



Министерство образования Иркутской области
ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»



**Методические рекомендации
по проведению областной недели по профилактике
школьного буллинга в подростковой среде
«Дружить ЗДОРОВО!»**

(Международный день борьбы против буллинга 27 января)



Иркутск, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Положение о проведении областной профилактической недели «Дружить ЗДОРОВО!» в образовательных организациях Иркутской области (Международный день борьбы против буллинга 27 января)	3
Методические материалы по проведению областной профилактической недели «Дружить ЗДОРОВО!»	
Приложение 1. Анкета с целью выявления проблемы буллинга в образовательной организации	6
Приложение 2. Методические материалы для работы с педагогическим коллективом	8
Приложение 3. Методические материалы для работы с обучающимися	23
Приложение 4. Методические материалы для проведения родительских собраний	34
Приложение 5. Навигатор методических ресурсов по профилактике насилия и жестокого обращения с обучающимися в образовательной среде	44
Приложение 6. Список рекомендуемых интернет ресурсов	52

Введение

Получение достойного образования подрастающего поколения, важное условие развития общества, поэтому со стороны общества и государства этому уделяется особое внимание. Тогда почему все чаще педагогическое сообщество сталкивается с проблемой низкой мотивации детей и подростков к учебной деятельности. Образовательная среда не всегда комфортна, в ней присутствуют факторы, оказывающие негативное влияние на психическое развитие обучающихся. К таким факторам относятся буллинг и кибербуллинг.

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

Образовательные организации ответственны за выявление и устранение проблем буллинга и кибербуллинга. Снижение риска развития этих проблем позволит сохранить психологическое здоровье учащихся и создание комфортной (безопасной) развивающей образовательной среды, обеспечивающей высокое качество образования, духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся.

Положение

о проведении областной профилактической недели «Дружить ЗДОРОВО!» в образовательных организациях Иркутской области

1. Общие положения

1.1. Настоящее положение определяет порядок и регламент проведения областной недели по профилактике школьного буллинга и кибербуллинга среди несовершеннолетних далее (Неделя).

1.2. Областная неделя по профилактике школьного буллинга и кибербуллинга среди несовершеннолетних разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Конвенция ООН о правах ребенка от 20 ноября 1989 г.;
- ФЗ № 170-ФЗ от 21 декабря 2004 г. «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- ФЗ № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;
- «Национальная доктрина образования» Правительства РФ № 30384 от 04 октября 2000 г.;
- ФЗ № 120-ФЗ от 24 июня 1999 г. «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».

2. Цели и задачи Недели

2.1. *Цель:* создание благоприятных условий для успешного развития каждого ребенка, сохранения физического, психического и психологического здоровья, формирование у детей позиции неприятия любых форм насилия,

сознательного отношения к личной безопасности.

2.2. Задачи:

- формирование навыков противостояния насилию и обращения за профессиональной помощью в субъективно сложных жизненных ситуациях;
- обучение навыкам мирного разрешения конфликтов;
- развитие коммуникативных навыков;
- формирование ответственного отношения у подростков к своим поступкам.

3. Условия проведения Недели

3.1. *Сроки проведения* Недели с 23 января по 28 января **2023** года.

Сроки проведения Недели могут варьироваться с учетом каникул, плана образовательной организации, эпидемиологической ситуации.

3.2. Мероприятия Недели могут меняться по составу и содержанию в зависимости от условий организации, контингента участников, возможностей реализации мероприятий.

3.3. Проведение мероприятий Недели может быть организовано как в очном, так и в дистанционном формате (формат проведения Недели/отдельных мероприятий Недели образовательная организация (далее - ОО) определяет самостоятельно).

4. Участники Недели

4.1. В Неделе принимают участие администрация ОО, обучающиеся 1-11 классов общеобразовательных организаций, студенты профессиональных образовательных организаций, воспитанники государственных образовательных организаций, педагоги, родители.

4.2. При организации мероприятий необходимо эффективно использовать возможности взаимодействия с субъектами системы профилактики (муниципальные АТК, правоохранительные органы, ПДН, КДНиЗП и др.), а также представителей общественных организаций, учреждений культуры, обладающих ресурсами, необходимыми для осуществления профилактической деятельности.

5. Содержание Недели

5.1. События Недели охватывают всех субъектов образовательных отношений.

5.2. Неделя является целостной и законченной, имеет основную идею и девиз, каждый день Недели может быть отмечен различными мероприятиями (уроки, лекции, акции, круглые столы, диспуты, семинары и т.д.).

5.3. Программу проведения Недели по профилактике буллинга и кибербуллинга среди несовершеннолетних «Дружить здорово!» каждая ОО может разрабатывать самостоятельно, используя предлагаемый методический ресурс (см. Приложения)

6. Итоги проведения Недели.

6.1. По итогам проведения Недели в ОО рекомендуется подготовить отчёт и презентацию (не более 10-12 слайдов) или видеоролик 1-3 мин.

6.2. *Требования к презентации:* презентация должна содержать в себе

информацию о процессе проведения Недели; размер презентации – не более 10-12 слайдов; презентацию следует выполнить в программе Microsoft Office Power Point.

6.3. Информацию о проведении недели рекомендуется разместить на сайте образовательной организации.

Обращаем Ваше внимание: информация для обучающихся должна носить исключительно позитивную направленность. Недопустимо перегружать материалы неадаптированными текстами (видео) специфического содержания, которые изначально не были предназначены для массовой аудитории. При проведении мероприятий важно учитывать особенности используемого канала распространения информации и ее восприятия целевой аудиторией (по возрастному, национальному и другим признакам).

Примерная программа проведения Недели

1 день. Открытие.

1. Приветствие участников Недели (красочное объявление при входе в школу). Онлайн-трансляция (выступления по теме Недели педагогов, родителей, руководителей волонтерских/добровольческих объединений, субъектов системы профилактики).

2. Проведение анкеты или онлайн-анкеты с целью выявления проблемы буллинга в образовательной организации (*Приложение 1*).

3. Информационно-медийные тематические перемены.

4. Разработка, изготовление, размещение на сайтах образовательных организаций информационных буклетов, памяток для обучающихся и родителей.

5. Мероприятия для педагогического коллектива (*Приложение 2*).

2 день. Сплочение классного коллектива «Дружить ЗДОРОВО!».

1. Мероприятия с обучающимися, направленные на формирование и развитие классных коллективов (*Приложение 3*), акции, флешмоб «Дружить ЗДОРОВО!» и др.

3 день. «Травли НЕТ!»

Мероприятия со всеми субъектами образовательных отношений, направленные на минимизацию рисков распространения буллинга и кибербуллинга. (*Помогатор методических ресурсов*)

4 день. Подведение итогов Недели

Награждение самых активных участников мероприятий.

Методические материалы по проведению областной профилактической недели «Дружить ЗДОРОВО!»

Приложение 1.

Одним доступным и информативным способом диагностики буллинга, несомненно, является анкетирование. Этот метод также не требует наличия специального образования, содержание вопросов и их количество исследователь может варьировать в зависимости от своих целей, задач и возможностей, вопросы можно выбирать закрытые (для удобства и ускорения процесса обработки), открытыми (для большей информативности) или смешанные.

Мы приводим вариант одной из анкет, предложенных Истоминой Е.В. И Быковой Е.А.

Дорогой друг!

Просим тебя ответить на несколько вопросов. Прежде чем ответить на каждый вопрос, внимательно прочитай все варианты ответов и обведи правильный, на твой взгляд, ответ.

Выбери свой пол: мужской женский

Класс _____ **Возраст** _____

1. Вы знаете, что такое «буллинг»?

- а) да
- б) нет

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

- а) да, сталкивался
- б) никогда не встречал(а)
- в) другое _____

3. Если да, то в какой форме:

- а) унижение
- б) оскорбления (вербальная агрессия)
- в) физическое насилие
- г) съемка издевательства на телефон
- д) кибербуллинг (угрозы, издевательства и унижение в интернете)
- е) другое _____

4. Являлись ли вы сами участником травли, издевательства?

- а) да, как наблюдатель;
- б) да, как жертва;
- в) да, как агрессор (тот, кто является инициатором травли);
- г) нет, не являлся (не 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. Встречали ли Вы ситуации травли школьников со стороны учителей?

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

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

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

9. Как вы считаете, можно ли избежать травли в 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 _____

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

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

Спасибо за участие!

Благодарим за участие!

Методические материалы для работы с педагогическим коллективом

«Профилактика буллинга в образовательном учреждении»

Педагогический совет

Цель: развитие профессиональных компетенций педагогических работников в области профилактики буллинга в образовательной среде.

1. Вводная часть. Просмотр видеоролика.

Практически в каждом образовательном учреждении есть обучающиеся, которые становятся объектом открытых издевательств, унижений, насмешек. Школьная травля не является чем-то уходящим и преходящим: боль и унижение часто продолжаются по нескольку лет, а то и до окончания школы. *Самое главное, что проблема в том, что в группе риска может оказаться практически любой ребенок, взрослый (педагог).* Что же это за явление, в котором обучающегося называли раньше «не такой как все», «чужой», а теперь жертвами буллинга?

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

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

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

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

О травле в образовательных учреждениях было известно давно в разных странах, включая Россию. *К сожалению, несмотря на распространенность данного явления в современном обществе, буллинг в нашей стране в должной мере не исследуется, не обсуждается и его проблема не освещается в полном объеме в СМИ.*

Главные компоненты определения буллинга:

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

Существуют следующие виды буллинга:

Вид	Что включает	
Физическое насилие	избиение, побои, толчки, шлепки, удары, подзатыльники, пинки.	
Эмоциональное насилие (психологическое)	Угрозы, насмешки, присвоение обидных кличек, бесконечные замечания, критика, необъективные оценки со стороны учителей, высмеивание, оскорбление, унижение ученика в присутствии других детей, принуждение делать что-то, чего ребенок делать не хочет. Дискриминация. Нецензурная брань. Умышленное доведение человека до стресса, срыва.	
Сексуальное насилие	Сексуальное насилие, или совращение – использование ребенка (мальчика или девочки) взрослым или другим ребенком для удовлетворения сексуальных потребностей, или для получения выгоды.	
Экономическое насилие	Порча и отнятие личных вещей. Вымогательство. Отбирание денег. Повреждение имущества.	
Кибербуллинг	Использование телефона	1. Систематически осуществляются анонимные звонки и отправляются оскорбляющего или угрожающего рода сообщения 2. Съёмка компрометирующих фото- и видеоматериалов, публикация их в сети Интернет.
	Использование E-mail	Рассылка злых и негативных сообщений.
	Социальных сетей	1. Написание обидных комментариев к фотографиям, к видео, на стене пользователя, в сообществах. 2. Распространение непристойного видео и фото. 3. Взлом чужого аккаунта, редактирование его с целью очернить другого человека. 4. Намеренное создание группы, для выражения ненависти и травли определенного человека. 5. Создание фальшивого профиля для третирования другого человека.
	Видео-портал	Публикация в Интернет непристойного, компрометирующего, позорящего другого человека видео.

Отличительные признаки травли:

— если кого-то из детей в классе не любят, у него нет друзей, его неохотно принимают в игру, но насилия в его адрес нет, это не травля, а непопулярность. При непопулярности человеку может быть обидно, грустно и одиноко. При травле ему страшно, он чувствует себя не в безопасности;

— если дети поругались или даже подрались, при этом сегодня этот стукнул того, а завтра наоборот, или только что они дрались, а теперь вместе играют в футбол, если они взаимодействуют на равных, это не травля, это конфликты. Вовсе избежать ссор и даже драк невозможно, и не стоит ставить такую цель, детям нужно научиться управляться со своей агрессией, отстаивать свои права, ссориться и мириться. При травле нет смены ролей, нет равенства сторон конфликта, при травле одни всегда нападают, а другие всегда страдают;

— если один ребенок кого-то задирает, обижает, дразнит, а остальные его в этом не поддерживают, осуждают его действия, сочувствуют пострадавшим от нападков, это не травля, это проблема с агрессивным поведением конкретного ребенка.

Причины возникновения буллинга в образовательном учреждении:

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

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

Цель буллинга - за агрессивным поведением скрыть свою неполноценность.

В ситуации травли всегда есть:

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

"Жертва" – человек, который подвергается агрессии.

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

"Последователи" – люди, находящиеся на стороне агрессора, непосредственно не участвующий в издевательствах, но и не препятствующий им.

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

Групповое задание для педагогов: давайте разделимся на три группы, ваша задача определить типичные черты обучающихся, склонных становиться «агрессорами» буллинга, их жертвами, а также тех, кто становится сторонним наблюдателем.

