; **г)** ученики;

**д)** другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**13. Как вы думаете, что можно сделать для того, чтобы в школе было меньше агрессивных отношений** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Спасибо за участие!**

**Анкета для педагогов**

Ответьте, пожалуйста, на несколько вопросов. Прежде чем ответить на каждый вопрос, внимательно прослушайте все варианты ответов и рядом с номером вопроса запишите букву правильного, на твой взгляд, ответа.

**Запишите свой пол**: мужской женский **Возраст** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**1. Вы знаете, что такое «буллинг»?**

**а)** да **б)** нет

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

**а)** да, сталкивался; **б)** никогда не встречал(а**); в)** другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**3. Если да, то в какой форме:**

**а)** унижение; **б)** оскорбления (вербальная агрессия); **в)** физическое насилие;

**г)** съемка издевательства на телефон; **д)** киберуллинг (угрозы, издевательства и унижение в интернете); **е)** другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**4. Где чаще всего встречается травля?**

**а)** в школе; **б)** во дворе, на улице; **в)** в соц. сетях, в интернете;

**г)** другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

**а)** тот, кто слабее и не может дать сдачи;

**б)** тот, кто отличается от других (внешне, физически);

**в)** тот, кто имеет своё мнение **г)** другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**6. Как вы считаете, есть ли ученики, явно нуждающиеся в помощи и защите?**

**а)** да, и их много **б)** да, и их мало **в)** нет

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

**а)** да; **б)** нет; **в)** не задумывался об этом

**8. Как вы считаете, можно ли избежать травли в школе?**

**а)** да, если вовремя заметят взрослые; **б)** да, если жертва изменит своё поведение;

**в)** да, если наказать агрессора; **г)** нет, он неизбежен; **д)**другое\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

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

**а)** администрация; **б)** педагогический коллектив; **в)** родители; **г)** ученики;

**д)** другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**10. Как вы думаете, что можно сделать для того, чтобы в школе было меньше агрессивных отношений** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Спасибо за участие!**

 **Бланк ответов 1** Ф.И\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Класс\_\_\_\_\_\_\_ **Бланк ответов 2**

|  |  |
| --- | --- |
| **№ вопроса** | **№ ответа** |
| 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |
| 6 |  |

0 баллов – совсем не подходит Вам данное состояние;

1 балл – подходит, но не всегда;

2 балла –полностью подходит данное состояние

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 |  | 11 |  | 21 |  | 31 |  |
| 2 |  | 12 |  | 22 |  | 32 |  |
| 3 |  | 13 |  | 23 |  | 33 |  |
| 4 |  | 14 |  | 24 |  | 34 |  |
| 5 |  | 15 |  | 25 |  | 35 |  |
| 6 |  | 16 |  | 26 |  | 36 |  |  | **Бланк ответов № 3 Социометрия** |
| 7 |  | 17 |  | 27 |  | 37 |  | ***На день рождения*** |
| 8 |  | 18 |  | 28 |  | 38 |  | 1 |  |
| 9 |  | 19 |  | 29 |  | 39 |  | 2 |  |
| 10 |  | 20 |  | 30 |  | 40 |  | 3 |  |
| **Сумма баллов** |  | **Сумма баллов** |  | **Сумма баллов** |  | **Сумма баллов** |  | ***На олимпиаду*** |
| 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |

 **Бланк ответов 1** Ф.И\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Класс\_\_\_\_\_\_\_ **Бланк ответов 2**

|  |  |
| --- | --- |
| **№ вопроса** | **№ ответа** |
| 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |
| 4 |  |
| 5 |  |
| 6 |  |

0 баллов – совсем не подходит Вам данное состояние;

1 балл – подходит, но не всегда;

2 балла –полностью подходит данное состояние

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 |  | 11 |  | 21 |  | 31 |  |
| 2 |  | 12 |  | 22 |  | 32 |  |
| 3 |  | 13 |  | 23 |  | 33 |  |
| 4 |  | 14 |  | 24 |  | 34 |  |
| 5 |  | 15 |  | 25 |  | 35 |  |
| 6 |  | 16 |  | 26 |  | 36 |  |  | **Бланк ответов № 3 Социометрия** |
| 7 |  | 17 |  | 27 |  | 37 |  | ***На день рождения*** |
| 8 |  | 18 |  | 28 |  | 38 |  | 1 |  |
| 9 |  | 19 |  | 29 |  | 39 |  | 2 |  |
| 10 |  | 20 |  | 30 |  | 40 |  | 3 |  |
| **Сумма баллов** |  | **Сумма баллов** |  | **Сумма баллов** |  | **Сумма баллов** |  | ***На олимпиаду*** |
| 1 |  |
| 2 |  |
| 3 |  |

**Бланк ответов № 4 Бланк ответов № 4 Бланк ответов № 4**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № вопроса | ответ |  | № вопроса | ответ |  | № вопроса | ответ |
| 1 |  | 1 |  | 1 |  |
| 2 |  | 2 |  | 2 |  |
| 3 |  | 3 |  | 3 |  |
| 4 |  | 4 |  | 4 |  |
| 5 |  | 5 |  | 5 |  |
| 6 |  | 6 |  | 6 |  |
| 7 |  | 7 |  | 7 |  |
| 8 |  | 8 |  | 8 |  |
| 9 |  | 9 |  | 9 |  |
| 10 |  | 10 |  | 10 |  |

**Бланк ответов № 4 Бланк ответов № 4 Бланк ответов № 4**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № вопроса | ответ |  | № вопроса | ответ |  | № вопроса | ответ |
| 1 |  | 1 |  | 1 |  |
| 2 |  | 2 |  | 2 |  |
| 3 |  | 3 |  | 3 |  |
| 4 |  | 4 |  | 4 |  |
| 5 |  | 5 |  | 5 |  |
| 6 |  | 6 |  | 6 |  |
| 7 |  | 7 |  | 7 |  |
| 8 |  | 8 |  | 8 |  |
| 9 |  | 9 |  | 9 |  |
| 10 |  | 10 |  | 10 |  |
| 11 |  | 11 |  | 11 |  |

**Бланк ответов № 4 Бланк ответов № 4 Бланк ответов № 4**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № вопроса | ответ |  | № вопроса | ответ |  | № вопроса | ответ |
| 1 |  | 1 |  | 1 |  |
| 2 |  | 2 |  | 2 |  |
| 3 |  | 3 |  | 3 |  |
| 4 |  | 4 |  | 4 |  |
| 5 |  | 5 |  | 5 |  |
| 6 |  | 6 |  | 6 |  |
| 7 |  | 7 |  | 7 |  |
| 8 |  | 8 |  | 8 |  |
| 9 |  | 9 |  | 9 |  |
| 10 |  | 10 |  | 10 |  |
| 11 |  | 11 |  | 11 |  |

**Методика "Личностная агрессивность и конфликтность"**

Описание методики

Методика предназначена для выявления склонности субъекта к конфликтности и агрессивности как личностных характеристик. Рзработана Е. П. Ильиным, П. А.

Ковалевым.

**Инструкция**

*Вам предлагается ряд утверждений. При согласии с утверждением в бланке ответов в соответствующем квадратике поставьте знак «+» («Да»), при несогласии - знак «-» («Нет»).*

**Методика "Личностная агрессивность и конфликтность"**

1. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.

2. В спорах я всегда стараюсь захватить инициативу.

3. Мне чаще всего не воздают должное за мои дела.

4. Если меня не попросят по-хорошему, я не уступлю.

5. Я стараюсь делать все, чтобы избежать напряженности в отношениях.

6. Если по отношению ко мне поступают несправедливо, то я про себя накликаю обидчику всякие несчастья.

7. Я часто злюсь, когда мне возражают.

8. Я думаю, что за моей спиной обо мне говорят плохо.

9. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.

10.Мнение, что нападение - лучшая защита, правильное.

11.Обстоятельства почти всегда благоприятнее складываются для других, чем для меня.

12.Если мне не нравится установленное правило, я стараюсь его не выполнять.

13.Я стараюсь найти такое решение спорного вопроса, которое удовлетворило бы всех.

14.Я считаю, что добро эффективнее мести.

15.Каждый человек имеет право на свое мнение.

16.Я верю в честность намерений большинства людей.

17.Меня охватывает ярость, когда надо мной насмехаются.

18.В споре я часто перебиваю собеседника, навязывая ему мою точку зрения.

19.Я часто обижаюсь на замечания других, даже если и понимаю, что они справедливы.

20.Если кто-то корчит из себя важную персону, я всегда поступаю ему наперекор.

21.Я предлагаю, как правило, среднюю позицию.

22.Я считаю, что лозунг из мультфильма «Зуб за зуб, хвост за хвост» справедлив.

23.Если я все обдумал, то я не нуждаюсь в советах других.

24.С людьми, которые со мной любезнее, чем я мог ожидать, я держусь настороженно.

25.Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю на это внимания.

26.Я считаю бестактным не давать высказаться в споре другой стороне.

27.Меня обижает отсутствие внимания со стороны окружающих.

28.Я не люблю поддаваться в игре даже с детьми.

29.В споре я стараюсь найти то, что устроит обе стороны.

30.Я уважаю людей, которые не помнят зла.

31.Утверждение: «Ум - хорошо, а два - лучше» - справедливо.

32.Утверждение: «Не обманешь - не проживешь» тоже справедливо.

33.У меня никогда не бывает вспышек гнева.

34.Я могу внимательно и до конца выслушать аргументы спорящего со мной.

35.Я всегда обижаюсь, если среди награжденных за дело, в котором я участвовал, нет меня.

36.Если в очереди кто-то пытается доказать, что он стоит впереди меня, я ему не уступаю.

37.Я стараюсь избегать обострения отношений.

38.Часто я воображаю те наказания, которые могли бы обрушиться на моих обидчиков.

39.Я не считаю, что я глупее других, поэтому их мнение мне не указ.

40.Я осуждаю недоверчивых людей.

41.Я всегда спокойно реагирую на критику, даже если она кажется мне несправедливой.

42.Я всегда убежденно отстаиваю свою правоту.

43.Я не обижаюсь на шутки друзей, даже если они злые.

44.Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение важного для всех вопроса.

45.Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.

46.Я верю, что за зло можно отплатить добром, и действую в соответствии с этим.

47.Я часто обращаюсь к коллегам, чтобы узнать их мнение.

48.Если меня хвалят, значит, этим людям от меня что-то нужно.

49.В конфликтной ситуации я хорошо владею собой.

50.Мои близкие часто обижаются на меня за то, что в разговоре с ними я им рта не даю раскрыть.

51.Меня не трогает, если при похвале за общую работу не упоминается мое имя.

52.Ведя переговоры со старшим по должности, я стараюсь ему не возражать.

53.В решении любой проблемы я предпочитаю золотую середину.

54.У меня отрицательное отношение к мстительным людям.

55.Я не думаю, что руководитель должен считаться с мнением подчиненных, ведь отвечать за все ему.

56.Я часто боюсь подвохов со стороны других людей.

57.Меня не возмущает, когда люди толкают меня на улице или в транспорте.

58.Когда я разговариваю с кем-то, меня так и подмывает скорее изложить свое мнение.

59.Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.

60.Я всегда стараюсь выйти из вагона раньше других.

61.Вряд ли можно найти такое решение, которое бы всех удовлетворило.

62.Ни одно оскорбление не должно оставаться безнаказанным.

63.Я не люблю, когда другие лезут ко мне с советами.

64.Я подозреваю, что многие поддерживают со мной знакомство из корысти.

65.Я не умею сдерживаться, когда меня незаслуженно упрекают.

66.При игре в шахматы или настольный теннис я больше люблю атаковать, чем защищаться.

67.У меня вызывают сожаление чрезмерно обидчивые люди.

68.Для меня не имеет большого значения, чья точка зрения в споре окажется правильной - моя или чужая.

69.Компромисс не всегда является лучшим разрешением спора.

70.Я не успокаиваюсь до тех пор, пока не отомщу обидчику.

71.Я считаю, что лучше посоветоваться с другими, чем принимать решение одному.

72.Я сомневаюсь в искренности слов большинства людей.

73.Обычно меня трудно вывести из себя.

74.Если я вижу недостатки у других, я не стесняюсь их критиковать.

75.Я не вижу ничего обидного в том, что мне говорят о моих недостатках.

76.Будь я на базаре продавцом, я не стал бы уступать в цене за свой товар.

77.Пойти на компромисс - значит показать свою слабость.

78.Справедливо ли мнение, что если тебя ударили по одной щеке, то надо подставить и другую?

79.Я не чувствую себя ущемленным, если мнение другого оказывается более правильным.

80.Я никогда не подозреваю людей в нечестности.

