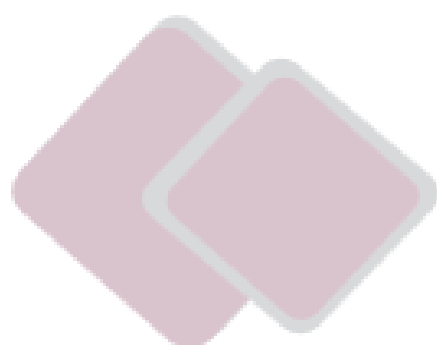

**ҚАРАҒАНДЫ ОБЛЫСЫНДА БІЛІМ БЕРУДІ ДАМУ ТУДЫҢ
ОҚУ-ӘДІСТЕМЕЛІК ОРТАЛЫҒЫ**

**БІЛІМ БЕРУ ҰЙЫМДАРЫНДА КӨМЕЛЕТКЕ ТОЛМАҒАҢДАР
АРАСЫНДА МЕКТЕП БУЛЛИНГІНІҢ АЛДЫН АЛУ БОЙЫНША
ӘДІСТЕМЕЛІК УСЫНЫМДАР**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ШКОЛЬНОГО БУЛЛИНГА СРЕДИ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ В ОРГАНИЗАЦИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ**



ҚАРАҒАНДЫ 2020

**ҚАРАҒАНДЫ ОБЛЫСЫНДА БІЛІМ БЕРУДІ ДАМУДЫҢ
ОҚУ-ӘДІСТЕМЕЛІК ОРТАЛЫҒЫ**

**БІЛІМ БЕРУ ҰЙЫМДАРЫНДА КӘМЕЛЕТКЕ
ТОЛМАҒАНДАР АРАСЫНДА МЕКТЕП БУЛЛИНГІНІҢ АЛДЫН
АЛУ БОЙЫНША ӘДІСТЕМЕЛІК ҰСЫНЫМДАР**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ШКОЛЬНОГО БУЛЛИНГА
СРЕДИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ
В ОРГАНИЗАЦИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ**

ҚАРАҒАНДЫ 2020

УДК 373
ББК 74.262
Б 95

Құрастырушылар:

Илюхина Т.М., психолог, «Қарағанды облысында білім беруді дамытудың оқу-әдістемелік орталығы» КМҚК;

Узақбаева Р.У., психолог, «Қарағанды қаласының білім бөлімі» ММ;

Амантаева С.О., педагог-психолог, «№15 ЖББОМ» КММ, Қарағанды қ.;

Кошанова М.К., педагог-психолог, «М.Жұмабаев атындағы №39 гимназия», Қарағанды қ.;

Гончарук Н.П., педагог-психолог, «№9 гимназия» КММ, Қарағанды қ.;

Алтынгожина М.С., педагог-психолог, «№93 гимназия» КММ, Қарағанды қ.;

Куралесова Е.В., педагог-психолог, «№32 ЖББОМ», Қарағанды қ.;

Воронина С. А., педагог-психолог, «№53 мектеп-лицейі», Қарағанды қ.

Рецензияшылар:

Капанова И.Х., «Bolashaq» Қарағанды жоғары колледжінің ғылыми-әдістемелік жұмыс бойынша директордың орынбасары, педагогика мұғалімі, педагогика ғылымының магистрі

Жексенова Б.О., «Bolashaq» Қарағанды жоғары колледжінің педагогика және психология және мектепке дейінгі жеке меншік әдістемелердің мұғалімі

Бейсенбекова Г.Б., Е.А. Бөкетов атындағы Қарағанды университетінің мектепке дейінгі, педагогика және психология кафедрасының педагогика ғылымдарының кандидаты, доцент

Б 95 Білім беру ұйымдарында кәмелетке толмағандар арасында мектеп буллингiнiң алдын алу бойынша әдiстемелiк ұсынымдар/Құраст. Т.М. Илюхина, Р.У. Узакбаева, С.О.Амантаева және т.б. – Қарағанды: ҚО ББД ОӘО, 2020. – 218 б.

ISBN 978-601-7652-20-3

Білім беру ортасында аз зерттелген және өзекті мәселенің бірі - кәмелетке толмағандар арасында буллингтің (физикалық немесе психологиялық зорлық-зомбылық, қысым көрсету, айдап салуды) алдын алуға арналған әдістемелік ұсыным.

Әдістемелік ұсынымдар педагог-психологтерге, әлеуметтік педагогтерге, сынып жетекшілеріне, директордың тәрбие жұмысы жөніндегі орынбасарларына арналған.

Ұсынылған материалдар тек ұсынымдық сипатта болады.

Қарағанды облысында білім беруді дамытудың оқу-әдістемелік орталығының әдістемелік кеңесі ұсынады 16.09.2020 ж. №3 хаттама

ISBN 978-601-7652-20-3

Мазмұны

Кіріспе	4
I тарау. Қазақстанның оқушылары арасындағы буллинг мәселесі	5
II тарау. Мектеп ортасындағы буллинг: себептері мен салдары	9
III тарау. Зорлық-зомбылық жағдайларын болдырмау, анықтау және шешу, кикілжіңдік жағдайға қатысушыларға көмек көрсету жөніндегі шараларды іске асыру	17
IV тарау. Мектептегі психологиялық қызметтің буллингтің алдын алудағы рөлі	27
Қорытынды	31
Пайдаланылған және ұсынылатын әдебиеттер тізімі	32
Қосымшалар	
1 қосымша. Білім беру ұйымдарында жалпы алдын алу жұмысының алгоритмі	33
2 қосымша. Ата-аналар мен педагогтерге арналған жадынама	44
3 қосымша. Алдын алу жұмысын ұйымдастыру түрлері	47
4 қосымша. Диагностикалар. Сауалнамалар	52
5 қосымша. Буллингтің алдын алудағы ойындар мен жаттығулар	57
6 қосымша. Оқушыларға арналған сабақтар	64
7 қосымша. Мұғалімдерге арналған практикумдар	82
8 қосымша. Ата-аналарға арналған практикумдар	96

Кіріспе

Барлық балалар үшін зорлық-зомбылықтан және әлімжеттілік қарым-қатынастан қорғанумен қатар өмір сүруге, дамуға, тәрбиелеуге және білім алуға қолайлы жағдайларды қамтамасыз ету кез келген мемлекет үшін әлеуметтік саясаттың басты міндеттерінің бірі болып табылады. Балаларға қатысты ешқандай зорлық-зомбылықты ақтауға болмайды және кез келген зорлық-зомбылық ескерілуі қажет. Алайда бүкіл әлемде балалар отбасында, жергілікті қоғамдастықта және білім беру ұйымдарында – басқа оқушылар тарапынан да, мұғалімдер тарапынан да зорлық-зомбылыққа тап болады. Ең басты қауіп төндіретін мәселе – жүйелі түрдегі зорлық-зомбылық -айдап салу мен буллинг.

Буллинг (bulling) - өзін жеке дара, басқа адам тарапынан немесе топ ішінде қорғай алмайтын жағдайдағы психологиялық немесе физикалық қысым, зорлық-зомбылық, прессинг, менсінбеу, қорқыту.

Қазіргі уақытта буллинг - бүкіл әлем мектептерінде таралған құбылыстардың бірі. БҰҰ-ның балаларға қатысты зорлық-зомбылық туралы 2006 жылы жарияланған Дүниежүзілік баяндамасы балаларға қарсы бағытталған зорлық-зомбылық ауқымын ғана емес, оның теріс салдарын да кешенді талдаудың алғашқы халықаралық тәжірибесіне айналды.[1]

Мектептегі зорлық-зомбылық қазіргі білім беру жүйесінің маңызды мәселесі болып табылады. Өкінішке орай, айдап салу немесе қорқытуды кез-келген мектепте кездестіруге болады. Әлеуметтік-психологиялық құбылыс ретінде буллинг білім беру процесіне қатысушылардың қауіпсіздігіне қауіп төндіреді. Буллинг салдары – тікелей де және жанама түрде – оқушылардың зияткерлік және жеке тұлғалық дамуына теріс әсер етеді.

Өкінішке орай, көптеген оқушылар мен олардың ата-аналары буллингтің баланың дене және менталдық денсаулығы үшін зияны туралы жеткілікті біле бермейді.

Соңғы уақытта біздің елімізде балалар ортасында буллингті ерте анықтау және алдын-алу мәселелеріне көп көңіл бөлінуде.

Осылайша, буллингтің алдын алу мәселесі қазіргі кезде өзекті болып табылады.

I тарау. Оқушылар арасындағы буллинг жағдайы. Қазақстандағы буллинг статистикасы.

ЮНИСЕФ мәліметтеріне сәйкес, әлемдегі 150 миллион бала мектепте немесе оның айналасында құрдастары тарапынан зорлық-зомбылыққа ұшырайды екен.

Қазақстан үшін мектептердегі зорлық-зомбылық мәселесі де өзекті. 2011 жылы Қазақстанда жүргізілген «мектептердегі балаларға қатысты зорлық-зомбылықты бағалау» зерттеуінің деректеріне сәйкес, білім беру ұйымдарында зорлық-зомбылық пен кемсітушілікпен 5-10 сынып оқушыларының 66,2%-ы олардың 63,6% -ы куәгер ретінде, 44,7% - ы зардап шеккен адам ретінде, ал 24,2% - ы зорлық-зомбылық іс-әрекеттерін жасағанын мойындады. Көбінесе оқушылар (қатысушылардың 40,0% -ы) мазаққа ұшырап, оларды күлкі нысаны ретінде қабылдаған және заттарын бүлдірген. Оқушылар итеру, тепкі, аяқтан шалу, соққы сияқты қауіп-қатерге екі есе аз (21,4%) ұшыраған немесе оларға шабуыл жасалған. Ақша бопсалау жағдайлары туралы оқушылардың 9,8%-ы хабарлады. Сауалнамаға қатысқандардың 8,5%-ы өз атына жыныстық сипаттағы сөздер мен қысым көрсету туралы айтылғанын, ал 7,4%-ы басқаларына қатысты осындай әрекеттердің куәгерлері болғанын айтады. Әрбір алтыншы оқушы (15,5%) гендерлік белгісі, ұлттық және діни ұстанымы, нәсіліне қарай, киім немесе тұратын жеріне байланысты, сондай-ақ мүгедектігі бойынша кемсітушілік көзқарас әрекеттерге душар болса, әрбір үшінші оқушы (36,1%) осындай жағдайдың куәгері болған. [2]

2012 жылы Адам құқықтары жөніндегі уәкіл офисі мен БҰҰ Балалар Қоры (ЮНИСЕФ) жүргізген зерттеу нәтижелеріне сәйкес балалардың 66,2% - ы соңғы жылда мектептегі зорлық-зомбылыққа немесе кемсітушілікке тап болды. Бұл 3 баланың 2-і куәгер, не құрбандары, не зорлық-зомбылықтың бастамашылары болғанын білдіреді. Бұл ретте балалардың 40% - ы психологиялық зорлық-зомбылықтың құрбаны болғанын, 21,4% - ы физикалық зорлық-зомбылықтың құрбаны болғанын, ал 15,5% - ы кемсітушілікке ұшырағанын айтты. [2]

Биылғы 2020 жылы осы мәселе бойынша ҚР ДСМ Қоғамдық денсаулық сақтау ұлттық орталығы баспасөз қызметінің ақпараты бойынша 11-15 жастағы әрбір бесінші қазақстандық жасөспірім ай сайын буллингтің құрбаны немесе қатысушысы болып отыр. Осы жағдайға қатысу көбінесе ұлдар арасында ең көп таралған.

2018 жылы ұлттық қоғамдық денсаулық сақтау орталығының (ҚР ДМ ҰОЗО) «денсаулыққа қатысты мектеп жасындағы балалардың тәртібі» «Health behaviour in school-aged children» (HBSC) зерттеу тобы Жасөспірімдер арасындағы денсаулық пен әл-ауқат көрсеткіштерін зерттеу үшін қазақстандық оқушылар арасында сауалнама жүргізді. [2]

Оқушыларға сауалнама жүргізу барысында олар буллинг/кибербуллингке қалай жиі қатысқанын немесе соңғы екі ай бойы мектепте оның құрбаны болуы туралы сұрақтар қойылды.

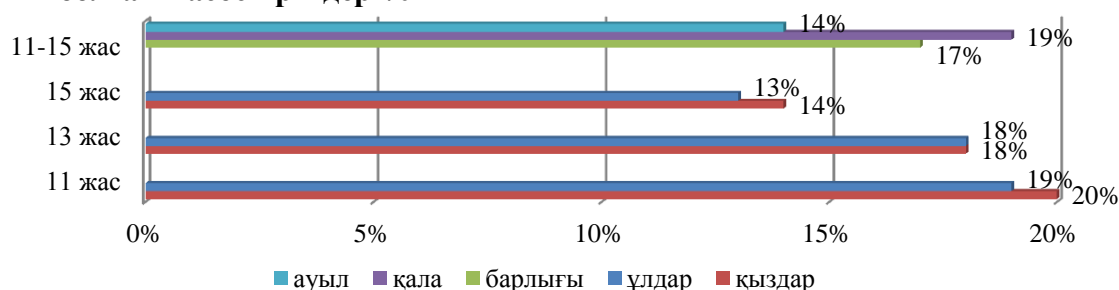
ҰОЗО зерттеу тобы ғалымдарының пікірінше, буллинг құрбандарының да, булллердің де психикалық жағынан денсаулықтарында ақаулары бар екендігі анықталған.

Белгілі болғандай, 11-15 жастағы жасөспірімдердің 17%-ы мектепте айына бір рет буллинг/айдап салудың құрбаны болған. Буллингтің құрбандары ауылдықтарымен салыстырғанда қала оқушылары арасында жиі болады.

1-Диаграмма «Буллингтің құрбандары мен қатысушылары»

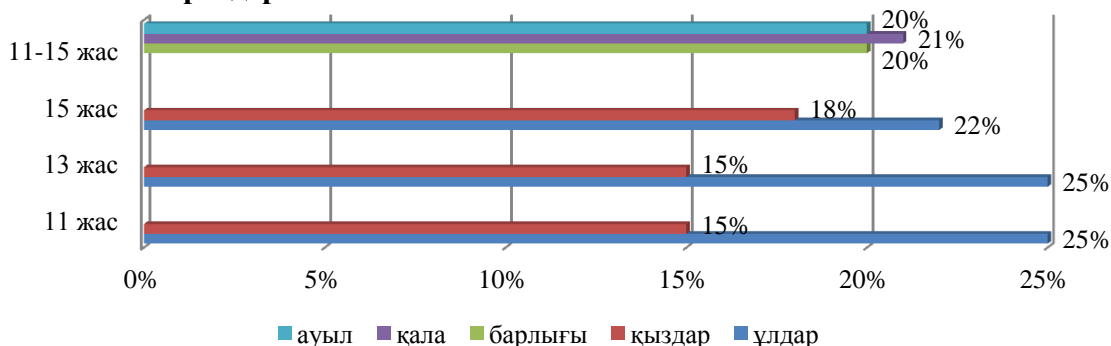
Буллинг құрбандары, HBSC Қазақстан

айына бір немесе бірнеше рет мектептегі буллинг құрбаны болған жасөспірімдер %



Буллингке қатысушылар, HBSC Қазақстан

айына бір немесе бірнеше рет мектептегі буллингке қатысқан жасөспірімдер %



Ұлдар мен қыздар арасында буллингтің таралуы 15 жаста азаяды. Бір айда мектепте басқа адамдар тарапынан болған буллингке айына бір рет 11-15 жастағы жасөспірімдердің 20% қатысты. Осы мінез-құлықтың таралуы 11 және 13 жастағы ер балалар арасында ең жоғары.

Сонымен қатар, жаңа технологияларды дамытумен және әлеуметтік желілердің танымал болуымен буллингтің жаңа түрі – кибербуллинг пайда болды.

Кибербуллинг мысалдары: қорлау хабарламаларын жіберу (мәтін немесе интернет арқылы), әлеуметтік желілер сайтында елемеушілік

түсініктемелерді орналастыру, кемсіту фотосуреттерін орналастыру, сондай-ақ электрондық нысанда біреуді қорқыту немесе қорлау.

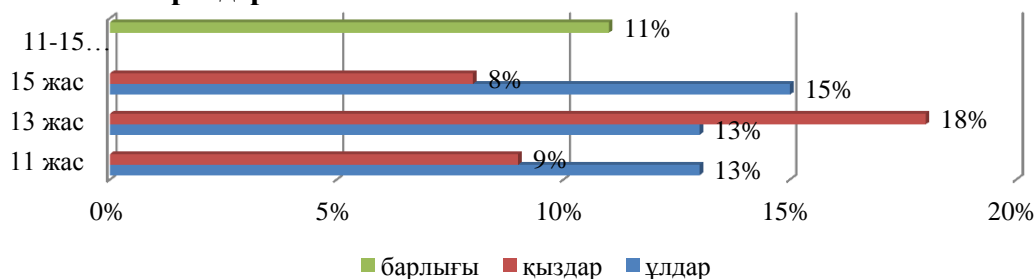
Кибербуллинг депрессия, үрей, өзін - өзі төмен бағалау, эмоциялық бұзылулар, психобелсенді заттарды қолдану және суицидтік мінез-құлық сияқты психикалық денсаулықпен маңызды проблемаларды дамытуға ықпал ете отырып, жасөспірімдердің денсаулығына теріс әсер етеді.

11-15 жастағы жасөспірімдердің 12% - ы кем дегенде бір рет немесе одан да көп кибербуллингке ұшырағаны белгілі болды.

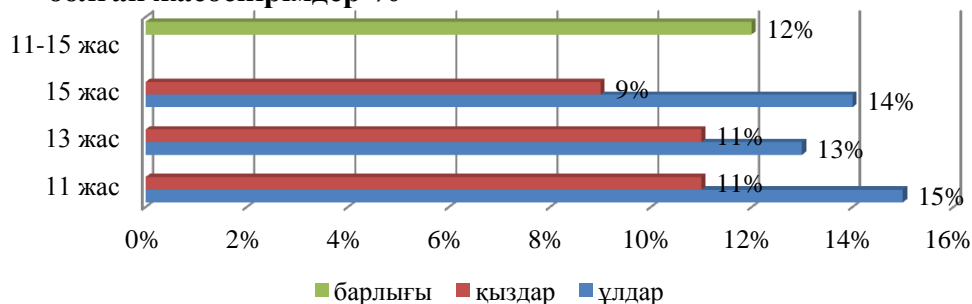
Басқа адамдар тарапынан кибербуллинг тәжірибесі жасөспірімдердің 11%- ын кем дегенде бір рет атап өтті. Мұндай мінез-құлық ұлдар арасында кең таралған. [2]

2-Диаграмма «Кибербуллинг құрбандары мен қатысушылары»

Буллингке қатысушылар, HBSC Қазақстан
айына бір немесе бірнеше рет кибербуллингке қатысқан жасөспірімдер %



Кибербуллинг құрбандары, HBSC Қазақстан
айына бір немесе бірнеше рет мектептегі буллинг құрбаны болған жасөспірімдер %



Буллингтің барлық түрлері оқуға және үлгерімге кері әсерін тигізеді. Мектептегі зорлық-зомбылық салдарынан баланың оқуға деген ниеті жоғалуы мүмкін және ол сабақты себепсіз босата бастайды.

Ғалымдардың пікірінше, буллинг деңгейін мектеп деңгейінде төмендету шаралары буллингтің алдын алу бойынша бағдарламаларды енгізуді, ата-аналарды тартуды, тәртіптік әдістерді қолдануды, мектептегі әлеуметтік ахуалды жақсартуды, балаларды қадағалауды қамтиды.

ҰОЗО ғалымдарының зерттеу тобы зорлық-зомбылықтың және денсаулық сақтаудың алдын алу жөніндегі қызметтердің өзара іс-қимылын жақсарту және зорлық - зомбылыққа қатысты қолданыстағы заңдарды

бағалау буллинг және кибербуллингпен күрестің негізгі құрамдас бөлігі болып табылады деп санайды.

Ағымдағы 2020 жылы аталған проблема бойынша ҚР ДСМ Қоғамдық денсаулық сақтау ұлттық орталығының баспасөз қызметінің ақпараты бойынша 11-15 жастағы әрбір бесінші қазақстандық жасөспірім ай сайын буллингтің құрбаны немесе қатысушысы болып табылатынын хабарлайды. Бұл жағдай ұлдар арасында жиі кездеседі.

Бүгінгі күні білім беру ұйымдарына буллинг проблемасын пысықтау және жою жауапкершілігі жүктеледі. Бұл білім алушылардың психологиялық денсаулығын сақтауға, білім берудің жоғары сапасын, білім алушылардың рухани-адамгершілік тәрбиесі мен дамуын қамтамасыз ететін, сондай-ақ білім алушылардың физикалық және әлеуметтік денсаулығын сақтауға және нығайтуға кепілдік беретін қолайлы дамытушы білім беру ортасын құруға мүмкіндік береді.

II тарау. Мектеп ортасындағы буллинг: себептері мен салдары

Білім беру ұйымдарындағы зорлық - зомбылықтың сипаты мен табиғаты әртүрлі, бір мезеттік қорлау түрінде, немесе жүйелі түрде кемсіту және айдап салу (буллинг) түрінде де көрінеді. Зорлық - зомбылық физикалық және ауызша болуы мүмкін, зорлық - зомбылық әрекеттері мен жыныстық сипаттағы сөз айтуларда білдірілуі, айқын немесе айқын көрінбейтін гендерлік сипатқа бағытталған, материалдық пайдаға ұмтылу (бопсалау және заттар мен ақшаны тартып алу) сипатта көрінеді және барлық тартылған тараптарға әрқашан психологиялық жарақат келтіреді.

Мектептегі айдап салу (буллинг) – белгілі бір балаға бағытталған қайталанатын агрессия, оның құрамында мәжбүрлеу мен қорқыту белгілері бар, кейде мұғалімдер тарапынан нақты немесе жасырын түрде қолдаулар болуы мүмкін фактор.

Мектептегі айдап салу әртүрлі нысандарда пайда болуы мүмкін: физикалық және психологиялық агрессия, айқын қудалау және нашар қарым-қатынастың жасырын көрінісі.

Буллингтің жасырын түрлеріне елемеу, бойкот (толық қарсылық білдіру) жасау, қарым-қатынастан шығару, әртүрлі манипуляциялар, теріс пікірлер мен өсектерді әдейі тарату және т.б. - баланың өзін қорғансыз сезінетіні, балалардың тобынан шығарылғандығы, жалпы қабылданбаған теріс органы құру жатады.

Буллинг - бұл тартылған тараптар арасындағы билік тепе-теңдігін көздейтін физикалық және вербалды сипаттағы зорлық-зомбылық .

Жүйелі зорлық-зомбылық - айдап салу немесе буллинг ерекше қауіпті. Оқушыға қысым бір адам (оқушы немесе мұғалім), сондай-ақ бір топ тұлғалар да көрсетуі мүмкін.

Ұялы байланыс пен интернеттің таралуымен және жасөспірімдердің әлеуметтік желілердегі белсенділігінің артуымен қазіргі заманғы коммуникациялық технологияларды - кибербуллингті қолдана отырып, қорқытудың жаңа түрі пайда болды.

Буллинг түрлері

Түрлері	Сипаттамасы
Вербалы буллинг	Сөзбен қорлау, қорқыту және дәлелсіз ауыр сөздер көмегімен қорлау.
Физикалық буллинг	Физикалық агрессивті үрей тудыру көмегімен физикалық қорқыту немесе буллинг сипаттамасы бірнеше рет қайталанатын соққылар, тепкі, аяқтан шалу, бұғаттау, итеру және қажетсіз немесе өрескел түрде жанасу.

Әлеуметтік-психологиялық буллинг	<p>Психологиялық зорлық-зомбылық дегеніміз адамның қадір-қасиетін кемсітуге, елемеуге, бас тартуға, бақылауға немесе әлеуметтік оқшаулауға бағытталған әдейі вербалдық және мінез-құлық әрекеттерінің жиынтығы.</p> <p>Психологиялық зорлық-зомбылық адамның өзін-өзі бағалауы мен өзін-өзі құрметтеуге нұқсан келтіретін, келемеждеу (лақап аттар беру) оны қоғамдастық тарапынан қабылдамайтынына сендіретін, оның жеке басын құнсыздандыратын, қарым-қатынастан бас тарту, топқа, ойынға, спорттық сабаққа немесе басқа да іс-шараға әдейі қатыстырмау, сондай-ақ қорлау, дәрекі және кемсітетін сөздер арқылы көрінуі мүмкін.</p>
Экономикалық	<p>Бопсалау - физикалық күшпен жазалау, қандай да бір мәліметтерді жария ету, ақшаны, заттарды мәжбүрлеумен талап ету. Мұндай әрекеттер жәбірленушіге тек материалдық ғана емес, сонымен қатар физикалық және моральдық зиян келтіреді.</p>
Кибербуллинг	<p>Кибер қорқыту біреуді әлеуметтік желілерде, электрондық пошта немесе хабарламалар арқылы қорлайтын сөздерді, жалған сөздерді және өсек-өтірік сөздерді пайдалана отырып айыптау болып табылады. Секс, нәсілшіл және басқа да ұқсас хабарламалар тікелей балаға бағытталмаған болса да, ол қауіпті атмосфераны туғызады.</p> <p>Кибербуллингтің зорлық-зомбылықтың басқа түрлерінен айырмашылығы, бұл ренжітушіге өзін аноним ретінде сақтауға және сол арқылы өз әрекеттері үшін жауапкершіліктен қашуға мүмкіндік береді.</p>

Айта кету керек, кейбір балалар бір мезгілде бірнеше зорлық-зомбылықтың құрбандары болып табылады. Мысалы, бала зорлық-зомбылықты үй жағдайында және мектепте де қосымша көруі мүмкін.

Мектептегі буллингтің пайда болу себептері мен факторлары

Зерттеулер көрсеткендей, жасөспірімдік жаста агрессияның пайда болуының негізгі себептері ата-ана сүйіспеншілігі мен қамқорлығының болмауы, жыныстық жетілу және психологиялық өсу, тұқым қуалаушылық және өзіне назар аударту ниеті болып табылады.

Отбасындағы зорлық-зомбылықты бастан кешірген балаларда ашулануға (47,9%) және физикалық агрессияға (39,5%) өз отбасыларындағы зорлық-зомбылық мәселелері туралы хабарламаған балалармен салыстырғандағы бейімділік (тиісінше 24,8% және 27,5%) жоғары. Бұл отбасында ата-аналардың зорлық-зомбылықты, төбелесті,

ұрыс-керісін көріп өскен немесе психологиялық және физикалық зорлық-зомбылыққа ұшыраған балалар үнемі ашу-ыза мен физикалық агрессияға бейім болады.

Кейбір балалардың басқаларға қатысты қатыгездігін түсіндіретін негізгі **факторлар**:

- білім алушылардың жеке ерекшеліктеріне байланысты ішкі агрессивтілік. Бұл жасөспірімдердің жеке басындағы дағдарыс кезінде шиеленіседі, бірақ мектеп оқушыларының шамамен 60% - ы дәл осы жас тобына жатады;
- мектеп оқушыларының өмір сүруінің алдыңғы тәжірибесі, оның ішінде өзінің агрессивтілігінің көрінісі және жақын ортадағы ұқсас көріністерді байқауы – отбасында, құрдастарының референттік (маңызды) тобында, бұрын барған білім беру ұйымдарында болуы;
- коммуникативтік дағдыларды дамытудың жеткіліксіз деңгейі, оның ішінде мысалдар мен күш қолданбайтын өзара қарым-қатынастар тәжірибесінің және өз құқықтары туралы білімінің болмауы;
- мектеп ортасының ерекшеліктері (авторитарлы-директивті басқару стилі, билік пен бағыну қағидаттарына негізделген сынып ішіндегі қатынастар жүйесі).

Буллингтің ең танымал зерттеушісі Дэн Олвеус буллингті топтағы өзара әрекеттесудің стереотипі, қатысушылардың билігі немесе күштердің теңсіздігі жағдайында жүйелі бағытталған агрессивті мінез-құлық ретінде анықтайды. Сонымен қатар, ол буллингтің үш негізгі критерийін анықтайды:

- ниеттілік;
- жүйелілік;
- билік немесе күш теңсіздігі.

Қызғаныш, кек, дұшпандық сезімі, «әділеттілікті» қалпына келтіру, билік үшін күрес, көшбасшыға бағыну, қарсыласты бейтараптандыру, өзін-өзі растау және т.б. балаларды қорлауға итермелеу кейбір оқушылардың өздерінің біреуді азаптауға құмарлық қажеттіліктерін қанағаттандыруы мүмкін.

Буллингтің пайда болу себептерінің келесі топтары

Педагогикалық	Білім беруде, коммуникативтік, тәртіптік және мектептегі жалпы бейімделмеу ретінде. Сынып микроклиматы. Академиялық үлгерімнің төмендігі немесе жұмыссыздықтың жоғары деңгейі. Мұғалім позициясы: мұғалімдер тарапынан оқушылардың жеке басын мазақ ету мен кемсітуге жол беретін жағдай негізінде де балалар қорлау мен айдап салуға көбірек ұшырайды.
----------------------	--

Психологиялық	<p>Қауіпті мінез-құлық: Буллер деп аталатын агрессордың және құрбанның тұлғасы, басқаларды қорлауға немесе жарақаттауға ұмтылуы өзінің толық емес сезімінен туындайды. Бала басқаларға билік жүргізе алатындығын сезінеді.</p> <p>Жыныстық жетілу: қандағы гормональды өзгерістер кезінде тестостерон мен адреналин артады. Бұл агрессияның артуына әкеледі, біреуді азаптауға құмарлық пайда болады.</p>
Әлеуметтік	<p>Қоғамда агрессивті мінез-құлықты насихаттау және көтермелеу басым: теледидарда, интернетте, компьютерлік ойындарда</p>
Отбасылық	<p>Ата-ана махаббаты мен назардың жетіспеушілігі, ата-аналар тарапынан физикалық және вербалды агрессия болады. Үйде оны ұрып немесе ұрысатын ата - анасына бала қарсы тұра алмайды. Бірақ мектепте шамадан тыс бақылаудың әсерінен құрдастарының арасында ол күш көрсетеді. Сондай-ақ күрделі отбасылық жағдай, тиісті тәрбиенің жоқтығы бала мен ата-ананың арасындағы байланыстың төмен болуына алып келеді.</p>

Буллингке қатысушылар

Буллинг туралы айтқанда, әдетте олар балалар арасындағы оқшауланған қақтығыстарды емес, мектеп ішіндегі қалыптасқан қатынастар деп ойлайды. Бұл қарым - қатынаста әрқашан жәбірленуші болады (қорланған бала); бұл балаға белсенді агрессияны көрсететін балалар тобы бар (әдетте мұндай топта жиналатын көшбасшы балалар болады); қорлауға тікелей қатыспайтын куәгерлер мен жанашырлар бар, бірақ оның орнына келмеу үшін балалар жәбірленушіні қолдаудан қорқады.

Буллинг қатысушыларының психологиялық бейнесі

<p>АГРЕССОР /БУЛЛЕР</p>	<p>Өзін-өзі бағалауы төмен жасөспірім, ол басқаларды кемсіту есебінен көтерілуге тырысады; Қандай жолмен болса да көзге түсуге ұмтылады; Агрессивті, қатыгез, үстемдік пен манипуляцияға бейім; Отбасында және балалар мен ата-ана аралық қатынастарындағы қиындықтары бар. Агрессорлар жайсыз отбасылардың балалары да, материалдық жағдайы жоғары отбасылардың балалары да болуы мүмкін. Агрессорлар кімге қатысты зорлық-зомбылық көрсетуді таңдайды. Олар зорлық-зомбылықты қашан және қайда жасауды мұқият ойластырады. Олар өз әрекетін қалаған уақытында тоқтатуы мүмкін.</p>
<p>ҚҰРБАН</p>	<p>Көп жағдайда өзіне сенімсіз, гиперэмоционалдық, ренжігіш, тұйық, шешімін таба алмайтын, үрейлі балалар құрбандар болады. Олар өзін - өзі ақтауға бейім және жиі шабуылдарды лайықты деп санайды. Мұғалімдердің «жақсы көретін» немесе керісінше (аластатылған) қоғамдық топтардан тыс қалған балалар, кез-келген физикалық және психологиялық ерекшеліктері бар, интеллект деңгейі төмен және оқудағы қиындықтары бар балалар да қауіп-қатерге ұшырайды. Психологтер барлық зардап шеккендерге тән ерекшеліктерді көрсетеді – ол зардап шеккендерге айдап салуға агрессивті түрде мүлдем қарсы тұру мүмкіндігінің болмауы.</p>
<p>БАҚЫЛАУШЫЛАР</p>	<p>Қысым жағдайына тартылған жасөспірімдер мен балалар. Олар соққыға қалуға немесе жаңа құрбанға айналуына қарамастан зардап шегушіні қорғауға немесе кикілжіңге араласпай пассивті көзқарас ұстанады, сондай-ақ бақылаушы белсенді түрде агрессорға қолдау көрсетіп соған да қосылуы мүмкін.</p>
<p>ҚОРҒАУШЫ</p>	<p>Құрбанның жағында тұрған және оны агрессиядан қорғауға тырысатын жасөспірім.</p>

Балалар арасында айдап салуға деген теріс көзқарас кең таралғанына қарамастан, кіші және кіші жасөспірім балалардың аз ғана бөлігі шамамен 35-40%-ы шабуылдаушы немесе қудалаушыларға қолдаушы, шамамен 25-

30%-ы сырттан келген куәгерлерге қатысты құрдастарымен қарым - қатынасын көрсетеді және қорғаушы ретінде қызмет етеді.

Жоғарыда айтылғандай, кез-келген бала немесе жасөспірім айдап салудың құрбаны болуы мүмкін.

Зорлық-зомбылықтың көптеген жағдайларын анықтау қиын. Әдетте, зорлық-зомбылықтың бастамашысы (құқық бұзушылар) ересектер тарапынан бақылау мен бақылаудың болмауы жағдайында әрекет етеді. Сондықтан ересектер көбінесе құқық бұзушының әрекетін емес, жәбірленушінің қорғаныс реакциясын байқайды (бұл тәртіпті бұзуға жатады).

Көбінесе буллинг құрбандары келесі себептерге байланысты өздері туралы айтпайды:

- ұят пен кінә сезімі;
- өз атына тағылған айыптаудан қорқу;
- құқық бұзушының кек алуынан қорқу;
- жалғыздықтан қорқу;
- қажетті ұйымдарға жүгінуге деген сенімсіздік (теріс тәжірибе);
- салдардан қорқу («егер Мен бұл туралы айтсам не болар екен»), мүмкін болатын қорқыныш (оқушы оны жасырын түрде жасауға мәжбүр болған кезде);
- отбасын қорғау (ұрысты үйден шығармау);
- серіктеске/құқық бұзушыға деген төзімділік;
- өз эмоцияларынан және агрессиядан қорқу;
- жағдайдың ауырлығын азайту (бәрі артта қалды, маңызды ештеңе болған жоқ), жағдайдың ауырлығын жоққа шығару.

Буллингтің салдары

Буллингті ерте кезеңде анықтаған маңызды:

а) мектептегі айдап салу (қорқыту) көбінесе жасырын болып табылады;

б) буллинг барлық қатысушылар үшін, тек «құрбан болған» балалар үшін ғана емес, агрессорлар, куәгерлер, мұғалімдер және мектептегі жалпы ахуал үшін де ауыр зардаптар әкеледі;

в) буллингті қарапайым шаралармен, мысалы, тәртіпті қатайту немесе қорлаудың құрбаны болған балаларға көмек көрсету арқылы шешілмейді.

Зорлық-зомбылық оқушылардың сабаққа қатысуына, оқуға қабілеттілігі мен оқу қызығушылығына және соңында олардың академиялық үлгеріміне теріс әсер ететіні анықталды. Зорлық-зомбылық оқушылардың білім беру ұйымымен байланысын әлсіретеді, қорқыныш пен қауіпсіздіктің жоқтығын сезінуді тудырады, ол өз тарапынан тәрбиенің міндеттеріне, қауіпсіз және мейірімді ортада білім алу құқығына қайшы келеді. Зорлық-зомбылыққа байланысты балалар білім беру ұйымын уақытынан бұрын тастап, сол арқылы өзі білім алу құқығын толық көлемде іске асыру мүмкіндігінен айырылады.

Жағымсыз жағдайлар, балалар арасындағы алауыздық, оқуға деген ынтаның төмендеуі, ересектерге сенімсіздік - балалар тобын қудалаудың негізгі салдары деп атауға болады.

Әр жылдардағы HBSC зерттеулерінің деректері мектепте агрессивті мінез-құлықты көрсетіп, төбелеске ұшырайтын оқушылардың басқа балаларға қарағанда өзінің денсаулығына темекі шегу, алкогольді шамадан тыс ішу, жарақат алу тәрізді факторлармен зиян келтіретінін және олардың өмірге деген қанағаттануы төмендігімен ерекшеленетіндігін көрсетеді.

Зерттеулерге сәйкес, балалық шақтағы зорлық-зомбылық ересек жаста ауыр зардаптарға әкелуі мүмкін. Жас кезінде қорлыққа ұшыраған балаларда есейген шағында психологиялық және денсаулыққа қатысты проблемалары болуы мүмкін.

ПСИХИКАЛЫҚ ДЕНСАУЛЫҚ	ФИЗИКАЛЫҚ ДЕНСАУЛЫҚ
Депрессия, қорқыныш сезімі, мазасыздық сезімі, өзін-өзі төмен бағалауы, жыныстық бұзылулар, тәбеттің жойылуы, ұйқының бұзылуы, обсессивті-компульсивті бұзылулар, посттравматикалық стресс және өз-өзіне қол жұмсау негізінде туындаған бұзылулар	Денсаулыққа елеулі зиян келтіретін мінез-құлықтар, өлім, толық немесе жартылай еңбекке жарамдылығын жоғалту, жарақаттану, бас ауруы, алкогольді немесе есірткіні пайдалану

Буллинг нәтижесінде құрбан болушылардан келесі бұзылушылықтар байқалады (**буллинг көрсеткіштері**): зейіннің тұрақсыздығы, жабырқаулық, ренішті көңіл-күй, ашуланшақтық, сенімсіздік, жоғары сезімталдық, қорқыныштар, асқазан ауруы, шаршау, тәбеттің болмауы, әлеуметтік байланыстардың кедейлігі, қорқыныш белгілері (мысалы, кеуде аймағындағы қысым), терлеу, арқа ауруы, бастың артқы жағы мен бұлшықеттің ауруы, ұйқының бұзылуы.

Соңғы кезде БАҚ-та жәбірленуші үшін қайғылы қорлау салдары туралы жағымсыз ақпараттар жиі кездеседі, өзіне-өзі зиян келтіру және тіпті өзін-өзі өлтіру жағдайлары туралы жиі айтылады.

Буллинг (қысым) құрбаны болған бала екендігін көрсететін белгілер:

Баланың жүріс-тұрысында буллинг немесе қысымға ұшырағандығын сипаттайтын белгілер болуы мүмкін. Үлкендер осы белгілерді білуі тиіс және оған назар аударуы қажет:

- бала мектепке жағымсыз көзқарас танытады, себебі мектепке бармауға кез келген мүмкіндік табады;
- бала мектепке баруға қорқады немесе мектептен кетіп қалады.
- өзін мектепке апарып немесе алып кетуін талап етеді;
- сыныптастары мен мектеп туралы ештеңе айтпайды;
- мектептен жабырқаулы оралады;

- себептен себепсіз жылайды;
- ұйқы мен тәбеті бұзылады;
- себепсіз жарақат пен көгерулер пайда болады;
- тұрақты стресс салдарынан бір іске зейін қоя алмайды;
- қоғамдық көлікпен жүргісі келмейді;
- тұрақты күн тәртібін өзгертеді;
- сабақ босатады;
- мазасыздық немесе сенімсіздік көрсетеді, оқшауланады;
- өз-өзін бағалауы тұрақты түрде төмендейді;
- кекештенеді;
- өз-өзіне қол жұмсауға әрекет жасайды немесе қорқытады, үйден қашады;
- түнде жылайды немесе түнгі қорқынышты сезінеді;
- таңертең өзін нашар/ауру сезінеді;
- мектеп тапсырмаларын нашар орындайды;
- үйге құртылған киіммен немесе жыртылған кітаптармен келеді;
- оның басқа заттары құртылған немесе «себепсіз жоғалған» болады;
- ақша сұрайды немесе ақша ұрлай бастайды (ақша бопсалаушыға беру үшін);
- ақша «жоғалтады»;
- себепсіз жарақаттар мен көгерулер пайда болады;
- үйге аш келеді (тамаққа берілген ақшасы жоғалады немесе ұрланады);
- агрессивті болады, өрескел ерсі қылықты көрсетеді;
- басқа балаларға және туған аға-әпкелерін келемеждейді;
- бір нәрсенені қате айтудан қорқады;
- жоғарыда айтылғандарға қандайда бір сылтау айтады;
- интернет немесе ұялы телефонды қолданудан қорқады;
- онлайн-ақпарат алған кезде мазасызданады.

Жүріс-тұрыстың бұл белгілері басқа да мәселелерді сипаттауы мүмкін, алайда бұл белгілерді айдап салу мүмкіндігі ретінде қарастырып, мұны белгі ретінде қабылдап, тез арада негізгі түп тамырын, себебін анықтау қажет.

Буллингтің салдары адамның эмоционалды және танымдық дамуына, физикалық және психикалық денсаулығы мен мінез-құлқына әсер етеді.

III тарау. Зорлық-зомбылық жағдайларын болдырмау, анықтау және шешу, кикілжіндік жағдайға қатысушыларға көмек көрсету жөніндегі шараларды іске асыру

Мектеп оқушылар арасындағы жағымсыз құбылыстарды ескерту және алдын алу бойынша мемлекеттік институттар жүйесіндегі маңызды буын болып табылады.

Жоғарыда айтылғандай, балалар арасындағы жеке қақтығыстарды шешу немесе айдап салу объектісі болып табылатын белгілі бір балаға қолдау көрсету арқылы буллингті жеңу қиын. Буллинг - бұл балалар, балалар мен ересектер арасындағы мектептегі балалар ортасындағы қатынастардың қалыптасқан жүйесі, ол көбеюге бейім. Осыған байланысты мектептегі айдап салудың қалыптасқан қатынастарын жеңу, жүйелі көзқарасты, яғни мектеп, сынып, нақты балалар деңгейінде жұмыс істеуді талап етеді. Буллингті жеңу бойынша жұмыс - бұл қудалау процесіне қатысқан барлық қатысушылардың мінез-құлқы мен қарым-қатынасының өзгеруі болып табылады.

Мектептегі буллингтің алдын алу бойынша профилактикалық бағдарламалар бірнеше ережелерге сәйкес болуы тиіс:

- ағартушылық бағдарламаларды баланың білім беру ұйымында оқытудың барлық кезеңінде жүзеге асыру қажет;
- бағдарламалар барысында агрессивті мінез-құлқы, оның психикалық, психологиялық, әлеуметтік және экономикалық әл-ауқатқа әсері туралы нақты және жеткілікті ақпарат берілуі тиіс; зорлық-зомбылық және оның түрлері туралы берілетін ақпарат анық болуы және қоғам үшін теріс құбылыстардың одан әрі салдары туралы білім беруі тиіс;
- салауатты өмір салтын насихаттауы керек және өмірлік дағдыларды ақпараттандыруға басты назар аудару, күйзеліс, өмірлік сәтсіздік, оқшаулау кезінде жағымды құбылыстардың пайда болуына ықпал етуші;
- ақпараттық жұмыс бұрыштары рәсімделіп безендіріледі, берілген тақырыптарда суреттер мен плакаттар байқауы, ата-аналар мен оқушылардың қатысуымен тақырыптық іс-шаралар, дискуссия, лекциялар, сауалнамалар, психологиялық тренинг, рөлдік ойындар, пікірталастар өткізіледі, осы жас ерекшелік кезеңімен жұмыс істеуге арнайы дайындалған прокуратура қызметкерлері, психиатр-наркологтер, дәрігер-мамандар, психологтер тартылады.

Мектеп өмірінің тәжірибесіне іскерлік және рөлдік ойындар, психологиялық тренингтер сияқты жаңа педагогикалық технологияларды енгізу қажет. Оқушылар мен ересектердің кез келген бірлескен қызметі қалыптасқан өзара қарым-қатынас жүйесін айтарлықтай өзгерте алады.

Білім беру ұйымдарында буллингтің алдын алу ретінде: «Жетістік сәті», «Жұлдыздар шеруі», «Құрмет тақтасы» немесе «Біздің

жетістіктеріміз» және басқа да жалпы мектептік іс-шараларды ұйымдастыру және өткізу қажет, онда балалар өздерін эмоциялық тұрғыдан көрсете алатын болады. Әрбір сыныпта жасөспірім туралы ақпарат (фотосуреттер, оның шығармашылығы, армандары, алақан бейнесі, сыныптастарына деген тілегі, жетістіктері мен болашаққа жоспарлары) орналастырылатын тақта ұйымдастырылады. Ақпарат эмоциялық тұрғыда оң сипатта болуы керек. Бұл іс-шаралар жасөспірімге өздерін қызықты, маңызды, лайықты, жақсы сезінуге мүмкіндік береді. Мұның бәрі эмоционалдық жағымды ресурстың нығаюына ықпал етеді және балалар арасындағы зорлық-зомбылық сияқты фактордың пайда болуына кедергі келтіреді.

Мектептегі қорлауды жеңуге және алдын алуға бағытталған іс-шаралар кешенді болуы керек. Олардың мақсаты білім алушылардың дамуы мен өзін-өзі көрсетуіне, олардың салауатты қауіпсіз өмір салтын қалыптастыруына ықпал ететін зорлық-зомбылықсыз білім беру ортасын құру болуы қажет.

Білім беру ұйымдарындағы зорлық-зомбылықтың алдын алу бойынша заңнамалық нормативтік құжаттар

Білім беру ұйымдарында буллингтің алдын алу саласында жұмысты ұйымдастыру және жүргізу кезінде Қазақстан Республикасы мен Қарағанды облысының аумағында қолданылатын тиісті нормативтік құқықтық актілерді басшылыққа алу қажет.

- Қазақстан Республикасының конституциясы 1995 жылы 30 тамыз;
- «Бала құқығы туралы БҰҰ конвенциясы»;
- Қазақстан Республикасының 2002 жылғы 8 тамыздағы №345 «Қазақстан Республикасындағы Баланың құқықтары туралы» Заңы;
- Қазақстан Республикасының «Неке (ерлі-зайыптылық) және отбасы туралы» Кодексі (01.04.2019 ж. жағдай бойынша өзгерістермен және толықтырулармен);
- Қазақстан Республикасының 2007 жылғы 27 шілдедегі «Білім туралы» Заңы (19.04.2019 ж. өзгерістер мен толықтырулармен);
- 2014 жылғы 5 шілдедегі Қазақстан Республикасының Әкімшілік құқық бұзушылық туралы Кодексі;
- Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің м. а. 2016 жылғы 8 қаңтардағы № 9 бұйрығымен бекітілген «Педагогикалық әдептілік ережелері»;
- **Білім беру ұйымдарының ішкі құжаттары** (жарғы, жергілікті актілер, бұйрықтар, нұсқаулықтар) ішкі өкімдік ережелер, оқу-тәрбие қызметін және тәртіп пен қауіпсіздікті сақтауды регламенттейді.

1. Бала құқығының конвенциясы

✓ **16-бап:** Бірде бір бала оның жеке өміріне, отбасылық өміріне, баспанасына қол сұғылмау немесе хат жазысып-алысу құпиясына не болмаса оның ар-намысы мен абыройына заңсыз араласушылықты болдырмау құқығын жүзеге асыруда ерікті түрде немесе заңсыз араласу объектісі бола алмайды. Бала осындай араласу немесе қол сұғушылықтан заңның қорғауына құқылы.

✓ **19-бап:** Қатысушы мемлекеттер баланың тәніне жасалатын немесе психологиялық түрдегі зорлық-зомбылықтың, қорлау немесе теріс қылықтардың барлық нысандарынан, қамқорлықтың жоқ болуынан немесе немқұрайды қараудан, дөрекі қараудан не болмаса пайдаланудан, ата-анасының, заңды қамқоршыларының немесе балаға қамқорлық жасаушы басқа адамның нәпсіқұмарлық қиянатынан қорғау мақсатында барлық заңды, әкімшілік, әлеуметтік және ағартушы шараларын қабылдайды.

Қатысушы мемлекеттер баланың тәніне жасалатын немесе психологиялық түрдегі зорлық-зомбылықтың, қорлау немесе теріс қылықтардың барлық нысандарынан, қамқорлықтың жоқ болуынан немесе немқұрайды қараудан, дөрекі қараудан не болмаса пайдаланудан, ата-анасының, заңды қамқоршыларының немесе балаға қамқорлық жасаушы басқа адамның нәпсіқұмарлық қиянатынан қорғау мақсатында барлық заңды, әкімшілік, әлеуметтік және ағартушы шараларын қабылдайды.

2. Қазақстан Республикасының Конституциясы

✓ **1-бап** Қазақстан Республикасы өзін демократиялық, зайырлы, құқықтық және әлеуметтік мемлекет ретінде орнықтырады, оның ең қымбат қазынасы - адам және адамның өмірі, құқықтары мен бостандықтары.

✓ **18-бап:** Әркімнің жеке өміріне қол сұғылмауына, өзінің және отбасының құпиясы болуына, ар-намысы мен абыройы атының қорғалуына құқығы бар.

✓ **34 бап:** Әркім Қазақстан Республикасының Конституциясын және заңдарын сақтауға, басқа адамдардың құқықтарын, бостандықтарын, абыройы мен қадір-қасиетін құрметтеуге міндетті.

3. «Қазақстан Республикасындағы баланың құқықтары туралы» Қазақстан Республикасының 2002 жылғы 8 тамыздағы N 345 Заңы:

✓ **10-бап.** Әрбір баланың өмір сүруге, жеке басының бостандығына, қадір-қасиетіне және жеке өміріне қол сұғылмауға құқығы бар. Мемлекет баланың жеке басына ешкімнің тиіспеуін қамтамасыз етеді, оны тәнін және (немесе) жанын жәбірлеуден, адамдық

қадір-қасиетін қатыгездікпен, дөрекілікпен қорлаудан, кемсітуден, жыныстық қатынас сипатындағы әрекеттерден, баланы қылмыстық іс-әрекетке және қоғамға жат әрекеттер жасауға тартудан, және оны адам мен азаматтың Қазақстан Республикасының Конституциясында бекітілген құқықтары мен бостандығына қысым жасаудың өзге де түрлерінен қорғауды жүзеге асырады.

- ✓ **36-бап:** Баланы әлеуметтік ортаның теріс ықпалынан қорғау:
 - Мемлекеттік органдар, жеке және заңды тұлғалар баланы оның денсаулығына, имандылық жағынан және рухани дамуына зиян келтіретін әлеуметтік ортаның, ақпараттың, насихат пен үгіттің теріс ықпалынан қорғауға міндетті.
 - Салауатты өмір салтын насихаттау мен балаға құқықтық білім беруді мемлекет өз саясатының басым бағыттарының бірі деп таниды.
 - Қылмыстық құқық бұзушылықтың, зорлық-зомбылықтың немесе өзге де заңсыз әрекеттің салдарынан тән немесе жан жарақатын алған балаға денсаулығын қалпына келтіру және әлеуметтік бейімделу үшін қажетті көмек көрсетілуге тиіс.
- ✓ **6 бап:** Балалар мүддесін көздейтін мемлекеттік саясат мемлекеттік органдар қызметінің басым саласы болып табылады және баланың құқықтарын заң тұрғысынан қамтамасыз етуге; балаларға толымды тәрбие беруді, олардың құқықтарын қорғауды оларды қоғамда толымды өмір сүруге дайындауды қамтамасыз ету мақсатында отбасын мемлекеттік қолдауға; аймақтық ерекшеліктерді ескере отырып, балалардың өмірін жақсартуға бағытталған мемлекеттік ең төменгі әлеуметтік стандарттарды белгілеуге және сақтауға; баланың құқықтары мен заңды мүдделерін бұзғаны, оған зиян келтіргені үшін лауазымды тұлғалардың, азаматтардың жауаптылығына; баланың құқықтары мен заңды мүдделерін қорғау жөніндегі функцияларды жүзеге асыратын қоғамдық бірлестіктер мен өзге де ұйымдарды мемлекеттік қолдауға негізделген.

4. «Қазақстан Республикасының Білім туралы» Заңы

- ✓ **48-бап 6-тармақ** «білім беру ұйымдарында оқытудың, тәрбиелеудің, еңбек пен демалудың салауатты және қауіпсіз жағдайларын жасау үшін жауапкершілік олардың басшыларына жүктеледі».
- ✓ **28-бап:** «Оқу-тәрбие процесі білім алушылардың, тәрбиеленушілердің, педагог қызметкерлердің адами қадір-қасиетін өзара құрметтеу негізінде жүзеге асырылады. Білім алушылар мен тәрбиеленушілерге қатысты физикалық, моральдық және психикалық зорлық-зомбылық әдістерін қолдануға жол берілмейді.»
- ✓ **51-бап:** «педагог қызметкер білім алушылардың, тәрбиеленушілердің және олардың ата-аналарының немесе өзге де

заңды өкілдерінің ар-намысы мен қадір-қасиетін құрметтеуге, білім алушыларды жоғары адамгершілік, ата-аналарды, этномәдени құндылықтарды құрметтеу, қоршаған ортаға ұқыпты қарау рухында тәрбиелеуге міндетті».

5. «Педагогикалық әдеп қағидаларын бекіту туралы» Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің м.а. 2016 жылғы 8 қаңтардағы № 9 бұйрығы:

Педагог мектеп ұжымында сенім білдіру және құрметтеу ахуалын жасауға мүмкіндік туғызады, өзінің абыройын және қадір-қасиетін құрметтеу: педагог өзінің кәсіби назарындағы объектілер болып табылатын оқушының, ата-ананың, адамдардың абыройы мен қадір-қасиетін құрметтейді, олармен қарым-қатынас жасауда өнегелі. Ол баланың дамуын шынымен қалап, оған әрқашан көмектесуге дайын екендігін білдіріп, білім алушының жетістігін (жетіспеушілігін) бағалауда әдептілік танытады. өзінің абыройын және қадір-қасиетін құрметтеу: педагог өзінің кәсіби назарындағы объектілер болып табылатын оқушының, ата-ананың, адамдардың абыройы мен қадір-қасиетін құрметтейді, олармен қарым-қатынас жасауда өнегелі. Ол баланың дамуын шынымен қалап, оған әрқашан көмектесуге дайын екендігін білдіріп, білім алушының жетістігін (жетіспеушілігін) бағалауда әдептілік танытады. Білім беру процесін қатысушыларына қатысты күш көрсету, моральдық және психикалық қысым жасау әдістерін қолдануға мүлдем жол бермейді; Педагог ұлтаралық қатынастар мәдениетін тәрбиелейді, білім алушыларды жасына, жынысына, тіліне, ұлтына, діни көзқарасына, азаматтығына, шығу тегіне, әлеуметтік, лауазымдық және мүліктік жағдайына немесе өзге де кез келген жағдайларға қарамастан барлық ұлттар мен барлық адамдардың құқығы мен қадір-қасиетін құрметтеуге үйретеді; мектеп ұжымында сенім білдіру және құрметтеу ахуалын жасауға мүмкіндік туғызады.

6. Білім беру ұйымдарының қызметкерлеріне арналған ішкі еңбек тәртібінің ережелерінде педагогикалық және еңбек этикасының нормалары, білім беру ұйымының басшылығы оқушыларға немесе өз әріптестеріне қатысты құрметтемеуге, кемсітуге, қорқытуға, қорлауға, физикалық және психологиялық зорлық-зомбылыққа жол беретін қызметкерлерге қолданатын шаралар, сондай-ақ оқушылар тарапынан қорлауға немесе зорлық-зомбылыққа ұшыраған қызметкерлерді қорғау жөніндегі шаралар көрсетіледі.

7. Білім беру ұйымдарының ішкі құжаттары (жарғы, жергілікті актілер, бұйрықтар, нұсқаулықтар) Оқу-тәрбие қызметін және тәртіп пен қауіпсіздікті қолдау шараларын реттейді. Олар білім беру ұйымдарының аумағында және үй-жайларында, сабақтарда, әртүрлі сипаттағы зорлық-зомбылық әрекеттерін жасау ережелерін анықтайды және ережелерді бұзғаны үшін санкцияларды қарастырады.

Зорлық-зомбылық фактілері жасырылмауы тиіс:

Қазақстан Республикасының кейбір заңнамалық актілеріне баланың құқықтарын қорғау жөніндегі функцияларды жүзеге асыратын ұйымдардың қызметіне байланысты мәселелер бойынша өзгерістер мен толықтырулар енгізу туралы ҚР Заңына, атап айтқанда 2014 жылғы 5 шілдедегі Қазақстан Республикасының Әкімшілік құқық бұзушылық туралы Кодексіне (Қазақстан Республикасы Парламентінің Жаршысы, 2014 ж., 127-1-бап. «Кәмелетке толғандар немесе кәмелетке толмағандарға қатысты құқыққа қарсы әрекеттер туралы хабарламау. Білім беру, денсаулық сақтау, халықты әлеуметтік қорғау ұйымдары қызметкерлерінің құқық қорғау органдарына кәмелетке толмағандардың қылмыстық не әкімшілік құқық бұзушылық белгілері бар іс-әрекеттер (әрекетсіздік) жасау фактілері туралы немесе оларға қатысты білім беру, денсаулық сақтау, халықты әлеуметтік қорғау ұйымдарында, сондай-ақ білім беру, денсаулық сақтау, халықты әлеуметтік қорғау ұйымдарынан тыс кәсіби қызметіне байланысты өздеріне белгілі болған фактілер туралы хабарламауы, егер бұл әрекеттерде қылмыстық жаза қолданылатын, Қазақстан Республикасы Қылмыстық кодексінің 434 бабында көзделген айыппұл салуға әкеп соғады, - жеке тұлғаларға - бес айлық, лауазымды адамдарға - он айлық есептік көрсеткіш мөлшерінде айыппұл салуға әкеп соғады»).

Ата-аналардың әлеуетін белсенді пайдалану:

Қазақстан Республикасының Неке (ерлі-зайыптылық) және отбасы туралы Кодексінің 71-бабы (01.04.2019ж. берілген өзгерістер мен толықтырулармен) 1-тармақ «ата-аналар өз баласының заңды өкілдері болып табылады және кез келген жеке және заңды тұлғалармен қатынастарда оның құқықтары мен мүдделерін қорғайды».

Қауіпсіз және білім беру ортасын қалыптастыруға әсер ететін факторлар:

Оқушылардың агрессивті мінез-құлқын тудыруы мүмкін көптеген факторлар білім беру ұйымдарының тіршілік әрекетінің барлық аспектілерін қозғайтын шаралар кешенін әзірлеу және қабылдау қажеттілігін және осы үдеріске барлық мүдделі тараптарды тартуды талап етеді.

Зорлық-зомбылықтың алдын алу мақсатында ақпараттық-ағартушылық жұмысты үйлестіру және ұйымдастыру-басқару шараларын жүзеге асыру үшін білім беру ұйымдарының басшылығы мен педагогикалық ұжымының шешімі бойынша жұмыс тобы құрылуы мүмкін (Мектеп қауіпсіздік командасының мүшелері). Төменде осы шаралардың сурет түрінде іске асыру схемасы және осы жұмысты жүзеге асыру көрсетілген.

Жоғарыда көрсетілген ұйымдастыру-басқару шаралары мен ақпараттық-ағартушылық жұмыстың арқасында құрылған білім беру ортасы білім беру ұйымында зорлық-зомбылықты болдырмау үшін маңызды шарт болып табылады.

Мұндай ортаның тұрақтылығы көптеген факторлармен анықталады, олардың арасында:

- Үй-жайлар мен аумақтың қауіпсіз инфрақұрылымы; күзет бекетінің болуы, бақылау-өткізу режимін қамтамасыз ету және жалпы пайдаланымдағы орындарды (асханалар, дәретханалар, дәліздер, шешінетін бөлмелер, ойын алаңдары) және техникалық үй-жайларды қадағалау;
- Зорлық-зомбылық жағдайларына алдын алу және ден қою мәселелері бойынша білім беру ұйымдарының саясатын реттейтін құжаттың болуы;
- Білім беру ұйымының зорлық-зомбылыққа қатысты саясатының ережелерін жарғыға, кодекске, тәртіп ережелеріне енгізу, олар туралы мектептің барлық қызметкерлерін, оқушылар мен ата-аналарды хабардар ету; алқада әзірленген және қабылданған мінез-құлық ережелерін мүлтіксіз сақтау; қауіпсіздікті қамтамасыз етуге, зорлық-зомбылықтың алдын алуға және оның жағдайларына ден қою шараларын үйлестіруге жауапты тұлғалардың болуы, осы шаралардың тиімділігін талдау және оларды жетілдіру;
- Зорлық-зомбылық жағдайларын анықтаудың (хабардың), тіркеудің және ден қоюдың тиімді тетіктері мен құралдарын пайдалану;
- Білім беру процесін сүйемелдеу қызметі – педагог-психолог, әлеуметтік педагог, бала құқықтары жөніндегі мектеп уәкілінің және т.б. педагогтер мен қызметкерлердің күшімен даулы жағдайға қатысушыларға уақытында көмек көрсету;
- Зорлық-зомбылықтың алдын алу және оған тартылған адамдарға көмек көрсету мақсатында әлеуметтік және психологиялық көмек, құқықтық тәртіп және денсаулық сақтау қызметтерімен өзара іс-қимыл жасау;
- Адамның құқықтары мен қадір-қасиетін құрметтеуге және гендерлік теңдікке негізделген оқыту және позитивті тәрбие әдістерін қолдану;
- Білім беру қатынастарының барлық қатысушылары арасындағы қарым-қатынастың тілектестік стилі, оқу ұжымында қандай да бір белгі бойынша кемсітушілікке жол бермеу;
- Зорлық-зомбылықсыз және кемсітусіз салауатты тұлғааралық қатынастарды дамыту және қолдау үшін оқушылардың жеке және әлеуметтік (өмірлік) дағдыларын қалыптастыруға ықпал ететін білім беру бағдарламалары мен оқудан тыс іс-шараларды іске асыру;
- Білім беру ұйымында әлеуметтік-психологиялық ахуалды жақсарту және зорлық-зомбылықтың алдын алу бойынша шараларды жоспарлау мен іске асыруға оқушылар мен ата-аналарды тарту; олардың арасында ақпараттық-ағарту жұмыстарын жүргізу;

- Педагогикалық ұжымның, басшылықтың, білім беру ұйымының барлық қызметкерлерінің зорлық-зомбылық жағдайларына әрекет етуге және олардың алдын алу бойынша жүйелі жұмысқа кәсіби дайындығын қалыптастыру (оқыту және қолдау).