1 группа. «Психологический портрет буллера (агрессора)». Поведенческие особенности.

Эмоциональные особенности.

Социальное окружение.

2 группа. «Психологический портрет жертвы буллинга».

Поведенческие особенности.

Эмоциональные особенности.

Социальное окружение.

3 группа. «Психологический портрет свидетеля буллинга: «союзника» или «зрителя». (распечатки)

Поведенческие особенности.

Эмоциональные особенности.

Социальное окружение.

Психологические портреты участников буллинга:

Часто буллерами становятся:

— дети, воспитываемые родителями-одиночками;

— дети из семей, в которых у матери отмечается негативное отношение к жизни;

— дети из властных и авторитарных семей;

— дети из конфликтных семей;

— дети с низкой устойчивостью к стрессу;

— дети с низкой успеваемостью.

Буллеры – это:

— активные, общительные дети, претендующие на роль лидера в классе;

— агрессивные дети, использующие для самоутверждения безответную жертву;

— дети, стремящиеся быть в центре внимания;

— дети высокомерные, делящие всех на "своих" и "чужих" (что является результатом соответствующего семейного воспитания);

— максималисты, не желающие идти на компромиссы;

— дети со слабым самоконтролем, которые не научились брать на себя ответственность за свое поведение;

— дети, не обученные другим, лучшим способам поведения, т.е. не воспитанные.

Для буллеров характерны:

— импульсивность;

— раздражительность;

— эмоциональная неустойчивость;

— завышенная самооценка;

— враждебность (агрессивность);

— отсутствие коммуникативных навыков при внешнем соблюдении общепринятых норм и правил;

— склонность ко лжи или жульничеству;

— на уроке постоянно привлекает к себе внимание, вступает в пререкания с педагогом при получении отрицательной отметки, вспыльчив и груб;

— манипулирует кругом друзей и знакомых, многие дети его боятся или заискивают перед ним;

— на его поведение поступают жалобы, как от детей, так и взрослых;

— не может обуздать свой нрав, так, как это умеют делать его ровесники;

— прогуливает школу, часто бывает в компании сверстников из других школ, районов;

— входит в состав небольшой девиантной группы, терроризирующей класс или школу;

— спекулирует на непонимании, враждебном социуме, избегает общественно-полезной деятельности, поскольку это может быть истолковано как признак слабости.

Довольно часто к буллингу присоединяется группа преследователей, с которыми буллер осуществляет свою агрессию.

Поведение свидетелей буллинга:

Дети:

— у них отмечается страх совершения подобного с тобой, злорадство по этому поводу («Слава богу, не я»), беспомощность, что не можешь оказать помощь ближнему, т.е. они боятся последствий;

— они переживают потребности к бегству от ситуации буллинга, чтобы не быть в неё втянутыми, чтобы она не разрушила их душевный комфорт;

— они переживают желание присоединиться к травле.

Взрослые:

речь идет о естественных реакциях взрослых лиц на факты буллинга.

Они испытывают:

— возмущение, негодование, желание немедленно вмешаться;

— страх, отчаяние, бессилие, что может быть ещё хуже, и они не знают, как это прекратить;

— защитное игнорирование фактов. «Я это не вижу», «Меня это не касается», «Пусть разбираются сами и отвечают за них те, кому это положено»;

— переживание чувств «праведного возмездия» и «торжества справедливости». «Наконец, ему (ей) воздалось по заслугам». Как правило, к подобным реакциям, могут быть склонны педагоги, травмированные длительным проблемным поведением своих учеников.

Жертвы буллинга. Типичных жертв школьного террора нет. Любой ребёнок может быть изгоем, имеющий:

физические недостатки – носящие очки, со сниженным слухом или с двигательными нарушениями (например, при ДЦП), то есть те, кто не может защитить себя, физически слабее своих ровесников;

особенности поведения – замкнутые, чувствительные, застенчивые, тревожные или дети с импульсивным поведением. Гиперактивные дети бывают слишком назойливыми и общительными: влезают в чужие разговоры, игры, навязывают свое мнение, нетерпеливы в ожидании своей очереди в игре. По этим причинам они часто вызывают раздражение и негодование в среде сверстников;

особенности внешности – все то, что выделяет ребенка по внешнему виду из общей массы, может стать объектом для насмешек: рыжие волосы, веснушки, оттопыренные уши, кривые ноги, особенная форма головы, вес тела (полнота или худоба);

плохие социальные навыки – недостаточный опыт общения и самовыражения. Такие дети не могут защищаться от насилия, насмешек и обид, часто не имеют ни одного близкого друга и успешнее общаются со взрослыми, чем со сверстниками;

страх перед школой – неуспеваемость в учебе часто формирует у детей отрицательное отношение к школе, страх посещения отдельных предметов, что воспринимается окружающими как повышенная тревожность, неуверенность;

отсутствие опыта жизни в коллективе (домашние дети) – не имеющие опыта взаимодействия в детском коллективе до школы, могут не обладать навыками, позволяющими справляться с проблемами в общении;

особенности здоровья – существует масса расстройств, которые вызывают насмешки и издевательства сверстников: эпилепсия, тики, заикание, нарушения речи и другие болезненные состояния;

низкий интеллект и трудности в обучении – слабые способности могут являться причиной низкой обучаемости ребенка. Плохая успеваемость формирует низкую самооценку: "Я не справлюсь", "Я хуже других" и т. д. Низкая самооценка может способствовать в одном случае формированию роли жертвы, а в другом – насильственному поведению как варианту компенсации. Поэтому ребенок с низким уровнем интеллекта и трудностями в обучении может стать как жертвой школьного насилия, так и насильником.

Самое страшное, что *регулярные издевательства способны спровоцировать попытку самоубийства или покушение на кого-то из преследователей.*

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

Обсуждение в группе:

С какими реальными ситуациями буллинга в школе вы сталкивались?

В чем они проявлялись?

Какие чувства вы при этом испытывали?

Что делали в этих случаях педагоги?

Каковы последствия насилия в детских отношениях?

Как можно предотвратить и преодолеть жестокость в отношениях между детьми?

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

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

Вопросы для обсуждения:

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

Какие мысли приходили вам в голову?

Какие желания у вас возникали?

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

Как эта игра соотносится с вашей реальной жизнью?

Какое она окажет влияние на вашу педагогическую деятельность?

Рекомендации педагогическому коллективу.

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

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

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

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

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

4. К организации действий следует приступать после исследования проблемы насилия в учреждении образования с помощью анкет, изучения специальной литературы и видеозаписей. Меры по борьбе с буллингом могут быть различными.

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

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

7. Не исключайте из поля зрения «обидчиков». Обязательно беседуйте не только с виновными, но с их родителями, даже если это сложно сделать. Буллинг — явление не «криминальное», но, тем не менее, его проявления, если не будут своевременно пресечены, становятся все более опасными. Реакция школьного сообщества на случаи насилия — важный аспект в решении этой проблемы. Работа с виновными может быть различной. Иногда с ними устанавливают контакты и беседуют индивидуально — без угроз. Но зачастую используется такой подход: учитель или психолог, работая с

жертвами, приглашают виновных принять участие в решении ситуации. Этот подход достаточно эффективен — особенно если ребенок проявляет постоянную склонность к насилию.

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

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

Как прекратить травлю в школе *(рекомендации для специалистов)*

Травля в школе — серьезный вызов для педагога-психолога. Ему не только необходимо знать, когда начала развиваться подобная ситуация и что с ней делать, но и учитывать психологические особенности всех ее участников. К тому же действовать надо не в одиночку, следует призвать на помощь педагогов и родителей. Ниже представлены 10 рекомендаций, которые помогут справиться с решением проблемы травли.

Как выявить ситуацию травли?

Когда педагог-психолог сталкивается с противостоянием между учащимися, ему необходимо понять: имеет ли он дело с рядовым конфликтом или столкнулся с фактом буллинга.

Рекомендация первая. Изучить подробности.

При разборе конфликтной ситуации специалисту необходимо обратить внимание на следующие тревожащие признаки:

— неравенство сил, или асимметричность сторон конфликта. Одна из них — заведомо более сильная, более слабый участник не может дать достойный отпор;

— конфликт длительный, и враждебные отношения — постоянны;

— нападения носят преднамеренный характер.

В отличие от случайной конфликтной ситуации, при буллинге его участники не взаимодействуют (или делают это крайне редко). Кроме того, если в ситуации конфликта обе стороны чувствуют себя не очень комфортно, то при травле отмечается бурная эмоциональная реакция жертвы, а нападающий испытывает удовлетворение и даже удовольствие от происходящего.

В то же время нередки и совсем другие случаи, когда дети ведут себя

тихо и не посвящают педагогов во внутренние конфликты и разборки. Травля в классе далеко не всегда может быть очевидной для взрослых. Жертвы предпочитают молчать и скрывать свой «позор», да и агрессоры не стремятся хвастаться своими победами на этом поле перед взрослыми.

Каким же образом обнаружить скрытые ситуации буллинга?

Рекомендация вторая. Исследовать «тайные места».

В каждом учреждении есть территории, которые обычно используются для выяснения отношений. Традиционно в школе это туалеты, спортивные раздевалки, гардероб, столовая или буфет, укромные места (например, рядом с местом хранения утвари). Особенностью является их недоступность для взрослых, там можно спрятаться или смешаться с толпой. Присмотритесь к тому, что там происходит. Вас могут насторожить следующие признаки:

— группа детей ждет кого-то после уроков;

— старшеклассники находятся рядом с туалетами детей младших классов;

— кто-то покупает в столовой еду «для другого»;

— один ученик отбирает у другого спортивную форму или другие личные вещи;

— шум и возня, которые затихают при появлении взрослого (педагога или психолога), при этом на вопрос, что происходит, отвечают, что все в порядке.

Также стоит обратить внимание и на ситуации, когда ученик засиживается после уроков в классе, поглядывая в окно, или постоянно опаздывает на первые уроки.

Непрямая агрессия

Не только прямое физическое воздействие можно считать буллингом. Как пишет психолог А.А. Бочавер, физическая и вербальная агрессия наглядны, косвенную травлю сложнее увидеть и ее влияние не столь очевидно. Тем не менее, именно она приводит к наиболее тяжелым последствиям.

Что же это такое? Рассмотрим два примера. В первом случае ученик сталкивается с тем, что его толкают и обзывают, к тому же при случае могут еще и испачкать его тетради и учебники. Возможно, отнимают деньги, которые дали ему родители. Во втором — вроде бы внешне все спокойно, никому не причиняют видимого вреда, но при этом относятся к одному из учеников как к прокаженному: игнорируют его, не принимают в общие беседы, молчат в ответ на его вопросы, а за глаза обсуждают. Дружить с ним нельзя, иначе станешь таким же «прокаженным».

В первом случае травля называется прямой, во втором — косвенной. Считается, что к прямой травле чаще обращаются мальчики, а к косвенной — девочки. Помимо неочевидности происходящего молчаливая травля опасна еще и тем, что велик соблазн ничего с ней не делать. Ребенок сыт, одет, готов к урокам — что еще казалось бы надо? Выяснять же, кто с кем дружит и кто с кем не разговаривает, нередко не хочется не только педагогам, но и родителям.

Рекомендация третья. Предоставить слово анониму.

Поскольку основной проблемой выявления буллинга является замалчивание жертвами и свидетелями случаев прямого или косвенного насилия, необходимо предоставить детям возможность анонимного информирования взрослых о том, что происходит в их среде.

Для этой цели хорошо подойдет «ящик для жалоб», куда можно незаметно и — что особенно ценно для детей — анонимно положить записку о случаях насилия, которому дети подвергаются или которое наблюдают. Таким «жалобным ящиком» может стать большая картонная или фанерная коробка с прорезью, из которой нельзя легко изъять записки (во избежание их воровства). Эти коробки должны стоять в укромных местах: на заднем дворе школы или где-то неподалеку от раздевалок. В то же время информация об установке таких ящиков должна быть доступна для всех детей — можно, например, вывесить плакат на входе в школу с объявлением о нововведении. Ящики можно использовать как на постоянной основе, так и в течение некоторого времени. Очень важно реагировать на записки, чтобы ученики чувствовали, что их жалобы не остаются без ответа.

Учим детей общаться со взрослыми

Даже когда вы выявили существование ситуации травли, вызвать на откровенность ребенка может быть очень непросто. В детских коллективах довольно часто бытует мнение, что нет ничего хуже, чем ябедничать. К тому же проблемы необходимо решать самостоятельно, без привлечения взрослых. Этот же настрой нередко поддерживается и родителями, которые стараются воспитать в детях самостоятельность или просто не намерены вникать в проблемы ребенка, считая их вымышленными.

