

**Описание практики
реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
предупреждения буллинга у подростков «Гармоничное общение»**

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предупреждения буллинга у подростков «Гармоничное общение».

2. Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Колпинского района Санкт-Петербурга (ГБУДО ЦППМСП Колпинского района СПб).

Сайт: <http://kolpino-center.ru/>

Электронная почта: cppmspklp@obr.gov.spb.ru

Адрес: СПб, Колпино, ул. Веры Слуцкой, дом 32 корпус 2, литер А.

Тел./факс: +7 (812) 241 29 72

Директор Гюнинен Оксана Владимировна

Контактное лицо: заместитель директора Касторнова Юлия Юрьевна, т. +7 (812) 241 29, +79118325405

3. Аннотация и обоснование практической актуальности

Образовательная среда не всегда бывает комфортна, в ней присутствуют факторы, оказывающие негативное влияние на психическое развитие обучающихся. Одним из таких факторов является буллинг.

По данным ЮНЕСКО, 32% детей в мире по меньшей мере один раз в месяц сталкиваются с угрозами в школе. Примерно столько же пострадали от побоев. Основная группа риска – это дети, которые так или иначе отличаются от сверстников. По данным исследования института образования НИУ ВШЭ в России, только одна треть современных школьников никогда не сталкивалась с травлей со стороны сверстников. Остальные ребята хотя бы единожды становились жертвами или свидетелями буллинга.

Буллинг – это запугивание, унижение, травля, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать страх и, тем самым, поставить человека в подчиненное положение. Это длительный процесс сознательного жестокого отношения со стороны одного или группы детей к другому ребенку (другим детям).

Таким образом, систематическое проведение работы по профилактике буллинга позволит снизить количество проявлений агрессивного преследования несовершеннолетними своих сверстников в школьном или ином детском коллективе, что является одним из значимых направлений психолого-педагогической работы в образовательных организациях.

При создании программы специалисты ГБУДО ЦППМСП Колпинского района СПб опирались на работы Аптикиевой Л.Р. [1], Белеевой И.Д., Заглодиной Т.А., Панкратовой Л. Э., Титовой Н.Б. [2], Соловьёв Д.Н. [8], в которых буллинг рассматривается как системное явление, в которое вовлечены не только «преследователи» и «жертвы», но и «наблюдатели». Новизна программы заключается в том, что предполагается работа не только с теми, кто вовлечен в ситуацию буллинга, но и с «наблюдателями», поскольку они являются пассивными участниками процесса. Поэтому, если по результатам входящей диагностики (модифицированная анкета ОРБ (Оценка риска буллинга) в классе выявляется риск возникновения буллинга, на занятия необходимо привлекать всех учащихся, т.к. только в этом случае групповая работа, направленная на предупреждение буллинга, будет эффективной.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Гармоничное общение» сроком реализации 1 год (7-15 часов) при занятиях 1 раз в неделю, разработана в нескольких вариантах для возрастных категорий учащихся средней и старшей школы (5-10 класс), что обусловлено возрастными и психофизиологическими особенностями учащихся. В программе разработано 9 учебных планов на разное количество часов. Данная особенность программы объясняется

условиями комплектования групп в зависимости от контингента учащихся. В качестве приложения к программе приведены разнообразные диагностические методики и содержание каждого занятия.

4. Описание проблемной ситуации, целей, задач

Буллинг-структура – социальная система, включающая преследователей, их жертв и наблюдателей. В составе структуры буллинга выделяют следующих участников: буллер (агрессор) и его помощники, жертва, защитники жертвы, свидетели. Отличительной чертой типичных буллеров является их агрессия по отношению к сверстникам и взрослым. Буллеры одержимы обретением высокого социального статуса в коллективе, ориентированы на получение материальных ценностей от жертвы, услуг. Основными мотивами агрессора являются: зависть, месть, чувство неприязни, борьба за власть, нейтрализация соперника через демонстрацию преимущества над ним, самоутверждение, вплоть до удовлетворения садистских потребностей, стремление быть в центре внимания. Классический буллер импульсивен, нацелен на доминирование, имеет предрасположенность к насилию, по сравнению с детьми того же возраста, склонен ко лжи и жульничеству. Выявить качества, свойственные жертве буллинга, сложнее. Практически любой подросток рискует подвергнуться атаке со стороны буллера. Наиболее вероятными аутсайдерами являются тревожные, несамостоятельные, ведомые подростки, со слабо развитыми коммуникативными навыками. Защитниками жертвы являются свидетели травли, оставшиеся равнодушными к этой проблеме. Они могут повлиять на ускоренное завершение буллинга благодаря индивидуальным действиям или обращением к педагогу. Выбор – встать на сторону жертвы - для защитника является весьма смелым, так как он сам теперь может попасть в опалу. Сторонние наблюдатели травли могут осуждать или не осуждать действия буллера, при этом не предпринимая никаких попыток по прекращению агрессии.

В подростковом и юношеском возрасте проблема буллинга имеет особое значение. Именно в это время, усвоив определенные модели поведения, например, поведение «жертвы» или «агрессора», подросток следует им всю последующую жизнь.