**Банк ответов**

Ф.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Класс\_\_\_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** |  | **2** |  | **3** |  | **4** |  | **5** |  | **6** |  | **7** |  | **8** |  |
| **9** |  | **10** |  | **11** |  | **12** |  | **13** |  | 14 |  | 15 |  | 16 |  |
| **17** |  | **18** |  | **19** |  | **20** |  | **21** |  | **22** |  | **23** |  | **24** |  |
| 25 |  | 26 |  | **27** |  | **28** |  | **29** |  | 30 |  | 31 |  | **32** |  |
| 33 |  | 34 |  | **35** |  | **36** |  | **37** |  | **38** |  | **39** |  | 40 |  |
| 41 |  | **42** |  | 43 |  | 44 |  | **45** |  | 46 |  | 47 |  | **48** |  |
| 49 |  | **50** |  | 51 |  | 52 |  | **53** |  | 54 |  | **55** |  | **56** |  |
| 57 |  | **58** |  | **59** |  | **60** |  | 61 |  | **62** |  | **63** |  | **64** |  |
| **65** |  | **66** |  | 67 |  | 68 |  | 69 |  | **70** |  | 71 |  | **72** |  |
| 73 |  | **74** |  | 75 |  | **76** |  | 77 |  | 78 |  | 79 |  | 80 |  |

**Банк ответов**

Ф.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Класс\_\_\_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** |  | **2** |  | **3** |  | **4** |  | **5** |  | **6** |  | **7** |  | **8** |  |
| **9** |  | **10** |  | **11** |  | **12** |  | **13** |  | 14 |  | 15 |  | 16 |  |
| **17** |  | **18** |  | **19** |  | **20** |  | **21** |  | **22** |  | **23** |  | **24** |  |
| 25 |  | 26 |  | **27** |  | **28** |  | **29** |  | 30 |  | 31 |  | **32** |  |
| 33 |  | 34 |  | **35** |  | **36** |  | **37** |  | **38** |  | **39** |  | 40 |  |
| 41 |  | **42** |  | 43 |  | 44 |  | **45** |  | 46 |  | 47 |  | **48** |  |
| 49 |  | **50** |  | 51 |  | 52 |  | **53** |  | 54 |  | **55** |  | **56** |  |
| 57 |  | **58** |  | **59** |  | **60** |  | 61 |  | **62** |  | **63** |  | **64** |  |
| **65** |  | **66** |  | 67 |  | 68 |  | 69 |  | **70** |  | 71 |  | **72** |  |
| 73 |  | **74** |  | 75 |  | **76** |  | 77 |  | 78 |  | 79 |  | 80 |  |

**Банк ответов**

Ф.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Класс\_\_\_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** |  | **2** |  | **3** |  | **4** |  | **5** |  | **6** |  | **7** |  | **8** |  |
| **9** |  | **10** |  | **11** |  | **12** |  | **13** |  | 14 |  | 15 |  | 16 |  |
| **17** |  | **18** |  | **19** |  | **20** |  | **21** |  | **22** |  | **23** |  | **24** |  |
| 25 |  | 26 |  | **27** |  | **28** |  | **29** |  | 30 |  | 31 |  | **32** |  |
| 33 |  | 34 |  | **35** |  | **36** |  | **37** |  | **38** |  | **39** |  | 40 |  |
| 41 |  | **42** |  | 43 |  | 44 |  | **45** |  | 46 |  | 47 |  | **48** |  |
| 49 |  | **50** |  | 51 |  | 52 |  | **53** |  | 54 |  | **55** |  | **56** |  |
| 57 |  | **58** |  | **59** |  | **60** |  | 61 |  | **62** |  | **63** |  | **64** |  |
| **65** |  | **66** |  | 67 |  | 68 |  | 69 |  | **70** |  | 71 |  | **72** |  |
| 73 |  | **74** |  | 75 |  | **76** |  | 77 |  | 78 |  | 79 |  | 80 |  |

**Банк ответов**

Ф.И.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Класс\_\_\_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** |  | **2** |  | **3** |  | **4** |  | **5** |  | **6** |  | **7** |  | **8** |  |
| **9** |  | **10** |  | **11** |  | **12** |  | **13** |  | 14 |  | 15 |  | 16 |  |
| **17** |  | **18** |  | **19** |  | **20** |  | **21** |  | **22** |  | **23** |  | **24** |  |
| 25 |  | 26 |  | **27** |  | **28** |  | **29** |  | 30 |  | 31 |  | **32** |  |
| 33 |  | 34 |  | **35** |  | **36** |  | **37** |  | **38** |  | **39** |  | 40 |  |
| 41 |  | **42** |  | 43 |  | 44 |  | **45** |  | 46 |  | 47 |  | **48** |  |
| 49 |  | **50** |  | 51 |  | 52 |  | **53** |  | 54 |  | **55** |  | **56** |  |
| 57 |  | **58** |  | **59** |  | **60** |  | 61 |  | **62** |  | **63** |  | **64** |  |
| **65** |  | **66** |  | 67 |  | 68 |  | 69 |  | **70** |  | 71 |  | **72** |  |
| 73 |  | **74** |  | 75 |  | **76** |  | 77 |  | 78 |  | 79 |  | 80 |  |

**Диагностика склонности к виктимному поведению.**

Андронникова О.О.

 (доцент каф. практической психологии НГИ) Пройти тест он-лайн (86 вопросов)

 Термин «виктимное поведение» возник в рамках криминальной виктимологии, что в буквальном смысле означает «учение о жертве» (от лат. viktima – жертва и греч. Logos – учение) [38]. Виктимология как научное направление начала складываться в 40-50-е годы XX столетия. Эта наука возникла как реализация идеи изучения жертв преступлений и изначально развивались как направление в криминологии.

Все типы виктимности существуют в двух формах: потенциальной и реализованной. По мнению Л.В. Франка, виктимность есть потенциальная или актуальная способность лица индивидуально или коллективно становиться жертвой социально-опасного проявления. Реализованная виктимность – реализованная преступным актом личная «предрасположенность», вернее, способность стать при определенных обстоятельствах жертвой преступления.

Д.В. Ривман считает, что виктимность всех членов общества обусловлена существованием преступности, и поэтому выделяет «нормальную», «среднюю» и «потенциальную» виктимность. По его мнению, любой индивид потенциально виктимен, так как в определенной жизненной ситуации может стать жертвой преступления, то есть не приобретает виктимность, а просто не может быть не виктимным. При том возможность реализации данных качеств во многом зависит от наличия конкретной ситуации.

А.Л. Репецкая выделяет четыре разновидности виктимности:

1) виктимогенная деформация личности: совокупность социально-психологических свойств личности, связанных с неблагоприятными особенностями социализации или неудовлетворительной социальной адаптацией последней (в психологическом плане выражается в эмоциональной неустойчивости, неконтролируемости, сниженной способности к абстрактному мышлению, повышенной конфликтностью).

2) профессиональная (ролевая) виктимность: объективная в данных условиях характеристика социальной роли человека, независимо от его личностных свойств повышающая опасность посягательства на него в силу исполнения этой роли.

3) возрастная виктимность: биофизическое свойство личности (люди с инвалидностью, некоторые возрастные группы населения, которым свойственно наличие личностных психических особенностей возрастной специфики).

4) виктимность-патология: следствие патологического состояния личности (психическая болезнь, дефицитарность анализаторов зрения, слуха или другие тяжелые соматические заболевания) [36]. Указанные выше разновидности виктимности в реальной жизни могут накладываться друг на друга. Японский виктимолог Коити Миядзава выделял общую виктимность (социальные, ролевые и гендерные особенности жертвы) и специальную виктимность (установки, атрибуции, свойства личности). По мнению, при наслоении этих двух типов друг на друга виктимность увеливается.

О. О. Андронникова выделяет несколько уровней виктимности:

- «нормальный уровень виктимности», присущий личности характеризующейся хорошей адаптацией;

 - «среднестатистический уровень виктимности», зависящий от конкретных социальных условий и принятой социокультурной нормы виктимности;

 - «высокий уровень виктимности», связанный со специфическими качествами личности, повышающими степень ее уязвимости, и снижающими уровень адаптации

 В данной статье предложена психодиагностическая методика, охватывающая комплекс взаимосвязанных проявлений виктимного поведения подростков и направленная непосредственно на анализ психологической реальности, скрывающейся за виктимными поведенческими аспектами.

 Методика исследования виктимного поведения является стандартизированным тестом-опросником, предназначенным для измерения предрасположенности подростков к реализации различных форм виктимного поведения. Виктимное поведение – это такое поведение, в результате особенностей которого повышается вероятность превращения лица в жертву преступления, обстоятельств или несчастного случая. Объектом приложения методики являются социальные и личностные установки. Тест-опросник представляет набор специализированных психодиагностических шкал, направленных на измерение предрасположенности к реализации отдельных форм виктимного поведения. Предназначен для обследования лиц старшего подросткового и юношеского возраста.

 Опросник может быть использован как самостоятельная психодиагностическая методика, так и в комплексе с другими методиками, направленными на изучение личности подростка.

 **Инструкция для испытуемого**

 Вам предлагается ряд утверждений, каждое касается особенностей Вашего характера, Вашей личности, Вашего поведения, отдельных поступков, отношения к людям, взглядов на жизнь и т.п. Если Вы считаете, что утверждение верно по отношению к Вам, то дайте ответ “Да”, в противном случае – “Нет”. Свой ответ зафиксируйте в имеющемся у Вас ответном листе, поставив крестик в клеточку, соответствующую номеру утверждения в вопроснике и виду Вашего ответа. Ответы необходимо дать на все вопросы.

 Не существует “верных” и “неверных” ответов, так как каждый прав по отношению к своим собственным взглядам. Постарайтесь отвечать точно и правдиво.

 Не нужно долго размышлять над каждым вопросом, старайтесь как можно быстрее решить, какой из двух ответов, пусть весьма относительно, но все-таки ближе к истине. Вас не должно смущать, что некоторые из вопросов кажутся слишком личными, поскольку исследование не предусматривает анализа каждого вопроса и ответа, а опирается лишь на количество ответов одного и другого вида. Кроме того, Вы должны знать, что результаты индивидуально-психологических исследований, как и медицинских, не подлежат широкому обсуждению. Не делайте никаких пометок в тексте инструкции

**Текст опросника**

 1. Я считаю, что в моей жизни неприятных событий происходит больше, чем у других.

 2. Если я попадаю в неприятное положение, то мне лучше всего не сопротивляться и держать язык за зубами.

 3. Я охотно записался бы добровольцем для участия в каких-либо боевых действиях.

 4. Я ценю в людях осторожность и осмотрительность.

 5. Даже если бы за опасную работу хорошо заплатили, я не взялся бы за ее выполнение.

 6. Если меня обидели, то я обязательно должен отплатить за это.

 7. Если бы другие люди не мешали мне, я добился бы гораздо большего.

 8. У меня никогда не было неприятностей из-за моего поведения, связанного с половой жизнью.

 9. Временами мне хочется ломать вещи, бить посуду.

 10. У меня бывали такие периоды, тянувшиеся дни, недели или даже месяцы, когда я не мог ни за что взяться, т.к. не мог включиться в работу.

 11. Я не всегда говорю правду.

 12. В более раннем возрасте меня выгоняли из школы за плохое поведение.

 13. Иногда я перехожу улицу там, где мне удобно, а не там, где положено.

 14. Временами я так настаиваю на своем, что окружающие теряют терпение.

 15. Другие мне кажутся счастливее меня.

 16. Думаю, что многие люди преувеличивают свои несчастья, чтобы добиться сочувствия и помощи.

 17. Думаю, мне понравилась бы работа, связанная с защитой слабых и обездоленных.

 18. Меня трудно переубедить.

 19. Мне приходится так много заботиться о близких людях, что на заботу о себе времени зачастую не хватает.

 20. Я навряд ли добьюсь в своей жизни чего-то действительно стоящего.

 21. Мне регулярно делают больно окружающие меня люди.

 22. Я не сержусь, когда надо мной посмеиваются.

 23. Я считаю, что большинство людей способно солгать, если это в их интересах.

 24. Я редко совершаю поступки, о которых потом сожалею (больше и чаще, чем другие).

 25. Я очень редко ссорюсь с членами моей семьи.

 26. Я не могу отбросить некоторые условности даже ради получения удовольствия.

 27. Большую часть времени у меня такое чувство, как будто я сделал что-то плохое или злое.

 28. Большую часть времени я чувствую себя счастливым.

 29. Некоторые люди так любят командовать, что мне хочется все сделать наоборот, даже если я знаю, что они правы.

 30. Если кто-то нарушает правила, я возмущаюсь.

 31. Я никогда не шел на опасное дело ради сильных впечатлений.

 32. Я получаю больше удовольствия от игры или скачек, если не держу пари.

 33. В школе меня никогда не вызывали к директору за озорство.

 34. Мои манеры за столом в гостях более хороши, чем у себя дома.

 35. Я считаю, что большинство людей ради выгоды скорее поступят нечестно, чем упустят случай.

 36. Мое поведение в значительной мере определяется правилами и привычками окружающих меня людей.

 37. Я предпочитаю решение конфликтов без применения силы.

 38. Я бываю возмущен и раздражен, когда приходится признать, что меня умело провели.

 39. Мне безразлично, что обо мне говорят другие.

 40. Если бы в наше время проводились бои гладиаторов, то я бы непременно в них поучаствовал.

 41. Я умею отказывать людям, которые просят меня об одолжении.

 42. Мне трудно поддерживать разговор с людьми, с которыми я только что познакомился.

 43. Я не могу прекратить ситуацию, даже если чувствую себя неловко и напряженно.

 44. Терпеть боль всем назло бывает даже приятно.

 45. Человек должен иметь право выпить столько, сколько захочет.

 46. Если я в детстве нехорошо вел себя, то меня наказывали.

 47. Я мог бы выполнять работу, связанную с уходом за больными или умирающими.

 48. Я всегда сразу замечаю, если ситуация становится опасной.

 49. Я наметил себе жизненную программу, основанную на чувстве долга и ответственности, и стараюсь ее выполнять.

 50. Иногда я не уступаю людям не потому, что дело действительно важное, а просто из принципа.

 51. Верно утверждение, что если детей не бить, то толку из них не получится.

 52. Мои родители никогда не наказывали меня физически.

 53. Если при покупке автомобиля мне придется выбирать между скоростью и безопасностью, то я выберу безопасность.

 54. Меня чаще, чем других, обзывали в школе.

 55. Люди справедливо возмущаются, когда узнают, что преступник остался безнаказанным.

 56. Когда я попадаю в неприятную ситуацию, то надеюсь только на свои силы.

 57. Я уверен, что того, кто совершает злые поступки, в будущем ожидает кара.

 58. Я могу дружелюбно относиться к людям, поступки которых я не одобряю.

 59. Я готов простить грубость моему партнеру, если у меня есть надежда, что это не повторится.

 60. Безопаснее никому не доверять.

 61. Бывает, что я провожу вечер в компании малознакомых мне людей.

 62. Я регулярно попадаю в неприятные ситуации.

 63. Иногда у меня такое настроение, что я готов первым начать драку.

 64. Я иногда нарушаю закон или установленные правила.

 65. Я не рискнул бы прыгать с парашютом.

 66. Большинству людей не нравится поступаться своими интересами ради других.