Рекомендация четвертая. Объяснить разницу.

Специалист может провести профилактическую беседу с классом, в которой объяснит, чем обращение за поддержкой и помощью отличается от ябедничества и доноса. Целью доноса (или ябедничества) является причинение неприятности другому человеку. Цель же обращения за помощью — желание избежать неприятностей для себя. Эту разницу можно подкрепить визуально рисунком на доске, чтобы сделать границу более очевидной.

Кроме того, психолог должен сразу же определить круг тех людей, к кому дети могут обратиться за помощью. Помимо психолога это могут быть учителя, которые пользуются авторитетом у учеников, руководители кружков и дополнительных занятий, а также родители. Родителей стоит отдельно попросить внимательно отнестись к подобным заявлениям со стороны ребенка и обратиться с этой информацией к школьному педагогическому психологу.

Участники буллинга

Итак, ситуация травли выявлена, и наступает период работы с жертвой, агрессором и группой в целом. Для того чтобы начать работать с такой ситуацией, необходимо прежде всего понять, кто в ней участвует и каковы их психологические особенности. Одна из классификаций была предложена П.

Смит и К. Ананиаду. В соответствии с ней в этом процессе участвуют: инициатор, или преследователь, его помощник, который стремится помогать и подражать преследователю, защитник жертвы (как правило, обладающий большим авторитетом среди одноклассников), собственно жертва и наблюдатель — нейтральный участник.

О.Л. Глазман провела исследование, выявившее особенности каждой из этих групп. «Преследователи» более авторитарны, нежели остальные участники буллинга, и за счет этого набирают себе «помощников». «Жертвам» — свойственна самая низкая самооценка, наиболее высокий уровень тревожности и трудности в общении. Интересно, что и «помощникам», из-за того что они поддерживают «преследователя», не удается добиться уважения в классе — возможно, желаемого ими. Они проявляют себя как очень зависимые, однако, при этом авторитарные ребята. Такое сочетание рождает у них внутренний дискомфорт.

А вот у «защитников» отмечается высокий коэффициент удовлетворенности общением. Они вполне удовлетворены позицией, которую занимают в классе, и обладают высокой самооценкой. Настоящей ценностью для них является доброта, что и позволяет им проявлять себя в качестве «защитников». И именно такая особенность этой части группы открывает перед школьным психологом довольно большие возможности.

Рекомендация пятая. Сформировать группу поддержки.

В педагогике США и Канады разработана система Link-Crew (команда связей), которую вполне можно задействовать и в российских школах. Для этого отбираются наиболее активные ученики, обладающие лидерскими качествами, позитивные и доброжелательные. Из них создают команду, которая будет шефствовать над ребятами помладше.

В каком-то смысле шефство — не новость в наших школах, однако зачастую оно носит формальный характер. Сделать же из этого рабочую модель вполне по силам психологу при помощи педагогического коллектива. На каждого шефа приходится 3–5 подшефных на два года младше. Шефы могут подходить хотя бы раз в день к своим подопечным и интересоваться их делами.

Поскольку старшеклассники лучше адаптированы, они могут оказать реальную помощь и поддержку младшим ребятам. При возникновении сложных случаев они обращаются к психологу, который курирует группу. Американские специалисты отмечают очень высокую степень заинтересованности со стороны детей в участии в такой команде.

Рекомендация шестая. Провести тренинги на сплочение.

Буллинг переживает несколько стадий развития, и всегда лучше перехватить ситуацию в самом начале, когда она только зарождается. В этом случае работают методы по формированию и сплочению коллектива.

Например, выполняются небольшие игровые задания по принципу «случайной пары», когда дети ставятся в пары друг с другом не по собственному выбору, а методом жребия, и постоянно меняются друг с другом. При этом каждый раз необходимо приветствовать своего напарника

и говорить «спасибо» за совместную работу. Не остаются безрезультатными и тематические встречи-обсуждения с классом на тему «Почему недопустим буллинг».

Травля в сети

Серьезной социальной проблемой в последние годы стал еще и *кибербуллинг* — травля в интернете. Наиболее уязвимой группой в данном случае являются подростки (в городах подавляющее количество детей в возрасте от 6 до 18 лет пользуются интернетом ежедневно). Связана эта проблема и с ростом популярности социальных сетей, где дети и подростки нередко публикуют достаточно откровенную информацию о себе. Возможные риски при этом детьми не учитываются в силу возраста и недостатка опыта.

Что же делать специалистам в этом случае? «В ситуации кибербуллинга при отсутствии «реальных» отношений между жертвой и агрессором, по-видимому, основным направлением мишенью психологической работы должны становиться личные границы жертвы и навыки обеспечения их устойчивости», — отмечают А.А. Бочавер и К.Д. Хломов в статье «Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий».

Какими средствами этого можно достичь?

Рекомендация седьмая. Повысить самооценку «жертвы».

В результате травли ребенок чувствует себя подавленным, никчемным и ничего не стоящим. Обрести чувство собственного достоинства ребенку может помочь упражнение, во время которого он сделает коллаж под названием «Я тот, кто я есть», используя свои фотографии, вырезки из журналов, цветную бумагу и наклейки. Для этого необходимо вырезать слова и изображения, касающиеся любимой еды, животных, которые ему нравятся (или даже живут у него дома), фотографии друзей и любимых членов семьи. Надо обратить внимание ребенка на то, что делает его уникальным. Важно сосредоточиться на тех областях жизни, которые дают ребенку чувство радости, воодушевления и защищенности. Сделав такую подборку, надо распределить вырезки по поверхности ватмана, таким образом, чтобы осталось минимум свободного места. В середину ребенок может поместить свою фотографию в расслабленной позе и приписать девиз, который ему нравится. После завершения работы коллаж можно повесить в комнате и в самые сложные моменты смотреть на него и напоминать себе, чем ты отличен от остальных, что делает тебя уникальным и неповторимым.

Рекомендация восьмая. Сориентировать на самозащиту

Одна из основных идей, которые педагог-психолог может дать ребенку, подвергающемуся прямому насилию, состоит в том, что тот имеет полное право защищаться. Часто застенчивые, тихие дети просто не знают, каким образом это можно делать. В этом случае подойдет знакомство с приемами самообороны. Будут полезны кружки и секции, где ребенка научат быть более сильным, выносливым и соответственно иметь возможность дать физический отпор обидчикам. Кроме этого стоит объяснить ребенку, что

защитой для него может послужить привлечение к ситуации внимания окружающих, например громкий крик или свист (можно носить с собой свисток).

Что касается «наблюдателей», которым также необходима психологическая защита, им можно предложить завести своеобразный дневник, в котором будут фиксироваться случаи нападения с указанием даты, времени, описанием ситуации. Эти записи можно передать психологу, который лучше ориентируется, нужно ли давать этим записям ход и, возможно, привлечь органы правопорядка.

Рекомендация девятая. Привлечь родителей детей - «агрессоров».

Часто бывает так, что именно те родители, которым необходимо знать о ситуации, возникшей в школе, не приходят на родительские собрания и встречи с психологом, а если и появляются там, то занимают позицию отрицания или обороны. Информация, что их ребенок выступает в роли агрессора, им неприятна, ее сложно принять. Для того чтобы выстроить с такими родителями конструктивный диалог, педагогу-психологу необходимо придерживаться следующих правил.

1. Отказаться в разговоре с родителями от клейма «агрессор» и подчеркнуть, что многие дети просто не осознают в полной мере, что делают, и не учитывают последствий, к которым это может привести (исключение из школы, постановка на учет в детской комнате милиции и пр.). Тем не менее последствия эти реальны, и взрослые могут предотвратить их.

2. Донести до родителей информацию, что с агрессивным поведением ребенка можно и нужно работать, и именно четкая позиция родителей позволит это сгладить.

3. Предложить поступать не с позиции наказания, а с позиции помощи ребенку.

4. Показать родителям действенные методы, которые позволят изменить поведение ребенка: подавать хороший пример, разграничивать хорошее и плохое поведение, объяснять ребенку разницу между людьми. Не идти на конфликт с ребенком, а вызвать его на душевный разговор, во время которого можно проговорить важные вещи.

5. Обращать внимание на сильные стороны ребенка, подчеркнув возможность их развития и тот потенциал, который будет иметь ребенок, если будет придерживаться просоциального поведения.

Рекомендация девятая. Составить памятку про мифы о буллинге.

Памятку о мифах про буллинг можно раздать родителям на общем собрании. Кроме того, не вредно выступить с таким рассказом и перед педагогическим коллективом, в котором вполне могут поддерживаться подобные стереотипные взгляды на травлю в детском коллективе. Вот примерная схема такой памятки.

Рекомендация десятая. Найти ребенку с ОВЗ помощников среди детей.

Когда в класс приходит ребенок с особенностями, связанными с состоянием здоровья, не нужно делать вид, что ничего не происходит.

Наоборот, класс важно подготовить к этому событию. При этом педагог-психолог может обратить внимание одноклассников, что именно от них сейчас зависит, насколько у ребенка с ОВЗ получится успешно учиться. Следует подчеркнуть, что они могут оказать посильную помощь: объяснить задачу, рассказать о расписании уроков, помочь добраться до столовой.

Можно спросить, кто хотел бы принять участие в общем со взрослыми деле и стать помощником для новенького. Из вызвавшихся учеников формируется группа помощи. Встречаясь с ребятами из группы, психолог обсуждает с ними, как идут дела, просто или сложно для них взаимодействовать с новым одноклассником, что можно сделать, чтобы вхождение его в класс стало более успешным для него и комфортным для всех

Литература в помощь:

С.В. Кривцова. Травля в школе — что делать. Методики антибуллинговой работы. М.: Федеральный институт развития образования, 2016.

Сабина Досани. 52 способа помочь ребенку выжить в школе. М.: ЗАО Центрполиграф, 2009.

Кристин Аудмайер. Все на одного. Как защитить ребенка от травли в школе. М.: Альпина Паблицер, 2016.

Методические материалы для работы с обучающимися

«Ребята, давайте жить дружно!» (тренинг для младших школьников)

Цель: сплочение и организационное развитие детского сообщества.

Задачи:

- развитие групповых структур и процессов;
- поддержание благоприятного внутригруппового климата в классе;
- снятие психологического напряжения и установление добрых отношений в группе.

Ход занятия:

Вступительное слово ведущего: объяснить цели занятий, рассказать, как они будут проходить.

Ведущий. Ребята, проводить занятия мне поможет Кот Леопольд. Вы, конечно, смотрели мультфильм о нем, какой у него был характер? (Добрый, он хотел со всеми дружить.) А вы бы хотели с ним подружиться? Тогда давайте с ним познакомимся.

Знакомство. Участник называет свое имя и передает мячик соседу, который также называет свое имя. Мячик передается до тех пор, пока все участники не назовут свое имя. Участник кидает мяч любому члену группы. Тот называет свое имя и кидает мяч кому-либо по своему выбору. Участник называет свое имя любому члену группы и имя того, кому бросает мяч.

«Цветок — имя»

Ведущий. Кот Леопольд предлагает вам закрыть глаза и представить себе летний день в саду, почувствовать запахи, услышать пение птиц и увидеть вокруг себя красивые цветы. (Звучит музыка «Волшебные звуки природы».) Один цветок нужно назвать своим именем, рассмотреть, ощутить его запах, взять в руки, запомнить, что чувствуют руки, прошептать свое имя. После этого дети делают глубокий вдох и открывают глаза. Каждый ребенок рисует свой цветок.

Кот Леопольд. Пока вы рисовали, я придумал приветствие для наших занятий:

Давайте дружно будем жить

И дружбой нашей дорожить.

И никогда не ссориться —

Тогда дела все спорятся!

Понравилось приветствие?

А теперь вместе, дружно прочтем приветствие (раздает карточки с текстом). Молодцы! А какие песни вы знаете о дружбе? (Дети перечисляют.) А какую песню вы сможете сейчас спеть? (Дети поют любую знакомую песню о дружбе.) Ребята, а какое у вас сейчас настроение? Почему?

«Шалтай-Болтай»

Ведущий. Ну, тогда представьте, что вы Шалтай-Болтай. Покажите, как вы можете шуметь, веселиться, болтать руками, ногами, вертеть головой. (Дети вертятся и шумят.)

Ведущий.

Шалтай-Болтай

Сидел на стене.

Шалтай-Болтай

Свалился во сне.

