

Утверждаю

Директор МБОУ СШ № 1

им. М. М. Пришвина

О.В. Гришанова

Приказ от «19» 08 2022 г № 182



**Программа психолого-педагогического сопровождения
участников образовательных отношений
«Территория дружбы»**

Вид программы: профилактическая.

Направленность: формирование благоприятного социально-психологического климата, профилактика травли и иных форм социально-опасного поведения.

Возраст обучающихся: 6 - 11 лет.

Срок реализации: 3 года.

Разработчик: Лопухина Кристина Сергеевна,

педагог-психолог МБОУ СШ № 1 им. М.М. Пришвина

город Елец

2022 год

Содержание	
1. Пояснительная записка	2
2. Учебный план.....	11
3. Содержание программы	12
Приложение.....	18

1. Пояснительная записка

Программа по профилактике буллинга и иных форм социально опасного поведения среди школьников направлена на создание психологически безопасной образовательной среды. Она включает комплекс мероприятий, рассчитанных на обучающихся, педагогов, родителей и специалистов сопровождения.

Нормативно-правовые основания программы:

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020);

2. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

3. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования от 6 октября 2009 г. №373 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 22 декабря 2009 г., регистрационный № 15785);

4. Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;

5. Профессиональный стандарт педагога-психолога (психолог в сфере образования) (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 24 июля 2015 г. № 514н);

6. Распоряжение Минпросвещения России от 28.12.2020 N P-193 «Об утверждении методических рекомендаций по системе функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях» (вместе с «Системой функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях. Методические рекомендации»);

7. "Конвенция о правах ребенка"(одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990);

8. "Семейный кодекс Российской Федерации" от 29.12.1995 N 223-ФЗ;

9. Указ Президента РФ № 240 «О стратегии развития воспитания до 2025 года»;

10. Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 "гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";

11. "Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях" от 30.12.2001 N 195-ФЗ;

12. "Уголовный кодекс Российской Федерации" от 13.06.1996 N 63-ФЗ.

Сведения об уровне образования участников программы

Начальное общее образование.

Вид программы

Программа психолого-педагогического сопровождения, направленная на профилактику травли и иных форм социально опасного поведения.

Целевая аудитория

Учащиеся с 1 по 4 класс МБОУ СШ №1 им. М. М. Пришвина, в количестве 434 обучающихся. Возраст на момент реализации программы – 06-11 лет.

Обоснование выбора младших школьников в качестве целевой аудитории для программы по профилактике травли и иных форм социально опасного поведения включает несколько ключевых аспектов:

- формирование социальных навыков: в начальной школе дети начинают активно взаимодействовать со сверстниками, что делает этот период идеальным для формирования социальных навыков и обучения конструктивному поведению в конфликтах;
- предотвращение негативных поведенческих моделей: профилактика травли и иных форм социально опасного поведения на ранней стадии помогает предотвратить формирование негативных поведенческих моделей и способствует созданию позитивного психологического климата в школе;
- развитие эмпатии и самоконтроля: эффективное развитие эмпатии и навыков самоконтроля, помогут сформировать положительные установки мышления, что важно для предотвращения травли и иных форм социально опасного поведения, создавая гармоничную социальную среду;
- вовлечение родителей и педагогов: работа с младшими школьниками позволяет вовлечь родителей и педагогов в процесс профилактики, что усиливает ее эффективность и создает единую систему поддержки.

Сфера применения

Для коллектива младших школьников характерны следующие черты:

склонность действовать под влиянием непосредственных импульсов, не всегда взвешивая последствия;

- отсутствие волевого контроля;
- высокая подвижность и активность;
- неразвитое произвольное внимание;
- формирование и усвоение моральных правил и норм поведения.

В виду этого целесообразно применить методы по формированию устойчивых убеждений о гармоничных взаимоотношениях одноклассников в целях первичной профилактики травли и иных форм социально опасного поведения.

Признаки травли в поведении младших школьников можно исследовать в программе по профилактике травли и иных форм социально опасного поведения

В программе по профилактике травли среди младших школьников можно исследовать следующие признаки в поведении:

1. Импульсивность и агрессия: склонность к быстрым реакциям без размышлений, что может проявляться в агрессивном поведении.

2. Эмоциональная неустойчивость: частая смена настроений и бурные проявления эмоций, такие как гнев или страх.
3. Конформизм: следование за сверстниками, даже если это противоречит их собственным убеждениям.
4. Тревожность и обидчивость: повышенная тревожность и обидчивость могут быть признаками потенциальной жертвы травли.
5. Недостаточная волевая регуляция: трудности с самоконтролем и преодолением препятствий, что может привести к капризности и упрямству.

Какие качественные методы можно использовать для оценки этих признаков?

Цель и задачи программы

Цель: обеспечить психологическую безопасность в школе посредством профилактики травли и иных форм социально опасного поведения.