 67. Я легко теряю терпение.

 68. Только неожиданные обстоятельства и чувство опасности позволяют мне по-настоящему проявить себя.

 69. Меня очень трудно разозлить.

 70. Люди часто разочаровывают меня.

 71. У меня бывает такое чувство, что трудностей слишком много и нет смысла пытаться их преодолеть.

 72. Меня трудно рассердить.

 73. Вполне можно обойти закон, если вы этим его по существу не преступаете.

 74. Я пью алкогольные напитки умеренно (или совсем не пью).

 75. Я часто встречал людей, завидовавших моим идеям только потому, что они пришли в голову не им первым.

 76. Даже если я злюсь, то стараюсь не прибегать к ругательствам.

 77. Мне больше нравится работать с руководителем, дающим строгие четкие указания, чем с руководителем, предоставляющим большую свободу.

 78. Если кто-то затевает интересное, пусть и опасное дело, я его поддержу.

 79. Я редко даю сдачу, когда меня бьют.

 80. Если по отношению ко мне кто-то поступает несправедливо, то я желаю ему настоящего наказания.

 81. Я верю, что за зло можно отплатить добром, и действую в соответствии с этим.

 82. Каждый ребенок знает, что добро должно быть с кулаками.

 83. Я предпочитаю не общаться со сверстниками, так как они обижают меня.

 84. Я никогда не вступаю в уличный конфликт, чтобы заступиться за того, кого обижают.

 85. Вредное воздействие алкоголя и табака на человека сильно преувеличивают.

 86. Собака, которая не слушается, заслуживает, чтобы ее ударили.

 **Ключи для подсчета первичных баллов**

 1. Шкала социальной желательности ответов.

 5 (да), 11 (нет), 13 (нет), 25 (да), 34 (нет), 39 (нет), 58 (да), 64 (нет), 76 (нет).

 2. Шкала склонности к агрессивному виктимному поведению (агрессивный тип потерпевшего).

 6 (да), 9 (да), 14 (да), 25 (нет), 26 (нет), 29 (да), 33 (нет), 34 (нет), 37 (нет), 45 (да), 50 (да), 51 (да), 55 (нет), 57 (нет), 58 (нет), 60 (да), 63 (да), 67 (да), 69 (нет), 72 (нет), 73 (да), 74 (нет), 79 (нет), 80 (да), 81 (нет), 82 (да), 86 (да).

3. Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению (активный тип потерпевшего).

 3 (да), 4 (нет), 5 (нет), 13 (да), 23 (да), 24 (нет), 26 (нет), 27 (да), 28 (нет), 31 (нет), 32 (да), 33 (нет), 35 (да), 40 (да), 53 (нет), 62 (да), 65 (нет), 68 (да), 74 (нет), 76 (да), 78 (да).

 4. Шкала склонности к гиперсоциальному поведению (инициативный тип потерпевшего).

 11 (нет), 13 (нет), 17 (да), 19 (да), 30 (да), 34 (нет), 39 (нет), 47 (да), 49 (да), 55 (да), 58 (да), 64 (да), 66 (нет), 84 (нет).

 5. Шкала склонности к зависимому и беспомощному поведению (пассивный тип потерпевшего).

 1 (да), 2 (да), 5 (да), 16 (да), 18 (нет), 20 (да), 21 (да), 22 (нет), 36 (да), 41 (нет), 43 (да), 44 (да), 46 (да), 54 (да), 59 (да), 71 (да), 75 (да), 77 (да), 83 (да).

 6. Шкала склонности к некритичному поведению (некритичный тип потерпевшего).

 8 (нет), 9 (да), 10 (да), 15 (да), 16 (да), 31 (нет), 32 (да), 33 (нет), 38 (да), 40 (да), 42 (нет), 45 (да), 48 (нет), 56 (да), 61 (да), 65 (нет), 70 (да), 74 (нет), 85 (да).

 7. Шкала реализованной виктимности.

 8 (нет), 19 (да), 25 (нет), 27 (да), 28 (нет), 33 (нет), 38 (да), 43 (да), 44 (да), 46 (да), 51 (да), 52 (нет), 54 (да), 59 (да), 62 (да), 74 (нет), 76 (да), 83 (да).

**Порядок работы**

 Исследование может проводиться индивидуально либо с группой испытуемых. В последнем случае необходимо, чтобы каждый из них имел не только персональный бланк ответного листа, но и отдельный опросник с инструкцией. Размещаться испытуемые должны так, чтобы не создавать помех друг другу в процессе работы. Психолог кратко излагает цель исследования и правила работы с опросником. Важно при этом достичь положительного, заинтересованного отношения исследуемых к выполнению задания. Их внимание обращается на недопустимость взаимных консультаций по ответам в процессе работы и каких-либо обсуждений между собой. После этих разъяснений психолог предлагает внимательно изучить инструкцию, отвечает на вопросы, если они возникли после ее изучения, и предлагает перейти к самостоятельной работе с опросником.

 Обработка результатов

 Первая процедура касается получения первичных, или "сырых", оценок. Для ее осуществления подсчитывается количество отметок (крестиков), совпавших с "окнами" шаблона. Полученные значения заносятся в столбец первичных оценок протокола занятия. Вторая процедура связана с переводом первичных оценок в стандартные оценки (для исследуемых 15 – 16 лет) с помощью таблицы.

 1,2,3 – ниже нормы 4,5,6,7- норма 8,9,10- выше н.

 Следует обратить особое внимание на оценку по шкале 1, имеющую значение для общей характеристики достоверности ответов. Столь же важен результат по шкале 7, отражающей реализованность виктимного поведения. От результатов по этой шкале будет зависеть уровень присутствия данного вида поведенческих реакций.

Интерпретация полученных результатов, психологическое заключение и рекомендации должны быть даны на основе понимания сути вопросов в каждой шкале, глубинных связей исследуемых факторов между собой и с другими психологическими и психофизиологическими характеристиками и их роли в поведении и деятельности человека.

 **Интерпретация результатов**

**Шкала реализованной виктимности (седьмая шкала).**

 Если показатели по данной шкале *ниже нормы (1-3 стен),* очевидно, что испытуемый нечасто попадает в критические ситуации либо у него уже успел выработаться защитный способ поведения, позволяющий избегать опасных ситуаций. Однако внутренняя готовность к виктимному способу поведения присутствует. Скорее всего, ощущая внутренний уровень напряжения, испытуемый стремится вообще избегать ситуации конфликта.

 *Выше нормы (8-9 стен)* – это означает, что испытуемый достаточно часто попадает в неприятные или даже опасные для его здоровья и жизни ситуации. Причиной этого является внутренняя предрасположенность и готовность личности действовать определенными, ведущими в индивидуальном профиле способами. Чаще всего это – стремление к агрессивному, необдуманному действию спонтанного характера.

**Шкала склонности к агрессивному виктимному поведению. Модель агрессивного виктимного поведения.**

 *Выше нормы (8 – 10 стен).* К данной группе относятся испытуемые, склонные попадать в неприятные и опасные для жизни и здоровья ситуации в результате проявленной ими агрессии в форме нападения или иного провоцирующего поведения (оскорбление, клевета, издевательство и т. д.). Для них характерно намеренное создание или провоцирование конфликтной ситуации. Их поведение может являться реализацией типичной для них антиобщественной направленности личности, в рамках которой агрессивность проявляется по отношению к определенным лицам и в определенных ситуациях (избирательно), но может быть и “размытой”, неперсонифицированной по объекту. Наблюдается склонность к антиобщественному поведению, нарушению социальных норм, правил и этических ценностей, которыми зачастую субъект пренебрегает. Такие люди легко поддаются эмоциям, особенно негативного характера, ярко их выражают, доминантны, нетерпеливы, вспыльчивы. При всех различиях в мотивации поведения характерно наличие насильственной антиобщественной установки личности.

 С учетом мотивационной и поведенческой характеристик могут быть представлены такие типы (или подтипы), как корыстный, сексуальный (половая распущенность), связанный с бытовыми конфликтами (скандалист, семейный деспот), алкоголик, негативный мститель, лицо психически больное и т. д.

 *Ниже нормы (1-3 стен).* Для лиц данного типа характерно снижение мотивации достижения, спонтанности. Возможна высокая обидчивость. Хороший самоконтроль, стремление придерживаться принятых норм и правил. Стабильность в сохранении установок, интересов и целей.

 **Шкала склонности к самоповреждающему и саморазрушающему поведению. Модель активного виктимного поведения.**

 *Выше нормы (8 -10 стен).* Жертвенность, связанная с активным поведением человека, провоцирующим ситуацию виктимности своей просьбой или обращением. По существу, для активных потерпевших характерно поведение двух видов: провоцирующее, если для причинения вреда привлекается другое лицо, и самопричиняющее, которые характеризуется склонностью к риску, необдуманному поведению, зачастую опасному для себя и окружающих. Последствий своих действий могут не осознавать или не придавать им значения, надеясь, что все обойдется. С учетом специфики поведения и отношения к виктимным последствиям в рамках этого типа представлены: сознательный подстрекатель (обращающийся с просьбой о причинении ему вреда), неосторожный подстрекатель (поведение объективно в форме какой-либо просьбы или иным способом провоцирует преступника на причинение вреда, но сам потерпевший этого в должной мере не сознает), сознательный самопричинитель (лицо, умышленно причиняющее себе физический или имущественный вред), неосторожный самопричинитель (вред причинен собственными неосторожными действиями в процессе совершения иного умышленного или неосторожного преступления).

 *Ниже нормы (1-3 стен).* Повышенная забота о собственной безопасности, стремление оградить себя от ошибок, неприятностей. Может приводить к пассивности личности по принципу “лучше ничего не делать, чем ошибаться”. Характеризуется повышенной тревожностью, мнительностью, подвержен страхам.

Шкала склонности к гиперсоциальному виктимному поведению. Модель инициативного виктимного поведения.

 *Выше нормы (8 -10 стен).* Жертвенное поведение, социально одобряемое и зачастую ожидаемое. Сюда относятся лица, положительное поведение которых обращает на них преступные действия агрессора. Человек, который демонстрирует положительное поведение в ситуациях конфликта либо постоянно, либо в результате должностного положения, ожидания окружающих. Люди данного типа считают недопустимым уклонение от вмешательства в конфликт, даже если это может стоить им здоровья или жизни. Последствия таких поступков осознаются не всегда. Смел, решителен, отзывчив, принципиален, искренен, добр, требователен, готов рисковать, может быть излишне самонадеян. Нетерпим к поведению, нарушающему общественный порядок. Самооценка чаще всего завышенная. Поведение имеет положительные мотивы.

 *Ниже нормы (1-3 стен)* – характеризуется пассивностью, равнодушием со стороны подростка к тем явлениям, которые происходят вокруг него. Действует по принципу “моя хата с краю”, что может быть последствием как обиды на внешний мир, так и формирования в результате ощущения непонимания, изолированности от мира, отсутствия чувства социальной поддержки и включенности в социум.

 **Шкала склонности к зависимому и беспомощному поведению (модель пассивного виктимного поведения).**

 *Выше нормы (8 – 10 стен)* – лица, не оказывающие сопротивления, противодействия преступнику по различным причинам: в силу возраста, физической слабости, беспомощного состояния (стабильного или временно), трусости, из опасения ответственности за собственные противоправные или аморальные действия и т. д. Могут иметь установку на беспомощность. Нежелание делать что-то самому, без помощи других. Могут иметь низкую самооценку. Постоянно вовлекаются в кризисные ситуации с целью получения сочувствия и поддержки окружающих. Имеет ролевую позицию жертвы. Робок, скромен, сильно внушаем, конформен. Возможен также вариант усвоенной беспомощности в результате неоднократного попадания в ситуации насилия. Склонен к зависимому поведению, уступчив, оправдывает чужую агрессию, склонен всех прощать.

 *Ниже нормы (1-3 стен)–* склонность к независимости, обособленности. Всегда стремится выделиться из группы сверстников, имеет на все свою точку зрения, может быть непримирим к мнению других, авторитарен, конфликтен. Повышенный скептицизм. Возможна внутренняя ранимость, приводящая к повышенному желанию обособиться от окружающих.

 **Шкала склонности к некритичному поведению.** **Модель некритичного виктимного поведения.**

 *Выше нормы (8 -10 стен).* К данной группе относятся лица, демонстрирующие неосмотрительность, неумение правильно оценивать жизненные ситуации. Некритичность может проявиться как на базе личностных негативных черт (алчность, корыстолюбие и др.), так и положительных (щедрость, доброта, отзывчивость, смелость и др.), а кроме того, в силу невысокого интеллектуального уровня. Эти лица демонстрируют неосторожность, неосмотрительность, неумение правильно оценивать жизненные ситуации в результате каких-либо личностных или ситуативных факторов: эмоциональное состояние, возраст, уровень интеллекта, заболевание.

 Личность некритичного типа обнаруживает склонность к спиртному, неразборчивость в знакомствах, доверчивость, легкомысленность. Имеет непрочные нравственные устои, что усиливается отсутствием личного опыта или не учетом его. Склонны к идеализации людей, оправданию негативного поведения других, не замечают опасности.

 *Ниже нормы (1-3 стен)–* вдумчивость, осторожность, стремление предугадывать возможные последствия своих поступков, которые иногда приводят к пассивности подростка, страхам. Самореализация подростка в этом случае значительно затруднена, может появляться социальная пассивность, приводящая к неудовлетворенности своими достижениями, чувству досады, зависти.

 Таким образом, нами предпринята попытка конструирования психодиагностической методики, охватывающей комплекс взаимосвязанных проявлений виктимного поведения подростков, направленных непосредственно на анализ психологической реальности, скрывающейся за виктимными поведенческими проявлениями, в частности такого аспекта, как личностные и социальные установки подростков в сфере самоповреждающегося и саморазрушающегося поведения. Выявлялась валидность как методики в целом, так и отдельных шкал опросника путем сравнения результатов исследования с данными, полученными на тех же выборках с помощью таких психодиагностических инструментов, как тест Люшера, сокращенный вариант Кеттела, теста символических знаний. По отношению к внешнему поведенческому критерию методика в целом является валидной, удовлетворительно определяет испытуемых с различной степенью выраженности поведенческих проявлений виктимного поведения.