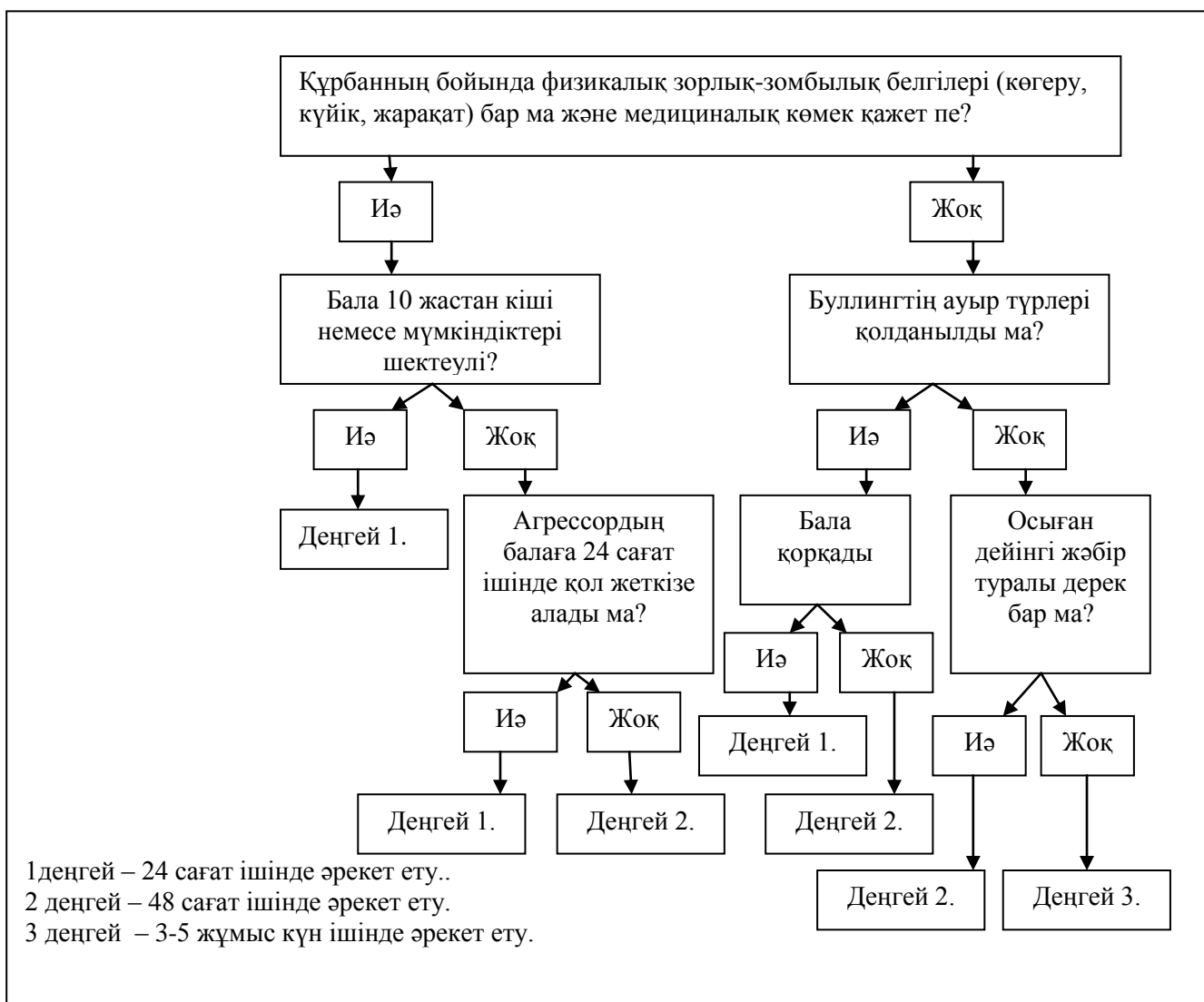
Тек қана осы факторлардың барлығы білім беру үдерісіне қатысушылар арасында зорлық-зомбылық қарым-қатынастардың туындау ықтималдығы азайтылатын және олардың жанжалды жағдайларды тиімді болдырмау, оларға әрекет ету қабілеті артатын білім беру ортасын құрады. Бұл ретте әрбір нақты білім беру ұйымында зорлық-зомбылықтың алдын алу жөніндегі шаралар кешенін іске асыру кезінде оның ерекшелігін, ағымдағы жағдайды, негізгі проблемаларды және оларды шешу үшін бар мүмкіндіктерді ескеру қажет.

Буллинг мәселесімен жұмыс істеу принциптері

1. Құпиялылық - буллинг проблемасымен жұмыс істейтін мамандар осы жағдайға қатысушылардың (құрбанға, агрессорға, куәгерге) құпиялылығына кепілдік беруі тиіс. Бұл балалар ұжымдары арасындағы осындай жағдайлардың ашылуына және балалардың үлкендерге деген сенімін арттыруға ықпал етеді.

2. Кезеңділік (жағдайды зерделеу, ұжым ішіндегі дайындық жұмыстары, қатысушылардың келісімі, көмек бағдарламасын әзірлеу, оны іске асыру және бағалау).
3. Буллинг жағдайларына жол берген ересектердің біреуін айыптаудан бас тарту.
4. Ұйымда кез келген зорлық-зомбылыққа үзілді-кесілді тыйым салу («зорлық-зомбылыққа жол жоқ!»). Кез келген зорлық-зомбылықты әділетсіз және оны жағдайға араласу арқылы болдырмауға болады.
5. Кешенділік (барлық аспектілерді есепке алу және түрлі қызметкерлердің жұмысқа қатысуы).
6. Буллинктің әрбір жағдайына жеке дара көзқарас.
7. Ренжітушілерді жазалаудан бұрын оңалтуға бағыттауды басты назарда ұстау. Ренжітушілердің әрекеттері басқалардың өмірі мен денсаулығына қауіп төндіретін немесе заңды бұзу болып табылатын жағдайларға ерекше назар аудару керек.

Буллинктің анықталған немесе белгілі фактілеріне ден қою технологиясы.



1. Жағдайдың орын алу фактісі немесе күдігі анықталған жағдайда мамандар (педагог, дәрігер, психолог және т.б.) орын алған жағдай туралы әкімшілік өкіліне (директорға, оқу ісі жөніндегі меңгерушіге) жазбаша түрде хабарлайды.
2. Әкімшілік Мектептің қауіпсіздік командасының мамандарымен бірге агрессияның анықталған фактісіне шұғыл әрекет ету туралы шешім қабылдайды. Буллинг жағдайын және оның салдарын анықтау үшін тиісті ақпарат жинау және клиникалық-психологиялық тексеру жүргізу қажет.

Ақпарат жинау келесі бағыттар бойынша жүргізіледі: зардап шегушінің өзінен; құрбаны болған қатысушылардан; куәгерлерден жауап алынады.

Барлық алынған ақпаратқа ең мұқият талдау жасалу керек. Жүргізілген талдау нәтижесінде келесі аспектілерді анықтау қажет:

- құрдастарының арасында буллинктің болуын растайтын фактілер;
- жоғарыда сипатталған құрдастарының арасында қысымның белгілері;
- оның ұзақтығы;
- оның сипаты (физикалық, психологиялық, аралас);
- буллинктің негізгі көріністері нақты не болды, қандай формада, кім қатысты;
- қатысушылар (буллинктің бастамашылары мен орындаушылары);
- буллингке қатысушыларды ынталандыру;
- куәгерлердің және олардың қарым - қатынасы;
- зардап шегушінің (жәбірленуші) мінез-құлқы;
- барлық болған динамикалар;
- диагностика үшін басқа да маңызды жағдайлар.

3. Алынған ақпаратты мамандар зардап шеккен балалардың өмірінің талдауларымен салыстыруы тиіс. Бұл талдаулар өмірде балалардың отбасында, түрлі ұжымдарында және бейресми жағдайларда құрдастарының арасында өткен жағымсыз өмірлік тәжірибесі туралы кез келген деректер, олардың бұрын бастан өткерген зорлық-зомбылықтың, атап айтқанда буллинктің саны мен сипаты біз үшін ерекше маңызды болады. Бұл ретте баланың өзінің тұлғааралық қарым-қатынасын буллинг немесе жалған, қате түсіндіру ықтималдығы деп, сол сияқты құрбанның өз жағдайын талқылаудан бас тартуы немесе буллинг фактісінің өзін де, сондай-ақ оның салдарын диссимиляция (жасыру) ескеріледі.

IV тарау. Буллинг/айдап салудың алдын алуға мектептегі психологиялық қызметтің рөлі

Буллингтің алдын алуда психологиялық қызмет үлкен рөл атқарады. Балаларға, ата-аналарға, педагогтерға кең ауқымды мәселелер бойынша, соның ішінде даулы жағдайларды шешу, зорлық-зомбылықтың алдын алу және оған ден қою мәселелері бойынша педагог-психологтер кеңес береді.

Профилактикалық жұмыстың негізгі бағыттары:

Психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу қызметі мамандарының буллингті тиімді түзетуге мұғалімдер, ата-аналармен өзара қатынас кезінде мүмкіндік болады, яғни жағдайға байланысты әрекет етудің әртүрлі стратегияларын қамтиды және сыныпта тұлғааралық қарым-қатынасты жақсартуға бағытталған белгілі бір іс-әрекет бағдарламасын әзірлейді:

- кикілжіңді төмендету;
- қарым-қатынасты ізгілендіру;
- балалардың коммуникативтік дағдыларын дамыту;
- толеранттылықты қалыптастыру.

Буллинг құрбандарымен:

- психоэмоционалдық жағдайды тұрақтандыру;
- өзін-өзі бағалауды арттыру;
- коммуникативтік дағдыларды дамыту,
- агрессияға әрекет етудің ықтимал тәсілдері туралы ақпараттандыру;
- психологиялық көмекке жүгінуге болатын мекен-жайлар мен сенім

телефондарын беру.

Ата-аналармен:

- сенімді байланыс орнату;
- балалардың мінез-құлқын өзгертуге әрекет етудің тиімді тәсілдері бойынша консультация беру;
- отбасындағы психоэмоционалдық ахуалды жақсарту бойынша ұсынымдар әзірлеу;

Буллингтермен:

- агрессивтілікті төмендетуге бағытталған жеке-түзету жұмыстары;
- буллингке жататын іс-әрекеттері үшін жауапкершілікке тартылатындығы туралы ақпараттандыру;
- коммуникативтік дағдыларды дамыту;
- сыныптастарға толеранттық қарым-қатынасты қалыптастыру.

Буллингті анықтау бойынша психологтің диагностикалық жұмысы

Уақытында жүргізілген психодиагностика балалар мен жасөспірімдердің алдын ала қауіп - қатерін анықтауға көмектеседі. Психологке келесі диагностика жүргізу ұсынылады:

Әдістемелер атауы	Мақсаты
Тұлғааралық қатынастардың құрылымын зерттеу (Морено социометриясы)	іскерлік және эмоциялық критерий бойынша оң және теріс таңдау бағаланады
«Климат» әдістемесі (Б.Д. Парыгина әдістемесінің модификацияланған нұсқасы) «Мектеп өміріне қанағаттану» А.А.Андреева әдісі	ұжымның психологиялық ахуалын бағалау
Люшердің түстік тестісі Спилбергер-Ханиннің, САН тұлғалық және ахуалдық алаңдаушылығын бағалау, өзін-өзі бағалау және талаптану деңгейін анықтау, тұлғалық ерекшеліктерді анықтау (Кеттелла 14PF көпфакторлы жеке сауалнамасы), Леонгард-Шмишек сипатындағы акцентуацияларды анықтау, «Қобалжу тесті»	баланың психоэмоционалдық жағдайын, оның жеке ерекшеліктерін, коммуникативтік дағдыларын қалыптастыруға бағытталған әдістемелер.
«Жанжал жағдайларындағы мінез-құлық стратегиясын бағалау» К. Томастың сауалнамасы, «қарым-қатынаста басым қорғауды диагностикалау» әдістемесі В.В.Бойко, «Жаңбыр астындағы адам» проективтік әдістемесі. Бастауыш сынып оқушылары үшін «Адам ағашы» (Д. Лампен, Л.П.Пономаренконың бейімделуі).	Жүргізілген зерттеулердің нәтижелері бойынша буллинг объектілерінің тәуекел тобына жататын балаларға тән кейбір жалпы ерекшеліктерді атап өтуге болады: мазасыздықтың жоғары деңгейі, эмоциялық лабильділік, эмоциялық-еріктік тұрақсыздығы, жасқаншақ, өзін-өзі бағалаудың төмендігі, таңудың барабар емес деңгейі, тұйықтылығы, бақылау локусының төмендігі, жетегінде кетеді, кикілдің жағдайынан қашқақтау ұстанымы
Басса-Дарканың агрессивтілік деңгейін анықтау, Ауытқыған мінез-құлыққа бейімділікті анықтау (А. Н. Орел)	буллерлердің психологиялық ерекшеліктерін зерттеу
Ата-ана тәрбиесінің стилін бағалау, «ата-ана ұстанымдары мен реакцияларын өлшеу» сауалнамасы. Оқушылар арасындағы зорлық-зомбылық мәселесі бойынша ата-аналарға арналған сауалнама.	Буллинг бойынша тәуекел тобына жататын балалардың отбасындағы өзара қарым-қатынас ерекшеліктерін зерттеу

Ата-аналардың білім беру ұйымының жұмысына қанағаттануын зерттеу әдістемесі (А. А. Андреев)	білім беру ұйымдарының жұмысына ата-аналардың қанағаттану деңгейін анықтау ұйымның және оның педагогикалық ұжымы
«Мұғалімдердің педагогикалық қарым-қатынас стилі» әдістемесі (Р.В.Овчарова), «педагогикалық қарым-қатынас стилінің диагностикасы» әдістемесі (Н.П. Фетискин бойынша)	педагогикалық ұжымның психологиялық ахуалын бағалау, мұғалімнің педагогикалық қарым-қатынас стилін бағалау

Сыныптағы социометриялық зерттеулер мен психоэмоционалдық климатты бағалау нәтижелері бойынша алынған деректер сыныптағы тұлғааралық қарым-қатынастардың әл-ауқатының дәрежесін бағалау критерийлеріне қызмет ете алады, сыныпта буллингтің пайда болу қауіп-қатерінің дәрежесін анықтауға және буллинг бойынша тәуекел топтарын анықтау үшін пайдаланылуы мүмкін, сондай-ақ сыныптағы тұлғааралық қарым-қатынастарды дамыту бойынша жүргізілетін жұмыстың тиімділігін көрсетеді.

Бұл диагностикалық жұмыс буллинг құбылысын зерттеуге бағытталған, кешендік сипатта және лонгитюдтық зерттеулердің болуын көздейді және кешенді сипатта болуы тиіс.

Зардап шеккен баламен әңгіме өткізу бойынша ұсыныстар

Білім беру ортасындағы зорлық-зомбылықтың алдын алудың маңызды шараларының бірі оқушылардың бойында біліктілігі мен дағдыларын қалыптастыру, салауатты тұлғааралық қарым-қатынастарды қолдауға бағыттауда педагог-психолог кездесулер, оқушыларға арналған тренинг ұйымдастыру арқылы айдап салу, зорлық-зомбылық, әлімжеттілік, дискриминация, мәселелерімен таныстыру арқылы оның салдарын көрсете алады.

Зорлық-зомбылықтан және реніштен зардап шеккен оқушылармен психолог және әлеуметтік педагог оңалту шараларын жүргізеді: әңгімелесу, психокоррекция, психологиялық және оқыту тренингтері.

Төменде буллинг жағдайында қалай жұмыс істеу қажет деген сұраққа ұсыныстар мен алгоритмдер келтіріледі.

1. Әлімжеттілік қарым-қатынас туралы ақпарат жинау қажет:

- кәмелетке толмағандарға қатысты зорлық-зомбылық туралы немесе ата-аналар (заңды өкілдері) тарапынан баланың негізгі мұқтаждықтарын елемей фактілері туралы;
- әлімжеттілік қарым-қатынастың ұзақтығы, тұрақтылығы және ауырлығы туралы;
- әлімжеттілік қарым-қатынасты анықтау мән-жайлары туралы (кім және қандай жағдайда көмек сұраған);

- бала мен оның ортасының орын алған жағдайға қарым-қатынасы туралы;
- баланың жақын ортасынан әлімжеттілік қарым-қатынас фактілері туралы кім білгенін; егер шағымдар болса, нәтижесіне қарай, қандай қолдау көрсетілді;
- баланың өзекті эмоционалдық және физикалық жағдайы; бала оның өмірі мен денсаулығына тікелей қауіп төндіреді деп санай ма?

Ең бастысы, бала қоқаң локқы туралы хабарлама жасаған кезде назар аудару қажет:

1. тыныштықты сақтауға;
 2. сенімді орнатуға;
 3. әңгімені мұқият тыңдау, шыдамдылық көрсету, өз эмоцияңызды ұстауға тырысуға;
 4. балаға онымен болған оқиға оның кінәсі емес деп айтуға;
 5. баланы оның қауіпсіздігін қамтамасыз ету үшін барлық мүмкіндіктерді жасайтыныңызға сендіруге.
- 2. Агрессорлар тобының әрбір мүшесімен міндетті түрде әңгімелесіп,** олардан болған жайтты сипаттайтын немесе осыған ұқсас жағдай туралы баяндалған жазбаша түсінік алу (буллинг – бұл бірнеше кикілжің немесе қақтығыстар, бұл жүйе бір баланы басқалардың қорлауы болып табылатындығын ұмытпаған абзал). Болған жайтты түсіндіру үшін сурет салу техникаларын қолдануға болады, яғни, балаға нақты не болғанын, кім қатысқанын, қалай көрінгенін сурет салуды ұсынуға болады. Сұрау кезінде суреттің талдамасына емес, суретте көрсетілген фактілерге көңіл бөлу маңызды.
- 3. Ренжітушілер тобының әрбір мүшесіне оның мінез-құлық ережелерін бұзғанын түсіндіру** және жасалған әрекеті үшін жауапкершілікке тартылатындығын ескерту қажет. Егер ренжітуші бұл әзіл болды деп мәлімдесе, бұл жағдайды талқылау кезінде оған бұл күрделі мәселе екендігін түсіндіру. Ал егер ренжітушінің әрекеті ойын тәрізді сипатталса, балалардың тағы қайсысы осындай «ойынға» қатысқанын анықтап алу керек.
- 4. Куәгерлер тобын жинап,** оның әрбір мүшесіне олардың қандай жағдайға куәгер болғанын, олардың осы кездегі рөлі қандай екенін, буллингтің барлық қатысушыларына деген көзқарасын айтып беруді ұсыну.
- 5. Балалардың ата-аналарымен немесе ренжітушілердің және құрбан болған балалардың туыстарымен әңгіме жүргізу,** кәмелетке толмағандар тарапынан осындай мінез-құлықтың ықтимал себептері мен салдарын түсіндіру, сондай-ақ онымен одан әрі жұмыс істеу нысандары туралы ақпараттандыру мақсатында балалардың жазбаша түсініктемелерін көрсету;
- 6. Барлық қатысушылармен алдағы жұмыс жоспарларын құру:**
Алдын алу іс-шараларының жоспары кәмелетке толмағандардың барлық тобы үшін жасалуы тиіс:

- құрбандармен - буллинг деңгейінің күрделігіне қарай жеке дара оңалту жоспары;
- ренжітушілермен - түзету жұмысының жоспары;
- куәгерлермен - куәлардың буллингке тартылу дәрежесіне және ондағы рөлдеріне байланысты түзету немесе оңалту жұмыстарының жоспары;

7. **Оқыту шаралары:** құрбандар жағдайына түсетін балаларды психологиялық қорғану әдістеріне, ал агрессор-балаларды ашуды басқару әдістеріне үйрету.

Жасөспірімдер ортасында мектеп буллингін тоқтату және алдын алу бойынша тренингтер мен сабақтар, ойындар мен жаттығулар қосу қажет (қосымша).

Төменде берілген ойындар мен жаттығуларды пайдалану:

- жасөспірімдердің агрессивті және дұшпандық реакцияларын төмендету;
- тұлғааралық және топаралық қатынастарды оңтайландыру;
- жанжалда конструктивті әрекет ету дағдыларын қалыптастыру;
- төзімділік пен эмпатияны дамыту.

ҚОРЫТЫНДЫ

Буллинг зорлық-зомбылықтың ерекше түрі болып табылады, оның нәтижесінде көңілсіздікке, деморализация, демотивация, наразылық пен шеттелуге әкеледі, бұл ұжымның басқа мүшелері немесе оның бөлігі тарапынан ұжым мүшелерінің бірін агрессивті қудалау. Буллинг физикалық және психологиялық түрде жүзеге асырылуы мүмкін. Барлық жастағы және әлеуметтік топтарда көрінеді. Өкінішке орай, қорлау, ұрып-соғу, балағаттау білім беру жүйесінде жиі кездеседі, бұл мектеп буллингінің пайда болуына әкеледі. Нәтижесінде балаларда өзін-өзі бағалау төмендейді, топтарда өзін төмен сезінеді, оқуда және мінез-құлықта проблемалар пайда болады. Мұндай балаларда жүйке-психикалық және мінез-құлықтық бұзылулардың пайда болуы және дамуы қаупі өте жоғары.

Мектеп буллингі жәбірленушінің оқшауланып жалғыздықты сезінуіне ықпал етеді, нәтижесінде ол психологиялық жарақат алады, бұл кейде оның өмір бойына әсер етіп, содан зардап шегуі мүмкін.

Мәселенің ауқымдылығы мен күрделілігіне қарамастан, білім беру жүйесі зорлық-зомбылықтың алдын алу үшін үлкен мүмкіндіктерге ие. Оның кәсіби және ұйымдастырушылық ресурсы, әлеуметтік ықпал ету саласы тұлғааралық қарым-қатынаста және бірлескен қызметте зорлық-зомбылықты болдырмау және өзара сыйлауға негізделген мінез-құлық моделін қалыптастыру мақсатында білім беру процесінің барлық қатысушыларына кешенді және жүйелі ықпал етуді жүзеге асыруға мүмкіндік береді.

Пайдаланылған әдебиеттер

1. Қазақстан мектептеріндегі балаларға қатысты зорлық-зомбылықты бағалау. Қазақстан Республикасындағы Адам құқықтары жөніндегі уәкілі және Норвегияның Сыртқы істер министрлігінің қолдауымен Қазақстандағы ЮНИСЕФ өкілдігі. Астана, 2013. <http://unicef.kz/uploads/posts/00000837.pdf> (өтініш берілген күні: 30.05.2015).
2. zakon.kz <https://www.zakon.kz/5002544-kazhdyy-pyatyy-kazahstanskiy-podrostok.html>
3. Білім беру ұйымдарындағы зорлық-зомбылықтың алдын алу. Педагогикалық қызметкерлерге арналған әдістемелік құрал / Л. А. Глазырина, М. А. Костенко; подред. Т. А. Епоян. – М., 2015. <https://iite.unesco.org/pics/publications/ru/files/3214741.pdf>
4. Петрановская Л. В. «Травли NET». Ою тоқтату туралы балаларға арналған жәрдемақы
5. Орта мектеп психологының анықтамалығы. 2004

ЖАЛПЫ ПРОФИЛАКТИКАЛЫҚ ЖҰМЫСТЫ ҰЙЫМДАСТЫРУ АЛГОРИТМІ

Буллингтің алдын алу және оны білім беру ұйымдарында оқушылар арасында анықтау бойынша педагогикалық ұжымның іс- әрекеті

Білім беру ұйымының басшысы (директор) білім беру ұйымы қызметкерлерінің және оқушылардың құқықтары мен бостандықтарының сақталуы, өмірі мен денсаулығы үшін дербес жауап береді:

- ✓ Білім беру ұйымында қауіпсіз және мейірімді білім беру ортасын позитивті әлеуметтік-психологиялық климатты құруды және қолдауды қамтамасыз етеді;
- ✓ Білім беру ұйымы мен аумағының қауіпсіздігін қамтамасыз етеді;
- ✓ Зорлық-зомбылықтың алдын алу және оның жағдайларына ден қою мақсатында білім беру үдерісіне барлық қатысушыларының іс-әрекеттері мен жауапкершілігін реттейтін құжаттарды (жарғыны, зорлық-зомбылыққа қатысты саясатты, мінез-құлық ережелерін, лауазымдық нұсқаулықтарды, іс-әрекеттер алгоритмдерін, алдын алуға жауаптыларды тағайындауды) әзірлеуді қамтамасыз етеді;
- ✓ Білім беру үдерісіне барлық қатысушыларына білім беру ұйымының зорлық-зомбылыққа қатысты саясаты, мінез-құлық ережелері және ішкі еңбек тәртібі туралы хабарлайды;
- ✓ Өз орынбасарларының бірін алдын алу шараларын үйлестіруші және жауапты ретінде тағайындайды;
- ✓ Зорлық-зомбылыққа қарсы іс-қимыл және зардап шеккендерге көмек көрсету үшін жоғары тұрған білім беру басқару органдарымен, ішкі істер органдарымен, денсаулық сақтау, әлеуметтік көмек ұйымдарымен, психологиялық қызметтермен өзара іс-қимылды ұйымдастырады;
- ✓ Білім беру үдерісінің барлық қатысушыларына зорлық-зомбылық жағдайлары немесе оның әрекеттері туралы хабарлама құралдарды және ақпарат тарату жолдарын ұсынады, тіркеуді және қарауды қамтамасыз етеді, әрбір анықталған жағдай бойынша шаралар қабылдайды;
- ✓ Оқушылардың ата-аналарын (зардап шеккен оқушы, сондай-ақ зорлық жасаған оқушы) және қажет болған жағдайда, жоғары тұрған органдар мен арнайы ұйымдардың (полиция, жедел медициналық көмек) жасалған зорлық-зомбылық немесе оның алғышарттары туралы уақтылы хабардар етуді қамтамасыз етеді;
- ✓ Татуласу қызметін ұйымдастырады, буллингпен күресу жөнінде шешім қабылдай алатын мектеп органы мүшелері - келісу комиссиясын құрады. Комиссия құрамына ата-аналар, оқушылар, мұғалімдер және мектеп әкімшілігінің өкілдері кіре алады. Қажет

болған жағдайда медиаторларды (тараптардың шешім қабылдауына жәрдемдесетін тәуелсіз тұлға) шақыруға болады.

Комиссия ұсынымдарын қарау және жағдайды тартылған тараптармен, зорлық-зомбылықтың алдын алуға жауапты орынбасармен, мұғалімдер мен психологтермен талқылау жағдайы туралы толық ақпарат алғаннан кейін:

- ✓ Білім беру ұйымының дабыл сигналдарына уақтылы жүгінбеген, өздері куә болған немесе олар туралы білетін күш қолдану әрекеттерін тоқтатпаған қызметкерлеріне қатысты шаралар қабылдайды;
- ✓ Зорлық-зомбылық, тәрбиелік және тәртіптік шаралар (ескерту, сөгіс, одан әрі бақылау және психологиялық көмек көрсету үшін мектепшілік тіркеуге қою) жасаған оқушыларға қатысты шаралар қабылдайды;
- ✓ Педагогтер мен қызметкерлердің кеңесін өткізеді, ата-аналар жиналысына, осындай жағдайларды болашақта болдырмау мақсатын талқылау үшін сынып сағаттарына қатысады.

Директордың тәрбие ісі жөніндегі орынбасарының жұмысы

- ✓ буллингтің, зорлық-зомбылықтың алдын алу, зорлық-зомбылық жағдайларын талдау, тартылған тараптарға көмек көрсету мақсатында жекелеген мамандардың немесе сүйемелдеу қызметтерінің (педагог-психолог, әлеуметтік педагог, сынып жетекшілері, медиация жөніндегі маман және т. б. педагогтар) жұмысын ұйымдастырады;
- ✓ оқушының ата-аналарымен, оның ішінде ата-аналар комитеті, сынып жетекшілері, басқа да қызметкерлер арқылы байланысты қолдайды;
- ✓ білім беру ұйымының әлеуметтік-психологиялық ахуалын талдайды, білім беру ұйымының тіршілік әрекетіне, оның жайлылық деңгейіне, инклюзивтілігіне және қауіпсіздігіне мониторинг жүргізеді;
- ✓ мемлекеттік емес ұйымдарды мектептегі айдап салудың алдын алуға ықпал ететін мамандармен дәрістер, семинарлар, практикалық сабақтар өткізуге тартады;
- ✓ зорлық-зомбылыққа қатысушылармен, оқушылардың заңды өкілдерімен бірлескен әңгімелесулер ұйымдастыру, қажет болған жағдайда - медиаторларға жүгінеді;
- ✓ оқушылардың мектепке баруына күнделікті бақылау жасау және сабақты өткізу себептерін анықтау бойынша жедел шаралар қабылдайды;
- ✓ алдын алу кеңесінде қарау: өмірдің қиын жағдайына тап болған білім алушылардың, қатыгездік қарым-қатынас жағдайларын анықтау фактілері бойынша проблемаларын, мектеп бітірушілерге және

қатысушыларға қатысты заңда көзделген жауапкершіліктің тәртіптік шараларын қолданады;

- ✓ жарғыға, мінез-құлық ережелеріне, білім беру ұйымының зорлық-зомбылыққа қатысты саясатын баяндайтын құжатқа және зорлық-зомбылық жағдайын қарауға жүргізген мамандардың (комиссияның) ұсынымдарына сәйкес зорлық-зомбылық жағдайларына ден қоюдың қажетті шараларын қабылдауды қамтамасыз етеді;
- ✓ зорлық-зомбылық, айдап салу мәселелері бойынша педагогикалық кеңес өткізеді;
- ✓ оқушылар мен педагогтердің тәртібі, мінез-құлық ережелері мен этикалық нормаларын сақтауын бақылау мақсатында, сондай-ақ оқушыларды оқыту мен тәрбиелеудегі проблемалық аймақтарды түсіну үшін сабақтарға және оқудан тыс іс-шараларға қатысады;
- ✓ зорлық-зомбылықтың әрбір жағдайын, оны тергеу барысын және қабылданған шаралар туралы директорға хабарлайды;
- ✓ психикалық белсенді заттарды тұтынуда байқалған, бұрын соңды зорлау әрекеттерін жасаған, жанжалға және агрессивті мінез-құлыққа бейім оқушыларды ерекше бақылауда ұстайды;
- ✓ әртүрлі бейімділігі бар балалар өздерін іске асыра алатын үйірмелер, клубтар немесе студиялар құру; жалпы мектептік квесттер, «Жетістік сәттері», «КТК», «Жұлдыздар фабрикасы», жетістіктер көрмесі және т. б. ұйымдастырады.

Педагогтер

- ✓ сыныпта немесе қоңырау кезінде баланың жеке басын қорғауды қамтамасыз ету; сенімсіз оқушыға бағытталған немқұрайлық пен сәтсіздіктерге жол бермейді және буллингтің алдын алуға жағдай жасайды,
- ✓ оқушылардың бойында жауапкершілікті, өзара көмек көрсетуді, ұжымдық жұмыс істей білуді қалыптастырады;
- ✓ оқушының барлық сынып алдындағы жеке қасиеттерін, олардың қабілеттерін, іскерліктерін, жетістіктерін талқыламайды және бағаламайды, оқушылардың кемшіліктері мен әлсіз жерлерін келемеждемейді және талқыламайды;
- ✓ педагог өзінің жеке үлгісімен оқу ұжымының барлық мүшелеріне құрметпен қарауды көрсетеді, оқушыларды мәдениетті сөйлесуге және (қарым-қатынас жасауға) үйретеді. Адамның жынысына, этникалық тегіне, ұлтына, тіліне, діни тиесілігіне, әлеуметтік-экономикалық жағдайына, мүгедектігінің немесе ауруының болуына байланысты дәлелсіз (кемсітушілік) мінез-құлықтың немесе оның қадір-қасиетін қорлайтын сөздердің бірде-бір жағдайын назардан тыс қалдырмайды;
- ✓ оқушылардың шағымдарын елемеуге болмайды, тіпті егер жағдай елеусіз және дереу іс-қимыл талап етпесе де, жағдайды жақсы түсіну

және уақытында шаралар қабылдау үшін бақылайды. Оқушылардың бір-біріне қатысты дұшпандық сөздері, қорлайтын жазбалар мен суреттер, басқа да агрессивтілік көріністері назардан тыс қалдырмайды.

- ✓ Бәсекелестікті емес, ынтымақтастықты көтермелейді.

Сынып жетекшілер

- ✓ оқушылармен, ата-аналармен, әріптестермен, басшылықпен қарым-қатынас кезінде ішкі еңбек тәртібінің ережелерін, этикалық нормаларды мүлтіксіз сақтайды, барлық оқушыларға бірдей қатысты, ұлтқа, діни көзқарастарға, әлеуметтік мәртебеге, экономикалық және отбасылық жағдайға, денсаулық жағдайына, ерекше білім беру қажеттіліктеріне, даму ерекшеліктеріне байланысты кемсітушілік сипаттағы сөздер мен басқа да әрекеттерге жол бермейді;
- ✓ сыныпта қалыптасқан немесе, қалыптасуы мүмкін топтарға, сондай-ақ шектелген балалардың бар болуына ерекше назар аударады;
- ✓ оқушылар мен олардың ата-аналарын білім беру ұйымындағы тәртіп ережелері, зорлық-зомбылыққа қатысты ұйымның саясаты туралы хабардар етеді, қажет болған жағдайда оқушылармен бірге сыныпта тәртіп ережелерін әзірлейді;
- ✓ тұлғааралық жанжалдарды ерте анықтау, қауіпті топтарды ерте анықтау, тұйық, үндемейтін, эмоционалды тұрақсыз, оның ішінде ерекше білім беру қажеттілігі бар балаларға уақытылы көмек көрсету және қолдау көрсету мақсатында оқушылар ұжымын үнемі бақылауды жүзеге асырады;
- ✓ сыныпта ерекше білім беруді қажет ететін, дамуы мен мінез-құлық ерекшеліктері бар оқушыларды және жалпы оқушылар ұжымын қоса алғанда, әрбір оқушының қажеттіліктерін, мүдделері мен құқықтарын толық көлемде есепке алатын ортаны қалыптастырады және қолдайды; оқушылармен жылы және сенімді қарым-қатынасты қалыптастырады;
- ✓ «Морено социометриясы» әдістемесі, қатал қарым-қатынас факторлары, «сыныптың психологиялық климаты» сауалнамасы арқылы ұжымның қалыптасу деңгейін және оның психологиялық климатын анықтайды;
- ✓ Педагог-психолог пен әлеуметтік педагогті сыныптағы әлеуметтік-психологиялық ахуалды диагностикалау және жақсарту, зорлық-зомбылық жағдайларын талдау, оның қатысушыларымен және басқа да оқушылармен әңгіме жүргізу, ата-аналарға кеңес беру үшін тартады;
- ✓ психологиялық жайлылық ахуалды орнату, сынып сағаттары мен сыныптан тыс іс-шаралар арқылы жанашырлық негізінде оқушылардың өзін-өзі дамытуына жағдай жасайды;

- ✓ дебаттар мен пікірталастар, рөлдік ойындар ұйымдастыру арқылы моральдық-адамгершілік қасиеттерін дамытады;
- ✓ үзілісте және «ыстық нүктелерде»: дәретханаларда, шешінетін бөлмелерде, асханаларда, ұсақ бұрыштарда және т. б. тәртіптерін бақылауды ұйымдастырады;
- ✓ кезекші оқушыларды тарта отырып, тұлғааралық қарым-қатынас тәуекел аймағын анықтау және осы аймақтарда бақылауды күшейтеді;
- ✓ зорлық-зомбылық жағдайлары туралы хабарды назардан тыс қалдырмайды, агрессивті мінез-құлықтың жолдарын болдырмайды, қақтығысатын жақтарды бөледі, ұзақ мерзімді әсер беретін және жағдайды ушықтырмайтын тәрбиелік және тәртіптік шараларды қабылдайды;
- ✓ ата-аналармен оқушылардың мінез-құлқындағы (агрессия немесе ұялшақтық, оқшаулау және т.б. көріністері) және оларды жеңу бойынша бірлескен іс-қимылдарды дер кезінде талқылайды; оқушыларға күш қолдану әрекеттерін жасаған жағдайда немесе оқушыға қатысты білім беру ұйымында белгіленген тәртіпке сәйкес әрекет етеді;
- ✓ әлеуметтік желілердегі оқушылардың профильдерімен танысады, соның ішінде агрессия көріністерін уақытында байқап, құрбандарды қорғау үшін түсірілген фото, видео, посттар және оларға түсініктеме беру жолдарымен танысады;
- ✓ сыныпта жұмыс істейтін пән мұғалімдерімен және басқа да педагогтермен, оның ішінде әлеуметтік педагогпен және педагог-психологпен өз қорытындыларын талқылайды;
- ✓ «Татуласу» сынып қызметін құрады.

Әлеуметтік педагог

- ✓ әлеуметтік қорғалмаған отбасылардың электрондық қорын қалыптастыру: мектептің әлеуметтік паспортын жасау, балалар қатыгездікке ұшырауы мүмкін отбасыларды анықтау;
- ✓ балалардың құқықтарын қорғау жөніндегі уәкілдердің мектепте және отбасында шиеленісті шешу және туындаған даулы жағдайларды шешу үшін қабылдау және құқықтық ағарту жұмыстарын ұйымдастыру;
- ✓ балалар мен жасөспірімдердің ауытқыған (девиантты) және қылмыстық (деликтивті) мінез-құлқының алдын алу бойынша профилактикалық шаралар жүйесін ұйымдастыру;
- ✓ өмір сүру жағдайларын зерттеу, қатыгез қарым-қатынас жағдайларын анықтау, отбасылық қарым-қатынасты зерттеу мақсатында оқушылардың отбасына бару;

- ✓ оқушы мен оның отбасын одан әрі әлеуметтік сүйемелдеудің жеке жоспарын әзірлейді; тұлғаны әлеуметтендіру бойынша «қауіп аймағында» тұрған оқушылармен жұмыс жүргізу;
- ✓ ата-аналарға арналған «Бала тәрбиесі туралы заңнама» тақырыбындағы жалпы мектептік ата-аналар жиналысында баяндамалар жасайды;
- ✓ оқушының өмірі мен қауіпсіздігіне төнген қауіп жойылғанға дейін барлық инстанцияларда заңды құқықтары мен мүдделерін білдіреді;
- ✓ КҚҚК-мен, қамқоршылық және қорғаншылық органдарымен серіктестікте кәмелетке толмағандармен және ата-аналармен отбасылық қолайсыз, балалардың қадағалаусыз қалуының, құқық бұзушылықтың алдын алу бойынша ынтымақтастық орнатады.

Педагог-психолог

- ✓ білім алушыларға, ата-аналарға мектептегі білім беру ортасының қанағаттанушылық және жайлылық деңгейі туралы сауалнама жүргізеді, жалпы білім беру ұйымдарындағы және жекелеген сыныптардағы әлеуметтік-психологиялық ахуалды талдайды, оны жақсарту бойынша ұсыныстар береді және сынып жетекшілеріне, білім беру ұйымының басқа да қызметкерлеріне, оқушылар мен ата-аналарға жақсарту бойынша көмек көрсетеді;
- ✓ ерекше білім беру қажеттіліктері бар, дамуымен мінез-құлық ерекшеліктері бар және зорлық-зомбылық пен кемсітушілікке жоғары қауіпі бар басқа да оқушылардың, сондай-ақ тәртіпті бұзғаны немесе зорлық-зомбылық актілерін жасағаны үшін мектепшілік есепте тұрған оқушыларды жүйелі түрде қадағалауды жүзеге асырады; оларға, олардың ата-аналарына және сынып жетекшілеріне қажетті консультативтік көмек көрсетеді;
- ✓ педагогтерге, білім беру ұйымының басқа да қызметкерлеріне, оқушыларға және олардың ата-аналарына агрессивті мінез-құлықтың алдын алу, даулы жағдайларды шешу және оларға қатысушыларға психологиялық және әлеуметтік көмек көрсету мәселелері бойынша кеңес береді;
- ✓ эмоциялық жағдайды игермейтін және даулы жағдайлардың көзі болып табылатын оқушыларды – «тәуекел тобын» анықтайды, анықталған тәуекел тобымен жеке жұмыс жүргізеді - эмоциялық ыңғайсыздықты жою үшін оқушыларға көмек көрсетеді;
- ✓ білім беру ұйымының қызметкерлерімен, оқушылар мен олардың ата-аналарымен тәрбие стильдері, отбасылық жанжалдар, әртүрлі жастағы балалардың психологиялық ерекшеліктері тақырыбына консультациялар, қарым-қатынас дағдыларын дамыту, жанжалдарды шешу, эмоцияларды басқару және стресстік жағдайларды жеңу бойынша арнайы сабақтар мен тренингтер ұйымдастырады;

- ✓ зорлық-зомбылық жағдайларын талдауға қатысады, зардап шегушінің, ренжітушілердің және куәлардың психологиялық жағдайын бағалайды, оларға қажетті әлеуметтік-психологиялық көмек көрсетеді; айғақтар болған жағдайда кәсіби психологиялық және әлеуметтік көмек, оңалту үшін тиісті ұйымдарға жүгінуге кеңес береді;
- ✓ зорлық-зомбылықтан зардап шеккендерге және жанжалды жағдайлардың басқа да қатысушыларына көмек көрсету үшін медициналық-психологиялық-педагогикалық комиссиялардың, психологиялық қызметтердің, отбасы мен балаларға әлеуметтік көмек көрсету орталықтарының, оңалту орталықтарының, медициналық қызметтердің мамандарымен өзара іс-қимыл жасайды.

Мектеп инспекторы

- ✓ білім беру ұйымында зорлық-зомбылық және басқа да құқық бұзушылықтар жағдайларын тергеуге қатысады;
- ✓ күш қолдану әрекеттерін жасағаны үшін оқушыларды ішкі істер бөліміне алдын алу есебіне қояды;
- ✓ есепте тұрған оқушының мінез-құлқын бақылауды жүзеге асырады;
- ✓ құқық бұзушылық жолын жедел түрде тоқтатады;
- ✓ оқушылар мен олардың ата-аналарымен профилактикалық әңгімелер жүргізеді.

Медициналық қызметкер

- ✓ зорлық-зомбылықтан зардап шеккендерге медициналық көмек көрсетеді;
- ✓ жарақат алғандарға және зақымданғандарға медициналық тексерістен өткізіп, растайды.

Тәлімгер

- ✓ оқушыларды үйірме жұмыстарына тартады, бос уақытын ұйымдастырады;
- ✓ мектепте және мектептен тыс іс-шараларға қатыстырады.

Ата-аналар немесе басқа заңды өкілдер:

- ✓ білім алушылар немесе білім беру ұйымының қызметкерлері тарапынан оның баласына немесе басқа оқушыға қатысты зорлық-зомбылық фактісі, өзінің қауіптері туралы сынып жетекшісіне, директордың жауапты орынбасарына немесе мектеп директорына (ал олар болмаған жағдайда-кезекші мұғалімге немесе әкімшілікке) жеке кездесу кезінде телефон, электрондық пошта арқылы уақтылы хабарлауға тиіс. Ата-ана өз баласына қатысты зорлық-зомбылыққа қарсы іс-қимыл шараларын неғұрлым ерте жасалса, балаға аз зиян келтірілетіндігін есте сақтау қажет. «Балалар» проблемасын елемей

тек физикалық жарақаттарға ғана емес, сонымен қатар өмір бойы пайда болатын психиканың проблемаларына да әкелуі мүмкін.

- ✓ Ата-аналар ренжітуші баламен мәселені өздері шешуге тырыспауы тиіс, егер жанжал болса, болған жанжал туралы сынып жетекшісін, мектеп әкімшілігін хабардар етуі қажет. Ренжітушімен болған жағдайды мектеп өкілдері шешуі тиіс, бірақ қақтығыс аяқталғанға дейін барлық тараптар өзара іс-қимыл жасауы қажет;
- ✓ Егер өз баласы тарапынан қатыгездікті тоқтатуға немесе тіптен осы әрекеттерге итермелеу жасаған болса ата-аналар өз баласының мінез-құлқына жауапты және тәртіп бұзушылық жүріс-тұрысы үшін әкімшілік жауапқа тартылуы мүмкін.
- ✓ Ата-аналар баланың мінез-құлқы мен көңіл-күйін, оның ашуланшақтығы мен қатыгездігінің пайда болуын үнемі қадағалауы тиіс. Егер балаға агрессияны жеңуде медициналық немесе психологиялық көмек қажет болса, дереу дәрігерге немесе психолог көмегіне жүгінуі тиіс;
- ✓ Отбасында үнемі эмоционалды-қолайлы жағдай жасау, баланың өз іс-әрекеті үшін жауапкершілікті тәрбиелеу, эмпатияны дамыту, өзін-өзі бағалауды арттыру, баланың эмоционалдық жағдайына мұқият қарау, баланы пайдалы істерге тартқан жөн;
- ✓ Өз баласына өзінің мінез-құлқын өзгертуге, қорлауды, жарақат алууды, төбелесті және басқа да күш қолдану әрекеттерін тоқтатуға, кешірім сұрауға үйретуге және достасуға көмектесу қажет;
- ✓ Мектеп өміріне белсенді қатысып, әр түрлі іс-шараларды ұйымдастыруға көмектесіп, зорлық-зомбылықтың алдын алу және қарсы әрекет жасау бойынша педагогикалық ұжымға көмектеседі;
- ✓ Кәмелетке толмағандарды оқыту мен тәрбиелеу мәселелері бойынша кешенді әлеуметтік-психологиялық көмек алу үшін білім беру ұйымының психологиялық немесе әлеуметтік қызметінен кеңес алуға құқылы;
- ✓ Білім беру ұйымының басшысына, білім бөлімне, білім басқармасына, құқық қорғау органдарына немесе басқада ұйымдарға өтініш білдіруге құқығы бар.

Буллинг фактісі бойынша ақпарат жинау алгоритмі

Ақпарат жинақтау жұмысы жүргізіледі. Ақпарат зардап шегушінің өзінен, куәгерден және жәбірлеуге қатысқан адамдардан келіп түсуі мүмкін.

Барлық алынған ақпаратқа барынша мұқият талдау жасалады. Педагогтың сыныптың жалпы ішкі атмосферасын түсінуі негізінде сыныптың психологиялық денсаулығы туралы қорытынды жасалуы керек.

Бұлар нақты және ойдан шығарылған жағдайларды (патологиялық қиял, өтірік) ажырату тұрғысынан өте маңызды. Бұл әсіресе жасөспірім

қыздардың арыздары мен шағымдары бойынша сексуалдық белгісі бар буллинг жағдайларына қатысты.

Жүргізілген талдау нәтижесінде келесі аспектілерді анықтау қажет:

- нақты буллинг туралы шындық;
- оның ұзақтығы;
- оның сипаты (физикалық, психологиялық, аралас);
- буллинктің негізгі көріністері;
- қатысушылар (буллинкті бастамашылары мен орындаушылары);
- олардың буллингке ынтасы;
- куәгерлер және олардың болып жатқан үдеріске қатынасы;
- зардап шегушінің мінез-құлқы;
- барлық болып жатқан оқиғалар динамикасы;
- диагностика үшін басқа да маңызды жағдайлар.

Буллинг фактілері анықталған жағдайда білім ұйымының басшысы шұғыл түрде білім бөліміне (қалалық, аудандық, білім басқармасына) хабарлайды және 48 сағат ішінде атқарылған жұмыс туралы толық жазбаша ақпарат береді.

Балалар ортасындағы айдап салу жағдайы орын алған кезде бірінші рет шешуге қатысқан мамандардың жұмыс алгоритмі

1. Барлық ақпаратты бағалау, фактілерді, интерпретациялар мен эмоционалдық бағалауды анықтау, оны мұқият талдау, түйіндеме жасау, іс-әрекет жоспарын белгілеу.
2. Әріптестер мен мектеп әкімшілігі балаларға көмек көрсету және алдын алу бағдарламасын талқылау.
3. Міндетті түрде буллинг жағдайларымен жұмыс істейтін мамандар тобын құру керек: педагог-психолог, әлеуметтік педагог, педагогтер, тәрбиешілер.
4. Кәмелетке толмағандар құқық бұзушылық жасаған жағдайда құқық қорғау органдарын тарту, ал психикалық (наркологиялық) қолайсыз деп күдіктенген кезде психиатрлар мен наркологтардың көмегіне жүгіну міндетті.
5. Балалардың арасындағы қысым жасаудағы қатыгездік қарым-қатынас проблемаларын, қолданыстағы заңнаманы басшылыққа ала отырып, әкімшілік кедергілерді жеңуге ниет білдіріп, әкімшілік тарапынан бастамаларға дайын болу керек.
6. Жағдайды одан әрі асқындырмау үшін қауіптен зардап шеккен балалардың психологиялық тұрғыдан ұстанымын дұрыс түсіну қажет. Зардап шеккен балаларды сауатты қолдау аса маңызды.
7. Құрбандарды одан әрі агрессиядан қорғау жөнінде шұғыл шаралар қабылдау. Бірақ бұл ретте мұндай құбылыстарға жол бермеу мақсатында ренжушілерді оңалту қағидатын басшылыққа алу қажет.

8. Буллинг қатысушыларымен жұмыс істеу және диагностика бойынша әдістемелік ұсыныстар ретінде, өз қызметінің бейімделуіне байланысты, сізге қолайлы және қолжетімді болып көрінетін материалдарды пайдалануға болады.

Буллинг жағдайында педагог-психологтің жұмыс алгоритмі

Зардап шегушінің, ренжітушінің, куәгерлердің психологиялық жағдайын бағалайды, оларға психологиялық көмек көрсетеді.

Сынып жетекшісіне, басқа мұғалімдер мен қызметкерлерге зорлық-зомбылыққа қатысушыларға қатысты мінез-құлық тактикасы мен сыныпта түсіндіру және алдын алу жұмыстарын жүргізу бойынша кеңес береді.

Қажет болған жағдайда сынып жетекшісімен немесе директордың жауапты орынбасарымен бірлесіп, жағдайды талқылайды немесе сыныппен профилактикалық әңгімелесуді ұйымдастырады.

Ата-аналарға нақты айғақтар болған кезде басқа да психологиялық, медициналық және әлеуметтік көмек көрсететін ұйымдардың көмегіне жүгіну ұсынылады.

Құрбандар және ренжітушілермен жұмыс алгоритмі

Жарақаттан зардап шеккен әрбір баламен жеке әңгімелесу өткізу, баламен сөйлесуді кез келген қолжетімді тәсілмен (хаттама, диктофонға жазу және т. б.) құжаттау маңызды.

Буллингке қатысушы балалармен сұхбат жүргізу бойынша ұсыныстар:

- ашық сұрақтарды қолдану, жауап беруге күрделі сұрақтарды қоюдан аулақ болу;

- егер бала фрагментті сөйлесе, толық жауап бермесе, басқа эпизодтарға жеке оралуға болады. Алайда бала жанына ауыр тиетін эпизодтарға назар аудартпай, жанама сұрақтар қою қажет;

- бала болған оқиғаға эмоционалды жауап беруге мүмкіндік беру;

«Неге?» деген сұрақтардан сақтаныңыз;

- балаға сексуалдық зорлық-зомбылық көрсеткен жағдайда баланың өз дене мүшелерін қалай атайтындығына назар аудару керек. одан кейін сұрақ қою барысында сол сөздерді пайдаланған абзал.

Мектепке дейінгі және кіші топтағы оқушылармен сурет салу техникасын пайдалануға болады. Бұл ретте суретті түсіндіру керек емес; нақты фактілерді талқылауға келесі сұрақтарды қою керек:

Ол не (сен) жасады?

Ол (сен) өзін қалай көрсетті ?

Ол (сен) қалай жауап берді ?

Әрі қарай не болды?

Оған кім қатысты? Қалай?

Сұхбат кезеңдері

1. Дайындық: сұхбатты бастамас бұрын, бала және отбасы туралы көбірек ақпарат жинау қажет. Сұхбат жүргізу нысанын анықтаңыз;
2. Байланыс орнату: балаға қорқыныш пен ұялуды жеңуге көмектесу. Мысалы, оның көңіл-күйі, күн қалай өтті, оған кабинетте ұнайды ма?;
3. Сауалнаманың мақсаты мен ретін түсіндіру: баламен кездесу мақсаты туралы, оның ішінде баланың даму деңгейіне сәйкес шындықты айту қажеттілігі туралы айту;
4. Оқиғаның мән-жайларын қалпына келтіру: әлімжеттілік қарым-қатынас жағдайларына және баланың болған оқиғаға деген қарым-қатынасына қатысты сұрақтар қою. Еркін әңгімеден бастау керек, ал бала өз әңгімесін аяқтағанда, жетіспейтін ақпаратты жинау үшін сұрақтар қою керек.
5. Аяқтау: балада туындаған барлық сұрақтарға жауап беру. Оған келесі қадамдардың қандай болатынын түсіндіру.

Сұхбат нәтижелеріне қарамастан, балаға қатысқаны үшін алғыс айту.

Мектепте қорлыққа ұшыраған баланың ата-аналарына арналған жадынама

Ата-аналардың міндеті қысымға түскен баланы қорғау және қолдау ғана емес, сонымен қатар оны қоршаған адамдармен дұрыс, салауатты қарым-қатынас жасауға үйрету. Күнделікті өмірде зұлымдық, қатыгездік және агрессиямен қақтығыс болдырмау өте қиын. Балаңызға «жоқ», «болмайды» деген сөзді айтып үйрену керек. Арандатушылық және манипуляцияларға берілмей, кейде өз проблемаларын өзі ғана шешуге ұмтылмай туыстарының да көмегін сұрау керектігін түсіндіру және балаға кез келген қиын жағдайда оған туыстарының көмектесетіндігіне сенімін арттыру.

Сенімді қарым-қатынас – бұл айдап салуды жеңуге көмектесетін негізгі құрал.

Бірінші ең маңызды элемент – баланы өзін кінәлі сезінуден арылту!

Ол жарақатқа ұшырағанына кінәлі емес екенін түсіндіру. Бала ешкімнен кем емес, ол жай ғана қиын жағдайға тап болды, оған ата-аналар мен педагогтер шығу жолын табуға көмектеседі.

Сіз баланың жағында екеніңізді түсіндіруіңіз керек. Қолдаңыз және тыныштандырыңыз: «жақсы, сен маған бәрін айтып бердің! Мен саған сенемін. Болған оқиғаға сен кінәлі емессің. Мен саған көмектесемін» деген жылы сөздерді пайдалану қажет.

Онымен қалыптасқан жағдай туралы сенімді сөйлесіңіз. Оған әрі қарайғы әрекеттер мен жүріс-тұрыс жолын түсіндіріңіз.

Балаға өзіне деген сенімділік пен құрдастарының шабуылына қарсы тұра білуге көмектескен жөн.

Балалардың басым көпшілігі ренжітпеу үшін ата-аналарға өз проблемаларын айтпайды. «Сәлем, қалың қалай, бәрі жақсы ма?» деген дәстүрлі сұрақтардан көрі дұрыс және нақтылайтын сұрақтар қойыңыз. Айтыңыз, бақылаңыз және егер сіз балада мектепте проблемалар бар екенін түсінсеңіз, дереу белсенді іс-қимылдарды бастаңыз.

Араласыңыз. Балаға қалыптасқан жағдайды айтыңыз, оны мұқият тыңдаңыз. бала өзін кінәлімін деп санасада сіз оған сенімді тірек екеніңізді түсіндіріңіз.

Оған әр түрлі жағдайларда қалай әрекет ету, өзін қалай ұстау, қалай жауап беруді үйретіңіз («жеткілікті, маған бұл ұнамайды», «жоқ, мен бұлай жасамаймын» және т.б.).

Баламен бірге әртүрлі жағдайда түрлі іс-әрекетін бірге ойластырыңыз.

Мектептің назарын осы мәселеге шұғыл түрде аудартыңыз. Біріншіден, сіз бұл туралы баланың сынып жетекшісімен сөйлесуіңіз керек.

Есіңізде болсын, мұғалім айдап салуды шешудегі негізгі тұлға болып табылады.

Педагогпен сөйлескеннен кейін мектеп әкімшілігіне жағдай туралы хабарлаңыз.

Баланың өзін-өзі бағалауын арттырыңыз. Өзін көңілді, бақытты, жайдарлы сезінетін балалар айдап салудың бастапқы кезеңінде басқа балалардың манипуляциясына берілмей қарсылық білдіре алады.

Егер жағдай күрделі болса және оны бейбіт жолмен шешу мүмкін болмаса, басқа мектепке немесе сыныпқа ауыстыру нұсқасын қарастырыңыз.

Буллер баланың ата-анасы үшін жадынама

Егер де, сіз балаңыздың қысым бастағанын білсеңіз, одан кете алмайсыз, бұл факт. Жағдайды уақытында нақты дұрыс бағалау өте маңызды.

Буллингті тоқтатыңыз. Баламен жұмсақ сөйлесіңіз, мүмкін, мұндай мінез-құлықтың неліктен туған себебін анықтаңыз. Қысымның дұрыс емес екенін түсіндіріңіз.

Баламен агрессивті мінез-құлықтың салдары туралы сөйлесіңіз. Көптеген балалар қысымның неге әкелуі мүмкін екенін түсінбейді.

Балаға ол ренжіткен адамның алдында кешірім сұраудың әлсіздік емес, мықтылық екенін түсіндіріңіз.

Неге жалған арандатушылық роликтер өмірді бұзады?. Мұндағы жасөспірімдер депрессиясы мен суицидтің байланысы қандай?. Олар жай ғана әзілдеді ғой. Бұл балалардың ойы. Балалар әдетте басқаша ойлайтынын ересектер түсінуі керек. Алайда айдап салуды ақтаудың мүлдем қажеті жоқ.

Қауіп пен жазадан аулақ болыңыз: баладағы эмпатияны осындай тәсілмен тәрбиелей алмайсыз.

Сіз жұмыста, отбасында, қоғамдық орында жанжал жағдайынан қалай шыққандығыңыз немесе басқа адамның басынан өткен әрекеті туралы өмірден мысалдар келтіріңіз. Бұл жанжалды шешудің шынайы жолы болып табылады.

Баланың мінез-құлқы мен көңіл-күйін, оның ашулануы мен қаталдығының пайда болуын қадағалаңыз. Егер сіздің көзқарасыңызша, балаға агрессияны жеңуде медициналық немесе психологиялық көмек қажет болса, дәрігерге немесе психологке хабарласыңыз.

Сынып жетекшісімен және мектеп психологімен кездесіңіз, сынып жұмыс жоспарын талқылаңыз. Егер педагогикалық ұжым немқұрайлы немесе бейқам қараса, сыныптағы жағдайды түзету үшін өз жауапкершілігіңізді алыңыз. Біздің ұжымнан кеңес алуыңызға болады.

Баланың эмпатиясын және әділдік сезімін дамытыңыз. Баланы дос болуға үйретіңіз.

Балалар іске асыратын барлық модельдерді ересектерден көреді (балалар үлкендерден көргенін жасайды). Адами қарым-қатынастарды қиындату айдап салудың негізінде жатыр.

Мұғалімдер мен мектеп әкімшілігіне арналған жадынама «Ренжітушілер мен құрбандардың белгілері»

Егер оқушы Аутсайдер болса, онда ол:

- оның мектеп керек-жарақтары (оқулықтар, дәптерлер, жеке заттар) сыныпта жиі шашыраңқы немесе жасырып қояды;
- сабақта өзін жасырын ұстайды, қорқады, сыныпта шу болады, кедергілер, пікірлер тарала бастайды;
- үзіліс кезінде, асханада басқа мектеп оқушыларан бөлектеніп тұрады, жасырады, құрдастарынан және жоғары мектеп оқушыларынан қашады, мұғалімдер мен ересектерден алыс болуға тырысады;
- оны қорлайды, қорқытады, ренжітеді, басқа балалар тарапынан агрессивті әрекеттерге ол қорыққаннан күлімсіреп жауап береді, шатастыруға және қашып кетуге тырысады, жылайды;
- мұғалімдермен жақсы қарым-қатынаста, ал құрдастарымен байланысы нашар болады;
- сабаққа кешігіп келеді немесе мектептен кеш кетеді;
- топтық ойындарда, сабақтар кезінде оны елемейді немесе соңында таңдайды.

Әдетте, агрессияның ықтимал құрбандары өздерінің қатарластарынан нашар киінетін, дене бітімі әлсіз, спорттан тыс жігіттер мен қыздар болып табылады.

Егер оқушы Агрессор болса, онда ол:

Егер сіздің оқушыңыз Агрессор болса, дағдарысқа ұшырайды, сабақта үнемі назар аудартуға тырысады, нашар баға алған кезде дөрекілік пен ашу-ызаға беріледі;

- достары мен таныстарына қулық жасайды, көптеген балалар одан қорқып жүреді;
- жауапкершіліктен қашу үшін өтірік айтады;
- оның мінез-құлқына байланысты балалардан да, ересектерден де шағымдар түседі;
- өзінің қатарластары жасай алатындай өз мінезін шектей алмайды;
- сабақты көп босатады, басқа мектеп пен аудандағы қатарластарымен жиі кездеседі;
- сыныптың немесе мектепті торауылдайтын бұзақы шағын девиантты топтың құрамына кіреді;
- қоғамдағы жауласушылықты түсінбейтіндей түр танытады, қоғамдық жұмыстарға қатысуды әлсіздік деп санайды.

Профилактикалық жұмысты ұйымдастыру түрлері

Жүргізілетін түзету іс-шараларының түрлері, әңгімелер («Жауапкершілік»), тренингтер («Ассертивтілік», «өзін-өзі реттеу», «Даулы жағдайлардан шығу тәсілдері», «Тиімді қарым-қатынас тәсілдері», «Төзімділік»), сынып сағаттары («Мен және менің сыныбым», «Тиімді қарым-қатынас тәсілдері», «Позитивті ойлау») болуы мүмкін.