Дети поворачивают туловище вправо-влево, руки у них свободно болтаются. На слова «свалился во сне» наклоняются вперед. Все это может показать и сам ведущий.

Ведущий. Смеемся! Болтаем руками, ногами. Нам очень весело, и мы смеемся! Похлопали, потрясли руками. Молодцы!

«Два друга»

Кот Леопольд. Послушайте стихотворение Т. Волгиной «Два друга» и оцените поведение обоих ребят.

Пришли два друга на речку загорать.

Один решил купаться — стал плавать и нырять.

Другой сидит на камушке и смотрит на волну,

И плавать опасается: «А вдруг я утону?»

Пошли зимой два друга кататься на коньках.

Один стрелой мчится — румянец на щеках!

Другой стоит растерянный у друга на виду:

«Тут тесно, очень скользко, а вдруг я упаду?!»

Гроза дружков застала однажды на лугу,

Один пробежку сделал — согрелся на бегу.

Другой дрожал под кустиком, и вот дела плохи:

Лежит под одеялами: «Кха-кха!.. Апчхи! Апчхи!»

Дети распределяют роли и пантомимически иллюстрируют стихотворение, которое ведущий читает снова.

«Игра в философов»

Ведущий (с корзиночкой в руках, говорит вполголоса). Дети, в этой корзиночке не грибы, не ягоды, здесь — сюрприз! Пожалуйста, посмотрите сюда! Можно достать то, что там находится.

Дети вытаскивают бумажные разноцветные «сердечки», на которых написаны вопросы: «Что такое человек?», «Что такое дружба?», «Что такое радость?»

Дети рассуждают. Ведущий подытоживает их рассуждения.

«Я не такой, как все, и все мы разные»

Учащимся предлагается в течение 5 минут с помощью цветных карандашей нарисовать или описать такое состояние, как радость. Рисунок может быть и конкретным, и абстрактным — каким угодно. После выполнения задания (рисунок нужно подписать) все рисунки и описания складываются в «волшебный ящик».

Все перемешивается, вытаскивается большая пачка, которую школьники рассматривают, передавая листки друг другу. Ведущий просит ребят обратить внимание на различия в понимании радости. Проводится небольшое обсуждение и делается вывод о том, что люди по-разному понимают одни и те же вещи.

Листки вновь вкладываются в «волшебный ящик», перемешиваются, вытаскиваются. Каждому предлагается найти свой листок.

Проводится обсуждение, легко или трудно было это сделать. Анализируется, почему.

Делается вывод о том, что каждый человек особенный, неповторимый. Поэтому каждый человек незаменим. И это важное основание для того, чтобы каждый человек ощущал свою ценность.

«Мой портрет в лучах солнца»

Ведущий. Попробуйте ответить на вопрос: «Почему я заслуживаю уважения?» Чтобы вам легче было это сделать, нарисуйте солнце, в центре солнечного круга напишите свое имя и нарисуйте свой портрет. Затем вдоль лучей напишите все свои достоинства, все хорошее, что вы о себе знаете. Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей.

Рефлексия занятия

Ведущий задает вопросы для обсуждения.

С чем мы познакомились на нашем занятии? Что вам не понравилось? Для чего мы играем в эти игры?

Дети уходят. Кот Леопольд прощается с ними: с каждым за руку.

Классный час «Хочу дружить»

Цель: формирование и развитие навыков конструктивного общения.

Задачи:

- способствовать преодолению барьеров в общении;
- совершенствовать навыки общения;
- помочь детям осознать, какие качества важны в дружбе;
- формировать навыки конструктивного взаимодействия в группе.

Ход классного часа

Игровое упражнение: “Привет!”

Дети начинают ходить по комнате. Предлагаю им поздороваться с каждым из группы за руку и при этом сказать “Привет! Как твои дела?”. Говорить нужно только эти слова и больше ничего. Здраваясь с кем-либо из участников, можно освободить свою руку только после того, как другой рукой вы начнёте здороваться с кем-то ещё. Иными словами, необходимо быть непрерывно в контакте с кем-либо из группы и поздороваться со всеми членами группы.

Упражнение “Что я больше всего люблю делать и чему хотел бы научиться” (в упражнении используется мяч)

Ведущий: В школе вместе вы учитесь уже давно. Каждый из вас – интересный человек, интересная личность, каждый вносит свой вклад в дела класса, во внутриклассные взаимоотношения. Передавая мяч друг другу,

назовите своё имя и расскажите немного о том, что каждый из вас любит делать и что у вас лучше всего получается. И скажите так же о том, чему вы бы хотели научиться.

Обсуждение по теме занятия:

- Что такое дружба?

“Дружба” (словарь) – это близкие отношения, основанные на взаимном доверии, привязанности, общности интересов.

“Дружба” (словарь) – отношение самоценное, само по себе являющееся благом, так как друзья помогают друг другу бескорыстно.

“Дружба” (словарь) – индивидуально избирательна и основана на взаимной симпатии.

Известно, что друзья могут быть постоянные или временные. Временных друзей мы называем приятелями.

- Чем приятели отличаются от друзей?

- Сколько у человека может быть настоящих друзей?

Обобщение ответов:

Проведённые социологические исследования показали, что люди, которые утверждали, что имеют много друзей, в сложной, критической ситуации оставались либо сами с собой, либо с близкими родственниками. А люди, которые утверждали, что друзей у них мало (1-3 человека) всегда находили у них поддержку и понимание. Таким образом, можно сказать, что настоящих друзей всегда не так много. Но у любого человека обязательно должны быть не только друзья, но и приятели.

Итак, друзья – это те, кому мы верим, кто нас не предаст, не подведёт, способен поддержать нас в трудную минуту, посочувствовать нам и помочь. Другу мы можем доверить все свои откровения. Человек в течение своей жизни приобретает и, к сожалению, иногда, теряет друзей из-за различных ситуаций. Дружба доставляет нам много радости. Дружеские отношения могут изменяться по мере того, как мы сами растём и изменяемся.

- Кто же такой друг? Какими качествами в идеале он должен обладать?

Упражнение “Мой идеальный друг” (дети разделены на 5 групп)

Учащимся предлагают в группах написать те качества, которые необходимы другу. “Друг – это тот, кто...”

Совместное обсуждение результатов.

Дискуссия по кругу:

- Если бы твой лучший друг (подруга) сказал о том, что ему (ей) больше всего нравится в тебе, как ты думаешь, что именно он (она) сказал бы?

- А если бы этого человека попросили сказать о том, что ему не нравится в тебе, как ты думаешь, о чём он сказал бы?

- Как вы думаете, что важнее всего в дружбе?

- Что может помешать дружбе?

Психогимнастика: “Поменяйтесь местами все те...”

Дети сидят в кругу, где не хватает одного стула. Водящий находится в центре круга, даёт команду: “сейчас поменяются местами все те, у кого...”.

Называется любой признак: цвет волос, одежда, день рождения и т. д. Нельзя меняться с соседом слева и справа. Водящий должен успеть сесть на освободившийся стул. Кто остался без места, тот и водит.

Упражнение “Что Важно для дружбы?”

Ребята, что на Ваш взгляд, из перечисленного списка, очень важно для дружбы, а что не важно?

Давать друг другу списывать контрольные работы и домашние задания.
Защищать друг друга от обидчиков.

Придумывать вместе интересные игры.

Уметь посочувствовать, поддержать, утешить.

Угощать друг друга сладостями.

Уметь сказать друг другу правду, даже если она не очень приятна.

Уметь уступать друг другу.

Часто ходить друг к другу в гости.

Говорить друг другу всегда только приятные слова.

Уметь делиться новостями.

Помогать друг другу.

Уметь слушать друг друга и понимать.

Уметь относиться терпимо к другим друзьям своего друга.

Не ссориться друг с другом по пустякам.

Искренне радоваться успехам друг друга.

Знакомство с кодексом дружбы (правилами дружбы):

(Каждому ученику вручаются данный кодекс)

Кодекс дружбы, разработанный отечественными социологами и психологами:

1) Всё проверяется временем, годами! Если с вами рядом есть человек, с которым вы общаетесь регулярно в течение 3 – 5 лет и более, с которым у вас есть общие интересы, взаимопонимание, общие взгляды, общие воспоминания, если вы всегда можете обратиться к нему со своими вопросами и проблемами и точно знаете, что отказа не будет – это значит, что у вас есть друг!

2) Дружбой надо дорожить, беречь и оберегать её! Знайте, что поспорить всегда просто, а помириться и простить – очень тяжело.

3) Лучше обсудить, чем поругаться. Никогда не сравнивайте своего нового друга с другими или прежними друзьями! Если вы делаете это – то значит, что вы чем-то недовольны. А недовольство ведёт за собой недоверие. Недоверие – конец дружбы.

4) Помните, что все люди разные! У каждого свои достоинства и недостатки. Не старайтесь переделать своего друга – это нечестно по отношению к нему.

5) Дружба – это взаимный процесс! Значит и от вас требуется понимание, внимательность по отношению к вашему другу.

6) Не поступайте с другом так, как не хотели бы, чтобы поступали с вами.

7) Дружба предполагает доверие и искренность. Поэтому будьте искренними с друзьями! Помните поговорку: “Как аукнется, так и откликнется”. Человек всегда за подозрительность получает подозрительность, за ложь – ложь, за открытость – открытость.

Вопросы детям и обобщение их ответов:

- Как вы думаете, несоблюдение, каких правил может привести к распаду дружеских отношений?

- Как вы думаете, почему очень часто от ребят можно услышать следующие фразы: “У меня нет настоящего друга”, “Не могу найти друзей”, “Мне сложно дружить” и так далее?

- Где человек может найти себе друзей?

Конечно, друзей можно найти где угодно. Но хотелось бы отметить, что лучшие друзья – это друзья детства, школы. В школе проще найти человека, с которым вам будет интересно вместе, с которым у Вас будут общие планы, общие взгляды, общие интересы, общие проблемы и дела. Вам легче понять друг друга.

- Как вы думаете, есть ли возрастные ограничения дружбы?

Исследованиями и опросами установлено, что возрастных ограничений нет. Но всё же большинство людей придерживаются мнения, что друг должен быть одного возраста или на немного старше или младше вас самих.

В заключение несколько полезных советов:

- Не будьте слишком критичны по отношению к окружающим вас людям. Для установления отношений очень важно, какое вы сами производите впечатление на окружающих людей. Люди всегда видят вас такими, какими вы себя преподносите.

- Чтобы у вас появились друзья нужно уметь общаться. Общение – это целое искусство! Общению надо учиться. В этой связи, не будьте критичны, мнительны, угрюмы и подозрительны. Если вы всегда энергичны, в меру открыты, спокойны – вы привлекательны для окружающих.

- Держите и ведите себя так, чтобы люди имели основание относиться к вам с уважением, видели в вас сильного и привлекательного человека. Старайтесь ни о ком не думать дурно. Устройте себе экзамен: постарайтесь неделю ни о ком не злословить и сплетничать ни вслух, ни про себя. Это довольно сложно! Но получается, что если мы сами ни о ком не думаем плохо, то и нам кажется, что о нас так же все думают только хорошее.

- Стройте своё отношение и общение с другими “на равных”, не задевайте того, что человеку дорого: его стиль одежды, его увлечения, его близких, его идеалы и ценности.

- Будьте осторожны с юмором. Самый опасный юмор тот, который направлен на другого человека. Если вам дорого хорошее настроение своё и окружающих, то прежде, чем пошутить, подумайте о последствиях.

- Что касается советов, то они редко учат, но часто злят. Поэтому тем, кто любит давать советы, хотелось бы сказать, что их нужно давать только тогда, когда вас об этом просят и только такие, за которые вам будут благодарны.

- Будьте внимательны к окружающим, не забывайте здороваться, не забывайте поздравлять людей с праздниками, помните дни рождения окружающих вас людей.

И тогда вас тоже обязательно заметят, обязательно запомнят. У вас будут настоящие друзья, постоянные друзья, которые помогут вам в самых сложных жизненных ситуациях.

Рефлексия:

Какие чувства вызвали у вас различные задания? Что особенно запомнилось? Или заставило задуматься?

«Мы - разные, но мы – вместе»

(групповое занятие для обучающихся 5-6 классов)

Цель: помочь участникам определить главную причину нетерпимости в мире - различие между людьми и понять, что «отличный от меня» не значит «плохой».

Упражнение 1. «Приветствия».

Задача: знакомство участников с существующими приветствиями в разных культурах и сломать стереотипные формы поведения.