Задачи:

1. Формирование представлений об агрессии и травле: обучить всех участников образовательного процесса понимать и противостоять травле.
2. Создание сплоченного коллектива: развивать дружелюбие и сплоченность в классе.
3. Развитие личностных качеств: способствовать саморегуляции, эмоциональной уравновешенности и эмпатии.
4. Обучение противостоянию агрессии: обучать учащихся конструктивным формам противостояния травле.
5. Психологическая помощь: предоставлять квалифицированную поддержку в кризисных ситуациях.
6. Поощрение добрых поступков и позитивного поведения через награды и признание.
7. Размещение в школе визуальных материалов, напоминающих о важности уважения и доброты.
8. Организация совместных проектов и мероприятий, укрепляющих командный дух и сотрудничество.
9. Разработка комплекса мероприятий, направленных на достижение значительных позитивных изменений в социально-психологических параметрах коллектива младших школьников, способствующих командообразованию.

Длительность реализации программы

Реализация практической части программы предполагает ее осуществление в течение трёх учебных лет.

Преодоление ситуации, на решение которых направлена программа

- низкая осведомленность о проявлениях травли и иных форм социально опасного поведения младших школьников;

- низкая мотивация педагогов и родителей в решении конфликтных ситуаций, формальный подход к проблеме.

Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников реализации программы

Данная программа реализуется только педагогом-психологом при наличии письменного согласия родителей (законных представителей). Родители (законные представители) и классный руководитель имеют право получать обратную связь от педагога-психолога о динамических изменениях и результатах психодиагностических обследований при реализации данной программы.

Занятия проводятся педагогом-психологом в соответствии с тематическим планированием и содержанием программных мероприятий. Содержание занятий при необходимости может меняться специалистом.

Обучающиеся посещают занятия в рамках реализации данной программы регулярно.

Ресурсы, необходимые для реализации программы

Педагог-психолог, реализующий программу, должен иметь соответствующее образование и быть компетентен в области психологии младшего школьного возраста, способен грамотно осуществлять психодиагностику, психоконсультирование и психопрофилактику, коррекционно-развивающее направление.

Материально-техническая оснащенность: занятия проводятся в классной комнате или кабинете психолога, спортивном зале. Помещение должно быть комфортным для групповой работы, достаточно просторным, звукоизолированным, непроходным, хорошо проветренным. На занятиях необходимы следующие материально-технические средства: флипчарт, листы ватмана, ручки, карандаши, фломастеры, бумага различного формата, клей, журналы, открытки, брошюры (для создания коллажей), мотки прочных ниток, ножницы, мягкая игрушка.

Информационная обеспеченность организации характеризуется доступом в сеть Интернет к электронным библиотекам.

Система организации внутреннего контроля за реализацией программы

1. Организация и проведение психодиагностического обследования согласно заявленной теме для отслеживания динамики при реализации данной программы;
2. Консультации, которые осуществляет педагог-психолог для обучающихся, родителей (законных представителей), классного руководителя и администрации школы во время реализации программы;
3. Отзывы участников программы.

Факторы, влияющие на достижение результатов программы

Высокая мотивация участников программы, регулярность и системность проведения программных мероприятий.

Структура содержания программы

Программа по профилактике травли и иных форм социально опасного поведения реализуется в течение трёх учебных лет с сохранением следующей структуры:

- Первичная диагностика (Сентябрь - Октябрь).
- Реализуемые мероприятия (Ноябрь - Декабрь).
- Промежуточная диагностика (Январь).
- Реализуемые мероприятия (Февраль - Апрель).
- Итоговая диагностика (Май).

Этапы и алгоритм реализации программы

На этапе первичной диагностики проводятся психодиагностические мероприятия по констатации наличного состояния обучающихся, а также выделяются следующие шаги:

1. Признание проблемы: осознание наличия травли и его масштаба в школе.
2. Диагностическое обследование: проведение опросов и наблюдений для выявления случаев травли и оценки психоэмоциональной среды.
3. Просвещение педагогов: семинары для педагогов по методам профилактики травли и работе с трудными детьми.
4. Информационные встречи с родителями: обсуждение проблем травли и вовлечение родителей в процесс профилактики.

Проведение промежуточной диагностики: оценка эффективности и выявления проблемных зон, для своевременной корректировки воздействия.

На этапе промежуточной диагностики проводятся мероприятия для оценки эффективности и выявления проблемных зон, чтобы вовремя скорректировать воздействие.

На этапе мониторинга эффективности реализации программы проводится итоговая диагностика, соблюдаются следующие шаги:

1. Мониторинг и оценка: регулярное отслеживание ситуации с травлей и оценка эффективности программы.
2. Расширение программы: вовлечение других школ и общественных организаций для создания сети поддержки.
3. Повышение компетентности педагогов: продолжение обучения педагогов и вовлечение новых специалистов в программу.