*Тест-опросник предназначен в первую очередь для решения практических задач в области психодиагностики, в ситуации психологического консультирования, кроме того, может использоваться для исследовательских целей.*

**Наблюдение**

**Признаки буллинга**

**A. В школе**

*Первичные признаки:*

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

 Ребенка часто высмеивают в недоброжелательной и обидной манере .

 Ребенка часто задирают, толкают, пинают, бьют, а он не может себя адекватно защитить

 Ребенок часто оказывается участником ссор, драк, в которых он скорее беззащитен и которых пытается избежать (часто при этом плачет)

 Дети берут учебники, деньги, другие личные вещи ребенка, разбрасывают их, рвут, портят

 У ребенка есть следы -синяки, порезы, царапины, или рваная одежда—которые не объясняются естественным образом (то есть не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т.п…)

*Вторичные признаки:*

 Ребенок часто проводит время в одиночестве, и исключен из компании сверстников во время перемен, обеда. У него, по наблюдениям, нет ни одного друга в классе.

 В командных играх дети выбирают его в числе последних или не хотят быть с ним в одной команде

 Ребенок старается держаться рядом с учителем или другим взрослым во время школьных перемен.

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

 Выглядит расстроенным, депрессивным, часто плачет

 У ребенка резко или постепенно ухудшается успеваемость

 Не дают списать, не подсказывают, не спрашивает тему урока, домашнее задание.

**В. Дома**

*Первичные признаки:*

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

 У ребенка есть следы - синяки, порезы, царапины, или рваная одежда—которые не объясняются естественным образом (то есть не связаны с игрой, случайным падением, кошкой и т. п…).

*Вторичные признаки:*

 Никогда не приводит домой (после школы) одноклассников или других сверстников или очень редко проводит время в гостях у одноклассников или в местах, где они играют /проводят время

 Нет ни одного друга, с которым можно провести время (играть, сходить в кино или на концерт, погулять или заняться спортом, поговорить по телефону и т.п.)

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

 Бояться или не хотят идти в школу, по утрам перед школой плохой аппетит, частые головные боли, боли в желудке, расстройство

 Выбирает длинный и неудобный путь в школу и из школы

 Беспокойно спит, жалуется на плохие сны, часто во сне плачет

 Потерял интерес к школьным предметам/занятиям, ухудшилась успеваемость

 Выглядит несчастным, расстроенным, депрессивным, или наблюдаются частые перемены настроения, раздражительность, вспышки

 Требует или крадет деньги у родителей (чтобы выполнить требования «агрессоров»)

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

Приложение 3

**Семинар-практикум для педагогов «Буллинг в школе: причины и помощь»**

**Цель:** Повышение информированности педагогов о причинах буллинга и разработка плана мероприятий по профилактике проявления насилия и жестокости в школьной среде.

**Задачи:**

1. Познакомить педагогов с существующими мифами о буллинге;
2. Обсудить, как отражаются различные виды насилия на формировании личности ребенка;
3. Научиться анализировать групповую динамику в классах;
4. Создать систему работы классного руководителя по сплочению и формированию духовно-нравственных ценностей в классе.

**Структура семинара-практикума**

1 Беседа «Определение и мифы о буллинге»

2. Задание по группам «Сложности в работе и трудный случай»

3. Беседа «Пирамида потребностей Маслоу

4. Задание по группам «Как отражаются различные виды насилия на формировании личности ребенка?»

5.Беседа «Примитивные механизмы защиты при насилии и неудовлетворении потребностей»

6.Описать структуры семьи в трудных случаях

7.Беседа « Формирование отношений в классах»

8.Игра «Опора на ресурсы»

9.Задание по группам «Создание плана по профилактике буллинга»

10.Рефлексия

**Содержание**

**1 Беседа «Определение и мифы о буллинге»**

Буллинг – длительное физическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, который не способен себя защитить.

●Буллинг – часть «нормального» пути взросления, естественный элемент коллективного воспитания.

● Педагоги легко замечают и пресекают травлю.

● Буллинг, как любое нарушение дисциплины, возможно только в классе у слабого учителя.

● С буллингом, как с любым нарушением можно справиться разовыми мерами: вызов родителей, лекции, собрание.

● Причина травли – личностные исключительные качества ребенка.

● Некоторые дети будут затравлены в любом случае, а другим это никогда не грозит.

**2. Задание по группам «Сложности в работе и трудный случай»**

Напишите несколько сложностей в работе и один трудный случай. Группы высказываются, дополняя друг друга. Все записывается на доске.

Обсуждение. Из-за чего у детей и подростков появляются проблемы в поведении?

**3. Беседа «Пирамида потребностей Маслоу»**



**4. Задание по группам «Как отражаются различные виды насилия на формировании личности ребенка?»**

Высказаться от лица ребенка пережившего определенный вид насилия.

Проговорить:

- Отношение к себе;

- К окружающим ( как я к ним отношусь и как они ко мне)

- Правила жизни такого ребенка

**Виды насилия**

1. Физическое
2. Психологическое
3. Экономическое
4. Сексуальное
5. Духовное

**Физическое насилие**

*Отношение к себе*

 Я плохая, я опять что-то сделала не так. Если бы я была хорошей, мои родители не делали бы мне больно.

 Родители меня часто бьют, но они говорят, что так заботятся обо мне и я сама заслужила, чтобы меня били. Иногда я думаю, что не смогу терпеть больше эту боль. Когда-нибудь они меня достанут, и им всем будет плохо, я смогу им отомстить.

*Отношение к окружающим*

Окружающие представляют опасность. Я им не доверяю.

*Правила жизни*

Бьют всех, если человек не понимает слов, то его нужно ударить. Чтобы тебя не обижали, нужно ударить первой. Нужно уметь давать сдачи.

Кто сильнее тот и прав.

**Психологическое (эмоциональное) насилие**

*Отношение к себе*

Я плохая, я хуже всех, я виновата во всем. Мне стыдно, что я такая. Мама плачет из-за меня, родители ругаются из-за меня. Никто меня не любит. Я не достойна любви и уважения. Я не способна ни с чем справиться. Я не понимаю учебный материал, меня постоянно ругают учителя. Я ничего не добьюсь в этой жизни. Я никому не нужна. Если я такая никчемная, зачем мне вообще жить. Всем будет лучше, если я умру.

*Отношение к окружающим*

Любви вообще не существует. В этом мире никто никого не любит. Окружающие лучше меня.

*Правила жизни*

Я не высовываюсь. За меня все решают другие. Если я все делаю плохо, зачем мне вообще что-то делать и прилагать усилия.

1. **Беседа «Примитивные механизмы защиты при насилии и неудовлетворении потребностей»**

♦ Агрессия (физическая, вербальная);

♦ Ступор (бесчувственность, апатия, замедление реакции, сон);

♦ Бегство;

♦ Уход в другую реальность (алкоголь, компьютерная зависимость…);

♦ Аутоагрессия (членовредительство);

♦ Суицид

1. **Описать структуры семьи в трудных случаях**

|  |  |
| --- | --- |
| **Структура** | **Ситуации** |
| 1 | 2 | 3 |
| **Связи**-разобщенные- разделенные-связанные- запутанные (хаотичные) |   |   |   |
| **Роли (четкие или смешение ролей)**-взрослые - дети |   |   |   |
| **Правила**- для взрослых - для детей - общие |   |   |   |
| **Границы** (четкие, размытые, гибкие)-между членами семьи- между семьей и остальными |   |   |   |
| **Традиции семьи** |   |   |   |
| **История семьи** |   |   |   |
| **Другое** |   |   |   |

Кто из этих детей может стать булли а кто жертвой?

**Цикл насилия**

Насилие в отношении ребенка сам проявляет насилие (снятие стресса, завоевание власти…)

**7.Беседа « Формирование отношений в классах»**

Когда дети приходят в школу или формируется новый класс, для формирования коллектива необходимы четкие правила в классе, общие цели, мероприятия в которых каждый учащийся сможет проявить себя, почувствовать признание и что его уважают. Если этого не происходит, то дети сначала осматриваются, а потом начинают проверять, над кем можно доминировать, подчинять себе, а над кем нет. Появляются букли и жертвы.

 Если нет правил, принятых всем классом происходят драки и группирование. Потом группы проверяют, какая из них сильнее. Назначаются стрелки. Чтобы этого избежать, необходимо придумывать различные дела. Чтобы дети поняли, что они разные, но нужны друг другу.

Бывают дружные классы, но они не принимают новичков (*корпорация* – приятное времяпрепровождение, но без общих целей)

**Групповая динамика**

|  |  |
| --- | --- |
| **Негативная**  | **Позитивная**  |
| ● Нежелание оказать поддержку преследуемому; ● Длительность участия в травле и создание невыносимых для жертвы условий существования в коллективе; ● Отрицание или умалчивание проблемы буллинга; ● «Эффект свидетеля», никто не чувствует личной ответственности за происходящее и ожидает, что меры предпримет кто-то другой; ●Дети фиксируют бездействие других наблюдателей и делают вывод, что ситуация, может быть не настолько серьезна, как ему кажется  | ☼ Наличие даже одного защитника снижает интенсивность буллинга; ☼Защитные дружеские отношения в классе создают своеобразный буфер против развития буллинга; ☼ Повышение уровня информированности детей о роли, которую они играют в буллинге; ☼ Развитие эмпатии, умения сопереживать, просмотр фильмов по профилактике буллинга, проигрывание ситуаций.  |

 В развитии ребенка есть **сензитивные периоды**. Если во время них травма, то происходит отклонение в развитии. То, что должно развиться в этот период не развивается.

1. Когнитивные нарушения. Маленький словарный запас, нарушения речи. Нужно говорить короткими фразами.
2. Тип мышления направлен на выживание (Например, в семьях алкоголиков).

Если ребенок испытывает стресс, то вырабатывается гормон кортизол, который сосредотачивает весь организм на поиск способа избежать опасности. Такой ребенок не может ни на чем сосредоточиться, не может усваивать материал…

1. Ручной интеллект (делают руками лучше, но объяснить не могут).
2. Отсутствие чувства вины.

Чтобы помочь таким детям нужно найти ресурсы, то, что у них хорошо получается

**8.Игра «Опора на ресурсы»**

Игра проводится в парах. Один человек из пары рассказывает о своем плохом качестве. Второй человек его выслушивает и говорит это здорово, потому что … (находит, чем полезно это качество). Например человек часто спорит. Вы умеете отстаивать свое мнение, разбираться во всем, доходить до сути…

1. **Задание по группам «Создание плана по профилактике буллинга»**

Все участники делятся на две группы.

Встань те, кто редко болеет, потому, что хорошо проводит профилактику, ведет ЗОЖ. 1 группа составляет план по профилактике для начальных классов, в которых нет буллинга. Ваша задача разработать такой план с мероприятиями, чтобы буллинг не появился среди младших школьников.

А те, кто быстро выздоравливает, потому, что знает как правильно лечиться остается сидеть. 2 группа разрабатывает план мероприятий для классов, в которых есть буллинг. Ваша задача разработать такой план с мероприятиями, чтобы отношения в классах наладились.

1. **Рефлексия**

Перечислить, что в сегодняшней информации вас удивило, что было полезно, а что лишнее.

Приложение 4

**Родительское собрание**

 **«Профилактика буллинга и агрессивного поведения детей и подростков»**

**Цель:** Повышение психолого-педагогической компетенции родителей в вопросах организации взаимодействия и коррекции агрессивного поведения детей в школе. Предупреждение и преодоление буллинга среди участников образовательного процесса.

 **Задачи:**

**1.** Познакомить родителей с основными аспектами понятия «буллинг» с существующими мифами и фактами о буллинге;

2.Проанализировать взаимоотношения в семье;

3.Изучить примитивные механизмы защиты при насилии и неудовлетворении потребностей;

4.Обсудить, что можно сделать для профилактики и коррекции буллинга.

**Структура**

1.Беседа. Буллинг, роли учащихся, виды насилия. Мифы и факты о буллинге.

2. Методика «Дом»

3. Примитивные механизмы защиты при насилии и неудовлетворении потребностей

4. Негативная и позитивная групповая динамика.

5.Как наладить взаимоотношения с ребенком. Я -высказывания

6. Рефлексия

**Содержание**

**1. Буллинг** – длительное физическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, который не способен себя защитить

**Роли учащихся в буллинге**

● преследователи (булли)

● жертва

● наблюдатели



**Мифы о буллинге**

● Буллинг – часть «нормального» пути взросления, естественный элемент коллективного воспитания.

● С буллингом, как с любым нарушением можно справиться разовыми мерами: вызов родителей, лекции, собрание.

● Некоторые дети будут затравлены в любом случае, а другим это никогда не грозит.

**Факты о буллинге**

Агрессор стремится к лидерству, повышает свой социальный статус;

● Буллинг усиливается, если агрессоры чувствуют свою безнаказанность;

● Свидетели не вмешиваются из-за боязни стать жертвой;

● Жертва не знает как правильно отвечать на агрессивные выпады в свой адрес;

● **Чтобы справиться с буллингом необходимы совместные усилия родителей, педагогов, учащихся.**

**2. Методика «Дом»**

Родители на схеме отмечают, на сколько, от 0 до 10, по их мнению, удовлетворяются потребности их детей в семье. Отмеченные точки соединяются так, чтобы получился дом.

****



**Обсуждение**

**Фундамент:** физиологические потребности и безопасность. Фундамент является основой дома. От него зависит прочность и устойчивость вашего дома. Посмотрите, на каком значении они находятся? Если не на 10-ке, то поставьте стрелочку вбок – это направление развития.

**Стены:** любовь и уважение. Если с фундаментом все в порядке, а стены шаткие, то хорошей крыши не получится. Посмотрите, на каком значении они находятся? Если не на 10-ке, то поставьте стрелочку вбок – это направление развития.