Профилактикалық жұмыстың негізгі бағыттары:

Ұйымдастырушылық	<p>Буллингті алдын-алу бойынша психологиялық-педагогикалық сүйемелдеу қызметінің жұмыс жоспарын әзірлеу.</p> <p>Кезекші оқушыларды тарта отырып, тәуекел аймағын анықтау және осы аймақтардағы бақылауды күшейту.</p> <p>Мектепте келісім қызметін құру.</p>
Ағартушылық	
Сынып жетекшілер үшін	<p>Сынып жетекшілерді тестілеу нәтижелері туралы ақпараттандыру, тәрбие үрдісін ұйымдастыру бойынша бірлескен жұмыстың басым бағыттарын талқылау, буллинг бойынша ақпарат беру (сынып жетекшілерінің ӘББ, «Буллинг» тақырыбы бойынша педкеңеске сөз сөйлеу, буллингтің алдын алу бойынша әдістемелік ұсыныстар әзірлеу және ұсыну, буллинг жағдайына байланысты әртүрлі жағдайлар бойынша кеңес беру, осы мәселе бойынша әдебиеттер ұсыну, «Буллинг», «Ұжымдағы тұлғааралық қарым-қатынасты дамыту» ақпараттық стенділерін ресімдеу).</p>
Ата – аналар үшін	<p>Ата-аналар жиналыстарында сөз сөйлеу (тақырыбы: «Буллинг және кибербуллинг», «Жасөспірімдік жастағы психологиялық ерекшеліктері», «Баламен тиімді қарым-қатынас жасау тәсілдері», «Отбасылық тәрбие стильдері», «Баламен қатыгез қарым-қатынастың алдын алу»). «Баланы күшті болуға қалай үйрету керек», «Балалардағы суицидтік мінез-құлықтың алдын алу» әдістемелік нұсқауларды дайындау.</p> <p>Ата-аналар үшін буллингтің алдын алу туралы ақпаратты орналастыру арқылы мектеп сайты жетілдіру.</p> <p>Қаладағы психологиялық көмек алу мүмкіндігі және телефон арқылы кеңес беру мүмкіндігі туралы</p>

	ақпараттандыру
Оқушылар үшін	«Жауапкершілік», «Тиімді қарым-қатынас тәсілдері», психологиялық көмек алу мүмкіндігі туралы ақпарат беру (мекен-жайлар, Сенім телефондары). Оқушыларға арналған тренингтер мен сынып сағаттарын ұйымдастыру: «Жанжалдарды шеше білу», «Тиімді қарым-қатынас тәсілдері». Ұжымдағы психоэмоционалды климаттың жақсаруы: «Психологиялық қорғаныс», «Қақтығыстан-позитивпен», «Өзін-өзі реттеу» тренингі; Ақпараттық стендтер: «Психикалық денсаулық».
Өткізілген іс- шаралардың тиімділігін талдау	Оқушыларды тестілеу нәтижелерінің негізінде жеке-түзету жұмысының тиімділігін бағалау, бақылау нәтижелері, буллинг мәселесі бойынша жүгіну жағдайларын тіркеу, даулы жағдайларды шешу, педагогтерге сұрақ қою, келесі оқу жылына буллингтің алдын алу бағдарламасын құру.

Негізгі ресурстармен жұмыс

- 1) айыптаусыз және бағалаусыз қолдау қажеттілігі, яғни, үлкендік ақыл мен, сабырлықпен баланы бағалаусыз жылулықпен қолдау көрсету қажеттілігі;
- 2) тинейджердің қарсылығына қарамастан үлкендердің нақты (бірақ тығыз емес) ережелерді сақтап, шектен шықпау қажеттіліктері;
- 3) өмірлік тәжірибе арқылы дамыту мен оқыту қажеттілігі - бала өмір сүру тәжірибесін жинақтайды, ол өмірді теориялық немесе басқаның өмірі арқылы ғана танымауы тиіс;
- 4) өмірдегі қызықты сәттердің қажеттілігі – бір нәрсеге қызығушылық – бұл адамның жеке дамуының басты қозғаушы күші;
- 5) қанағаттану қажеттілігі – бала өз сезімдерін зерттейді, кез келген жағымды сәттен ләззат алуға үйрету, шынайы қанағаттана және қуана білуге үйретеді;
- 6) құрмет пен мойындау қажеттілігі - адам құрмет пен мойындауды алған кезде, оның бағалы тұлға ретінде өзіне берік сенімділік қалыптасады және бұл оның өмірінің барлық салаларында табысты болуына көмектеседі;
- 7) құрдастарымен қарым-қатынас жасау және қабылдау қажеттілігі – бала өзін-өзі тұлға ретінде таниды, жақсы болуға тырысады, өзін сенімді сезінеді, өзгелердің өзіне деген махаббаты мен сыйластығын сезеді, қоршаған ортаның оның пікірімен санасатынына сенімді. Міне, осындай қарым-қатынастар қалыптасқан жағдайда бала өзінің «Меніне» қарамастан осы топтың көңілінен шығуы үшін, оны «өзіміздікі» деп қабылдауы үшін бар жан-тәнін салады.

8) *өз пікірін сенімді қорғай білуге деген қажеттілік* (ол өзіне жалпы сенімділікке негізделген) - дәл осыны істей алмау жасөспірім өміріндегі оның өзін-өзі іске асыруын және дамуын шектейтін көптеген проблемаларға әкеледі, ұялшақтыққа, жағымсыз қоғамдастыққа тәуелділікке, дәрменсіздікті және түкке тұрғысыздықты бастан кешуге, болашақ кәсіби табыстардан бас тартуға және т. б. Тинейджерлер оқиғадан кейін жақсы сөздерді (Өкінішке орай! Кейде бірдеңені өзгерту кеш болғанда), әрекет тәсілдерін іздегенін жиі айтады;

9) *шығармашылықта өзін-өзі көрсету және өзін-өзі іске асыру қажеттілігі* - шығармашылықта өзін-өзі іске асыру - бұл баланың дамуындағы күшті үрдіс; егер ол осы қажеттілікті қанағаттандыру үшін мүмкіндік тапса, ол іс жүзінде басқаларын да қанағаттандыруға мүмкіндік табады; шығармашылық тұрғыдан өзін-өзі іске асыра отырып, практикалық өмірлік тәжірибе алады, оған қызықты, ол дамиды, ол өз шығармашылығының нәтижелерін ала отырып, өзіне деген құрметке ие болады, оны айналасындағылар қабылдайды;

10) *өмірлік мақсаттарды қою қажеттілігі* – «қазіргі сәтпен өмір сүру» деген ұмтылысқа қарамастан, олардың өз болашағын айқын анықтау оның өмірін тәртіпке келтіріп, алаңдаушылықты жояды және өзінің жеке ресурстарын белгілі бір арнаға бағыттауға мүмкіндік береді.

Бұл *қажеттіліктердің* барлығы бір мезгілде тұлғаның орасан зор дамуының шынайы ресурсы болып табылады. Қажеттілік әрқашан белгілі бір шиеленісті тудыратындықтан, тинейджер шамадан тыс белсенді, кез келген ақпаратты ашық қабылдауға бейім болады. Барлық жаңалықты қабылдауға икемді.

Егер даму бағыты (вектор) уақытылы табылмаса, даму процесі асқынып созылады, адамның өзі ғана емес, оның ортасы да зардап шегеді.

Егер бұл вектор мүлдем табылмаған жағдайда, бейберекет және мақсатсыз іс-әрекеттер, талпыныстар хаос тудырады. нәтижесінде жасөспірімнің қанағаттану сезімі жойылады және оны деструктивті тәсілдерге итермелейді. Ақыр соңында бұл ретсіздік адамның өмірін бұза алады.

Өзіндік сананы қалыптастыру

1. *Өз «Менін» және әлемдегі өз орнын, яғни, жеке тұлға ретінде зерттеу:* мен кіммін, мен қандаймын, менің ерекшеліктерім қандай, қандай әлемде өмір сүремін, осы әлемдегі менің орным қандай.

2. *Өзіне, өзінің жеке қасиеттеріне оң көзқарас қалыптастыру,* яғни, оларды бағалы және оған қажетті қасиеттер ретінде қабылдау. Бұл қасиеттер қандай жағдайларда тиімді немесе тиімсіз болуы мүмкін екендігін нақты бағалай білу.

3. *Өз қасиеттері мен алған тәжірибесін саналы түрде қолдана білу* немесе қандай да бір қасиеттерді танытудан, қандай да бір әдеттер мен іскерлікті қолданудан саналы түрде бас тарту дағдыларын қалыптастыру.

4. *Өзіндік құндылықтар жүйесін әзірлеу және балалар сенімдерін, ұйғарымдарын түгендеу.* Бұл ретте балалар тәжірибесі әрдайым басым мәнге ие, бірақ жасөспірім өзіне қажетті тәжірибені алуы керек. Өмірлік міндеттерді шешуге көмек беретін отбасылық құндылықтардың дамуына қайшы келмейтін ұстанымдарды бала бөле алғаны жөн.

5. *Жыныстық өзіндік сана-сезімін дамыту:* мен қандай еркек немесе әйел болғым келеді; жыныстың ерекшеліктерім қандай және осы шекараларда өзімді қалай сезінемін; мен адамдардың көпшілігін көрсететін идеалдарға сәйкес бола аламын ба?; менің идеалдарым көпшілік мойындаған немесе олардан айырмашылығы бар; жыныстық өмір қандай? т. б.

6. *Шекараларды анықтау:* мен нені дұрыс және нені бұрыс деп санаймын. Мен үшін зұлымдық пен жақсылық деген не?; Мен ешқашан нені істей алмаймын (тіпті біреу мәжбүр еткісі келсе де) және мен міндетті түрде не істей аламын (тіпті тыйым салатын болса да); әр түрлі өмірлік жағдайларда баруға болатын тәуекел шектеулерім қандай?; мен нақты ережелерге бағынамын ба?;

7. *Өз міндеттерімнің анықтамасы:* Менің отбасым қандай?, Мен оны қалай мақтан тұтамын немесе ұяламын, Менің отбасымның тарихы қандай?, осы отбасындағы менің орыным қандай?; Мен отбасы мүшесі ретінде, дос ретінде, оқушы ретінде, менің құрдастарымның мүшесі ретінде қандаймын?; мен олардан қалай ерекшеленемін?.

8. *Өзінің физикалық мәртебесін анықтау:* менің сырт келбетім, түрім; мен тартымдымын ба?; мен нені өзгерткім келеді?; тартымды болу үшін не істеу керек?; мен қандай болғым келеді?; менде не бар?, басқаларда не жоқ?, керісінше, менде не жоқ?, менің шектеулерім мен мүмкіндіктерім қандай? (денсаулық, физикалық ерекшеліктер, табиғи деректер).

9. *Өзінің мінез-құлқының анықтамасы:* менің мінезім қандай?, менің реакциялар мен талғамдарым немен негізделген?; менің мінезім ұнайды ма?, бірденені өзгерткім келеді ме?; мен мінезімді өзгерте аламын ба?; менің мінезімдегі ерекшеліктер маған көмектеседі ме немесе кедергі келтіреді ме?.

10. *Өзінің эмоционалдық құзыретілікті дамыту:* менің сезімдерім мен эмоциялар нені білдіреді?, басқа сезімдерден ерекшелікті қалай бөліп көрсетуге болады?, олардың ерекшеліктері қандай?; сезімдер мен эмоциялардың себептері қандай?; қандай эмоциялардан ұят болады немесе мақтануға болады?; мен сезімдерімді (эмоцияларды) басқара аламын ба?; эмоционалды уайымды басқара отырып, мінез-құлқымды басқара аламын ба?; өзінің толғанысын сөзбен және оларды басқалар түсіну үшін мінез-құлықпен қалай көрсетуге болады?.

Саналы әлеуметтену

- *Сенситивтілікті дамыту*, яғни, басқа адамның жағдайын сезіну, «оқу» және қылықтардың уәждемесін түсіну, реакцияларды, басқа адамдардың сезімдерін түсіну (дегенмен де, өзі сияқты).

- *Эмпатияның дамуы*, яғни адамды басқаның көзімен көре білу; мұқият болу, тілектес болу; адамның не айтқысы келетінін есту (сенің естігің келмейтіні емес); адамның не айтқанын қабылдауға нақты болу (яғни басқа адамның тәжірибесін өз түсініктерімен алмастырмау, әңгімелесушінің нені білдіретінін анықтау).
- *Толерантылықты дамыту*, яғни, айырмашылықты қабылдай білу; адамның көріністерін тек «дұрыс» және «бұрыс» деп қатаң бөлуден бас тарту; адамдардың ұлттық, мәдени, әлеуметтік және жеке тұлғалық ерекшеліктеріндегі айырмашылықтарды түсініп, құрметтей білу.
- *Қоршаған адамдармен қарым-қатынас құру үшін жауапкершілікті дамыту* - бұл маңызды сапа және жасөспірімдермен жұмыс істеу үшін маңызды тақырып. Өзі және өзгелері үшін жауапкершілік сезімінің жоқтығы адамның өмірін мәнсіз етеді. Жауапкершілік – бұл қажетсіз нәтиже беретін импульстардан сақтану және әлемді қабылдау туралы ұстанымдардың жиынтығы.
- *Жауапкершілік тақырыбын талқылау кезінде төмендегі факторларға назар аудару керек:*
 - а) жауапкершілік пен жауапсыздықтың қайдан туындайтындығын көрсету (қауіпсіздік және жауапсыздықты сақтау үшін белсенді немесе пассивті ақпарат алу тәсілі).
 - б) жауапты адам болудың жауапсыздыққа қарағанда әлдеқайда ыңғайлы және пайдалы екендігін түсіндіру; іс жүзінде құрбанның ұстанымы мен жауапкершілік ұстанымы арасындағы айырмашылықты көрсету қажет.

Сауалнама

Қымбатты дос!

Сізден бірнеше сұраққа жауап беруіңізді сұраймыз. Әр сұраққа жауап бермес бұрын, жауаптың барлық нұсқаларын мұқият оқып, өз пікіріңізді білдіріңіз.

Өз жынысыңды таңда: ер әйел

Сынып _____ Жасыңыз _____

1. Сіз «Буллингтің» не екенін білесіз бе?

а) иә

б) жоқ

2. Сіз бір адамның басқаға мазақ болғанын кездестірдіңіз бе?

а) иә, тап болдым

б) ешқашан кездестірмедім

в) басқа _____

3. Егер кездестірген болсаңыз, онда қандай түрде:

а) кемсіту

б) қорлау (ауызша агрессия)

в) физикалық зорлық-зомбылық

г) қорлауды телефонға түсіру

д) кибербуллинг (қауіптер, қорлау және интернетте кемсіту)

е) басқа _____

4. Сіз өзіңіз айдап салудың қатысушысы болдыңыз ба?

а) иә, бақылаушы ретінде;

б) иә, құрбаны ретінде;

в) иә, агрессор ретінде (қорлаудың бастамашысы кім);

г) жоқ (болған емес)

5. Айдап салу жиі қайда болады?

а) мектепте;

б) аулада, көшеде;

в) әлеуметтік желілерде, интернетте;

г) басқа _____

6. Сіздің көзқарасыңыз бойынша, айдап салуға (буллингке) кім жиі ұшырайды?

а) әлсіз және жауап қайтара алмайтын адам;

б) басқалардан айырмашылығы бар адам (сыртқы, физикалық);

в) өз пікірі бар адам

г) басқа _____

7. Сіз педагогтер тарапынан мектеп оқушыларына қысым көрсеткен жағдаймен кездестіңіз бе?

а) иә, жиі

б) иә, бірақ сирек

в) жоқ, кездестірген жоқпын

8. Ересек адамдар айдап салудан қысым көрген балаларға жеткілікті көмек көрсетпейді деп ойлайсыз ба?

- а) иә
- б) жоқ
- в) бұл туралы ойланбадым

9. Сіз қалай ойлайсыз, білім беру ұйымында қысымды болдырмау мүмкін бе?

- а) иә, егер уақытында ересектер байқаса;
- б) иә, егер жәбірленуші өзінің мінез-құлқын өзгертсе;
- в) иә, егер агрессорды жазаласа;
- г) жоқ, ол белгісіз;
- д) басқа _____

10. Сіздің ойыңызша, білім беру ұйымында буллингтің жолын кесуге кім қабілетті?

- а) әкімшілік
- б) педагогикалық ұжым
- в) ата-аналар
- г) оқушылар
- д) басқа _____

Қатысқаныңыз үшін рахмет!

«Сыныптағы жағдай» сауалнамасы

Оқушылардан келесі сұрақтарға жасырын түрде жауап беруін сұрайды:

1. Сіздің сыныбыңызды тату деп атауға бола ма? Неліктен?
2. Сіздің сыныпта психологиялық ахуал ұнайды ма? Неліктен?
3. Сыныпта нақты дос деп атауға болатын адам бар ма?
4. Сынып ішінде сіздің қарым-қатынасыңызды өзгерту керек деп ойлайсыз ба ?
5. Сіз сол мектепте, сол мұғалімдерден, бірақ басқа балалармен оқуға келісесіз бе ? Неліктен?

«Тамаша сыныптастар» сауалнамасы

Оқушыларға бірнеше сөйлемді жазбаша аяқтау ұсынылады. Жасырын түрде жауап беруге болады.

Сұрақтар:

1. Менің ойымша, тамаша сыныптас ұл - бұл...
2. Менің ойымша, тамаша сыныптас қыз - бұл...
3. Бұл сыныптас ұл маған ұнамайды, себебі ол...
4. Бұл сыныптас қыз маған ұнамайды, себебі ол...

Оқушылардың мектеп өміріне қанағаттануын зерттеу сауалнамасы (А. А. Андреев)

Мақсаты: оқушылардың мектеп өміріне қанағаттану деңгейін анықтау.
Оқушыларға ұстанымдарды тыңдап, олардың мазмұнымен келесі шкала бойынша келісу дәрежесін бағалау ұсынылады:

4-нақты келісемін, 3-келісемін, 2-айту қиын 1 - келіспеймін , 0-мүлдем келіспеймін

1. Мен таңертең мектепке қуана барамын
2. Мектепте әдетте жақсы көңіл-күйім болады
3. Біздің сыныптың сынып жетекшісі жақсы адам
4. Біздің мектеп мұғалімдерінен кеңес алуға және өмірлік қиын жағдайда көмек алуға болады.
5. Менің сүйікті ұстазым бар
6. Сыныпта Мен әрқашан өз пікірімді еркін айта аламын
7. Менің ойымша, біздің мектепте менің қабілеттерімді дамыту үшін барлық жағдай жасалған.
8. Менің сүйікті мектеп пәндерім бар
9. Менің ойымша, мектеп мені шын мәнінде дербес өмірге дайындайды.
10. Жазғы каникулда мен мектепті сағынамын.

Нәтижелерді өңдеу

Оқушылардың мектеп өміріне қанағаттану көрсеткіші (К) болып табылды. Барлық оқушылардың жауаптары балдарының жалпы сомасын жауаптардың жалпы санына бөлуден жауабы шығады.

(К) 3 – тен көп - қанағаттанудың жоғары деңгейі;

(К) 2– ден 3-ке дейін - қанағаттанудың орташа дәрежесі;

(К) егер 2-ден аз болса, қанағаттанудың төмен деңгейі.

Одан кейін мектеп өміріне қанағаттанудың жоғары, орташа және төмен деңгейі бар сыныптағы оқушылардың саны есептеледі. Деректер мектеп бойынша жиынтық кестесіне енгізіледі.

Оқушылар арасындағы зорлық-зомбылық мәселесі бойынша ата-аналарға арналған сауалнама

1. Мектептегі зорлық-зомбылық мәселесі бар деп ойлайсыз ба?
2. Сіздің балаңыз қандай зорлық-зомбылық түрлерімен кездесті?
3. Сіздің отбасыңызда зорлық-зомбылық мәселелері талқыланады ма?
4. Оқушылар арасында зорлық-зомбылықтың әртүрлі түрлерінің пайда болуының негізгі себептері неде?
5. Мектептегі зорлық-зомбылықты жеңу мәселелерін шешудің қандай жолдарын ұсынасыз:
А) сыныпта зорлық-зомбылық мәселелерін талқылау
Б) мектептегі тәртіпті күшейту

- В) бақылау мен қадағалауды жақсарту
Г) өз нұсқаңыз

**Ата-аналардың білім беру ұйымының жұмысына қанағаттануын
зерттеу әдістемесі (А. А. Андреев)**

Мақсаты: ата-аналардың білім беру ұйымының және оның педагогикалық ұжымының жұмысына қанағаттанушылық деңгейін анықтау.

Ата-аналарға ұстанымдарды оқып, келесі шкала бойынша олармен келісім дәрежесін бағалау ұсынылады:

4-толығымен келісемін

3-келісемін

2-айту қиын

1-келіспеймін

0 - мүлдем келіспеймін

№	Бекітулер	шкала
1.	Біздің бала оқитын сынып тату деп атауға болады	0 1 2 3 4
2.	Сыныптастарының ортасында біздің бала өзін жайлы сезінеді	0 1 2 3 4
3.	Педагогтер біздің балаңызға мейірімділікпен қарайды	0 1 2 3 4
4.	Біз баланың мектеп әкімшілігімен және мұғалімдерімен қарым-қатынаста өзара түсіністік сезімін сезінеміз	0 1 2 3 4
5.	Біздің бала оқитын сыныпта сынып жетекшісі жақсы	0 1 2 3 4
6.	Педагогтер біздің баланың оқудағы жетістіктерін әділ бағалайды	0 1 2 3 4
7.	Біздің бала шамадан тыс оқу сабақтарымен және үй тапсырмаларымен жүктелмеген	0 1 2 3 4
8.	Мұғалімдер біздің баланың жеке ерекшеліктерін ескереді	0 1 2 3 4
9.	Мектепте балаларға пайдалы және қызықты іс-шаралар өткізіледі	0 1 2 3 4
10.	Мектепте үйірмелер, секциялар жұмыс істейді	0 1 2 3 4
11.	Педагогтер біздің баламызға терең және берік білім береді	0 1 2 3 4
12.	Мектепте біздің баланың физикалық дамуы мен денсаулығына қамқорлық жасалады	0 1 2 3 4
13.	Мектеп баламыздың мінез-құлқын қалыптастыруға лайықты ықпал етеді	0 1 2 3 4
14.	Әкімшілік пен мұғалімдер баламыздың қабілеттерінің дамуына жағдай жасайды	0 1 2 3 4
15.	Мектепте баланы өз бетінше өмір сүруге дайындайды	0 1 2 3 4

Нәтижелерін өңдеу

Ата-аналардың мектеп жұмысына қанағаттануы (Қ) жеке тұлға ретінде анықталады, жалпы жауап санына ата-аналардың барлық жауаптарының балдарының жалпы сомасы бөлінеді.

- (К) 3 – тен көп - қанағаттанудың жоғары деңгейі;
 (К) 2– ден 3- ке дейін - қанағаттанудың орташа деңгейі;
 (К) 2 төмен, қанағаттанудың төмен деңгейі.

Одан кейін жоғары, орта және мектеп өміріне қанағаттанудың төмен деңгейі сыныптағы ата-аналар саны есептеледі. Жиынтық деректер кестеге толтырылады.

Тест «Менің баламда барлығы жақсы ма?»

Менің балам

№		ешқашан немесе сирек	кейде	жиі	өте жиі
1	Ашуланады				
2	Ересектермен бәсекелеспейді				
3	Ересектермен орнатылған талаптарды, ережелерді белсенді қабылдамайды немесе орындаудан бас тартады				
4	Өзін арандатушы ретінде ұстайды және адамдардың әдейі ашу-ызасын келтіреді				
5	Өз қателіктеріне немесе жағымсыз іс-әрекетіне басқаларды кінәлі деп айыптайды				
6	Басқалардың іс-әрекеттері үшін тез ашуланады және ренжігіш				
7	Ашуланғыш және сынға төзімсіз, сөз көтермейді				
8	Мейірімсіз немесе кекшіл				

Егер сіз осы сұрақтардың кем дегенде 4-не «жиі» немесе «өте жиі» деп жауап берсеңіз, онда сізге шындап ойлану қажет. Сіздің балаңыздың мінез-құлқы маңызды мәселенің белгісі болуы мүмкін. Алайда, қорытынды сізді толық қанағаттандыратын жауап бермеуі мүмкін. Сіздің балаңызбен не болып жатқанын білу үшін, үйде және одан тыс оның мінез-құлқын мұқият бақылау керек. Қай жерде, қашан және неге бала өзін агрессивті ұстанады. Сіз байқаған мінез-құлқы қаншалықты маңызды? Ол басқа балалардың не істеп, не айтатынына, құрдастары мен педагогтері туралы қандай пікірге сүйенетінімен қалай байланысты?

Мектеп буллингiнiң алдын алу бойынша жаттығулар мен ойындар

«Алақан» жаттығуы

Мақсаты: басқаға көңіл бөлу және өзінің жақсы қасиетін түсіне білу, өзін-өзі бағалау.

Қажетті құралдар: қағаз және қалам.

Нұсқау: әр адам қағаз бетіне алақанның суретін салады. Ортасына өз атын жазады, әрбір саусақта өзіне ұнайтын нәрсені жазады. Содан кейін парақты оң жақ көршісіне береді, ол 30 секунд ішінде парақтың сыртына сол адамға, яғни, алақан иесінің бойында ұнайтын нәрсе туралы жазады. Осылайша бүкіл шеңбер арқылы жүргізіліп шығады.

«Шатастыру» ойыны

Нұсқау: жүргізуші таңдалады, ол сыртқа шығады. Қалғандары орындарынан тұрып шеңбер құрады, бір-бірлерінің қолынан ұстайды және өзінің орналасқан жерін «шатастырып» әр бағытта өзгертеді. Жүргізушінің міндеті - қатысушылардың шеңберді қайта құратындай етіп орнынан келтіру. Егер тапсырманы орындау тым ұзаққа созылса, жүргізушіге бір жұп қолды ажыратып, осы қатысушыларды қажетті орынға қайтадан ауыстыруға мүмкіндік беріледі.

«Біз немен ұқсаспыз» жаттығуы

Мақсаты: бір қарағанда, кездейсоқ кездескен адамдардың тіл табуы мен өзара түсіністігін көрсету.

Топ жетекшісі қатысушыларды жұптарға бөледі. Жұптың ішінде қатысушыларға ортақ нәрсе табу ұсынылады. Бұл сыртқы келбеті, мүдделері, тұрғылықты жері, тағам құмарлығы және т. б. ерекшеліктері болуы мүмкін. Содан кейін жұптар төрттікке біріктіріледі, олардың ішінде ортақ қасиеттер іздестіріледі. Одан әрі сегіз адамнан тұратын топтар құрып, ойынды қайталауға болады.

«Менің мықты жақтарым» жаттығуы.

Педагог-психологтің нұсқауы: «Әр қайсыңыздың күшті жақтарыңыз бар, өзіңізді бағалай білесіз. Бұл қасиетіңіз сізге өз күштеріңізге деген сенімділік және ішкі бостандық сезімдерін береді. Парақ бетінің бірінші бағанына өзіңіздің күшті жақтарыңызды жазыңыз. Ал екінші бағанға өзіңізге тән емес, алайда өз бойыңызда дамытқыңыз келетін қасиеттерді сипаттап жазыңыз. Тізімді жасауға сізге 5 минут уақыт беріледі.

Содан кейін барлығы үлкен шеңбер құрып отырып әрбір қатысушы өз тізімін оқиды және сипаттап айтып береді. Әр қатысушыға сөйлеуге 2 минут уақыт беріледі. Тыңдаушылар кейбір деректерді нақтылауды және толықтыруды сұрауы мүмкін, бірақ өз пікірлерін қоса білдіруге болмайды.

Сіз сол қасиеттердің мықты жағы екенін түсіндіруге міндетті емессіз. Оған сіздің өзіңіздің сенімді болғаныңыз жеткілікті.

Ескерту. Шеңберде талқылауды қатысушылар саны көп болғанда – 7-8 адамнан тұратын топтарда өткізген жөн. Соңында ұжымдық пікірталасты өткізу керек, пікірде болған жалпы жаттығуды орындау кезінде әр адамның бастан кешкен сезімдеріне назар аудару қажет.

«Басқа адамға жағымды сөз айтқым келеді» жаттығуы

Нұсқаулық. Бөлмеге кезекпен кірген қатысушыларға алдымен басқа қатысушыларды мақтап, содан кейін өзін мақтау ұсынылады. Тапсырманы орындау барысында педагог-психолог қоршаған ортада оң реакция тудырған мақтауға назар аударады. Содан кейін қатысушыларға өздерін мақтаған кезде не сезінгенін, не ұнағаны туралы айтып беру ұсынады: өз атына мақтауды тыңдау немесе басқасын мақтау қалай әсер еткені туралы пікірлерін айтады.

Соңында қатысушылар достарын, таныстарын және тіпті бейтаныс адамдарды да мақтауы керек.

«Бізде таңдау бар» жаттығуы

Ескерту. Педагог-психолог қатысушыларда өмірде жиі таңдауға тура келетіндігі, кейде бұл өте қиын таңдау болатындығы туралы пікірді қалыптастыруы керек. Біз әрқашан өзіміз қалайтын және ұнайтын нәрсені жасай алмаймыз. Буллингке қатысты күш көрсете отырып, қорқытып, ұрып-соғып қол жеткізу оңайырақ және конструктивті – бейбіт уағдаласу (келісімге келу) әлдеқайда қиын.

Педагог-психологтің нұсқауы: «Таныс емес қалада достарыңыз, ата-аналарыңызсыз, туыстарыңыздың болмайтынын елестетіңіз. Сізде тұрғын үй, жұмыс жоқ, бірақ алғашқы күндерге өте аз ақша бар. Сізге аман қалу үшін әрекет ету алгоритмін анықтау қажет. Мен сіздерге көмек берейін. Сізге ақша қажет және сіз оларды жұмыс жасап ала аласыз, алайда сізде білім жоқ».

Ары қарай қатысушыларға 30 минут ішінде жазбаша сұрақтарға жауап беру ұсынылады:

Сіз қай қалада немесе қай елде тұрасыз?

Қазір жылдың қай мезгілі?

Сіз не істеуді жоспарлап отырсыз? Сіздің іс- әрекетіңіз қандай?

Сіз не істей аласыз? (Жұмыс түрлерінің тізімін жасаңыз.)

Содан кейін не болады?

Барлығына жауап бергеннен кейін талқылау өтеді. Қосалқы жұмыстар – бұл уақытша табыс, ал жалпы оқу керек деген қорытынды жасалады. Бірақ ең алдымен таңдауды анықтау үшін сізге өз мүмкіндіктеріңіз бен қабілеттеріңізді жете анықтау қажет.

«Кемелер мен жартастар» жаттығуы

Мақсаты: шиеленісті шешу, қарым-қатынас дағдыларын дамыту, өзара түсіністік деңгейін арттыру.

Ойыншылардың жартысы – «кемелер», жартысы – «жартастар». «Жартастар» еденге отырғызылады, «кемелер» көзді жабады және бөлмеде ретсіз қозғалады. «Кеме» жақындағанда «жартас» толқындар тасқа домалайтын дыбыс шығарады. «Жартастың» мақсаты – «кеменің құлауына» жол бермеу. Содан кейін ойнайтындардың рөлдері ауысады.

«Патша» ойыны

Педагог-психологтің сөзі:

«Кім бір кездері патша болуды армандады? Патша болған адам қандай артықшылыққа ие болады? Бұл қандай қиындықтар әкеледі? Сіз қайырымды патшаның қайырымсыз патшадан айырмашылығын қандай екенін білесіз бе? Мен сізге патша болу ойынын ұсынғым келеді. Әрине, мәңгі емес, тек он минутқа ғана».

Ойыншылар Патшаны анықтайды. Қалған қатысушылар, қызметшілер, олар бұйрық берген барлық нәрсені істеу керек. Патша басқа қатысушыларды ренжітетін немесе қорлайтын бұйрықтар беруге құқығы жоқ. Мысалы, ол қызметкерлерге жұмсайтын, қолына су құю, иілу, су әкеліп беру сияқты бұйрықтар беруіне болады. Басқару уақыты аяқталған кезде қатысушылар топқа жиналып ойынан алынған нәтижені талқылайды. Ол келесі жолы патша болатын адамның қайырымды патша болу мүмкіндіктерін қайта қарауға көмектеседі.

Талқылау сұрақтары:

- Патша болған кезде өзіңізді қалай сезіндіңіз?
- Бұл рөлде сізге не ұнады?
- Айналаңыздағыларға бұйрық беру оңай болды ма?
- Қызметші болған кезде не сезіндіңіз?
- Патшаның тілеуін орындау оңай болды ма?
- Патша Асқар (Мәди) болғанда, ол сен үшін мейірімді немесе зұлым патша болды ма?
- Қайырымды патша өз тілектерін орындай алды ма?

«Аяқталмаған сөйлемдер - жауапкершілік» жаттығуы

Мақсаты: өзіне немесе басқаларға жауапкершілік сезімін білдіре отырып, түсінуге көмектесу. Ұсыныстар айтылып жазылады; үзіліс кезінде қатысушылар бұл ұсыныстарды аяқтау керек; бірінші реакция ең дұрыс деп саналады; егер қандай да бір ұсыныс сәйкес келмесе, оны қабылдамауға болады; соңында барлығын аяқтау үшін біраз уақыт береді.

- Мен үшін жауапты болу дегенді білдіреді ...
- Кейбір адамдар басқаларға қарағанда жауапты – бұл кейбір адамдар...

- Жауапсыз адамдар – бұл
- Мен басқаларға деген жауапкершілігімді білдіремін....
- Мен жауапты адамды білемін...
- Менің жауапкершілігім қаншалықты күшті болса, соғұрлым менде көп...
- Мен басқа үшін жауапты болуға қорқамын...
- Өзіне қатысты жауапты болу – бұл...
- Мен жауаптымын...

Жұптармен шеңберде талқылау жүргізіледі. Жүргізуші қатысушылардың көзқарастарын анықтауға және өз сезімдерін, ойларын, әрекеттері үшін жауапкершілік дәрежесін түсінуге көмектеседі. Талқылауды өткізу кезінде қатысушыларға екі позицияның артықшылықтары мен кемшіліктерін сезінуге болады: «өзгелер үшін жауапкершілік» және «басқаларға жауапты қарым-қатынас». Төменде келтірілген мысалдар осы мәселеде жетекшілік етуге көмектеседі.

1. Мен басқаларға жауапкершілікті сезінген кезде, мен... (түзетемін, қорғаймын, құтқарамын, бақылаймын, олардың сезімін қабылдаймын...).
2. Жауапкершілікті сезіне отырып, мені алаңдатты... (шешімдер, егжей-тегжейлі мәселелер, жауаптар, мән-жайлар, қателеспеу үшін орындау...).
3. Басқаларға жауапты қарым-қатынас көрсете отырып, мен... (эмпатия (мазасыздану, сезімдерді түсіну), көңіл көтеремін, бөлісемін, жанжалдасу, тыңдаймын...).
4. Мен көмекші/жолсерік, т.б. басқаға жол көрсетушімін.
5. Менің ойымша, адам өзі үшін және өз іс-әрекеттері үшін жауап береді.
6. Мен адамдарға сенемін және олар қандай болса да қабылдаймын.

«Бір жағдай - үш шығу жолы» жаттығуы

Педагог-психологтің сөзі: Жағымсыз жағдайға түскенде қайсыларыңызда төмендегідей ой болды: «Неге мен басқаша айтпадым?», «Неге мен басқаша жасамадым?». Қандайда бір мәселеге дұрыс жолды таңдамағаныңызды түсіну немесе қатеңізді мойындау әдетте қиын. Болашақта осындай жағайларға жол бермеу үшін алдын ала дайындалуға болады ма?

Нұсқаулық. Жаттығу өз бетінше жұмыс істеуден басталады, топпен және рөлдік ойынмен жалғасады және жалпы талқылаумен аяқталады.

Орындау тәртібі

1. Педагог-психолог қатысушыларды жақын арада бастан кешкен және өзі қалайтын жағдайды еске түсіруді сұрайды (қағазға жазуға болады) 5 минут.
2. Қатысушылар шағын топтарға бөлінеді. Олардың әрқайсысы қандай да бір жағдаймен жұмыс істейді. Топтарда жұмыс істеу келесі үш бағытқа бағдарланады:

Бұл жағдайда ең ықтимал реакция қандай?

Бұл жағдайда ең арандатушы, қақтығысты шиеленістіретін реакция қандай?

Бұл жағдайда ең оңтайлы реакция қандай?

Нақты жағдайда қатысушылар үшін релевантты реакция оңтайлы болуы тиіс. Ол міндетті түрде анықтау бойынша оңтайлы болмайды. Топтар рөлдік ойында сипатталған баламаларды жеңеді. Егер ең ықтимал реакция ең арандатушылықпен сәйкес келсе, екі баламаға (20 минут) уақыт жеткілікті.

3. Педагог-психолог көрсету үшін кейбір баламаларды таңдайды. Бір-біріне жағдай жасау үшін екі топтарды біріктіруге болады (10 минут).

Сұрақтар мен талдаулар:

Қақтығысқа балама реакциялар арасындағы айырмашылық неде?

Не нәтиже берді және неге?

Сізге реакциялар таныс па, жоқ па?

Ең ықтимал, ең арандатушы және ең оңтайлы реакцияны қалай жиі байқауға болады?

Ең ықтимал реакция «жұмыс істемейтін», «ештеңе шешпейтін» болады. Егер топ ең ықтимал реакция – жағдайдағы ең жақсы таңдау деп есептесе, жүргізуші қатысушыларды оны жақсы жасайтын факторлар туралы қосымша сұрай алады.

Қандай дағдыларды, стратегияларды біз қандай да бір жағдайда ең арандатушы реакцияны болдырмау үшін пайдаланамыз?

«Дөрекі» жаттығуы

Педагог-психологтің нұсқауы: «Сіз буфетте кезекте тұрасыз және кенеттен сіздің алдыңызда біреу «басып кіреді!» Жағдай өміршең, себебі көп жағдайда өз ренішін білдіру үшін айтарға сөз жоқ. Иә, тіпті ондай адамның бассыздығын басуға сөз де табылмайды. Дегенмен, не істеу керек? Өйткені, мұндай жағдайлар сөзсіз болуы мүмкін. Бұл жағдайды талдауға тырысамыз. Жұптарға бөлінеміз. Әр жұппен сол жақта тәртіпті түрде кезекте тұрған жан, ал оң жақта «бассыз» тап береді. Осы жағдайға бассыздық жасаған жанның ынтасын басу үшін өз пікіріңізді білдіріңіз. Бастаймыз!

Енді рөлдерді ауыстырыңыз.

Ал енді осы жағдайда ең жақсы жауап үшін байқау өткізейік.

«Арқадағы сезім» жаттығуы

Жаттығу үнсіз орындалады. Жаттықтырушы әрбір қатысушының арқасына сезімнің аты жазылған карточканы (тізімнен) береді. Мимика және қимыл арқылы, сөзсіз, қатысушылар бір-біріне карточкада қандай сезім жазылғанын түсінуге көмектесуі тиіс. Егер қатысушы өз сезімінің атауын білсе, ол орындыққа отырып басқаларға көмектеседі. Содан кейін әрбір қатысушы шеңбер бойымен тапқан сезім туралы ой бөліседі және

оны табу үшін қандай пантомимика көмектескенін айтады. Бұл адамнан бұл сезімді тағыда бейнелеп көрсетуді сұрауға болады. Талқылау.
Басқа адамның қандай сезім туралы сипаттағанын түсіну оңай ма?
Оның мінез-құлқында не көмектеседі, не кедергі келтіреді?
Сезім білдіру оңай ма?
Оң және теріс сезімдер көрінісінде айырмашылықтар бар ма?

«Әлемге деген қарым – қатынас» жаттығуы

Нұсқаулық. Қатысушылар жұптарға бөлініп, үстелге бір-біріне қарсы отырады. Үстелде олардың арасында екі парақ қағаз және қарындаш бар.

Педагог-психологтің сөзі: «ережеге сәйкес: Әлем сізге қандай қатынаста болса, сіздің де әлемде қатынасыңыз сондай. Сіз өзіңіздің көңіл-күйіңіз, сезімдеріңіз, эмоцияларыңыз туралы ойланыңыз. Біз тыныш, үрейленгіш, мейірімді және кейде зұлым, агрессивті боламыз; бір-бірімізге мұқият боламыз, ал кейде өзімізді жойып қорлаймыз. Сіз үшін ерекше болған осы маңызды жағдайлардың біріне тоқталыңыз. Ол туралы ойлаңыз, оны сезіңіз».

Одан әрі жұптың біреуіне қарындаш көмегімен қағаз бетінде өз жағдайын білдіру ұсынылады. Екінші адамның міндеті серіктестің жағдайын сезініп оның жағдайын қарындаштардың көмегімен қағаз бетінде көрсету (5 минут). Содан кейін қатысушылар рөлдермен ауысады.

Сұрақтар мен талдаулар:

Сіз өз жай-күйіңізді ойлаған кезде, сіздің ойыңызға не келді?

Сіздің көңіл-күйіңіз қағазға сурет саларда қандай болды, сіздің серіктесіңізге қалай әсер етті?

Көңіл-күйіңізді білдіру үшін қандай түстерді, пішіндер мен таңбаларды қолдандыңыз?

Әртүрлі жағдайларға деген өз әрекетіңізге талдау жасап көріңіз. Неге басқаша емес?

Егер біздің жағдайымыз өзгерсе, әлем қалай өзгереді?

«Қарама-қарсы жұптар» жаттығуы

Педагог-психологтің нұсқауы: «бүкіл әлем қарама-қайшылықтардан тұрады: қара мен ақтың, күн мен түннің, жақсылық пен жамандықтың күресі. Біздің әрқайсымыздың бойымызда да қарама-қайшылықтар бар. Енді қазір «агрессивті – мейірімді» қарама-қайшылық жұптарына тоқталайық. Әрқайсыңыз ватман парағын алыңыз. Парақты қабырғаға ұстап, бір-біріңізге көмектесіп, өз бейнеңізді мойныңыздан бастап сұлбасын сызыңыз. Ватманды бұрып, силуэтті екінші жағынан қайталаңыз. Ватманның бір жағы – «мен агрессивті», екіншісі – «мен мейірімді» деп аталсын. Журналдарды, қарындаштарды, маркерлерді пайдалана отырып, осы қарама-қайшылықтарды өзіңізде толық жеткізе алатындай етіп сіздің бейнеңізді толтырыңыз. Дайын жұмысты костюмнің бір бөлігі ретінде киіп, жіптің қажетті ұзындығын кесіп, оны силуэттің жоғарғы жағына

бекітіңіз. Енді қаласаңыз, сіз мейірімді немесе агрессивті костюмде бола аласыз. «Костюм» киіп, осы қарама-қайшылықтарды білдіруге болатын музыкалық аспаптарды таңдаңыз. (Мүмкін болса, музыкалық фрагменттерді пайдалануға болады, бірақ бұл ұзақ.) «Костюмге» барыңыз өзіңізді бір қырыңыздан және басқа жағынан, мейірімділік қалай қозғалады, сосын агрессивті адамдар ретінде қозғалып көріңіз. Қолдар мен аяқтар қандай қозғалыстар жасайды. Бет, жүрісте не өзгереді? Одан әрі қарама-қайшылықтардың тұсаукесері өтеді: әрбір жасөспірім, бір жағының бірін қолданып, оның сұлбасын қалай толтырғанын, қандай да бір түстер мен символдарды неге пайдаланғанын айтады. Музыкалық аспаптармен қарама-қайшылықтарды дыбыстайды және тән қимылдарды көрсетеді немесе олар туралы айтады. Педагог-психолог анықтау сұрақтарын қоя отырып көмектеседі.

Талқылау үшін сұрақтар:

Бұл жұмыста ең күрделі не болды?

Әлемге қарама-қарсылық не үшін қажет және олар бізге не береді?

Бір жағы басым болса, адамдарда қандай өзгеріс болады?

Екі жағын біріктіретін түстер немесе таңбалар бар ма?

Агрессивті адам мейірімді болуды, ал мейірімді адам агрессивті болудан қалай қорғануды үйренеді?

«Таңба» жаттығуы

Басып шығару: «жалқау», «қатыгез», «жолы болмайтын адам», «немқұрайлы», «еріншек», «топас», «жауапсыз», «жеңілтек», «тұрақсыз», «төбелесқор», «қыдырымпаз». Қатысушыларға кездейсоқ түрде таратылады.

Талқылау үшін сұрақтар:

Балалар, сіздерге мұндай жапсырма ұнайды ма? Неліктен?

Сіз одан құтылғыңыз келе ме? Неліктен?

Қазір мен сізге «ақылды», «әдемі», «талантты», «қайырымды», «адал», «белсенді», «білімді», «эрудит» жапсырмаларын таратамын.

Талқылау үшін сұрақтар:

Сіз қандай сезімдесіз, сіздің әсеріңіз?

Нақты өмірде «жапсырмалар» бар ма?

Басқа адамдар туралы сіздің пікіріңіз әрдайым шынайы ма?

ОҚУШЫЛАРҒА АРНАЛҒАН САБАҚТАР

Тақырыбы «Буллинг: бірге жеңеміз» 1-4 сынып оқушыларына арналған сабақтар

Тапсырмалар:

1. Сыныптастар арасындағы қарым-қатынас туралы оқушылардың білімін жинақтау;
2. Ұжымда мейірімді және сенімді қарым-қатынас құру, кикілжің мен жанжалдардан аулақ болу біліктіліктерін талдау;
3. Ынтымақтастық және бірлесіп әрекет ету дағдыларын дамыту үшін қолайлы жағдай жасау.

Мақсаты:

Тәрбие:

1. Буллинг, агрессия және т. б. сияқты ұғымдарға балалардың жағымсыз көзқарасын қалыптастыруды жалғастыру;
2. Құрдастары мен ересек адамдармен толерантты қарым-қатынас жасай білуге үйрету; айдап салудан шығу жолдарын табу біліктілігін қалыптастыру;

Дамытушы: зорлық-зомбылықтың кез келген түріне төзбеушілік сияқты, адамдарға деген шыдамдылықты, қайырымдылықты, аяушылықты, адамгершілік қасиеттерді дамыту.

Құрал жабдықтар: Демонстрациялық көрнекіліктер мен үлестіруші материалдар: қағаз, қалам, қарындаш.

1 кезең. Ұйымдастыру сәті (жұмысқа көңіл қою).

Мұғалім: - Сәлеметсіздер ме, балалар! Бүгін қандай керемет күн екенін қараңыздар! Біздің сыныпқа жағымды көңіл-күй жасайық. Ал біз барлығымыз көршімізге бұрылып, оған күлімсіреп, бір – бірімізге сәттілік тілейік!

- Біздің сынып сағатымыздың ұраны: «достарыңмен бірге өмір сүріңдер, достарыңмен дос болыңдар»

- Бүгін біз сіздермен адамдар арасындағы түсініспеушілікке және бізді қатыгез, шыдамсыз, агрессивті болуға не итермелейді деген сұрақтармен әңгімелесетін боламыз.

- Мұғалім сұрақ қояды, ал оқушылар оң және теріс жауап бере отырып, тұрады және отырады.

Кім әзілді жақсы көреді?

Кім бір кездері достарымен қалжыңдасты?

Кім қалжыңдасқанды ұнатпайды?

Кім лақап атқа ие болды?

Біреуді ренжіткен кезде кім кешірім сұрады?

Кім бәсекелескенде шындықтан бас тартты?

«Ренжіген адамның арқасында су тасиды» деген пікірмен кім келіседі?

Сабақтың тақырыбына кіріспе:

а) «Адалдық парағын» толтыру (әрбір бала әр сынып сағатында оны не мазалайтынын, не туралы уайымдайтынын жазады, мүмкін бірдеңе қателік жасаған немесе кешірім сұрағысы келеді. Бұл мұғалім мен бала арасында құпия болып қалады.)

- Бұрын сіздердің араларыңызда басқа балалардың сіздерден теріс айналғаны, өз тобына қабылдамаған және ойнағысы келмеген кездер болды ма?

- Мұндай жағдайларда не істедік?

б) «Шындық немесе іс-әрекет» ойыны (балалардан «адалдық парақшасында» мәселеге байланысты жазғандарын сұраймын).

- Егер бір адамды топқа үнемі қабылдасам, не болады? (балалардың жауаптары) Қазір сіздерде қысқаша мағлұмат болу керек. Бірақ, мен бірден ескертемін, мағлұмат жеңіл болмау керек.

в) "Шығуға тырысыңыз" ойыны

- Қолтықтасып үлкен шеңберге тұрыңдар. Бір оқушы шеңберде қалып, шеңберден шығуға тырысу керек. Ол сәтті болғаннан кейін, келесі айналымға кіріп, одан шығуға тырысу керек. Кез-келген сәтте қолыңызды босатуға тырысады және сыныптасын босату ешқандай қиындық туғызбайды, бұл тым оңай.

Ешкімге зардап келтірмеу үшін абай болыңыз!.

(Мақсаты: Балалар бұл ойында әсіресе агрессивті мінез-құлықты, немесе құрбандықты көрсете отырып, қандай да бір себеппен өздерін бас тартқандарын сезінетінін, тианның рөлін атқаруға бейім екенін көрсетеді. Ойын оларға өз сезімдерін талдауға және осындай жағдайларда сындарлы мінез-құлықтың жақсы жақтарын талқылауға көмектеседі).

Рефлексия жаттығулар (сұрақ үлгілері).

- Шеңбер ортасында өзіңізді қалай сезіндіңіз?
- Шеңберден шығуға тырысқан кезде не сезіндіңіз?
- Бұл өзіңізде болғанда Сіз қалай сезіндіңіз?
- Шеңбердің бір бөлігі болған кезде не сезіндіңіз?
- Шеңбердің ортасында болғың келді ме? Неліктен?
- Сіз шеңберден шығару үшін қандай дәлелдер келтірдіңіз?
- Сен үшін ең қиын не болды?

Мұғалім: - Балалар мен сіздерге ертегіден үзінді оқимын, ал сіздер ертегінің атын табасыздар.

Ертеде бір патшалықта, бір мемлекетте ата мен апа өмір сүрді және олардың үш ұлы болды. Кішісі Иванушка деп аталды. Олар ерінбей егістікті жыртып, бидай сеуіп, күні-түні еңбек етті. Сол патшалықта-мемлекетте бір күні айдаһардың олардың жеріне шабуылдап, барлық адамдарды жойып, қала-ауылдарға от жандырдырып келе жатқандығы туралы хабар тарады. Ал ұлдары оларды жұбатуға тырысты:

- «Қорықпаңыз, әкешім, анашым! Біз айдаһардың көзін жоямыз. Ал сіздер жалғыз болмасын деп, сіздермен Иванушка қалады, төбелеске қарсы тұру үшін ол әлі де жас» - дейді.
- «Жоқ, мен үйде қалмаймын, сізді күтемін, мен де барамын және мен айдаһармен соғысамын!»- дейді кіші Иван. Кемпір мен шал балаларын райынан қайтарғысы келмей, ұлдарын ұзақ жолға дайындай бастады. Інілері болаттан жасалған қылыш пен нан-тұздарын алып, атқа мініп жүріп кетеді.

Сұрақтар:

- Ертегінің атауын кім атай алады ? (Иван шаруаның ұлы және айдаһар);
- Ал одан әрі не болғанын еске түсірейік. Сіз бұл ертегіні өте жақсы есте сақтаңыз. Ағайындардың Иванға қарым-қатынасы қалай болды? (балалардың жауаптары).
- Сіз қалай ойлайсыз, неге? (балалардың жауаптары).
- Олар онымен ойнады деп айтуға болады ма? Ал әзіл зұлымдық? Орыс халық ертегілерін оқысақ, бұл кейіпкер жиі кездеседі. Оның үстіне әзіл, күлкілі, оны қорлайтын лақап деп атайды. Ол шын мәнінде мұндай ақымақ па? (балалардың жауаптары).
- Оған әр түрлі қиын жағдайдан шығуға не көмектеседі?

(тапқырлық, зеректілік, әзіл сезімі, айналасындағыларға мейірімді қарым-қатынас және т. б.)

- Орыс халық шығармашылығында адамдар, отбасы, достар арасындағы қатыгез қарым-қатынас өте аз. Керісінше, барлық бұл шығармалар бізге достықты қастерлеуге, сыйлауға, кішілерге қамқор немесе сол мұқтаж жандарға қолдау және көмек көрсету болып табылады. Неге бұлай? (балалардың жауаптары)

- Біздің халқымыз өте мейірімді, рухани бай. (Иван ақымақ емес, өте батыл, мейірімді адам, ол өзінің тапқырлығының, шешімділігінің, батылдықтың арқасында жауды жеңеді және көптеген достар табады).

3. Топтық жұмыс

- Қазір топпен жұмыс жасаймыз. Топтарда жұмыстың негізгі ережелерін еске түсірейік. Осы ереже-жадынамалар сіздің үстеліңізде жатыр.

Бірігіп жұмыс жасау.

Өз пікірін асықпай айту.

Басқаның ойын сабырмен тыңдау.

Бір-бірінің сөзін бөлмеу.

Тыныш сөйлесу.

- екі парақ қағаз алып, нөмірлеңіз (№1, № 2). Оң қолыңызға сіздің көңіл-күйіңізге сай келетін қарындашты алыңыз (қарындаш, сіздің өзіңзді байланыстыратын түс болуы мүмкін). Сол қолыңызға жақтырмайтын адамға байланысты қарындаш түсін таңдаңыз. Сіз сызықтарды,

шеңберлерді, өрнектерді немесе суретті, жалпы алғанда, жанжал туралы бейнелегіңіз келетін картина салыңыз.

- Көзіңізді жұмыңыз және музыка басталғанда, сіз екі қолмен қағазға сурет саласыз. (2мин.) Сіз түсетін шиеленісті, уақыт өте келе немесе ұрысатын адам тәрізді жағдайды еске түсіріңіз. Біз жиі «Қанға қан, жанға жан» принцип бойынша өз проблемамызды шешуге тырысамыз. Біреу бізді ренжітсе, біз одан да күшті ренжітеміз. Егер біреу бізге қауіп төндірсе, біз де біреуге қауіп төндіреміз. Осылайша, біз тек өзіміздің қақтығысымызды күшейтеміз.

- Содан кейін қарындаштарды орындармен ауыстырыңыз (қарындашты, оң қолдағын сол қолға және керісінше сол қолдағын оң қолға) және №2 параққа сурет салуды жалғастырыңыз. (2мин.) Көптеген жағдайларда осы қақтығыстың туындауына өз жауапкершілігіңізді мойындау және татуласу белгісіне қолын беру, бір қадам артқа қарай жасау, әлдеқайда пайдалы. Сондай-ақ, кез келген жанжал жағдайында басқа адамның ұстанымы туралы ойласа жақсы болар еді.

Әрбір баланың өз суретін көрсете алуы маңызды, ал сіз оны дұрыс бағалағаныңыз маңызды: балалардың осындай сурет салуы — өз сезімдерін байқап, егер мүмкін болса - қақтығыстан шығу жолдарын түсінуі үшін өте маңызды.

Қорытынды:

- Балалар, сіздер әрқашан сіздердің жандарыңыздан табылатын достарыңызға, аналарыңызға, таныстарыңызға және қарапайым адамдарға олар үшін не маңызды, оларды не ренжітуі мүмкін, оларға ең бастысы не қажет екенін үйреніңіздер. Өз кемшіліктеріңізді жеңу үшін жақсы болу керек. Сізге көмектесетін достарыңыз, ата-аналарыңыз, мұғалімдер, ең бастысы – кітаптар.

Рефлексия:

- Сабақта не ұнады?
- Сабаққа біздің қарым-қатынастан өзіңіз үшін не алуға болады?
- Бір сөзбен айтқанда, өзіңіздің сабақтағы жағдайыңызды бағалаңыз?

«Керемет күн үшін рахмет»

- Үлкен шеңберге тұрыңыздар. Біз кезекпен бір-бірімізге бұрылып, күлімсіреп, қолымызды қысамыз: «Тамаша күн үшін рахмет!»

Әдебиеттер тізімі:

1. Мектепте жұмыс істейтін мұғалімдер мен басқа мамандарға арналған буллинг жағдайларының жиілігін төмендету бойынша әдістемелік ұсынымдар («Перекресток» жасөспірімдерді әлеуметтік-психологиялық бейімдеу және дамыту басқармасы, Мәскеу, 2013).

2. «Мектептегі қысым», Людмила Петрановская.

ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ САҒАТ
Тақырыбы: «Буллинг және оған қарсы тұру».
5-8 сынып оқушылары үшін

Сабақтың барысы

1. «Буллинг дегеніміз не?» («Мектеп буллингі» роликті көрсету) - сабақта не туралы әңгіме болады? (қатыгездік).
2. **Миға шабуыл: «Буллинг дегеніміз не?»**
Кім осы бала сияқты өтінішін айта алады? Қолдарыңызды көтеріңіздер. Неліктен?

Буллинг - балалардың бір немесе топтар тарапынан екінші балаға (басқа балаларға) тән физикалық (немесе) психикалық, саналы қатал қарым-қатынастың ұзақ процесі.

Дэвид Лейн және Эндрю Миллер

Буллинг (bullying, ағылшын тілінен bully - бұзақы, төбелескіш, дөрекі, зорлаушы) скандинавия және ағылшын тілді елдерде ретінде анықталады қудалау, кемсіту, қысым дегенді білдіреді. Эндрю Миллер буллинг – балалардың бір немесе топтар тарапынан екінші балаға (басқа балаларға) тән физикалық (немесе) психикалық, саналы қатал қарым-қатынастың ұзақ процесі ретінде анықтайды.

Буллинг - жаһандық және ауқымды құбылыс. KidsPoll Интернет-сайтының сұрақтарына жауап берген 1 200 баланың айтуынша, буллинктің 48%-ы, оның ішінде 15%-ы - бірнеше рет, ал өздері 42% - ы айналысты, оның 20%-ы бірнеше рет. «Википедия» халық Интернет энциклопедиясында баяндалған зерттеушілердің пікірінше, буллинг төрт негізгі компонентті қамтиды:

1. Бұл агрессивті және жағымсыз мінез-құлық.
2. Ол үнемі жүзеге асырылады.
3. Ол қатысушыларға бірдей билікте бола алмайды.
4. Бұл қасақана жасалынатын мінез-құлық.

3. Буллинктің ықтимал себептерін анықтау:

1. кек;
2. қызғаныш;
3. жағымсыз сезім;
4. әділдікті қалпына келтіру;
5. билік үшін күрес;
6. көшбасшыға бағыну;
7. қарсыласты бейтараптандыру;
8. өзін-өзі бекіту және т. б.

4.Сіз қалай ойлайсыз, қандай формалар пайдаланылуы мүмкін?!

Буллинг формасының кластерін құру.

Мектеп буллингін екі түрге бөлуге болады:

1. **Физикалық мектеп буллингі** - қасақана итерулер, соққылар, ұрып-соғу басқа да дене жарақаттарын салу және т. б.;
2. **Психологиялық мектеп буллингі** - ауызша қорлау немесе қорқыту жолымен психологиялық жарақат келтіретін, психикаға әсер етумен байланысты зорлық-зомбылық, соңына түсу, қорқыту, оларға қасақана эмоциялық сенімсіздік келтірілетін әрекеттер жасау. Бұл нысанға жатқызуға болады:

Психологиялық буллинг түрлері:

- **Вербальды буллинг**, негізгі қаруы - дауыс (құрбандыққа, шақыруға, мазасыздануға, қорлауға, есту арқылы қорлау және т. б. тарайды);
 - **Қорлау немесе әрекеттер** (мысалы, зардап шегушіге немесе оның бағытына қастандық);
 - **Қорқыту** (құрбанды бірдеңе жасауға немесе жасамауға мәжбүр ету үшін дененің тілдік агрессиясын және дауыс интонациясын пайдалану);
 - **Оқшаулау** (жәбірленушіні қасақана оқшаулайды, оқушылардың бір бөлігі немесе барлық сыныбы елемейді);
 - **Әлімжеттілік** (ақша, тамақ, өзге де заттар, қандай да бір нәрселерді ұрлауға мәжбүр ету);
 - **Мүлікке зақым келтіру және өзге де әрекеттер** (құрбанның жеке заттарын ұрлау, тонау, жасыру);
 - **Мектеп кибербуллингі** – ұялы телефондардың, интернеттің, өзге де электрондық құрылғылардың көмегімен кемсіту (бір мәнді емес суреттер мен фотосуреттерді жіберу, дыбыстарды жіберу, тарату және т.б.).
1. «Чучело» к/ф роликтерін көру».
 - Роликті көргенде сіз қандай сезімде болдыңыз?
 - Болған қатысушыларға сіздің көзқарасыңыз.

Буллингқа қатысушылар

- **Буллерлар**
Клиникалық тұрғыдан алғанда, қысымның бастамашылары мінезінде нацистік белгілері бар балалар. Нацистің негізгі ерекшелігі– билікке ұмтылу, басқалардың есебінен өзін-өзі бекіту.
- **Буллинг құрбандары**
Буллингтің құрбандары, ерік жігері төмен, иліккіш, әдетте сезімтал және өзіне төтеп бере алмайтын балалар.
- **Көрермендер (бақылаушылар)**
Мектеп жағдайында буллингтің негізгі бөлігі – бақылаушылар. Олар сондай-ақ алынған тәжірибені түсіну үшін елеулі көмекті қажет етеді.

2. Буллингке ұшыраған балаға көмек көрсету стратегиясын әзірлеу үшін оқушыларға берілетін тапсырма. (ұсыныстар)

«Жылан» аңызы

Ертеде керемет жылан өмір сүрді, ол улы және зұлым жылан болды. Бір күні ол данаға жолығып, оның қайырымдылығына таң қалып, өзінің ашуын жоғалтты. Данышпан оған адамдарды ренжітуді тоқтатуға кеңес берді және жылан біреуге зиян келтірмей, қарапайым өмір сүруді шешті. Бірақ адамдар жыланның қауіпті емес екенін білгеннен кейін, олар оған тастарды лақтырып, оны құйрығынан тартып, қорлай бастады. Бұл жылан үшін ауыр кезең болды. Данышпан не болып жатқанын көріп, жыланның шағымын тыңдап, былай деді: «Қымбаттым, адамдарға уайым-қайғы мен жарақат әкелмеуіңді сұрадым. Бірақ мен оларды ешқашан қорқытып, дыбыс шығарма деген жоқпын».