Для этого используются следующие методики:

1. Опросник Д. Олвеуса «Буллинг»: выявляет распространенность и специфику травли, определяет жертв и агрессоров;
2. Анонимное анкетирование: проводится среди учащихся для выявления случаев травли и оценки ситуации в классе;
3. Анкета для изучения психологического климата в классе (Л.Г. Федоренко);
4. Анкета удовлетворенностью школьной жизнью;

5. Незаконченные предложения: использование метода незаконченных предложений для оценки эмоциональных и социальных аспектов личности.

Для первичной и итоговой диагностики используются одинаковые методики для сохранения достоверности полученных результатов.

На этапе основного действия программы по профилактике травли и иных форм социально опасного поведения предпринимаются следующие конкретные действия:

1. Реализация плановых мероприятий: проведение классных часов, тренингов и игровых занятий для обучения детей навыкам общения и эмпатии.
2. Организация групповых сессий: психологические беседы с детьми для обсуждения проблем травли и развития стратегий противостояния.
3. Вовлечение родителей и педагогов: регулярные встречи с родителями и педагогами для обсуждения прогресса и координации усилий.
4. Проведение оценок и мониторинга: регулярные опросы и наблюдения для оценки эффективности программы и корректировки ее содержания.
5. Предоставление индивидуальной поддержки: консультации для детей, пострадавших от травли или склонных к агрессивному поведению.
6. Классные часы и тренинги: проведение занятий по темам дружбы, эмпатии и конструктивного поведения.
7. Групповые консультации: работа с детьми, пострадавшими от травли или склонными к агрессивному поведению.
8. Создание школьного кодекса поведения: разработка и внедрение правил, направленных против травли.
9. Служба школьной медиации: создание и поддержка службы примирения для разрешения конфликтов.

Алгоритм реализации

Алгоритм позволяет создать системную и эффективную программу по профилактике травли и иных форм социально опасного поведения в начальной школе.

1. Формирование команды: создание рабочей группы из педагогов, психологов и родителей;
2. Разработка плана мероприятий: создание комплексного плана действий на каждый этап;
3. Реализация мероприятий: проведение запланированных классных часов, тренингов и консультаций;
4. Контроль и коррекция: регулярный мониторинг и корректировка программы по мере необходимости.

Измеряемые конструкты и критерии оценки планируемых результатов

В реализации программы по профилактике травли и иных форм социально опасного поведения будут измеряться следующие конструкты:

-косвенная травля: бойкот, сплетни, манипуляции, которые не оставляют видимых физических следов, но сильно травмируют жертву;

-психологическая травля: невербальные оскорбления, демонстрация непристойных жестов, критика, угрозы, которые могут не быть сразу очевидны;

-кибербуллинг: травля в интернете, которая может происходить без физического присутствия агрессора и жертвы.

Вышеперечисленные формы травли часто скрыты и могут быть трудно диагностируемыми, поскольку не всегда сопровождаются явными физическими признаками. Жертвы могут испытывать эмоциональные изменения, такие как тревожность, замкнутость или снижение самооценки без видимых причин. Данное обоснование лежит в основе выбора конкретно данных форм травли.

Методы и методики реализации программы

Для оценки исследуемых признаков и личностных качеств младших школьников можно использовать следующие качественные методы:

1. Наблюдение: систематическое наблюдение за поведением детей в разных ситуациях, таких как на уроках, переменах или во время игр;
2. Индивидуальные беседы: проведение бесед с детьми для уточнения их эмоционального состояния и поведенческих реакций;
3. Наблюдение за поведением учеников педагогами и психологами для выявления признаков травли в повседневной жизни класса;
4. Опросник Д. Олвеуса «Буллинг»: выявляет распространенность и специфику травли, определяет жертв и агрессоров;
5. Анонимное анкетирование: проводится среди учащихся для выявления случаев травли и оценки ситуации в классе;
6. Анкета для изучения психологического климата в классе (Л.Г. Федоренко);
7. Анкета удовлетворенностью школьной жизнью;
8. Незаконченные предложения: использование метода незаконченных предложений для оценки эмоциональных и социальных аспектов личности.

Диагностический инструментарий

Качественные критерии оценки исследуемых признаков

1. Теоретический: формирование представлений у учащихся о коллективе, команде, командообразовании, особенностях командообразования в младшем школьном возрасте.
2. Практический: формирование сознательного выбора способов поведения, способствующего работе команды; минимизация психоэмоционального напряжения, проявлений агрессивности, тревоги; развитие способности понимать и учитывать эмоциональное состояние другого человека и умения адекватно выразить свое; формирование навыков эффективной коммуникации; повышение уровня групповой сплоченности.