 **Крыша:** самоактуализация. От крыши зависит безопасность в доме. Осадки падают сверху и от того, на сколько прочна крыша, зависит сколько дом простоит. Если крыша плоская, на ней будут постоянно задерживаться осадки, а это значит она может протечь. Если она протекает, тогда это отражается на всем доме. И наоборот, если крыша прочная, то это добавляет устойчивости и защищенности всему дому. Посмотрите, на каком значении она находятся? Если не на 10-ке, то поставьте стрелочку вбок – это направление развития.

Вывод:

ПОКА НЕ УКРЕПЛЕН ФУНДАМЕНТ, НЕТ СМЫСЛА СТРОИТЬ СТЕНЫ.

ПОКА НЕ УКРЕПЛЕНЫ СТЕНЫ, НЕТ СМЫСЛА СТАВИТЬ КРЫШУ.

НЕОБХОДИМО УКРЕПИТЬ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНО ЗАПАДАЮЩИЕ ЧАСТИ ДОМА!

Родители записывают, что они могут сделать, для удовлетворения физиологических потребностей своих детей. А также, чтобы дети чувствовали себя в безопасности, что их любят, уважают и у них есть возможность проявить себя в положительных делах.

**3. Примитивные механизмы защиты при насилии и неудовлетворении потребностей**

**Агрессия** (физическая, вербальная);

♦ **Ступор** (бесчувственность, апатия, замедление реакции, сон);

♦ **Бегство**;

♦ **Уход в другую реальность** (алкоголь, компьютерная зависимость…);

♦ **Аутоагрессия** (членовредительство);

♦ **Суицид**

**4. Групповая динамика**

|  |  |
| --- | --- |
| **Негативная** | **Позитивная** |
| ● Нежелание оказать поддержку преследуемому;● Длительность участия в травле и создание невыносимых для жертвы условий существования в коллективе;● Отрицание или умалчивание проблемы буллинга;● «Эффект свидетеля», никто не чувствует личной ответственности за происходящее и ожидает, что меры предпримет кто-то другой;●Дети фиксируют бездействие других наблюдателей и делают вывод, что ситуация, может быть не настолько серьезна, как ему кажется | ☼ Наличие даже одного защитника снижает интенсивность буллинга;☼Защитные дружеские отношения в классе создают своеобразный буфер против развития буллинга;☼ Повышение уровня информированности детей о роли, которую они играют в буллинге;☼ Развитие эмпатии, умения сопереживать, просмотр фильмов по профилактике буллинга, проигрывание ситуаций |

**5. Как наладить взаимоотношения с ребенком. Я -высказывания**

Алгоритм «Я-высказывания»

1. Объективно описать ситуацию («Когда я вижу, что…»)
2. Описать свою эмоциональную реакцию («Я чувствую…», «я огорчаюсь…»)
3. Объяснить причины этого чувства и высказать свои пожелания («Мне бы хотелось…»)
4. Предложить несколько альтернативных вариантов разрешения ситуации

**Как справиться с агрессивностью**

1.Нетерпимость к любым проявлениям агрессивности.

2. Поиск альтернатив поведения.

3.Перенаправить энергию на положительное, дать возможность самоутвердиться

4 «Поймать» на хорошем поведении, похвалить.

5. Закрепить мирное поведение

**6. Рефлексия**

**Рефлексивный лист**

Тема \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Насколько актуальна была для Вас представленная информация?

1 2 3 4 5

2. Какая информация была для Вас наиболее полезна?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Насколько понятно и доступно была представлена информация?

 1 2 3 4 5

4. Оцените качество организации семинара.

 1 2 3 4 5

5. Ваши предложения:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рефлексивный лист**

Тема \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Насколько актуальна была для Вас представленная информация?

1 2 3 4 5

2. Какая информация была для Вас наиболее полезна?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Насколько понятно и доступно была представлена информация?

 1 2 3 4 5

4. Оцените качество организации семинара.

 1 2 3 4 5

5. Ваши предложения:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Рефлексивный лист**

Тема \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Насколько актуальна была для Вас представленная информация?

1 2 3 4 5

2. Какая информация была для Вас наиболее полезна?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Насколько понятно и доступно была представлена информация?

 1 2 3 4 5

4. Оцените качество организации семинара.

 1 2 3 4 5

5. Ваши предложения:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Приложение 5

**Классный час**

**Тема: Давайте жить дружно!**

**Цель:**

 Сплочение классного коллектива.

**Задачи:**

 1.Формирование благоприятного психологического климата в группе;

2.Преодоление барьера в межличностных отношениях, развитие коммуникативных навыков.

 3.Осознание каждым участником своей роли, функций в группе;

 4.Развитие умения работать в команде.

**Оборудование:** ручки, листы с именами, маркеры, альбомные листы по количеству участников тренинга.

**Структура занятия**

1. Введение

 2.Упражнение «Комплимент».

3. Упражнение «Пословицы о дружбе».

4. Упражнение «Ищу друга».

5. Упражнение «Рисунок на спине».

6. Упражнение «Собираемся в поход».

7. Рефлексия

**Содержание занятия:**

**1. Введение**

 Сегодня на нашем тренинге мы поговорим о вашем классе, о взаимоотношениях друг с другом. Сначала вспомним о правилах тренинговой работы. Участники высказывают свои правила. Правила тренинга фиксируются на доске. Безоценочность. Я стараюсь быть максимально в настоящем, придерживаться принципа «здесь и теперь».

**2.Упражнение «Комплимент».**

Каждый участник должен сказать своему соседу что-нибудь приятное. Обязательные условия: 1) обращение к партнеру по имени и 2) сказанное должно быть приятно не говорящему, а слушающему.

**3. Упражнение «Пословицы о дружбе».**

Учащиеся по очереди вытягивают листочки с пословицами и объясняют их.

**4. Упражнение «Ищу друга».**

Кто такие друзья? Представьте себе, что вы ищите новых друзей, и вы решили написать объявление в газету. В этом объявлении нужно написать о том, какого друга вы ищите, о своих качествах, увлечениях и что вы готовы делать для друга.

Потом все объявления зачитываются. Учащиеся, которые бы откликнулись на зачитанное объявление, поднимают руки. Побеждает ученик, набравший большинство голосов.

Обсуждение. Какие качества мы ценим в друзьях?

Выводы: Какие объявления набрали больше всего голосов? Что в них привлекло вас? Почему откликнулись? В дружбе важно уметь дружить. Быть готовым не только брать, но и отдавать.

**5. Упражнение** **«Рисунок на спине».**

 Необходимо выстроиться друг напротив друга в две шеренги с одинаковым количеством человек в каждой. Учащиеся первой шеренги отворачиваются от психолога, второй шеренге психолог показывает картинку и прячет её, затем эта же картинка рисуется пальцем на спине отвернувшихся ребят.

 Затем, стоящие в первой шеренге учащиеся рисую на листе бумаги то, что они почувствовали, затем психолог достает картинку и учащиеся сравнивают свой рисунок с оригиналом. Затем учащиеся меняются местами и выполняется аналогичное задание, но уже с другим рисунком. В конце упражнения проводим рефлексию (Что помогало понимать и передавать ощущения? Что чувствовали первые и вторые члены шеренги во время упражнения? Что мешало выполнять упражнение?).

**6. Упражнение «Собираемся в поход».**

**7. Рефлексия**

**Классный час**

**Тема: Наш класс**

**Цель:**

 Сплочение классного коллектива.

**Задачи тренинга:**

 1.Формирование благоприятного психологического климата в группе;

2.Преодоление барьера в межличностных отношениях, развитие коммуникативных навыков.

 3.Осознание каждым участником своей роли, функций в группе;

 4.Развитие умения работать в команде.

**Структура занятия**

1. Упражнение «Грибы».

2. Упражнение «Пишущая машинка».

3. Упражнение «Мой идеальный класс».

5. Упражнение «Пожелания»

 6. Рефлексия

 –

**Содержание занятия:**

**1. Упражнение «Грибы».**

Люди, которые проводят много времени вместе, могут понимать друг друга без слов.

По сигналу ведущего, называющего определенное число (не более числа участников группы), должно встать столько человек, сколько было названо. Договариваться друг с другом нельзя.

**2. Упражнение** **«Пишущая машинка».**

Каждому ученику присваивается определенная буква алфавита. Психолог называет букву. Тот ученик, которому присвоена эта буква, 1 раз хлопает в ладоши.

 После этого психолог произносит слово. Затем ученики, буквы которых есть в слове, хлопают по 1 разу в ладоши, в той последовательности, в которой их буквы расположены в слове.

 УМ ДОМ ПАПА КАША ВОДА СТОЛ ЗНАНИЯ ПАРТА КНИГА

А Б В Г Д И К Л М Н О Р С Т З Ш У П Ы Я

**3. Упражнение «Мой идеальный класс».**

 Все вы учитесь в одном классе много лет, некоторые вместе учатся с первого класса. В коллективе очень важно, чтобы был благоприятный микроклимат, доброжелательные отношения между одноклассниками. Вы знаете, что в школу необходимо ходить, чтобы получать знания, а также вы здесь много общаетесь. Это главные причины. Может так получиться, что из-за того, что не складываются отношения с одноклассниками, некоторым не хочется идти в школу.

Давайте поговорим о том, какими качествами должна обладать группа, чтобы каждый в ней чувствовал себя хорошо. Сейчас я предлагаю вам поработать в группах. Я раздам вам листочки, на которых перечислены положительные качества. Вам нужно по 10 бальной шкале оценить насколько выражено каждое качество в вашем классе. Потом представить идеальный класс, в котором вам бы хотелось учиться, сотрудничать, и оценить его качества по 10 бальной шкале.

В числе названных могут быть следующие качества: равенство, доброта, взаимопомощь, вежливость, дружба, умение слушать, принятие, эмпатия, альтруизм, уважение, доброжелательность, юмор, свобода высказывания, тактичность, сплоченность и т.д. Далее подводится общий результат в классе. Психолог называет качество, и группа решает, на сколько баллов оно проявляется в их классе и в идеальном классе. Результаты записываются на доске. Вычисляется разница между идеальным и их классом.

Проводится рефлексия. Всем с учащимися решаем: как улучшить атмосферу класса, какие качества группе надо развивать, какой вклад может внести каждый в улучшение климата группы. Психолог должен подвести учащихся к тому, что оставаясь самим собой, каждый должен работать над своими недостатками. «Мы не можем изменить группу, не изменяя себя».

**5. Упражнение** **«Пожелания»**

 Участникам раздаются листочки с именами одноклассников. Каждый должен написать пожелания тому, кто указан на листочке. Затем пожелания даются тому, кому они предназначены. Пожелания должны быть доброжелательными, позитивными.

**6. Рефлексия**

 – Кому, что понравилось, что не понравилось?

 – Какие выводы сделали для себя?

**Групповое занятие с элементами тренннга на тему «Ценить других…»**

**Цель занятия:** профилактика буллинга в школьной среде.

**Задачи занятия:**

1. Активизация знаний обучающихся по теме «буллинг».

2. Развитие уважения к различиям других.

3. Формирование доброжелательного отношения друг к другу.

4. Развитие навыков межличностного взаимодействия.

**Структура занятия:**

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

2. Основная часть:

- правила работы группы.

- просмотр отрывка фильма «Чучело»

- мини-лекция «Буллинг в школе»

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

- упражнение «Этюды»

- упражнение «Черты человека»

- упражнение «Ярлыки»

- «Оценивание развития собственных качеств»

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

Оборудование: запись отрывка фильма «Чучело», карточки (игра в шахматы, пилка дров, перетягивание каната, игра в теннис, гребля в лодке, игра в волейбол, армрестлинг, зеркало и его отражение, игра в ладушки, рукопожатие при встрече, игра «Камень, ножницы, бумага», передача горячей картошки другому, игра в карты), слайды с характеристиками (флипчарт с надписями), карточки с чертами личности, смайлы по количеству участников.

**Содержание занятия:**

1. Вводная часть. Ребята, доброе утро! Сегодня на занятии мы поговорим о вашем классе, о взаимоотношениях друг с другом. Но для начала давайте зарядимся позитивом и узнаем какие у вас сильные стороны. Я беру за руку своего соседа справа и говорю: «Ваня, у тебя замечательное чувство

юмора». Ваня берет за руку своего соседа справа и называет его лучшее качество и т.д.

**2. Основная часть.**

Ребята, давайте вспомним правила работы группы:

- Мы всегда помогают друг другу

- На занятии все относятся друг к другу с уважением;

- Говорим по очереди и внимательно слушаем друг друга

- Каждый имеет право сказать, что он думает и чувствует.

А сейчас я предлагаю вам посмотреть отрывок из фильма «Чучело»

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

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

1) основными действующим лицами являются агрессор и жертва, которые очень наглядно представлены в фильме;

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

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

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

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

Несмотря на то, что были показаны лишь два ярких персонажа: агрессор и жертва, всегда есть наблюдатели, это те, кто знает о травле, но не пресекает ее. Они могут быть на стороне агрессора, боясь самим стать жертвой, а могут сочувствовать жертве, но пассивно наблюдают за всем происходящим. Поэтому чем лучше мы относимся друг к другу, уважаем мнение других, тем меньше вероятности для появления буллинга. Обратит внимание, что обидчик тоже может стать жертвой, если появится более сильный агрессор.

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

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

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

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

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

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

А сейчас разминка - **упражнение «Этюды».**

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

Вы замечательно справились. Даже не разговаривая, вы смогли договориться, а другие вас понимали без слов. Значит это возможно и в реальной жизни: найти компромисс, договориться. А сейчас я предлагаю вам посмотреть на слайд, где представлены характеристики человека, в поведении которого присутствуют:

 оскорбления, насмешки;

 игнорирование (отказ в беседе, в признании);

 негативные стереотипы и предрассудки (составление обобщенного мнения о человеке, принадлежащем к иной культуре, полу, расе, этнической группе, как правило, на основе отрицательных характеристик);

 преследования, запугивания, угрозы. Вопросы для обсуждения: Кто хочет иметь такого друга, товарища, одноклассника? Почему?