Участники получают карточки с приветствиями из разных стран:

- сложить руки (как в "молитве") на уровне груди и поклониться (Япония);
- потереться носами (Новая Зеландия);
- пожать друг другу руки, стоя на большом расстоянии друг от друга (Великобритания);
- крепко обняться и три раза поцеловать друг друга в щеки (Россия)
- показать язык (Тибет);
- очень крепко пожать друг другу руки, стоя близко друг к другу (Германия);
- обняться и поцеловать в щеки четыре раза по очереди (Франция).

Участники приветствуют друг друга способом, указанным на их карточках.

Обсуждение упражнения:

какую роль играют приветствия в нашей жизни?

Попробуйте догадаться, из каких стран пришли ваши приветствия?

Было ли трудно здороваться каким-то способом?

Показались ли какие-то из приветствий смешными?

Все люди вокруг нас разные, у них разные привычки, взгляды на жизнь, обычаи, и важно научиться, не только высказывать собственное мнение, но и принимать мнение другого. Ведь один из принципов толерантности – это принятие другого человека таким, какой он есть. Нужно научиться признавать многообразие людей разных национальностей, их мнений, религий, убеждений, традиций.

Упражнение 2 «Правила работы»

Ребята, давайте вспомним правила работы группы:

- Мы всегда помогаем друг другу

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

Упражнение 3.

А сейчас я предлагаю вам посмотреть видеоролик (*см. любой с сайта «Травли нет!»*)

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. Обратите внимание, что обидчик тоже может стать жертвой, если появится более сильный агрессор, концовка мультфильма это наглядно показывает.

Вопросы для обсуждения:

Как вы думаете, кто чаще из ребят становится жертвой?

Какие особенности для них характерны?

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 4. Упражнение «А я считаю ...»

Задача: осознать возможность сосуществования различных мнений.

Проведите посреди аудитории воображаемую черту. С одной стороны повесьте нарисованный на бумаге плюс ("согласен"), с другой - минус ("не согласен"). Сама черта означает отсутствие мнения. Участники после зачитывания утверждений должны стать на сторону "плюса" или "минуса". Участники, которые не могут определиться, становятся посередине, но при этом они лишаются права высказаться. Основная идея в том, что утверждения не должны быть ложными или истинными, они предполагают возможность различных мнений. Примеры утверждений:

- самый важный предмет – математика;
- играть «в компьютер» лучше, чем смотреть телевизор;
- самое прекрасное домашнее животное – кошка;
- не иметь высшего образования – стыдно;
- самая классная музыка – рэп;
- «Кока-кола» вкуснее «Фанты»;
- изучать иностранный язык легче, чем физику.

Обсуждение упражнения:

Был ли кто-нибудь прав в этих ситуациях? Были ли случаи, когда кто-то из участников оказывался в меньшинстве? Что они чувствовали? Не испытывали ли они соблазна поменять мнение под давлением большинства? На все ли вопросы, о которых люди спорят, можно ответить однозначно? Как вы относитесь к человеку, с мнением которого вы не согласны? Хорошо или плохо иметь собственное мнение?

Упражнение 5. «Чем мы отличаемся друг от друга». «Чем мы похожи друг на друга».

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).

Упражнение 6. Разыгрывание сценок и миниатюр.

Участники выбираются по желанию и разыгрывают сценки. Важно проговорить, что это только роль и вы артисты, которые играют данную роль:

- Саша любит рок-музыку. Недавно он проколол себе ухо, потому

что многие рок-звезды носят серьги. Он пришел в школу, и одноклассники стали смеяться над ним. Один мальчик даже крикнул ему «ты не мужчина».

— Лена пришла в школу в новом платье. Подруги спросили ее, где она его купила. Она ответила, что мама купила его для нее в секонд-хэнде. Девочки сказали «значит, ты бедная» и не захотели с ней играть.

— Армен недавно приехал в наш город. Он говорит по-русски с акцентом. После школы ребята окружили его и стали передразнивать.

— Зарина - мусульманка. Она всегда носит длинные юбки и не ест в школьной столовой. Девочки смеются над ее одеждой, а один мальчик пытался заставить ее есть котлету.

— Недавно в классе узнали, что Расул - мусульманин. Теперь дети боятся его и думают, что он и его брат – террористы.

Рефлексия данного упражнения направлена на то, чтобы дети поняли, что любая ситуация может вызвать у окружающих разную реакцию. Позвольте им выразить свои все чувства. Что они чувствовали, когда получили задание? когда их ругали и игнорировали? Как развивались события, как менялись их ощущения в связи с этим? Как чувствовали себя остальные? Хотелось ли им возмутиться против несправедливости, или, наоборот.

Упражнение 7. «Ярлыки».

Задача: дать участникам возможность почувствовать себя на месте отмеченных «ярлыком» людей; помочь увидеть недостатки такого подхода к людям.

Оборудование: наклейки с надписями «равнодушный» «ленивый», «злой», «неудачник», «бездельник», «балбес», «безответственный», «несерьезный», «драчун», «прогульщик» и т.д.

Подойдите к каждому из участников и наклейте на спину одну из наклеек (выбор наклеек должен быть случайным). Попросите участников не говорить друг другу, какие наклейки на них наклеены и запретите смотреться в зеркало. Дайте всей группе какое-нибудь интересное задание (например, нарисовать или сочинить что-нибудь). Скажите, что участники должны вести себя друг с другом так, как будто бы написанное на наклейках - правда.

Обсуждение:

Что вы чувствовали, когда с вами вели себя неадекватно тому, как вы себя ощущаете?

Всем ли досталась одинаковая работа?

Как это связано с наклейками?

Существуют ли «наклейки» в реальной жизни?

Всегда ли наше мнение о других людях соответствует реальному?

Влияет ли наше мнение на поведение в отношении этих людей?

Если бы наклеек не было, группа бы работала лучше или хуже?

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», «лидер».

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?

Упражнение 8. Подведение итогов.

В триумфальном ритуале римских полководцев есть такие слова: «Помни, что ты только человек». Их повторял триумфатору специально приставленный для этой цели глашатай. Это было своеобразное предостережение против установления диктатуры и тирании. Сегодня так можно сформулировать жизненный принцип любого человека, независимо от его социального статуса, места проживания, пола, нации и возраста. Мы не должны применять насилие, быть жестокими по отношению друг к другу. Никто не обладает абсолютной властью над другими, не имеет права поработать другого, вторгаться в его мир и насильственно его изменять.

Список использованной литературы.

Вачков И. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. – 1999.

Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг. - М., 2001.

Сериков Г.В. Мир различий/ Сборник упражнений для учащихся образовательных школ.

Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе. - М., 2003.

Веб - сайт «А.Я. Психология» .<http://azps.ru/>.

Веб – сайт «Толерантность». <http://www.tolerance.ru/>.

Методические материалы для проведения родительских собраний

Одиночество ребенка в семье

(методическая разработка родительского собрания)

Цель: формирование эмоционального принятия индивидуальности ребенка и изменения уровня родительских притязаний.

Задачи:

- определить роль семьи и ее влияние на формирование личности ребенка;
- повысить интерес родителей к развитию личности ребенка;
- создать необходимые условия для формирования позитивного образа ребенка.

Время: 20–30 минут.

Оборудование: интерактивная доска, компьютер.

Методические рекомендации.

Одной из эффективных форм работы с родителями является проведение в активной форме тематических родительских собраний, на которых создаются условия для осмысления проблем психофизических закономерностей развития ребенка и мотивов его поведения; осуществляется поиск способов взаимодействия и воспитания. У родителей формируется адекватное представление о детских возможностях и потребностях, раскрываются новые ресурсы.

Ход собрания

Ведущий. Его боятся. От него бегут. Им пугают: «Вот будешь так себя вести, останешься совсем один!» — и эта угроза действует. С каждым прожитым годом в человеке крепнет уверенность, что тяжелее одиночества нет на свете наказания. А вместе с ней растет страх остаться одиноким...

Ведущий. Как справедливо заметил психоаналитик и педиатр Франсуаз Дольто, «...о ребенке говорят много, но с ним не говорят...». К сожалению, это правда. Мы говорим с ребенком о многом: о друзьях, учителях, оценках. Однако сам ребенок, его ощущения, переживания, мечты, радости и страхи остаются вне поля зрения. Тем самым все самое главное ребенок осмысливает самостоятельно, один на один с самим собою.

Ведущий. Одиночество. Что за этим стоит? Стоит ли этого бояться? Почему человек, находясь в окружении других людей, даже в своей семье испытывает чувство одиночества?

Ведущий. Как ощущается одиночество? Обычно дети не жалуются именно на одиночество. За ним скрывается множество более конкретных негативных переживаний. Чаще всего это паника, беспомощность, утрата надежды, ощущение покинутости, чрезмерная ранимость. Чуть реже — застенчивость, незащищенность, ощущение собственной непривлекательности, непригодности, глупости.

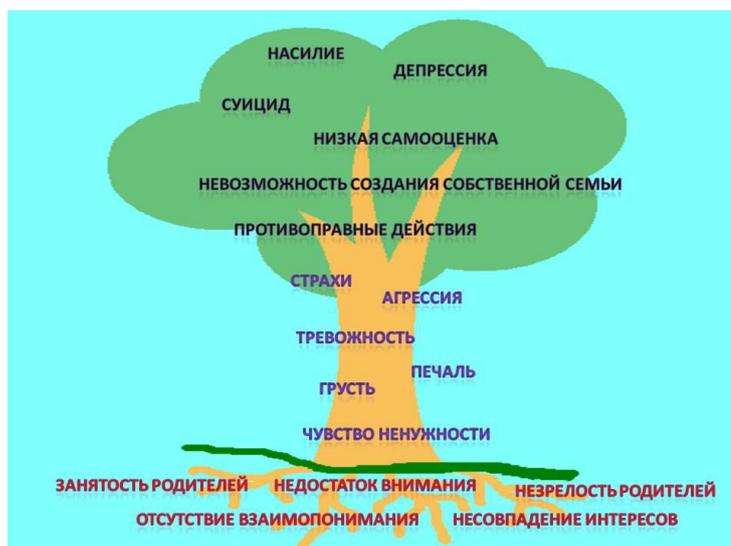
Ведущий. Чувство одиночества, ненужности возникает уже с самого

раннего возраста. Как ни странно это звучит, но его начинают формировать родители ребенка. Я не раз слышала такие фразы: «Будешь плохо себя вести, отдам другой маме». Или: «Отдам дяде», «Оставлю тебя на улице», «Оставайся один». Родители не задумываются над этими фразами, шутливыми угрозами. Но эти фразы, произнесенные самыми близкими людьми, уже зараждают у ребенка тревогу, неуверенность, страх.

Маленькие дети не могут сформулировать свои мысли и выражают свои эмоции поведением, то есть капризами, агрессией и так далее...

Ведущий. Давайте задумаемся, в чем же корни детского одиночества, как оно проявляется и каковы последствия этого явления?

Упражнение «Дерево»



Причины одиночества ребенка в семье — это будут корни нашего дерева.

Проявления одиночества в жизни — это ствол дерева (*страхи, тоска, тревога, грусть, печаль, оторванность, угнетенность, жалость к себе, чувство неценности и ненужности, агрессия*).

Последствия одиночества — это крона дерева (*тревожность, низкая самооценка, агрессия, суицид, противоправное поведение, жестокость по отношению к окружающим, психологическое и физическое насилие*).

Ведущий. Зачастую наше общение с детьми превращается в работу. Дежурные фразы по утрам, поцелуй на ночь, суровый взгляд в дневник в конце недели, а летом — отправка на отдых к бабушке или же вообще предоставление ребенка самому себе. Вот, пожалуй, и все, что мы оставляем своим детям. И так каждый день, месяц за месяцем, год за годом. А ведь он ждет участия родителей в своих радостях и победах, проблемах и трудностях, рассчитывает на их поддержку, понимание и любовь. Многие скажут: «Такова жизнь». Понятно, что для большинства семей сегодня есть альтернатива: либо работа на износ, либо жизнь за чертой бедности. Поэтому общение с мамой и папой в лучшем случае заменяют бабушка с дедушкой, в худшем — просмотр телевизора, компьютерные игры.

Ведущий. А сейчас я попрошу вас закрыть глаза и вслушаться — это

пишут наши дети...

Отрывок из сочинения: «Вот еще один день проходит... и вроде бы весь день общался, был не один, а вспомнить, что было, не могу. Странно... и мама вот-вот уже с работы придет. Интересно, что она скажет.. Да что тут интересного, наверняка все как всегда. Ее первой фразой будет: «Уроки сделал? Что в школе получил?» А так хочется, до боли хочется, чтобы она сказала: «Привет, сынок, я так соскучилась!!!» А я бы сразу заворчал бы: «Ну мам, не надо, что за телячьи нежности...» А сам так счастлив был бы сильно-сильно...