Описание и источники психодиагностического инструментария

Для диагностики травли и иных форм социально опасного поведения используются следующие психологические методики:

- личные беседы с учениками: позволяют более глубоко понять ситуацию и вовлеченность конкретных детей в травлю;
- наблюдение за поведением учеников: педагогами и психологами для выявления признаков травли в повседневной жизни класса;
- опросник Д. Олвеуса «Буллинг»: выявляет распространенность и специфику травли, определяет жертв и агрессоров;
- анонимное анкетирование: проводится среди учащихся для выявления случаев травли и оценки ситуации в классе;
- анкета для изучения психологического климата в классе (Л.Г. Федоренко);
- анкета удовлетворенностью школьной жизнью;
- незаконченные предложения: использование метода незаконченных предложений для оценки эмоциональных и социальных аспектов личности.

Перечень и описание программных мероприятий

Для профилактики травли используются следующие игры и упражнения:

1. Упражнение «Качество на букву»: каждый участник называет качество, начинающееся с первой буквы его имени, и объясняет, почему он его выбрал;
2. Игра «Многоножка»: участники связывают ноги и бегут к финишу, развивая командную работу и координацию;
3. Игра «Бумажный бум»: две команды перебрасывают друг другу бумажные мячи, выплескивая агрессию в неагрессивной форме;
4. Упражнение «Рассмотри предмет»: участники выбирают предмет и описывают его особенности, развивая внимание и наблюдательность;
5. Упражнение «Ужасно-прекрасный рисунок»: участники по очереди рисуют и передают рисунок, стимулируя групповой процесс и разрядку;
6. Игра "Секретный друг": каждый ребенок получает имя другого ребенка и должен сделать для него что-то приятное, не раскрывая своего имени. Это развивает эмпатию и заботу о других;
7. Игра "Круг доверия": дети становятся в круг, держась за руки, и передают по кругу одного из участников с закрытыми глазами, развивая доверие и взаимопомощь;
8. Игра "Вежливые слова": дети бросают друг другу мяч, называя вежливые слова, что помогает развить уважение в общении;
9. Игра "Мостик доверия": дети в парах, один закрывает глаза, а другой ведет его через "мостик", развивая доверие и коммуникацию;
10. Упражнение "Ласковое имя": дети ласково называют друг друга по имени, способствуя дружелюбной атмосфере.

Меры, предпринимаемые для предотвращения социально опасного поведения

Для предотвращения травли и социально опасного поведения предпринимаются следующие меры:

1. Социально-педагогическая поддержка: выявление и поддержка семей, находящихся в социально опасном положении, через индивидуальные консультации и патронаж;
2. Профилактическая работа в образовательных организациях: проведение классных часов и внеклассных мероприятий по формированию правовой культуры и гражданской ответственности;
3. Создание безопасной среды: организация спортивных секций и кружков для занятости несовершеннолетних, находящихся в трудной жизненной ситуации;
4. Информационно-просветительская работа: использование средств массовой информации и технических средств обучения для формирования адекватного поведения;
5. Сотрудничество с общественными организациями: вовлечение общественных объединений и родительской общественности в профилактические мероприятия.

Ожидаемые результаты реализации программы

По окончании реализации настоящей программы по профилактике травли и иных форм социально опасного поведения ожидаем следующие результаты:

1. Снижение агрессивности и тревоги среди учащихся.
2. Улучшение социального самочувствия и межличностных отношений.
3. Развитие эмпатии и навыков самоконтроля.
4. Улучшение общего настроения в классе, повышение уверенности учеников

Реализация программы

Программа включает несколько этапов:

1. профилактический: классные часы и тренинги для снижения агрессивности;
2. диагностический: анализ ситуации и выявление рисков;
3. основной: индивидуальные беседы и классные занятия;
4. завершающий: оценка результатов и корректировка программы.

Критерии оценки эффективности

1. Уменьшение количества случаев травли и иных форм социально опасного поведения среди обучающихся;
2. Положительные изменения в результатах диагностического обследования;
3. Увеличение числа участников программных мероприятий;
4. Отзывы и обратная связь от обучающихся, родителей и педагогов.

Ограничения применения программы и предложения по ее дальнейшему применению и развитию

Применение программы не имеет прямых ограничений. Прикладное направление перспективы дальнейшего исследования мы видим в более углубленном изучении отдельных параметров формирования классного коллектива как единой команды в процессе обучения школьников. Данная программа рекомендуется к использованию с младшими школьниками и младшими подростками, может быть расширена и дополнена с учетом индивидуальных особенностей участников.