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

**Упражнение «Ярлыки».**

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

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

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

Вопросы для обсуждения: Что вы чувствовали, как вы себя ощущаете? Существуют ли "наклейки" в реальной жизни? Всегда ли ваше мнение о других людях соответствует реальному? Вернемся к слайдам. Здесь представлены качества и характеристики другого человека:

1. Готовность принимать мнение другого человека, его верование.

2. Уважение чувства человеческого достоинства.

3. Уважение прав других.

4. Принятие другого таким, какой он есть.

5. Способность поставить себя на место другого.

6. Уважение права быть другим.

7. Признание многообразия людей, мнений, религий и т.д.

8. Признание равенства других.

9. Отказ от насилия и жестокости по отношению друг к другу.

Вопросы для обсуждения: Вам понятны все положения? Кто бы хотел иметь друга, у которого есть данные качества? Хотите учиться вместе с такими одноклассниками? Почему? А сейчас мы предлагаем вам оценить себя по 5-тибалльной шкале – насколько у вас развиты представленные на бланке качества. Читаете каждое утверждение, ставите 1 балл – у вас неразвита эта черта, 5 – развита по максимуму. У вас на это 5 минут. Оцениваете себя честно. А сейчас внимательно посмотрите – какую черту (черты) в себе вам нужно развивать!

**3. Заключительная часть:** И в завершении нашего занятия давайте посмотрим насколько хорошо вы понимаете друг друга без слов. Знаете игру «Камень, ножницы, бумага»? Сейчас на мой счет 1, 2, 3, вы выкидываете одну из трех позиций. Закончим игру когда у всех будет одинаковая позиция. При этом вы молчите и не договариваетесь. Рефлексия. Вы получили смайлы. Если вам понравилось занятие, то дорисуйте рот таким образом, чтобы получился улыбающийся смайл, если понравилось наполовину, то начертите вместо рта горизонтальную черту, если вам совсем не понравилось – сделайте смайла грустным. Спасибо за работу!

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

1. Способность к сопереживанию 9. Любознательность

2. Чувство юмора 10.Способность поставить себя на место другого.

3. Чуткость

4. Терпимость к различиям

5. Умение владеть собой

 6. Доброжелательность

7. Умение не осуждать других

8. Умение слушать

Приложение 6

*Приложение к основной образовательной программе*

*основного общего образования МБОУ СОШ №6*

**Рабочая программа**

 **коррекционно-развивающих занятий**

|  |  |
| --- | --- |
| **НАЗВАНИЕ ПРОГРАММЫ** | МИР ВОКРУГ НАС |
| **КЛАСС** | 5-8 |
| **КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ В НЕДЕЛЮ (ВСЕГО)** | 1 (15) |
| **УЧИТЕЛЬ** | ЛАДУХИНА ВИКТОРИЯ СЕРГЕЕВНА |
| **СРОК РЕАЛИЗАЦИИ** | 2017-2018 УЧЕБНЫЙ ГОД |

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩИХ ЗАНЯТИЙ МБОУ СОШ №6**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование рабочей программы** | **Наименование основной образовательной программы ОО приложением которой является (начального общего образования, основного общего образования, среднего общего образования)** | **Срок реализации** | **УМК, используемый при реализации рабочей программы** | **Составитель** |
| Мир вокруг нас | Основная образовательная программа основного общего образования  | 2017-2018 учебный год | 1. «Теоретико-методические основы деятельности педагога- психолога по предотвращению буллинга в школах Тульского региона: гендерно- возрастной аспект», издательство «ГРИФ и К»/под общ. ред. К. С. Шалагиновой., 2014.2. «Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения»,издательство «Речь», автор Макартычева Г.И., 2015. | Ладухина В.С. |

**Цель и задачи**

Цель : профилактика и коррекция проявлений буллинга, агрессии и жестокости подростков

Задачи:

1.Формировать у подростков адекватную самооценку;

2.Развивать коммуникативные навыки;

3. Способствовать снижению агрессивных и враждебных реакций,

4. Обучить навыкам конструктивного реагирования в конфликте,

5.Научить подростков ориентироваться в своих чувствах, выражать их вербально и невербально;

6.Формировать у подростков позитивный опыт общения.

7. Способствовать развитию толерантности, эмпатии.

**Предполагаемые результаты** **и методы контроля**

- Предполагаемые результаты:

-умение подростков корректировать свое эмоциональное состояние, используя приемы снижения психоэмоционального напряжения и самоконтроля, выстраивать эффективное общение с другими людьми;

*-* проявление эмпатии к окружающим;

*-*умениевысказывать свое мнение и позицию без применения агрессии;

- повышение уровня понимания других людей

- развитие умения прогнозировать и планировать свои отношения с обществом и отдельными людьми

- развитие индивидуальных коммуникативных умений.

Методы контроля:

- наблюдение за подростками на уроках и во внеурочной деятельности

- анализ продуктов деятельности участников тренинга

- беседа с учащимися, педагогами и родителями

 - повторная диагностика

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Название раздела и тем  | Всего часов | В том числе |
| Теорити-ческие | Практи-ческие |
| **1** | **Введение. Индивидуальные особенности** | **3** | **0** | **3** |
| 1.1 | Знакомство | 1 | 0 | 1 |
| 1.2 | Кто я? Какой я? Моя жизненная лестница | 1 | 0 | 1 |
| 1.3 | Мои жизненные интересы и пути их реализации | 1 | 0 | 1 |
| **2** | **Профилактика конфликтов и агрессивности** | **9** | **3** | **6** |
| 2.1 | Мои права и обязанности | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2.2 | Наши эмоции – наши поступки | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2.3 | Что такое конфликт? Стили поведения в конфликте | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2.4 | Как разрешить конфликтную ситуацию? | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2.5 | Как не поддаться негативному влиянию? | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2.6 | Моя семья и внутрисемейные отношения | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2.7 | Конфликты в семье | 1 | 0 | 1 |
| 2.8 | Роль правил в жизни человека | 1 | 0 | 1 |
| 2.9 | Как научиться управлять собой? | 1 | 0 | 1 |
| **3** | **Планирование своего будущего.** | **3** | **0** | **3** |
| 3.1 | Я и другие | 1 | 0 | 1 |
| 3.2 | Что мне нужно для счастья? | 1 | 0 | 1 |
| 3.3 | Путешествие в будущее | 1 | 0 | 1 |
| **Итого** | **15** | **3** | **12** |

**3.ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Название раздела и тем  | Всего часов | Основные виды учебной деятельности обучающихся | Дата проведения |
| план | факт |
| 1. | **Раздел 1.Введение. Индивидуальные особенности.** Знакомство | 1 | **Выполняют** практические упражнения**Обсуждают и принимают** правила поведения в группе**Отвечают** на вопросы теста |  |  |
| 2. | Кто я? Какой я? Моя жизненная лестница | 1 | **Выполняют** практические упражнения |  |  |
| 3. | Мои жизненные интересы и пути их реализации | 1 | **Отвечают** на вопросы анкеты**Знакомятся** с биографией физика Роберта Вуда**Выполняют** практические упражнения |  |  |
| 4. | **Раздел** **2. Профилактика конфликтов и агрессивности** Мои права и обязанности | 1 | **Размышляют** о своих правах и обязанностях**Знакомятся** Конвенцией о правах ребенка **Выполняют** практические упражнения |  |  |
| 5. | Наши эмоции – наши поступки | 1 | **Размышляют** о том, может ли несовершеннолетний привлекаться к правовой ответственности**Выполняют** практические упражнения |  |  |
| 6. | Что такое конфликт? Стили поведения в конфликте | 1 | **Знакомятся** с понятием конфликт**Размышляют** о причинах конфликтов**Отвечают** на вопросы теста Томаса**Выполняют** практические и релаксационные упражнения |  |  |
| 7. | Как разрешить конфликтную ситуацию? | 1 | **Размышляют** об ответственности за исход конфликта**Знакомятся** со статьями законодательства, определяющими ответственность за причинение вреда здоровью**Выполняют** практические упражнения |  |  |
| 8. | Как не поддаться негативному влиянию? | 1 | **Размышляют** о том, кто отвечает в толпе**Знакомятся** со статьями законодательства, определяющими ответственность за групповые правонарушения**Выполняют** практические упражнения |  |  |
| 9. | Моя семья и внутрисемейные отношения | 1 | **Размышляют** о том, за что несет ответственность родитель**Знакомятся** со статьями законодательства, определяющими ответственность родителей за правонарушение несовершеннолетних детей**Выполняют** практические упражнения |  |  |
| 10. | Конфликты в семье | 1 | **Выполняют** практические упражнения**Рисуют** свою семью |  |  |
| 11. | Роль правил в жизни человека | 1 | **Размышляют** о том, можно ли жить без установленных правил?**Выполняют** практические упражнения |  |  |
| 12. | Как научиться управлять собой? | 1 | **Выполняют** практические упражнения**Пишут** сочинение « О себе с любовью…» |  |  |
| 13. | **Раздел 3. Планирование своего будущего.**Я и другие | 1 | **Учатся** взаимодействовать со сверстниками и понимать точку зрения других**Выполняют** практические упражнения |  |  |
| 14. | Что мне нужно для счастья? | 1 | **Размышляют,** зачем нужно позитивно относиться к себе и окружающим людям**Выполняют** практические и релаксационные упражнения |  |  |
| 15. | Путешествие в будущее | 1 | **Определяют** свои ценности**Выполняют** практические и релаксационные упражнения |  |  |
| **Итого** | **15** |  |  |  |

**СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ**

**Занятие 1**

**Вводное «Знакомство»**

*Цель:* знакомство, формирование доверительной атмосферы.

1. Упражнение «Знакомство».
2. Правила поведения.
3. Упражнение «Встаньте, если…».
4. Диагностика склонности к отклоняющемуся поведению (СОП).
5. Упражнение «Пара противоположностей».
6. Рефлексия

**Занятие 2**

**Кто я? Какой я? Моя жизненная лестница**

*Цель:* изучение своего жизненного пути и себя.

1. Игра “Аукцион”
2. Игра “Лестница”
3. Деловая игра «Пресс-конференция».
4. Упражнение «Отношение к миру»
5. Рефлексия

**Занятие 3**

**Мои жизненные интересы и пути их реализации**

*Цель:* создание возможности для изучения своих склонностей и способностей.

1. Анкета «Незаконченные предложения»
2. Игра ”Острова”.
3. Игра «оптимисты» и «пессимисты».
4. Знакомство с биографией физика Роберта Вуда, гения физического эксперимента.
5. Упражнение «Любовь и злость»
6. Рефлексия

**Занятие 4**

**Мои права и обязанности**

*Цель:* ознакомление с правами и обязанностями школьников.

1. Упражнение «Я хочу – я могу»
2. Мозговой штурм «Составление портрета современного подростка»
3. Дискуссия «На что я имею право».
4. Информационно-правовая часть «Конвенция о правах ребенка и законодательство РФ»
5. Упражнение «Агрессивное поведение»
6. Рефлексия

**Занятие 5**

**Наши эмоции – наши поступки**

*Цель:* формирование навыков саморегуляции, знакомство с правовой ответственностью несовершеннолетних.

1. Обсуждение «Что хорошего и что плохого происходило в последние дни».
2. Упражнение «Наши эмоции – наши поступки».
3. Упражнение «Замороженный».
4. Дискуссия «Может ли несовершеннолетний привлекаться к правовой ответственности».
5. Информационно-правовая часть «Правовая ответственность несовершеннолетнего».
6. Упражнение «Безвредные» способы разрядки гнева и агрессивности».
7. Рефлексия

**Занятие 6**

**Что такое конфликт? Стили поведения в конфликте**

*Цель:* изучение собственного опыта поведения в конфликтных ситуациях и развитие способности анализировать свое эмоциональное состояние в конфликте.

1. Упражнение «Ассоциации».
2. Знакомство с понятием «конфликт», причинами и способами разрешения конфликтных ситуаций.
3. Упражнение «Поведение в конфликте».
4. Упражнение «Одна ситуация – три выхода».
5. Теста Томаса
6. Упражнение «Конфликт на бумаге».
7. Рефлексия

**Занятие 7**

**Как разрешить конфликтную ситуацию?**

*Цель:* снижение агрессивных и враждебных реакций, обучение конструктивному реагированию в конфликте.

1. Обсуждение «Что происходило в последние дни».
2. Упражнение «Автобус».
3. Ролевая игра «Конфликт».
4. Дискуссия «Ответственность за исход конфликта».
5. Информационно-правовая часть «Статьи законодательства, определяющие ответственность за причинение вреда здоровью».
6. Упражнение «Вавилонская башня».
7. Рефлексия

**Занятие 8**

**Как не поддаться негативному влиянию?**

*Цель:* выработка умения противостоять негативному влиянию группы, знакомство с ответственностью за групповые правонарушения.

1. Обсуждение «Что происходило в последние дни».
2. Упражнение «Учимся говорить «нет»».
3. Упражнение «Учимся противостоять влиянию».
4. Ролевая игра «Ситуация принуждения».
5. Дискуссия «Кто отвечает в толпе».
6. Информационно-правовая часть «Ответственность за групповые правонарушения».
7. Упражнение «Дом».
8. Рефлексия

**Занятие 9**

**Моя семья и внутрисемейные отношения**

*Цель:* формирование доверительного отношения к родителям, знакомство с правами и ответственностью родителей.

1. Обсуждение «Что происходило в последние дни».
2. Упражнение «Самые добрые руки».
3. Упражнение «Список претензий».
4. Дискуссия «За что несет ответственность родитель»
5. Информационно-правовая часть «Ответственность родителей за правонарушение несовершеннолетних детей».
6. Рисунок «Родословное дерево».
7. Рефлексия

**Занятие 10**

**Конфликты в семье**

*Цель:* формирование доверительного отношения к родителям, знакомство с правами и ответственностью родителей.