Таким образом, профилактика буллинга помогает уменьшить масштабы этого явления и сократить количество вовлеченных в него подростков – «агрессоров», «жертв» и «наблюдателей».

Цель: профилактика межличностных конфликтов среди обучающихся через развитие навыков конструктивного взаимодействия, критического мышления, эмпатии и формирование адекватной самооценки.

Задачи:

Обучающие:

- отработать навыки конструктивного взаимодействия;
- отработать навыки проявления эмпатии;
- обучить навыкам позитивного мышления.

Воспитательные:

- сформировать навыки асертивного поведения.

Развивающие:

- развить навыки критического мышления;
- сформировать адекватную самооценку.

5. Целевая аудитория

Учащиеся 5-10 классов общеобразовательных учреждений Колпинского района Санкт-Петербурга.

Подростковый возраст – стадия онтогенетического развития между детством и взрослостью (от 11–12 до 16–17 лет), которая характеризуется качественными изменениями, связанными с половым созреванием и вхождением во взрослую жизнь. Путь перехода ребенка из детства в юность сопровождается рядом трудностей. Сущность подросткового возраста в отечественной науке определяется советским психологом Л.С. Выготским. Ученый трактует этот период как социальную ситуацию развития, как отношение к «окружающей действительности», прежде всего, социальной. Подростковый возраст – период активного формирования мировоззрения человека – системы взглядов на действительность, самого себя и других. В этом возрасте совершенствуется самооценка и самопознание, что оказывает сильное влияние на развитие личности (Л.И. Божович). В целом, этот возраст является особенным периодом в жизни человека. Риск подвергания асоциальным явлениям значительно возрастает в данном периоде ввиду переживания подростками кризисов социализации.

6. Методическое обеспечение (научно-методическое и нормативно-правовое обеспечение)

Нормативно-правовая документация:

1. «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 N 223-ФЗ;
2. Федеральный закон от 24 июня 1999 N 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
3. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
4. Федеральный закон от 29 декабря 2012 N 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
5. Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 г. N 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
6. Санитарные правила 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (зарегистрировано в Минюсте России 18 декабря 2020 г. N 61573);
7. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831);
8. Приказ Минобрнауки РФ от 23.08.2017 N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
9. Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015 №ВК-268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» (вместе с «Рекомендациями Министерства образования и науки РФ органам государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере образования по совершенствованию деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»);
10. Распоряжение Комитета по образованию от 01.03.2017 N 617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;
11. Инструктивно-методическое письмо Комитета по образованию от 16.03.2020 N 03-28-2516/20-0-0 «О реализации организациями, осуществляющими образовательную деятельность, образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий»;
12. Устав ГБУДО ЦППМСП Колпинского района СПб;
13. Лицензия ГБУДО ЦППМСП Колпинского района СПб на образовательную

деятельность.

7. Описание используемых методик, технологий, инструментария со ссылкой на источник

- модифицированная анкета оценки риска буллинга «Опросник атмосферы в школе» (А.А. Бочавер, В.Б. Кузнецова, Е.М. Бианки, П.В. Дмитриевский, М.А. Завалишина, Н.А. Капорская, К.Д. Хломов). Приложение 1;

- методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан. Приложение 2;

- социометрия Дж. Морено (модифицированный вариант);

- моделирование ситуаций, ролевые игры, дискуссии, психогимнастика, «мозговой штурм», наблюдение за коммуникативным поведением других, обратная связь.

8. Сроки, этапы и алгоритм реализации практики

Программа рассчитана на 7-15 академических часов. Академический час для данной категории учащихся составляет 45 мин. Количество занятий может варьироваться от 7 до 15 в зависимости от потребностей конкретной группы.

Занятия проводятся 1 раза в неделю.

Программа может реализовываться индивидуально и (или) в групповой форме, аудиторно и (или) внеаудиторно (с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий).

9. Учебный план

N п/п	Тема	Кол-во часов			Формы контроля
		всего	теория ауд/внеауд	практика ауд/внеауд	
Блок 1. Развитие навыков конструктивного взаимодействия					
1	Вводное занятие	45	20	25	Входящая диагностика обучающихся
2	Навыки ведения диалога	45	15	30	Заключительный шеринг
3	Развитие навыков невербального общения	45	15	30	Заключительный шеринг
4	Как взаимодействую с другими	45	15	30	Заключительный шеринг
Блок 2. Развитие эмпатии					
5	Позитивные и негативные эмоции	45	15	30	Заключительный шеринг
6	Как выражать негативные эмоции?	45	15	30	Заключительный шеринг
7	Как важно чувствовать свои эмоции и настроение другого человека	45	15	30	Заключительный шеринг
Блок 3. Развитие навыков критического мышления					
8	Удержаться в рамках ситуации	45	15	30	Заключительный шеринг
9	Найти баланс между «хочу» и «могу»	45	15	30	Заключительный шеринг
10	Что лучше: предугадать или	45	15	30	Заключительный шеринг