2. Учебный план

Учебный план на 2022-2023 учебный год

№ п/п	Тематический блок	Количество часов
1.	Психодиагностические мероприятия для обучающихся 1-4 классов	4
2.	Интерактивные игры и сценарии	4
3.	Уроки цифровой грамотности	2
4.	Поощрение позитивного поведения	2
5.	Развитие эмпатии и понимания чувств других	2
6.	Мониторинг эффективности реализации программы.	2
7.	Укрепление социальных навыков	4
8.	Формирование благоприятного психоэмоционального состояния	4
9.	Развитие самоконтроля	4
10.	Неделя без гаджетов	2
11.	Родительские семинары	2
12.	Педагогические семинары	2

Учебный план на 2023-2024 учебный год

№ п/п	Тематический блок	Количество часов
1.	Психодиагностические мероприятия для обучающихся 1-4 классов	4
2.	Формирование навыков управления гневом	4
3.	Мониторинг эффективности реализации программы.	2
4.	Тренинговые занятия	14
5.	Научение способам выражения эмоций	2
6.	Безопасность в Интернете	4
7.	Работа с родителями	2
8.	Работа с педагогами	2

Учебный план на 2024-2025 учебный год

№ п/п	Тематический блок	Количество часов
1.	Психодиагностические мероприятия для обучающихся 1-4 классов	4
2.	Индивидуальное консультирование агрессивных детей	6
3.	Развитие альтернатив агрессивному поведению	6
4.	Мониторинг эффективности реализации программы.	2
5.	Профилактика кибербуллинга и агрессии в сети	4
6.	Физическая активность для управления эмоциями	2
7.	Рефлексия изменений в себе и классе	2
8.	Формирование позитивного настроения	4
9.	Тренинги с родителями	2
10.	Тренинги с педагогами	2

3. Содержание программы

Содержание программы на 2022-2023 учебный год

№ п/п	Тематическое содержание	Форма	Общее количество часов
Психодиагностические мероприятия для обучающихся 1-4 классов			
1	<p>1. Личные беседы с учениками: позволяют более глубоко понять ситуацию и вовлеченность конкретных детей в травлю.</p> <p>2. Наблюдение за поведением учеников педагогами и психологами для выявления признаков травли в повседневной жизни класса.</p> <p>3. Опросник Д. Олвеуса «Буллинг»: выявляет распространенность и специфику травли, определяет жертв и агрессоров.</p> <p>4. Анонимное анкетирование: проводится среди учащихся для выявления случаев травли и оценки ситуации в классе.</p> <p>5. Анкета для изучения психологического климата в классе (Л.Г. Федоренко).</p> <p>6. Анкета удовлетворенностью школьной жизнью.</p> <p>7. Незаконченные предложения: использование метода незаконченных предложений для оценки эмоциональных и социальных аспектов личности.</p>	Групповые занятия	6 часов
Профилактические мероприятия в рамках реализации программы			
2	<p>Интерактивные игры и сценарии.</p> <p>- Рольевые игры: инсценировка ситуаций кибербуллинга и обсуждение возможных решений.</p> <p>- Онлайн-квесты: создание квестов, где дети учатся различать опасные ситуации в интернете и правильно на них реагировать.</p> <p>- Викторины: проведение викторин по безопасному поведению в сети с призами и наградами.</p>	Групповые занятия	24 часа
3	<p>Уроки цифровой грамотности</p> <p>- Основы безопасности в интернете: объяснение детям, как безопасно пользоваться интернетом, какие данные можно и нельзя публиковать.</p> <p>- Приватность и личные данные: разговор о том, что такое личная информация и почему ее важно защищать.</p> <p>- Пароли и их защита: игра в создание надежных паролей, объяснение важности их сохранности.</p>	Групповые занятия	
4	<p>Поощрение позитивного поведения</p> <p>Программа "Звезда недели". Ежедневно выбирается ученик, проявивший наибольший</p>	Групповые занятия	

	рост в управлении эмоциями и позитивном поведении.		
5	Развитие эмпатии и понимания чувств других Акция «Добрые сердца». Сбор подарков или открыток для одиноких пожилых людей или детских домов.	Групповые занятия	
6	Укрепление социальных навыков Проектная деятельность «Создаём вместе». Дети в группах разрабатывают общий проект.	Групповые занятия	
7	Формирование благоприятного психоэмоционального состояния Тренинги по гармонизации состояния. Формирование понимания о том, как важно поддерживать своих одноклассников в трудную минуту.	Групповые занятия	
8	Развитие самоконтроля «Светофор эмоций». Введение метода, где дети учатся останавливаться ("красный свет"), обдумывать ("желтый свет") и действовать ("зеленый свет").	Групповые занятия	
Мероприятия с родителями			
9	Родительские собрания по вопросам информирования признаков травли. Участие в школьных мероприятиях по формированию устойчивой родительской позиции вовлечённости в образовательный процесс ребёнка.	Групповые занятия	2 часа
Мероприятия с педагогами			
10	Рольевые игры для формирования представления у педагогов позиции ребёнка. Групповые тренинги. Лектории.	Групповые занятия	2 часа
	Итог		34 часа