Мораль: жаман адамға немесе жауға өзіңіздің зұлымдыққа қарсы тұра білетіндігіңізді білдірудің ешқандай әбестігі жоқ. Тек ол әрекетті жасағанда абай болыңыз. Сондай-ақ жамандық тудырмай, зұлымдыққа қарсы тұра білуді үйреніңіз.

Буллингтің құрбаны болған балаға көмек көрсету үшін қайда хабарласуға болады

«Екі дос» әңгімесі

Бір күні екі дос ренжісіп қалып, біреуі екіншісін ұрды. Соңғысы, ауырсынуды сезіп, бірақ ештеңе айтпай, «Бүгін менің ең жақсы досым маған шапалақ берді», - деп құмға жазды. Олар әрі қарай сапарын жалғастырды және шомылмақ болып көлге келді. Шапалақ алған досы суға батып кете жаздады, ал досы оны құтқарды. Суға кете жаздаған жаздаған досы өз-өзіне келген соң тасқа: «Бүгін менің ең жақын досым менің өмірімді сақтап қалды», деп жазды.

Досын ұрған, содан кейін судан құтқарған досы:

- Мен сені ренжіткенде, сен құмға жаздың, ал енді сен ризашылығыңды тасқа жаздың. Неліктен?,- деп сұрады.

Бұл сұраққа досы былай жауап берді: - Біреу бізді ренжітсе, біз оны желмен жою үшін құмға жазуымыз керек. Бірақ біреу жақсы нәрсе жасағанда, біз ешқандай жел оны өшіре алмау үшін мәңгілікке тасқа қашап жазуымыз қажет.

Әрине, бүгін біз барлық мәселелерді шешпейміз, мұндай күрделі істер тез шешілмейді. Сіз мұны да түсінесіз, өйткені ересексіздер. Бірақ мен сіздерге тастарды түрлі түспен бояуды ұсынамын. Бұл мәселені шешуде соңыңыздан жақсы нәрсе қалдырыңыз.

«Менің таңдауым» рефлексиясы

СЫНЫП САҒАТЫ

Тақырыбы: «Мектепті буллингтің алдын алу профилактикасы». Жоғары сынып оқушыларына арналған сабақ

Сабақтың міндеттері:

1. «Буллинг» тақырыбы бойынша білім алушылардың білімін көтеру.
2. Басқаға толерантты ұстанымды қалыптастыру.
3. Тұлғааралық өзара іс-қимыл дағдыларын дамыту.

Алдын ала дайындық мыналарды қамтуы мүмкін::

- 1) «Чучело» киносын көру (режиссері Р. Быков, 1983), "Класс" (режиссері И. Раага, 2007);

Іс – шараның құрылымы:

1. Кіріспе бөлім. Сәлемдесу. Сынып сағатының тақырыбын жариялау.
2. Негізгі бөлім:
 - оқылған туындыны талқылау (қаралған фильм);
 - «мектептегі буллинг»
3. Қорытынды бөлім: сынып сағатының қорытындысын шығару.

Сабақтың мазмұны:

1. Кіріспе бөлім. Балалар, Қайырлы күн! Бүгін мен сіздерге мектептегі буллинг тақырыбын талқылауды ұсынамын. Жақында психологтер осы тақырып бойынша сауалнама жүргізді. Сауалнаманың қорытындысы біздің мектептің 59% аталған мәселеге қатысқанын немесе басынан өткергендігін дәлелдейді.

2. Негізгі бөлім.

Осындай оқиғаларды көру үшін мен сіздерден оқуды ... (қарауды...) сұраймын. Оқығандарымызды (көргендерімізді) талқылайық.

Талқылауға арналған сұрақтар:

- Шығарманың (фильмнің) негізгі ойы қандай?
- Негізгі кейіпкерлердің ерекшеліктері, сипаты қандай?
- Неге кейбір балалар құрбандар санатына түседі, ал басқалары агрессор болады?
- Жарақат жағдайында қоршаған адамдар қалай жүреді?
- Кітапта (фильмде көрсетілген) сипатталған жағдайлардың нақты мысалдарын келтіріңіз.
- Айдап салу жағдайында ересектер қалай әрекет етеді?
- Бұл жағдай қалайша рұқсат етіледі? Барлық қатысушылар үшін салдары қандай?
- Сіз қалай ойлайсыз: қысымды жоюға болады ма немесе ол бар ма?
- Біздің әрқайсымыз мұндай жағдайлар мүлдем болмас үшін не істей аламыз және ол әрдайым болған жағдайда не істеу керек?

Жарайсындар! Сіздер көптеген сәттерді дұрыс атап өттіңіздер. Мен сіздердің назарларыңызға «буллинг» деп мектептегі қысым, кемсіту, агрессияны атап айтамын. Буллинг - бұл жүйелі агрессия, улау. Буллинктің әртүрлі түрлері бар: тікелей және жасырын. Жасырын буллинг оқушының елемеуін, оған бойкот жариялауды, қарым-қатынастардан алып тастауды, жағымсыз естулер мен т.б. әдейі таратылуын білдіреді.

Физикалық зорлық-зомбылық-қасақана итермелеу, соққы, тепкі, ұрып-соғу, өзге де дене жарақаттарын салу және т.б. сексуалдық буллинг жыныстық сипаттағы әрекеттерді білдіреді.

Психологиялық буллинг психикаға әсер етумен байланысты, ауызша қорлау немесе қорқыту, соңына түсу, қорқыту арқылы психологиялық жарақат алады, олар қасақана эмоциялық азап шегеді.

Кибербуллинкті интернетте қарым-қатынас жасау, ұялы байланыс арқылы зақымдау ретінде бөлек атап өткен жөн. Біз сіздермен бірнеше қатысушыларда қысымның бар екенін қалай көреміз:

- қысымға қатысатын оқушылар (көшбасшыға қосылатындар),
- құрбан бала,
- жарақат алған куәгерлер (шабуыл жасайтындардың жағындағы балалар күледі, шабуылшыларға қолдау көрсетеді / оларға қолдау көрсетеді, жай ғана айналасында жиналады және қарайды),
- куәгерлер-аутсайдерлер (ешкімге болыспайтын, жарақат жағдайларды болдырмайтын балалар);
- қорғаушылар (қысымға қарсы айқын позицияға ие балалар немесе шабуылшыларға белсенді қарсы тұрады және қорлауды тоқтату үшін іс-әрекет қолдана отырып, құрбанды қолдап, тыныштандырды).

Барлық қазіргі кейіпкерлерді қысымға қатысушылар ретінде белгілейік. Агрессор кім? Құрбан кім? және т. б. Балалар, білім беру қарым-қатынасының кез келген қатысушысы белгілі бір жағдайларды жою кезінде зорлық-зомбылыққа тартылуы мүмкін. Әрбір оқушы зорлық-зомбылықтың құрбаны, ренжітушісі немесе куәгері болуы мүмкін. Дегенмен, біз сіздермен талқылау барысында ренжушілер мен құрбандарға тән бірқатар ерекшеліктерді атап өттік. Әдетте, ренжітетін балалар мен жасөспірімдер – бұл өзіне сенімді, топта үстемдік етуге және басқаларды бағындыруға бейім, моральдық және физикалық күш, эмоционалды импульсивті және ашу-ыза мен агрессия жағдайына оңай келетін, өз құрбандарына эмпатия деңгейі төмен, тек өз құрбыларына ғана емес, одан да үлкендерге де (мұғалімдер, ата-аналар, құқық қорғау органдарының өкілдері) жиі «түншықтыратын» балалар мен жасөспірімдер бола алады.

Отбасылық қолайсыздық, ата-аналармен шиеленіскен қарым-қатынас, оқудағы үлгермеушілік және сәтті отбасынан шыққан оқушыларға қызғанушылық доминантты балалар мен жасөспірімдердің мәртебесі үшін қауіп төндіруі мүмкін. Зорлық-зомбылыққа жүгіну оларға сыныпта немесе топта, мектепте немесе колледжде өзінің мәртебесін күшпен бекітуге, мұғалімдерге шақыруға, құрдастарын немесе одан да кіші, кейде одан да

үлкен аға оқушыларды кемсітуге, барлығын қорқынышпен ұстауға мүмкіндік береді.

Ал қазір буллингтің ықтимал құрбандарының жалпы сипаттамаларына назар аударайық:

- мазасыздықтың жоғары деңгейі, сенімсіздік, өміршендіктің болмауы;
- төмен өзін-өзі бағалау және өзіңіз туралы теріс түсінік;
- топта достардың болмауы және құрдастарымен жақын қарым-қатынасты құру және қолдау қиындықтары;
- физикалық тұрғыдан әлсіздік;
- сыртқы келбеті ерекшеліктері (толық, анық физикалық кемшіліктер, тартымдылық, нашар киім);
- мінез-құлықтың ерекшеліктері (шамадан тыс қозғалмалы, елеусіз, шаңғылықты, қашықтықты ұстай алмайтын, көзге көрінбейтін, айналасындағыларды тітіркендіретін және т. б.);
- этникалық, ұлттық немесе діни жататын балалар;
- дәстүрлі емес жыныстық бағдар жоғары қауіпті қысымның әмбебап факторы;
- сезімтал, тыныш, тұйық, пассивті, мойынсұнғыш, ұялшақ бала оңай және жиі жылайды, сондай-ақ қарым-қатынаста тікелей конфронтациядан қашады, құрдастары арасында өзін-өзі бекіту қиындықтар туғызады.

Келісесіз бе ? Басқа сипаттамаларды қосқыңыз келе ме ?

Ал қазір буллингтің барлық қатысушылары үшін салдары туралы сөйлесейік. Балалар және жасөспірімдер буллингті уайымдаудан өте үлкен қысым алады және өзекті салдардан одан арғы өміріне айтарлықтай әсер етеді. Ең алдымен, баланың өзін-өзі бағалауын қалыптастыруға, оның коммуникативтік мүмкіндіктеріне, даму мен жетістіктерге деген уәждемесіне әсер етеді. Сонымен, психологтер:

- аффективті бұзылулар (көңіл-күйдің төмендеуі, депрессивтілік, мазасыздықтың жоғары деңгейі, көптеген қорқыныш, жағымсыз эмоциялар),
- соматикалық бұзылулар (ұйқының бұзылуы, тәбеттің, бастың ауруы, іштің ауруы, асқазан-ішек жолы жұмысының бұзылуы, температураның кенеттен көтерілуі және т. б.),
- когнитивті бұзылулар (назар аударудың тұрақсыздығы, шоғырлану қиындықтары, жады концентрациясының және т. б. бұзылуы),
- мектептік бейімделудің бұзылуы (оқуға мотивацияның төмендеуі, сабаққа қатыспау, үлгерімнің төмендеуі),
- мінез-құлық бұзушылықтары (агрессивтілік, үйден кету, наразылық мінез-құлық), суицидтік ойлар мен әрекеттерге бару.

Буллингтің басқа жалпы салдарына өзін-өзі бағалаудың төмендеуі, қоршаған әлемге деген сенімнің бұзылуы жатады.

Буллинг оған тартылған барлық адамдарға елеулі зиян келтіреді. Зардап шеккен балалар физикалық агрессиядан зардап шегіп қана қоймай,

баланың өзін-өзі бағалауына әсер ететін және баланың әлеуметтік бейімделуіне ұзақ әсер ететін психологиялық жарақат алады. Үлгерімнің төмендеуі, мектепке барудан бас тарту, өз-өзіне зиян келтіретін әрекетке бару-буллингтің ең жиі салдары.

Агрессор балалар басқа балаларға қарағанда қылмыс жасауға жиі барады. Оларда қақтығыстарды шешу және әлеуметтік өзара іс-қимыл туралы бұрмаланған түсінік қалыптасады.

Жарақатқа тікелей қатыспайтын балалар көп жағымсыз эмоцияларды бастан кешіреді: құрбанның орнында болудан қорқу, ұйқысыздық, мектепке жағымсыз қарым-қатынас.

Мұғалімдер үшін буллингтің ең жиі салдары - балалармен қарым-қатынаста жағымсыз эмоциялардың көп көрінісінің болуы: сыныптағы тәртіптің төмендігі мәселелері, оқушылар арасындағы мәртебенің төмендеуі, өз қабілетсіздігі мен әлсіздік сезімі, әкімшілік жазалау қаупінің болуы. Егер туындаған жағдай бақылаудан шығатын болса, физикалық жарақат алуға әкеліп соғады, қысым әкеледі, соңы суицидтік мінез-құлыққа, ата-аналармен қақтығыстардың болуы мүмкін.

Жағымсыз жағдайлар, балалар арасындағы қарым – қатынас, оқуға деген уәждеменің төмендеуі, ересектерге деген сенімсіздік – бұл балалар ұжымы үшін жарақат алудың негізгі салдары болып табылады.

Ал қазіргі басты мәселе: мұндай құбылыстың мектепте мүлдем болмауы үшін не істей аламыз?

Сонымен:

1. Сіз куә болған жағдайларды жасырып қалмай, керісінше, бұл туралы айтыңыз.
2. Сіз қиындықтарыңызбен әрдайым психологтің, маған сынып жетекшісі ретінде көмекке жүгіне аласыз.
3. Басқаның, оның даралығын, өзін-өзі көрсету құқығын, өз пікірін құрметтеңіз.
4. Сыныптастармен дос болуыңыз.
5. Бір-бірлеріңізге көмектесіңіз.

3. Қорытынды бөлім:

Біздің сынып сағатының соңында айтыңыз: бұл тақырып сізге қызықты болды ма? Бүгін не білдіңіз?

Жұмыс үшін рахмет!

**«Күш көрсетпеңіз, сіз зорлық-зомбылықтан күштісіз!»
зорлық-зомбылықты алдын алу бойынша оқушыларға арналған
тренингтік сабақ**

Мақсаты: оқушылардың тұлғааралық қатынастарындағы қақтығыстардың алдын алу, толеранттылық пен эмпатияны арттыру.

Күтілетін нәтижелер:

- әлімжеттіліктің барлық түрлеріне қоғамдық қарсы пікір қалыптастыру;
- жасөспірімдердің агрессиясы мен дұшпандық реакцияларының төмендеуі;
- жанжалда сындарлы әрекет ету дағдысын қалыптастыру;
- тұлғааралық және топаралық қатынастарды оңтайландыру;
- өзі туралы және басқалармен қарым-қатынас туралы идеяларды өзгерту;
- психотравмалық және әлеуметтік қауіпті жағдайды жою;
- «қабылданбаған» балаларды сынып ұжымына біріктіру.

Қатысушылар: 8 сынып оқушылары (12-15 адам)

Уақыты: 40 минут

Материалдық-техникалық заттарды қамтамасыз ету: топ қатысушыларының саны бойынша орындықтар, бейне роликтер, оқушыларға арналған жадынама, оқушылар саны бойынша А4 парақтар, түрлі-түсті қарындаштар мен презентациялар.

Сабақ барысы:

1. Ұйымдастыру сәті. (Слайд 1)

- Сәлеметсіздер ме балалар! Қараңыздаршы, бүгін қандай керемет күн! Көшеде күн жарқырайды! Біздің сыныпта шуақты көңіл-күй қалыптастырайық. Бір-біріңізге бұрылып, жарқын күлімсіреп күліңіз! Тамаша! Қазір бізде де жылы және ашық күн болды.

2. Сергіту сәті.

«Тұйық шеңбер» жаттығуы (2-Слайд)

- Қазір шағын сынаққа тап боламыз. Қолдарыңыздан жібермей мықтап ұстап, шеңберге тұрыңыздар. Бір адам шеңберде қалып, одан шығуға тырысуы керек.

- Әрқайсыңыз кез-келген уақытта қолдарыңызды ашып, сыныптастарыңызды еш қиындықсыз босата аласыз, бірақ бұл өте оңай. Яғни, ешкімге зиян келтіруден сақ болыңыздар.

(Егер жасөспірім өз шеңберінен шыға алмаса, онда ол шеңберде бір минуттан аспауы керек. Балалар бұл жасөспірімді шеңберден шығаруы керек)

Талқылауға арналған сұрақтар:

1. Шеңбердің ортасында өзіңізді қалай сезіндіңіз?
2. Шеңберден шығуға талпынғанда өзіңізді қалай сезіндіңіз?
3. Ортадан шығу сенде орындалғандықтан, өзіңізді қалай сезіндіңіз?
4. Шеңбердің бір бөлігі болған кезде не сезіндіңіз?
5. Сіздердің араларыңызда шеңбердің ортасында тұрған адамның орнында болғысы келді ме? Неліктен?

3. Тақырыпқа кіріспе. (Слайд 3)

- Балалар, енді мен сіздерге ертегіден үзінді оқимын, ал сіздер оның атын табасыздар.

Қала сыртында жақсы болды! Өрістер мен шалғындардың артында терең көлдері бар үлкен ормандар мен жазықтықтар созылып жатты. Түйетабан шөптерінің арасында ну орманның ішіндегідей жым-жырт, әрі тыныш жерде үйрек жұмыртқа басып отырды. Міне, жұмыртқа қабығы да шытырлап жарыла бастады. Оның ішінен дыбыс шықты: жұмыртқаның сарысы тірілді де тұмсық ұшы көрінді. Әрине, сіз осымен барлығы бітті деп ойлайсыз ба? – Ол орнынан тұрды. – Әй, барлығы емес? Ең үлкен жұмыртқа бүтін. Барлығы қашан аяқталады екен! Мен шаршадым. Ана үйрек қайта орнына отырды.

Міне, енді үлкен жұмыртқаның да қабығы жарылды. «Пи! пи-и!»- сол жерден үлкен ұсқынсыз балапан құлай жөнелді. Үйрек оған мұқият және ұзақ қарады.

- Тым үлкен екен! - деді ол. - және басқаларға мүлдем ұқсамайды!

- Сонымен, бұл қандай ертегі? Әрине, бұл жаман үйрек туралы ертегі.

(Слайд 4)

- Ал еске түсірейік, ары қарай не болды?

- Неліктен үйректі ренжітті деп ойлайсыз?

- Дұрыс, ол осы құс ауласының басқа құстарына ұқсамады, ең бастысы – оларға ұнамады. Өкінішке орай, бұл құбылыс адамдар арасында да кездеседі. Бұл әсіресе балалар топтарында жиі кездеседі.

- Енді мен сіздерге бейне роликтен үзінді көруге ұсынамын, бізді дөрекі, шыдамсыз, агрессивті ететін нәрсе туралы ойлануды ұсынамын.

(«Тұлып» (Чучело) фильмінен үзінді көру»)

(Слайд 5)

- Сіз осындай жағдаймен кездестіңіз бе?

- Біз әрқашан өз құрдастарымызға жақсы қараймыз ба?

- Осы үзіндіні қарау кезінде сіз қандай зұлымдықтың көрінісін көрдіңіз? (Жасөспірімдердің қатыгездігі, құрдастарының қорлануы...)

- Балалар өздеріне ұнамайтын басқа балаларды да ренжітуі мүмкін. Тек олар әрқашан өз әрекеттерінің маңыздылығын түсінбейді. Олар жай ойнайды, күледі және әзілдейді деп ойлайды. Бірақ бұл жақсы емес. Атап айтқанда: келісілген және жүйелі түрде шатастырылған кезде, олар заттарды тартып алып, тығып, бүлдіргенде, итергенде, шымшып және ұрып, қатты сөйлеу және елемеу адам әдейі көз жасына ерік берген кезде-бұл «айдап салу» деп аталады.

Оқу орнындағы психологиялық айдап салу – бұл өте кең таралған құбылыс және классикалық мысалы Ролан Быковтың сіз көрген «Тұлып» (Чучело) фильмінен үзінді.

- Қоршаған өмірде сіз ересектер мен құрдастарыңыздың жағымды да, жағымсыз да әрекеттерін жиі байқайсыз. Мен сізді қалай қатал болмауға болатынына байланысты сөйлесуге шақырамын. Д.С.Лихачев айтқандай: «басқаларға қатал және зұлым реакция, дөрекілік, басқаларды түсінбеушілік – рухани және рухани әлсіздіктің белгісі». Біздің сабақтың тақырыбы: «Күш көрсетпеңіз, сіз зорлық-зомбылықтан күштісіз!»

(Слайд 6)

- Оқушылар арасындағы жағымсыздық. Оның пайда болу себебі неде және бұл жағдай неге әкелуі мүмкін – бұл сұрақтарға жауап беруге тырысамыз.

«Қорқыту» және «моббинг» - психологиялық зорлық-зомбылықтың көрінісі.

(Слайд 7)

Қорқыту тікелей физикалық агрессия мен психологиялық зорлық-зомбылықты қамтиды. Физикалық зорлық-зомбылық-қасақана соққылар, соққылар, ұрып-соғу, басқа да дене жарақаттарын салу және т.б. Психологиялық қорлау эмоционалды азапты қасақана тудыратын ауызша қорлау немесе қорқыту, қудалау, қорқыту арқылы психикаға әсер етумен байланысты. Сонымен қатар, кибербуллингті интернеттегі байланыс, ұялы байланыс арқылы қудалау ретінде атап өткен жөн.

(Слайд 8)

Моббинг-бұл айдап салу. Жануарлар әлемінде моббинг - бұл табынның ішінде біреуінің қалған бөлігінің зорлық-зомбылығына ұшыраған кезі. Мысалы, қасқыр немесе дельфиндер тобында жиі кездеседі.

Оқушылар ұжымның өмірінде моббинг-бұл бір немесе бірнеше адамның жүйелі түрде қайталанатын дұшпандық және этикалық емес көзқарасы, басқа адамға, негізінен біреуіне бағытталған ұжымдық психологиялық террор. Бойкот, мазақ ету, физикалық кемшіліктерді мазақ

ету, төбелеске арандату, киімді мазақ ету және т.б. - мұндай көріністер жасөспірімдер ортасында жиі кездеседі.

(Слайд 9)

«Буллинг және моббинг құрбандары» миға шабуыл.

- Мектептегі қорлау мен моббингтің құрбандары кім?
(Оқушылардың жауаптары)

(Слайд 10)

Барлық ескертпелерін жинақтап айтқанда, бұл мектеп буллингіне келесі белгілері бар балалар құрбан болады:

(Слайд 11)

- *физикалық кемшіліктері* (көзілдірік киетін, есту қабілеті төмен немесе қозғалысында бұзылыстары бар (мысалы, церебральды сал ауруы бар), яғни, өздерін қорғай алмайтындар, өздерінің құрдастарына қарағанда әлсіздер);

- *мінез-құлық ерекшеліктері* (тұйық, сезімтал, ұялшақ, мазасыз балалар немесе импульсивті мінез-құлқы бар, өз-өзіне сенімсіз, өзін-өзі бағалауы төмен балалар);

- *сыртқы келбеттің ерекшеліктері* (қызыл шаш, сепкілдер, шығыңқы құлақтар, қисық аяқтар, бастың ерекше пішіні, дене салмағы (толықтық немесе жұқа) және т. б.);

- *ұжымда өмір тәжірибесінің болмауы* (үй балалары);

- *аурулар* (эпилепсия, тика, кекіру, энурез (зәр ұстамау), сөйлеу бұзылыстары – дислалия (тіл жетімсіздігі), дисграфия (жазбаша тілдің бұзылуы), дислексия (оқудың бұзылуы) және т. б.);

- *ойлай қабілеті төмен және оқуда қиындықтары бар балалар.*

«Қорлау көріністері» жаттығуы (слайд 12)

Сыныптағы төрт бұрышты 1-4 сандармен белгілеу қажет. Қатысушылар бір бұрыштан екінші бұрышқа еркін қозғалуы керек. Оқушылар жағдайды тыңдайды, содан кейін әртүрлі айтап салу сценарийлеріне сәйкес қалай әрекет ететінін көрсету үшін өздерін орналастырады.

(Айдап салу жағдайын дауыстап оқып, жасөспірімдерге олардың реакциясы туралы ойлануға және бөлменің тиісті бұрышына баруға уақыт беріңіз. Қатысушылар өз позицияларына ие болғаннан кейін, олардың бірнешеуінен неге бұл реакцияны таңдағанын сұраңыз және мұндай таңдаудың артықшылықтары мен кемшіліктері туралы сұраңыз. Төртінші бұрышты таңдағандарға олардың жауабын түсіндіруге рұқсат етіңіз)

Жағдай 1. (Слайд 13)

Сіздің достарыңыз сізді қорқытатын мәтіндік хабарлар жіберіп, оларды әртүрлі нәрселер беруге мәжбүр ете бастайды. Бұл кезде сіз өзіңізді жаман сезінесіз. Сіз не істеуіңіз керек?

1. Ештеңе. Мүмкін Сіз дұрыс емес нәрсе жасаған шығарсыз, сондықтан достар осылай әрекет ете бастады.
2. Жаман сөздермен қорқытып жауап беріп бастайсыз.
3. Ата-аналармен немесе мұғаліммен сөйлесіп, оларға не болып жатқанын айтыңыз.
4. Тағы бір нәрсе (ашық бұрыш).

Жағдай 2. (Слайд 14)

Басқа мектептің үлкен топтардағы балалары сіздің бастауыш мектептің кіші топтағы балаларын қорлауды ұнатады. Олар үйге бара жатқанда немесе автобусты күтіп тұрғанда жалғыз баланы ұстап алуды күтіп тұрады, оны қоршап алады, ақша, тамақ немесе заттарды алады. Олар сондай-ақ тас лақтырып, одан да жаман нәрсе жасаймын деп қорқытады. Сіз не істеуіңіз керек?

1. Өте сақ болыңыз және мектепке, сыныптастарыңызға топқа барыңыз.
2. Сіз мектебіңіздегі ересектерге не болып жатқанын айтып, көмек сұраңыз.
3. Қорғау үшін тастар немесе пышақ алып жүріңіз.
4. Тағы бір нәрсе (ашық бұрыш).

Жағдай 3. (Слайд 15)

Сіздің сыныптағы жаңадан келген бала – оралман. Сіздің достарыңыз оған әрдайым нәсілшіл, қорлайтын сөздер айтады, оны мазақ етеді және үйіне оралуды айтады. Сіз не істеуіңіз керек?

1. Оларға қосылыңыз, ол сіздің досыңыз емес, сондықтан сіз ол туралы алаңдамайсыз.
2. Мұғалімге достарыңыздың оған нәсілшіл қорлайтын сөздер айтқанын айтыңыз.
3. Оған бейімделуге көмектесу үшін бірге тіл үйренуді ұсыныңыз.
4. Тағы бір нәрсе (ашық бұрыш).

- Кейбір жағдайларға жауап беру қиын болды ма? Қандай және неге?
- Сіз өзіңізді қудалау көріністерінің бірінде елестете аласыз ба?
- Уланған адамдарға көмек пен қолдау қажет пе? Неліктен?
- Уланған және көмек пен қолдауды қажет ететіндерге көмектесетін адамдар қайда деп ойлайсыз?

«Егер сіз қорлаудың құрбаны болсаңыз не істеу керек» Жадынама (Слайд 16)

- Сізге нақты көмек көрсететін ересек, күшті, дана нақты нәрсені айтатын адам табу керек. Бұл мектеп психологі, әлеуметтік педагог, мұғалім, ата-ана болуы мүмкін.
- Сіз көмекшіні таба аласыз және шабуыл жасайтындардың қатарында ортақ мүдделер немесе жасырын жанашырлық болуы мүмкін. Зұлымдыққа бірге қарсы тұру оңайырақ.
- Неліктен моббингтің құрбаны болғаныңызды түсінуге тырысыңыз, құқық бұзушының алдында бүгілмеңіз, ашуланбаңыз. Айдап салушыны анықтап, онымен сөйлесіп, тіл табысуға тырысыңыз.
- Ең бастысы-ешқашан проблемамен жалғыз қалмаңыз. Сенім телефонына хабарласыңыз-осы қызметтің мамандары тыңдап, кеңес береді.

Арт-терапия (Слайд 17)

- Екі парақты алып, екі жағына нөмірлеңіз (№1, №2). Оң қолыңызға көңіл-күйіңізге сәйкес келетін түсті қарындаш алыңыз (қарындаш, сіз өзіңізді байланыстыратын түс болуы қажет). Сол қолыңызда сіз ұнатпайтын адамды байланыстыратын түсті қарындашты таңдаңыз. Сіз сызықтар, шеңберлер, өрнектер немесе суреттер сала аласыз, тұтастай алғанда қақтығыс туралы нені салғыңыз келеді, соны саласыз.

- Көзіңізді жұмып, кейде кездесетін жанжал жағдайын немесе жанжал туындауы мүмкін адамды елестетіңіз, сосын сіз екі қолыңызбен №1 параққа 1 минут ішінде сурет салыңыз. Көбінесе біз өз мәселелерімізді «көзбе көз» қағидаты бойынша шешуге тырысамыз. Біреу бізді ренжіткен кезде, біз одан да қатты ренішке жауап береміз. Егер біреу бізге қауіп төндірсе, біз де қауіп-қатерге жауап береміз. Осылайша, біз тек қақтығыстарды күшейтеміз.

- Содан кейін қарындаштарды ауыстырып, №2 параққа сурет салуды жалғастырыңыз. (1мин) Көптеген жағдайларда артқа қадам басу, осы қақтығыстың пайда болуы үшін жауапкершіліктің үлесін мойындау және татуласу белгісі ретінде басқа адамға достық қолыңызды ұсыну әлдеқайда пайдалы. Сондай-ақ, кез-келген қақтығыс жағдайында басқа адамның позициясы туралы ойланған дұрыс болады.

Талқылауға арналған сұрақтар

- Сізге бұл жаттығу ұнады ма?
- Сызбаларды салыстырыңыз, оларда не ортақ, олар несімен ерекшеленеді?
- Сізде қақтығысты шешуде екі тараптар арасынан жеңімпаз анықталды ма?

4. Қорытынды. Рефлексия. (Слайд 18)

- Әрине, бүгін біз барлық мәселелерді шеше алмаймыз, мұндай күрделі істер тез шешілмейді.

Әңгімеміздің соңын мен «Қазына аралы», «Келіспеушіліктерге келісейік» шытырман оқиғалы романының авторы Ричард Льюис Стивенсонның сөзімен аяқтағым келеді. Сыртқы келбеті, сипаты, ұлты бойынша бар адамдарда айырмашылықтар бар екеніне келісеміз, өйткені бізге ұқсамайтын адам жаман емес - ол жай ғана басқаша адам. Біздің өміріміз табиғаттың өзі сияқты: қатыгездік бар жерде мейірімділік те көрші өмір сүреді !!!

(Слайд 19)

«Әдемі күн үшін рахмет» жаттығуы (Слайд 20-21)

- Үлкен шеңберге тұрыңыздар. Мен сіздерге бір-бірімізге достық сезім мен ризашылық білдіруге көмектесетін шағын рәсімге қатысуды ұсынғым келеді. Бір-біріңізге кезек-кезек бұрылып, көршіңіздің қолын алып: «Әдемі күн үшін рахмет!», -деп айтамыз.

ПЕДАГОГТЕРГЕ АРНАЛҒАН ПРАКТИКУМДЕР

«Мектептегі зорлық-зомбылықтың алдын алу» мұғалімдерге арналған семинар-практикумы

Мақсаты: сыныпта және мектепте зорлық-зомбылықтың алдын алу бойынша жұмысты жоспарлау мәселелерінде педагогтің кәсіби құзыреттілігін арттыру.

Міндеттер:

- педагогтерді буллингтің себептері мен әрекеттегі тұлғаларымен таныстыру;
- педагогтерді араласуға, қорлайтын лақап аттарға, келемеждеуге қарсы тұрудың кейбір тиімді тәсілдерімен таныстыру;
- педагогтерді сыныпта және мектепте зорлық-зомбылықтың алдын алу бойынша іс-шараларды жоспарлауға үйрету.

Ұзақтығы: 60-90мин.

Қатысушылар: педагогикалық ұжым.

Семинар-практикумның барысы:

1. Кіріспе бөлім. Жүргізуші кіріспе сөзі.

Ж.: Қайырлы күн, біз сізді фильмнен үзінді көре отырып, өз бетіңізше анықтай отырып тақырыпты біздің әңгімеге қосылуға шақырамыз.

(Р. Быковтың «Чучело» фильмін көру).

Ж.: Ролан Быковтың «Чучело» фильмі алғаш рет 1980 жылы экранға шықты. Бұл фильм кеңестік қоғам үшін мектепте айдап салу бар екендігі туралы аян болды. Бүгінде мектептегі қысым барлық шекарадан асып түсуде. Жағдай күрделеніп, улау жолдары ұлғаюда. Бүгін біз «Буллинг» деген түсінік туралы сөйлескіміз келеді. Термин жаңа, ал құбылыс ескі. – Бұл термин нені білдіреді?

2. Негізгі бөлім. Жаттығуларды орындау.

Жаттығу: «Буллинг дегеніміз не?»

Ойланып, өз анықтағандарыңызды жазыңыздар «Буллинг-бұл...»

Өз қауымдастықтарыңызды жазыңыздар: «Буллинг байланысты ...»

Буллингті сипаттаңыз: «Буллинг-келесі белгілерге ие ...»

Буллингті суреттеңіз.

Талқылау:

- Буллингті сипаттау немесе салу қиын болды?
- Буллинг қауымдастығы үлкендермен, кәсіби немесе қандай да бір басқа факторлармен байланысты ма?
- Буллингтің қандай суреттері нақты көрінді, неге?

Ж.: «Буллинг» термині «мектептегі айдап салу» дегенді білдіреді. Бүгін бұл құбылыс қаншалықты өзекті, біз кездесу барысында анықтауға тырысамыз.

Мектеп жарақаты немесе буллинг (bulling) - құрбандар, қудалаушылар, олардың арасындағы өзара іс-қимыл, сондай-ақ болып жатқан ересектер мен мектепке қатысты ұстаным бар күрделі процесс. Мәселені түсіну үшін қатыгез қудалаушы және оның дәрменсіз құрбаны (мысалы, жылауық-бала туралы) туралы қарапайым ұғымдармен шектелмей, көптеген факторларды ескеру керек. Бұл проблеманы тәртіпті қатаңдату, агрессорларды оқудан шеттету немесе жарақат құрбандары үшін терапияны ұйымдастыру есебінен шешу мүмкін емес. Мектеп жарақаты кезіндегі араласудың кез келген стратегиясы жалпы процеске бағытталуы тиіс, егер бұл ретте буллингтің эмпирикалық моделіне сүйенетін болса, онда араласу тиімділігі артады.

Буллинг-жасырын процесс. Оның бар екендігі туралы барлығына белгілі, ал оның көріністерімен соқтығысқан кезде әркім бірдеңе қолдануға тырысады. Алайда, мектеп оқушылары күн сайын қанша зардап шегетінін ешкім білмейді. Соңғы уақытта баспасөзде қайғылы оқиғалар туралы бірқатар хабарламалар пайда болуда. Мазасыздық құрбандары ақыл-ой және дене кемістіктері бар оқушылар болады, өзіне-өзі қол жұмсау және тіпті кісі өлтіру жағдайлары жиі кездеседі. Бірнеше зерттеулердің мәліметтері бойынша, қорлайтын балалар мектепте сабақ өткізеді. Мінез-құлықтық проблемалары бар оқушылар арасында бұл құбылыстың таралуы әлдеқайда жоғары. Сонымен қатар, зерттеушілердің пікірінше, мектеп жарақаттары өтіп бара жатқан нәрсе емес: көптеген балалардың азабы жылдар бойы созылады. Буллинг бұл жағдайда өзін қорғай алмайтын индивидке қатысты индивид немесе топ тарапынан ұзақ физикалық немесе психикалық зорлық-зомбылық болып табылады.

Тәуекел тобында кім бар? Іс жүзінде кез келген адам.

Буллингтің көрінісі:

- бопсалау,
- әлімжеттілік,
- күш қолдану физикалық жәбірлеу,
- үй жұмыстарын бұзу;
- психологиялық жарақат.

Бақылауға бейім балаларда қоздырғыштардың рөлі ерекше бірақ мұғалімдерде емес. Жүргізілген зерттеулерде, оқушылардың сұрауының мәліметтері бойынша, буллинг кезінде оқушыларға қатысты қорлауға мүмкіндік беретін мұғалімдердің үлесі шамамен 10% - ды құрайды. Кері үрдіс бар: ол кейбір мұғалімдер оқушылар тарапынан қорлауға ұшырайды деп санайды. Шындығында, буллинг - құрбандар мен қудалаушылар туралы стереотипті көрініске қарағанда әлдеқайда күрделі процесс деп айтады. Буллинг проблемасын шешудің тиімді әдістерін әзірлеуге көшпес

бұрын, осы құбылыстың себептері мен олардың әр алуан түрлі көріністерін зерделеу қажет.

Талқылау:

- Сонымен, буллингтің себептері қандай?

Ж.: буллингтің негізгі себептері – жеке, отбасылық және мектеп.

1. Ағымдағы мінез-құлық болашақта мінез-құлықты болжауға мүмкіндік береді.
2. Жақсы мінез-құлық стилі.
3. Көптеген стресс.
4. Мектеп ұстанымы.

Ж.: бүгін мен сізді балалық шаққа қайта оралуға, сыныптастарымды еске алып, кейбір сұрақтарға жауап беруді сұраймын:

Педагогтерге бірнеше ұсынысты жазбаша аяқтау ұсынылады.

1. Менің ойымша, тамаша сыныптас ұл - бұл...
2. Менің ойымша, тамаша сыныптас қыз - бұл...
3. Бұл сыныптас ұл маған жағымсыз, себебі ол...
4. Бұл сыныптас қыз маған жағымсыз, себебі ол...

Талқылау:

- Қалай ойлайсыз, қандай жауаптар жиі кездеседі?

Жалпылау: жиі кездесетін жауаптардың мысалдары.

Сыныптас (ұл), егер ол (қыз):

- ашулы, агрессивті, төбелес құмар;
- аямшақ;
- салақ, жеңілтек, сабақтаөзін нашар сезінеді;
- ұрысады, балағаттайды, мазасызданады;
- өсекші;
- жиі жылайды, ренжиді;
- әрқашан нұсқау бергенді ұнатады, менменшіл, ол өзін мықтымын деп санайды;
- жүйкесінде ауытқу бар,өзін ұстай алмайды, ешқашан тыныш отыра алмайды;
- әлсіз;
- лас;
- күтімі жоқ;
- толық;
- тамақ ішкенде мәдениет сқтамайды;
- лас жүреді, шашына қарамайды;
- барлық уақытта менен көшіреді;
- әзілдерді түсінбейді;
- достары жоқ;
- бір нәрсені түсініксіз айтады;

- жалқау;
- кекшіл;
- майысқақ
- ойнағанда ереже сақтамайды;
- қулық;
- әзілдегіш болып көрінеді;
- зиянды, жағымсыз;
- барлық уақытта өз бетімен жүреді;
- мақтаншақ;
- барлығының жасайтыны дұрыс емес деп түсінеді;
- беймазалық;
- табалаушылық.

Қорытынды: тәжірибе көрсетіп отырғандай, құрдастары, ұлдарда да, қыздарда да, ең алдымен кері тартады: айналасындағыларға қатысты агрессия (балағаттайды, төбелеседі), тәртіптің бұзылуы (сабақта кедергі жасайды, өзін дұрыс қстай алмайды), сыртқы түрлері түсініксіз, яғни баланың кез келген топ стандарттарына сәйкес келмеуі.

Ж.: жеке бақылаулар, әр адамның өмірбаяндары және көркем әдебиеттің мысалдары кез келген балалар ұжымындағы танымал балалар мен аластатылған-балалар бар деген ойға жетелейді. Кейде қабылданбаған балаларды елемейді, пассивті ұнамайды немесе шыдамайды, кейде олардың қорғаушылары болады. Ал басқалары аз қабылдайды - оларды белсенділер ұнатпайды. Олар сыныптастар жағынан күлдіргіш және улағыш объектілеріне айналады. Жарақаттанушылар, олардың құрбандары және, әрине, қудалаушылары бар. Буллингтің жұмыс істейтін адамдарына анықтама берейік. (Топтарда жұмыс істеу).

Талқылау:

- Қоздырушылар?
- Қудалаушылар?
- Құрбандар?

Ж.: көбінесе бала құрдастары тарапынан физикалық шабуылға ұшырамайды, ауызша шабуылға ұшырайды. Ата-аналар мен педагогтер балалардың бір-бірін шақыру жағдайын назардан тыс қалдырмауы тиіс. Педагогтердің міндеті сыныпта ренжітетін атаулармен басқаларды атауға жол бермеу.

Талқылау:

- Лақап пен келемеждеуге қалай қарсы тұру керек?

Болжамды жауаптар:

- Еш әрекет жасамау (елемеу, назар аудармау).
- Стандартқа сәйкес емес әрекет.

- Түсіндіру.
- Бүлік шығаруға жол бермеу.
- Жалғандыққа жол бермеңіз.
- Жауап беру.
- Көндіру.

«Біз қарсы тұруды үйренеміз» психологиялық ойыны.

Жауап беруге мысалдар ойлап табыңыз.

Мысалы:

- Қара касса- кілті менде, кім мазақтайды, демек өзін –өзі мазақтайды!
- «Чики-траки-қабырға!» (мазақтаушымен арамызға кедергі ретінде қолымызды қоямыз)
- Кракодил сенің сөзіңді жұтып қойды, ал менікін қалдырды!
- Кім мазақтайды, яғни, ол өзін мазақтайды!
- Ақымақ! Танысқаным куаныштымын, ал менің атым Самат.

Ж.: Құбылыстың себептерін түсіну үшін алғашқы қадам жасау керек. Одан әрі зардап шеккен балалар да, олардың ата-аналары да, мұғалімдер де, әрине, бүкіл сынып да жұмылдырылатын жұмыс басталады. Қарым-қатынастың қалыптасқан стереотипін өзгерту-қиын міндет.

Әрине, мұндай құбылыстарды жайылып кетпес үшін жою керек. Мұғалімдер де, психологтер да, ата-аналар да болып жатқан жағдайдан тыс қалмауы керек.

Ж.: мектептегі зорлық-зомбылықтың алдын алу бойынша мектеп ұжымының жұмысын жоспарлаңыз. (Топтық жұмыс).

Талқылау:

- Ұсынылған жоспарларды талқылау және қорғау

3. Қорытынды бөлім.

Рефлексия. Қатысушылардан кері байланыс.

Қатысушылар өз көңіл-күйімен бөлісіп, келесі ұсыныстардың көмегімен жұмыстан сезімдерін атап көрсетеді:

- Мен үшін ең пайдалы болды ...
- Маған ұнады ...
- Мен өзгерткім келеді ...

Қорытындылау. Қорытынды сөз жүргізуші.

- Бұл құбылыстың алдын алуды уақытында жүзеге асырса, буллинг проблемасымен жұмыс аз болады. Сыныпта жарақаттың алдын алу үшін балалармен тәрбие жұмысын олардың мектепте болған алғашқы күнінен бастап бастау қажет. Әрине, бұл жерде мұғалімге жетекші рөл беріледі. Барлық жұмыстарыңызға рахмет.

ПЕДАГОГТЕРГЕ АРНАЛҒАН СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ

Тақырыбы: «Жасөспірім ортасындағы қатыгездіктің алдын алу».

Мақсаттар:

1. Жасөспірімдер агрессиясының пайда болу себептері бойынша педагогтердің құзыреттілігін арттыру.
2. Қазіргі жағдайда жасөспірімдерді тәрбиелеудің әлеуметтік-психологиялық ерекшеліктерін ашу.
3. Жасөспірімдер ортасындағы қатыгездіктің алдын алу бойынша жалпы білім беру ұйымы мен отбасының бірлескен жұмысының негізгі құралдарымен, формаларымен және әдістерімен таныстыру.

Ұзақтылығы: 60-90мин.

Қатысушылар: педагогикалық ұжым

Кіріспе бөлім. Жүргізуші кіріспе сөзі

Соңғы уақытта баспасөзде қайғылы оқиғалар туралы бірқатар хабарламалар пайда болды. Мазасыздық құрбандары ақыл-ой және дене жарақаттары бар оқушылар болады, өзіне-өзі қол жұмсау және тіпті кісі өлтіру жағдайлары жиі кездеседі. Бірнеше зерттеулердің мәліметтері бойынша, қорлайтын балалар мектепте сабақ өткізеді. Мінез-құлықтық проблемалары бар оқушылар арасында бұл құбылыстың таралуы әлдеқайда жоғары. Сонымен қатар, зерттеушілердің пікірінше, мектеп шөгіндісі өтпелі нәрсе емес: көптеген балалардың азабы жылдар бойы созылады.

Оқу сыныптарында жиі билік пен ықпал туып, соның нәтижесінде топтар мен әділетсіз қарым-қатынас пайда болады. Дәрекілік пен ашулықтың жекелеген жағдайлары тұрақты іске асыру үшін "орын" алады. Егер мұндай сахналанған қақтығыстарға назар аудармаса және пысықталмаса, онда оларда буллинг дамуы мүмкін.

«Қауымдастық» жаттығуы – қауымдастық буллинг сөзі - бұл сөзді естігенде, бірінші нәрсе (ойыншық сағат тілімен немесе сағат тіліне қарсы беріледі.).

Ағылшын тілінен аударғанда буллинг қорқыту, жарақат, физикалық немесе психикалық террор. Ол басқа қорқыныш тудыруға бағытталған.

Буллинг бұл жағдайда өзін қорғай алмайтын жеке тұлғаға қатысты тұлға немесе топ тарапынан ұзақ физикалық немесе психикалық зорлық-зомбылық болып табылады.

Кез келген жанжал буллинг емес. Әдеттегі қақтығыстар пайда болады және шешіледі, өтеді. Буллинг жағдайында тұрақты дұшпандық сақталады, көбінесе жеке балаға қатысты-ұзақ жанжал туындайды. Алайда, жеке немесе тіпті қайталанатын жағдайлар да буллинг емес. Ұзақтығы мен жүйелілігі қажет.

Кім тәуекел тобында бар? Іс жүзінде кез келген адам.

Көрінісі қатыгездік:

- қорқыту,

- қорқытып алушылық,
- күш қолдану физикалық жәбір,
- үй жұмыстарын бұзу,
- психологиялық жарақат.

Баланың тәбеті, жады, концентрациясы бірден төмендейді, үлгерімі төмендейді. Жарақат салдарынан ересек қоғамға бейімделудің мүмкін еместігі және жеке қарым-қатынас, психосексуалды шығындар, қорқу, күйзеліс бұзылуы, денсаулығының күрт нашарлауы - қант диабеті мен басқа да аурулардың дамуына дейін баруы мүмкін.

Оқушының мінез-құлқы:

Физикалық агрессия: Қатыгездікке итермелеу, соққылар - ол сондай-ақ физикалық зорлық-зомбылық нысанына алып келеді.

Сөздік буллинг: Бұл жағдайда дауыс қару болып табылады. Бір адамға үнемі жүгінетін қорлайтын атау түрінде болуы мүмкін, сол арқылы жарақаттану, оны қорлау. Буллинктің бұл түрі көбінесе физикалық түрі, екпінді немесе дауыс ерекшеліктері мен жоғары немесе төмен академиялық үлгерімі бар құрбандарға бағытталған. Шақыру оқушының жыныстық бағдарына байланысты болжамды нысанды да қабылдай алады.

Қорқыту: Зардап шегушіге не істеу керек екеніне дауыс интонациясы негізделе отырып агрессияны пайдалануға мәжбүрлейді. Мимика немесе "көзқарас" бұзақылық агрессияны және/немесе немқұрайды білдіруі мүмкін. Қауіп-қатерлер құрбанның сенімін бұзу үшін де қолданылады.

Оқшаулау: Бұл әдісті пайдаланудың бастамашысы-бұзақы. Құрбандық әдейі оқшауланады, басып озады немесе сыныптың бір бөлігін немесе барлық сыныпты елемейді. Бұл жазбаларды таратумен, құрбандық қорлауды естіуі мүмкін немесе тақтадағы мән-мағынасы жоқ жазулар немесе қоғамдық орындарда қорлайтын жазулармен сүйемелденуі мүмкін.

Қорқытып алушылық: Бұл жағдайда қысым көргендерден ақша талап етеді және ол оларды дереу бермесе қорқытады. Қысым көргендер бұзақылық үшін мүлкті ұрлауға мәжбүрлеуі мүмкін. Мұндай тактика тек құрбандыққа кінә болу үшін қолданылады.

Мүлкті бүлдіру: Бұзақы зардап шегушінің мүлкіне назар аударуы мүмкін. Нәтижесінде киім, оқулықтар немесе басқа да жеке заттар зақымдануы, ұрлануы немесе жасырылуы мүмкін.

Ересектердің мінез-құлқы:

Мектепте ересек адам буллингке абайсызда немесе басқаша түрде қатыса алады, мұндай мінез-құлққа итермелейді немесе ықпал ете алады: Оқуға үлгерімі төмен/ немесе басқа қарым - қатынастағы осал оқушыны кемсіту.

Оқушының сыртқы келбеті немесе шығу тегі туралы теріс пікірлер.

Қорқытушы және қауіп төндіретін әрекеттер немесе сөздер.

Буллингті тануға болатын белгілі бір белгілер бар:

- біреуді бұрышқа қыспаққа алу;
- ересек адам балалар тобына келгенде: олар: жабысып, жүгіріп, қызметін күрт өзгертеді («құрбандықты» құшақтай алады, түк болмағандай жүреді);
- оқушылардың біреуі басқалармен таңдалады (оқшаулауда);
- барлық сынып бір оқушыға ғана күледі;
- өкінішті лақап аттар;
- оқушылардың бірінің бетінде: бозғылт, қызыл (дақ), жас, қорқыныш, діріл, денедегі/тұлғадағы зорлық-зомбылық белгілері;
- кіші жастағы оқушылар дәретханаға кіруден қорқады;
- оқушылар сабақтан кейін тарамайды, біреуді мектеп жанында күтеді.

Топтық жұмыстар

Мақсаты: педагогтерге құрбанның, бақылаушының, қудалаушының мінез-құлқының себептерін түсінуге (сезінуге) көмектесу.

Қатысушылар шағын топтарға бөлінеді. Әр топта 3 адамнан. Топ қатысушыларының бірі - құрбандық, екіншісі - қудалаушы, үшіншісі - бақылаушы. Кімнің кім болатынын-қатысушылар өздері таңдайды (белгілі рөлдері бар төңкерілген парақтар ұсынылады, педагогтер қандай рөлді таңдағандарын білмейді.) Сондай-ақ әрбір топқа жағдай беріледі.

Қатысушылардың міндеті-шағын топтағы жағдайды талқылау (5-7 минут), одан кейін әрбір шағын топ оны әрбір қатысушының атынан ұсынады, буллингтің түрін де анықтайды. Әрбір қатысушы, жағдайды түсіндіруден басқа, ол қандай сезімді сезінетінін айтады.

Бұл жаттығу семинарда негізгі болып табылады. Егер қатысушылар өз рөлін сипаттау қиын болса, сұрақтардың көмегімен көмек көрсету қажет. Мысалы: сіз осы жағдайда құрбандық, сізге құрбандық болу ұнайды ма? Неліктен? Сіз бұл жағдайда қудалаушысыз. Сізге құрбандықты зақымдайтыныңыз ұнайды ма? Неліктен? Сіз бұл жағдайда бақылаушы боласыз. Сізге осындайларды көрген ұнайды ма? Сіз бірдеңені өзгертгіңіз келе ме? Қалай ойлайсыз, мұны қалай жасауға болады?

Не істеу керек?:

1. Бірлескен жұмыс жоспарлауға және өзара іс-қимылға негізделуі тиіс әлеуметтік педагог, сынып жетекшілері, психолог, әкімшілік.
2. Мамандардың жұмысы білім беру ортасында буллингтің пайда болуының алдын алу ретінде құрылады.
3. Білім беру ұйымында буллингтің алдын алудың мінез-құлық стратегиясы мектеп қызметкерлерін, оқушыларды және олардың ата-аналарын осы проблеманы шешуге тарту, мектептегі буллинг жағдайына қатысты олардың хабардар болуын арттыру болып табылады.

Әлеуметтік педагог, сынып жетекшісі айдап салу құрбандарына қалай көмектесе алады?

Зардап шегушіге көмектесуге болады.....:

- Өзін дұрыс ұстап, түзу жүруге, сенімділігін оятып, айналасынан қорықпай нық жүруге көмектесуге.
- Әзілді пайдалануға: бұл қорлауды шындап қабылдауды қаламайтын адамға қысым көрсету өте қиын.
- Мүмкіндігінше басқа балалар тобында болуды ұсынуға.
- Буллингтің құрбаны болған бала оны жақсы көреді. Мұндай балалар біреуге ұнайтынына жиі сенбейді.
- Олардың күшті жақтарын қолдауға. Мысалы, мұндай оқушыға сыныптағы қандай да бір тапсырма беруге болады, ол оны өз-өзіне деген құрметін және басқа балалар тарапынан мойындауды арттыру үшін жақсы жеңе алатын болады.

Зорлық-зомбылыққа ұшыраған балалардың ата-аналары қалай әрекет етуі керек?

Мүмкіндігінше болатын дабыл сигналдарын байқау: бала мектептен кейін (немесе тіпті жылауға дайын) ренжиді, оның асқазанның проблемалары, таңертең бас ауруы байқалады, ол нашар ұйықтайды. Бұл симптомға мектепке деген қорқыныштың (жаман белгілердің, басқа сәтсіздіктердің алдында) куә болуы мүмкін. Егер ата-аналар дабыл сигналдарын байқаса, олар балаға әрқашан онымен сөйлесуге уақыт бар екенін түсінуі керек. Әңгімеде балаға барлық көңіл-күйін арнау, ашық болу, бірақ баланы ешқашан сөйлесуге мәжбүрlemeу керек.

Егер ата-ана буллинг туралы баладан білсе дереу әрекет етіп, баланың қатысуымен мұғалімге қоңырау шалу қажет (онымен сөйлесу немесе кездесу туралы келісу).

Жағдай

Үшінші күні Ерлан мектепке барғысы келмейді, өйткені оның басы ауырады. Бірақ анасы оған сенбейді, өйткені соңғы уақытта ол үйге көгеріп келеді, бұл сәтсіз соққы болды деп айтқан...

Жалпы, оның барлық көгерген жерлері себепсіз болған.

Ал, анасы Ерланның сыныптастарымен жай келіспей қалды, себебі бұрын ол тұйық тыныш болғаннан кейінгі кезде алдап жүр деп ойлайды. Сіз анасының орнында болсаңыз не істер едіңіз?

Қорытындылау

Рефлексия.

- Семинарда ұсынылған ақпаратты өзіңіз үшін қажет деп санайсыз ба?
- Бұл ақпарат сізге әрі қарай жұмыс істеуге керек пе?

СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ (педагогтер мен ата-аналар үшін)

Тақырыбы: «Жасөспірімдік қатыгездік пен агрессия: топ пен тұлға арасындағы қақтығыстар»

5-11 сынып оқушыларының ата-аналары мен педагогтеріне арналған практикум

Мақсаты:

1. Жасөспірімдердің агрессивті, жанжалды мінез-құлқын алдын алу және жеңу;
2. Адамгершілік жеке қасиеттерді тәрбиелеу: мейірімділік, көмек көрсету, көңіл бөлу;
3. Адамдарға жақсы қарым-қатынасты қалыптастыруға, қарым-қатынас және әлеуметтік өзара іс-қимыл дағдыларын меңгеруге тілек білдіруге ықпал ету;
4. Балаларды ынтымақтастық пен өзара түсіністікке ынталандыру;
5. Айналасындағылардың жағдайы мен мінез-құлқын бағалай білуін қалыптастыру;
6. Қақтығыстардың алдын алу тәсілдерімен танысу.

Өткізілу түрі: практикум

Құрал - жабдықтар: компьютер, мультимедиялық проектор (презентация, видеоролик)

САБАҚТЫҢ ЖОСПАРЫ:

1. Кіріспе;
2. Қазақстандағы зорлық-зомбылық жағдайы;
3. Бейнеролик көру;
4. Бейнероликті талқылау;
5. Әңгімелесу;
6. Топпен жұмыс;
7. Қақтығыстардың салдары;
8. Қақтығыстардың алдын алу үшін ұсыныстар (техника, жаттығулар));
9. Қорытынды;

САБАҚ БАРЫСЫ

Кіріспе

Қазіргі әлем өте белсенді, тез өзгеріп, өмірлік құндылықтар, адамгершілік нормалар өзгереді. Жиі мазасыздану, тітіркену, агрессивті адамдар кездеседі.

Бүгін біз жасөспірімдердің агрессиясы мен қатыгездігі туралы сөйлесеміз, осы маңызды мәселені түсінуге тырысамыз, жасөспірімдердің бір-біріне агрессивті мінез-құлқының себептері мен салдарын, дәлірек айтқанда топ пен тұлға арасындағы қақтығыстар туралы анықтаймыз. Мен

барлықтарыңызды өз көзқарастарыңызды айтуды, пікірталасқа түсуді, өз пікірімді дәлелдеуді сұраймын.

Агрессия дегеніміз не?

Агрессия – бұл басқа адамдарға физикалық немесе психикалық зиян келтіруге бағытталған мінез-құлық немесе әрекет.

Қазақстандағы жағдай

видео <https://www.ktk.kz/ru/news/video/2015/10/30/64174/>

Соңғы уақытта әлеуметтік желілердің қазақстандық сегменті кең қоғамдық резонанс тудырған балалар мен жасөспірімдердің қатыгездік көріністері бар роликтер көп кездеседі. Мектеп мұғалімі ретінде былай деп айтамын: тек жоғары сынып оқушылары ғана емес, сонымен қатар орта мектеп буынына қатысты ұлдар да, роликтердің бірінде осы оңбағандардың ролінде бастауыш сынып оқушылары да сөз сөйлейді.

Бұл құбылыстарда айдап салушылар ашық түрде садистік қанағаттанумен мазақ қылады. Олар ұрып қана қоймай, өз құрбандарына биіктіктен секіріп, дененің қандай бөлігін ажыратпай, тіпті басы да болсын қарамайды. Мұны көру қиын, іс жүзінде мүмкін емес. Қалай болғанда да, қалыпты психикасы дұрыс адам болса да көру өте қиын. Жасөспірімдерге талап қоюға әлеуметтік желілерде ересектердің ашуланған пікірлері жазылған. Мұндай зұлымдықтың таралған жерлері өте кең: Түркістан, Қызылорда, Қарағанды және Ақтөбе облыстары.

Бейнероликті көру

Қыз баланы сыныптастары ұрғаны жөнінде әлеуметтік желіден алынған видео)

ВИДЕОРОЛИКТИ ТАЛДАУ

1. Ролик қандай сезімдер тудырды?
2. Сіз ренжітушілер мен құрбандарға қатысты не сезіндіңіз?
3. Осы жағдайды тудырған құрбанның өзі деп санайсыз ба?
4. Жасөспірімдер нені қозғайды?
5. Сіз мұндай жағдайда өзіңіз болдыңыз ба? Егер болса, онда қандай рөлде?

«Жасөспірімдік әлімжеттілік, оның түрлері, себептері, салдары, жауапкершілік» әңгімесі.

Неліктен әлімжеттілік біздің уақытта қалыпты болды?

Жасөспірімдік әлімжеттілік құрдастарына физикалық зорлық-зомбылықта ғана емес, моральдық тұрғыда да көрінеді.

Бүкіл әлемде жасөспірімдер әлімжеттілік қорқынышты формалар мен ауқымдарға ие болады: оқушылар сыныптастарын атып, құрдастарын ұрып, ұялы телефондағы іс-әрекетті көрсетіп, ғаламторға бейне салып,

ұрып-соғып, сыныптастарын өзіне-өзі қол жұмсауға жеткізеді. Іс жүзінде әр ұжымда қабылданбаған балалар бар және оларға деген қарым-қатынас мүлдем басқаша болады: елемеу мен қорлау, кейде балаларды өзіне-өзі қол жұмсауға әкеп соқтырады. Мұндай баланы «қысымға» ала отырып, жасөспірімдер бұл неге әкелуі мүмкін деп ойлануы керек. Аластатылғандармен дос болғандар автоматты түрде сыныпта беделінен айырылады. Оларды есептен шығара отырып, қарым-қатынасты жақсартуға болады, содан кейін сіз қайтадан бас тартасыз. Әлсіз адам осылайша құрбан болады.

Агрессия – бұл көптеген адамдардың өмірін улайды. Егер де тіпті сыныпта сізбен аз сөйлессе де, бұл тұрақты мазақ қылу және қорлаумен салыстырғанда нақты көрінеді. Басқаларына ауыр артиллерия бағытталса да кейбіреулері ауызша шабуылмен бөлінеді, түкірулер, соққылар, бормен киімдерге жазу, аяққа шалу, әжетханада шомылдыру.

Топтық жұмыстар

Мектеп ұжымындағы агрессия мен қатыгездіктің себептері қандай? (топта жұмыс істеу)

Отбасылық мәселелер

- ата-аналар тарапынан немқұрайлылық таныту немесе дұшпандық, баланың жеке басын құрметтемеу, шамадан тыс бақылау немесе оның болмауы, физикалық белсенділігіне тыйым салу, жеке бас бостандығы құқығынан бас тарту;

Жеке себептері

- Наразылық білдіреді, өзін бекіту мүмкіндігі, жоғары тітіркенгіштік;

Ситуациялық себептері

Нашар көңіл-күй, шаршау, азық-түлік әсері, БАҚ әсері.

Сонымен, қорытынды жасаймыз

Енді мен дауыс беруді ұсынамын. Сіз ең маңызды деп санайтын себептерді таңдауды сұраймын.

Жасөспірімдер агрессиясы - бұл

- өзіне назар аудару тәсілі;
- дұрыс емес тәрбиенің салдары;
- мектеп пен қоғам кінәлі.

Қақтығыстардың салдары

Жасөспірімдер мен топ арасындағы қақтығыстардың зияны неде?

- Біріншіден, жанжалдан адамның қадір-қасиеті зардап шегеді;
- Екіншіден, әрбір жанжалдан кейін адам 20 минут ішінде күйзеліс уайымға түседі, ештеңе істей алмайды, зауқы да соқпайды; жалпы, қолынан ештеңе келмейді;

- Үшіншіден, физикалық денсаулық зардап шегеді, жүйкесі, жүрек, тамырлар зақымданады. Сондықтан мұндай қақтығыстардың алдын алуды үйрену керек;

Мұндай жанжал қандай салдарға әкелуі мүмкін?