	сожалеть?				
Блок 4. Коррекция самооценки					
11	Я в глазах других людей	45	15	30	Заключительный шеринг
12	Я – это ты, ты – это я	45	15	30	Заключительный шеринг
13	Принимаю себя и доверяю другим	45	15	30	Заключительный шеринг
14	Правила безопасного поведения в «Сети»	45	15	30	Заключительный шеринг
15	Итоговое занятие	45	20	25	Контрольная диагностика обучающихся

10. Ресурсы, которые необходимы для реализации программы

Кадровое и материально-техническое обеспечение занятий:

- программу реализуют педагог-психолог и/или социальный педагог;
- для реализации программы необходимо:

- для очных встреч необходимо отдельное просторное помещение с возможностью рассматривать презентации на большом экране и наличием не менее 20 посадочных мест с их свободной расстановкой по помещению. Техника: ноутбук, проектор, удлинители, многофункциональное печатающее устройство, портативная музыкальная колонка, стул для каждого участника, карандаши, ручки, листы бумаги;

- для онлайн встреч необходим ноутбук или телефон с выходом в Интернет для каждого участника группы.

11. Описание сфер ответственности

Учащиеся зачисляются на программу в соответствии с полученными результатами входящей диагностики, проводимой специалистом и с письменного согласия родителей/законных представителей.

12. Ожидаемый результат

В ходе реализации программы у обучающихся предполагается сформировать следующие навыки:

Личностные:

- конструктивного взаимодействия;
- проявления эмпатии;
- позитивного отношения к себе и окружающим.

Предметные:

- ассертивного поведения.

Метапредметные:

- критического мышления;
- адекватного самооценивания.

13. Сведения о практической апробации

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предупреждения буллинга у подростков «Гармоничное общение» апробировалась в общеобразовательных организациях Колпинского района Санкт-Петербурга. В марте 2021 года программа была представлена на совместном совещании школьных педагогов-психологов и социальных педагогов Колпинского района, состоявшимся на базе ГБУДО ЦППМСП Колпинского района СПб, были даны практические рекомендации по реализации программы предупреждения буллинга у подростков в школах. Методистами ГБУДО ЦППМСП Колпинского района СПб оказывалась методическая поддержка специалистов школьных служб психолого-педагогического сопровождения

по реализации программы предупреждения буллинга у подростков «Гармоничное общение» в своих школах.

С апреля 2021 года программа «Гармоничное общение» реализовывалась в 18 общеобразовательных организациях Колпинского района Санкт-Петербурга с общим охватом 701 человек. Среди учащихся, прошедших обучение по программе, отмечалось снижение конфликтных ситуаций в связи применением несовершеннолетними техник асертивного поведения и навыков конструктивного взаимодействия. Классные руководители обратили внимание на проявление эмпатии у прошедших обучение по программе «Гармоничное общение» по отношению к сверстникам, а также улучшение эмоциональной обстановки в классе.

14. Информационные источники, используемые при реализации программы

1. Аптикиева Л.Р. Буллинг как преморбид асоциальной направленности личности подростка. – Оренбург: Вестник Оренбургского государственного университета, 2018. – № 2. – 214с. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/bullying-kak-premorbid-asotsialnoy-napravlenosti-lichnosti-podrostka/viewer> (дата обращения: 26.03.2021)
2. Белеева И.Д., Заглодина Т.А., Панкратова Л. Э., Титова Н.Б. Буллинг как социально-психологическое явление: анализ теоретических подходов и эмпирических исследований. – Психолого-педагогическое образование, 2020. – № 5. – URL: <http://elar.uspu.ru/bitstream/uspu/14524/1/povr-2020-05-15.pdf> (дата обращения: 16.03.2021)
3. Женило М. Ю. Тематические классные часы. Здравствуй, взрослая жизнь!: беседы и диспуты в 9-11 классах. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2008. - 315 с. – URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01004122636> (дата обращения: 20.03.2021);
4. Иоффе А.Н. Манифест мирного сосуществования: ролевая игра. – Преподавание истории в школе, 2010. – № 1. – URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=13025914> (дата обращения: 19.03.2021);
5. МОББИНГУ.НЕТ: [официальный сайт]. – URL: <https://mobbingu.net/>;
6. Неустроева О.В. Психологическая характеристика подросткового возраста в концепциях Д.Б. Эльконина и Д.И. Фельдштейна. – European research, 2015. – №6. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-harakteristika-podrostkovogo-vozrasta-v-kontseptsyah-d-b-elkonina-i-d-i-feldshteyna> (дата обращения: 15.03.2021);
7. Савина Н. Жить как люди: проблемная дискуссия. – Классное руководство и воспитание школьников, 2010. – №18;
8. Останови травлю!. – [официальный сайт]. – URL: <https://kiberbullying.net/>
9. Соловьёв Д.Н. Модель профилактики буллинга среди школьников подросткового возраста. – Интернет-журнал «НАУКОВЕДЕНИЕ», 2014. – № 3. – URL: <https://naukovedenie.ru/PDF/121PVN314.pdf> (дата обращения: 25.03.2021).
10. Травли Нет. – [официальный сайт]. – URL: <https://травлинет.рф/>