Содержание программы на 2023-2024 учебный год

№ п/п	Тематическое содержание	Форма	Общее количество часов
Психодиагностические мероприятия для обучающихся 1-4 классов			
1	1. Личные беседы с учениками: позволяют более глубоко понять ситуацию и вовлечённость конкретных детей в травлю. 2. Наблюдение за поведением учеников педагогами и психологами для выявления признаков травли в повседневной жизни класса. 3. Опросник Д. Олвеуса «Буллинг»: выявляет распространённость и специфику травли, определяет жертв и агрессоров. 4. Анонимное анкетирование: проводится	Групповое занятие	6 часов

	<p>среди учащихся для выявления случаев травли и оценки ситуации в классе.</p> <p>5. Анкета для изучения психологического климата в классе (Л.Г. Федоренко).</p> <p>6. Анкета удовлетворенностью школьной жизнью.</p> <p>7. Незаконченные предложения: использование метода незаконченных предложений для оценки эмоциональных и социальных аспектов личности.</p>		
Профилактические мероприятия в рамках реализации программы			
2	<p>Формирование навыков управления гневом Упражнение «Спокойное море». Обучение детей справляться с негативными эмоциями.</p>	Групповое занятие	24 часа
3	<p>Тренинговые занятия Упражнение «Арка». Дети проходят через арку, где с одной стороны слышат положительные, а с другой — отрицательные высказывания. После обсуждения их эмоций и реакций проводится игра «Спускаем пар». Игра направлена на снижение агрессии и развитие конструктивного реагирования в конфликтах. Занятие «Другой» развивает толерантность и уважение к различиям, способствует интеграции изолированных детей в классный коллектив. Упражнение «Приветствие»: знакомство с участниками и обсуждение влияния слов на человека через пример со смятым листом бумаги. Игра "Секретный друг": каждый ребенок получает имя другого ребенка и должен сделать для него что-то приятное, не раскрывая своего имени. Это развивает эмпатию и заботу о других. Игра "Круг доверия": дети становятся в круг, держась за руки, и передают по кругу одного из участников с закрытыми глазами, развивая доверие и взаимопомощь. Игра "Вежливые слова": дети бросают друг другу мяч, называя вежливые слова, что помогает развить уважение в общении. Игра "Мостик доверия": дети в парах, один закрывает глаза, а другой ведет его через "мостик", развивая доверие и коммуникацию. Упражнение "Ласковое имя": дети ласково называют друг друга по имени, способствуя дружелюбной атмосфере.</p>	Групповое занятие	
4	<p>Научение способам выражения эмоций. Мастерская «Вырази себя». Дети занимаются творческими проектами: рисование, лепка,</p>	Групповое занятие	

	музыка.		
5	<p>Безопасность в Интернете</p> <p>Упражнение «Создание позитивного контента»: дети создают свои блоги, видеоролики или рисунки на тему дружбы и поддержки.</p> <p>Упражнение «Поделиться добротой онлайн»: поощрение отправки позитивных сообщений одноклассникам или участия в добрых онлайн-акциях.</p> <p>«Конкурс цифровых работ»: организация конкурса на лучший проект о безопасности в интернете или против кибербуллинга.</p>	Групповое занятие	
Мероприятия с родителями			
6	Родительские собрания по вопросам информирования признаков травли. Участие в школьных мероприятиях по формированию устойчивой родительской позиции вовлечённости в образовательный процесс ребёнка.	Групповое занятие	
Мероприятия с педагогами			
7	Рольевые игры для формирования представления у педагогов позиции ребёнка. Групповые тренинги. Лектории.	Групповое занятие	
	Итог		34 часа

Содержание программы на 2024-2025 учебный год

№ п/п	Тематическое содержание	Форма	Общее количество часов
Психодиагностические мероприятия для обучающихся 1-4 классов			
1	<p>1. Личные беседы с учениками: позволяют более глубоко понять ситуацию и вовлеченность конкретных детей в травлю.</p> <p>2. Наблюдение за поведением учеников педагогами и психологами для выявления признаков травли в повседневной жизни класса.</p> <p>3. Опросник Д. Олвеуса «Буллинг»: выявляет распространенность и специфику травли, определяет жертв и агрессоров.</p> <p>4. Анонимное анкетирование: проводится среди учащихся для выявления случаев травли и оценки ситуации в классе.</p> <p>5. Анкета для изучения психологического климата в классе (Л.Г. Федоренко).</p> <p>6. Анкета об удовлетворенности</p>	Групповое занятие	6 часов