- кемсіту;
- шиеленіс;
- ызаланғандық;
- көңіліздік;
- мақсатқа жету мүмкін емес;
- дабыл;
- дәрменсіздік;
- жауапты агрессия;
- суицидтер;
- қылмыстық жауапкершілік.

Жанжалдардың алдын алу үшін ұсыныстар

Қақтығыстарды қалай жеңуге болады?

Қалай қақтығыстың құрбаны болуға болмайды?

Айналасындағылардың агрессиясы мен әлімжеттілікке қалай ұшырамауға болады?

Неге басқаларға қатысты әлімжеттілік танытуға болмайды?

Қоғамда қайшылықсыз өмір сүруге болмайды, адамдар әрдайым көзқарастарымен, құмарлықтарымен ерекшеленетін болады. Бірақ бұл қайшылықтарды жанжалдарға жеткізуге болмайды. Ішкі жан дүниенің психикалық және физикалық денсаулықты сақтау үшін шиеленісті болдырмауды үйрену керек, ал егер жанжал жойылса, одан шыға білуді үйренген жөн.

Толеранттылық – бұл басқа адамдары өз ерекшелігімен, мінез-құлқы мен көзқарастарын қабылдауға, мойындауға дайын болу қасиеті.

- Сондықтан өзіңіздің және эмоцияларыңызды бақылауға үйрену керек;
- Егер сіз агрессивті адам болсаңыз және өзіңізді басқара білмесеңіз – шығыс жекпе-жек секциясына барыңыз. Өзіңізді және эмоцияларыңызды бақылауға үйреніңіз;
- Өзіне тұрақты физикалық жүктемені ұйымдастырған жөн. Жақсы жаттығудан кейін-басқарылмайтын агрессия болмайды;
- Толық демалу. Егер сіз тәулігіне 2 сағат ұйықтасаңыз – сөйлеуде өзіңізді басқара алмайсыз. Сізге бұл үшін ресурстар жетіспейді, организм шаршаған, шектеп жұмыс істейді және агрессивтілігін шектеу туралы қамқорлық мүмкін емес. Денсаулығыңызды лайықты демалыспен қамтамасыз етіңіз;

- Тыныштықта болу тәжірибесі. Көлдің тегістігі қоршаған ортаға қалай әсер етеді? Ешқандай: көлеңкесін ғана көрсетеді. Сондай-ақ, сіз жай ғана айналаңызда не болып жатқанын қабылдауға үйреніңіз және не болып жатқанына жауап бермеңіз;
- Позитивті дүниетанымды қалыптастыру.

Қорытынды

Әрбір адам өз өмірінде міндетті түрде мынадай сұрақтар қою керек: «Мен бұл әлемге не үшін келдім? Мен оны жақсы жағына өзгерту үшін не істей аламын? Жақсы ма, маған жақын кім ?».

Бұл қорытынды кезінде бір астарлы ой айтқым келеді.

«Бұрын қарт үндіс өзінің немересіне бір өмірлік шындықты айтты.

– Әрбір адамда екі қасқырдың күресіндей ұқсас күрес жүріп жатыр.

Бір қасқыр зұлымдық, қызғаныш, дөрекілік, агрессияны білдіреді. Басқа қасқыр – бейбітшілік, махаббат, адалдық, қайырымдылықты білдіреді.

Кішкентай үндіске атасының сөзі терең әсер етіп, бірнеше сәт ойланып тұрды да сұрады:

- Қандай Қасқыр соңында жеңеді?

Кәрі үнді күліп жауап берді:

- Әрқашан сен тамақтандыратын Қасқыр жеңеді».

Қатыгездік ешқайдан пайда болмайды және ешқайда жоғалмайды. Ол өседі, нығайды, жылдар бойы қалыптасады. Шағын ойыншықтардан, жәндіктерден, гүлдерден басталады. Іс жүзінде әрқашан мұқият қарасаң осы арамшөптің алғашқы өскіндерін байқай аласың. Сондықтан балаларыңызға сақ болыңыз.

Бүгін біз жасөспірімдер қатігездігінің себептері туралы әңгімеледік. Осы әңгіменің мақсаты Сізге өзі туралы және өз балаларыңыз туралы, өз әдеттеріңіз туралы және олардан туындайтын іс-әрекеттер туралы ойлануға мүмкіндік береміз.

АТА-АНАЛАРҒА АРНАЛҒАН ПРАКТИКУМДЕР

Тақырыбы: «Мектеп айдап салуы немесе буллинг. Кибербуллинг. Балаларға қалай көмектесуге болады» ата-аналар жиналысы

5-9 сынып оқушыларының ата – аналарына арналған.

Мақсаты: мектепте буллинг мәселесі бойынша ата-аналардың білімін өзектендіру.

Міндеттер:

1. Ата-аналарды «Буллинг» ұғымымен таныстыру.
2. Жасөспірімдердің өз іс- әрекетіне жауапты қарым- қатынасын қалыптастыру мәселелерінде ата-аналарға құзыретті көмек көрсету;
3. Білім алушыларда ауытқыған мінез-құлық құбылыстарының пайда болуының алдын алу .
4. Ата-аналардың белсенді педагогикалық ұстанымын қалыптастыру.

Құрметті ата - аналар, бүгін мен сіздерге балаларыңызға қауіпті буллинг туралы айтып бергім келеді (мектептегі айдап салу)

Буллинг - бұл өзін қорғай алмайтын адамға қатысты бір адамның немесе адамдар тобының тарапынан түрлі зорлық-зомбылық пен қорлау түрлерінің қайталанатын актілері.

Буллинг әрқашан құрбандықты жою, оның қорқынышын тудыру, қорлау, бағындыру мақсатын көздейді.

Оқушыларды бір адам да, бір топ адам да жарақаттай алады.

Ақпараттық-коммуникациялық технологиялардың көмегімен қорлайтын фотосуреттер, қорлайтын хабарламалар мен қауіп-қатерлер таратылады. Мұндай құбылыс кибербуллинг деп аталады.

Мектептегі физикалық зорлық-зомбылық, өзгелердің қатарында кіші және орта жастағы (11-15 жас) жасөспірімдер арасында көп таралған төбелестерде көрінеді. Ересек жасөспірімдер жиі көзге көрінбейтін, бірақ сөздік қорлау сияқты зорлық-зомбылықтың бастапқыда аса байқалмайтын түрлеріне тартылады.

Физикалық емес зорлық-зомбылық байқалады:

- ренжіген пікірлерден;
- қорлаудан;
- ойнап айту емес, ашуланудан.

Балаға қатысты зорлық-зомбылық туралы оның мінез-құлқының, көңіл-күйінің ерекшеліктерін, сыртқы түрін, сабаққа «себепсіз» келмеуі және

үлгерімінің төмендеуі болып табылады. Егер сіз өз балаңызда жақсы емес елеулі өзгерістерді байқасаңыз, бұл ойлануға және оны мұқият қадағалауға себеп болады, ал баланың жарақат алу туралы қауіптер расталған жағдайда дереу мектеп әкімшілігіне немесе сынып жетекшісіне немесе психологке хабарласыңыз.

Буллинг туралы аңыздар мен ғылыми фактілер

1-ші аңыз - Осындай ауқымда мектептегі зорлық-зомбылық соңғы жылдары ғана пайда болды. Бұл жалған. 1910 жылы Венада Зигмунд Фрейд, Альфред Адлер және Уильям Стекел «суицид туралы, атап айтқанда, орта мектеп оқушыларының арасында суицид туралы» тақырыбы бойынша Австро-Венгрияда алғашқы конгресс өткізді. З. Фрейд оның рухтандырушысы және теоретигі болды. Барлық уақытта мектеп әлі жетілмеген тұлғаларды – балалар мен жасөспірімдерді жинайтын болғандықтан, онда зорлық-зомбылық мәселесі болды және болады деп түсіндірді.

2-ші аңыз – Буллинг, тәртіптің басқа түрлері сияқты, тек әлсіз мұғалімнің сыныбында болуы мүмкін. Бұл ұстаным статистиканы білмегеннен туындап негізделеді. Зерттеулер растайды: кез келген мектепте және кез келген мұғалімде, әсіресе жақсы мұғалімде де (себебі балалар одан қатты қорықпайды) жарақат, арандатушылық, физикалық немесе эмоциялық қысым фактісі немесе фактілері болуы мүмкін.

3-ші аңыз - Зорлық-зомбылық көп емес (біздің мектепте ол мүлдем жоқ!), ол бастауыш және орта буында 10%-дай оқушылар қатысты. Доктор Дэн Олвеустың мәліметтері бойынша, әлемнің барлық дамыған елдерінде (Жапониядан басқа) шамамен 16% қыз және 17,5% ұл бала буллинктің құрбандарына ай сайын 2-3 рет ұшырайды және бұл олардың қандай мектепте оқитындарына қатысты емес. Олар қымбат элиталық немесе бюджеттік әлеуметтік жағдайы төмен ауданда оқуы мүмкін. 7% қыз және 12% ұлдардың өздері улаудың бастамашысы – Буллер болып табылады. Осы деректер әртүрлі елдер үшін толық сәйкес келеді.

4-ші аңыз – Буллинг жасөспірімдер ортасына тән, ал бастауыш мектепте бұл феномен жоқ. Д. Олвеустың мәліметтері бойынша сыныптар бойынша буллинг феноменінің кездесу жиілігінің өзгеру статистикасы бар.

5-ші аңыз - Тек физикалық зорлық-зомбылық жағдайлары педагогикалық ұжымның мазасыздығын туғызуы тиіс. Мұндай ұстаным әлемдік статистикаға қайшы келеді: балалар агрессивті сипаттағы физикалық әсерлерге, көбінесе агрессияның басқа түрлеріне байланысты өздерін «жәбірленуші» күйін бастан кешіреді. Статистика бойынша әртүрлі елдерде кездесу жиілігі бойынша бірінші орында сөз жарақаты – (қорлау, зұлым әзілдер, сөз арандату, шақыру, әдепсіз әзілдер және т. б.). Екінші орында бойкот, үшінші орында-физикалық зорлық-зомбылық. Төртіншіден – есту және өсек айту, бесінші – ұрлық. Бұдан әрі біз суицидтің себебі

физикалық зорлық-зомбылық емес, референттік топ тарапынан оқшаулау, бойкот екенін көреміз.

6-шы аңыз – Буллерлер «бақытсыз» балалар, өзін-өзі бағалауы төмен, құрдастарымен басқаша байланыс жасай алмайтын балалар болады. Бұл қауіпті жаңылыс. Статистика көрсетіп отырғандай, агрессорлар өзін-өзі жоғары бағалайды, олардың мінез-құлқын өзін бақылай алатын аффектіге байланысты емес, бұл қолдан ұйымдастырылған, алдын ала жоспарланған есеп. Олар өздерін өте дұрыс ұстай алады, қысымды сезінбесе ашықтан – ашық зұлымдықты қасақана жасайды.

7-ші аңыз - Буллингтің құрбандары «өздері кінәлі» болған, құрдастарымен қарым- қатынас жасай алмайтын балалар болады.

Ішінара бұл дұрыс, бірақ басқа да балалар бар, олар әлеуметтенген, достары бар, олар әлі күнге дейін қалыпты, өз-өздерін бағалауы орташа. Статистика бойынша буллингтің құрбаны кез келген оқушы бола алады.

Буллингте ең нашары – куәгерлердің әсері оған белсенді қатыспайтын балалар. Буллинг адамдардың психологиялық жағымсыз қасиеттерін тудырады. Неліктен?

- 1) Буллинг жұқпалы;
- 2) Онда сіз өзіңді, күш пен әлсіздік арасында таңдауға мәжбүр боласыз (душар болғандар жиі күлкілі және өкінішті көрінеді), әлсіз болғанын көрсеткісі келмейді;
- 3) Сіздің жеке жауапкершілікті сезінбеуіңізгетез итермелейді, бірақ ол басқалар сияқты болуға итермелейді;
- 4) Құрбандардың қайғы-қасіреті қайтадан қайталана береді ,ал сізде осыған қатысты аяныш сезімі бола бермейтінің сезесіз. Нейтралды күй кешесіз.

Ұсыныстар

Сіздің балаңызды мектеп буллингі бойынша қауіпті тобына түспеу үшін келесі түрде әрекет етуге үйретіңіз:

өзін қарапайым ұстау: өзінің табыстарымен, ата-аналарымен және достарымен, заттарымен мақтанбау;

* мұғалімдерге, құрдастарына жағымпазданбай өзін лайықты ұстау;

* сыныптастар арасында кем дегенде бір дос табу;

* сыныптастарын қонаққа шақыру;

* өз сыныптастарының пікірін құрметтеуді үйрену;

* құрдастарымен дауласқанда әрқашан жеңуге тырыспау;

* егер балаңыздікі шын мәнінде дұрыс болмаса, ұтуды және басқаға жол беруді үйрену;

* балаға оқу ғана емес, сынып ұжымының мүшесі болуға көмектесу;

* тіпті олар сізге қажетсіз болып көрінсе де, баланы мектептің іс-шараларына қарсы қоймау.

Ата-аналарға арналған жалпы әдістемелік ұсыныстар

Баланың көзінше ұрыс-керіске, көпшілік алдындағы дауға жол бермеңіз, ол оның мінез-құлық ерекшелігін қалыптастыруы мүмкін, және ол әлеуметтік қоршаған ортаға таралады.

- Сіздің балаңыз мектепке дейін және мектепте тамақтанатынын қадағалаңыз. Көптеген балалар мектептен тамақтанбай келеді, бұл да агрессивті мінез-құлықты тудырады.
- Баланың мәселелеріне бей-жай қарамаңыз, ата-аналар жиналысы өткізілетін уақытта ғана емес, сондай-ақ тоқсан бойы мектепке баруға тырысыңыз.

Ата-аналар жиналысына барғаннан кейін көптеген ата-аналар баланы неғұрлым көбірек жазалауға және сол арқылы ұятқа қалдым деп кек алуға бір мақсатпен үйлеріне оралады. Тәрбиелеудің осындай тактикасынан кейін ата-ана мен бала арасындағы жанжалдар қарым-қатынастың дәстүрлі түріне айналады, балалар тек ата-анасына ғана емес, ересектерге де сенуден бас тартады, өздерінің проблемалары мен қиындықтары туралы айтудан қорқады, өтірік айтады және теріс қарайды, тұйық болады, үйден қашып кетеді, қолдау іздейді.

Егер алдын алу шаралары көмектеспесе, сіздің балаңыз буллингтің құрбаны болса, Сізге ата-ана ретінде қажет:

Ренжіген баланың ата-аналарына кеңестер:

Оны осы жағдаймен жалғыз қалдырмаңыз. Баланы тындап, түсініңіз: жанжалдың мәні неде, қанша уақыт болды, балаға қауіп бар ма? Өз балаңызбен сөйлесіңіз.

- Егер басқа балалар оны ұрса, мазаласа, заттары жоғалып, мазақтап күлсе, қорласа, дереу әрекет етіңіз.
- Айдап салуға душар болған бала жақсы табысқа жетсе немесе жақсы әрекеттер жасаса да, сыныптастардың көңілін жаулап ала алмайтынын есте сақтаңыз. Ол жақсы баға алса, оны «оқымысты» (ботаник) деп мазақ қылады, біреуге көмектессе, «әлсіз» деп атайды. Оның жетістіктері топты тағы да үлкен шабуылдарға итермелейді.

Тыныштық сақтаңыз. Балаңызға сіздің кез-келген жағдайды жеңе алатыныңызды білу маңызды. Буллерлердің ата-анасымен сөйлесіңіз. Бірақ олармен қақтығысқа түспеңіз. Балаларға бірлесіп көмек көрсету қажет.

Кибербуллинг. Балаға қалай көмектесуге болады?

Алдымен сіздің (балаңыздың) әлеуметтік желілерді қолдануда сенімді құпия пароль сөзі бар екеніне көз жеткізу керек.

Егер балаңыздың кибербуллинг фактісі белгілі болса, оның телефонын алу немесе интернетке кіргізбеу емес, ол сіздің қалай жазалайтыныңызға байланысты, ал ол соншалықты зардап шегеді.

Балаға көмектесуге дайын екенін түсініңіз және оған ұрыспаңыз немесе айыптамаңыз.

Баламен бірге жағдайды анықтаңыз. Жанжал қашан пайда болды? Себебі не болды? Қысымға кімдер қатысады? Баланың өмірі мен денсаулығына қауіп бар ма?

Қысымға байланысты дәлелдемелер жинаңыз (скриншоттар, электронды хаттар, фотосуреттер және т. б.)

Агрессорға дұрыс жауап беруге үйретіңіз. Қысымды тоқтатудың ең жақсы жолы – реніштерді елемеу. Балаға агрессорларды бұғаттауға немесе оларды «қара тізімге» қосуға көмектесіңіз. Кейде орын алған ресурстарға байланысты баланың аккаунтын уақытша жою керек.

- Көмек сұраңыз.
- Егер қысым ашық түрде немесе топта болса, ресурстарды әкімшілікке ренжітетіндерді бұғаттауды өтініп, скриншоттарды кибербуллингтің дәлелдемелерімен бірге бекіту керек.
- Егер қысымға мектеп оқушылары қатысса, жағдай туралы сынып жетекшісіне немесе психологқа немесе мектеп әкімшілігіне айтыңыз.
- Егер баланың өмірі мен денсаулығына қауіп төнсе, арызға барлық жиналған дәлелдемелерді қоса отырып, құқық қорғау органдарына хабарласыңыз.

Зерттеулерге сүйенетін болсақ кибершабуылға бесінші – алтыншы сынып оқушылары жиі ұшырайды.

Егер сіздің балаңыз ренжітуші ретінде қысымға тартылған болса:

Ақиқатқа дейін баруға тырысыңыз, бірақ ұзақ жауап алудан аулақ болыңыз.

- Егер бала байланысқа шықпаса, оған: «Мен білемін, көптеген балаларға осындай нәрселер туралы айту қиын, бірақ мен саған көмектескім келеді және сен дайын болған кезде бұл туралы сөйлесе аламыз» деп айтыңыз.
- Мектеп әкімшілігін хабардар етіңіз.
- Егер олар жағдай туралы сізбен сөйлескісі келсе, басқа ата-аналарға қатысты қорғаныс позициясын құптамаңыз.
- Өз балаңызды иеліктен шығуымен жазаламаңыз, бірақ оған мұндай мінез-құлықтың салдары болатынын түсініңіздер.
- Бұл салдардың қандай екенін және қалай болатыны туралы әңгімелесу.
- Қалыпты күнделікті өмірді қолдауға тырысыңыз.
- Балаларыңызға жарақат алғандардың куәгері бола отырып, олар бірге қатысушы бола алатынын түсіндіріңіз.

Шеңбер бойынша рефлексия:

бүгін мен білдім...
қызықты болды...
қиын болды...
мен түсіндім...
енді мен істей аламын...
мен тырысамын...
мені таң қалдырды...
жиналыс маған берді...
маған келді...

Ата-аналарға арналған практикум

Тақырыбы: «Бумеранг ата – аналар ашуы»

1-4 сынып ата-аналарына арналған практика.

Мақсаты: ата-аналардың балаларымен қарым-қатынасында дұрыс ұстанымдарын қалыптастыру, ата-аналардың эмоционалдық жағдайы балаларға қалай әсер ететінін көрсету, ата-аналарға олардың өз балаларына үлгі болып табылатынын көрсету, сондықтан өз эмоцияларын үнемі бақылау, өзін дұрыс ұстау, барлық қарым-қатынаста эталон болу қажет.

Мақсаты: балалар мен ересектердің өзара қарым-қатынасында жақсы ұстанымдарды қалыптастыру.

Міндеттері: ата-аналарға балалармен позитивті қарым-қатынас мәселелері бойынша ұсыныстар беру; балалардың эмоционалдық әлеміне олардың назарын аудару, ата-аналарды жеке тұлғаның қалыптасу ерекшеліктерімен таныстыру, отбасылық тәрбиелеу іскерлігін дамыту.

Эпиграфтар:

«Балаларды тәрбиелеу – қауіпті іс, өйткені сәттілік жағдайында соңында үлкен еңбек пен қамқорлық құндылығына ие болады, сәтсіз болған жағдайда қайғы – қайғымен теңеспейді». (Демокрит)

«Балалар қасиетті және таза. Тіпті қарақшылар мен қолтырауын де періште шенінде тұр. Біз өзіміз қандай да бір шұңқырға түсе аламыз, бірақ олардың атмосферасына, олардың ішінде лайықты болуымыз керек. Олардың көңіл күйін ойыншыққа айналдыруға болмайды» (Антон Павлович Чехов).

Жиналыс барысы

Теориялық бөлім

Бүгін біз сізбен балаларды тәрбиелеу туралы, біздің эмоцияларымыз олардың психологиялық денсаулығына қалай әсер ететіні туралы әңгімелесетін боламыз, өз ашу-ызасын реттеу мәселелеріне назар аударамыз.

Біздің балаларымыздың өмірін қалай бақылағымыз келеді. Біз балаларға мүмкіндігінше аз қателесуге көмектесе аламыз. Оларды шынайы жолға бағыттау - ата-аналардың міндеті. Бұл, ең алдымен, олардың шынайы құндылықтарын түсінуіне тәрбиелеу және оларды ұстануды білдіреді. Ал барлығы тәрбие мен тәртіпті сақтаудан басталады.

Тәртіпті сақтау ол жазаламау деген сөз емес. Бірақ дене жарақаты болсын немесе басқа да жазалау түрлері балаға психологиялық жарақат тигізбеуі тиіс. Жазалау, жұмыс күні болсын, жеке өмірде болсын балаға жағымсыз қарым-қатынас болмау керек.

Көптеген балалар үшін (кез келген жаста) ана мен әке олардың әрекеттері мен әрекеттеріне қатысты барлық «жақсы» және «жаман» барлығына қарайды. Сондықтан теріс қылықтар үшін ата-ана реакциясын күту - жазаның бір бөлігі болып саналады. Бұл үдерісте өзінің кінәсін ішінара сезініп, яғни өзінің іс-әрекетін талдауға және оны бағалауға болды. Біз не істейміз және неге қол жеткіземіз (физикалық ауырсыну немесе психологиялық жарақат емес).

Ата-аналарға олардың ұлдары мен қыздары - ең алдымен, біртіндеп есейген балалар екенін ұмытуға болмайды. Кейде өз мәселелерімен және күнделікті қарым қатынастарымен алаңдаған ата-аналар, олардың алдында тек олардың балалары ғана емес, сондай-ақ өзінің ішкі күрделі эмоциялары мен уайымдамалары бар адамдар екенін ұмытып кетеді.

Баланы тыңдай білуі өзара түсіністікке әкеледі және оң нәтиже береді. Балаларыңызға сеніңіздер. Олармен өз ойлары мен сезімдерінде шынайы болыңыз .

Сіздің алдыңызда адам және қалыптасқан мінез, жеке тұлға екенін ұмытпаңыз

Балалардың өз ойын, сезімдерін, пайымдауларын білу құқығын мойындаңыз. Оларды адамды және әңгімелесушіні құрметтеңіз.

Сіздің балаларыңыз айтқан көзқарасты сезіңіз. Олардың пікірін бағалаңыз. Бірақ формальды емес, елемеу емес, тыныш және ақылға қонымды, фактілер мен дәлелдерді келтіре отырып бағалаңыз.

Бұл фразаны қолданыңыз: «Иә, әрине, Мен сені түсінемін. жалғастыра беріңіз, мен мұқият тыңдаймын. Егер сен дұрыс емес деп ойласаң, онда қалай түсіндіре аласың... Мүмкін мен қателесемін, бірақ... сен не деп ойлайсың... Маған қандай мәселе болса да пікіріңіз қызықты...».

Бұйыра сөйлесеңіз бұл өзіңіздің артықшылығыңызды көрсету болып табылады. Мұндай жағдай тітіркендіреді, қорлайды және ренжітеді. Сонымен бірге балаларға қатысты адамның ар-намысын қорлайтын төмендететін қалжыңдарға жол бермеңіз. Көріністер, мәнерлер, әдеттер, сәтсіздіктер, ғашықтық пен бауырмалдық сезімдері туралы әңгімеде өте абай болу керек. Сізге мұндай қорлау кешірмеуге көмектеседі.

Оқушылардың ата-аналарымен сенімді әңгімелесуге, балалық шақтың реніштері әлі де есте қалатынын ескерген дұрыс. Ал сіз балаларыңыз өмір бойы өздерінің балалық шағындағы ренжіткені туралы

есте қалғанын қалар ма едіңіз? Ал психологтардың айтуынша, бұл кезде егде жастағы адамның психикалық ыңғайсыздығы байқалады.

Ересектердің дұрыс емес мінез-құлқтары бұл балалар үшін әрдайым жарақат болып қалады. Әсіресе, егер мұндай мінез-құлқтарға қиянат пен қорлау, тітіркендірушілік пен мазақ, бей-жай қарайтын және тіпті зорлық-зомбылық кіреді. Сіз ұлыңызбен немесе қызбен сөйлескен кезде өте жақсы көңіл-күйде болдыңыз, кейін телефонмен сөйлескеннен (сізге бір минутқа көршінің хабарлауға жүгіріп келді), кенеттен, дауыстың үнін өзгертіп, оған бұрын естілген барлық жылулықты жоғалтып, баланы қатты ренжітіп алғаныңызды байқамадыңыз: «Маған жақындама, менің саған уақытым жоқ!»

Практикалық бөлім.

Бүгін біз балаларымызбен бірге болуға, олардың сезімдері мен эмоцияларын сезінуге, өз іс-әрекеттерін талдауға тырысамыз.

«Гүл» жаттығуы.

Мақсаты: Баланың атына, өз атына қатысты жағымды ұстанымды қалыптастыруға ықпал ету.

Сіздің алдыңызда қағаздар бар. Парақтың ортасын шеңбер салыңыз, ол гүлдің өзегі. Сіз балаңызға есім таңдаған кезде қалай уайымдап, қабылдағаныңызды елестетіңіз. Баланың атын ортасына жазыңыз. Балаңызға есімін оқығанда, естігенде қалай әсер етеді, сезімін жазыңыз.

Әр гүлде жапырақтар бар және біздің гүлде де жапырақтар болады. Жапырақшалардың саны сіз балаңызды қалай атайсыз соның санына сәйкес болу керек. Сонымен қатар тек сіз ғана емес, отбасының басқа да мүшелері, балаңыздың достары мен таныстары сияқты барлығының балаңызды қалай атайтыны туралы еске түсіріңіз. Әр біржапыраққа есім атауларын жазыңыз. Балаңызға қатысты қандай да бір атты естігенде сіз сезінетін сезімдерді жазыңыз. Егер Сізге қандай да бір атау ұнамаса, онда бұл жапырақтарды сызыңыз.

Гүлдің сабағы болады. Сіз балаға ашуланғанда, тітіркендіргенде қалай атайсыз, соны сабақтың жанына жазыңыз. Осы әңгіме кезінде өзіңіздің ішкі үніңізді қалай сезінесіз, соны жазыңыз.

Ал қазір біз көргенде рахаттанатындай, қуанатындай, гүлге не қажет екенін ойлаңыз? Әрине, ол тамақтану қажет, ол оны сабақ арқылы алады.

Ал енді сіздің гүліңіздің қалай тамақтанатынын, оның қандай сезімдері күшейтетінін қараңыз? «Қасық, балы бар бөшкені бүлдіруге қабілетті» деп бекер айтпаған. Осылайша, біз кейде өз үнсіздігімізбен ол үшін ұзақ және табанды жасалған нәрселерді сызып тастаймыз. Тіпті бұл басқа үндеумен айтылған атау болса да.

Гүлдің жапырағы бар. Сіздің балаңызға ұнайтын атпен атағанын жазыңыз. Өз сезіміңізді жазыңыз. Сіз қалай ойлайсыз сіздің сезіміңізбен балаңыздың сезімі сәйкес келеді ме? Оған ұнайтындай етіп атауға тырысыңыз.

«Ашулы жебе мен бауырсақ» шағын әңгіме.

Мақсаты: Топ мүшелерін белсендендіру.

Өзіңізді «бауырсақ» түрінде елестетіңіз. Таңыңыз қалай басталатынын елестетіңіз.

Сағаттың оятқышын басып, жеңіл тұрып, душ қабылдау керек, бәрі күнделіктегідей; баланы оятатын уақыт келді: «тұрғым келмейді, сәл жата тұрайыншы»;

«Мен кешігіп барамын, ал сен қайтадан өз әдетіңе бастың», қайтадан тітіркену пайда болады, және т.б. (барлық күннің сипаттамасын беріңіз, сонымен бірге тітіркену пайда болған жерде көңіл бөліңіз. Содан кейін сіз тітіркенуді, алдымен сырттан алынған, содан кейін қайта шығарылған жебелер деп айтасыз). Міне, біздің сүйкімді бауырсақ тікенекті кірпі болды. (Талқылау)

«Жұдырықтар», «Кірпі» жаттығуы:

Мақсаты: Агрессияны білдірудің құрылымы жоқ тәсілдерін ұғыну.

Қазір біз екі командаға бөлінеміз – алма мен алмұрт. (Жұппен жұмыс істейміз) «Алмалар» оң қолдарының жұдырығын түйеді. Өте қатты қысыңыз, ал «алмұрттар» сол жұдырықты ашу керек, бұл ретте физикалық күш тудырмауға тырысамыз. (содан кейін керісінше ауысамыз)

Талқылау: Кім жұдырықты ажырата алды? Сіз қандай әдістерді пайдаландыңыз? Тапсырманы орындау қиын болды ма?

«Кірпілер» ұқсас жаттығу жүргізіледі: Жұпта біреуі шатастырып оралады (басын тізеге қояды және оны қолмен жабады), ал екіншісі сол шатасқанды ашу керек.

Ал қазір барлығыңыз оң қолдарыңыздың жұдырығын қатты қысасыздар, ал мен жақындап қараймын. Барлығы сіздің тапсырмаңызды орындағанына көз жеткізіңіз, сұраңыз: «Құрметті ата-аналар жұдырықтарыңызды ашыңыздар. Ал енді өздеріңіздің мейірімді, жақсы қолдарыңызға қараңыздар». Ата – аналар еркінен тыс бір-бірлерінің қолдарынан қысты. Ал сіздер қорытынды шығарыңыздар «күш, манипуляция, қауіп-қатерлерді қолдану қажет емес, мейірімді сөздер бәрі айналаны өзгереді» деген қорытынды шығарамыз.

«Ашу – ызамен агрессияны ажыратудың конструктивтік тәсілдері» Әңгіме

Мақсаты: Үлкейіп келе жатқан агрессияны тежеу бойынша ата-аналардың білімін кеңейту.

Үлкейіп келе жатқан агрессияны тежеу бойынша ұсыныстар:

- Онға дейін санаңыз.
- Кез келген ренжулі ертегі кейіпкері бейнесін (елестетіңіз) салыңыз.
- Суыққа басыңды сүйе.
- Терезеге қараңыз, ішке «қараңыз», ренжіген адамның сыртынан қараңыз.

- Қағазды илеп жыртыңыз.
- Үйге келгенде, су бар кранды ашып, барлық жағдайды қайтадан ой елегінен өткізу.
- Сізге рахмет, егер де сіз...
- Ең конструктивтік эмоцияларды пайдалы жұмыс арқылы басқарып, алмастыру.

Ата-аналарға балаларды тәрбиелеу туралы жадынама

Баланы тәрбиелей отырып, келесі ережелерді ұстануға тырысыңыз:

1. Өз балаңызды жақсы көріңіз және балаңыз сіздің махаббатыңызға ешқашан күмәнданбайтын болсын.
2. Баланы оның барлық артықшылықтары мен кемшіліктерімен қабылдаңыз.
3. Баланың ең жақсы қасиеттеріне сүйеніп, оның мүмкіндіктеріне сеніңіз.
4. Баланың өзіне және өз күшіне сенуге тырысыңыз.
5. Өз балаңызды түсінуге, оның ойлары мен сезімдеріне көз жеткізуге тырысыңыз, өзіңізді оның орнына қойыңыз.
6. Баланың табысқа жетуіне жағдай жасаңыз, оған өзін мықты, шебер, табысты сезінуге мүмкіндік беріңіз.
7. Баланың тарапынан болған армандарыңыз бен тілектеріңізді жүзеге асыруға тырыспаңыз.
8. Есіңізде болсын, тәрбиелеуді сөзбен емес, іспен көрсету керек.
9. Балаңызды басқа балалармен салыстырмаңыз, әсіресе оларды мысал ретінде айтпаңыз. Әр бала қайталанбас және бірегей екенін есте сақтаңыз.
10. Баланы сіз қалағандай өседі деп санамаңыз.
11. Өз балаңыздың тәрбиесіне жауапты Сіз екеніңізді есте сақтаңыз.

Ата-аналарға арналған тренинг сабағы «Мектептегі буллинг»

Мақсаты: Мектепте буллинг мәселесі бойынша ата-аналардың білімдерін жандандыру.

Міндеттер:

1. Ата-аналарды «Буллинг» ұғымымен таныстыру.
2. Ата-аналардың белсенді педагогикалық ұстанымын қалыптастыру.
3. Ата-аналарды айдап салу жағдайын тануға үйрету.
4. Ата-аналарды өз баласын буллингтен қорғау әдістерімен таныстыру.

Құрал-жабдықтар: мультимедиялық проектор, «мектептегі Буллинг» тақырыбы бойынша презентация, бейдждер, рефлексивті парақтар, фломастерлер, доптар.

Сабақтың ұзақтығы: 60 минут.

1.Кіріспе бөлім. Топпен, топтық ережелермен танысу.

Психолог: Қайырлы күн, құрметті ата-аналар. Біз буллинг ұғымымен, оның негізгі сипаттарымен танысып, келесі сұрақтарға жауап табуға

тырысамыз: бала буллингке ұшыраған жағдайда ата-аналарға не істеу керек? Бала агрессор болған жағдайда және мұндай жағдайлардың пайда болмауы үшін не істеу керек.

Талқылауға кіріспес бұрын танысайық. Жүргізілу барысында ережелерді шеңбер бойында атап айтамын. «Шеңбер - қатысушылардың теңдігінің символы, сөйлейтін адамға құрмет қағидаты, мен-айтушымын, бағаламау, құпиялылық - барлық ақпарат шеңберде қалады».

Сергіту сәті.

«Танысу» жаттығуы - шеңбер бойынша қатысушылар өз атын айтып, мына сұраққа жауап береді: менің көңіл-күйім қандай?

«Ассоциация» жаттығуы.

Психолог: "буллинг" сөзімен қандай ассоциациялар бар? Ата-аналар қалауы бойынша сөйлейді.

2. Негізгі бөлігі

«Мектептегі буллинг» мультимедиялық презентациясын қолдану.

Буллинг – ертеден келе жатқан жаңа термин, ғасырлық құбылыс-балалардың әлімжеттілігі деп айтуға болады. Іс жүзінде әр сыныпта күлкіге қалатын, кейде кейбір кезде басқалар тарапынан мазаққылу, кейде барлық сынып оқушылары тарапынан ашық қорлау объектілері болып табылатын балалар бар. Балалар ұжымында буллинг көбінесе жасөспірімдердің бос болмауының нәтижесі болып табылады.

Буллинг (ағылш. bullying – сыныптастар тобы тарапынан балаға қатысты қорқыту, физикалық және / немесе психологиялық террор), – бұл физикалық немесе психикалық күшті жеке тұлға немесе топ осы жағдайда әлсіз адамға дене немесе психологиялық ауырсыну тудырған кезде қатал қарым-қатынас нысаны болып табылады.

Буллинг проблемасын шешудің тиімді әдістерін әзірлеуге көшпес бұрын осы құбылыстың түрлерін, себептерін және олардың барлық алуан түрлерінде мүмкін болатын көріністерін зерттеу қажет.

Буллингкелесі түрлерін бөліп көрсетеді:

А. Психологиялық (моральдық) зорлық-зомбылық:

1. Вебальды (мазаққылу, (кликка) лақап есім беру, шексіз ескертулер мен объективті емес бағалаулар, мазасыздану, басқа балалардың қатысуымен кемсіту, дене жарақатын жою қаупі, шантаж, шағым беру қаупі, достасуды тоқтату, қорқытып алу, жеккөрушілік, құрбандыққа жала жабу, қорлау.

2. Әлеуметтік ерекшелік (бойкот, бас тарту, оқшаулау, құрбанның (баламен ойнаудан бас тарту, айналысудан бас тарту, онымен бір партада отырғысы келмейді);

3. Кибербуллинг – Интернетте қорлайтын мәтіндерді, бейнелер мен фотосуреттерді, қауіп-қатерлерді жариялау және тарату, сондай-ақ онлайн арқылы өзін «құрбандыққа» беру (12-15 жастағы оқушылардың 30%-ға

дейін ұшырайды). Соңғы уақытта тарату троллинг (trolling – қармақтың басына балық аулау) — қатысушылар арасындағы қақтығыстарды, өзара тіл тигізуді туғызу мақсатында ғаламторда (форумдарда, дискуссиялық топтарда, блогтарда және т.б.) арандатушылық хабарламаларды орналастыру.

Б. физикалық зорлық-зомбылық ұру, соққы жасау, бүлдіру және заттарды алу, ұрлық және т. б.

Әртүрлі көзқарастар бойынша буллингтің бірінші түрі кең таралған:

1. Сөздік қорлау (қорлау, өрескел әзілдер, ауызша арандату, әдепсіз әзілдер және т. б.).
2. Бойкот,
3. Физикалық жазу.
4. Өсек және естігенін тарату,
5. Ұрлық.

Зерттеулер көрсеткендей, төменгі сыныптарда буллинг жағдайларының кездесуінің жиілігі жоғары, ер балалар арасында кең таралған, 14-15 жасқа қарай төмендейді, кибербуллинг 13-15 жастағы жасөспірімдер арасында кең таралған, көбінесе қыздарға тән.

Буллингтің негізгі сипаттамалары

1. Қастықпен
2. Тұрақтылық
3. Күш теңсіздігі
4. Топтық процесс (қатысушылардың кең ауқымына қатысты)
5. Өз өзінен тоқтай алмайды
6. Барлық қатысушыларға теріс психологиялық әсер ету.

Статистика бойынша, буллинг кезінде балалардың көп пайызы көмек көрсетпейді:

- 62% балалардың буллинг туралы айтқан жоқ
- 24% достарымен бөлісті
- 2% ата-аналарға айтты

Балалар неге көмек сұрамайды?

1. Мұны өз бетінше жеңгісі келеді
2. Балалар ренжітушіден қорқуы мүмкін
3. Әлсіздік үшін бас тартудан қорқады
4. Ешкім оларға қамқорлық жасамайды деп сезеді
5. Балалар олардың құрдастары бас тартады деп қорқуы мүмкін.

Буллингтегі рөлдерді бөлу

Жоғарыда айтылғандай, буллинг - әрдайым ұжымдық құбылыс. Оған саналы немесе еріксіз қатысатын балаларды төрт санатқа бөлуге болады: бастамашылар, қудалаушылар, бақылаушылар, құрбандар.

Бастамашылары бір-үш бала, олардың мақсаты өзін-өзі нық орнықтыру, ұжымда беделге ие болу, сондықтан олар агрессивті иінтіректерді пайдаланады. Кейбір жағдайларда зорлық-зомбылыққа басқа балаға қатысты жеке жеккөрушілік немесе мұқият жоспарланған кек себеп болуы мүмкін. Бастаушылар топтың бір немесе бірнеше қатысушыларын демонстрациялайды, күледі немесе елемейді. Олардың назарына ұмтылады, сынып көшбасшысының рөліне ие болғысы келеді.

-өз отбасындағы зорлық-зомбылықтан зардап шегетін және сыныптағы ең нашар зорлық-зомбылықпен өзінің қайғысын өтейтін балалар.

-оқушылар, лидерлік пен билікке талпыныс, басқалардың есебінен өзін бекіту.

- тез қозғыш және өте импульсивті, агрессивті мінез-құлықпен.

- тәртіпті жиі бұзады.

- басқаларды өз мәселелерінде айыптауға бейім.

- агрессивті балалар.

- физикалық мықты балалар.

Буллингтің құрбаны немесе объектісі:

* жиі қорқынышты болады,

* тыныш балалар,

* жиі физикалық әлсіздік,

* стандартты емес келбеті бар балалар,

* оқуда ерекше болу,

* сезімтал, өзіне қарсы тұра алмайтын, сенімділік көрсету, оны қорғау,

* белгілі бір саладағы талант немесе, керісінше, үлгерімі нашар және бос,

* өзін-өзі бағалауы төмен немесе керісінше жоғары балалар.

Буллингтің құрбаны кез келген оқушы бола алады.

«Сайқымазақ», «Ешкіні босату», «Көнгіш құрбаны», «Құл», «Ақ қарға», «Ашуланған», «Танымал емес», «Агрессорлар"»: агрессор-шабуылшы, бас тартушы агрессор, «Өсекші».

КӨНГІШ	АГРЕССИВТІ
<p>оларға теріс «мен-концепциясы» тән, жиі өзін сәтсіз, ақымақ, ұялшақ және тартымсыз адамдар болып табылады;</p> <p>жалғыз болу, агрессия көрсетпеу және оқушылар тобынан қашық болу мүмкін.</p> <p>өз қадір-қасиетінің төмен сезімінен зардап шегеді;</p> <p>коммуникативтік дағдылары нашар дамыған интроверт;</p>	<p>аса агрессивті және эмоциялық тұрақсыз;</p> <p>оңай ашуландырады және ашу күйіне түседі, арандатулар береді;</p> <p>ниеттерді немесе пікірлерді дұрыс түсіндіре алмайды;</p> <p>мақсатқа жету үшін құрал ретінде агрессияны пайдаланбайды;</p> <p>агрессияны кек ретінде пайдаланады;</p>

Құрбан үшін ықтималды салдарлар:

Әлеуметтік оқшаулау, ассоциальды мінез-құлық, үрейлі бұзылулар, психосоматика, суицид тәуекелі.

Куәгерлер

Белсенді көмекшілер	Пассивті жақтастар
Буллер қолданыста нығайтылады (дөңгелек стол өтті, мысқылмен, қолдаумен); мүмкін, арандатуы мүмкін;	жалпы алғанда басымдық мінез-құлыққа және төмендетуге әлсіз

Куәгерлердің туындаған жағдайды, зардап шеккендерге көмектесуге тырыспайтынына әсер етеді. Куәгерлер көп болған сайын, зардап шегушіге көмек көрсету мүмкіндігі аз.

Қорғаушылар

Сыныпта буллингтің бір ғана қарсыластың болуы жағдайды жақсы жаққа өзгерте алады.

Егер қорғаушылар бірнешеу болса және сыныптағы олардың пікірімен санасса - қудалаушылардың көпшілігі бірден қояды, қақтығыс басындағыдай болмайды.

Қорғаушылардың негізгі сипаттамалары:

- * Тұрақты құндылықтар жүйесі бар;
- * Өзі туралы түсінік позитивті ұстанымдары бар, жеке тұлғаны өкүрметтейді;
- * Өз мінез-құлқын өз бетінше реттеуге қабілетті;
- * Оптимистік эмоциялық жағымды күйде жүреді.

Ата-аналарға баланың буллингтің құрбаны болғанын қалай түсінуге болады?

Егер сіздің балаңыз:

- * мектепке бармай, мектепке бармаудың кез келген мүмкіндігіне қуаныштымын деп айтқанда;
- * мектептен қысыммен қайтқанда;
- * жиі нақты себептерсіз жыласа;
- * өз сыныптастарынан ешкімді ешқашан есіне алмаса;
- * мектеп өмірі туралы өте аз айтса;
- * жалғыздық, оны ешкім туған күндеріне қонаққа шақырмайды және ол ешкімді өзіне шақырғысы келмесе.

Бұл жағдайда сіздің балаңыз буллингтің объектісі болуы мүмкін.

Топтық жұмыстар

Құрметті қатысушылар: «қазір сіздер екі топқа бірігіңіздер». Қатысушылар лимон-апельсин деп саналады.

Қазір сіздермен келесі сұрақтардың жауабын табуға тырысайық:

1. «Лимондар» тобы топтық пікірталас барысында «ата-аналарға құрбанның баласы болған жағдайда не істеу керек?» деген сұраққа жауап табуға тырысады.

2. «Апельсиндер» тобы «буллер бала болған жағдайда ата-аналарға не істеу керек?» деген сұраққа жауап табуға тырысады».

Талқылаудан кейін әр топтың өкілі осы мәселе бойынша айтады.

Психолог ата-аналардың нақты ұсыныстарын талқылайды, оларды айтады.

Бала буллингке ұшыраған жағдайда ата-аналарға не істеу керек?

- Жарақаттанудың шынайы себебін түсінуге тырысу: баланың сыртқы келбеті, оның мінез-құлқының ерекшеліктері, нашар, ал қазір кейде үлгерімі жақсы, балаларға арналған заттардың болмауы (ұялы телефон және т. б.).
- Сіздің балаңыз мектеп буллингінің құрбаны болғанына көз жеткізу;
- Сынып жетекшісіне, мектеп психологына жағдай туралы хабарлаңыз.
- Қалыптасқан жағдайды бірлесіп шығу жолдарын табу;
- Егер бала зорлық-зомбылықты бастан кешсе, болған жағдайға қорыққан болса, оны үйде бір күнге қалдырыңыз, мектепке бармаңыз. Қатты күйзеліс кезінде баланы басқа сыныпқа немесе тіпті басқа мектепке ауыстыруға тырысу керек;
- Баламен болған ешбір жағдайларды елеусіз қалдыруға болмайды, және ол ауыр тиеді.
- Баланы жылы сөздермен тыныштандыру және қолдау: «Сенің маған айтқаның жақсы болды. Сен дұрыс істедің»; «Мен саған сенемін»; «сен бұған кінәлі емессің»; «бұндай жағдайға тап болған сен ғана емессің, бұндай жағдай басқаларда да болады»; «Маған өкінішті, бұндай жағдайдың сенде болғаны». «Мен барлығын жасауға тырысамын, келешекте сені қорқытпау үшін».
- Баламен сөйлесіңіз, жағдайды тыныш және іскерлік ретінде талқылаңыз.
- Баланы бағалаусыз және қосымша түсіндірмесіз сезіміңізді білдіріңіз. Бұл шешім табу үшін қажет мәселелердің бірі ғана екенін түсініңіз.
- Мұндай жағдайларды шешудегі өзінің сәтті тәжірибесі туралы, басқа балаларға ренжімеген және ашуланбаған жағдайлар туралы айтып беріңізші. Жағдай туралы сынып жетекшісіне, мектеп психологына хабарлаңыз.

- Жақын арадағы ата-аналар жиналысында сөз сөйлеңіз: ата-аналарды айыптауға емес, сыныптағы әдетке айналмауы үшін күш-жігерді біріктіруге шақыруға тырысыңыз.
- Талаптар қоюда «ынжық», «жауап қайтарыңыз» ұстанымдарын белгілеуге асықпаңыз. Көптеген балалар қорқынышты жеңе алмайды және оның үстіне әкенің қанағаттанбауын тудырудан қорқады, сондықтан шағымдануды доғарады және өз-өзімен жалғыз қалады.
- Буллингтің себептері мен салдарын біле отырып, құрметті ата-аналар, сіздің балаңыз біздің қоғамның толыққанды тұлғасы болу үшін дұрыс шешімді және барлық қажетті шараларды қабылдаңыз.

Егер балаңыз ренжітуші болса

Егер сіздің балаңыз басқаларды ренжітіп, зақымдайтынын білсеңіз, онда бірінші сіздің импульсіңіз оны қатаң жазалайтын болады. Бұл жай ғана бір жолғы шара болады және жағдайды шешпей, одан да тереңдете түседі. Егер балаңыз басқаларды ренжітсе, онда сізге қажетті ұсыныстар:

- * ренжітуші баланы тоқтату,
- * өзінің мінез-құлқын қайта қарауға жағдай жасау. Жазалау жаман мінез-құлықты түзмейді және де бала мен ересектер арасындағы сенімді жояды.
- * баланың басқаларға мейірімді болу ниетімен басқа зиян келтіру ниетін ауыстыруға тырысу керек.

Бұған қалай қол жеткізуге болады?

- Балаға оның дұрыс емес екенін түсіндіріңіз және оны түзету жолдарын табуға көмектесіңіз.
- Баланың мұндай мінез-құлқына не әкелді дегенге назар аударыңыз, оған өз іс-әрекеттері үшін жауапкершілікті өзіне ала отырып, өзінің тұтастығы мен өзін-өзі құрметтеуді қалпына келтіретінін түсінуге көмектесіңіз.
- Сіздің балаңыздың не істеп жатқандығы үшін артықшылыққа жол бермеуге тырысыңыз.
- Баламен оның әрекеттері туралы айтыңыз, буллингтің құрбаны болған жағдайда, сіз ашық және нақты сұрақтар қойыңыз.
- Осылай сіз оның қорғаныс реакциясын жеңесіз және оның шынайы уәждемесін түсінесіз, сіз баламен қарым-қатынасты сақтайсыз және оған өзін түсінуге көмектесесіз.
- Баланың мұндай мінез-құлқына ішкі тыныштық, қандай да бір ауырсынуға әкеледі. Біз өзімізді позитивті қабылдасақ, ешкімді ренжітудің қажеті жоқ. Есіңізде болсын - бұл бала емес, бұл жаман мінез. Оның жақсы екенін білетініңізді және мұндай мінез-құлық оған тән емес екенін айтыңыз.
- Эмпатияны дамытыңыз.

Балалардың буллингте ойнайтын рөлі туралы хабардар болуы деңгейін арттырыңыз

Жарақат алуға жол бермеу үшін не істеу керек?

* Мұғалімдер мен сыныптастармен байланыс орнату;
* Сыныптастарын қонаққа шақыруға, әсіресе оған ұнайтындарды;
* Баланың өзін-өзі бағалауын арттыру; баланың өзін-өзі бағалауы жоғары болған жағдайда, оның айналасындағыларға қандай да бір адамның кемшіліктері мен қадір-қасиеттерінің бар екенін көрсетпейтінін түсіндіру; балаға тек оқуға ғана емес, сынып ұжымының мүшесі болуға көмектесу.

* Отбасында эмоционалды-қолайлы жағдай жасау, баланы ата-аналармен бірлесіп істерге тарту (бос уақыт, сапарлар, мәселелерді талқылау, отбасының әрбір мүшелерінің сезімдері), отбасында дәстүрлер мен салт-дәстүрлерді қалпына келтіру немесе қайта жаңғырту (ұйқының алдында қайырлы түн айту, баланы сүю және ұстау, таңертең мектепке келгенде жақсы күн тілеу, туған күндерін белгілеу, жиі құшақтап, сүю және т. б);

* Баланың эмоционалды жағдайына мұқият қарау;

Буллингке деген көзқарас режиссер Ролан Быковтың «Чучело» (1983) көркем фильмінде өте жақсы көрсетілді. Алтыншы сынып оқушысы Лена Бессольцева бала бастан кешуі мүмкін барлық сезімдерді: ауырсыну, жалғыздық, ересектермен проблема бөлісуден қорқыныш, ессіздік және қорғансыздық сезімін шебер жеткізеді.

Ата-аналар балалармен бірге

Кейіннен талқылаумен көркем фильмдерді көру:	Буллинг мәселесін ашатын көркем әдебиетті талқылау:
«Чучело» (1983 г.). «Класс» (2007 г.). «Розыгрыш» (2008 г.). «Класс коррекции» (2014г.)	В.К. Железняков «Чучело». Хосе Тассиес «Украденные имена». В.Н. Ватан «Заморыш». Е.В. Мурашов «Класс коррекции». Стивен Кинг «Кэрри». Алексей Сережкин «Ученик». Андрей Богословский «Верочка». Джоди Пиколт «Девятнадцать минут».

Кейбір балалар буллинг проблемасына тап болған соң, соншалықты азапты сезінеді, бұл іс жүзінде барлық дағдыларын жоғалтады және өзін жек көре бастайды. Мұндай балалар мұқият ойластырылған терапевтік араласуды қажет етеді. Араласу бағдарламасы мектеп қабырғасында қолдау көрсетуді немесе қандай да бір сыртқы қолдау қызметіне жіберуді

қамтуы мүмкін. Мысалы, әлеуметтік қызметпен, сот органдарымен немесе балаларға арналған «Балалар желісі» сенім телефонымен байланыс жасауға болады. (Сенім телефонының визиткаларын үлестіру).

3.Қорытынды бөлім. Рефлексия.

Сонымен, құрметті ата-аналар, біз сіздермен мектептегі буллингпен және осындай жағдайға тап болған өз балаларына көмек көрсету тәсілдерімен байланысты мәселелерді қарастырдық.

Рефлексия

Қатысушылар кері байланыс береді, шеңбер бойынша сөйлейді: пайдалы не болды, сабақ соңында менің көңіл-күйім...

Біз рефлексивті парақтарды толтырамыз.

Рефлексифті парақ

Менің көңіл-күйім 1 2 3 4 5

Ақпарат қызықты болды 1 2 3 4 5

Ақпарат пайдалы болды 1 2 3 4 5

Сіздің ойыңызша, не сәтті болды және қандай?

Келесі жиналыстарда қандай сұрақтарды қарастырғыңыз келеді?

Содержание

Введение	115
Глава I. Проблема буллинга среди казахстанских школьников	116
Глава II. Буллинг в школьной среде: его причины и последствия	119
Глава III. Реализация мер по предотвращению, выявлению и разрешению случаев насилия, оказанию помощи участникам конфликтной ситуации	126
Глава IV. Роль психологической службы школы в профилактике буллинга	135
Заключение	139
Использованная и рекомендуемая литература	140
Приложение 1. Алгоритм общей профилактической работы в организациях образования	141
Приложение 2. Памятки для родителей и педагогов	151
Приложение 3. Формы организации проведения профилактической работы	154
Приложение 4. Диагностика. Анкеты	159
Приложение 5. Игры и упражнения в работе по профилактике буллинга	164
Приложение 6. Занятия для учащихся	171
Приложение 7. Практикумы для педагогов	187
Приложение 8. Практикумы для родителей	200

Введение

Обеспечение для всех детей благоприятных условий жизни, развития, воспитания и получения образования наряду с их защитой от насилия и жестокого обращения является одной из главных задач социальной политики для любого государства.

Никакое насилие в отношении детей не имеет оправдания, и любое насилие может быть предупреждено. Однако дети во всем мире сталкиваются с насилием в семье, в местном сообществе и в образовательных учреждениях как со стороны других учащихся, так и со стороны учителей. Особую опасность представляет систематическое насилие – травля или буллинг.

Буллинг (bullying) - психологическое или физическое давление, насилие, прессинг, третирование, запугивание, травля индивидуума в ситуации, когда он не может себя защитить другим индивидуумом или группой

В настоящее время буллинг – одно из распространенных явлений в школах всего мира. Всемирный доклад ООН о насилии в отношении детей, обнародованный в 2006 году, стал первым международным опытом комплексного анализа не только масштабов направленного против детей насилия, но и его негативных последствий. [1]

Школьное насилие является серьезной проблемой современной образовательной системы. С травлей учащихся, или буллингом, можно столкнуться, к сожалению, практически в любой школе. Буллинг как социально-психологическое явление создает угрозу безопасности участников образовательного процесса. Последствия буллинга – как непосредственные, так и отсроченные – негативно сказываются на интеллектуальном и личностном развитии обучающихся.

К сожалению, многие школьники и их родители недостаточно осведомлены о вреде буллинга для физического и ментального здоровья ребенка.

Вопросам раннего выявления и профилактики буллинга в детской среде в последнее время в нашей стране уделяется самое пристальное внимание.

На сегодняшний день на организации образования ложится ответственность за проработку и устранение проблемы буллинга. Это позволит сохранить психологическое здоровье обучающихся, создать комфортную развивающую образовательную среду, обеспечивающую высокое качество образования, духовно-нравственное воспитание и развитие обучающихся, а также гарантирующую охрану и укрепление физического и социального здоровья обучающихся.

Глава I. Проблема буллинга среди казахстанских школьников

Согласно данным ЮНИСЕФ, 150 миллионов детей в мире свидетельствуют о том, что подвергались насилию со стороны сверстников в школе или за ее пределами.

Для Казахстана проблема насилия в школах не менее актуальна. Согласно данным проведенного в 2011 году в Казахстане исследования «Оценка насилия в отношении детей в школах», с насилием и дискриминацией в образовательных учреждениях столкнулись 66,2% опрошенных учащихся 5–10-х классов, из них 63,6% – в роли свидетеля, 44,7% – в роли пострадавшего, а 24,2% признались в совершении насильственных действий. Чаще всего учащиеся (40,0% опрошенных) подвергались обзыванию, насмешкам, порче их вещей. Вдвое меньше учащихся (21,4%) получали толчки, пинки, подножки, удары, угрозы или же на них совершались нападения. О случаях вымогательства денег сообщили 9,8% учащихся. О высказываниях и притеснениях сексуального характера в свой адрес рассказали 8,5% опрошенных, а 7,4% сообщили, что были свидетелями подобных действий в отношении других. Дискриминации по гендерному признаку, национальной и религиозной принадлежности, цвету кожи, одежде или месту проживания, а также по причине инвалидности подвергался каждый шестой школьник (15,5%), а свидетелем дискриминационного отношения или действий стал каждый третий ученик (36,1%). [2]

Согласно результатам исследования, проведенного в 2012 году офисом Уполномоченного по правам человека и Детским фондом ООН (ЮНИСЕФ), 66,2% детей сталкивались с насилием в школе или дискриминацией за последний год. Это означает, что 2 из 3 детей были либо свидетелями, либо жертвами, либо инициаторами насилия. При этом 40% детей сообщали, что были жертвами психологического насилия, 21,4% - жертвами физического насилия, а 15,5% подвергались дискриминации [2].

В 2018 году исследовательская группа ученых Национального центра общественного здравоохранения (НЦОЗ МЗ РК) по «Поведению детей школьного возраста в отношении здоровья» «Healthbehaviourinschool-agedchildren» (HBSC) провела опрос среди казахстанских школьников, чтобы изучить показатели здоровья и благополучия среди подростков. [2]

В ходе опроса школьников просили ответить на вопросы, как часто они принимали участие в буллинге/кибербуллинге, либо сами становились его жертвами в школе на протяжении последних двух месяцев.

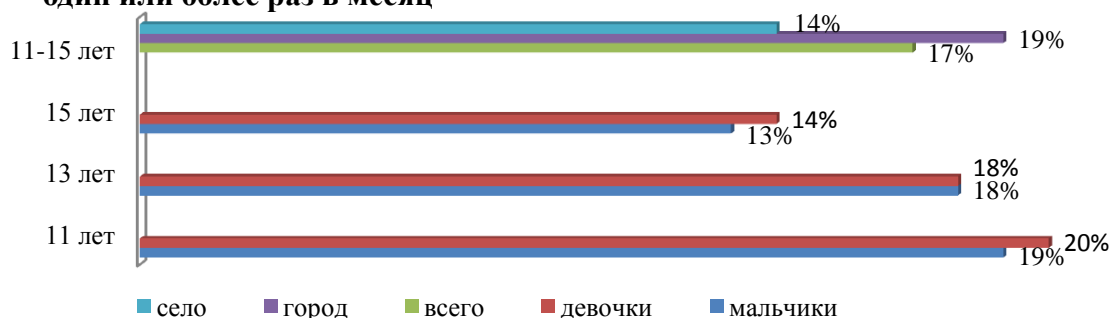
По мнению ученых исследовательской группы НЦОЗ, как у жертв буллинга, так и у самих обидчиков имеются сопутствующие и будущие проблемы с психическим здоровьем.

Как выяснилось, 17% подростков 11-15 лет подвергались буллингу в школе один и более раз в месяц. Жертвами буллинга чаще становятся городские школьники по сравнению с сельскими.

Диаграмма 1 «Жертвы и участники буллинга»

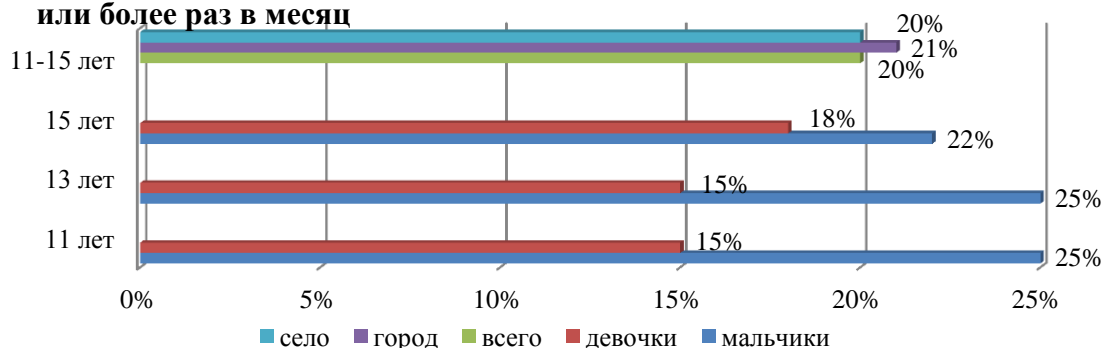
Жертвы буллинга, HBSC Казахстан

% подростков, которые становились жертвой буллинга в школе один или более раз в месяц



Участники буллинга, HBSC Казахстан

% подростков, которые участвовали в буллинге в школе один или более раз в месяц



Распространенность буллинга среди мальчиков и девочек несколько снижается к 15 годам. Участвовали в буллинге других людей в школе один и более раз в месяц 20% подростков 11-15 лет. Распространенность данного поведения наиболее высокая среди мальчиков 11 и 13 лет.

Кроме того, с развитием новых технологий и популяризацией социальных сетей появился новый вид буллинга – кибербуллинг.

Примеры кибербуллинга: отправка оскорбительных сообщений (через текст или интернет), размещение пренебрежительных комментариев на сайте социальных сетей, размещение унижительных фотографий, а также угрозы или запугивание кого-либо в электронной форме.

Кибербуллинг оказывает негативное влияние на здоровье подростков, способствуя развитию серьезных проблем, таких как депрессия, тревога, низкая самооценка, эмоциональные расстройства, употребление психоактивных веществ и суицидальное поведение.