1. Обсуждение «Что происходило в последние дни».
2. Ролевая игра «Конфликт с родителями».
3. Упражнение «Самый счастливый случай из детства».
4. Рисунок «Моя семья».
5. Упражнение «Что мне необходимо для семейного счастья?»
6. Рефлексия

**Занятие 11**

**Роль правил в жизни человека**

*Цель:* повышение самооценки, развитие самосознания.

1. Обсуждение «Что происходило в последние дни».
2. Упражнение «Сказка за сказкой».
3. Дискуссия «Можно ли жить без установленных правил?»
4. Информационно-правовая часть «Основные законы РФ, как и кем они устанавливаются».
5. Упражнение «Особенности другого».
6. Упражнение «Достойный ответ».
7. Рефлексия

**Занятие 12**

**Как научиться управлять собой?**

*Цель:* изучение эмоционального состояния подростка и формирование навыков самоконтроля.

1. Обсуждение «Что происходило в последние дни».
2. Беседа «Важно ли уметь управлять собой».
3. Упражнение «Методы самоконтроля».
4. Упражнение «За и против».
5. Сочинение «О себе с любовью…».
6. Упражнение «Слепой и поводырь».
7. Рефлексия

**Занятие 13**

**Я и другие**

*Цель:* профилактика буллинга, агрессивности в школьной среде и оптимизация межличностных отношений.

1. Обсуждение «Что происходило в последние дни».
2. Упражнение «Доброта».
3. Упражнение «Я-высказывания».
4. Игра «Лепешка».
5. Рефлексия

**Занятие 14**

**Что мне нужно для счастья?**

*Цель:* профилактика буллинга, агрессивности в школьной среде и развитие толерантности, эмпатии.

1. Обсуждение «Что происходило в последние дни».
2. Упражнение «Хочу сказать приятное другому человеку».
3. Упражнение «Тонкие нити».
4. Упражнение «Тест на доверие»
5. Упражнение «Сотворение чуда».
6. Упражнение «Самый-самый».
7. Упражнение «Мои цели».
8. Рефлексия

**Занятие 15**

**Путешествие в будущее**

*Цель:* развитие толерантности, эмпатии и формирование способности к самопознанию, саморазвитию и самореализации.

1. Игра «Испорченный телефон».
2. Диагностика склонности к отклоняющемуся поведению (СОП).
3. Дискуссия «Что хотелось бы изменить в образе подростка».
4. Упражнение «Пассажиры».
5. Обсуждение «Что изменилось во мне за время работы в группе».
6. Упражнение «Чемодан»
7. Рефлексия

**Библиографический список**

1. Богатырева Т.П. Практическому психологу: цикл занятий с подростками (10 – 12 лет). Методическое пособие для школьных психологов и социальных педагогов. – М.: Педагогическое общество России, 2006. – 144 с.

2. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: АСТ: Астрель, 2007. – 238 с.

3.Дети группы риска в общеобразовательной школе./ Под ред. С.В.Титовой. – СПб.: Питер, 2008. – 240 с.

4. Дозорцева Е.Г. Психологическая травма у подростков с проблемами в поведении. Диагностика и коррекция. – М.: Генезис, 2006. –128 с.

5. Королева Е.В., Юрченко П.Г., Бурдыгина Т.Н. Проблемные ситуации в школе и способы их решения: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2006. –80 с.

6..Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. Тренинг: навыки конструктивного взаимодействия с подростками. 3-е изд., стер. – М.:, Генезис, 1999. – 192 с.

7. Кэррел С. Групповая психотерапия подростков. – СПб.: Питер., 2002. – 224 с.

8.Лагутина Т.В. Искусство общения. – М.: Мой мир ГмбХ, 2007. – 320 с.

9. Ликсон Ч. Конфликт. – СПб.: Питер Паблишинг, 1997. – 160 с.

10. Макартычева Г.И. Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения. – СПб: Речь, 2015. – 192 с.

11. Матвеев Б.Р. Развитие личности подростка: программа практических занятий. Методическое пособие. – СПб.: Изд-во «Речь», 2005. – 176 с.

12 Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии (7 класс). – СПб.: Изд-во «Речь», 2003. – 118 с.

13. Навайтис Г. Профессиональная психологическая помощь подростку: Монография. – М: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2007. – 216 с.

14. Одинцова М.А. Я – целый мир: Программа развития личности подростков и юношества. / Учеб. – методическое пособие Серия «Психология успеха». – М.: Изд-во Института психотерапии. 2004. – 208 с.

15. Перешеина Н.В., Заостровцева М.Н. Девиантный школьник: Профилактика и коррекция отклонений. – М.: ТЦ Сфера, 2006. –192 с.

16. Подростковый конфликт/ автор – сост. С.Г.Кажарская. Минск: Красико – Принт, 2006. –64 с.

17. Рахманова С.М. Популярная психология для тинейджеров. –Ростов н/Д: Феникс, 2005.– 224 с.

Приложение 7

*Приложение к основной образовательной программе*

 *основного общего образования МБОУ СОШ №6*

**Рабочая программа**

 **коррекционно-развивающих занятий**

|  |  |
| --- | --- |
| **НАЗВАНИЕ ПРОГРАММЫ** | ОСНОВЫ КОНСТРУКТИВНОГО ОБЩЕНИЯ |
| **КЛАСС** | 5-7 |
| **КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ В НЕДЕЛЮ (ВСЕГО)** | 1 (12) |
| **УЧИТЕЛЬ** | ЛАДУХИНА ВИКТОРИЯ СЕРГЕЕВНА |
| **СРОК РЕАЛИЗАЦИИ** | 2017 - 2018 УЧЕБНЫЙ ГОД |

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

 **КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МБОУ СОШ №6**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование рабочей программы** | **Наименование основной образовательной программы ОО приложением которой является (начального общего образования, основного общего образования, среднего общего образования)** | **Срок реализации** | **УМК, используемый при реализации рабочей программы** | **Составитель** |
| Основы конструктивного общения | Основная образовательная программа основного общего образования | 2017-2018 учебный год | 1. «Девиантный школьник. Профилактика и коррекция отклонений», издательство «Сфера», 2013г., авторы: Н.В. Перешеина, М.Н. Заостровцева2. «Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения», издательство «Речь», 2013г., автор: Г.И. Макартычева3.«Тренинг социальной адаптации для людей с ограниченными возможностями», издательство «Речь», 2014г., автор: Н.Ю.Зверева 4. «Я – подросток. Мир эмоций», издательство «Речь», 2013г., автор: А.В. Микляева | Ладухина Виктория Сергеевна |

**Цель и задачи**

Цель : повышение уверенности в себе подростков, снижение виктимного поведения

 Задачи:

1.Формировать у подростков адекватную самооценку;

2.Развивать коммуникативные навыки;

3.Формировать умение защищать себя, отстаивать свое мнение;

4.Способствовать осознанию и принятию подростками собственного мира;

5.Научить подростков ориентироваться в своих чувствах, выражать их вербально и невербально;

6.Формировать у подростков позитивный опыт общения.

**Предполагаемые результаты** **и методы контроля**

- Предполагаемые результаты:

- повышение уверенности в себе;

 - повышение уровня рефлексии, самосознания и самооценки;

- повышение уровня понимания другого человека;

- развитие умения прогнозировать и планировать свои отношения с обществом и отдельными людьми;

- развитие индивидуальных коммуникативных умений

Методы контроля:

- наблюдение за подростками на уроках и во внеурочной деятельности

- анализ продуктов деятельности участников тренинга

- беседа с учащимися, педагогами и родителями

 - повторная диагностика

**СОДЕРЖАНИЕ**

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Название раздела и тем  | Всего часов | В том числе |
| Теоритические | Практические |
| **1** | **Выявление индивидуальных особенностей. Развитие эмоционально-волевой сферы**  | **5** | **1** | **4** |
| 1.1 | Что я знаю о себе? Мои интересы и увлечения. | 1 | 0 | 1 |
| 1.2 | Эмоциональный мир личности. | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 1.3 | Как научиться управлять своими эмоциями? | 1 | 0 | 1 |
| 1.4 | Профилактика стрессовых состояний. | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 1.5 | Способы снятия психоэмоционального напряжения и саморегуляция. | 1 | 0 | 1 |
| **2** | **Развитие навыков конструктивного общения** | **4** | **1** | **3** |
| 2.1 | Я и другие | 1 | 0 | 1 |
| 2.2 | Что такое конфликт? Стили поведения в конфликте | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2.3 | Основы бесконфликтного общения | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2.4 | Моя семья и люди значимые для меня | 1 | 0 | 1 |
| **3** | **Развитие позитивного отношения к себе и к окружающему миру** | **3** | **1** | **2** |
| 3.1 | Волшебство наших мыслей | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 3.2 | Мои ценности и цели. | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 3.3 | Что мне нужно для счастья?Путешествие в будущее. | 1 | 0 | 1 |
| **Итого** | **12** | **3** | **9** |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема занятия внеурочной деятельности** | **Коли-чество часов** | **Основные виды** **учебной деятельности****обучающихся** | **Дата проведения** |
| **план** | **факт** |
| 1 | **Раздел 2. Развитие самопознания.** **Выявление индивидуальных особенностей**Что я знаю о себе? Мои интересы и увлечения. | 1 | **Рисует** свое настроение в виде погоды**Определяет** свои индивидуальные особенности **Выполняет** релаксационное упражнение |  |  |
| 2 | Эмоциональный мир личности. | 1 | **Знакомится** с понятием эмоции**Размышляет,** зачем эмоции нужны человеку, в чем польза и вред эмоций**Выполняет** практические и релаксационные упражнения |  |  |
| 3 | Как научиться управлять своими эмоциями? | 1 | **Размышляет,** зачем нужно управлять своими эмоциями**Рисует** фантом эмоций**Слушает** сказку**Рисует** сюжет сказки**Выполняет** релаксационные упражнения |  |  |
| 4 | Профилактика стрессовых состояний. | 1 | **Знакомится** с понятием стресс, способами профилактики стресса**Размышляет** о пользе и вреде стресса**Рисует** фантом эмоций**Отвечает** на вопросы теста |  |  |
| 5 | Способы снятия психоэмоционального напряжения и саморегуляция. | 1 | **Знакомится** со способами снижения психоэмоционального напряжения**Выполняет** практические и релаксационные упражнения |  |  |
| 6 | **Развитие навыков конструктивного общения**Я и другие | 1 | **Учится** взаимодействовать со сверстниками и понимать точку зрения других**Выполняет** практические и релаксационные упражнения |  |  |
| 7 | Что такое конфликт? Стили поведения в конфликте | 1 | **Знакомится** с понятием конфликт**Размышляет** о причинах конфликтов**Отвечает** на вопросы теста Томаса**Выполняет** практические и релаксационные упражнения |  |  |
| 8 | Основы бесконфликтного общения | 1 | **Знакомится** с правилами эффективного общения**Отвечает** на вопросы теста**Выполняет** практические и релаксационные упражнения |  |  |
| 9 | Моя семья и люди значимые для меня | 1 | **Составляет** свое родословное дерево**Рисует** свою семью и самый счастливый случай из детства**Выполняет** релаксационное упражнение |  |  |
| 10 | **Развитие позитивного отношения к себе и к окружающему миру**Волшебство наших мыслей | 1 | **Размышляет,** зачем нужно позитивно относиться к себе и окружающим людям**Выполняет** практические и релаксационные упражнения |  |  |
| 11 | Мои ценности и цели. | 1 | **Определяет** свои ценности и цели**Выполняет** практические и релаксационные упражнения |  |  |
| 12 | Что мне нужно для счастья?Путешествие в будущее. | 1 | **Определяет** свои ценности**Выполняет** практические и релаксационные упражнения |  |  |
| **Итого** | **12** |  |  |  |

**Содержание программы**

**Раздел 1. Психология личности**

**Занятие 1. Что я знаю о себе? Мои интересы и увлечения**

*Цель:* Создание положительного эмоционального фона и мотивации к самопознанию. Развитие способности понимать себя, свое эмоциональное состояние и управлять им.

1.Введение.

2.Упражнение «Работа с цитатами».

3.Упражнение «Кто я? Какой я?».

4.Упражнение «Моя вселенная».

5.Опросник САН.

6. Незаконченные предложения.

7.Релаксация – визуализация «Заброшенный сад».

8.Подведение итогов занятия. Рефлексия.

**Занятие 2**

**Эмоциональный мир личности**

*Цель:* Создание условий для обращения юноши к опыту переживания эмоций. Гармонизация эмоциональной сферы.

1.Беседа. Что такое эмоции? Нужны ли они человеку?

2.Упражнение «Угадай эмоцию».

3. Упражнение «Словарь чувств».

4.Упражнение «Польза и вред эмоций».

5.Упражнение «Бумажное зеркало».

6. Упражнение «Айсберг».

7.Подведение итогов занятия. Рефлексия.

**Занятие 3**

**Как научиться управлять своими эмоциями?**

*Цель:* Снижение эмоционального напряжения, тревожности, развитие самоконтроля и произвольности поведения.

1.Беседа. Роль эмоций в нашей жизни.

2.Упражнение «Незаконченные предложения».

3.Упражнение «Маска».

4.Упражнение «Формула гнева».

5.Работа с «сердитым журналом».

6.Упражнение «Чучело».

7.Подведение итогов занятия. Рефлексия.

**Занятие 4**

**Профилактика стрессовых состояний**

*Цель:* Профилактика стрессовых состояний. Снижение уровня стресса через осознание своего поведения и расширение поведенческого репертуара.

1.Беседа. Что такое стресс? Польза и вред стресса. Способы профилактики и коррекции стрессовых состояний.

2. Упражнение «Ассоциации»

3. Тест «Определение уровня стресса».

4.Упражнение «Фантом».

5.Упражнение «Дыхание».

6.Упражнение «Аукцион».

7.Подведение итогов занятия. Рефлексия.

**Занятие 5**

**Способы снятия психоэмоционального напряжения и саморегуляция**

*Цель:* Снижение эмоционального напряжения, тревожности, развитие самоконтроля и произвольности поведения.