	школьной жизнью. 7. Незаконченные предложения: использование метода незаконченных предложений для оценки эмоциональных и социальных аспектов личности.		
Профилактические мероприятия в рамках реализации программы			
2	Развитие альтернатив агрессивному поведению Тренинг «Выбираем другой путь». Обсуждение и моделирование ситуаций, где вместо агрессии дети выбирают другие способы реакции.	Групповое занятие	24 часа
3	Профилактика кибербуллинга и агрессии в сети Интернет Упражнение «Создание позитивного контента»: дети создают свои блоги, видеоролики или рисунки на тему дружбы и поддержки. Упражнение «Поделиться добротой онлайн»: поощрение отправки позитивных сообщений одноклассникам или участия в добрых онлайн-акциях. «Конкурс цифровых работ»: организация конкурса на лучший проект о безопасности в интернете или против кибербуллинга.	Групповое занятие	
4	Физическая активность для управления эмоциями Спортивный праздник «Движение – жизнь». Организация спортивных игр, эстафет, где ключевое – участие, а не победа.	Групповое занятие	
5	Рефлексия изменений в себе и классе Круглый стол "Наш путь к миру". Обсуждение того, какие изменения произошли в классе, что удалось преодолеть.	Групповое занятие	
6	Формирование позитивного настроения Встреча с учениками среднего звена. Беседа со старшими учениками о том, что ждет в следующем классе, советы и рекомендации.	Групповое занятие	
7	Индивидуальное консультирование агрессивных детей по запросу	Индивидуальные занятия	
Мероприятия с родителями			
	Родительские собрания по вопросам информирования признаков травли. Участие в школьных мероприятиях по формированию устойчивой родительской позиции вовлечённости в образовательный процесс ребёнка.	Групповое занятие	2 часа
Мероприятия с педагогами			
8	Рольевые игры для формирования представления у педагогов позиции ребенка. Групповые тренинги.	Групповое занятие	2 часа

	Лектории.		
	Итог		34 часа

Список литературы

1. Жекулина Т. М. "Травля в школе. Нарративный подход к работе с проблемой" — Практическое пособие, издано в 2018 году, предлагает нарративный подход к решению проблемы травли в школе.
2. Приходько А. С., Суворова И. Ю. "Школьный буллинг: системность и противодействие" — Статья в журнале, обсуждающая системную природу травли и эффективные антибуллинговые программы.
3. Бочавер А. А., Жилинская А. В., К. Д. "Травля детей в российской школе: суть проблемы и как ее решать" — Публикация, анализирующая проблему травли в российских школах и предлагающая решения.
4. Приходько А.А., Суворова И.Ю. "Школьный буллинг: системность и противодействие" — Статья, в которой представлен обзор отечественных и зарубежных работ по буллингу в школе с системным подходом, а также анализ антибуллинговых программ.
1. Буллинг в российских школах — Статья, рассматривающая распространенность буллинга в российских школах, его связь с школьным климатом и половозрастными особенностями.
2. Буллинг и кибербуллинг как явление образовательной среды — Обзор современных зарубежных исследований по буллингу и кибербуллингу в школах, а также способы снижения травли.
3. Беляева, Н. Н. "Отношение подростков к буллингу и особенности буллинг-структуры школьного класса" — Исследование, посвященное отношению подростков к буллингу и его структуре в школьном классе.

Методы диагностики.**Метод «наблюдение».**

Это целенаправленное восприятие и регистрация поведения исследуемого объекта. При этом все явления изучаются в обычных для объекта условиях.

Цель метода — изучить психические особенности индивидов на основе фиксации проявлений их поведения. Предметом наблюдений служат вербальные и невербальные акты поведения, имеющие место в определённой ситуации или среде.

Наблюдение применяют в тех случаях, когда вмешиваться в естественный процесс хода событий не рекомендуется или невозможно.

- Процедура исследований методом наблюдения состоит из нескольких этапов:
- Определение предмета (ситуация, объект и т.п.). 1
- Определение способа наблюдения.
- Выбор способа регистрации данных.
- Создание плана.
- Выбор способа обработки результатов.
- Наблюдение.
- Обработка полученных данных и их интерпретация.

Метод «индивидуальные беседы»

Индивидуальная беседа в психологии — это метод исследования, который включает в себя общение между исследователем и респондентом для сбора данных о мыслях, чувствах, эмоциях и поведении последнего.

В зависимости от целей использования данного метода, беседа может быть. Ознакомительной. Её задача — первичное индивидуальное знакомство.

1. Диагностической. В ходе неё психолог выявляет основные проблемы и трудности, с которыми сталкивается клиент. Он задаёт вопросы, уточняет информацию, анализирует ответы и делает выводы о состоянии психического здоровья человека.
2. Психотерапевтической. В ходе неё специалист помогает клиенту разобраться в своих эмоциях, переживаниях, проблемах и найти способы их преодоления.
3. Экспериментальной. Такая беседа служит для проверки исследовательских гипотез и имеет строго определённую тематику.

Структура индивидуальной беседы включает несколько этапов:

- Вводная часть. Создаёт нужное настроение у собеседника и доверительную атмосферу.
- Второй этап. Обозначаются важные вопросы, которые нужно обсудить, решить, проработать. При этом собеседник должен открыто, свободно вести диалог на заданную тему.
- Третий этап. Подробно исследуются проблемы, задаются вопросы, оцениваются ответы.
- Кульминация. Самый ответственный этап, когда психолог наблюдает, слушает, спрашивает.