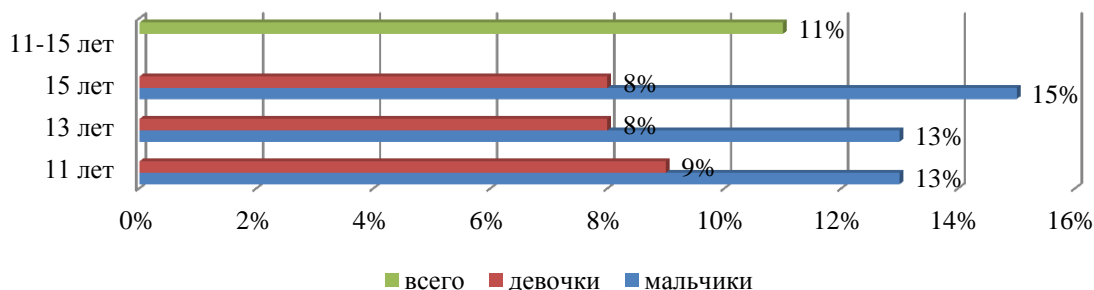
Стало известно, что по крайней мере один раз или более подвергались кибербуллингу 12% подростков 11-15 лет.

Опыт кибербуллинга других людей, по крайней мере, один раз отметили 11% подростков. Подобное поведение более распространено среди мальчиков. [2]

Диаграмма 2 «Жертвы и участники кибербуллинга»

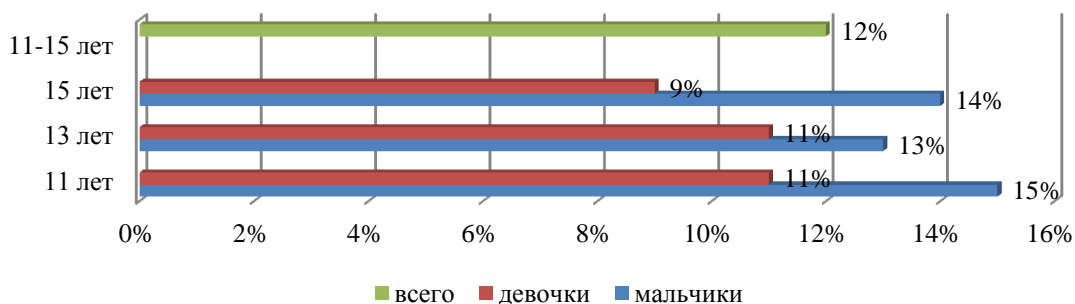
Участники кибербуллинга, HBSC Казахстан

% подростков, которые участвовали в кибербуллинге один или более раз в месяц



Жертвы кибербуллинга, HBSC Казахстан

% подростков, которые участвовали в кибербуллинге один или более раз в месяц



Все виды буллинга отрицательно влияют на способность к обучению и успеваемость. Насилие в школе также приводит к тому, что у ребенка может пропасть желание учиться, и он начнет пропускать занятия.

По мнению ученых, меры по снижению уровня буллинга на школьном уровне включают внедрение программ по профилактике буллинга, вовлечение родителей, применение дисциплинарных методов, улучшение социального климата в школе, надзор за детьми.

Исследовательская группа ученых НЦОЗ считают, что улучшение взаимодействия служб по профилактике насилия и здравоохранения и оценка существующих законов в отношении насилия также являются ключевыми компонентами борьбы с буллингом и кибербуллингом.

В 2020 году по данной проблеме информация пресс-службы Национального центра общественного здравоохранения МЗ РК сообщает, что каждый пятый казахстанский подросток 11-15 лет становится жертвой или участником буллинга ежемесячно. Участие наиболее распространено среди мальчиков.

Глава II. Буллинг в школьной среде: его причины и последствия

Насилие в организациях образования имеет различную природу и характер, проявляется как в форме однократных насильственных действий, так и в виде постоянных издевательств, унижений и систематической травли. Насилие может быть физическим и словесным, выражаться в насильственных действиях и высказываниях сексуального характера, иметь явно или неявно выраженную гендерную направленность, преследовать материальную выгоду (вымогательство и отбирание вещей и денег), но практически всегда оно наносит психологическую травму всем вовлеченным сторонам.

Школьная травля (буллинг) - повторяющаяся агрессия по отношению к определенному ребенку, включающая в себя принуждение и запугивание со стороны других учеников, явно или неявно поддерживаемая учителями.

Травля в школе может появляться в самых различных формах: физическая и психологическая агрессия, явное преследование и скрытое выражение плохого отношения.

Скрытые формы буллинга включают в себя игнорирование, бойкот, исключение из отношений, различные манипуляции, намеренное распускание негативных слухов и сплетен и т. п. — создание общей негативной среды, в которой ребенок чувствует себя незащищенным, исключенным из детского коллектива, отверженным.

Буллинг – это насилие, которое предусматривает дисбаланс власти между вовлеченными сторонами.

Подвергать учащихся травле может как одно лицо (ученик или учитель), так и группа лиц.

С распространением мобильной связи и Интернета и все более увеличивающейся активностью подростков в социальных сетях появился новый вид буллинга с использованием современных технологий общения –кибербуллинг.

Виды буллинга

Вид	Описание
Вербальный буллинг	Словесное издевательство или запугивание с помощью жестоких слов, которое включает в себя постоянные оскорбления, угрозы и неуважительные комментарии.
Физический буллинг	Физическое запугивание с помощью агрессивного физического устрашения заключается в многократно повторяющихся ударах, пинках, подножках, блокировании, толчках и прикосновениях нежелательным и неподобающим образом.

<p>Социально – психологический буллинг</p>	<p>Психологическое насилие включает в себя совокупность намеренных вербальных и поведенческих действий, направленных на унижение достоинства, игнорирование, отторжение, контролирование или социальную изоляцию человека.</p> <p>Психологическое насилие может проявляться в насмешках, обзываниях (присвоении обидных кличек), высмеивании, отказе от общения, недопущении в группу, игру, на спортивное занятие или другое мероприятие, а также в оскорблении, грубых и унижительных высказываниях, ругани, которые подрывают самооценку и самоуважение человека, убеждают его в «никчемности», отверженности со стороны сообщества, обесценивают его личность.</p>
<p>Экономический</p>	<p>Вымогательство – разовое или периодическое требование денег, вещей под давлением и принуждением, включая угрозу расправы физической силой, разглашения каких-то сведений, распространения слухов и сплетен. Подобные действия наносят жертве не только материальный, но и моральный ущерб от причиненных физических и нравственных страданий (боли, страха, унижения).</p>
<p>Кибербуллинг</p>	<p>Киберзапугивание заключается в обвинении кого-либо с использованием оскорбительных слов, лжи и неправдивых слухов с помощью электронной почты или сообщений в социальных сетях. Сексистские, расистские и другие подобного рода сообщения создают враждебную атмосферу, даже если не направлены непосредственно на ребенка.</p> <p>Кибербуллинг отличается от других видов насилия тем, что позволяет обидчику сохранять анонимность и тем самым избегать ответственности за свои действия.</p>

Стоит отметить, что некоторые дети являются жертвами одновременно нескольких форм насилия – например, ребенок может страдать от небрежного обращения дома, а также переживать травлю в школе.

Причины и факторы возникновения буллинга в школьной среде

Исследования показывают, что основными причинами проявления агрессии в подростковом возрасте являются отсутствие родительской любви и заботы, половое созревание и психологическое взросление, наследственность и желание привлечь к себе внимание.

У детей, которые переживают насилие в семье, склонность к гневу (47,9%) и физической агрессии (39,5%) выше по сравнению с детьми, которые не сообщили о проблемах насилия в своих семьях (24,8% и 27,5% соответственно). Это показывает, что дети, растущие в семьях с насилием, драками и руганью родителей, или дети,

подвергающиеся психологическому и физическому насилию, чаще проявляют гнев и склонности к физической агрессии.

Основными **факторами**, объясняющими жестокость одних детей по отношению к другим, являются:

- внутриличностная агрессивность, зависящая от индивидуальных особенностей обучающихся. Она обостряется в период подросткового кризиса личности, а ведь около 60% школьников принадлежат именно к этой возрастной группе;

- предшествующий опыт жизнедеятельности школьников, включающий в себя проявления собственной агрессивности и наблюдения аналогичных проявлений в ближайшем окружении – в семье, в референтной (значимой) группе сверстников, в учреждениях образования, посещаемых ранее;

- недостаточный уровень развития коммуникативных навыков, в том числе отсутствие примеров и опыта ненасильственных взаимоотношений и знаний о собственных правах;

- особенности школьной среды (авторитарно-директивный стиль управления, система взаимоотношений внутри класса, в основе которой принципы власти и подчинения).

Наиболее известный исследователь буллинга Дэн Олвеус определяет буллинг как стереотип взаимодействия в группе, систематическое целенаправленное агрессивное поведение при условии неравенства сил или власти участников. При этом он выделяет три ключевых критерия буллинга:

- намеренность;
- регулярность;
- неравенство силы или власти.

Побуждать детей к буллингу могут зависть, месть, чувство неприязни, восстановление «справедливости», борьба за власть, подчинение лидеру, нейтрализация соперника, самоутверждение и др., вплоть до удовлетворения некоторыми обучающимися своих садистических потребностей.

Выделяют следующие группы причин возникновения буллинга

Педагогические	Образовательная, коммуникативная, дисциплинарная и общая не адаптивность в школе. Микроклимат класса. Низкая академическая успеваемость или высокий уровень прогулов. Позиция учителя: ребенок с большей вероятностью подвергнется травле в той обстановке, где и сами педагоги позволяют себе насмешки и унижения в адрес учеников.
-----------------------	--

Психологические	<p>Рискованное поведение: личность агрессора, так называемого буллера, и жертвы, стремление унижить или покалечить других вырастает из чувства собственной неполноценности. Ребенок чувствует, что имеет власть над другими.</p> <p>Половое созревание: во время гормональной перестройки в крови повышается тестостерон и адреналин. Это приводит к увеличению агрессии, возникает предрасположенность к садизму.</p>
Социальные	<p>Пропаганда и поощрение доминирующего агрессивного поведения в обществе: на телевидении, в интернете, компьютерных играх.</p>
Семейные	<p>Недостаток родительской любви и внимания, физическая и вербальная агрессия со стороны родителей. Дома ребенок не может противостоять родителям, которые его бьют или ссорятся. Зато в школе, среди сверстников, ему это по силам. Чрезмерный контроль. Сложная семейная ситуация и воспитательская неадекватность. Низкая привязанность к родителям.</p>

Участники буллинга

Когда говорят о буллинге, имеют в виду не единичные конфликты между детьми, а сформировавшиеся отношения в учебном коллективе. В этих отношениях всегда есть жертва (ребенок, над которым издеваются); есть группа детей, проявляющих активную агрессию к этому ребенку (обычно в такой группе есть лидер, вокруг которого объединяются дети); есть свидетели и сочувствующие – дети, которые не участвуют непосредственно в издевательствах, но боятся оказать поддержку жертве, чтобы не оказаться на его месте.

Психологические портреты участников буллинга

Агрессор/ буллер	<p>Подросток с низкой самооценкой, которую он стремится поднять за счет унижения других; стремящийся быть в центре внимания любой ценой; агрессивный, жестокий, склонный к доминированию и манипулированию; чаще с проблемами в семейных и детско-родительских отношениях.</p> <p>Агрессорами могут быть дети как из неблагополучных семей, так и из семей с высоким материальным положением.</p> <p>Агрессоры выбирают по отношению к кому проявлять насилие. Они тщательно выбирают, когда и где совершать насилие.</p> <p>Они могут прекратить свои действия, когда им надо.</p>
-----------------------------	---

Жертва	Жертвами, в большинстве случаев, становятся неуверенные в себе, гиперэмоциональные, обидчивые, замкнутые, нерешительные, тревожные дети. Они склонны к самоуничтожению и часто считают нападки в свой адрес - заслуженными. В группу риска также попадают дети с любыми физическими и психологическими особенностями, дети с низким интеллектом и проблемами в учебе, «любимчики» учителей или наоборот изгои. Психологи выделяют одну характерную для всех жертв черту - невозможность агрессивно противостоять травле.
Наблюдатели	Подростки или дети, которые вовлечены в ситуацию травли. Они могут встать на защиту жертвы, сами оказываясь под ударом и рискуя стать новой жертвой, либо занять пассивную позицию, никак вмешиваясь в конфликт, также наблюдатель активно может поощрять агрессора и присоединяется к нему.
Защитник	Подросток, находящийся на стороне жертвы и пытающийся оградить её от агрессии.

Несмотря на то, что среди детей распространено негативное отношение к травле, лишь малая часть детей младшего и младшего подросткового возраста проявляют это отношение со сверстниками и занимают позицию защитников, около 35–40 % детей относятся к нападающим или поддерживающим травлю, около 25–30 % — к свидетелям-аутсайдерам.

Как уже отмечалось, практически любой ребенок или подросток может стать жертвой травли.

Многие случаи насилия сложно выявить. Как правило, учащиеся – инициаторы насилия (обидчики) действуют в условиях отсутствия контроля и наблюдения со стороны взрослых. Именно поэтому нередко взрослые замечают защитную реакцию пострадавшего (которая выглядит как нарушение дисциплины), а не действия обидчика.

Часто жертвы буллинга не сообщают о себе из-за следующих причин:

- чувство вины и стыда;
- страх перед обвинением в свой адрес;
- страх перед мстью обидчика;
- страх одиночества;
- недоверие к организациям, в которые необходимо обратиться (негативный опыт);
 - страх перед последствиями («Что будет, если я расскажу об этом»), страх возможного разглашения (когда ученик вынужден это делать втайне);
 - защита семьи (нежелание «выносить сор из избы»);
 - терпимость по отношению к партнеру/обидчику;
 - страх перед собственными эмоциями и агрессией;
 - минимизация степени серьезности положения («Все уже позади, ничего серьезного не произошло»), отрицание серьезности ситуации.

Последствия буллинга

Почему важно выявлять буллинг на ранних стадиях:

- а) школьная травля (буллинг) зачастую носит скрытый характер;
- б) буллинг имеет серьезные последствия для всех участников, не только для детей- «жертв», но и для агрессоров, свидетелей, учителей, общей атмосферы в школе;
- в) буллинг не разрешается простыми мерами, например, ужесточением дисциплины или оказанием помощи детям - жертвам травли.

Установлено, что насилие отрицательно влияет на посещаемость, способность и мотивацию учащихся к обучению и, в конечном итоге, на их академическую успеваемость. Насилие ослабляет привязанность учащихся к образовательному учреждению, вызывает у них чувство страха и отсутствия безопасности, что само по себе противоречит задачам воспитания, идет вразрез с правом учиться в безопасной и доброжелательной среде. Из-за насилия дети преждевременно оставляют образовательное учреждение, тем самым лишаются возможности реализовать свое право на образование в полной мере.

Недоброжелательная обстановка, разобщенность между детьми, снижение мотивации к учебе, недоверие к взрослым — это основные последствия травли для детского коллектива.

Данные исследований HBSC разных лет свидетельствуют о том, что дети, которые демонстрируют в школе агрессивное поведение и вовлекаются в драки, чаще других подвергают свое здоровье риску из-за курения, чрезмерного употребления алкоголя и травм; их отличает пониженная удовлетворенность жизнью.

Согласно исследованиям, насилие, пережитое в детстве, может привести к серьезным последствиям во взрослом возрасте. Дети, подвергающиеся буллингу, во взрослом возрасте могут испытывать психологические проблемы и даже проблемы со здоровьем.

ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ	ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ
Депрессия, чувство страха, чувство тревоги, низкая самооценка, сексуальные расстройства, потеря аппетита, нарушение сна, обсессивно-компульсивные расстройства, расстройства, вызванные посттравматическим стрессом, самоубийства	Смерть, частичная или полная потеря трудоспособности, увечья, головные боли, злоупотребление алкоголем или наркотиками, наносящее серьезный вред здоровью.

В результате буллинга у жертв насилия наблюдаются следующие нарушения (**индикаторы буллинга**): проблемы с концентрацией внимания, подавленность, угнетенное состояние, раздражительность, чувство неуверенности, повышенная чувствительность, кошмары, боли в желудке, усталость, отсутствие аппетита, бедность социальных контактов, симптомы страха (например, давление в области груди), приступы потливости, боли в спине, в затылке, в мышцах, нарушение сна.

В последнее время в СМИ появился ряд сообщений о трагических для жертвы следствиях буллинга: нередко случаи самоповреждений и даже самоубийств.

Признаки, которые могут свидетельствовать, что ребенок стал жертвой буллинга:

Поведение ребенка может содержать признаки, что он или она подвергаются травле. Взрослые должны знать об этих возможных признаках и о том, на что они должны обратить внимание, если ребенок:

- негативно относится к школе, использует любую возможность, чтобы туда не ходить;
- боится ходить в школу или уходить из школы;
- просит, чтобы его отвезли или отвели в школу;
- ничего не рассказывает об одноклассниках и школьной жизни;
- возвращается из школы подавленным;
- часто плачет без очевидной причины;
- страдает нарушениями сна и аппетита;
- имеет синяки и ссадины на лице или теле;
- не может на чем-либо сосредоточиться из-за постоянного стресса;
- не хочет ехать в общественном транспорте;
- меняет свой обычный распорядок дня;
- начинает прогуливать уроки;
- отстраняется, проявляет беспокойство или неуверенность в себе;
- занижает самооценку;
- начинает заикаться;
- пытается совершить или угрожает самоубийством, убегает из дома;
- плачет по ночам или испытывает ночные кошмары;
- чувствует себя плохо/больным по утрам;
- начинает плохо выполнять школьные задания;
- приходит домой с порванной одеждой или поврежденными книгами;
- просит денег или начинает воровать деньги (чтобы заплатить тому, кто попросил у него деньги);
- «теряет» деньги;
- имеет необъяснимые порезы или синяки;
- приходит домой голодным (деньги на обед были украдены);
- становится агрессивным, ведет себя неадекватно;
- издевается над другими детьми или братьями и сестрами;
- боится сказать, что не так;
- дает невероятные оправдания для любого из вышеперечисленного;
- боится пользоваться интернетом или мобильным телефоном;
- нервничает при получении SMS-сообщения.

Эти признаки могут указывать на другие проблемы, но травля должна рассматриваться, как возможность, и эти сигналы поведения должны быть расследованы.

Последствия буллинга сказываются на протяжении всей жизни человека, отражаясь на его эмоциональном и когнитивном развитии, физическом и психическом здоровье и поведении.

Глава III. Реализация мер по предотвращению, выявлению и разрешению случаев насилия, оказанию помощи участникам конфликтной ситуации

Школа является важнейшим звеном в системе государственных институтов по предупреждению и профилактике негативных явлений среди учащихся.

Как уже отмечалось, преодолеть буллинг трудно, только разрешая отдельные конфликты между детьми или оказывая поддержку конкретному ребенку, который является объектом травли. Буллинг — сложившаяся система отношений между детьми, детьми и взрослыми, в коллективе детского учреждения в целом, которая склонна воспроизводиться. В силу этого преодоление сформировавшихся отношений школьной травли требует системного подхода, т. е. работы на уровне школы, класса, конкретных детей. Работа по преодолению буллинга — это изменение поведения и отношения всех участников, вовлеченных в процесс травли.

Профилактическая программа по предотвращению школьного буллинга в организациях образования должна соответствовать ряду правил:

- общую просветительскую деятельность необходимо осуществлять на протяжении всего периода обучения ребенка в учреждении образования;

- в ходе организации профилактической работы предоставляемая информация должна давать точную и достаточную информацию об агрессивном поведении, его влиянии на психическое, психологическое, социальное и экономическое благополучие; о насилии и о видах насилия; давать знания о дальнейших последствиях негативных явлений для общества;

- следует делать акцент на пропаганде здорового образа жизни и информировании жизненных навыков, обязательных для того, чтобы противостоять желанию, способствующему появлению негативных явлений в моменты стресса, жизненных неудач, изоляции;

- оформлять рабочие информационные уголки, проводить конкурсы рисунков, плакатов на заданную тематику, тематические мероприятия с участием родителей и самих учащихся, беседы, лекции, опросники, психологический тренинг, ролевые игры, дискуссии, привлекать сотрудников прокуратуры, психиатров-наркологов, врачей-специалистов, психологов, специально подготовленных к работе с данным возрастным контингентом учащихся.

В практику школьной жизни необходимо вводить новые педагогические технологии, такие как деловые и ролевые игры, психологические тренинги. Любая совместная деятельность школьников и взрослых способна существенно изменить систему сложившихся взаимоотношений.

В качестве профилактики буллинга в учреждениях образования необходимо организовывать и проводить: общешкольные мероприятия типа «Минута славы», «Фабрика звезд» и другие, в которых дети могли бы себя проявлять и получать эмоциональное подкрепление; «Доска почета» или «Наши достижения». В каждом классе организуется доска, на которой размещается информация о подростке (фотографии, его творчество, его мечты, его обведенная рука, его пожелания одноклассникам, описание его предпочтений, его достижения и планы на будущее). Информация должна носить эмоционально положительный характер. Данные

мероприятия позволяют подростку почувствовать себя интересным, значимым, достойным, любимым. Это все способствует укреплению эмоционального ресурса и препятствует появлению такого фактора, как насилия среди детей.

Мероприятия, направленные на преодоление и профилактику буллинга в школе, должны носить комплексный характер. Их целью должно стать создание образовательной среды, свободной от насилия, способствующей развитию и самореализации обучающихся, формированию у них здорового, безопасного образа жизни.

Законодательное регулирование насилия в организациях образования

При организации и проведении работы в сфере профилактики буллинга в организациях образования необходимо руководствоваться соответствующими нормативными правовыми актами, действующими на территории Республики Казахстан:

- 1) Конвенция ООН о правах ребенка;
- 2) Конституция Республики Казахстан;
- 3) Кодекс Республики Казахстан «О браке (супружестве) и семье» от 26 декабря 2011 года;
- 4) Закон Республики Казахстан «О правах ребенка в Республике Казахстан» от 8 августа 2002 года;
- 5) Закон Республики Казахстан «О профилактике бытового насилия» от 4 декабря 2009 года № 214-IV;
- 6) Закон Республики Казахстан «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» от 2 июля 2018 года №169-VI;
- 7) Закон Республики Казахстан «Об образовании» от 27 июля 2007 года;
- 8) Кодекс Республики Казахстан «О браке (супружестве) и семье» (с изменениями и дополнениями по состоянию на 19.07.2020 г.);
- 9) Кодекс Республики Казахстан «Об административных правонарушениях» от 5 июля 2014 года № 235-V ЗРК.
- 10) «Правила педагогической этики», утвержденные приказом и. о Министра образования и науки Республики Казахстан от 8 января 2016 года №9.

1. Конвенция о правах ребенка

Статья 16: Ни один ребенок не может быть объектом произвольного или незаконного вмешательства в осуществление его права на личную жизнь, семейную жизнь, неприкосновенность жилища или тайну корреспонденции, или незаконного посягательства на его честь и репутацию. Ребенок имеет право на защиту закона от такого вмешательства или посягательства.

Статья 19: Государства-участники принимают все необходимые законодательные, административные, социальные и просветительные меры с целью защиты ребенка от всех форм физического или психологического насилия, оскорбления или злоупотребления, отсутствия заботы или небрежного обращения, грубого обращения или эксплуатации, включая сексуальное злоупотребление, со

стороны родителей, законных опекунов или любого другого лица, заботящегося о ребенке.

2. Конституция Республики Казахстан

Статья 1: Высшими ценностями, которого являются человек, его жизнь, права и свободы.

Статья 18: Каждый имеет право на неприкосновенность частной жизни, личную и семейную тайну, защиту своей чести и достоинства.

Статья 34: Каждый обязан соблюдать Конституцию и законодательство Республики Казахстан, уважать права, свободы, честь и достоинство других лиц.

3. Закон Республики Казахстан от 8 августа 2002 года N 345 «О правах ребенка в Республике Казахстан»:

Статья 10: Каждый ребенок имеет право на жизнь, личную свободу, неприкосновенность достоинства и частной жизни. Государство обеспечивает личную неприкосновенность ребенка, осуществляет его защиту от физического и (или) психического насилия, жестокого, грубого или унижающего человеческое достоинство обращения, действий сексуального характера, вовлечения в преступную деятельность и совершения антиобщественных действий и иных видов деятельности, ущемляющих закрепленные Конституцией Республики Казахстан права и свободы человека и гражданина.

Статья 36: Защита ребенка от отрицательного воздействия социальной среды:

- Государственные органы, физические и юридические лица обязаны защищать ребенка от отрицательного воздействия социальной среды, информации, пропаганды и агитации, причиняющих вред его здоровью, нравственному и духовному развитию.

- Пропаганду здорового образа жизни и правовое просвещение детей государство признает одним из приоритетных направлений своей политики.

- Ребенку, перенесшему физическую или психологическую травму вследствие уголовного правонарушения, насилия или иного незаконного деяния, должна быть оказана необходимая помощь в восстановлении здоровья и социальной адаптации.

Статья 6: «Обеспечение прав и законных интересов детей, недопущение их дискриминации; «обеспечение целенаправленной работы по формированию у несовершеннолетнего правосознания и правовой культуры», «ответственности должностных лиц, граждан за нарушение прав и законных интересов ребенка, причинение ему вреда».

4. «Закон об образовании Республики Казахстан»

Статья 48 пункт 6: «Ответственность за создание здоровых и безопасных условий обучения, воспитания, труда и отдыха в организациях образования возлагается на их руководителей».

Статья 28: Учебно-воспитательный процесс осуществляется на основе взаимного уважения человеческого достоинства обучающихся, воспитанников, педагогических работников. Применение методов физического, морального и психического насилия по отношению к обучающимся и воспитанникам не допускается»

Статья 51: «Педагогический работник обязан уважать честь и достоинство обучающихся, воспитанников и их родителей или иных законных представителей, воспитывать обучающихся в духе высокой нравственности, уважения к родителям, этнокультурным ценностям, бережного отношения к окружающему миру».

5. «Правила педагогической этики», утвержденные приказом и. о Министра образования и науки Республики Казахстан от 8 января 2016 года № 9:

«Педагог способствует созданию климата доверия и уважения в школьном коллективе», «Уважение чести и достоинства личности: педагог уважает честь и достоинство ученика, родителя, людей, которые становятся объектами его профессионального внимания, тактичен в общении с ними. Он искренне желает развития ребенка, проявляет готовность всегда прийти ему на помощь, деликатность в оценке успехов (неуспехов) обучающегося. Не допускается применение методов физического, морального и психического насилия по отношению к участникам образовательного процесса». Педагог воспитывает культуру межнациональных отношений, пробуждает у обучающихся уважение прав и достоинства всех наций и всех людей вне зависимости от возраста, пола, языка, национальности, вероисповедания, гражданства, происхождения, социального, должностного и имущественного положения или любых иных обстоятельств.

В правилах внутреннего трудового распорядка для работников образовательного учреждения указываются нормы педагогической и трудовой этики, меры, которые будут предприняты руководством образовательного учреждения к работникам, допускающим неуважение, дискриминацию, угрозы, издевательства, физическое и психологическое насилие в отношении учащихся или своих коллег, а также меры по защите работников, подвергшихся издевательствам или насилию со стороны учащихся.

Внутренние документы образовательных учреждений (устав, локальные акты, приказы, инструкции) регламентируют учебно-воспитательную деятельность и меры по поддержанию дисциплины и безопасности. Они определяют правила поведения для учащихся на территории и в помещениях образовательного учреждения, на уроках и занятиях, совершение насильственных действий различного характера и предусматривают санкции за нарушение правил.

Факты насилия не должны замалчиваться:

Согласно Закону РК О внесении изменений и дополнений в некоторые законодательные акты Республики Казахстан по вопросам, связанным с деятельностью организаций, осуществляющих функции по защите прав ребенка, а именно в Кодекс Республики Казахстан об административных правонарушениях от 5 июля 2014 года (Ведомости Парламента Республики Казахстан, 2014 г Статья 127-1. «Несообщение о противоправных деяниях, совершенных несовершеннолетними или в отношении несовершеннолетних. Несообщение работниками организаций образования, здравоохранения, социальной защиты населения в правоохранительные органы о фактах совершения несовершеннолетними или в отношении них действий (бездействия), содержащих признаки уголовного либо административного правонарушения, в организациях образования, здравоохранения,

социальной защиты населения, а также о фактах, ставших им известными в связи с профессиональной деятельностью вне организаций образования, здравоохранения, социальной защиты населения, если эти деяния не содержат признаков уголовного наказуемого деяния, предусмотренного статьей 434 Уголовного кодекса Республики Казахстан, влечет штраф на физических лиц в размере пяти, на должностных лиц в размере десяти месячных расчетных показателей».

3. Активно использовать потенциал родителей:

Статья 71 Кодекса Республики Казахстан О браке (супружестве) и семье (с изменениями и дополнениями по состоянию на 01.04.2019 г.) пункт 1 «Родители являются законными представителями своего ребенка и выступают в защиту его прав и интересов в отношениях с любыми физическими и юридическими лицами»

Факторы, влияющие на формирование безопасной и доброжелательной образовательной среды.

Множественность факторов, которые могут вызывать агрессивное поведение учащихся, диктует необходимость разработки и принятия комплекса мер, затрагивающих все аспекты жизнедеятельности образовательного учреждения, и вовлечение в этот процесс всех заинтересованных сторон.

Для координации информационно-просветительской работы и осуществления организационно-управленческих мер в целях профилактики насилия по решению руководства и педагогического коллектива образовательного учреждения может быть сформирована рабочая группа (члены Команды школьной безопасности). Ниже представлена схема реализации этих мер и осуществления работы.

Безопасная, доброжелательная, основанная на доверии и уважении образовательная среда, созданная благодаря вышеуказанным организационно-управленческим мерам и информационно-просветительской работе, является важнейшим условием для предотвращения насилия в образовательном учреждении.

Устойчивость такой среды определяется множеством факторов, среди которых:

- безопасная инфраструктура помещений и территории; наличие поста охраны, обеспечение контрольно-пропускного режима и наблюдение за местами общего пользования (столовые, туалеты, коридоры, раздевалки, игровые площадки) и техническими помещениями;

- наличие документа, регламентирующего политику образовательного учреждения по вопросам предупреждения и реагирования на случаи насилия;

- включение положений политики образовательного учреждения в отношении насилия в устав, кодекс, правила поведения, информирование о них всех работников школы, учащихся и родителей; неукоснительное соблюдение правил поведения, разработанных и принятых коллегиально; наличие лиц, ответственных за обеспечение безопасности, профилактику насилия и координацию мер реагирования на его случаи, анализ эффективности этих мер и их совершенствование;

- использование эффективных механизмов и инструментов выявления (сообщения), регистрирования и реагирования на случаи насилия;

- своевременное оказание помощи участникам конфликтной ситуации силами педагогов и сотрудников служб сопровождения образовательного процесса – психолога, социального педагога и др.;

- взаимодействие со службами социальной и психологической помощи, правопорядка и здравоохранения в целях профилактики насилия и оказания помощи вовлеченным в него лицам;
- применение методов обучения и позитивного воспитания, основанных на уважении прав и достоинства человека и гендерном равенстве;
- доброжелательный стиль общения между всеми участниками образовательных отношений, недопущение дискриминации в учебном коллективе по какому-либо признаку;
- реализация образовательных программ и внеучебных мероприятий, способствующих формированию у учащихся личностных и социальных (жизненных) навыков для развития и поддержания здоровых межличностных отношений без насилия и дискриминации;
- вовлечение учащихся и родителей в планирование и реализацию мер по улучшению социально-психологического климата в образовательном учреждении и профилактике насилия; проведение среди них информационно-просветительской работы;
- формирование профессиональной готовности (обучение и поддержка) педагогического коллектива, руководства, всех работников образовательного учреждения к реагированию на случаи насилия и систематической работе по их профилактике.



Только в совокупности все эти факторы создают такую образовательную среду, в которой уменьшается вероятность возникновения насильственных отношений между участниками образовательного процесса и повышается их способность

эффективно предотвращать конфликтные ситуации и реагировать на них. При этом в реализации комплекса мер по профилактике буллинга в каждом конкретном образовательном учреждении нужно учитывать его специфику, текущую обстановку, основные проблемы и существующие возможности для их решения.

Принципы работы с проблемой буллинга

1. Конфиденциальность – специалисты, работающие с проблемой буллинга, должны гарантировать конфиденциальность участникам этой ситуации (жертве, агрессору, свидетелям). Это будет способствовать раскрываемости таких случаев в детском коллективе, повышению доверия детей взрослым.

2. Поэтапность (изучение ситуации, подготовительные работы внутри коллектива, согласие участников, выработка программы помощи, её реализация и оценка).

3. Отказ от обвинений кого-либо из взрослых в допущении случаев буллинга.

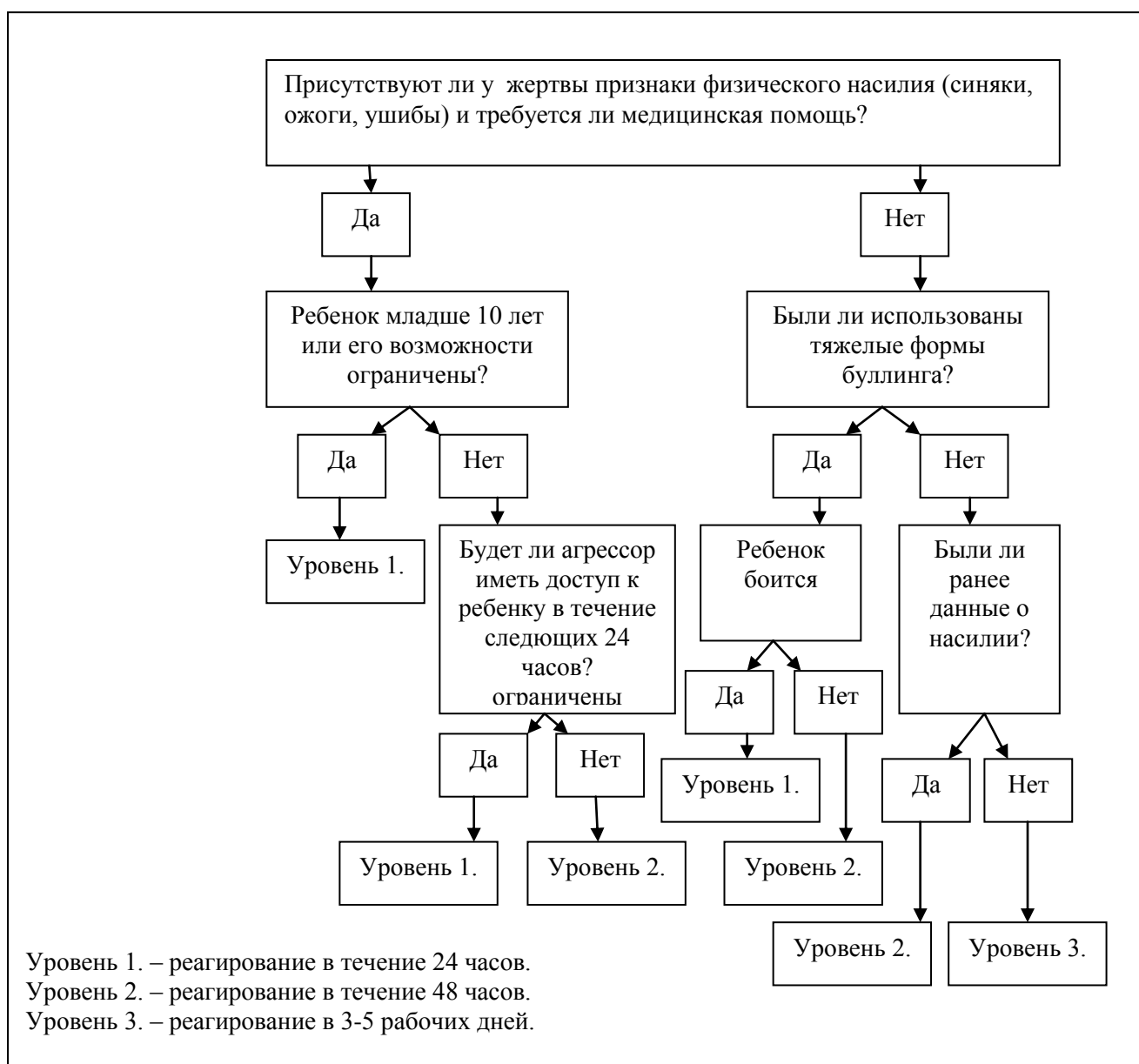
4. Категорический запрет на любое насилие в учреждении («Скажи насилию нет!»). Любое насилие несправедливо и его можно предотвратить, вмешавшись в ситуацию.

5. Комплексность (учет всех аспектов и участие разных сотрудников в работе).

6. Индивидуальный подход в каждом случае буллинга.

7. Смещение акцента с наказания обидчиков на их реабилитацию. Особое внимание следует обращать на случаи, когда действия обидчика представляют опасность для жизни и здоровья других или являются нарушением закона.

Технология реагирования на выявленные либо установленные факты буллинга



1. При установлении факта либо подозрении на существование ситуации травли специалист (педагог, врач, психолог и др.), сообщает о сложившейся ситуации представителю администрации (директору, завучу по воспитательной работе) в письменном виде.

2. Администрация совместно со специалистами Команды школьной безопасности принимает решение о неотложности реагирования на выявленный факт агрессии. Для определения ситуации буллинга и его последствий необходим сбор соответствующей информации и проведение клинико-психологического обследования.

Сбор информации проводится по следующим направлениям: от самого пострадавшего; от возможных участников издевательств над жертвой; от свидетелей.

Следует самым тщательным образом провести анализ всей полученной информации. В результате проведенного анализа необходимо прояснить следующие аспекты:

- факты, подтверждающие наличие буллинга среди сверстников (обратить внимание на признаки травли среди сверстников, описанные выше);
- его длительность;
- его характер (физический, психологический, смешанный);
- основные проявления буллинга – что конкретно происходило, в каких формах выражалось, кто в этом принимал участие;
- участники (инициаторы и исполнители буллинга);
- мотивация участников к буллингу;
- свидетели и их отношение к происходящему;
- поведение жертвы (пострадавшего);
- динамика всего происходящего;
- прочие важные для диагностики обстоятельства.

3. Полученную информацию специалист должен сопоставить с анамнезом жизни пострадавших детей. В анамнезе жизни особенно важными для нас станут любые данные о предшествующем негативном жизненном опыте таких детей в семье, в различных детских коллективах и среди ровесников в неформальных ситуациях, количество случаев и характер пережитого ими в прошлом насилия, в частности, буллинга. При этом учитывается вероятность оговора или ложной, ошибочной интерпретации межличностных отношений самим ребенком, равно как и отказ от обсуждения своей ситуации жертвой или диссимиляция (сокрытие) как самого факта буллинга, так и его последствий.

Глава IV. Роль психологической службы школы в профилактике буллинга

Психологическая служба в профилактике буллинга играет большую роль. Педагоги-психологи консультируют детей, родителей, педагогов по широкому спектру вопросов, в том числе по вопросам разрешения конфликтных ситуаций, профилактики и реагирования на насилие.

Основные направления профилактической работы:

Эффективная коррекция буллинга специалистами службы психолого-педагогического сопровождения возможна при взаимодействии с учителями, родителями, включает в себя различные стратегии реагирования, в зависимости от ситуации и предполагает выработку определенной программы действий, которая направлена на улучшение межличностных отношений в классе (снижение конфликтности, гуманизацию отношений, развитие коммуникативных навыков детей, формирование толерантности), индивидуально-коррекционную работу как с жертвами буллинга (преимущественно работа направлена на стабилизацию психоэмоционального состояния, повышение самооценки, развитие коммуникативных навыков, информирование о возможных способах реагирования на агрессию, адреса, по которым можно обратиться за психологической помощью, телефоны доверия), так и их родителями (установление доверительного контакта, консультирование по эффективным способам реагирования на изменение поведения детей, рекомендации по улучшению психоэмоционального климата в семье), с буллерами (направлена на снижение агрессивности, конфликтности, информирования об ответственности за действия, которые могут быть отнесены к буллингу, развитие коммуникативных навыков, формирование толерантного отношения к одноклассникам).

Диагностическая работа психолога по выявлению буллинга

Своевременная проведенная психодиагностика поможет выявить заранее проблемы риска у детей и подростков. Психологу рекомендуется проведение следующих диагностик:

Название методики	Цель
Изучение структуры межличностных отношений (социометрия Морено)	оценка положительных и отрицательных выборов по-деловому и эмоциональному критерию
Методика «Климат» (модифицированный вариант методики Б.Д. Парыгина) Методика Андреева А.А. «Удовлетворенность школьной жизнью»	оценка психологического климата коллектива
Цветовой тест Люшера Оценка личностной и ситуативной тревожности Спилбергера-Ханина, САН)	выявление психоэмоционального состояния ребенка, его личностных особенностей, сформированности

<p>Определение самооценки и уровня притязаний, определение личностных особенностей (многофакторный личностный опросник Кеттелла 14PF) Определение акцентуаций характера Леонгарда-Шмишека Тест «Общительность»</p>	<p>коммуникативных навыков</p>
<p>Опросник К. Томаса «Оценка стратегий поведения в конфликтные ситуации Методика диагностики доминирующей защиты в общении В.В. Бойко Проективная методика «Человек под дождем» «Дерево с человечками» для учащихся начальной школы (Д. Лампен, адаптация Л.П. Пономаренко).</p>	<p>оценка общих черт, характерных для детей, попадающих в «группу риска» объектов буллинга: высокий уровень тревожности, эмоциональная лабильность, эмоционально-волевая неустойчивость, робость, низкая самооценка, неадекватный уровень притязаний, малообщительность, низкий локус контроля, ведомость, избегание – как основная стратегия выхода из конфликтных ситуаций</p>
<p>Определение уровня агрессивности Басса-Дарки Определение склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н. Орел)</p>	<p>изучение психологических особенностей буллеров</p>
<p>Оценка стиля родительского воспитания, опросник «Измерение родительских установок и реакций» Анкета для родителей по проблеме насилия среди учащихся Методика изучения удовлетворенности родителей работой образовательного учреждения (А.А. Андреев)</p>	<p>изучение особенностей взаимоотношения в семье детей, попадающих в группу риска по буллингу выявление уровня удовлетворенности родителей работой образовательного учреждения и его педагогического коллектива</p>
<p>Методики «Стиль педагогического общения учителей» (Р.В. Овчаровой), Методика «Диагностика стиля педагогического общения» (по Н.П. Фетискину)</p>	<p>оценка психологического климата педагогического коллектива, оценка стиля педагогического общения учителя</p>

Данные, полученные по результатам социометрических исследований и оценки психоэмоционального климата в классе, могут служить критериями оценки степени благополучия межличностных отношений в классе, могут быть использованы для выявления степени риска проявления буллинга в классе и использоваться для

выявления групп риска по буллингу, а также служить критериями эффективности проводимой работы по развитию межличностных отношений в классе.

Диагностическая работа, направленная на изучение явления буллинга, может быть расширена, должна носить комплексный характер и предполагает наличие лонгитюдных исследований.

Рекомендации по проведению беседы с пострадавшим ребенком

Одной из важных мер профилактики насилия в образовательной среде является формирование у учащихся умений и навыков развития и поддержания здоровых межличностных отношений, психолог может организовать встречи, тренинги с учащимися, ознакомив их с такими проблемами, как травля, насилие, жестокое обращение, дискриминация, показать, к каким последствиям могут они привести.

С учащимися пострадавших от насилия и обидчиков, психолог и социальный педагог проводят реабилитацию детей: беседы, психокоррекцию, психологические и обучающие тренинги и в том числе. Ниже приводятся рекомендации и алгоритмы, как необходимо работать в случаях буллинга.

1. Информация о жестоком обращении, которую необходимо собрать:

- факты насилия в отношении несовершеннолетнего и (или) пренебрежения основными нуждами ребенка со стороны родителей (законных представителей);
- продолжительность, регулярность и тяжесть жестокого обращения;
- обстоятельства выявления жестокого обращения (кто и при каких обстоятельствах обратился за помощью);
- отношение ребенка и его окружения к произошедшему;
- кто из ближайшего окружения ребенка знал о фактах жестокого обращения; если жалобы были, каков был результат, какая поддержка была оказана;
- актуальное эмоциональное и физическое состояние ребенка; считает ли ребенок, что его жизни и здоровью угрожает непосредственная опасность.

Необходимо помнить, когда ребенок рассказывает о травле:

- сохранять спокойствие;
- установить доверие;
- выслушать рассказ внимательно, проявить терпение, постараться сдержать свои эмоции;
- сказать ребенку, что произошедшее с ним – это не его вина;
- заверить ребенка в том, что вы сделаете все возможное, чтобы обеспечить его безопасность.

2. Обязательно побеседовать отдельно с каждым членом группы агрессоров и получить от них письменное изложение инцидента и предшествовавших ему событий или подобных случаев (помнить, что буллинг – это неоднократные конфликты или столкновения, это система, серия издевательств одних детей над другими). Для объяснения, происходившего можно использовать рисуночные техники, т.е. предложить ребенку нарисовать, что конкретно происходило, кто участвовал, как это выглядело. При опросе важно уделять внимание не интерпретациям рисунка, а фактам, отраженным в рисунке.

3. Объяснить каждому члену группы обидчиков, что он нарушил правила поведения, и указать меру ответственности за содеянное. Если обидчик заявил, что это была шутка, обратить его внимание при обсуждении данного случая на то, что это не смешно. Если действия обидчика прикрывались игровой формой, зафиксировать, кто еще из детей принимал участие в такой «игре».

4. Собрать группу свидетелей и предложить каждому её члену рассказать свидетелем каких ситуаций они выступали, какова была их роль в этом, каково их отношение к происшедшему, ко всем участникам буллинга.

5. Провести беседу с родителями или родственниками детей-обидчиков и детей-жертв, показать им письменные объяснения ребят с целью разъяснения возможных причин и последствий такого поведения со стороны несовершеннолетних, а также информирования о формах дальнейшей работы с ним.

6. Составить дальнейшие планы работы со всеми участниками.

План профилактических мероприятий должен быть составлен для всей группы несовершеннолетних:

- с жертвой – план индивидуальной реабилитации в зависимости от тяжести случая буллинга;

- с обидчиками – план коррекционной работы;

- со свидетелями – план коррекционной или реабилитационной работы, в зависимости от степени вовлеченности свидетелей в буллинг и их ролей в нем.

7. Обучение детей, чаще всего попадающих в положение жертвы, методам психологической защиты, а детей-агрессоров - способам контроля над гневом.

8. Игры и упражнения для включения в тренинги и занятия по остановке и предупреждению школьного буллинга в подростковом возрасте.

Использование приведенных ниже игр и упражнений позволит:

- снизить агрессивные и враждебные реакции подростков;

- оптимизировать межличностные и межгрупповые отношения;

- сформировать навыки конструктивного реагирования в конфликте;

- развить толерантность и эмпатию.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Буллинг является особым видом насилия, который в результате приводит к разочарованию, деморализации, демотивации, недовольству и отчуждению, это агрессивное преследование одного из членов коллектива со стороны остальных членов коллектива или его части. Буллинг может осуществляться и в физической, и в психологической форме. Проявляется во всех возрастных и социальных группах. Издевательства, побои, оскорбления совмещаются с системой образования, что приводит к возникновению школьного буллинга, где у детей падает самооценка, возникает низкий статус в группе, появляются проблемы в учебе и поведении. У таких детей высок риск возникновения и развития нервно-психических и поведенческих расстройств.

Школьный буллинг способствует отчуждению и полной изоляции, дети получают психологическую травму, что приводит к тяжелым последствиям, которые иногда продолжаются всю жизнь у пострадавшего.

Несмотря на масштабность и сложность проблемы, система образования имеет большие возможности для профилактики насилия. Ее профессиональный и организационный ресурс, сфера ее социального влияния позволяют осуществлять комплексное и системное воздействие на всех участников образовательного процесса в целях формирования модели поведения, основанной на взаимном уважении и недопущении насилия в межличностных отношениях и совместной деятельности.

Использованная и рекомендуемая литература

1. Буллинг: диагностика, профилактика, коррекция.
<http://www.b17.ru/article/85575/>
2. Буллинг. Ребенка травят в школе <https://www.stranamam.ru/article/9294763/>
3. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога средней школы. М., 2004
3. zakon.kz <https://www.zakon.kz/5002544-kazhdyy-pyatyu-kazahstanskiy-podrostok.html>
4. Оценка насилия в отношении детей в школах Казахстана. Учреждение Уполномоченного по правам человека в Республике Казахстан и Представительство ЮНИСЕФ в Казахстане при поддержке Министерства иностранных дел Норвегии. Астана, 2013. <http://unicef.kz/uploads/posts/00000837.pdf> (дата обращения: 30.05.2015).
5. Предотвращение насилия в образовательных учреждениях. Методическое пособие для педагогических работников /Л.А. Глазырина, М.А. Костенко; под ред. Т.А. Епояна. – М., 2015. <https://iite.unesco.org/pics/publications/ru/files/3214741.pdf>
6. Петрановская Л.В. «Травли NET». Пособие для детей о том, как остановить травлю.

АЛГОРИТМ ОБЩЕЙ ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ В ОРГАНИЗАЦИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

Действия педагогического коллектива по профилактике буллинга и при его выявлении среди учащихся в организациях образования

Руководитель организации образования (директор) образовательного учреждения несет персональную ответственность за жизнь и здоровье, соблюдение прав и свобод учащихся и работников учреждения во время образовательного процесса, он:

- ✓ обеспечивает создание и поддержание безопасной и доброжелательной образовательной среды, и позитивного социально-психологического климата в образовательном учреждении;

- ✓ обеспечивает безопасность помещений и территории образовательного учреждения;

- ✓ обеспечивает разработку документов (устава, политики в отношении насилия, правил поведения, должностных инструкций, алгоритмов действий, назначение ответственных за предотвращение), регламентирующих действия и ответственность всех участников образовательных отношений в целях профилактики насилия и реагирования на его случаи;

- ✓ информирует всех участников образовательных отношений о политике образовательного учреждения в отношении насилия, правилах поведения и внутреннего трудового распорядка;

- ✓ определяет одного из своих заместителей в качестве ответственного за профилактику и координацию мер реагирования на его случаи;

- ✓ организует взаимодействие с вышестоящими органами управления образованием, органами внутренних дел, организациями здравоохранения, социальной помощи, психологическими службами для противодействия насилию и оказания помощи пострадавшим;

- ✓ предоставляет всем участникам образовательных отношений средства и каналы сообщения о случаях насилия, или о его попытках, обеспечивает регистрацию и рассмотрение, принимает меры по каждому выявленному случаю;

- ✓ обеспечивает своевременное информирование родителей учащихся (как пострадавшего ученика, так и ученика, совершившего насилие) и, при необходимости, вышестоящих органов и специальных служб (полиции, скорой медицинской помощи) о случаях совершенного насилия или его предпосылках;

- ✓ организует службу примирения, создание согласительной комиссии - органа школы, члены которого могут принимать решения по борьбе с буллингом. В состав комиссии могут входить родители, ученики, учителя и представители администрации школы. При необходимости можно пригласить медиаторов (независимое лицо, содействующее принятию сторонами решений).

После получения полной информации о случае, рассмотрения рекомендаций комиссии и обсуждения случая с вовлеченными сторонами, заместителем, ответственным за профилактику насилия, учителями и психологами:

- ✓ принимает меры в отношении работников образовательного учреждения, своевременно не среагировавших на тревожные сигналы, или не прекративших насильственные действия, свидетелями которых они стали или о которых они знали;
- ✓ принимает меры в отношении учеников, совершивших насилие, воспитательные и дисциплинарные меры (замечание, выговор, постановка на ВШУ для дальнейшего наблюдения и оказания психологической помощи);
- ✓ проводит совещание педагогов и сотрудников, участвует в родительском собрании, на классном часе для обсуждения в целях предотвращения подобных случаев в будущем.

Заместитель директора по воспитательной работе

- ✓ организует работу отдельных специалистов или служб сопровождения (педагога-психолога, социального педагога, классных руководителей, специалиста по медиации и др. педагогов) в целях профилактики буллинга, насилия, разбора случаев насилия, оказания помощи вовлеченным сторонам;
- ✓ поддерживает связь с родителями учащихся, в том числе через родительский комитет, классных руководителей, других работников;
- ✓ анализирует социально-психологический климат образовательного учреждения, проводит мониторинг жизнедеятельности образовательного учреждения, уровня ее комфортности, инклюзивности и безопасности;
- ✓ привлекает профильные некоммерческие организации в проведении лекций, семинаров, практических занятий со специалистами, способствующими борьбе со школьной травлей;
- ✓ организует совместные беседы с участниками травли, законными представителями учащихся, при необходимости - обращение к медиаторам;
- ✓ осуществляет ежедневный контроль за посещением учащимися школы и оперативное принятие мер по выяснению причины пропуска занятий;
- ✓ рассматривает на Совете профилактики проблемы обучающихся, попавших в трудную жизненную ситуацию, по фактам выявления случаев жестокого обращения, применяет в отношении зачинщиков и участников травли дисциплинарных мер ответственности, предусмотренных законом;
- ✓ обеспечивает принятие необходимых мер реагирования на случаи насилия в соответствии с уставом, правил поведения, документом, излагающим политику образовательного учреждения в отношении насилия, и рекомендациями специалистов (комиссии), проводивших разбирательство случая насилия;
- ✓ проводит педсоветы, посвященные проблеме травли, насилия;
- ✓ посещает занятия и вне учебные мероприятия в целях контроля за соблюдением учащимися и педагогами дисциплины, правил и этических норм поведения, а также для понимания проблемных зон в обучении и воспитании учащихся;

- ✓ сообщает директору о каждом случае насилия, ходе его расследования и предпринятых мерах;
- ✓ держит на особом контроле учеников, замеченных в потреблении психоактивных веществ, ранее совершавших насильственные действия, склонных к конфликтам и агрессивному поведению.
- ✓ организует работу кружков, клубов или студий, где могли бы реализовать себя дети с самыми разными склонностями; мероприятия, способствующие сплочению детей, общешкольные квесты, конкурсы типа «Минуты славы», «КВН» «Фабрики звезд», выставки достижений и т.д.

Педагоги

- ✓ создают условия недопущению буллинга на уроке и на перемене, пресекают любые насмешки над неудачами учащегося, любые пренебрежительные замечания в адрес ученика;
- ✓ формируют у учащихся ответственности, взаимопомощи, умения работать в команде;
- ✓ не обсуждают и не оценивают личностные качества ученика перед всеми классами, их способности, умения, достижения, не обсуждают недостатки и слабые места учеников, чтобы не провоцировать насмешки и издевательства над ними.
- ✓ своим личным примером педагоги показывают уважительное отношение ко всем членам учебного коллектива, разъясняют ученикам, как вести себя и разговаривать (общаться) уважительно. Не оставляют без внимания ни одного случая неуважительного (дискриминационного) поведения или высказывания, унижающего достоинство человека из-за его пола, этнического происхождения, национальности, языка, религиозной принадлежности, социально-экономического положения, наличия инвалидности или заболевания;
- ✓ не пренебрегают жалобами учеников, даже если случай незначительный, наблюдают за ситуацией, чтобы лучше в ней разобраться и вовремя принять меры. Враждебные высказывания учеников по отношению друг к другу, оскорбительные записки и рисунки, другие проявления агрессивности педагоги не должны оставлять без внимания.
- ✓ Поощряют сотрудничество, а не соперничество.

Классный руководитель

- ✓ неукоснительно соблюдает правила внутреннего трудового распорядка, этические нормы при общении с учащимися, родителями, коллегами, руководством, одинаково относится ко всем ученикам, не допускает высказываний и других действий дискриминационного характера в связи с национальностью, религиозными взглядами, социальным статусом, экономическим и семейным положением, состоянием здоровья, особыми образовательными потребностями, особенностями развития;
- ✓ особое внимание уделяет группировкам, которые формируются, или, возможно, уже сформировались в классе, а также наличием детей-изгоев;

- ✓ информирует учащихся и их родителей о правилах поведения в образовательном учреждении, политике учреждения в отношении насилия, при необходимости совместно с учащимися разрабатывает правила поведения в классе;
- ✓ осуществляет постоянное наблюдение за коллективом учеников в целях раннего выявления межличностных конфликтов, формирования группировок, изоляции и травли замкнутых, малообщительных, эмоционально нестабильных учащихся, в том числе имеющих особые образовательные потребности, особенности развития и поведения, и своевременного оказания им помощи и поддержки;
- ✓ формирует и поддерживает в классе такую среду, которая бы в полной мере учитывала потребности, интересы и права каждого учащегося, включая учащихся с особыми образовательными потребностями, особенностями развития и поведения, и ученического коллектива в целом; поддерживает с учениками теплые и доверительные отношения;
- ✓ определяет степень сформированности коллектива и его психологического климата, путем методики «социометрия Морено», факторы жестокого обращения, анкета «Психологический климат класса»;
- ✓ привлекает психолога и социального педагога для диагностики и улучшения социально-психологического климата в классе, разбора случаев насилия, проведения бесед с его участниками и другими учащимися, консультирования родителей;
- ✓ создает атмосферу психологического комфорта, обеспечивает условия для самореализации школьника, взаимодействия детей на основе сострадания и сопереживания через классные часы и внеклассные мероприятия;
- ✓ развивает морально-нравственные качества, через организацию дебатов и диспутов, ролевых игр;
- ✓ организует контроль за поведением на переменах и в «горячих точках»: туалетах, раздевалках, столовой, укромных углах и т.д.
- ✓ выявляет зоны риска межличностных отношений и усиливает контроль за этими зонами, с привлечением дежурных учащихся;
- ✓ не оставляет без внимания сообщения о случаях насилия, пресекает агрессивное поведение, разнимает конфликтующие стороны, принимает такие воспитательные и дисциплинарные меры, которые дадут долговременный эффект и не усугубят ситуацию;
- ✓ своевременно обсуждает с родителями проблемы в поведении учащихся (проявления агрессии или застенчивости, изоляции и др.) и совместные действия по их преодолению; в случае совершения насильственных действий учащимся или в отношении учащегося действует в соответствии с установленным в образовательном учреждении порядком;
- ✓ знакомится с профилями учеников в социальных сетях, в том числе с выкладываемыми фото, видео, постами и комментариями к ним, чтобы вовремя заметить проявления агрессии и защитить жертв;
- ✓ обсуждает собственные выводы с учителями-предметниками, работающими в классе, и с другими педагогами, в том числе социальным педагогом и педагогом-психологом;

- ✓ создает классную службу «Примирение».

Социальный педагог

- ✓ формирует электронный банк социально-незащищенных семей: составляет социальный паспорт школы, выявляет семьи, в которых дети могут подвергаться жестокому обращению;
- ✓ организует работу уполномоченных по защите прав детства по проведению приема и правовому просвещению для снятия напряженности и разрешения возникающих конфликтных ситуаций в школе и семье;
- ✓ организует систему профилактических мер по предупреждению отклоняющегося (девиантного) и преступного (делинквентного) поведения детей и подростков;
- ✓ посещает семьи учащихся с целью изучения условий проживания, выявления случаев жестокого обращения, изучение семейных отношений;
- ✓ разрабатывает индивидуальный план дальнейшего социального сопровождения учащегося и его семьи; работа с учащимися, находящимися в «группе риска» по социализации личности;
- ✓ выступает на общешкольном родительском собрании на тему: «Законодательство для родителей о воспитании детей»;
- ✓ представляет законные права и интересы учащегося во всех инстанциях до устранения угрозы его жизни и безопасности;
- ✓ сотрудничает с КЗПН, органами опеки и попечительства с несовершеннолетними и родителями по профилактике семейного неблагополучия, безнадзорности детей, правонарушений.

Педагог-психолог

- ✓ проводит анкетирование обучающихся, родителей об уровне удовлетворительности и комфортности образовательной среды в школе, анализирует социально-психологический климат в образовательном учреждении в целом и отдельных классах, дает рекомендации по его улучшению и оказывает содействие классным руководителям, другим сотрудникам образовательного учреждения, учащимся и родителям в его улучшении;
- ✓ осуществляет систематическое наблюдение за учащимися с особыми образовательными потребностями, особенностями развития и поведения и другими учащимися, у которых более высокий риск подвергнуться насилию и дискриминации, а также за учащимися, состоящими на внутришкольном учете из-за нарушения дисциплины или совершения актов насилия; оказывает им, их родителям и классным руководителям необходимую консультативную помощь;
- ✓ консультирует педагогов, других сотрудников образовательного учреждения, учащихся и их родителей по вопросам предотвращения агрессивного поведения, разрешения конфликтных ситуаций и оказания их участникам психологической и социальной помощи;
- ✓ выявляет «группу риска» – учащихся, которые не справляются с эмоциональным состоянием и являющиеся источником конфликтных ситуаций,

проводит с ними индивидуальную работу, оказывает помощь учащимся для устранения эмоционального дискомфорта;

- ✓ организует с работниками образовательного учреждения, учащимся и их родителями консультации на тему стилей воспитания, семейных конфликтов, психологических особенностей детей разного возраста, специальные занятия и тренинги по развитию навыков общения, разрешения конфликтов, управления эмоциями и преодоления стрессовых ситуаций;

- ✓ принимает участие в разборе случаев насилия, оценивает психологическое состояние пострадавшего, обидчика и свидетелей и оказывает им необходимую социально-психологическую помощь; при наличии показаний рекомендует обратиться за профессиональной психологической и социальной помощью и реабилитацией в соответствующие учреждения;

- ✓ взаимодействует со специалистами медико-психолого-педагогических комиссий, психологических служб, центров социальной помощи семье и детям, реабилитационных центров, медицинских служб для оказания помощи пострадавшим от насилия и другим участникам конфликтных ситуаций.

Школьный инспектор

- ✓ оперативно пресекает правонарушения;

- ✓ участвует в расследовании случаев насилия и других правонарушений в образовательном учреждении;

- ✓ может поставить учащегося на профилактический учет в отдел внутренних дел за совершение насильственных действий;

- ✓ осуществляет контроль за поведением учащегося, находящегося на учете;

- ✓ проводит профилактические беседы с учащимися и их родителями.

Медицинский работник

- ✓ оказывает медицинскую помощь пострадавшим от насилия;

- ✓ проводит медицинское освидетельствование полученных травм и повреждений.

Вожатый

- ✓ вовлекает учащихся в кружковую работу, организовывает досуговую деятельность;

- ✓ привлекает к школьным и внешкольным мероприятиям.