Мечты, мечты... а вдруг?.. Да нет... Наверняка, если бы кто-то прочитал мои мысли, сказал бы: «Так возьми, подойди и сам скажи, что ты соскучился». А я бы ему ответил: проходили, знаем, мне в ответ была фраза: «Что, опять двойку получил? Подлизываешься?» Грустно...

Вот и она... Ну скажи, скажи: «Ну и как дела в школе? Как оценки?»

Все как всегда. Что-то внутри оборвалось... и болит. Что это? Пустота...»

Конечно, это отрывок из сочинения подростка, но дети в любом возрасте испытывают чувство одиночества, только иногда не могут сформулировать свои мысли.

Попробуйте выполнить упражнение!

Составьте список, что самое важное в Вашей жизни (запишите в столбик).

С левой стороны расставьте номера: 1 – самое важное, 2 – менее важное и т.д.

Вспомните, например, вчерашний день.

С правой стороны столбика напишите, сколько времени (часов, минут) Вы уделили этому. Сравните номер слева и время, указанное справа.

А теперь посмотрите, какое место занимает ребенок этом в ряду? Сколько времени Вы уделили ему?

Ведущий. Многие родители скажут, что устают на работе, жизнь дорогая и тяжелая. Но ведь самое главное в жизни — это семья, когда в ней царят взаимопонимание, уважение, то все проблемы отступают, появляется уверенность в завтрашнем дне и в самом себе.

Полная или неполная, обеспеченная или не очень, в отдельной квартире или нет — это все на втором плане. Главное — что она у вас есть. Цените и берегите ее, потому что она нужна вам и вашим детям для душевного комфорта. Это ваша крепость, защита от бурь и невзгод современной жизни, которая может, с одной стороны, защитить от отрицательных воздействий среды, а с другой — помочь приспособиться к жизни в обществе.

«Безопасность в киберпространстве»

(методическая разработка родительского собрания)

Здравствуйтесь, уважаемые родители! Сегодня мы проводим классный час по одной из самых серьезных и волнующих наше общество теме: «Безопасность в киберпространстве».

Проникновение глобальной сети во все сферы жизнедеятельности современного общества привело к вовлечению в информационное пространство и подрастающего поколения. Если ещё десять лет назад не все взрослые применяли возможности Интернета, то сегодня уже дети 5-6 лет активно пользуются Интернет-сервисами. Просмотр видеоконтента (мультипликационные фильмы, фильмы о природе и т.д.), развивающие игры, элементарный поиск необходимой информации, общение в социальных сетях - вот далеко неполный перечень функций Интернета для школьников.

Сегодня для обозначения этого глобального информационного пространства, состоящего из множества компьютеров, устройств, их соединяющих, спутников и позволяющего организовать общение через социальные сети, чаты, телефонные разговоры, передачу больших объемов данных на очень высокой скорости, используют термин - киберпространство.

В киберпространстве действуют законы и правила, которые мы и наши дети должны соблюдать. Поэтому, говоря о безопасности в нем, используют специальный термин – *кибербезопасность*. Это набор методов и способов, предназначенных для защиты компьютеров, компьютерных сетей, программ и данных от несанкционированного доступа к информации, от её копирования, изменения или уничтожения.

Всё ли безопасно и прозрачно? Почему 21 декабря 2010 года Государственная Дума приняла Федеральный закон «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»? Именно в нем было введено понятие информационной безопасности детей как «состояние защищенности детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией вреда их здоровью и (или) физическому, психическому, духовному, нравственному развитию». Зачем на всех уровнях школьного образования вводится новый курс «Основы кибербезопасности»? Почему во всех школах Российской Федерации компьютеры оснащены программами-фильтрами?

Рассмотрим причины столь внимательного отношения к использованию сети Интернет учащимися школ.

В возрасте 6-7 лет, когда дети приходят в школу меняется не только их социальный статус (они становятся учениками), но и взаимоотношения с окружающим миром. У младших школьников появляются новые обязанности, связанные, прежде всего, с выполнением домашних заданий и дополнительных поручений классного руководителя, новая информационная среда для активного участия в школьной жизни. Речь идет о Дневник.ру. Школьники и их родители подключаются к данной системе и применяют все её возможности. Дети узнают оценки, домашние задания, обсуждают мероприятия и новости школы, превращают личную страницу в портфолио, где рассказывают всем о своих достижениях. В этот же период младшие школьники начинают осваивать и другие социальные информационные среды: ВКонтакте, Одноклассники.ru, Instagram, которые в отличие от Дневник.ру не являются закрытыми и безопасными. Именно эти новые сферы общения таят для детей множество опасностей.

Дети любят смеяться и шутить. Однако будучи достаточно сильно удаленными друг от друга и не имея возможности воочию увидеть реакцию других на свои действия и шутки, некоторые школьники переступают моральные границы в отношениях со своими сверстниками. Незначащие шутки в социальных сетях иногда достигают размеров серьезной травли, последствия которой могут быть самыми трагическими. *Психологи выделили виды агрессии в Интернете: троллинг, флейм, нападки, клевета, самозванство.*

Для описания таких моральных атак на детей был введен термин «кибер-хулиганство». Отличительной особенностью кибер-хулиганства является возможность стать жертвой в своем собственном доме, на глазах близких людей. Сегодня выделены виды кибер-хулиганства. Прежде всего, речь идет о кибер-буллинге, по-другому, интернет-травле. Кибер-буллинг страшен тем, что травля в сети проходит более жестко, чем в обычной жизни, а её последствия могут быть совершенно незаметны для взрослых. Порочащие честь и достоинство комментарии к фотографиям знакомых и незнакомых ребят, сообщения, лживые новости о том или ином человеке – вот далеко неполный перечень противоправных действий, которые может совершить человек в сети, ощущая себя при этом абсолютно безнаказанным. Особенностью кибер-буллинга является то, что один и тот же ребёнок может одновременно быть и участником одной травли и жертвой другой. Согласно данным проведенного ИТ-компанией «Лаборатория Касперского» исследования, 13% сетевых конфликтов переросли в реальные, 7% оставили у детей тяжелейшие психологические травмы, при этом 26% родителей узнали о них позже, чем они начались.

Ещё одним видом кибер-хулиганства является кибер-груминг, который предполагает вхождение в доверие к ребёнку любого возраста с целью использования его в сексуальных целях. Преступники, опираясь на знание психологических особенностей развития детей разных возрастных периодов, начинают общение с ними, втираются в доверие, стремятся стать другом и из виртуального общения пытаются перейти в реальное. Детям самостоятельно очень сложно справиться с такими «доброжелателями», так как они прилагают максимум усилий для того, чтобы полностью подчинить себе жертву.

Выделяют ещё один вид кибер-груминга - настойчивое цепляние в сети с сексуальными предложениями, разговоры на темы секса, насилия и (или) изготовления, распространения и использования материалов со сценами насилия над детьми (в большинстве случаев - сексуального).

Желание иметь много друзей, общаться, чувствовать себя в центре событий особенно характерно для школьников подросткового возраста. Но этим детям присуща и растущая неуверенность в себе, стремление понять, кем стать в будущем, чем заниматься, в чем смысл жизни и где грани этой жизни. Некоторые подростки впадают в депрессию. Они перестают нормально спать, общаться с родителями, у них теряется интерес ко всем своим прежним увлечениям и к учебе в школе, возникает ощущение

постоянной усталости. Всё это заставляет подростков в Интернете искать ответы на то, что с ними происходит, погружаясь в него всё глубже и глубже. И здесь для детей появляются новые опасности и риски: сообщества, секты, группы смерти и т.д. Обычно их создатели – это люди с хорошим знанием психологии и медицины. Они знают, как поддержать ребенка, приободрить, стать другом, заставить сделать то, что им надо.

Особое беспокойство в последнее время вызывают так называемые «необычные» on-line игры и «группы смерти».

В марте 2017 года на Первом канале шел выпуск программы «Осторожно «Синий кит»». Впервые на центральном канале официально было сказано о существовании «групп смерти». Ведущие пригласили родителей погибших детей. Они рассказали о том, как ушли из жизни их дети, объяснили, что ничего необычного не происходило, единственное общее состояло в том, что дети в последние несколько дней стали более печальные и грустные. Эта передача вызвала большой общественный резонанс. 12 сентября 2017 на Первом канале выпуск программы «Время покажет», названный «Жнецы смерти», был посвящен обсуждению вопроса, кто же на самом деле стоит за детскими суицидами и «группами смерти» в социальных сетях. Тема выпуска – задержание кураторов «групп смерти». К удивлению зрителей, кураторами оказались школьники 14-15 лет - юноша и две девушки из Владимирской, Самарской и Нижегородской областей. Они использовали социальную сеть для рассылки опасных для жизни других детей заданий и для угроз в адрес тех школьников, которые отказывались выполнять их.

В августе 2017 года на Первом канале появилась информация о задержании в разных частях страны двух администраторов «групп смерти». Как показало следствие, подозреваемые изучали научные труды по психологии Фрейда и Роджерса, они вели записи, в которых отражали имена своих жертв, описывали их психологические проблемы, статистику совершенных злодеяний.

Кроме описанных выше рисков использования сети Интернет, к ним можно отнести и посещение учащимися сайтов, распространяющие вредоносные программы. В основном это происходит при подготовке домашних заданий, например, в форме доклада. Ребёнок ищет информацию, его вниманию предлагается книга с обещанием того, что в ней он найдёт всё необходимое. О том, что этот файл может быть потенциально опасным, школьник и не задумается. Речь идёт об исполняемых файлах, которые инициируют запуск вредоносного программного обеспечения. Особенностью данных файлов является то, что их расширение может быть двойным, например, *.pdf.exe или *.jpg.exe. Школьники видят главным образом первую часть названия, скачивают файл и, не вдумываясь, соглашаются с запуском программы. В результате, вредоносный код внедряется в программное обеспечение компьютера, и злоумышленники достигают своей цели: скачивают данные, нарушают корректную работу компьютера, приобретают контроль над всеми его ресурсами.

Если в описанной ситуации школьники являются жертвами, то при скачивании контента, защищенного авторским правом, они фактически становятся преступниками. Большинство детей считают, что всё выложенное в сети является абсолютно доступным для копирования и использования. Некоторые допускают мысль о необходимости указания автора и адреса, по которому была найдена информация. Однако если обратиться к статье 1229 «Исключительное право» Гражданского кодекса РФ, то в ней указано, что «правообладатель может по своему усмотрению разрешать или запрещать другим лицам использование результата интеллектуальной деятельности или средства индивидуализации. Отсутствие запрета не считается согласием (разрешением)». Таким образом, если автор явно не дал согласие на копирование своего материала, то применение его будет незаконным и повлечёт за собой ответственность. Именно этого и не понимают большинство школьников, скачивая художественные и мультипликационные фильмы, музыку, игры. Ситуация обостряется при распространении такого контента. Поделиться с другом в социальной сети новой игрой, выложить в группу для всеобщего просмотра интересный фильм, отправить по электронной почте, понравившийся музыкальный хит - вот неполный список противоправных действий, совершаемых школьниками ежедневно.

Риск попасть в неприятную ситуацию возникает у детей и при работе с сайтами, предлагающими пользователям разбогатеть. Текст рекламы может быть различный, но основной мотив заключается в обещании большой финансовой прибыли и отсутствии какой-либо работы. При этом приводятся лжепримеры людей, якобы выигравших крупные суммы денег. Дети попадают на такие призывы, и смело начинают действовать, тратя деньги своих родителей. Указание ребенком в социальной сети своего номера телефона позволяет мошенникам в дальнейшем отправлять ложные SMS сообщения о розыгрыше велосипеда, автомобиля и т.д. с просьбой отправить в ответ сообщение с некоторым текстом, например, «я счастливчик». Итогом такой операции будет снятие денег со счета мобильного телефона.

К последнему может привести и покупка каких-либо товаров в Интернет-магазинах. Некоторые из них предлагают скидки в обмен на предоставление информации о себе, например, номер мобильного телефона, адрес местожительства, паспортные данные родителей и т.д. Желание сэкономить движет школьниками при передаче посторонним лицам своих персональных данных. Дети просто не задумываются о серьёзности последствий своих поступков.

Рассмотрим *средства и методы* снижения рисков использования киберпространства школьниками.