- Завершающая стадия. У человека ослабляется напряжение, а психолог подводит итоги.
- Важным условием для проведения метода беседы в психологии является соблюдение конфиденциальности, этических норм, проявление уважения к собеседнику.

Опросник Д. Олвеуса «Буллинг»

Цель: Выявление распространенности и специфики буллинга в образовательной среде.

Описание: измеряет два отдельных аспекта: проявления буллинга и подверженность ему.

Прямой активный буллинг – проявления физической агрессии (умышленные толчки, удары, пинки, побои, нанесение иных телесных повреждений, кража или порча вещей, обидные жесты) и вербальной агрессии (оскорбления, угрозы, запугивание);

Косвенный активный буллинг – проявления изоляции (социальной депривации): сплетни, заговоры, бойкоты, игнорирование просьб;

Прямой пассивный буллинг (виктимизация) – подверженность физической и вербальной агрессии;

Косвенная виктимизация (косвенный пассивный буллинг) – подверженность социальной депривации.

Анкета для изучения психологического климата в классе (Л.Г. Федоренко)

Направлена на изучение психологического климата в классе и включает в себя несколько вопросов, направленных на оценку настроения и отношений внутри класса.

Инструкция:

В целях изучения психологического климата в вашем классе просим ответить на ряд вопросов. Обведите кружком ответ, выражающий ваше мнение.

1. С каким настроением вы обычно идете в школу?	1. Всегда с хорошим настроением;
	2. С хорошим чаще, чем с плохим;
	3. С равнодушием;
	4. С плохим чаще, чем с хорошим;
	5. Всегда с плохим настроением.
2. Нравятся ли вам люди, которые учатся вместе с вами?	1. Да, нравятся;
	2. Многие нравятся, некоторые - нет;
	3. Безразличны;
	4. Некоторые нравятся, но многие -нет;
	5. Никто не нравится.
3. Бывает ли у вас желание перейти в другой класс?	1. Никогда не бывает;
	2. Редко бывает;
	3. Мне все равно, где учиться;
	4. Часто бывает;
	5. Думаю об этом постоянно.
4. Устраивает ли вас учеба в школе?	1. Учебой вполне доволен;
	2. Скорее доволен, чем недоволен;

	3. Учеба для меня безразлична;
	4. Скорее недоволен, чем доволен;
	5. Совершенно
5. Как, по вашему мнению, относится к вам классный руководитель?	1. Очень хорошо;
	2. Хорошо;
	3. Безразлично;
	4. Скорее недоволен;
	5. Очень плохо.
6. В какой форме обращаются к вам чаще всего преподаватели?	1. Убеждают, советуют, вежливо просят;
	2. Чаще в вежливой форме, иногда грубо;
	3. Мне это безразлично;
	4. Чаще в грубой форме, иногда вежливо;
	5. В грубой форме, унижающей достоинство.

Анкета об удовлетворенности школьной жизнью

Исследование проводится в форме собрания для учащихся, в индивидуальной форме для родителей.

Цели анкетирования:

- определить степень удовлетворенности учащихся школьной жизнью.
- выявить уровень удовлетворенности родителей работой образовательного учреждения.

Степень удовлетворенности учащихся школьной жизнью:

- высокая степень удовлетворенности (больше 3);
- средний уровень удовлетворенности (больше 2, но меньше 3);
- низкая степень удовлетворенности (меньше 2).

Метод незаконченные предложения

Психологический метод изучения личности, при котором испытуемому предъявляется набор высказываний с ограниченным набором слов — началом фразы, а испытуемый должен закончить предложение одним или несколькими словами.

Методика основана на принципе свободных ассоциаций. Она сформулирована таким образом, чтобы выявить цели человека, его отношение к другим людям, страхи и опасения.

Некоторые цели методики «Незаконченные предложения»:

- выявление психических расстройств и определение степени выраженности нарушений;
- составление индивидуального психологического портрета тестируемого;
- получение информации об отношении респондента к семье, работе или обучению;
- диагностика степени нарушений межличностных отношений;
- оценка степени психологической зрелости;
- проведение анализа эффективности психологической терапии;
- выявление сильных и слабых сторон личности (черт характера, мотивационной направленности и т. д.).

Методика проводится в формате письменного опроса. Тестируемым раздают заранее подготовленные бланки, на которых напечатаны группы предложений,

требующие завершения. Респондент может выбрать один из предложенных вариантов ответа или сформулировать и записать своё завершение.

Также эффективна устная форма проведения методики, особенно для детей.

Такой способ проведения опроса позволяет уточнять детали ответов и оценивать эмоциональную реакцию на завершение предложенной фразы. Для получения достоверной интерпретации ответы должен обрабатывать квалифицированный специалист.