Родители или другие законные представители:

- ✓ своевременно должны сообщать о факте насилия или своих опасениях, что их ребенок или другой ученик подвергается насилию со стороны обучающихся или работников образовательной организации, классному руководителю, ответственному заместителю директора или директору школы (а при их отсутствии – дежурному учителю или администратору) при личной встрече, по телефону или электронной почте. Необходимо помнить, что чем раньше они примут меры к противодействию издевательствам над своим ребенком, тем меньший вред будет

нанесен ребенку. Игнорирование «детских» проблем может привести не только к физическим травмам, но и к проблемам психики, которые могут проявляться всю жизнь.

✓ родители не должны пытаться самим разобраться с ребенком-обидчиком, если случился конфликт, необходимо оповестить о случившемся конфликте классного руководителя, администрацию школы. Ситуацию с обидчиком должны решать представители школы, но взаимодействовать должны будут между собой все стороны, пока конфликт не будет исчерпан;

✓ родители ответственны за поведение своего ребенка и могут быть наказаны административно за хулиганское поведение ребенка, если они ничего не предпринимают в прекращении жестокости со стороны своего ребенка, а еще больше подбадривают на такие поступки;

✓ родители постоянно должны следить за поведением и настроением ребенка, за появлением у него злости и жестокости. Если ребенку требуется медицинская или психологическая помощь в преодолении агрессии, то незамедлительно должны обращаться к врачу, или психологу;

✓ постоянно в семье создавать эмоционально-благоприятную атмосферу, воспитывать в ребенке ответственность за свои действия, развивать эмпатию, повышать самооценку, внимательно относиться к эмоциональному состоянию ребенка, вовлекать ребенка в полезные дела;

✓ помогают своему ребенку изменить свое поведение, прекратить издевательства, травлю, драки и другие насильственные действия, попросить извинения и помириться;

✓ помогают педагогическому коллективу по профилактике и противодействию насилию, активно участвуя в жизни школы, помогая в организации различных мероприятий;

✓ имеют право проконсультироваться с психологом образовательной организации или обратиться в психологическую или социальную службу для получения комплексной социально-психологической помощи по вопросам воспитания и обучения несовершеннолетнего;

✓ имеют право подать заявление на имя руководителя образовательной организации, обратиться в вышестоящий орган управления образованием, в правоохранительные органы и правозащитные организации.

Алгоритм сбора информации по факту буллинга

Осуществляется работа по сбору информации. Информация может поступить:

- от самого пострадавшего;
- от возможных участников издевательства над жертвой и свидетелей.

Следует самым тщательным образом провести анализ всей полученной информации и отрефлексировать свое отношение к ней на основе внутреннего осознания педагогом общей атмосферы класса, самоощущения его сплоченности и психологического здоровья. Это крайне важно в плане разграничения реальных и вымышленных ситуаций: случаев оговора, патологических фантазий, лжи. Особенно

это касается случаев буллинга с сексуальной составляющей по заявлениям и жалобам девочек-подростков.

В результате проведенного анализа необходимо прояснить следующие аспекты:

- реальность самого буллинга;
- его длительность;
- его характер (физический, психологический, смешанный);
- основные проявления буллинга;
- участники (инициаторы и исполнители буллинга);
- их мотивации к буллингу;
- свидетели и их отношение к происходящему
- поведение жертвы (пострадавшего);
- динамику всего происходящего;
- прочие важные для диагностики обстоятельства.

При выявлении фактов буллинга директор организации образования незамедлительно информирует отдел образования (города, района, управление образования), а также в течении 48 часов предоставляет полную информацию о проделанной работе.

Алгоритм работы специалистов, которые впервые столкнулись с травлей в детской среде

9. Оценить всю информацию, выделить факты, интерпретации и эмоциональные оценки, тщательно все проанализировать, сделать для себя резюме, наметить план действий.

10. Обсудить с коллегами и администрацией школы программу помощи и профилактики.

11. Сформировать команду специалистов, которая будет работать со случаями буллинга: психолог, педагоги, социальный педагог.

12. В случаях совершения правонарушения несовершеннолетними подключить правоохранительные органы, а при подозрении на психическое (наркологическое) неблагополучие – психиатров и наркологов.

13. Быть готовым к случаям давления на инициативы со стороны администрации, желающей скрыть проблемы жестокого обращения в детской среде, преодолевать административные барьеры, руководствуясь действующим законодательством.

14. Иметь в виду психологически понятную позицию пострадавших детей из-за опасений еще больше ухудшить положение. Грамотно поддерживать пострадавших детей.

15. Принять экстренные меры по защите жертв от дальнейшей агрессии. Но при этом руководствоваться принципом реабилитации обидчиков в целях недопущения подобных явлений в дальнейшем.

16. В качестве методических рекомендаций по диагностике и работе с участниками буллинга можно использовать, в зависимости от профиля своей

деятельности те источники, которые вам покажутся наиболее подходящими и доступными.

Алгоритм работы психолога в случае буллинга

Оценивает психологическое состояние пострадавшего, обидчика, свидетелей, оказывает им психологическую помощь.

Консультирует классного руководителя, других учителей и работников по тактике поведения в отношении участников насилия и проведения разъяснительной и профилактической работы в классе.

При необходимости самостоятельно или совместно с классным руководителем или с ответственным заместителем директора организует обсуждение случая или профилактическую беседу с классом.

Консультирует родителей, при наличии показаний рекомендует обратиться за психологической, медицинской и социальной помощью в другие учреждения.

Осуществляет мониторинг психологического состояния участников буллинга, других учащихся класса, при необходимости проводит консультирование, организует тренинги, беседует с родителями.

Алгоритм работы с жертвами и обидчиками

Необходимо проведение беседы отдельно с каждым ребенком, пострадавшим от травли. Важно задокументировать беседу с ребенком любым доступным способом (протокол, запись на диктофон и т.д.).

Рекомендации по проведению интервью с детьми – участниками буллинга:

- использовать открытые вопросы, избегать вопросов, на которые можно дать односложный ответ;

- если ребенок говорит фрагментарно, недостаточно подробно, можно возвращаться к тому или иному эпизоду отдельно. При этом надо избегать концентрации на самых травматических моментах;

- дать ребенку эмоционально отреагировать на произошедшее. Избегать вопросов «почему?»;

- при опросе по поводу сексуального насилия определить вместе с ребенком, как он называет различные части тела. В дальнейшем в своих вопросах использовать его обозначения.

С дошкольниками и младшими школьниками можно использовать рисуночные техники. При этом не следует интерпретировать рисунок; лучше обсудить реальные факты, задавать следующие вопросы:

- Что он (ты) сделал?
- Как он (ты) себя повел?
- Как он (ты) ответил?
- Что происходило дальше?
- Кто в этом принимал участие? Как?

Этапы интервью:

1. Подготовка: перед началом интервью необходимо собрать как можно больше информации о ситуации, ребенке и семье. Определиться с формой проведения интервью.

2. Налаживание контакта: помочь ребенку преодолеть страх и стеснение. Например, спросить, как у него настроение, как прошел день, нравится ли ему в кабинете.

3. Объяснение цели и процедуры опроса: поговорить с ребенком о цели встречи, в том числе о необходимости говорить правду, в соответствии с уровнем развития ребенка.

4. Воссоздание обстоятельств происшествия: задавать вопросы, касающиеся обстоятельств жестокого обращения и отношения ребенка к произошедшему. Начать необходимо со свободного повествования, а когда ребенок закончит свой рассказ, нужно задать вопросы для сбора недостающей информации.

5. Завершение: ответить на все вопросы, возникшие у ребенка. Объяснять ему, какими будут следующие шаги.

Поблагодарить ребенка за участие вне зависимости от результатов интервью.

Памятка для родителей ребенка, подвергшегося травле в школе

Задача родителей – не просто защитить и поддержать ребенка, столкнувшегося с ситуацией травли, но и научить его правильному, здоровому общению с окружающими людьми. В повседневной жизни очень трудно избежать столкновения со злом, жестокостью и агрессией. Ребенок должен научиться говорить «нет», не поддаваться на провокации и манипуляции товарищей, знать, что в свои проблемы иногда правильнее посвятить взрослых, чем разбираться самостоятельно, и быть уверенным, что родные не отмахнутся от него, а помогут и поддержат в трудную минуту.

Доверительные отношения – та база, которая вам поможет в преодолении ситуации травли.

Первый и самый главный пункт – снять с ребенка чувство вины!

Объяснить, что он не виноват в том, что подвергся травле. Ребенок ни в коем случае не хуже других, просто он попал в непростую для себя ситуацию, из которой родители и педагоги помогут ему найти выход.

Дайте ребенку понять, что вы на его стороне. Поддержите и успокойте: «Хорошо, что ты мне все рассказал! Я тебе верю. Ты не виноват в том, что случилось. Я тебе помогу».

Доверительно поговорите с ним о сложившейся ситуации. Разъясните ему дальнейшие действия и линию поведения.

Помогите ребенку обрести уверенность в себе и умение противостоять нападкам сверстников.

Подавляющее большинство детей не говорят родителям о своих проблемах из-за нежелания их расстроить. Задавайте правильные и уточняющие вопросы вместо «Привет, как дела, все нормально?» Говорите, наблюдайте и, если вы понимаете, что у ребенка в школе проблемы, немедленно начинайте активные действия.

Вмешайтесь. Проговорите с ребенком сложившуюся ситуацию, внимательно выслушайте его. Дайте понять, что вы — надежная опора, а он ни в чем не виноват (даже если он говорит об обратном).

Расскажите ему, как действовать в разных ситуациях, как себя вести, какие фразы говорить в том или ином случае («хватит, мне это не нравится», «нет, я не буду так делать» и так далее).

Продумайте вместе с ребенком все возможные ситуации и варианты его поведения в них.

Обратите внимание школы на проблему.

Первое, что вы должны сделать — поговорить об этом с классным руководителем ребенка.

Помните, что учитель является ключевой фигурой в разрешении травли.

После разговора с педагогом сообщите о ситуации школьной администрации.

Повышайте самооценку ребенка. Детям, которые чувствуют себя жизнерадостными, смешными, веселыми и классными намного легче дать

необходимый отпор в самом начале травли и не поддаваться на манипуляции со стороны других детей.

Если ситуация серьезная и разрешить ее мирным путем не получается, рассмотрите вариант с переводом в другую школу или класс.

Памятка для родителей ребенка – буллера

Если вы узнали, что ваш ребенок затеял травлю, примите этот факт, не отмахивайтесь от него. Крайне важно вовремя трезво оценить ситуацию

Остановите травлю. Мягко поговорите с ребенком, возможно удастся выяснить мотивы такого поведения. Объясните, почему травля — это неправильно.

Поговорите с ребенком о последствиях агрессивного поведения. Многие дети не осознают, к чему может привести травля.

Предложите ребенку извиниться перед тем, кого он обидел, объясните, что это признак силы, а не слабости.

Почему выложенное провокационное видео ломает жизнь. И где тут связь с подростковой депрессией и суицидом. Они же просто пошутили. Дети мыслят другими категориями, об этом важно помнить. Но оправданий травле быть не может.

Избегайте угроз и наказаний: воспитать эмпатию в ребенке таким способом вряд ли получится.

Приведите примеры из жизни о том, как на работе, в семье, в общественном месте вы вышли из конфликтной ситуации или отреагировали на выпады другого человека. Это даст пример конструктивного подхода к решению конфликтов.

Следите за поведением и настроением ребенка, за появлением у него злости и жесткости. Обратитесь к врачу или психологу, если, на ваш взгляд, ребенку требуется медицинская или психологическая помощь в преодолении агрессии

Встретьтесь с классным руководителем и школьным психологом, обсудите план работы с классом. Если педагогический коллектив настроен безразлично или скептически, возьмите на себя ответственность за исправление ситуации в классе. Можно обратиться за советом в нашу организацию.

Развивайте в ребенке эмпатию и чувство справедливости. Учите его дружить.

Все модели, которые дети реализовывают, они подсматривают у взрослых. В природе травли лежит максимальное упрощение человеческих отношений.

Памятка для учителей и администрации школ «Признаки обидчиков и жертв»

Если Ваш ученик Аутсайдер, то он:

- его школьные принадлежности (учебники, тетради, личные вещи) часто бывают разбросаны по классу, или спрятаны;

- на уроках ведет себя скрытно, боязливо, когда отвечает, в классе начинают распространяться шум, помехи, комментарии;

- во время перемены, в столовой, держится в стороне от других школьников, скрывается, убегает от сверстников и старших школьников, старается находиться недалеко от учителей, взрослых;

- его оскорбляют, дразнят, дают обидные прозвища, на агрессивные действия со стороны других детей он реагирует глупой улыбкой, старается отшутиться, убежать, плачет;

- хорошо ладит с учителями и плохо со сверстниками;

- опаздывает к началу занятий или поздно покидает школу;

- во время групповых игр, занятий, его игнорируют или выбирают последним.

Как правило, потенциальными жертвами агрессии являются физически слабые, неспортивные юноши и девочки, которые одеваются беднее своих сверстниц.

Если Ваш ученик Агрессор, то он:

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

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

- может лгать или жульничать, чтобы избежать ответственности за свои действия;

- 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.

Формы организации профилактической работы

Примерные формы проводимых коррекционных мероприятий могут включать в себя беседы («Ответственность»), тренинги («Ассертивность», «Саморегуляция», «Способы выхода из конфликтных ситуаций», «Толерантность»), классные часы («Я и мой класс», «Способы эффективного общения», «Позитивное мышление»), участие в разработке и организации внеклассных мероприятий совместно с классными руководителями.

Основные направления профилактической работы:

Организационное	<p>Выработка плана работы службы психолого-педагогического сопровождения по профилактике буллинга.</p> <p>Выявление зон риска и усиление контроля за этими зонами, с привлечением дежурных учащихся.</p> <p>Создание школьной службы примирения.</p>
Просветительское	
Для классных руководителей	<p>Информирование классных руководителей о результатах тестирования, обсуждение приоритетных направлений совместной работы по организации воспитательного процесса, предоставление информации по буллингу (выступление на ШМО классных руководителей, педсовете по теме «Буллинг», разработка и предоставление методических рекомендаций по профилактике буллинга, консультирование по различным ситуациям, связанными с ситуацией буллинга, предоставление литературы по данной проблеме, оформление информационных стендов «Буллинг», «Развитие межличностных отношений в коллективе».</p>
Для родителей	<p>Выступление на родительских собраниях «Буллинг и кибербуллинг», «Психологические особенности подросткового возраста», «Способы эффективного взаимодействия с ребенком», «Стили семейного воспитания», «Профилактика жестокого обращения с ребенком».</p> <p>Подготовка методических рекомендаций «Способы эффективного взаимодействия с ребенком», «Как научить ребенка быть сильным», «Профилактика суицидального поведения у детей».</p> <p>Усовершенствование школьного сайта с размещением</p>

	информации о профилактике буллинга для родителей. Информирование о возможности получения психологической помощи в нашем городе и возможности телефонных консультаций
Для учащихся:	Подготовка информационных стендов «Ответственность», «Способы эффективного общения», предоставление информации о возможности получения психологической помощи (адреса, телефоны доверия). Организация тренингов и классных часов для учащихся: «Умение решать конфликты», «Способы эффективного общения». Улучшение психоэмоционального климата в коллективе. Тренинг «Психологические защиты», «Из конфликта – с позитивом», «Саморегуляция». Информационные стенды: «Психическое здоровье»
Анализ эффективности проведенных мероприятий	На основе результатов тестирования, учащихся оценка эффективности индивидуально-коррекционной работы, результаты наблюдения, фиксирование случаев обращения по вопросам буллинга, разрешения конфликтных ситуаций, опроса педагогов, составление программы по профилактике буллинга на следующий учебный год.

Работа с основными ресурсами

1) *потребность во внимании и поддержке без осуждения и оценок, то есть без оценочной теплоты, принятия и мудрости взрослых;*

2) *потребность в четких (но не тесных) правилах и границах, которые должны удерживать взрослые, несмотря на бунт и сопротивление тинейджера, - без четких границ трудно самостоятельно удерживаться от деструктивных форм поведения, трудно выстраивать внутренние позиции и успешно социализироваться;*

3) *потребность в развитии и обучении через жизненную практику - ребенок должен получать жизненный опыт, он не может и не хочет полагаться только на теоретическое восприятие жизни или на чужой опыт;*

4) *потребность в интересных жизненных событиях – интерес это главный двигатель личностного развития человека;*

5) *потребность в удовольствии – ребенок изучает себя, свои чувства и ощущения, он стремится к чувственному обогащению, естественно, что удовольствия - это наиболее желаемые переживания;*

6) *потребность в уважении и признании - когда человек получает уважение и признание, у него вырабатывается прочная уверенность в себе как в ценной личности, и это ложится в основу успеха во всех сферах его жизни;*

7) *потребность в общении и в принятии сверстниками – ребенок стремится получать социальный опыт и вырабатывает наиболее успешные модели поведения, помогающие ему самоутвердиться, чувствовать себя уверенно, получать любовь,*

симпатию, признание; важно знать, что он ценен для окружающих, что его мнение имеет значение; он готов сделать все, чтобы реальная или воображаемая группа людей, к которой он хотел бы принадлежать (референтная группа), признала его «своим», даже если при этом придется наступить на горло собственному «Я»;

8) *потребность в умении уверенно отстаивать свое мнение* (которое основано на общей уверенности в себе) - именно неумение это делать ведет ко многим проблемам в жизни подростка, ограничивающим его самореализацию и развитие, - к застенчивости, зависимости от дурного сообщества, переживанию беспомощности и никчемности, отказу от будущих профессиональных успехов и т. д.; тинейджеры часто говорят о том, что после события долго продолжают подыскивать удачные выражения, способы действия (Увы! Иногда бывает поздно что-то менять);

9) *потребность в творческом самовыражении и самореализации* - творческая самореализация - это сильнейшая струя в развитии ребенка; если он находит возможность для удовлетворения этой потребности, он практически находит возможность удовлетворить и все остальные; творчески самореализуясь, получает практический жизненный опыт, ему интересно, он развивается, он испытывает уважение к самому себе, получая результаты своего творчества, его принимают окружающие, и ему легко жить в четких границах своего творчества;

10) *потребность в постановке жизненных целей* - несмотря на стремление «жить сейчас», четкое определение им своего будущего вносит в его жизнь упорядоченность, снимает большую долю тревожности и позволяет направить свои личностные ресурсы в определенное русло.

Все эти *потребности одновременно являются колоссальным ресурсом личности*. Поскольку потребность всегда создает определенное напряжение, тинейджер чрезвычайно активен, желание удовлетворить потребности постоянно держит антенны его души направленными на прием любой информации, которая поможет это сделать. Он открыт, гибок и готов к восприятию всего нового.

Если вектор развития своевременно не найден, процесс развития осложняется, затягивается и приносит много страданий не только самому человеку, но и его окружению.

В том случае, если этот вектор так и не найден, хаотические порывы, которые, по сути, являются бессознательными попытками снять напряжение неудовлетворенности, толкают ребенка на все более хаотические и деструктивные способы их удовлетворения. В конечном итоге этот хаос способен разрушить жизнь человека.

Формирование самосознания

1. Изучение своего «Я» и своего места в мире, то есть себя как личности: кто я, какой я, каковы мои особенности, в каком мире я живу, каково мое место в этом мире.

2. Выработка положительного отношения к себе, к своим личностным качествам, то есть принятие их как ценных, нужных ему качеств. Умение объективно оценивать, в каких случаях эти качества могут быть эффективными, а в каких они могут мешать.

3. Формирование умений сознательно пользоваться своими качествами и полученным опытом или сознательно воздерживаться от проявления тех или иных качеств, от применения каких-либо привычек и умений.

4. Инвентаризации детских установок, убеждений, предписаний и выработка собственной системы ценностей. При этом детский опыт всегда имеет доминирующее значение, но задача подростка - отделить чуждое его личности, мешающее его развитию от тех семейных ценностей, которые поддерживают и помогают решать жизненные задачи.

5. Выработка полоролевого самосознания и собственной сексуальности: каким я хочу стать мужчиной, женщиной; каковы особенности пола и как я чувствую себя в этих границах; могу ли я соответствовать тем идеалам, которые транслирует большинство людей; чем мои идеалы похожи на общепризнанные или отличаются от них; какова сексуальная жизнь; насколько я сексуально привлекателен и т. д.

6. Определение границ: что я считаю правильным и неправильным, что я могу себе позволить и что считаю подлостью, глупостью; что для меня добро и зло; что я никогда не буду делать (даже если кто-то захочет заставить) и что я буду делать обязательно (даже если будут запрещать); где границы риска, на которые я могу пойти в различных жизненных ситуациях; умею ли подчиняться определенным правилам; умею ли я сам создавать определенные правила для себя и других.

7. Определение своей принадлежности: какова моя семья, я горжусь ею или стыжусь ее, какова история моей семьи, каково мое место в этой семье; каков я как член семьи, как друг, как ученик, как член моего сообщества сверстников; нравится ли мне то, как я себя с ними проявляю.

8. Определение своего физического статуса: каковы моя внешность, фигура, лицо; привлекателен ли я; что я хочу изменить; что нужно делать, чтобы быть привлекательным; каким я хотел бы быть; что есть во мне, чего нет у других, и наоборот, чего у меня нет, каковы мои ограничения и возможности (здоровье, физические особенности, природные данные).

9. Определение своего характера: каков мой характер, на чем основаны мои реакции и вкусы; нравится ли мне мой характер, хочу ли что-то изменить; могу ли я изменить что-либо в моем характере; помогают ли мне особенности моего характера или мешают.

10. Развитие своей эмоциональной компетенции: что означают мои чувства и эмоции, каковы их нюансы; как отделить особенности одного чувства от другого, в чем их различия; каковы причины тех или иных чувств и эмоций; бывают ли эмоции, которых нужно стыдиться или гордиться; могу ли я управлять своими чувствами (эмоциями); могу ли я управлять поведением, сопровождающим эмоциональные переживания; как выражать свои переживания в словах и поведении так, чтобы их поняли другие.

Осознанная социализация

– *Развитие сенситивности*, то есть способности чувствовать состояние другого человека, «считывать» и понимать мотивацию поступков, понимать реакции, чувства других людей (впрочем, так же, как и свои).

– *Развитие эмпатии*, то есть умения видеть человека его глазами; быть внимательным, доброжелательным; слышать то, что хочет сказать человек (а не то, что тебе хочется слышать); быть конкретным в восприятии того, что говорит человек (то есть не подменять собственными представлениями опыт другого человека, а уточнять, что имеет в виду собеседник).

– *Развитие толерантности*, то есть умения принимать отличия; отказ от жесткого деления проявлений человека только на «правильные» и «неправильные»; умение понимать и уважать различия в национальных, культурных, социальных и в индивидуально-личностных особенностях людей.

– *Развитие ответственности за построение отношений* с окружающими людьми - это важнейшее качество и, соответственно, важнейшая тема для занятий с подростками, поскольку без ответственности за себя и свои отношения вообще невозможно представить жизнь даже мало-мальски успешного человека, не говоря уже об умении жить, соблюдая социальные и правовые нормы. В свою очередь, *ответственность - это результат некоторой суммы убеждений, определенного мировосприятия и умения воздерживаться от спонтанных импульсов, если они ведут к не желаемым результатам.* Поэтому бесполезно говорить о чувстве ответственности вообще. Это становится некоей навязшей в зубах абстракцией.

При обсуждении темы ответственности необходимо:

а) Показать, откуда берутся ответственность и безответственность (активный и пассивный способ получения, желаемого или отказ от желаемого ради безопасности или ради сохранения безответственности).

б) Объяснить, *почему* быть ответственным человеком намного удобнее и полезнее, чем безответственным; *на практике показывать* разницу между позицией жертвы и позицией ответственности: если я беру ответственность за свою жизнь и свои отношения, я выбираю то, что мне нужно; если я не беру на себя ответственность, меня волочет по жизни и я беспомощен, я ничего не выбираю, ничего не могу решить; я ни в чем не виноват, НО! ведь это я принял решение, что я ни за что не отвечаю, не принимаю решений, это я решил, что ничего не могу сделать (поскольку выход из любой ситуации есть всегда), поэтому я *все равно несу ответственность за выбор безответственности и пассивности.*

Анкета

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 (являлась)

5. Где чаще всего встречается травля?

- а) в школе;
- б) во дворе, на улице;
- в) в соцсетях, 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 свое мнение
- г) другое _____

7. Встречали ли Вы ситуации травли школьников со стороны педагогов?

- 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 образовательной организации?

- 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!

Опросник «Обстановка в классе»

Учащихся просят анонимно ответить на следующие вопросы:

1. Можно ли назвать ваш класс дружным? Почему?
2. Нравится ли вам психологическая атмосфера в вашем классе? Почему?
3. Есть ли в классе человек, которого вы можете назвать вашим настоящим другом?
4. Как вы думаете, что нужно изменить в ваших отношениях внутри класса?
5. Согласились бы вы учиться в этой же школе, у тех же учителей, но с другими ребятами? Почему?

Опросник «Идеальный одноклассник»

Учащимся предлагается письменно закончить несколько предложений. Разрешается не подписывать свои работы.

Вопросы:

1. Я думаю, что идеальный одноклассник - это...
2. Я думаю, что идеальная одноклассница - это...
3. Этот одноклассник мне неприятен, потому что он...
4. Эта одноклассница мне неприятна, потому что она...

Анкета изучения удовлетворенности учащихся школьной жизнью (А.А.Андреев)

Цель: определить степень удовлетворенности учащихся школьной жизнью.

Учащимся предлагается прослушать утверждения и оценить степень согласия с их содержанием по следующей шкале:

4 – совершенно согласен, 3 – согласен, 2 – трудно сказать

1 – не согласен, 0 – совершенно не согласен

1. Я иду утром в школу с радостью
2. В школе у меня обычно хорошее настроение
3. В нашем классе хороший классный руководитель
4. К нашим школьным учителям можно обратиться за советом и помощью в трудной жизненной ситуации
5. У меня есть любимый учитель
6. В классе я всегда могу свободно высказать свое мнение
7. Я считаю, что в нашей школе созданы все условия для развития моих способностей
8. У меня есть любимые школьные предметы
9. Я считаю, что школа по – настоящему готовит меня к самостоятельной жизни
10. На летних каникулах я скучаю по школе

Обработка результатов:

Показателем удовлетворенности учащихся школьной жизнью (У) является частное от деления общей суммы баллов ответов всех учащихся на общее количество ответов.

(У) больше 3 – высокая степень удовлетворенности.

(У) от 2 до 3 – средняя степень удовлетворенности.

(У) меньше 2, низкая степень удовлетворенности.

Затем производится подсчет числа учащихся в классе, имеющих высокий, средний и низкий уровень удовлетворенности школьной жизнью. Данные вносятся в сводную таблицу по школе.

Анкета для родителей по проблеме насилия среди учащихся

1. Согласны ли Вы, что проблема насилия в школе существует:
Да нет.
2. С какими видами насилия сталкивался ваш ребенок?
3. Обсуждаются ли проблемы насилия в вашей семье?
4. В чем вы видите основные причины проявления различных видов насилия среди учащихся?
5. Какие варианты решений проблемы по преодолению насилия в школе вы предлагаете:
А) обсуждение в классе проблем насилия
Б) ужесточение дисциплины в школе

- В) улучшение контроля и надзора
Г) свой вариант

Методика изучения удовлетворенности родителей работой образовательного учреждения (А.А. Андреев)

Цель: выявить уровень удовлетворенности родителей работой образовательного учреждения и его педагогического коллектива.

Родителям предлагается прочитать утверждения и оценить степень согласия с ними последующей шкале:

- 4 – совершенно согласен
3 – согласен
2 – трудно сказать
1 – не согласен
0 – совершенно не согласен

№	Утверждения	шкала
16.	Класс, в котором учится наш ребенок, можно назвать дружным	0 1 2 3 4
17.	В среде своих одноклассников наш ребенок чувствует себя комфортно	0 1 2 3 4
18.	Педагоги проявляют доброжелательное отношение к нашему ребенку	0 1 2 3 4
19.	Мы испытываем чувство взаимопонимания в контактах с администрацией и учителями нашего ребенка	0 1 2 3 4
20.	В классе, в котором учится наш ребенок, хороший классный руководитель	0 1 2 3 4
21.	Педагоги справедливо оценивают достижения в учебе нашего ребенка	0 1 2 3 4
22.	Наш ребенок не перегружен учебными занятиями и домашними заданиями	0 1 2 3 4
23.	Учителя учитывают индивидуальные особенности нашего ребенка	0 1 2 3 4
24.	В школе проводятся мероприятия, которые полезны и интересны нашему ребенку	0 1 2 3 4
25.	В школе работают кружки, секции, где может заниматься наш ребенок	0 1 2 3 4
26.	Педагоги дают нашему ребенку глубокие и прочные знания	0 1 2 3 4
27.	В школе заботятся о физическом развитии и здоровье нашего ребенка	0 1 2 3 4
28.	Учебное заведение способствует формированию достойного поведения нашего ребенка	0 1 2 3 4
29.	Администрация и учителя создают условия для проявления и развития способностей нашего ребенка	0 1 2 3 4
30.	Школа по-настоящему готовит нашего ребенка к самостоятельной жизни.	0 1 2 3 4

Обработка результатов:

Удовлетворенность родителей работой школы (У) определяется как частное от деления общей суммы баллов всех ответов родителей на общее количество ответов:

(У) больше 3 – высокий уровень удовлетворенности;

(У) от 2 до 3 – средний уровень удовлетворенности;

(У) меньше 2, низкий уровень удовлетворенности;

Затем производится подсчет числа родителей в классе, имеющих высокий, средний и низкий уровень удовлетворенности школьной жизнью. Данные вносятся в сводную таблицу по ОУ.

Тест «Все ли в порядке с моим ребенком?»

Мой ребенок

		никогда или редко	иногда	часто	очень часто
1	Выходит, из себя				
2	Спорит со взрослыми				
3	Активно не принимает или отказывается выполнять требования или правила, установленные взрослыми				
4	Ведет себя провокационно и нарочно раздражает людей				
5	Обвиняет других в собственных ошибках или неподобающем поведении				
6	Обидчив и легко раздражается из-за чужих действий				
7	Злобен и нетерпим к критике				
8	Недоброжелателен или мстителен				

Если вы ответили «часто» или «очень часто» как минимум на 4 из этих вопросов, то вам необходимо всерьез задуматься. Поведение вашего ребенка может быть признаком серьезной проблемы. Однако обобщение может не дать ответа, который вас полностью удовлетворит. Чтобы узнать, что происходит с вашим ребенком, вам следует, наверное, внимательнее понаблюдать за его поведением дома и вне его. Точно установить где, когда и почему ребенок ведет себя агрессивно. Насколько серьезно то поведение, которое вы наблюдаете? Как оно соотносится с тем, что делают и говорят другие дети, какого мнения о нем придерживаются сверстники и педагоги?

Игры и упражнения в работе по профилактике школьного буллинга

Упражнение «Ладонка»

Цель: внимание к личности другого и осознание своих положительных качеств, повышение самооценки.

Материалы: листочек и ручка.

Процедура: каждый обводит на листе бумаги контур ладони. В центре пишет свое имя, в каждом пальце что-то, что нравится в себе самом. Затем лист передается соседу справа, он в течение 30 секунд пишет на листе, снаружи ладони, что-то, что нравится в человеке, хозяине ладони. Так через весь круг.

Игра «Путаница»

Инструкция. Выбирается водящий, он выходит за дверь. Остальные встают в круг, держась за руки, и «запутываются», меняя свое местоположение, поворачиваясь под разными углами. Задача водящего – распутать всех так, чтобы участники вновь образовали круг. Если выполнение задания слишком затягивается, можно разрешить водящему расцепить одну пару рук и переставить этих участников на нужное место.

Упражнение «Чем мы похожи»

Цель: показать возможность сближения и взаимопонимания случайно встретившихся и непохожих, на первый взгляд, людей. Группа делится ведущим на пары. Внутри пар участникам предлагается найти что-либо общее. Это могут быть особенности внешности, интересы, место жительства, пищевые пристрастия и т.д. Найденные черты сообщаются группе. Затем пары объединяются в четверки, внутри которых также ищется общность. Далее можно составить группы из восьми человек и повторить процедуру.

Упражнение «Мои сильные стороны»

Инструкция педагога-психолога: «У каждого из вас есть сильные стороны, то, что вы цените в себе, что дает вам чувство внутренней свободы и уверенности в собственных силах, что помогает выстоять в сильную минуту. Запишите свои сильные стороны в первой колонке на листочке, и при их формулировании не умаляйте своих достоинств. Во второй колонке отметьте несвойственные вам положительные качества, которые вы хотели бы выработать в себе. На составление списка вам отводится 5 минут. Затем сядем в большой круг, каждый участник прочитает свой список и прокомментирует его. Когда вы будете высказываться, говорите прямо и уверенно. На выступление каждому дается 2 минуты. Слушатели могут только уточнять детали или просить разъяснения, но не имеют права высказывать свое мнение. Вы не обязаны объяснять, почему считаете те или иные свои качества «точкой опоры», сильной стороной. Достаточно того, что вы сами в этом уверены».

Примечание. Обсуждение целесообразнее проводить, когда участники сидят в кругу, а при большом их количестве – в группах по 7–8 человек. В конце следует провести коллективную дискуссию, обращая внимание на то общее, что было в высказываниях, и на ощущения, которые каждый испытал во время выполнения упражнения.

Комментарий для педагога-психолога.

Упражнение «Хочу сказать приятное другому человеку»

Инструкция. Участникам, по очереди входящим в помещение, предлагается похвалить сначала других, а потом себя. По ходу выполнения задания педагог-психолог обращает внимание на ту похвалу, которая вызвала положительную реакцию у окружающих. Затем участникам предлагается рассказать о том, что они чувствовали, когда их хвалили, и что больше им понравилось: слушать похвалу в свой адрес или самому хвалить другого.

В заключение участники должны похвалить своих друзей, знакомых и даже незнакомых людей.

Упражнение «У нас есть выбор»

Примечание. Педагогу-психологу необходимо подвести участников к тому, что в жизни часто приходится выбирать, иногда это достаточно трудно, и выбранный вариант может быть сложнее альтернативного. Не всегда мы можем делать то, что хочется и нравится. Применительно к буллингу проще добиться своего, напугав, ударив, проявив силу, и гораздо сложнее конструктивно – мирно договориться.

Инструкция педагога-психолога: «Представьте, что вы находитесь в незнакомом городе без друзей, родителей, родственников. У вас нет жилья, работы, но есть деньги, совсем немного – на первое время. Вам необходимо определить алгоритм действий, чтобы выжить. Я дам подсказку. Вам нужны деньги, и вы их можете получить за работу, но у вас нет образования».

Далее участникам предлагается в течение 30 минут письменно ответить на вопросы:

- В каком городе или стране вы находитесь?
- Какое у вас время года?
- Что вы предполагаете делать? Каковы ваши действия?
- Что вы умеете делать? (Составьте список видов работ.)
- Что будет потом?

После того как все ответили, проходит обсуждение. Делается вывод о том, что подсобные работы – это временный заработок, а в целом необходимо учиться. Но для начала важно все-таки определиться с выбором – какому именно делу учиться, а для этого – узнать свои возможности, способности, выявить профессиональные интересы.

Разминка «Корабли и скалы»

Цель: снятие напряжения, развитие навыков общения, повышение уровня взаимопонимания.

Половина играющих – «корабли», половина – «скалы». «Скалы» рассаживаются на полу, «корабли» закрывают глаза и хаотично двигаются по комнате. При приближении «корабля» «скала» издает шипящий звук, с которым «волны накатываются на камень». Цель «скал» – не допустить «кораблекрушения». Потом играющие меняются ролями.

Игра «Король»

Слово педагога-психолога:

«Кто из вас когда-нибудь мечтал стать королем? Какие преимущества получает тот, кто становится королем? А какие неприятности это приносит? Вы знаете, чем добрый король отличается от злого? Я хочу предложить вам игру, в которой вы можете побыть королем. Не навсегда, конечно, а всего лишь минут на десять». Игроки определяют короля. Остальные участники – слуги, они должны делать все, что он приказывает. Король не имеет права отдавать приказы, которые могут обидеть или оскорбить других участников. Он может приказать, например, чтобы его носили на руках, чтобы ему кланялись, чтобы подавали ему питье, чтобы слуги были у него «на посылках» и т. д. Когда время «правления» короля закончится, группа собирается в круг и обсуждает полученный в игре опыт. Это поможет каждому из тех, кто станет следующим королем, соизмерять свои желания с внутренними возможностями остальных детей и войти в историю добрым королем.

Вопросы для обсуждения:

- Как ты чувствовал себя, когда был королем?
- Что тебе больше всего понравилось в этой роли?
- Легко ли было тебе отдавать приказы окружающим?
- Что ты чувствовал, когда был слугой?
- Легко ли тебе было выполнять желания короля?
- Когда королем был Петя (Вася), он был для тебя добрым или злым королем?
- Как далеко добрый король может заходить в своих желаниях?

Упражнение «Незаконченные предложения – ответственность»

Цель: помочь понять, что означает чувство ответственности за себя или за других. Предложения записываются под диктовку; во время паузы участники должны эти предложения закончить; наиболее верна первая реакция; если какое-то предложение не подходит, его можно пропустить; в конце дается немного времени для того, чтобы все завершить

- Быть ответственным для меня означает...
- Некоторые люди более ответственны, чем другие, – это люди, которые...
- Безответственные люди – это...
- Свое ответственное отношение к другим я проявляю через...
- Ответственного человека я узнаю по...
- Чем сильнее моя ответственность, тем больше я..
- Я побоялся бы нести ответственность за...
- Быть ответственным по отношению к самому себе – это...
- Я несу ответственность за...

Проводится обсуждение в парах и в кругу. Ведущий помогает участниками прояснить их точки зрения и осознать степень своей ответственности за свои чувства, мысли, поступки.

При проведении обсуждения можно дать участникам почувствовать достоинства и недостатки двух позиций: «ответственности за других» и «ответственного отношения к другим». Приведенные ниже примеры помогут ведущему сориентироваться в этом вопросе.

1. Когда я чувствую ответственность за других, я.. (исправляю, защищаю, спасаю, контролирую, перенимаю их чувства...).

2. Принимая ответственность, я беспокоюсь о... (решении, деталях, ответах, обстоятельствах, исполнении том, чтобы не ошибиться...).

3. Проявляя ответственное отношение к другим, я... (проявляю эмпатию (сопереживание, понимание чувств), подбадриваю, делюсь, конфликтую, слушаю...).

4. я помощник/проводник, т.е. сопровождаю другого.

5. я думаю, человек сам отвечает за себя и за свои поступки.

6. я могу доверять и принимать людей такими, какие они есть.

Упражнение «Одна ситуация – три выхода»

Слово педагога-психолога:

- Кто из нас, попадая в неприятную ситуацию, не думал хотя бы раз: «Почему я не сказал это по-другому? Почему не поступил по-другому?» Довольно больно осознавать, что ты выбрал не самый лучший способ реагирования на ту или иную проблему. Можно ли заранее «подготовиться» к подобным ситуациям в будущем?

Инструкция: Упражнение начинается с самостоятельной работы, продолжается работой в группах и ролевой игрой и заканчивается общим обсуждением.

Порядок выполнения:

1. Педагог-психолог просит участников вспомнить (можно записать на бумаге) ситуацию, которую они недавно пережили и в которой повели себя не так, как им хотелось бы (5 минут).

2. Участники делятся на небольшие группы. Каждая из них работает над той или иной ситуацией. Работа в группах ориентируется на следующие три альтернативы:

Какова самая вероятная реакция в данной ситуации?

Какая самая провоцирующая, усугубляющая конфликт, реакция в данной ситуации?

Какова самая оптимальная реакция в данной ситуации?

Оптимальной должна быть реакция, релевантная для конкретных участников в конкретной ситуации. Хотя она не обязательно будет оптимальной по определению. Группы проигрывают описанные альтернативы в ролевой игре. Если самая вероятная реакция совпадает с самой провоцирующей, достаточно проиграть две альтернативы (20 минут).

3. Педагог-психолог выбирает некоторые альтернативы для демонстрации. Можно соединить группы по две, чтобы они сыграли ситуации друг для друга (10 минут).

Вопросы для обсуждения:

В чем разница между альтернативными реакциями на конфликт?

Что удалось и почему?

Знакомы ли были вам реакции или нет?

Как часто можно наблюдать самую вероятную, самую провоцирующую и самую оптимальную реакцию?

Самой вероятной реакцией будет та, которая «не работает», «ничего не решает». Если группа посчитает, что самая вероятная реакция – самый лучший выбор в ситуации, ведущий может дополнительно спросить участников о факторах, делающих ее лучшей.

Какие свои навыки, стратегии мы используем для того, чтобы избежать самой провоцирующей реакции в той или иной ситуации?

Упражнение «Нахал»

Инструкция педагога-психолога: «Бывает так: вы стоите в очереди в буфет и вдруг перед вами кто-то «влезает»! Ситуация жизненная, а ведь частенько и слов не находится, чтобы выразить свое возмущение и негодование. Да и не всяким словом можно отбить у такого нахала охоту влезать на будущее. Тем не менее, как же быть? Ведь не мириться же с тем, что подобные случаи должны быть неизбежными. Попробуем разобрать эту ситуацию. Разбейтесь на пары. В каждой паре партнер слева – добросовестно стоит в очереди, «нахал» заходит справа. Отреагируйте экспромтом, да так, чтобы ему неповадно было. Начали! Теперь, поменяйтесь ролями: «нахал» будет заходить слева, правые игроки каждой пары должны отреагировать. Начали!

Ну а теперь давайте устроим конкурс на лучший ответ в данной ситуации».

Упражнение «Чувство на спине»

Упражнение выполняется молча. Тренер прикрепляет к спине каждого участника карточку с названием чувства (из списка). С помощью мимики и жестов, без слов, участники должны помочь друг другу понять, какое чувство написано у них на карточке. Если участник решил, что он знает название своего чувства, он садится на стул или помогает другим понять, что написано у них. Затем каждый по кругу называет предполагаемое чувство, говорит, чья пантомима помогла ему больше всего. Можно попросить этого человека показать это чувство еще раз, всему кругу. Обсуждение.

Легко ли понять, какое чувство выражает другой человек?

Что при этом в его поведении помогает, что мешает?

Легко ли самому выражать чувство?

Есть ли разница в выражении позитивных и негативных чувств?

Упражнение «Отношение к миру»

Участники делятся на пары и садятся за стол друг против друга. На столе между ними лежат два листа бумаги и карандаши. Слово педагога-психолога: «Существует правило: мир относится к тебе так, как ты

относишься к миру. Подумайте о своих состояниях, чувствах, эмоциях. Мы бываем спокойны, тревожны; бываем добры и приветливы, а иногда злы и агрессивны; бываем внимательны друг к другу, а порой ведем себя разрушительно и оскорбительно. Остановитесь на одном из состояний, которое особенно актуально для вас. Подумайте о нем, прочувствуйте его».

Далее одному из пары предлагается с помощью карандашей выразить свое состояние на бумаге. Задача второго – прочувствовать состояние партнера и отобразить его с помощью карандашей на том же листе бумаги (5 минут). Затем участники меняются ролями.

Вопросы для обсуждения:

Когда вы размышляли о своих состояниях, что пришло вам в голову?

Какое состояние вы рисовали на бумаге, как на него реагировал ваш партнер?

Какие цвета, формы и символы вы использовали для передачи своего состояния?

Постарайтесь понять, почему на разные состояния вы реагировали так, а не иначе?

Если меняется наше состояние, как изменяется мир вокруг нас?

Упражнение «Пара противоположностей»

Инструкция педагога-психолога: «Весь мир состоит из противоположностей – черное и белое, день и ночь, добро и зло... В каждом из нас тоже достаточно противоположностей. Давайте остановимся на паре противоположностей «агрессивный – доброжелательный». Возьмите каждый по листу ватмана. Приложите лист к стене и, помогая друг другу, обведите свой силуэт от шеи. Переверните ватман и продублируйте силуэт с другой стороны. Одна сторона ватмана – это «Я агрессивный», другая – «Я доброжелательный». Используя журналы, карандаши, маркеры, заполните ваш силуэт так, чтобы как можно полнее выразить эти противоположности в себе. Чтобы готовую работу можно было примерить на себя как часть костюма, отрежьте необходимую длину нити и прикрепите ее в верхней части силуэта. Теперь при желании вы можете оказаться в костюме доброжелательности или агрессивности. Надев «костюм», выберите из музыкальных инструментов те, с помощью которых можно выразить эти противоположности. (Можно использовать музыкальные фрагменты, если есть возможность, но это долго.) Походите в «костюме» одной и другой своей стороны, подвигайтесь, как двигаются доброжелательные, потом – как агрессивные люди. Какие движения совершают руки, ноги, что меняется в лице, походке?» Далее проходит презентация противоположностей: каждый подросток, примеряя одну из сторон, рассказывает о том, чем он заполнил силуэт, почему использовал те или иные цвета и символы. Озвучивает противоположности музыкальными инструментами и демонстрирует характерные движения или рассказывает о них. Педагог-психолог помогает, задавая уточняющие вопросы.

Вопросы для обсуждения:

Что было самым сложным в этой работе?

Для чего миру так необходимы противоположности, и что они дают нам?

Что происходит с человеком, если в нем преобладает одна сторона?

Есть ли цвета или символы, объединяющие обе стороны?

Как агрессивному человеку научиться быть доброжелательным, а доброму – защищаться?

Упражнение «Ярлыки»

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

Вопросы для обсуждения:

Ребята, нравится ли вам такая наклейка? Почему?

Вы хотите от нее 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».

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?

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

Тема: «Буллинг: справимся вместе» Занятия для учащихся 1-4 классов

Задачи:

1. Обобщение знаний учащихся об отношениях между одноклассниками
2. Анализ умений строить доброжелательные и доверительные отношения в коллективе, избегать конфликтов и ссор;
3. Создать благоприятные условия для развития умений сотрудничать и действовать сообща.

Цели:

• **Воспитательная:**

1. формирование негативного отношения детей к таким понятиям, как буллинг, агрессия и пр;
2. формирование толерантного отношения к сверстникам и взрослым людям; формирование умения найти пути выхода из ситуаций травли;

• **Развивающая:** развивать такие нравственные качества, как терпимость к людям, милосердие, сострадание, нетерпимость к любому виду насилия.

Оборудование: Наглядный демонстрационный и раздаточный материалы: бумага, ручки, карандаш.

1 этап. Организационный момент (настрой на работу).

Учитель: - Здравствуйте ребята! Посмотрите, какой сегодня замечательный день! Давайте создадим в нашем классе приятное настроение. А чтобы у нас все получилось, повернемся к своему соседу и улыбнемся ему самой милой улыбкой и пожелаем друг другу удачи!

-Девиз нашего классного часа: «Живи с людьми так, чтобы твои друзья не стали недругами, а недруги стали друзьями».

- Сегодня мы поговорим с вами о том, что же провоцирует непонимание между людьми и что заставляет нас становиться жестокими, нетерпимыми, агрессивными.

-Учитель задает вопросы, а ученики встают, садятся, отвечая, как положительно, так и отрицательно.

Кто любит шутки?

Кто когда-нибудь подшучивал над своим другом?

Кто не любит, когда над ним подшучивают?

Кто получал прозвища?

Кто знает продолжение фразы: «Мирись, мирись и больше...»?

Кто хоть раз просил прощения, когда кого-то обидел?

Кто хотя бы раз оказался не прав в споре?

Кто согласен, что «на обиженном воду возят»?

Введение в тему занятия

а) «Листок честности» (каждый ребенок на каждом классном часе пишет о том, что его волнует, о чем он переживает, может что – то натворил и хочет извиниться. Это секрет между учителем и ребенком)

- Кто из вас бывал когда-нибудь в ситуации, когда другие дети отвергали вас, не принимали в свою компанию, не хотели с вами играть?

Что вы делали в таких случаях?

б) Игра «Правда или действие» (спрашиваю тех детей, которые в «Листке честности» написали о ситуации, которую надо разобрать)

- Что происходит, если одного и того же человека постоянно не принимают в компанию, отвергают? (ответы детей). Сейчас вам предстоит небольшое испытание. Но предупреждаю сразу оно не из легких.

в) Игра «Попробуй выйти»

- Встаньте в один большой круг и крепко сцепитесь руками. Один ученик должен остаться в круге и попытаться вырваться из круга. Как только ему это удастся, следующий должен войти в круг и попытаться вырваться из него. Любой из вас в любой момент может разомкнуть руки и без всяких проблем выпустить одноклассника, но это слишком легко.

Пожалуйста, будьте осторожны, чтобы никому не причинить боли.

(Цель: Дети, по какой-либо причине чувствующие себя отвергнутыми, склонны исполнять либо роль тирана, проявляя при этом особенно агрессивное поведение, либо жертвы. Эта игра поможет им проанализировать свое чувство отверженности и обсудить возможные варианты конструктивного поведения в подобных ситуациях).

Рефлексия упражнения (примерные вопросы)

· Как ты себя чувствовал в центре круга? · Что ты чувствовал, когда пытался вырваться из круга? · Как ты почувствовал себя, когда это у тебя получилось? · Что ты чувствовал, когда был частью круга? · Хотел ли ты, оказаться на месте того, кто в центре круга? Почему? · Какие доводы ты приводил, чтобы тебя выпустили из круга? · Что для тебя было самым трудным?

Учитель: - Ребята, сейчас я прочитаю вам отрывок из сказки, а вы угадаете ее название

В некотором царстве, в некотором государстве жили-были старик и старуха, и было у них три сына. Младшего звали Иванушка. Жили они - не ленились, целый день трудились, пашню пахали да хлеб засевали. Разнеслась вдруг в том царстве-государстве весть: собирается чудо-юдо поганое на их землю напасть, всех людей истребить, города-села огнем спалить. Затужили старик со старухой, загоревали. А сыновья утешают их: - Не горюйте, батюшка и матушка, пойдем мы на чудо-юдо, будем с ним биться насмерть. А чтобы вам одним не тосковать, пусть с вами Иванушка остается: он еще очень молод, чтоб на бой идти. - Нет, - говорит Иван, - не к лицу мне дома оставаться да вас дожидаться, пойду и я с чудом-юдом биться! Не стали старик со старухой Иванушку удерживать да отговаривать, и снарядили они всех троих сыновей в путь-дорогу. Взяли братья мечи булатные, взяли котомки с хлебом-солью, сели на добрых коней и поехали.

- Кто может назвать сказку? (Иван - крестьянский сын и чудо-юдо)

А давайте вспомним, что было дальше. Вы очень хорошо помните эту сказку. Как братья относились к Ивану? (ответы детей). Как вы думаете, почему так? (ответы детей).

- Можно сказать, что они подшучивали над ним? А зло шутили? Читая русские народные сказки, часто встречается этот герой. Над ним шутят, подсмеиваются, называют его обидным прозвищем. Разве он на самом деле такой уж дурачок? (ответы детей)

- Что ему помогает с честью выходить из разных сложных ситуаций? (*находчивость, сообразительность, чувство юмора, доброе отношение к окружающим и т. д.*)

- В русском народном творчестве, действительно очень мало примеров жестокого отношения между людьми, в семье, друзьями. Наоборот, все эти произведения учат нас дорожить дружбой, уважать старших, заботиться о младших или тех, кто нуждается в поддержке и помощи. Давайте подумаем, почему это так? (ответы детей)

- Соглашусь, что наш народ очень милосердный, добрый, с богатым духовным наследием (можно еще раз обратить внимание на то, что Иван вовсе не дурак, а очень храбрый, добрый человек, который благодаря своей находчивости, решимости, отваге побеждает лютого врага и находит себе много друзей).

3. Работа в группах

- Сейчас вам предстоит поработать в группах. Давайте вспомним основные правила работы в группах. Памятки с этими правилами лежат на ваших столах.

- Работать надо дружно!
- Высказывать своё мнение спокойно.
- Терпеливо выслушивать мысли товарищей.
- Не перебивать друг друга.
- Общаться спокойно, тихо.

- Возьмите 2 листа бумаги, пронумеруйте их (№1, №2). В правую руку возьмите карандаш того цвета, который подходит вашему настроению (карандаш, того цвета с которым вы себя ассоциируете). В левую руку выберите карандаш того цвета, с которым вы ассоциируете человека, с которым у вас возникала неприязнь. Вы можете нарисовать линии, круги, узоры или картинку, в общем, все, что вам хочется изобразить о конфликте.

- Закройте глаза, и когда начнется музыка, вы можете обеими руками рисовать по бумаге. (2мин.) Вспомните конфликтную ситуацию, в которую вы попадаете, время от времени, или человека, ссоры с которым вполне вероятны. Часто мы пытаемся решить свои проблемы по принципу "Око за око, глаз за глаз". Когда кто-то нас обижает, мы отвечаем еще более сильной обидой. Если кто-нибудь нам угрожает, мы тоже реагируем угрозой на угрозу. Таким образом, мы только усиливаем наши конфликты.

- Затем поменяйте карандаши местами (карандаш, который был в правой руке возьмите в левую и наоборот левый в правую) и продолжайте рисовать на листе №2. (2мин.) Во многих ситуациях гораздо полезнее сделать шаг назад, признать и свою долю ответственности за возникновение этого конфликта и подать руку другому в

знак примирения. Так же, в любой конфликтной ситуации хорошо бы задуматься о позиции другого человека.

Важно, чтобы каждый ребенок смог показать свой рисунок, а Вы положительно оценили его: так, чтобы дети поняли, что подобное рисование — хорошая возможность заметить и назвать свои собственные чувства и, если возможно - пути выхода из конфликта.

Вывод:

- Ребята, учитесь чувствовать и понимать, что нужно вашему другу, маме, знакомому и просто человеку, который находится рядом с вами, что для него важно, что может его обидеть, в чем он нуждается больше всего. Чтобы преодолеть свои недостатки, надо стать чуточку добрей. В этом вам помогут ваши друзья, родители, учителя, а главное – книги.

Рефлексия:

- Что вам понравилось в занятии?

- Что вы можете взять для себя из нашего общения на занятии?

- Одним словом оцените свое состояние во время занятия?

4 этап. Завершение.

«Спасибо за прекрасный день»

-Пожалуйста, встаньте в общий круг. Мы будем по очереди поворачиваться друг к другу, улыбаться, пожимать руку и произносить: «Спасибо за прекрасный день!»

Список использованной литературы и источников

1. Методические рекомендации по снижению частоты ситуаций буллинга в школе для учителей и других специалистов, работающих в школах» (Управление по социально-психологической адаптации и развития подростков «Перекресток», Москва, 2013).

2. «Травля в школе», Людмила Петрановская.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ЧАС

Тема: «Буллинг и противостояние».

Для учащихся 5-8 классов

Ход занятия

4. «Что такое буллинг?» (просмотр ролика «Школьный буллинг») - о чем будет идти речь на занятии? (жестокое обращение).

5. Мозговой штурм: «что такое буллинг?»

Поднимите руку, кто хотел бы такого же обращения с собой как с этим мальчиком? Почему?

Буллинг - длительный процесс сознательного жесткого отношения, физического и (или) психического, со стороны одного или группы детей к другому ребенку (другим детям). Дэвид Лейн и Эндрю Миллер

Буллинг (bullying, от англ. bully - хулиган, драчун, задира, грубиян, насильник) в скандинавских и англоязычных странах определяется как притеснение, дискриминация, травля. Эндрю Миллер определяет буллинг как длительный процесс сознательного жесткого отношения, физического и (или) психического, со стороны одного или группы детей к другому ребенку (другим детям).

Буллинг - явление глобальное и массовое. По словам 1 200 детей, ответивших на вопросы Интернет-сайта KidsPoll, буллингу подвергались 48%, в том числе 15% - неоднократно, а сами занимались им 42%, причем 20% - многократно. По мнению большинства исследователей, изложенному в народной Интернет энциклопедии «Википедия», буллинг включает четыре главных компонента:

Буллинг – явление глобальное и массовое.

Компоненты буллинга:

- Это агрессивное и негативное поведение.
- Оно осуществляется регулярно.
- Оно происходит в отношениях, участники которых обладают

неодинаковой властью.

- Это поведение является умышленным.

6. Определить возможные причины буллинга.

1. месть;
2. зависть;
3. чувство неприязни;
4. Восстановление справедливости;
5. борьба за власть;
6. подчинение лидеру;
7. нейтрализация соперника;
8. самоутверждение и др.

4. Как вы думаете, какие формы могут использоваться, что подчинить себе свое окружение?!

Составить кластер **формы буллинга.**

(Школьный буллинг можно разделить на две основные формы:

1. Физический школьный буллинг - умышленные толчки, удары, пинки, побои нанесение иных телесных повреждений и др.;

2. Психологический школьный буллинг- насилие, связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняется эмоциональная неуверенность. К этой форме можно отнести:

Формы психологического буллинга:

вербальный буллинг, где орудием служит голос (обидное имя, с которым постоянно обращаются к жертве, обзывания, дразнение, распространение обидных слухов и т.д.);

обидные жесты или действия (например, плевок в жертву либо в её направлении);

запугивание (использование агрессивного языка тела и интонаций голоса для того, чтобы заставить жертву совершать или не совершать что-либо);

изоляция (жертва умышленно изолируется, выгоняется или игнорируется частью учеников или всем классом);

вымогательство (денег, еды, иных вещей, принуждение что-либо украсть);

повреждение и иные действия с имуществом (воровство, грабёж, прятанье личных вещей жертвы);

школьный кибербуллинг– унижение с помощью мобильных телефонов, Интернета, иных электронных устройств (пересылка неоднозначных изображений и фотографий, обзывание, распространение слухов и др.).

2. Просмотр ролики из к/ф «Чучело».

- Какие чувства вы испытывали при просмотре ролика?

- Ваше отношение к участникам происходившего.

Участники буллинга

• Буллеры

С клинической точки зрения, инициаторами травли выступают дети с нарциссическими чертами характера. Основная особенность нарцисса – стремление к власти, самоутверждению за счет других

• Жертвы буллинга

Жертвами буллинга, как правило, но не всегда, становятся дети чувствительные и не способные постоять за себя.

• Зрители (наблюдатели)

В школьной ситуации буллинга основная масса детей – наблюдатели. И они также нуждаются в серьезной помощи для осмысления полученного опыта.

3. **Задание учащимся выработать стратегию помощи ребенку, подвергшемуся буллингу. (рекомендации)**

Притча «Змея»

Жила-была невероятно свирепая, ядовитая и злобная Змея. Однажды она повстречала мудреца и, поразившись его доброте, утратила свою злобность. Мудрец посоветовал ей прекратить обижать людей, и Змея решила жить простодушно, не нанося ущерба кому-либо. Но как только люди узнали про то, что Змея не опасна, они стали бросать в нее камни, таскать ее за хвост и издеваться. Это были тяжелые времена для Змеи. Мудрец увидел, что происходит, и, выслушав жалобы Змеи, сказал: «Дорогая, я просил. Чтобы ты перестала причинять людям страдания и боль, но я не говорил, чтобы ты никогда не шипела и не отпугивала их».

Мораль: нет ничего странного в том, чтобы шипеть на нехорошего человека или врага, показывая, что вы можете постоять за себя и знаете, как противостоять злу. Только вы должны быть осторожны и не пускать яд в кровь врага. Можно научиться противостоять злу, не причиняя зло в ответ.

Куда обратиться за помощью ребенку, ставшему жертвой буллинга.

Притча «Два друга»

Однажды два друга поспорили, и один из них ударил другого. Последний, чувствуя боль, но ничего не говоря, написал на песке: «Сегодня мой лучший друг дал мне пощечину».

Они продолжали идти, и нашли озеро, в котором решили искупаться. Тот, который получил пощечину, едва не утонул, и друг его спас. Когда тонувший пришел в себя, он написал на камне: «Сегодня мой лучший друг спас мне жизнь».

Тот, кто дал пощечину и который спас жизнь своему другу, спросил его:

– Когда я тебя обидел, ты написал на песке, а теперь ты пишешь на камне. Почему?

Друг ответил:

– Когда кто-либо нас обижает, мы должны написать это на песке, чтобы ветры могли стереть это. Но когда кто-либо делает что-либо хорошее, мы должны выбить это на камне, чтобы никакой ветер не смог бы стереть это.

Конечно, сегодня мы не решим всех проблем, такие сложные дела быстро не разрешаются. Вы это тоже понимаете, т.к. уже взрослые люди. Но я все же предлагаю вам раскрасить камни. Оставить что-то хорошее, свой след в решении данной проблемы.

Рефлексия. «Мой выбор».

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ЧАС

тема: «Профилактика буллинга в школьной среде».

Занятие для учащихся старших классов

Задачи занятия:

1. Активизация знаний обучающихся по теме «буллинг».
2. Формирование толерантной позиции к другому.
3. Развитие навыков межличностного взаимодействия.

Предварительная подготовка может включать следующее:

1) просмотр фильмов «Чучело» (режиссер Р. Быков, 1983), «Класс» (режиссер И. Раага, 2007);

Структура мероприятия:

1. Вводная часть. Приветствие. Оглашение темы классного часа.
2. Основная часть:
 - обсуждение прочитанного произведения (просмотренного фильма);
 - мини-лекция «Буллинг в школе»
3. Заключительная часть: подведение итогов классного часа.

Содержание занятия:

1. Вводная часть. Ребята, добрый день! Сегодня я предлагаю вам обсудить тему школьной травли. Совсем недавно психологи проводили анкетирование по данной теме, в котором вы приняли участие. Справка по результатам проведенной работы свидетельствует о том, что 59% обучающихся нашей школы сталкивались с данной проблемой напрямую либо были наблюдателями подобных ситуаций.

2. Основная часть.

Для того чтобы наглядно посмотреть на такие истории со стороны я просила вас прочитать ... (посмотреть...). Давайте обсудим прочитанное (увиденное).

Вопросы для обсуждения:

Какова основная мысль произведения (фильма)?

Каковы черты, характеры основных героев?

Почему некоторые дети попадают в категорию жертв, а другие становятся агрессорами?

Каким образом ведут себя окружающие в ситуации травли?

Приведите конкретные примеры ситуаций, описанных в книге (показанных в фильме).

Каким образом действуют взрослые в ситуации травли?

Каким образом разрешается данная ситуация?

Каковы последствия для всех участников травли?

Как вы думаете: травлю можно искоренить либо она была, есть и будет? Что может сделать каждый из нас, чтобы таких ситуаций вообще не возникало и что, если она всегда случилась?