Прежде всего, речь идёт об установке *программ-фильтров*. Они позволяют блокировать рекламу опасного характера, сайты экстремистской и «взрослой» направленности, защищают от вирусов и т.д. В основу разработки таких программ положена одна из технологий фильтрации либо их комбинация:

1) фильтрация по ключевым словам (конкретные слова и словосочетания используются для включения блокировки веб-сайта),

2) динамическая фильтрация (содержимое запрашиваемого веб-ресурса анализируется в момент обращения. Загрузка страниц ресурса в браузер блокируется, если содержимое определяется как нежелательное),

3) URL фильтрация (запрашиваемая страница или целый домен могут быть определены или категоризированы как нежелательный ресурс, вследствие чего доступ к таким страницам блокируется).

Примерами контент-фильтров, обеспечивающих соблюдение российского законодательства, касающегося защиты школьников от опасных Интернет-ресурсов, являются SkyDNS.Школа, ContentWasher, NetPoliceChild, KasperskyInternetSecurity, Интернет цензор.

Применение облачного контент-фильтра SkyDNS, блокирующего доступ к опасным сайтам еще до передачи информации с таких ресурсов, предполагает отсутствие необходимости ставить какое-либо программное обеспечение на компьютеры. Система родительского контроля SkyDNS защищает как отдельные компьютеры и мобильные устройства, так и всю домашнюю сеть через подключение к системе домашнего Wi-Fi роутера.

Особенностью SkyDNS является действие поисковой системы poisk.skydns.ru, дополнительно фильтрующей все поисковые запросы на предмет запрещенного контента. Разработчики обеспечивают корректную работу поисковой системы путем регулярного отслеживания запрещенных сайтов.

В течение 15 дней можно использовать данную систему бесплатно.

Ещё одной российской разработкой является KasperskySafeKids, который не только защищает детей от поиска неподходящих сайтов и информации, но и регулирует применение программ на компьютере, осуществляет контроль времени использования устройств, позволяет следить за публикациями ребенка в Facebook и ВКонтакте с помощью портала MyKaspersky.

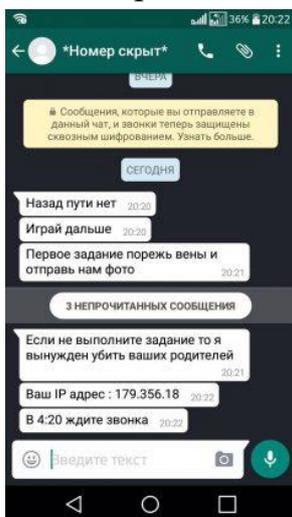
Программа ContentWasher характеризуется большой функциональностью: позволяет создавать белый и черный список сайтов, блокировать социальные сети, ограничивает использование компьютера ребенком по времени. Кроме того, ContentWasher блокирует сайты, содержащие запрещенные слова, проверяет ICQ сообщения и сообщения электронной почты, блокирует рекламу, поддерживает режим безопасного поиска картинок, ограничивает запуск игр и программ.

Сайт «Спасение Детей от Киберпреступлений» представляет одноименную общественную организацию, созданную 19 января 2016 года родителями детей, погибших в результате киберпреступлений.

Основная цель деятельности организации состоит в выявлении противоправных действий в отношении детей в Интернете, в предотвращении преступлений, в организации помощи пострадавшим детям и их родителям. На сайте представлены статьи по рассматриваемой проблематике, приведены законы, которые определяют ответственность

взрослых, представлены памятки для родителей и детей: «Безопасный интернет», «Смертельно опасное воздействие на ребенка в соцсетях», «Права, обязанности и ответственность родителей». Кроме того, родители могут посмотреть документальные фильмы, передачи, репортажи, интервью, повествующие о киберпреступлениях и способах борьбы с ними, ознакомиться с процессом настройки родительского контроля в операционной системе семейства Windows.

Аналогичную функцию выполняет сайт Синий кит. Для того чтобы бороться с врагом, необходимо знать его привычки, особенности поведения, слабости, страхи. Именно поэтому разработчики сайта представили всю актуальную информацию о так называемой игре «Синий кит». Прежде всего, на сайте родители могут найти описание игры, её специфики, предлагаемые



задания, причины участия детей в этой игре. Речь идёт о самом сложном возрасте – переходном. Когда ребёнок пытается разобраться в том, что ему нужно, понять окружающий мир, чувствует дисгармонию внутри себя. Он ещё и не взрослый самостоятельный человек, но очень хочет таковым стать, при этом старших окружающих ему слушать уже не хочется. Они кажутся ему авторитарными, надменными. И здесь появляется человек («куратор»), который общается дружелюбно и располагающе: «Привет, кис. Что случилось?». Он втирается в доверие, и подросток начинает зависеть от этого общения. Родители становятся лишними, от них надо всё скрывать. Куратор постепенно внушает мысль о том, что «жить не зачем». Однако, если в процессе игры ребёнок приходит в себя, хочет выйти из нее, то на него начинается страшное давление и угрозы.

Подросток начинает бояться уже не за себя, а за родных людей. Он становится подавленным, у него возникает чувство страха, перемешанное с чувством безысходности, начинается депрессия. Для родителей разработчики сайта перечислили все основные признаки подростковой депрессии.



Внимательный родитель всегда заметит соответствующие изменения в поведении ребёнка. В такой ситуации, как утверждает Бенджамин Шайн, «то, что родители должны сделать —

это 90% времени слушать своего ребенка. Оставшиеся 10% следует потратить на то, чтобы помочь ему решить проблему».

Психологи рекомендуют говорить с детьми об Интернете:

«Регулярно разговаривайте об Интернете.

Расскажите ребенку об основных угрозах, с которыми он может столкнуться в Сети.

Будьте в курсе событий ребенка в реальной жизни и виртуальном пространстве.

Искренне интересуйтесь активностью ребенка в Интернете. Попросите его помочь вам завести аккаунт в социальной сети или игре, где он «обитает».

Расскажите о нормах онлайн-этикета.

Объясните необходимость защиты персональной информации. Любая личная информация, которую ребенок выкладывает в Сеть, может быть использована другими людьми против него. Расскажите ему про средства защиты персональных данных, помогите установить настройки приватности на всех посещаемых ресурсах.

Проинформируйте о том, где можно получить помощь.

Если ребёнок столкнётся с проблемой в Сети, он может обратиться к администрации сайта, в службу технической поддержки или к взрослому, которому он доверяет.

Станьте для ребенка примером ответственного онлайн-пользователя».

Кроме того, психологи советуют родителям вместе с детьми знакомиться с новинками компьютерных игр, обсуждать их, а порой и играть в онлайн-игры. Родители сами должны доверять детям и вызывать доверие у них. Именно такой подход позволит объяснить ребёнку, почему нельзя делиться в Интернете информацией личного характера, пересылать свои фотографии малознакомым людям, включать в состав друзей в социальных сетях всех, кто делает соответствующий запрос.

Если возникла неприятная ситуация, например, агрессия против ребенка с чьей-либо стороны, необходимо сохранять все полученные письма, файлы и изображения. С. Махринский и В. Тюменев рекомендуют записывать время и дату получения тех или иных сообщений, это поможет в дальнейшем при обращении в правоохранительные органы.

Благодарю за внимание!



ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»

**Навигатор методических ресурсов по
профилактике насилия и жестокого
обращения с обучающимися
в образовательной среде**



Иркутск, 2022

Навигатор методических ресурсов по профилактике насилия и жестокого обращения с обучающимися в образовательной среде



Вопрос предупреждения ситуаций насилия в системе образования очень актуален, как во всем мире, так и в России. Система образования имеет большие возможности для профилактики насилия. Профессиональный и организационный ресурс этой системы, сфера ее социального влияния позволяют в рамках образовательной среды осуществлять комплексное и системное воздействие на установки, интересы и ориентиры всех участников образовательного процесса с целью формирования модели поведения, основанной на взаимном уважении и недопущении насилия в межличностных отношениях и совместной деятельности.

Специалистами ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции» был проанализирован, обобщен, и систематизирован методический (международный, федеральный и региональный) опыт в области профилактики насилия в условиях образовательной среды. В помощь педагогам образовательных организаций подготовлен навигатор методических ресурсов специалиста в области профилактики насилия в образовательной среде».

Представленные пособия, методические рекомендации носят практический характер. Содержание материалов раскрывает феномен насилия в образовательной среде (классификацию, виды и формы насилия, характеристику его причин и факторов риска, а также описание участников и возможных последствий для всех вовлеченных сторон). Подробно рассматриваются вопросы нормативного регулирования и политики образовательной организации в отношении насилия, алгоритмы действий руководства и сотрудников по предотвращению (выявлению, реагированию) фактов насилия с учетом межведомственного взаимодействия.

Использование «Навигатора методических ресурсов» позволит специалистам обеспечить комплекс профилактических мер, непрерывность и единство подходов в оказании помощи ребенку.

**С методическими материалами, представленными в навигаторе можно ознакомиться на сайте ГКУ «ЦПРК» цпрк.образование38.рф в разделе методическая копилка «Профилактика жестокого обращения, насилия».*

№	Название	Авторы	Аннотация	Режим доступа (электронная ссылка)
1.	 <p>Методическое пособие «Предотвращение насилия в образовательных учреждениях»</p>	Глазырина Л.А., Костенко М.А.; под ред. Епояна Т. А. – М., 2017.	Методическое пособие предназначено для руководителей и сотрудников (учителей, психологов, социальных педагогов и др.) общеобразовательных и профессиональных образовательных организаций.	http://xn--j1ajdw.xn--38-6kcadhwnl3cfdx.xn--p1ai/images/cms/data/methodicheskoe_posobie_dlya_pedagogov_predotvrazenie_nasiliya_v_oo.pdf
2.	 <p>Методические рекомендации для руководителей общеобразовательных организаций «Обеспечение психологической безопасности образовательной организации»</p>	Габер И.В., Зарецкий В.В., Артамонова Е.Г., Ефимова О.И., Калинина Н.В. — М.: ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2018. — 60 с.	Методические рекомендации подготовлены для руководителей общеобразовательных организаций. Разработаны в рамках реализации мероприятий плана первоочередных мер по повышению эффективности профилактики правонарушений, обучающихся и обеспечению безопасности образовательных организаций.	http://xn--j1ajdw.xn--38-6kcadhwnl3cfdx.xn--p1ai/images/cms/data/mr_obespechenie_psihologicheskoy_bezopasnosti_obrazovatel_noj_sredy.pdf

3.		<p>Методические рекомендации для педагогов</p> <p>«Развитие устойчивости к интернету - рискам у детей и подростков»</p>	<p>ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2018. — 11 с.</p>	<p>Методические рекомендации для педагогов общеобразовательных организаций, разработаны в рамках реализации мероприятий плана первоочередных мер по повышению эффективности профилактики правонарушений, обучающихся и обеспечению безопасности образовательных организаций.</p>	<p>https://edu.ruobr.ru/media/uploads/documents/ruk_ovodstvo_dla_roditelej_pro_bulling_cto_delat_%2C_esli_vas_rebenok_vo_vlečen.pdf</p>
4.		<p>Методическое пособие для педагогов школ и школьных психологов</p> <p>«Травли NET»</p>	<p>Петрановская Л.В., благотворительный Фонд «Галчонок» (грант Президента РФ на развитие гражданского общества, предоставляемого Фондом Президентских Грантов).</p>	<p>Методическое пособие для педагогов по вопросам формирования психологически безопасной атмосферы в образовательных организациях.</p>	<p>Травли.net. Методическое пособие для образовательных учреждений.pdf (eduportal44.ru)</p>
5.		<p>Руководство для родителей</p> <p>«Что делать если ваш ребенок вовлечен?»</p>	<p>Лаборатория профилактики асоциального поведения Института образования НИУ «Высшая школа экономики» Фонд поддержки и сохранения культурных инициатив «Собрание» А.А. Реан, М.А. Новикова, И.А. Коновалов, Д.В. Молчанова</p>	<p>Руководство для родителей по профилактике буллинга.</p>	<p>https://edu.ruobr.ru/media/uploads/documents/ruk_ovodstvo_dla_roditelej_pro_bulling_cto_delat_%2C_esli_vas_rebenok_vo_vlečen.pdf</p>