1. Беседа. Можно ли регулировать свое эмоциональное состояние? Нужно ли контролировать свои эмоции? Способы сниженияпсихоэмоционального напряжения.

2.Упражнение «Мысленная тренировка».

3.Упражнение «Приятное воспоминание».

4.Упражнение «Настройка на определенное эмоциональное состояние».

5.Рисунок «Какой я, и каким бы я хотел быть».

6.Сказка «Солнце и ветер».

7.Подведение итогов занятия. Рефлексия.

**Занятие 6**

**Я и другие**

*Цель:* Овладение эффективными способами предотвращения и решения межличностных конфликтов, развитие коммуникативной компетентности.

1.Беседа. Стили поведения в общении. Стили поведения в конфликте. Основы бесконфликтного общения.

2.Упражнение «Фойманы и цейманы».

3. Упражнение «Анализ стиля общения».

4. Упражнение «Ассоциации к слову конфликт».

5. Тест Томаса «Мой стиль поведения в конфликте».

6. Упражнение «Я- высказывания».

7. Подведение итогов занятия. Рефлексия.

**Занятие 7**

**Что такое конфликт? Стили поведения в конфликте**

*Цель:* создание условий для понимания амбивалентного смысла конфликта (отрицательного и положительного).

Беседа. Что такое конфликт? Причины конфликтов

Практическая часть

● Упражнение «Ассоциации»

● Упражнение «Копилка»

●Тест Томаса «Стили поведения в конфликте»

● Упражнение «Вред и польза конфликтов»

● Релаксация

● Рефлексия

**Занятие 8**

**Основы бесконфликтного общения**

*Цель:* создание условий для апробирования подростком алгоритма анализа конфликтной ситуации и своей роли в ней

Беседа. Нужно ли общаться без конфликтов? Как правильно разрешать конфликты?

Практическая часть

● Упражнение-тест «Умею ли я слушать?»

● Упражнение «Я и они»

● Упражнение «Выявление помех в общении»

● Упражнение «Правила конструктивного общения»

● Упражнение «Договор»

● Упражнение «Я – высказывания»

● Релаксация

● Рефлексия

**Занятие 9**

**Моя семья и люди значимые для меня**

*Цель:* помощь в осознании и решении подростком личных проблем, стабилизация эмоционального состояния.

Практическая часть

● Упражнение «Родословное дерево»

●Рисунок «Моя семья»

●Упражнение «Что мне необходимо для семейного счастья»

● Упражнение «Самый счастливый случай из детства»

● Рисунок «Самый счастливый случай из детства»

● Релаксация

● Рефлексия

**Занятие 10**

**Волшебство наших мыслей**

*Цель:* создание условий для развития благоприятного отношения к себе и окружающему миру

Беседа. Сколько раз в день мы ругаем самих себя? Думаем о чем-то плохо?

Практическая часть

● Упражнение «Я одобряю себя»

● Упражнение «Позитивные мысли»

● Упражнение «Семь шагов ко сну»

● Упражнение «Правила счастливого человека»

● Упражнение «В лучах солнца»

● Релаксация «Цветение розы»

● Рисунок

● Рефлексия

**Занятие 11**

**Мои ценности и цели**

*Цель:* Развитие навыков целеполагания, уверенности в себе, умения планировать позитивный образ своего будущего. Осмысление собственных ценностей и их ранжирование по значимости для субъекта.

1.Упражнение «Работа с цитатами».

2. Беседа «Учимся ставить цели».

3.Упражнение «Цели в моей жизни»

4.Упражнение «Мои ценности».

5.Игра «Как распорядиться своей жизнью».

6.Подведение итогов занятия. Рефлексия.

**Занятие 12**

**Путешествие в будущее**

*Цель:* развитие целеполагания, уверенности в себе, формирование адекватной самооценки.

Практическая часть

●Упражнение «Самое – самое»

● Опросник САН

●Упражнение «Мои достижения»

●Упражнение «Ладошка»

● Упражнение «Чемодан в дорогу»

●Упражнение «Выбор жизненного пути»

● Релаксация

● Рефлексия

**Библиографический список для педагога**

1. Гущина Т.Н. Я и мои ценности…: Тренинговые занятия для развития социальных навыков у старшеклассников. – М.: АРКТИ, 2012. – 128 с.
2. Зверева Н.Ю. Тренинг социальной адаптации для людей с ограниченными возможностями. –СПб.: Речь, 2013. 176 с.
3. Куделин А.С. Как достигать намеченных целей. Краткий путеводитель от того, что вы имеете, к тому, чего вы достойны/ Серия «Психологический практикум». – Ростов н/Д: Феникс, 2012. -128 с.
4. Макартычева Г.И. Тренинг для подростков: профилактика ассоциального поведения. – СПб.: Речь, 2013. – 192 с.
5. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии (7 класс). – СПб.: Издательство «Речь», 2012. – 110 с.
6. Микляева А.В. Я – подросток. Я среди других людей. Программа уроков психологии (9 класс).– СПб.: Издательство «Речь», 2012.– 118 с.
7. Одинцова М.А. Я – целый мир: Программа развития личности подростков и юношества. / Учеб. –метод. Пособие. Серия «Психология успеха». – М.: Изд-во Института психотерапии, 2012. – 208 с.
8. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте/ Под ред. И.В.Дубровиной. – 6-е изд. – М.: Издательский центр «Академия» 2012. – 128 с.
9. Шац И.К. Психолгоическая поддержка тяжелобольного ребенка. Монография. – СПб.: Речь, 2013. -192 с.

**Библиографический список для ученика**

1. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии (7 класс). – СПб.: Издательство «Речь», 2012. – 110 с.
2. Рахманова С.М. Популярная психология для тинейджеров. – Ростов н/Д: Феникс, 2012. – 224 с.

Приложение 8

**РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ**

**Буллинг** – притеснение, дискриминация, травля, запугивание, физический или психологический террор одних людей по отношению к другим с целью подчинения их себе на почве страха, преднамеренно вызванного преследователями у их жертв.

Жертвы буллинга невиновны, однако некоторые ученики могут своим поведением непроизвольно привлекать агрессоров.

**Причины буллинга**: зависть, месть, инаковость (не такой как все)

|  |
| --- |
| **РЕКОМЕНДАЦИИ УЧИТЕЛЮ ПО РАБОТЕ С «ОТВЕРЖЕННЫМИ»** |
| **1. Следует с самого первого дня пресекать любые насмешки над неудачами одноклассников.** |
| *Петя отвечает у доски, ошибается или пишет не очень красиво. Одноклассник злорадно комментирует происшедшее, стараясь обратить внимание всего класса, вызвать смех. Необходимо высказать свое отношение к этой ситуации, сказав, что неудача товарища не может быть поводом для веселья или злорадства. Все мы учимся, и каждый имеет право на ошибку. Насмешнику следует сделать строгое замечание.* |
| **2. Следует пресекать любые пренебрежительные замечания в адрес одноклассников.** |
| *Учитель рассаживает учащихся по своему усмотрению или формирует команды. На предложение сесть с Васей Миша восклицает: «Я с ним не буду! Только не с ним!» Необходимо настоять на своем. А потом поговорить с Мишей наедине, поинтересоваться причиной его отказа. Предложить ребенку встать на место Васи: «А тебе будет приятно, если кто-нибудь откажется иметь дело с тобой?».* |
| **3. Если по каким-либо причинам репутация ребенка испорчена, нужно дать ему возможность показать себя в выгодном свете.** |
| *С Витей, умным, начитанным мальчиком, в первом классе случилась неприятность — он описался на уроке. Ребята стали его дразнить, не хотели с ним играть и сидеть рядом. Учитель стал задавать к Вите сложные вопросы, поручать ответственные задания, с которыми он успешно справлялся. Скоро ребята обратили внимание, как много Витя знает, как интересно рассказывает, и досадное происшествие постепенно забылось.* |
| **4. Помогают объединить класс совместные мероприятия, поездки, постановки спектаклей, выпуск стенгазет и т.д.** |
| **5. Необходимо дать возможность наиболее активным детям проявить себя и самоутвердиться за счет своих способностей, а не за счет унижения других.** |
| **6. Следует избегать высмеивания и сравнивания ребят на уроках. Некоторые учителя даже оценки за контрольные работы не объявляют публично, а выставляют в дневники. Разбор ошибок необходимо делать, не называя тех, кто их допустил, или индивидуально.** |
| **7. Имеет смысл поговорить с преследователями о том, почему они пристают к жертве, обратить их внимание на чувства жертвы.** |
| *Учитель собрала свой пятый класс в отсутствии намечающегося изгоя и обсудила с ними, почему они все ополчились против него. Обратила их внимание на его положительные качества. И в заключение попросила ребят письменно ответить на вопрос: «Чем я могу помочь Славе'?» Оказалось, что большинство ребят ничего против Славы не имеют, а пристают к нему по привычке. После разговора отношение к однокласснику изменилось.* |

**Стратегия поведения педагога с жертвой буллинга**

***Скажите*** ***ему:***

 **«Я тебе верю. Мне жаль, что с тобой это случилось».** Ребенок (подросток) не будет чувствовать себя одиноким, поймет, что его чувства реальны и понятны для других, и он может рассчитывать на помощь и поддержку со стороны взрослого.

 **«Это не твоя вина. Ты проявил настоящую смелость, рассказав мне все о том, что произошло».** У ребенка (подростка) повышается самооценка и уверенность в том, что он не одинок в такой ситуации и все сделал правильно.

Поблагодарите ребенка за то, что он поделился с вами своими переживаниями, выразив желание встретиться с ним еще раз: **«Я понимаю тебя и постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность».** Ребенку это поможет ребенку с надеждой посмотреть в будущее и ощутить защиту.

**Нужно помочь ребенку (подростку):**

- отыскать себе друга, среди одноклассников, а ещё лучше несколько настоящих друзей;

- найти общий язык с каждым учеником в классе;

- научиться уважать мнение своих одноклассников;

-не пытаться всегда побеждать в своих спорах с ровесниками;

- научиться проигрывать и уступать, если он, в самом деле, не прав;

-не бояться своих одноклассников, у которых тоже есть проблемы;

- положительно проявить себя в делах класса.

Для профилактики буллинга необходимо создание школьной и домашней среды, характеризующейся:

1. теплом, положительным интересом и вовлеченностью взрослых;
2. твердыми рамками и ограничениями неприемлемого поведения;
3. последовательным применением некарательных, нефизических санкций за неприемлемое поведение и нарушение правил,
4. наличием взрослых, выступающих в качестве защитников

**Учитель может:**

* если речь идет о детях до 12 лет, четко и ясно, без нравоучений и абстрактных рассуждений заявить о том, что подобного поведения он не допустит ни под каким предлогом;
* занять детей совместным познавательным и захватывающим проектом, требующим разделения обязанностей и ролей. Часто травля возникает от обыкновенного безделья и отсутствия развлечений;
* организовать поход, в котором детям будет необходимо выполнять совместные задания.

Там можно вести индивидуальные беседы в духе **представь себя на его месте**.
Вообще, в случае травли в старших классах усилий одного учителя недостаточно, и правильно будет собрать педсовет.

**Алгоритм применения медиации в ситуации выявленного факта буллинга**

1. Определить состояние жертвы (оказать психологическую, медицинскую помощь).
2. Уведомить родителей, администрацию школы.
3. Проанализировать мотивы, причины.
4. Выявить булли и их союзников.
5. Уточнить причины.
6. Определить участников, конфликтные линейки.
7. Провести медиацию.
8. Создать буферную зону для жертвы.
9. Наблюдать за сторонами после примирения.
10. Поговорить о проблеме в целом с классом (не разбирая конкретный случай), об ответственности агрессоров.
11. Провести в классе профилактические мероприятия (на сплочение, дружеские отношения…).
12. Провести работу с булли по снятию причин агрессии.

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

В профилактике и предотвращении школьной травли велика роль родителей. Чтобы не сделать из своего ребенка ни жертву, ни обидчика, важно поддерживать у него адекватную самооценку, не унижать, не превозносить, стараться обсуждать школьные дела и отношения, не вынося безапелляционных оценок.

Нужно рассматривать поведение ребенка и его одноклассников с разных позиций, обучая умению встать на место другого, почувствовать его переживания и в то же время помогая научиться регулировать свои действия, не поддаваться на провокацию, сказать «нет», если необходимо, обратиться за помощью к взрослым. Ведь очень часто наиболее страшные эпизоды школьной травли разворачиваются или в самой школе, или рядом с ней, а жертва терпит побои и унижения, стесняясь привлечь к себе внимание.

Особенно важно со стороны родителей искренне интересоваться делами своего ребенка в классе, его ролями в классных делах, отношениями с одноклассниками, учителями, более старшими и более младшими детьми. Они не должны отмахиваться, как от незначимого и несерьезного, от возникающих проблем во взаимодействии ребенка со сверстниками.

Проблема школьной травли серьезна и значительна, разнообразие причин этого явления велико: от особенностей воспитания и внешней ситуации до индивидуальных особенностей детей и немотивированной агрессии.

Очень важно, чтобы буллинг не становился типичным явлением, а агрессия не рассматривалась как норма поведения.

**Если ваш ребенок стал жертвой буллинга:**

1. Сообщите о ситуации классному руководителю, школьному психологу, директору школы.
2. Разговаривайте с ребенком, обсуждайте ситуацию в спокойном тоне. Выражайте сочувствие без оценок и комментариев. Дайте понять, что это всего лишь одна из проблем, для которой необходимо найти решение. Не ужасайтесь, не жалейте ребенка и ни в коем случае не паникуйте.
3. Попытайтесь понять причины: внешность, особенности поведения, успеваемость, отсутствие статусных для детей предметов (мобильного телефона, плеера) и т. п.
4. Расскажите о своем успешном опыте в похожих ситуациях, о случаях, когда другим детям удалось не обижаться и не злиться сильно.
5. Если ребенок обидчив, с помощью игр и тренировок научите его правильному поведению в конфликтных ситуациях.
6. 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.