6.	 <p>Методичка для детей «Травли NET»</p>	Петрановская Л. В., благотворительный Фонд «Галчонок» (грант Президента РФ на развитие гражданского общества, предоставляемого Фондом Президентских Грантов), 2019г.	Методическое пособие для детей по вопросам профилактики буллинга (кибербуллинга).	Методическое пособие для школьников. Травли нет.pdf (eduportal44.ru)
7.	 <p>Методические материалы по признакам девиаций, действиям специалистов системы образования в ситуациях социальных рисков и профилактике девиантного поведения обучающихся</p>	Коллектив специалистов факультета Юридической психологии и Центра экстренной психологической помощи МГППУ, 2018г.	Для педагогов, классных руководителей и других специалистов образовательных организаций разработаны памятки по различным видам девиантного поведения и алгоритмы действий.	https://mgppu.ru/about/publications/deviant_behaviour
8.	 <p>Руководство по противодействию и профилактике буллинга (для школьной администрации, учителей и психологов)</p>	Лаборатория профилактики асоциального поведения Института образования НИУ «Высшая школа экономики» Фонд поддержки и сохранения культурных инициатив «Собрание» А.А. Реан, М.А. Новикова, И.А. Коновалов, Д.В. Молчанова.	Руководство для учителей, школьных психологов и сотрудников школьной администрации. Оно может стать основанием для пересмотра внутришкольных правил и пресечения возникновения ситуаций школьной травли	https://edu.ruobr.ru/media/uploads/documents/rukovodstvo_po_protivodejstvu_i_profilaktike_bullinga_dla_skol_noj_administracii_i_psihologov.pdf

9.		<p>Руководство для подростков про буллинг</p> <p>«Как не стать жертвой и почему не стоит нападать на других»</p>	<p>Лаборатория профилактики асоциального поведения Института образования НИУ «Высшая школа экономики» Фонд поддержки и сохранения культурных инициатив «Собрание» А.А. Реан, М.А. Новикова, И.А. Коновалов, Д.В. Молчанова.</p>	<p>Руководство для подростков</p>	<p>https://razvitiesite.ru/ruk-buling.pdf</p>
10.		<p>Брошюра «Безопасность детей в интернете»</p>	<p>Корпорация Microsoft</p>	<p>Брошюра для педагогов и родителей по вопросам безопасного поведения в сети интернет (профилактика кибербуллинга).</p>	<p>http://xn--j1ajdw.xn--38-6kcadhwnl3cfdx.xn--p1ai/images/cms/data/bezopasnost_detej_v_internete.pdf</p>
11.		<p>Электронный справочник</p> <p>«Современные методы и технологии профилактики правонарушений несовершеннолетних»</p>	<p>Болелова А.Г. // Электронный журнал «Общество. Культура. Наука. Образование», 2016. Вып. 4.»</p>	<p>Электронный справочник рекомендован для специалистов системы профилактики и правонарушений несовершеннолетних, а также для использования в системе подготовки специалистов, волонтеров, работающих с</p>	<p>http://xn--j1adv.xn--80aac0ct.xn--p1ai/media/2017/04/elektronnyj-spravochnik-fgbnu-tspvisppdm.pdf</p>

			детьми и подростками с криминальным и девиантным поведением.	
12.	 <p>Алгоритм действий для родителей обучающихся по раннему выявлению и реагированию на деструктивное поведение несовершеннолетних, проявляющееся под воздействием информации негативного характера, распространяемой в сети Интернет</p>	АНО «Центр изучения и сетевого мониторинга молодежной среды» и ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2020.	Методические рекомендации, включающие алгоритмы действий по раннему выявлению и реагированию на деструктивное поведение несовершеннолетних, проявляющееся под воздействием информации негативного характера, распространяемой в сети Интернет	https://mon.tatarstan.ru/rus/file/pub/pub_2510067.pdf
13.	 <p>Методические рекомендации для психологов общеобразовательных организаций «Обеспечение психологической безопасности»</p>	Авт.-сост.: Артамонова Е.Г., Ефимова О.И., Калинина Н.В., Салахова В.Б. — М.: ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2018 — 52 с.	Методические рекомендации предназначены для педагогов-психологов общеобразовательных организаций. Особое внимание в методических рекомендациях уделено рассмотрению вопросов профилактики девиантного поведения несовершеннолетних, предупреждению рисков и угроз их психологической безопасности, формированию ответственного поведения,	http://xn--j1ajdw.xn--38-6kcadhwnl3cfdx.xn--p1ai/images/cms/data/mr_dlya_pedagogov-psihologov.pdf

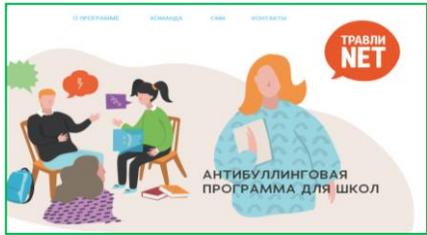
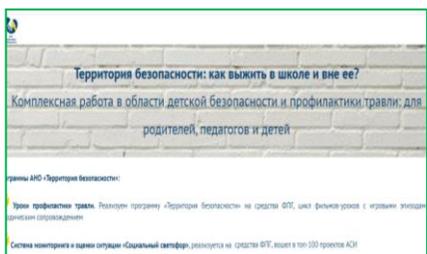
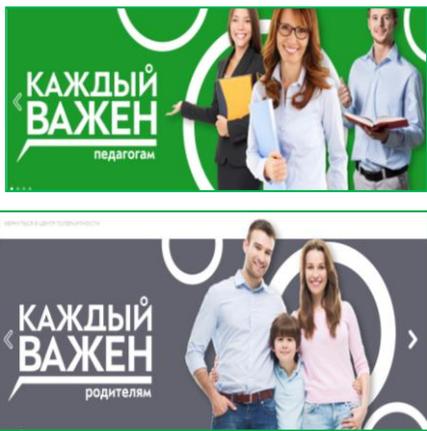
14.	<p>Методические рекомендации для педагогов общеобразовательных организаций</p> <p>«Обеспечение психологической безопасности в детско-подростковой среде»</p> 	<p>Под ред. Л.П.Фальковской - М.: ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2018. — 32 с.</p>	<p>сохранения жизни и здоровья.</p> <p>Методические рекомендации предназначены для педагогических работников общеобразовательных организаций: педагогов, классных руководителей, социальных педагогов. Большое внимание в методических рекомендациях уделено рассмотрению вопросов профилактики девиантного поведения несовершеннолетних, предупреждению рисков и угроз их психологической безопасности, формированию ответственного поведения, сохранения жизни и здоровья.</p>	<p>http://xn--j1ajdw.xn--38-6kcadhwnl3cfdx.xn--p1ai/images/cms/data/mr_obespechenie_psihologicheskoj_bezopasnosti_v_detskopodrostkovoj_srede.pdf</p>
-----	---	--	--	--

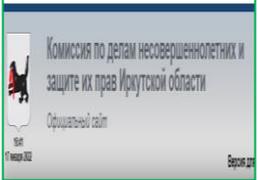
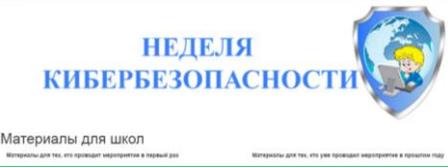


Список рекомендуемых интернет ресурсов для организации и проведения работы по профилактике школьного буллинга (кибербуллинга)

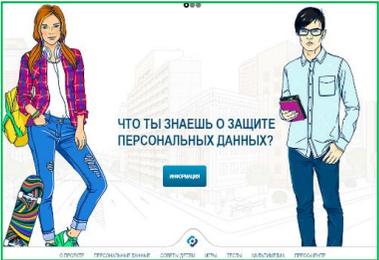
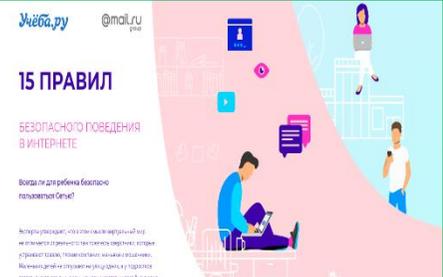


	Сайт/ раздел/ тема мероприятия/методическая литература	Целевая аудитория	Режим доступа
1.	 <p>Сайт: Классныеигры.рф «Тренажер для смелых. Здесь ты узнаешь, что такое буллинг и как защитить себя и друзей».</p>	Обучающиеся (12+)	https://classgames.ru/
2.	 <p>Сайт: ПомощьРядом.рф</p>	Психологическая помощь подросткам (12+)	https://pomoschryadom.ru/

3.		<p>Сайт: Травлинет.рф</p>	<p>На сайте представлена антибуллинг-программа для педагогов, информация для обучающихся, родителей</p>	<p>https://травлинет.рф/</p>
4.		<p>Сайт: Территория безопасности: как выжить в школе и вне ее?</p>	<p>Антибуллинг-программа для педагогов, которая включает в себя серию тематических видеоуроков: для школьников, их родителей и педагогов.</p>	<p>http://safetyterritory.ru/</p>
5.		<p>Сайт: Каждый важен</p>	<p>Психологическая помощь подросткам. Для педагогов на сайте размещена антибуллинг-программа «Каждый важен», профилактика травли в школе. Программа позволяет создать в классе систему ценностей, норм и правил, нетерпимых к проявлениям буллинга и любых форм насилия.</p>	<p>https://каждыйважен.рф</p>

6.		<p>Игра для подростков о буллинге «Анимагии»</p>	<p>Игра для обучающихся (9+). Персонажи игры иллюстрируют роли и стратегии детей в случае реальной ситуации буллинга. Проект реализуется при поддержке грантов мэра Москвы. Партнерами в разработке концепции стали эксперты антибуллинговой программы «Травли NET» (АНО «БО «Журавлик»). Игра доступна бесплатно в Google Play и AppStore.</p>	<p>https://www.sostav.ru/publication/redme-43821.html</p>
7.		<p>Сайт: Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав Иркутской области (раздел «Безопасность детей»)</p>	<p>Родители, педагоги, обучающиеся.</p>	<p>https://irkobl.ru/sites/kdnizp/roditel/</p>
8.		<p>Сайт: неделя «Кибербезопасности»</p>	<p>Обучающиеся 5-11 классы, родители, педагоги.</p>	<p>http://itprojects.narfu.ru/cybersecurity/school-materials.php</p>

9.		<p><u>Азбука информационной безопасности от Лаборатории Касперского.</u> Лаборатория Касперского подготовила брошюру для учеников младших классов «Азбука информационной безопасности»</p>	Обучающиеся (1-4 классы)	https://vk.com/wall-42990777_1120
10.		<p>Мультипликационный фильм «Аркадий Паровозов спешит на помощь – Сомнительные сайты»</p>	Обучающиеся (1-4 классы)	https://www.rubiring.ru/arkadiy-parovozov-somnitelnyie-sayty/
11.		<p>Подборка обучающих и развивающих видеоматериалов, которые помогут получить представление о приемлемых моделях поведения в Интернете</p>	Обучающиеся (5-9 классы)	http://i-deti.org/video/
12.		<p>Центр безопасного интернета в России: подружкам.</p>	Обучающиеся (5-9 классы)	http://www.saferunet.ru/teenager/

13.		Онлайн-курс «Безопасность в Интернете» от Академии Яндекса	Обучающиеся (6-9 классы)	https://stepik.org/course/191/
14.		База материалов в виде правил, презентаций, тестов и игр	Обучающиеся (10-11 классы)	http://персональныеданные.дети/
15.		<u>15 правил безопасного поведения в интернете</u>	Родители, обучающиеся, педагоги.	https://www.uceba.ru/project/websafety
16.		10 правил безопасности в интернете для школьников	Обучающиеся, Родители	https://msk.tele2.ru/journal/article/internet-safety-for-schoolchildren

17.	 <p>Безопасный интернет - детям! Подборка видеоматериалов, которые помогут получить информацию как защититься от негативного контента</p>	Педагоги, Обучающиеся, Родители	http://detionline.com/video/professional/
18.	 <p>Делаем безопасным интернет вместе Просвещение и развитие навыков медиаграмотности у детей и их родителей</p>	Педагоги, Обучающиеся, Родители	https://ligainternet.ru/
19.	 <p>«Классные игры» - тренажёр для детей и подростков. Помогут определить, буллинг перед тобой или нет. Подскажут, как поступить в ситуации травли</p>	Обучающиеся (5-11 классов)	https://classgames.ru/

20.		Антибуллинговая хартия и методика борьбы с буллингом	Педагоги	https://rdsh.education/bulling/
21.		Лекции психологов, интервью, кино, мультфильмы — о буллинге и способах борьбы с ним	Родители	https://bullying.shkolamoskva.ru/category/parent/watch-parent/
22.		Лекции психологов, интервью, кино, мультфильмы — о буллинге и способах борьбы	Педагоги	https://bullying.shkolamoskva.ru/category/teacher/watch-teacher/