Молодцы! Вы очень многие моменты отметили верно. Хочу обратить ваше внимание на то, что школьная травля, издевательства, агрессия называется «буллингом». Причем буллинг, это систематическая агрессия, травля. Существуют различные виды буллинга: прямой и скрытый.

Скрытый буллинг подразумевает игнорирование ученика, его бойкот, исключение из отношений, намеренное распускание негативных слухов и т.п. прямой буллинг включает в себя прямую физическую агрессию, сексуальное или психологическое насилие.

Физическое насилие- умышленные толчки, удары, пинки, побои, нанесение иных телесных повреждений и др.

Сексуальный буллинг подразумевает действия сексуального характера. Психологический буллинг связанное с действием на психику, наносящее психологическую травму путём словесных оскорблений или угроз, преследование, запугивание, которыми умышленно причиняются эмоциональные страдания.

Отдельно следует отметить кибербуллинг как травлю посредством общения в интернете, мобильной связи. Как мы с вами видим, в травле всегда есть несколько участников:

- лидер-агрессор,
- школьники, участвующие в травле (присоединяющиеся к лидеру),
- ребенок-жертва,
- свидетели, подкрепляющие травлю (дети, которые занимают сторону нападающих, смеются, выражают поддержку нападающим/ подбадривают их, просто собираются вокруг и смотрят),
- свидетели-аутсайдеры (дети, которые избегают ситуаций травли, не занимая ничью сторону);
- защитники (дети, которые занимают очевидную позицию против травли, либо активно противодействуя нападающим и предпринимая что-то для прекращения издевательства, либо успокаивая, поддерживая жертву).

Давайте всех действующих героев обозначим как участников травли. Кто агрессор? Кто жертва? И т.д. Ребята, любой участник образовательных отношений при стечении определенных обстоятельств может быть вовлечен в насилие. Жертвой, обидчиком или свидетелем насилия потенциально может стать каждый учащийся. Тем не менее, мы с вами в процессе обсуждения уже выделили ряд особенностей, характерных для обидчиков и жертв. Как правило, дети и подростки, которые становятся обидчиками, – это уверенные в себе, склонные к доминированию в группе и подчинению других, морально и физически сильные, эмоционально импульсивные и легко приходящие в состояние гнева и агрессии, с низким уровнем эмпатии к своим жертвам, часто «задирающие» не только своих сверстников и более младших, но и взрослых (учителей, родителей, представителей органов правопорядка).

А сейчас обратим внимание на общие характеристики возможных жертв буллинга:

- высокий уровень тревожности, неуверенность, отсутствие жизнерадостности,
- низкая самооценка и негативное представление о себе,
- отсутствие друзей в группе и трудности в выстраивании и поддержании близких отношений со сверстниками,
- слабость в физическом плане,
- особенности внешности (полнота, отчетливые физические недостатки, непривлекательность, плохая одежда),
- особенности поведения (чрезмерно подвижные, невнимательные, вспыльчивые, не умеющие держать дистанцию, с нелепыми проявлениями, раздражающими окружающих и т.п.),
- дети, принадлежащие к этническому, национальному или религиозному меньшинству.
- нетрадиционная сексуальная ориентация универсальный фактор высокого риска травли,
- чувствительный, тихий, замкнутый, пассивный, послушный, застенчивый
- ребенок, который легко и часто плачет, а также избегает прямой конфронтации в общении, испытывает трудности с самоутверждением в группе сверстников.

Согласны? Хотите добавить еще какие-то характеристики?

А сейчас давайте поговорим о последствиях буллинга для всех его участников. Переживание буллинга в детском и подростковом возрасте чрезвычайно травматично, и кроме актуальных последствий оказывает значительное влияние на дальнейшую жизнь человека. Прежде всего, влияет на формирование самооценки ребенка, его коммуникативные возможности, мотивацию к развитию и достижениям. Итак, психологи выделяют:

- аффективные нарушения (снижение настроения, депрессивность, высокий уровень тревоги, многочисленные страхи, негативные эмоции),

- соматические нарушения (нарушения сна, аппетита головные боли, боли в животе, нарушения работы желудочно-кишечного тракта, неожиданные повышения температуры и т.д.),
- когнитивные нарушения (неустойчивость внимания, трудности сосредоточения, нарушения концентрации памяти и т.п.),
- нарушение школьной адаптации (снижение мотивации к учебе, пропуски уроков, снижение успеваемости),
- поведенческие нарушения (агрессивность, уходы из дома, протестное поведение),
- суицидальные мысли и попытки.

К другим наиболее часто общим последствиям буллинга относятся снижение самооценки, нарушение доверия к окружающему миру.

Буллинг наносит существенный вред всем, кто в него вовлечен. Пострадавшие дети не только страдают от физической агрессии, но и получают психологическую травму, которая влияет на самооценку ребенка и может оказывать длительное воздействие на социальную адаптацию ребенка. Снижение успеваемости, отказ посещать школу, самоповреждающее поведение - наиболее частые последствия буллинга.

Дети агрессоры чаще других детей попадают в криминальные истории, формируют искажённое представление о разрешении конфликтов и социальном взаимодействии.

Дети, непосредственно не участвующие в травле, переживают много негативных эмоций: страха быть на месте жертвы, бессилия, негативного отношения к школе.

Для учителей самыми частыми последствиями буллинга являются большое количество негативных эмоций в общении с детьми, проблемы с дисциплиной в классе, снижение статуса среди учеников, чувство собственной несостоятельности и бессилия, риск административных взысканий, когда ситуация выходит из-под контроля и травля приводит к физическим повреждениям, суицидальному поведению, конфликтам с родителями.

Недоброжелательная обстановка, разобщенность между детьми, снижение мотивации к учебе недоверие к взрослым – это основные последствия травли для детского коллектива.

А сейчас главный вопрос: что мы можем сделать, чтобы такого явления не было в школе вообще? Итак,

1. Говорить об этом, не замалчивать ситуации, свидетелями которых вы стали.
 2. Со своими трудностями вы всегда можете обратиться к психологу, ко мне, как классному руководителю.
 3. Уважать другого, его индивидуальность, право на самовыражение, собственное мнение.
 4. Дружить с одноклассниками.
 5. Помогать друг другу.
3. Заключительная часть:

И в завершении нашего классного часа скажите: интересна ли вам была данная тема? Что полезного вы сегодня узнали?

Тренинговое занятие для учащихся по профилактике насилия «Не проявляй бессилия, ты – сильней насилия!»

Цель: повышение толерантности и эмпатии, профилактика конфликтов в межличностных отношениях учащихся.

Ожидаемые результаты:

- формирование негативного общественного мнения ко всем формам жестокого обращения;
- снижение агрессии и враждебных реакций подростков;
- формирование навыка конструктивного реагирования в конфликте;
- оптимизация межличностных и межгрупповых отношений;
- изменение представлений о самом себе и об отношениях с окружающими;
- устранение психотравмирующей и социально опасной ситуации;
- интеграция «отверженных» детей в коллектив класса.

Участники: учащиеся 8 класса (12-15 человек)

Время: 40 минут

Материально-техническое обеспечение: стулья по количеству участников группы, видео, памятка для учащихся, листы А4 по количеству учащихся, цветные карандаши, презентация.

Ход занятия:

1. Организационный момент. (Слайд 1)

- Здравствуйте ребята! Посмотрите, какой сегодня замечательный день! На улице светит солнце! Давайте создадим в нашем классе солнечное настроение. Повернитесь друг к другу и улыбнитесь лучезарной улыбкой! Замечательно! Теперь у нас тоже тепло и солнечно.

2. Разминка.

Упражнение «Замкнутый круг» (Слайд 2)

- Сейчас вам предстоит небольшое испытание. Вам нужно встать в круг, крепко сцепившись руками. Один желающий должен остаться в круге и попытаться вырваться из него.

- Каждый из вас в любой момент может разомкнуть руки и без всяких проблем выпустить одноклассника, но это слишком легко. Пожалуйста, будьте осторожны, чтобы никому не причинить боль.

(Если подросток оказывается не в состоянии покинуть круг своими силами, важно, чтобы он находился в круге не более одной минуты. Дети должны выпустить этого подростка из круга)

Вопросы для обсуждения:

1. Как ты себя чувствовал в центре круга?
2. Что ты чувствовал, когда пытался вырваться из круга?
3. Как ты почувствовал себя, когда это у тебя получилось?
4. Что ты чувствовал, когда стал частью круга?
5. Хотел ли кто-нибудь из вас, оказаться на месте того, кто находится в центре круга? Почему?

3. Введение в тему. (Слайд 3)

- Ребята, сейчас я прочитаю вам отрывок из сказки, а вы угадайте ее название.

Хорошо было за городом! За полями и лугами тянулись большие леса с глубокими озерами в самой чаще. В чаще лопух было так же глухо и дико, как в густом лесу, и вот там-то сидела на яйцах утка. Наконец яичные скорлупки затрещали. «Пи! пи!» - послышалось из них: яичные желтки ожили и высунули из скорлупок носики. Ну, все, что ли, вы тут? - И она встала. -Ах, нет, не все! Самое большое яйцо целехонько! Да скоро ли этому будет конец! Право, мне уж надоело.

И она уселась опять.

Наконец затрещала скорлупка и самого большого яйца. «Пи! пи-и!» - и оттуда вывалился огромный некрасивый птенец. Утка оглядела его.

- Ужасно велик! - сказала она. - И совсем непохож на остальных!

- Итак, что же это за сказка? Конечно, это сказка о гадком утенке. **(Слайд 4)**

- А давайте вспомним, что было дальше.

- Как вы думаете, почему обижали утенка?

- Верно, он был не похож на других птиц этого птичьего двора, а главное – он им не нравился. К сожалению, такое явление бывает и среди людей. Особенно часто оно встречается в детских коллективах.

- А сейчас предлагаю вам посмотреть видеотрейлер и задуматься о том, что же нас заставляет становиться грубыми, нетерпимыми, агрессивными.

(Просмотр отрывка из фильма «Чучело»). **(Слайд 5)**

- Встречались ли вы с подобной ситуацией?

- Всегда ли мы хорошо поступаем по отношению к своим сверстникам?

- Какое проявление зла вы увидели при просмотре данного фрагмента?

(Жестокость подростков, унижение сверстников...)

- Дети тоже могут обижать других детей, которые им не нравятся. Только они не всегда понимают всю серьезность своих поступков. Они думают, что просто играют, смеются и шутят. Но это совсем не забава. А именно: когда человека намеренно доводят до слез, согласованно и систематически дразнят, когда отбирают, прячут и портят его вещи, когда толкают, щипают и бьют, когда обзывают и подчеркнуто игнорируют, - это называется «травля».

Психологическая травля в учебном заведении – достаточно распространенное явление и классический пример этого фильм Ролана Быкова «Чучело», отрывок из которого вы только что посмотрели.

- В окружающей жизни вы часто наблюдаете как положительные, так и отрицательные поступки взрослых и сверстников. Я приглашаю вас к разговору как не стать жестоким. Как говорил Д.С. Лихачев: «Злобная и злая реакция на окружающих, грубость, непонимание других – это признак душевной и духовной слабости». Тема нашего занятия: «Не проявляй бессилия, ты – сильнее насилия!»
(Слайд 6)

- Неприятие между учениками. В чем причина его возникновения и к чему может привести данная ситуация – это те вопросы, на которые мы с вами попробуем ответить.

«Буллинг» и «моббинг» - это проявление психологического насилия. **(Слайд 7)**

Буллинг включает в себя прямую физическую агрессию и психологическое насилие. Физическое насилие - умышленные толчки, удары, пинки, побои, нанесение иных телесных повреждений и др. Психологический буллинг связан с действием на психику путем словесных оскорблений или угроз, преследования, запугивания, которыми умышленно причиняются эмоциональные страдания. Отдельно следует отметить кибербуллинг как травлю посредством общения в интернете, мобильной связи. **(Слайд 8)**

Моббинг – это травля. В животном мире моббинг – это когда внутри стада одна из особей подвергается насилию со стороны остальных. Например, в стае волков или дельфинов.

В жизни коллектива учащихся, моббинг – это коллективный психологический террор, систематически повторяющееся враждебное и неэтичное отношение одного или нескольких людей, направленное против другого человека, в основном одного. Бойкот, поддразнивание, насмешки над физическими недостатками, провокации на драку, высмеивание акцента, одежды и т. п.- такие проявления достаточно распространены в подростковой среде. **(Слайд 9)**

Мозговой штурм «Жертвы буллинга и моббинга»

- Кто наиболее часто становится жертвами школьного буллинга и моббинга?
(Ответы учащихся) **(Слайд 10)**

Обобщив все сказанное, следует, что жертвами школьного буллинга становятся дети, имеющие: **(Слайд 11)**

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

– *особенности поведения* (замкнутые, чувствительные, застенчивые, тревожные дети или дети с импульсивным поведением, неуверенные в себе, имеющие низкое самоуважение);

– *особенности внешности* (рыжие волосы, веснушки, оттопыренные уши, кривые ноги, особая форма головы, вес тела (полнота или худоба) и т.д.);

- отсутствие опыта жизни в коллективе (домашние дети);
- болезни (эпилепсию, тики, заикание, энурез (недержание мочи), нарушения речи – дислалия (косноязычие), дисграфия (нарушение письменной речи), дислексия (нарушение чтения) и т. д.);
- низкий интеллект и трудности в обучении.

Упражнение «Сцены травли» (слайд 12)

Нужно пометить четыре угла в классе цифрами 1-4. Участники должны свободно передвигаться из одного угла в другой. Школьники слушают ситуацию, а затем позиционируют себя, чтобы показать, как бы они реагировали согласно различным сценариям травли.

(Прочтите вслух ситуацию травли и дайте подросткам время обдумать свою реакцию и пойти в соответствующий угол комнаты. Как только участники заняли свои позиции, спросите нескольких из них, почему они выбрали эту реакцию и спросите о преимуществах и недостатках такого выбора. Позвольте тем, которые выбрали четвертый угол, объяснить их ответ)

Ситуация 1. (Слайд 13)

Ваши друзья начинают обзывать вас, посылая вам угрожающие текстовые сообщения, и заставляют отдавать им разные вещи. Вы чувствуете себя плохо, когда такое происходит. Как вы должны поступить?

1. Никак. Наверное, вы сделали что-то не то, отчего друзья стали так себя вести.
2. Начать обзывать их в ответ и угрожать им.
3. Поговорить с родителями или учителем и рассказать им, что происходит.
4. Что-то еще (открытый угол).

Ситуация 2. (Слайд 14)

Группам старших детей из другой школы нравится приставать к младшим детям из вашей начальной школы. Они ждут, чтобы поймать одинокого ребенка, идущего домой или ожидающего автобус, окружают его или ее, отбирают деньги, еду или вещи. Они также бросают камни и угрожают сделать что-нибудь похуже. Как вы должны поступить?

1. Быть очень осторожным и ходить в школу и из школы группой.
2. Рассказать взрослым в вашей школе о том, что происходит, и попросить помощи.
3. Носить камни или нож для своей защиты.
4. Что-то еще (открытый угол).

Ситуация 3. (Слайд 15)

Новый мальчик в вашем классе – беженец. Ваши друзья все время говорят ему что-нибудь расистское, насмеваются над его акцентом и говорят ему, чтобы он возвращался к себе домой. Как вы должны поступить?

1. Присоединиться к ним, он – не ваш друг, поэтому вам не надо беспокоиться о нем.

2. Рассказать вашему учителю, что ваши друзья говорят ему расистские вещи.

3. Предложить ему вместе изучать язык, чтобы помочь ему адаптироваться.

4. Что-то еще (открытый угол).

- Было ли вам трудно реагировать на некоторые ситуации? На какие и почему?

- Могли ли вы себя представить в одной из сцен травли?

- Нужна ли помощь и поддержка людям, которых травят? Почему?

- Где люди, которых травят, могут найти помощь и поддержку?

Памятка «Что делать, если ты стал жертвой травли» (Слайд 16)

- Нужно отыскать союзника взрослого, сильного, мудрого, который окажет реальную помощь. Это может быть школьный психолог, социальный педагог, учитель, родитель.

- Можно отыскать помощника и в рядах тех, кто атакует, возможно, найдутся общие интересы или скрытая симпатия. Вместе противостоять злу легче.

- Попытаться понять, почему именно ты стал жертвой моббинга, не прогибаться перед обидчиком, не заискивать. Найти зачинщика травли, побеседовать с ним, попытаться помириться и наладить контакт.

- И самое главное - никогда не оставайтесь один на один с проблемой. Обратитесь по телефону доверия – специалисты этой службы выслушают и дадут совет.

Арт-терапия (Слайд 17)

- Возьмите два листа бумаги и пронумеруйте с обеих сторон (№1, №2). В правую руку возьмите карандаш того цвета, который подходит вашему настроению (карандаш, того цвета с которым вы себя ассоциируете). В левую руку выберите карандаш того цвета, с которым вы ассоциируете человека, с которым у вас возникала неприязнь. Вы можете нарисовать линии, круги, узоры или картинку, в общем, все, что вам хочется изобразить о конфликте.

- Закройте глаза, вспомните конфликтную ситуацию, в которую вы попадаете, время от времени, или человека, ссора с которым вполне вероятна, вы можете обеими руками рисовать на листе №1 в течение 1 минуты. Часто мы пытаемся решить свои проблемы по принципу «Око за око, глаз за глаз». Когда кто-то нас обижает, мы отвечаем еще более сильной обидой. Если кто-нибудь нам угрожает, мы тоже реагируем угрозой на угрозу. Таким образом, мы только усиливаем наши конфликты.

- Затем поменяйте карандаши местами и продолжаем рисовать на листе №2 (1 мин) Во многих ситуациях гораздо полезнее сделать шаг назад, признать и свою долю ответственности за возникновение этого конфликта и подать руку другому в знак примирения. Так же, в любой конфликтной ситуации хорошо бы задуматься о позиции другого человека.

Вопросы для обсуждения

- Понравилось ли вам это упражнение?
- Сравните рисунки, что в них общего, чем они отличаются?
- Удавалось ли вам разрешить конфликт так, чтобы обе стороны вышли из него победителями?

4. Итог. Рефлексия. (Слайд 18)

- Конечно, сегодня мы не решим всех проблем, такие сложные дела быстро не разрешаются.

Закончить нашу беседу я хотела бы словами Ричарда Льюиса Стивенсона, автора приключенческого романа «Остров сокровищ», «Давайте согласимся иметь разногласия». Давайте согласимся иметь различия во внешности, характере, национальности, ведь непохожий на нас человек не плохой - он другой. И жизнь наша, как сама природа, не проста: с жестокостью соседствует доброта!!! (Слайд 19)

Упражнение «Спасибо за прекрасный день» (Слайд 20-21)

- Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Повернитесь по очереди друг к другу, пожмите руку своему соседу и скажите: «Спасибо за прекрасный день!»

ПРАКТИКУМЫ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

Семинар-практикум «Профилактика насилия в школе»

Цель: повышение профессиональной компетентности педагога в вопросах планирования работы по профилактике насилия в классе и в школе.

Задачи:

- познакомить педагогов с причинами и действующими лицами буллинга;
- познакомить педагогов с некоторыми эффективными приемами противостояния насмешкам, обидным прозвищам, дразнилкам;
- научить педагогов планировать мероприятия по профилактике насилия в классе и школе.

Продолжительность: 60-90мин.

Участники: педагогический коллектив

Ход семинара-практикума:

1. Вводная часть. Вступительное слово ведущего.

В.: Добрый день, мы приглашаем вас присоединиться к нашему разговору, тему которого, Вы определите самостоятельно, просмотрев отрывок из фильма. (Просмотр фильма Р. Быкова «Чучело»).

В.: Впервые фильм Ролана Быкова «Чучело» вышел на экраны в 1980 году. Этот фильм стал неким откровением для советского общества о том, что в школе существует школьная травля. Сегодня школьная травля превосходит все границы. Ситуация усложняется и способы травли увеличиваются. Сегодня мы хотим поговорить о таком понятии как «Буллинг». Термин новый, а явление старое. – Что же означает этот термин?

2. Основная часть. Выполнение упражнений.

Упражнение: «Что такое буллинг?»

Подумайте и напишите свое определение: «Буллинг – это...»

Напишите свои ассоциации: «Буллинг ассоциируется ...»

Опишите буллинг: «Буллинг–обладает следующими признаками ...»

Нарисуйте буллинг.

Обсуждение:

- Что было сложнее, описать или нарисовать буллинг?
- Связаны ли ассоциации буллинга с возрастом, профессией или какими-либо др. факторами?
- Какие рисунки буллинга показались наиболее точными, почему?

В.: Термин «буллинг» означает «школьная травля». Насколько актуально это явление сегодня, мы попытаемся выяснить в ходе нашей встречи.

Школьная травля, или буллинг (bulling), — сложный процесс, в котором есть жертвы, преследователи, взаимодействие между ними, а также позиция по отношению к происходящему взрослых и школы. Для понимания проблемы следует

учитывать множество факторов, а не ограничиваться упрощенными представлениями о жестоком преследователе и его беспомощной жертве (например, о мальчишке-слонтяе). Невозможно разрешить эту проблему за счет ужесточения дисциплины, отстранения агрессоров от учебы или организации терапии для жертв травли. Любая стратегия вмешательства при школьной травле должна быть направлена на процесс в целом, если же исходить при этом из эмпирической модели буллинга, то эффективность вмешательства повышается.

Буллинг — скрытый процесс. Всем известно о его существовании, а при столкновении с его проявлениями каждый пытается что-то предпринять. Однако никто не знает, сколько связанных с травлей страданий ежедневно испытывают школьники. За последнее время в печати появился целый ряд сообщений о трагических случаях. Жертвами издевательств становятся ученики с умственными и физическими недостатками, нередко случаи самоубийств и даже убийств. По данным нескольких исследований дети, подвергающиеся издевательствам, начинают прогуливать занятия в школе. Среди учеников с поведенческими проблемами распространенность этого явления гораздо выше. К тому же, как считают исследователи, школьная травля не является чем-то проходящим: страдания многих детей длятся годами. Буллинг представляет собой длительное физическое или психическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, который не способен защитить себя в данной ситуации.

Кто же находится в группе риска? Практически любой человек.

Проявление буллинга:

- шантаж,
- вымогательства,
- угроза применения физического насилия,
- порча домашних работ;
- психологическая травля.

Наблюдается склонность приписывать роль зачинщиков исключительно детям, но не учителям. В проведенных исследованиях, по данным опроса учащихся, при буллинге доля учителей, позволяющих себе издеательства в отношении учеников, составляет примерно 10%. Существует и обратная тенденция: некоторые учителя считают, что подвергаются издеательствам со стороны учеников. В действительности, буллинг — процесс намного более сложный, чем стереотипное представление о жертвах и преследователях. Прежде чем перейти к разработке эффективных методов разрешения проблемы буллинга, следует изучить причины и возможные проявления данного явления во всем их многообразии.

Обсуждение:

- Итак, каковы же причины буллинга?

В.: Основные причины буллинга—личностные, семейные и школьные.

1. Текущее поведение позволяет прогнозировать поведение в будущем.
2. Излюбленный стиль поведения.
3. Множественный стресс.
4. Позиция школы.

В.: Сегодня я попрошу Вас вернуться в детство, вспомнить своих одноклассников и ответить на некоторые вопросы:

Педагогам предлагается письменно закончить несколько предложений.

1. Я думаю, что идеальный одноклассник — это...
2. Я думаю, что идеальная одноклассница — это...
3. Этот одноклассник мне неприятен, потому что он...
4. Эта одноклассница мне неприятна, потому что она...

Обсуждение:

- Как Вы думаете, какие ответы встречаются наиболее часто?

Обобщение: Примеры наиболее часто встречающихся ответов. Неприятен одноклассник (ца), если он (она):

- злой, агрессивный, драчун;
- жадный;
- безобразничает, балуется, шалит, плохо себя ведет на уроках;
- ругается, обзывается, дразнится;
- ябеда;
- часто плачет, обидчивый;
- хочет всегда командовать, наглый, воображала, считает себя самой-самой, считает, что он крутой;
- нервный, несдержанный, никогда не сидит спокойно; — слабый;
- грязный;
- некрасивый;
- толстый;
- все время всхлипывает, шмыгает носом;
- чавкает, когда ест;
- ходит с грязными, растрепанными волосами;
- все время у меня списывает;
- не понимает шуток;
- ни с кем не дружит;
- что-то бормочет;
- ленивый;
- мстительный;
- кривляка;
- играет без правил;
- плутоватый;
- строит из себя шута;
- вредный, противный;
- все время витает в облаках;
- хвастливый;
- ненормально все понимает;
- надоедливый, назойливый

- злорадный.

Выводы: как показывает практика, сверстников, как в мальчиках, так и в девочках, в первую очередь отталкивают: агрессия по отношению к окружающим (дерется, обзывает), нарушение дисциплины (мешает на уроке, кривляется), неопрятный внешний вид, то есть любое несоответствие ребенка стандартам группы.

В.: Собственные наблюдения, биографии разных людей и примеры из художественной литературы наводят на мысль, что в любом детском коллективе неизбежно есть популярные дети и дети-изгои. Иногда отверженных детей просто игнорируют, пассивно не любят или терпят, иногда у них находятся защитники. А другим везет меньше — их не любят активно. Они становятся объектами насмешек и травли со стороны одноклассников. В ситуации травли всегда есть зачинщики, их жертвы и, конечно, преследователи. Давайте дадим определение действующим лицам буллинга. (Работа в группах).

Обсуждение:

- Зачинщики?
- Преследователи?
- Жертвы?

В.: Чаще всего ребенок-изгой подвергается не столько физическим нападкам со стороны сверстников, сколько словесным. Родители и педагоги не должны оставлять без внимания ситуации обзывания детьми друг друга. Задача педагога пресечь появление и использование обидных прозвищ в классе.

Обсуждение:

- Как противостоять прозвищам и дразнилкам?

Примерные ответы:

- Никак не реагировать (проигнорировать, не обращать внимания).
- Отреагировать нестандартно.
- Объясниться.
- Не поддаваться на провокацию.
- Не позволять собой манипулировать.
- Ответить.
- Отговориться.

Психологическая игра «Учимся противостоять»

Придумайте примеры отговорок.

Например,

- Черная касса - ключ у меня, кто обзывается - сам на себя!
- Чики-траки — стеночка!» (Рукой ставим преграду между собой и обзыванием.)
- Шел крокодил, твое слово проглотил, а мое оставил!

- Кто обзывается — сам так называется!
- Дурак! Приятно познакомиться, а меня Петя зовут.

В.: Разобраться в причинах явления - сделать только первый шаг. Далее начинается работа, в которой должны быть задействованы и дети-жертвы, и их родители, и учителя, и, конечно, весь класс. Переломить сложившийся стереотип отношений — задача непростая.

Естественно, правильнее всего пресекать подобные явления в самом зародыше. Ни учителя, ни психологи, ни родители не должны оставаться в стороне от происходящего.

В.: Спланируйте работу школьного коллектива по профилактике насилия в школе (Групповая работа).

Обсуждение:

- Обсуждение и защита представленных планов.

3. Заключительная часть.

Рефлексия. Обратная связь от участников.

Участники делятся своим настроением и отмечают ощущения от работы с помощью следующих предложений:

- Самым полезным для меня было ...
- Мне понравилось ...
- Я хотел (хотела) бы изменить ...

Подведение итогов. Заключительно слово ведущего.

- Работы с проблемой буллинга будет меньше, если вовремя осуществить профилактику этого явления. Для предотвращения травли в классе необходимо начинать воспитательную работу с детьми чуть ли не с первого дня их пребывания в школе. Естественно, ведущая роль здесь отводится учителю.

Благодарю всех за работу.

СЕМИНАР – ПРАКТИКУМ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

Тема: «Профилактика жестокости в подростковой среде»

Цели:

1. Повысить компетентность педагогов по проблеме причин возникновения подростковой агрессии.
2. Раскрыть социально – психологические особенности воспитания подростков в современных условиях.
3. Ознакомить с основными средствами, формами и методами, совместной работы общеобразовательного учреждения и семьи по предупреждению жестокости в подростковой среде.

Продолжительность: 60-90мин.

Участники: педагогический коллектив

Вводная часть. Вступительное слово ведущего

За последнее время в печати появился целый ряд сообщений о трагических случаях. Жертвами издевательств становятся ученики с умственными и физическими недостатками, нередко случаи самоубийств и даже убийств. По данным нескольких исследований дети, подвергающиеся издевательствам, начинают прогуливать занятия в школе. Среди учеников с поведенческими проблемами распространенность этого явления гораздо выше. К тому же, как считают исследователи, школьная травля не является чем-то преходящим: страдания многих детей длятся годами.

В ученических классах речь часто идет о власти и влиянии, в результате которых возникают группировки и несправедливые отношения. Отдельные случаи проявления грубости и наглости получают «место» для стабильной реализации. Если на такие инсценированные конфликты не обращают внимания и не прорабатывают, то из них может развиваться буллинг.

Упражнение «Ассоциации» – ассоциации со словом буллинг- первое, что приходит в голову, когда слышите это слово. (игрушка передается по часовой либо против часовой стрелки.).

В переводе с английского языка буллинг означает запугивание, травлю, физический или психический террор. Он направлен на то, чтобы вызвать у другого страх подчинить его себе.

Буллинг представляет собой длительное физическое или психическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, который не способен защитить себя в данной ситуации.

Не любая ссора является буллингом. Обычные конфликты возникают и разрешаются, проходят. В случае буллинга сохраняется постоянная враждебность, чаще всего по отношению к отдельному ребенку, - возникает длительный конфликт. Однако единичные или даже повторяющиеся случаи проявления нахальства или наглости еще не являются буллингом. Нужна длительность и систематичность.

Кто же находится в группе риска? Практически любой человек.

Проявление жестокости:

- шантаж,
- вымогательства,
- угроза применения физического насилия,
- порча домашних работ,
- психологическая травля.

Буквально сразу у ребенка снижаются аппетит, память, концентрация, падает успеваемость. Последствием травли могут стать невозможность адаптироваться уже во взрослом обществе и строить личные отношения, психосексуальные издержки, навязчивые страхи, стрессовое расстройство, резкое ухудшение здоровья – вплоть до развития сахарного диабета и других заболеваний, не говоря уже о физических травмах.

Поведение ученика:

Физическая агрессия: Включает в себя толкание, пихание, пинки и удары – может также приобретать форму жестокого физического насилия.

Словесный буллинг: В этом случае оружием служит голос. Может существовать в форме обидного имени, с которым постоянно обращаются к одному человеку, тем самым рая, оскорбляя и унижая его. Этот вид буллинга зачастую направлен на те жертвы, которые имеют заметные отличия в физической внешности, акценте или особенностях голоса и высокую или низкую академическую успеваемость. Обзывания могут также принимать форму намеков по поводу предполагаемой половой ориентации ученика.

Запугивание: Основывается на использовании очень агрессивного языка тела и интонации голоса, чтобы заставить жертву делать то, что он/она не желает делать. Мимика или "взгляд" хулигана может выражать агрессию и/или неприязнь. Угрозы также используются для того, чтобы подорвать уверенность жертвы.

Изоляция: Инициатором использования этого метода, как правило, является хулиган. Жертва намеренно изолируется, изгоняется либо игнорируется частью класса или всем классом. Это может сопровождаться распространением записок, нащёптыванием оскорблений, которые могут быть услышаны жертвой, либо унижительными надписями на доске или в общественных местах.

Вымогательство: В этом случае от жертвы требуют деньги и угрожают, если он/она не отдаёт их немедленно. Жертву также могут принуждать воровать имущество для хулигана. Такая тактика используется исключительно для возложения вины на жертву.

Повреждение имущества: Хулиган может сосредоточить внимание на имуществе жертвы. В результате могут быть повреждены, украдены или спрятаны одежда, учебники или другие личные вещи.

Поведение взрослых:

Взрослый в школе может непреднамеренно или иным образом участвовать в буллинге, провоцировать или способствовать такому поведению путем:

Унижения ученика, который не успевает/преуспевает в учёбе или уязвим в других отношениях.

Негативных или саркастических высказываний по поводу внешности или происхождения ученика.

Устрашающие и угрожающие жесты или выражения.

Существуют определенные признаки, по которым можно распознать буллинг:

- кого-то зажимают в углу помещения;
- когда взрослый подходит к группке детей они: замолкают, разбегаются, резко меняют деятельность (могут обнять «жертву», как будто все в порядке);
- один из учеников ни выбирается другими (в изоляции);
- весь класс смеется над одним и тем же учеником;
- прозвища очень обидные;
- по лицу одного из учеников: бледный, красный (в пятнах), в слезах, напуган, трясет, признаки насилия на теле/лице;
- младшие школьники боятся зайти в туалет;
- школьники после уроков не расходятся, кого-то ждут около школы.

Работа в группах

Цель: помочь педагогам понять (почувствовать) причины поведения жертвы, наблюдателя, преследователя

Участники делятся на мини-группы. В каждой группе по 3 человека. Один из участников группы-жертва, другой-преследователь, третий- наблюдатель. Кто и кем будет - участники выбирают сами (предлагаются перевернутые листочки с определенными ролями, педагоги вытягивают, не зная какая роль достанется.) Так же каждой группе дается ситуация.

Задача участников - обсудить ситуацию в мини-группе (5-7 минут), а затем каждая мини-группа представляет ее всем от лица каждого участника, определяют и вид буллинга. Каждый участник, кроме объяснения своей роли в ситуации, говорит, какие чувства он испытывает.

Это упражнение является основным в семинаре. В случае, если участникам сложно описать свою роль, необходимо помочь с помощью вопросов. Например: вы в этой ситуации жертва, вам нравится быть жертвой? Почему? Вы в этой ситуации преследователь. Вас устраивает, что вы травите жертву? Почему? Вы в этой ситуации наблюдатель. Вам комфортно от того, что вы видите? Вы хотите что-то изменить? Как вы думаете, каким образом это можно сделать?

Что делать:

1. Работа должна строиться на совместном планировании и взаимодействии социального педагога, классных руководителей, психолога, администрации.
2. Работа специалистов строится как предупреждение возникновения буллинга в образовательной среде.
3. Поведенческой стратегией предотвращения буллинга в образовательном учреждении является привлечение персонала школы, учеников и их родителей к решению этой проблемы, повышение их осведомленности относительно ситуации буллинга в школе.

Как социальный педагог, классный руководитель может помочь жертве жестокости?

Жертве можно помочь, если:

- Помочь научиться ходить, держа себя прямо, излучая уверенность, вместо того чтобы передвигаться ссутулившись, боязливо озираясь и т. п.
- Используя юмор: очень трудно притеснять человека, который не хочет принимать эти издевательства всерьез.
- Рекомендовать по возможности находиться в группе других ребят.
- Дав понять ребенку, ставшему жертвой буллинга, что его любят. Очень часто такие дети не верят, что они способны кому-то нравиться.
- Поддерживать их сильные стороны. Можно, например, дать такому ученику какое-то поручение в классе, с которым бы он хорошо справлялся, чтобы повысить его уважение к себе и признание со стороны других ребят.

Как же должны реагировать родители детей, подвергающихся жестокому обращению.

Замечать возможные тревожные сигналы: ребенок расстроен после школы (или даже готов заплакать), у него отмечаются проблемы с желудком, головные боли по

утрам, он плохо спит. Эти симптому могут свидетельствовать о наличии школьных страхов (перед плохими отметками, другими неудачами). Если родители заметили тревожные сигналы, они должны дать понять ребенку, что у них всегда есть время, чтобы поговорить с ним. В разговоре посвятить ребенку все свое внимание, быть открытым, но в тоже время никогда не принуждать ребенка к разговору.

Если родитель узнал о буллинге от ребенка. Действовать незамедлительно: в присутствии ребенка позвонить учителю (поговорить с ним или договориться о встрече).

Ситуация

Уже третий день Костя не хочет идти в школу, объясняя это тем, что у него болит голова. Но мама не верит ему, потому что в последнее время он всё время приходит домой в синяках, говоря, что упал, что нечаянно ударился...

В общем, все синяки у него без особых причин.

Ну, а мама считает, что, Костя почему-то вдруг начал обманывать и, наверное, просто дерётся со сверстниками, хотя раньше был скромным тихоней. Как бы вы повели себя на месте мамы?

Подведение итогов

Рефлексия.

- Считаете ли вы информацию, которая представлена на семинаре нужной для себя?

- Пригодится ли Вам эта информация в дальнейшей работе?

СЕМИНАР – ПРАКТИКУМ

(для педагогов и родителей)

Тема: «Подростковая жестокость и агрессия: конфликты между группой и личностью».

Практикум предназначен для родителей и педагогов учащихся 5-11 классов

Цели:

1. Предупреждение и преодоление агрессивного, конфликтного поведения подростков;
2. Воспитывать нравственные личностные качества: доброту, желание помогать, сочувствие;
3. Способствовать формированию позитивного отношения к людям, желания овладеть навыками общения и социального взаимодействия;
4. Побуждать детей к сотрудничеству и взаимопониманию;
5. Формировать умения оценивать ситуацию и поведение окружающих;
6. Познакомиться со способами предупреждения конфликтов.

Форма проведения: практикум

Оборудование: компьютер, мультимедийный проектор (презентация, видеоролик)

ПЛАН ЗАНЯТИЯ:

1. Вступление;
2. Ситуация насилия в Казахстане;
3. Просмотр видеоролика;
4. Обсуждение видеоролика;
5. Беседа;
6. Работа в группах;
7. Последствия конфликтов;
8. Рекомендации для профилактики конфликтов (Техники, упражнения);
9. Заключение;

ХОД ЗАНЯТИЯ

Вступление

Современный мир очень активен, быстро меняется, меняются жизненные ценности, нравственные нормы. Все чаще встречаются люди с повышенной тревожностью, раздражительностью, агрессивностью.

Сегодня мы поговорим об агрессии и жестокости подростков, попробуем разобраться в этой серьезной проблеме, определим причины и последствия агрессивного поведения подростков друг к другу, а точнее о конфликтах между группой и личностью. Я прошу всех высказывать свою точку зрения, вступать в дискуссию, доказывать свое мнение. Что же такое агрессия?

Агрессия – это поведение или действие, направленное на нанесение физического или психического вреда другим людям.

Ситуации в Казахстане

видео <https://www.ktk.kz/ru/news/video/2015/10/30/64174/>

В последнее время казахстанский сегмент социальных сетей заполнили ролики со сценами детской и подростковой жестокости, вызвавшие широкий общественный резонанс. Как бывший школьный учитель скажу: больше всего удручает то, что в них фигурируют не только старшеклассники, но и мальчишки, явно относящиеся к среднему школьному звену, а в одном из роликов в роли жертв этих мерзавцев однозначно выступают учащиеся младших классов.

Причем издеваются эти существа с нескрываемым садистским удовольствием. Они не только бьют, но и прыгают на своих жертв с высоты, не различая, какая это часть тела, пусть даже голова. Смотреть на такое не просто тяжело, а практически невозможно. Во всяком случае, для человека с нормальной психикой. Социальные сети заполнены возмущенными комментариями взрослых с требованием найти и во что бы то ни стало наказать юных извергов. География подобных безобразий весьма обширна: Туркестанская, Кызылординская, Карагандинская и Актюбинская области.

Просмотр видеоролика

(Видео из интернета, в котором группа девушек избивает одноклассницу)
ОБСУЖДЕНИЕ ВИДЕОРОЛИКА

1. Какие чувства в вас вызвал ролик?
2. Что вы чувствуете по отношению к обидчикам и к жертве?
3. Допускаете ли вы, что жертва сама виновата в создавшейся ситуации?
4. Что движет подростками?
5. Оказывались вы сами в такой ситуации? И если оказывались, то в какой роли?

Беседа «Подростковая жестокость, ее формы, причины, последствия, ответственность».

Почему жестокость становится нормой в наше время? Подростковая жестокость проявляется не только в физическом насилии над сверстниками, но и в моральном.

Подростковая жестокость во всем мире приобретает ужасающие формы и масштабы: школьники расстреливают одноклассников; избивают сверстников, снимая действие на мобильный телефон и выкладывая видео в интернет; доводят одноклассников до самоубийства. Практически в каждом коллективе есть отверженные дети, и отношение к ним бывает абсолютно разным: от игнорирования до унижений и издевательств, которые порой приводят ребят к суициду. Устраивая «травлю» такого ребенка, подростки не задумываются, к чему это может привести. И все, кто дружит с изгоем, автоматически теряют авторитет в классе. Улучшить отношение можно, давая списывать, но это до первого отказа, а потом ты снова становишься отверженным.

Жертвой станет тот, кто слабее.

Агрессия – это то, что многим отравляет жизнь. И даже когда с вами просто мало общаются в классе, это кажется ничем по сравнению с постоянными издевками и оскорблениями. Одни отделиваются словесной атакой, на других направлена более тяжелая артиллерия: плевки, удары, пачканье одежды мелом, подножки, купания в унитазе.

Работа в группах

Каковы же причины агрессии и жестокости в школьном коллективе? (работа в группах)

Семейные причины

○ Безразличие или враждебность со стороны родителей, неуважение к личности ребенка, чрезмерный контроль или отсутствие его, запрет на физическую активность, отказ на право личной свободы;

Личные причины

○ Недовольство собой, желание самоутвердиться, повышенная раздражительность;

Ситуативные причины

Плохое самочувствие, переутомление, влияние продуктов питания, влияние СМИ.

Итак, подведем итог.

А теперь предлагаю проголосовать. Прошу выбрать ту причину, которую вы считаете наиболее важной.

Агрессия подростков – это

- Способ обратить на себя внимание;
- Последствия неправильного воспитания;
- Виновата школа и общество.

Последствия конфликтов

В чем вред конфликтов между подростком и группой?

- Во-первых, от конфликтов страдает достоинство человека.
- Во-вторых, на каждую минуту конфликта приходится 20 минут последующих переживаний, когда и работа не ладится, и вообще, все валится из рук.
- В-третьих, страдает физическое здоровье – поражаются нервы, сердце, сосуды. Поэтому нужно обязательно научиться предотвращать такие конфликты.

К каким последствиям может привести такой конфликт?

- унижение;
- напряжение;
- озлобленность;
- разочарование;
- невозможность достичь цели;
- тревога;
- беспомощность;
- ответная агрессия;
- суициды;
- уголовная ответственность.

Рекомендации для профилактики конфликтов

Как преодолеть конфликты?

Как не стать жертвой конфликта?

Как не подвергнуть окружающих собственной агрессии и жестокости?

Почему нельзя проявлять жестокость по отношению к другим?

В обществе нельзя жить без противоречий, люди всегда будут отличаться взглядами, вкусами и пристрастиями. Но эти противоречия нельзя доводить до конфликтов. Что бы сохранить душевное, психическое и физическое здоровье, нужно научиться предотвращать конфликты, а если конфликт уже разгорелся, нужно уметь из него выйти.

Толерантность – это готовность признавать, принимать поведение и взгляды других людей, которые отличаются от собственных.

- Поэтому необходимо научиться контролировать себя и свои эмоции;
- Если вы агрессивный человек и не умеете собой управлять – пойдите в секцию восточных единоборств. Научитесь контролировать себя и свои эмоции;

- Организовать себе регулярные физические нагрузки. После хорошей тренировки – неуправляемой агрессии не бывает;
- Полноценно отдыхать. Если вы спите 2 часа в сутки – об управлении собой речи идти не может. У вас для этого не хватает ресурсов, организм усталый, работает на пределе и заботиться об ограничении своей агрессивности не в состоянии. Обеспечьте своему организму достойный отдых;
- Практиковать спокойное присутствие. Как гладь озера реагирует на окружающую среду? Никак: просто отражает и все. Так же и вы – тренируйтесь просто воспринимать, что происходит вокруг и никак не реагировать на происходящее;
- Формировать позитивное мировоззрение.

Заключение

Каждый человек в своей жизни обязательно должен задать себе такие вопросы: «Для чего я пришел в этот мир? Что я могу сделать для того, чтобы изменить его в лучшую сторону? Хорошо ли, комфортно ли со мной тем, кто рядом?».

На прощание я хочу рассказать вам одну притчу.

«Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину.

– В каждом человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков.

Один волк представляет зло – зависть, ревность, грубость, агрессию. Другой волк представляет добро – мир, любовь, верность, отзывчивость.

Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:

– А какой волк в конце побеждает?

Старый индеец улыбнулся и ответил:

– Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь».

Жестокость не появляется из ниоткуда и не исчезает в никуда. Она растет, крепнет, формируется годами. Начинается с малого – игрушек, насекомых, цветов. Практически всегда внимательный взгляд способен заметить первые ростки этого сорняка. Так что будьте внимательны к своим детям.

Сегодня мы вели разговор о причинах проявления подростковой жестокости. Целью данного разговора было желание дать вам повод задуматься о себе и своих детях, о своих привычках и вытекающих из них поступках.

ПРАКТИКУМЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Родительское собрание

Тема: «Школьная травля или буллинг. Кибербуллинг. Как помочь детям»

Для родителей учащихся 5-9 классов

Цель: актуализация знаний родителей по проблеме буллинга в школе.

Задачи:

1. Познакомить родителей с понятием «Буллинг».
2. Оказать компетентную помощь родителям в вопросах формирования ответственного отношения у подростков к своим поступкам;
3. Предупреждать возникновение явлений отклоняющегося поведения у обучающихся.
4. Формировать активную педагогическую позицию родителей.

Уважаемые родители, сегодня мне хотелось бы вам рассказать об одной очень серьезной опасности для ваших детей - буллинге (школьной травле).

Буллинг – это повторяющиеся акты различных видов насилия и издевательств, со стороны одного лица или группы лиц в отношении индивида, который не может себя защитить.

Буллинг всегда преследует цель затравить жертву, вызвать у нее страх, унижить, подчинить.

Подвергать учащихся травле может как одно лицо, так и группа лиц.

С помощью информационно-коммуникационных технологий распространяются унижительные фотографии, оскорбительные сообщения и угрозы. Такое явление известно под названием **кибербуллинг**.

Физическое насилие в школе, в числе прочего, проявляется в драках, которые больше распространены среди подростков младшего и среднего возраста (11-15 лет). Старшие подростки чаще вовлекаются в менее заметные, но более изощренные формы насилия, такие как словесные издевательства.

Нефизическое насилие проявляется:

- в обидных высказываниях;
- оскорблениях;
- нешутливых передразниваниях.

О насилии в отношении ребенка могут свидетельствовать особенности его поведения, настроения, внешний вид, «беспричинные» пропуски занятий и снижение успеваемости. Если Вы заметили за своим ребенком серьезные перемены не в лучшую сторону, это повод задуматься и более пристально за ним понаблюдать, а в случае подтверждения опасений о травле ребенка незамедлительно обратиться к администрации школы, или к классному руководителю, или к психологу.

Мифы и научные факты о буллинге

Миф 1 - Насилие в школе в таких масштабах появилось только в последние годы. Это неправда. В 1910 г., в Вене Зигмунд Фрейд, Альфред Адлер и Уильям Стекел провели первый в Австро-Венгрии конгресс по теме: «О суициде, в частности, о суициде среди учащихся средней школы». З. Фрейд был его вдохновителем и теоретиком. Во все времена именно потому, что школа собирает незрелых еще личностей – детей и подростков – в ней были и будут проблемы насилия.

Миф 2 - Буллинг, как и другие формы нарушений дисциплины, возможны только в классе у слабого учителя. Такая установка опирается на незнание статистики. Исследования подтверждают: в любой школе и у любого учителя, особенно у хорошего (потому что дети его меньше боятся) может обнаружиться факт или факты травли, провокаций, физического или эмоционального давления.

Миф 3 - Насилия не так уж много (в нашей школе его вообще нет!), оно касается не более 10 % учеников, во всяком случае, в начальном и среднем звене. По данным Доктора Дэна Олвеуса примерно 16% девочек и 17,5 % мальчиков во всех развитых странах мира (за исключением Японии) 2-3 раза в месяц становятся жертвами буллинга без относительно к тому, в какой школе они учатся: дорогой элитной или бюджетной в социально неблагополучном районе. 7% девочек и 12 % мальчиков сами являются инициаторами травли - буллерами. Данные почти полностью совпадают для разных стран.

Миф 4 – Буллинг характерен для подростковой среды, в начальной школе этого феномена нет. Вот статистика изменений частоты встречаемости феномена буллинга по классам по данным Д. Олвеуса.

Миф 5 - Вызывать беспокойство у педколлектива должны только случаи физического насилия. Такая позиция противоречит мировой статистике: дети гораздо реже переживают себя «затравленными» из-за физических воздействий агрессивного характера, чаще – из-за других видов агрессии. В разных странах по статистике на первом месте по частоте встречаемости словесная травля – (оскорбления, злые шутки, словесные провокации, обзывания, непристойные шутки и т.д.). На втором месте бойкот, на третьем – физическая расправа. На четвертом – распространение слухов и сплетен, на пятом – воровство. Далее мы увидим, что причиной суицидов является не физическое насилие, а изоляция со стороны референтной группы, бойкот.

Миф 6 – Буллерами становятся «несчастливые» дети, с низкой самооценкой, те, кто не умеет по-другому контактировать со сверстниками. Это опасное заблуждение. Статистика показывает, что самооценка агрессоров высокая, их поведение вызвано не аффектами, которые они не могут контролировать, а холодным расчетом. Они прекрасно умеют вести себя корректно, но не делают этого, если чувствуют отсутствие угрозы наказания.

Миф 7 - Жертвами буллинга становятся дети, которые «сами виноваты» в том, что не могут выстроить отношения со сверстниками

Отчасти это верно, но есть и другие дети, те, которые вполне социальны, имеют друзей, у них до сих пор была нормальная самооценка. Жертвой буллинга может стать *любой ученик*, говорит статистика.

Самое худшее в буллинге - его влияние на тех детей, которые в нем активно не участвуют, на свидетелей. Буллинг провоцирует негативные черты людей, вызывая психодинамику самого низкого толка. Почему?

1) Буллинг заразителен;

2) В нем вы обнаруживаете себя, вынужденными выбирать между силой и слабостью (жертвы часто выглядят смешно и жалко), не очень хочется ассоциироваться со слабыми;

3) Он быстро приводит к тому, что вы больше не чувствуете личную ответственность, он провоцирует просто делать, как все;

4) Страдание жертв повторяется снова и снова, и вы замечаете, что у вас чувства сострадания раз от разу притупляются.

Рекомендации

Научите Вашего ребенка поступать следующим образом во избежание попадания в группу риска по школьному буллингу:

- вести себя скромно: без хвастовства своими успехами, родителями и друзьями, вещами;
- вести себя достойно, без «подлизывания» к учителям, сверстникам;
- найти себе хотя бы одного друга среди одноклассников;
- приглашать одноклассников в гости;
- научиться уважать мнение своих одноклассников;
- не пытаться всегда побеждать в своих спорах со сверстниками;
- научиться проигрывать и уступать, если Ваш ребёнок на самом деле не прав.
- помочь ребёнку стать членом классного коллектива, а не просто ходить учиться;
- не настраивать ребёнка против его школьных мероприятий, даже если они кажутся вам ненужными.

Общие методические рекомендации для родителей

• Старайтесь избегать скандалов и публичных ссор при ребенке, так это может сформировать у него модель конфликтного поведения, которое он будет переносить на окружающий социум.

• Следите за тем, как ваш ребенок питается до школы и в школе. Большинство детей приходят в школу с пустым желудком, что также провоцирует агрессивное поведение.

• Не будьте равнодушными к проблемам ребенка, старайтесь посещать школу не только в то время, когда проводится родительское собрание, но и в течение четверти.

• Избегайте практики физического наказания, в частности, после посещения родительского собрания многие родители возвращаются домой с одной целью, как можно сильнее наказать ребенка и тем самым отомстить за пережитый позор. После подобной тактики воспитания конфликты между родителем и ребенком становятся традиционной формой общения, дети перестают доверять не

только родителям, но и взрослым вообще, боятся рассказывать о своих проблемах и трудностях, лгут и выкручиваются, становятся замкнутыми, убегают из дома, ищут поддержки на стороне.

Если профилактические меры не помогли, и Ваш ребенок оказался жертвой буллинга, Вам как родителям необходимо:

Советы родителям обижаемого ребенка:

- Не оставляйте его один на один с этой ситуацией. Выслушайте ребенка и разберитесь: в чем суть конфликта, как давно он длится, существует ли опасность для ребенка. Разговаривайте со своими детьми.
- Если выясняется, что другие дети его бьют, обзывают, портят вещи, смеются над ним, унижают, реагируйте сразу.
- Помните о том, что ребенок, которого травят, не может завоевать симпатии одноклассников, если будет добиваться успехов в чем-то или совершать хорошие поступки. Он будет получать пятерки, его назовут «ботаником», будет помогать кому-то, назовут «слабаком» и так бесконечно. Его успехи будут провоцировать группу на еще большие нападки.
- Сохраняйте спокойствие. Ребенку важно знать, что Вы справитесь с любой ситуацией. Разговаривайте с родителями буллеров. Но не вступайте с ними в конфликт. Вам нужно совместными усилиями помочь детям.

Кибербуллинг. Как помочь ребенку?

- Для начала надо убедиться, что у вас (вашего ребенка) надежный пароль в социальных сетях, нужно отрегулировать настройки приватности.
- Если стал известен факт кибербуллинга вашего ребёнка, не вариант забирать у него телефон или перекрывать доступ в интернет, т.к. тем самым вы как бы его наказываете, а он и так страдает.
- Дайте ребенку понять, что готовы помочь и не будете его ругать или осуждать.
- Разберитесь в ситуации вместе с ребенком. Важно найти ответы на вопросы: когда возник конфликт? Что стало причиной? Кто принимает участие в травле? Существует ли угроза жизни и здоровью ребёнка?
- Соберите доказательства травли (скриншоты, электронные письма, фотографии и т.д.)
- Научите правильно реагировать на агрессора. Лучший способ остановить травлю- игнорировать обидчиков. Помогите ребенку заблокировать агрессоров или добавить их в «чёрный список». Иногда стоит временно удалить аккаунт ребенка в тех ресурсах, где происходит травля.
- Обратитесь за помощью.
- Если травля происходит в открытом сообществе или группе, обратитесь к администраторам ресурса с просьбой заблокировать обидчиков, прикрепите скриншоты с доказательствами кибербуллинга.
- Если в травле участвуют ученики школы, расскажите о ситуации классному руководителю, либо психологу, либо администрации школы.

- Если существует угроза жизни и здоровью ребенка, обратитесь в правоохранительные органы, приложив к заявлению все собранные доказательства.

Исследования показывают, что пик вовлечения в киберагрессию приходится на пятые-шестые классы.

Если ваш ребенок вовлечен в травлю в качестве обидчика:

- Постарайтесь докопаться до истины, но избегайте длительных допросов.
- Если ребенок не идет на контакт, скажите ему: «Я знаю, многим детям трудно говорить о таких вещах, но пойми, что я хочу помочь тебе, и мы можем поговорить об этом тогда, когда ты будешь готов».
- Поставьте в известность администрацию школы.
- Не занимайте оборонительную позицию по отношению к другим родителям, если они хотят поговорить с вами о ситуации.
- Не наказывайте своего ребёнка за его поступки отчуждением, но дайте понять ему, что такое поведение будет иметь последствия.
- Заводите разговоры о том, как и почему это могло произойти, и о том, каковы последствия.
- Старайтесь поддерживать нормальную повседневную жизнь.
- Объясните своим детям, что оставаясь свидетелями травли, они становятся соучастниками.

Рефлексия по кругу:

сегодня я узнал...

было интересно...

было трудно...

я понял, что...

теперь я могу...

я попробую...

меня удивило...

собрание дало мне...

мне захотелось...

ПРАКТИКУМ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Тема «Бумеранг родительского гнева»

Практикум предназначен для родителей 1-4 классов.

Цель проведения: сформировать у родителей положительные установки во взаимоотношениях с детьми, показать, как эмоциональное состояние родителей влияет на детей, показать родителям, что они являются во всем примером для своих детей, поэтому, необходимо всегда контролировать свои эмоции, правильно себя вести, быть эталоном во всех отношениях

Цель: формирование положительных установок во взаимоотношениях ребенка и взрослого.

Задачи: дать рекомендации родителям по вопросам позитивного общения с детьми; заострить их внимание на эмоциональном мире детей, ознакомить

родителей с особенностями формирования личности, развить умения семейного воспитания.

Эпиграфы:

«Воспитание детей – рискованное дело, ибо в случае удачи последняя приобретена ценою большого труда и заботы, в случае неудачи – горе несравнимо ни с каким другим». (Демокрит)

«Дети святы и чисты. Даже у разбойников и крокодилов они стоят в ангельском чине. Сами мы можем лезть, в какую угодно яму, но их должны окутывать в атмосферу, приличную их чину. Нельзя безнаказанно похабничать в их присутствии, нельзя делать их игрушкой своего настроения: то нежно лобызать, то бешено топтать на них ногами...» (Антон Павлович Чехов).

Ход собрания

*Ребенок учится тому,
Что видит у себя в дому:
Родители пример ему.
Кто при жене и детях груб,
Кому язык распутства люб,
Пусть помнит, что с лихвой получит
От них все то, чему их учит...
Мужья – пример для жен своих,
А дети учатся у них...*

Теоретический блок

Сегодня мы с вами поговорим о воспитании детей, о том, как наши эмоции сказываются на их психологическом здоровье, уделим внимание вопросам регулирования собственного гнева.

Как бы нам иногда хотелось полностью контролировать жизнь наших детей. Вот жили бы по нашей указке, делали бы все, как мы им говорим. Мы можем помочь нашим детям ошибаться как можно меньше. Направить их на путь истинный – такова задача родителей. Это прежде всего означает воспитание у их понимания истинных ценностей и следование им. А начинается все с воспитания и поддержания дисциплины.

Соблюдение дисциплины вряд ли когда-либо обходилось без наказаний. Но ни телесное, ни любой другой вид наказания не должны наносить ребенку психологическую травму. Наказать, но не вымещать на детях весь негатив неудавшегося рабочего дня или неустроенные личные отношения.

Для большинства детей (в любом возрасте) мама и папа являются своеобразными судьями, которые рассматривают все «хорошо» и «плохо» относительно их поступков и действий. Поэтому ожидание родительской реакции за проступок – уже часть наказания. Притом в процессе этого происходит уже хотя бы частичное осознание своей вины, а значит, были и анализ своего поступка и его оценка. Чего мы собственно, и добиваемся (а не физической боли или психологической травмы).

Родителям нельзя забывать, что их сыновья и дочери – это прежде всего дети, хотя и постепенно взрослеющие. Иногда родители, озабоченные своими проблемами и повседневными неурядицами, забывают о том, что перед ними не просто их дети, а тоже люди, со своим непростым внутренним миром эмоций и переживаний.

Ваше общение с ребенком не должно быть разрушительным. Именно умение выслушать и последующее взаимопонимание дадут положительные результаты.

Доверяйте своим детям.

Будьте с ними искренними в своих мыслях и чувствах.

Не забывайте, что перед вами человек и формирующийся характер, личность

Признавайте за детьми право на собственные мысли, чувства, суждения.

Уважайте в них человека и собеседника.

Дети часто бывают неправы. Сочувствуйте той точке зрения, которую высказывают ваши дети. Оцените их мнение. Но оценивайте не формально, не игнорируя, а спокойно и рассудительно, приводя факты и доводы.

Используйте для этого фразы: «Да, конечно, я тебя понимаю. Продолжай, я внимательно слушаю. Если ты считаешь, что я не права, то как ты можешь объяснить... Может я ошибаюсь, но... Ты думаешь, что... Ты считаешь, что... Давай вместе подумаем, как лучше нам справиться с этой проблемой. Мне интересно твое мнение вот по какому вопросу...».

Приказной тон – это демонстрация своего превосходства. Такой тон раздражает, оскорбляет и обижает. И не допускайте злых унижающих человеческое достоинство шуток по отношению к детям. Внешность, манеры, привычки, неудачи, чувство влюбленности и привязанности – ко всему этому надо относиться в разговоре очень осторожно. Вам помогут никогда не простить такого оскорбления.

В доверительных беседах с родителями учащихся приходится слышать, что обиды детства некоторые все еще помнят. Хотите ли вы, чтобы ваши дети помнили о своих детских унижениях всю свою жизнь? А ведь в этом, как говорят психологи, зачастую кроется психический дискомфорт человека зрелого возраста.

Нерациональное поведение взрослых – это всегда травма для детей. Особенно если такое поведение включает упреки и унижения, раздражительность и насмешки, равнодушие и даже насилие. Вы не замечали, как на фоне довольно хорошего настроения в беседе с сыном или дочерью вы после разговора по телефону (или к вам на минутку забежала ваша соседка, чтобы сообщить, вам что-то такое, что могло бы вас ужалить) вдруг, меняя тон голоса, его накал, потеряв всю теплоту, которая звучала в нем раньше, грубо и раздраженно обрываете ребенка: «Отстань от меня, не до тебя!»

Практический блок.

Сегодня мы постараемся побыть нашими детьми, прочувствовать их чувства и эмоции, проанализировать свои действия и поступки.

Упражнение «Цветок».

Цель – способствовать формированию позитивной позиции по отношению к имени ребенка, своему собственному.

Перед Вами лист бумаги. Нарисуйте в середине листа круг – это сердцевина цветка. Вспомните, как вы выбирали имя своему ребенку, как трепетно вы к этому относились.

Напишите имя своего ребенка в сердцевине. Напишите чувства, которые вы испытываете, когда читаете, слышите имя своего ребенка.

У каждого цветка есть лепестки и у нашего цветка тоже будут лепестки. Количество лепестков соответствует количеству имен-обращений к вашему ребенку. Постарайтесь вспомнить все имена обращения, не только те с которыми вы обращаетесь, но и другие члены семьи, друзья и знакомые вашего ребенка. Впишите в каждый лепесток имя - обращение. Напишите чувства, которые вы испытываете, когда слышите то или иное имя-обращение к своему ребенку. Если вам не нравится какое-либо имя-обращение, то заштрихуйте этот лепесток.

У цветка есть стебель. Вспомните, как вы обращаетесь к ребенку в порыве гнева, раздражения – подпишите это имя-обращение около стебля. Напишите, что вы чувствуете, когда вспоминаете свою интонацию при данном разговоре.

А сейчас задумайтесь, что нужно цветку, чтобы благоухать и радовать наш глаз? Конечно, ему необходимо питание, а получает он его через стебель.

А теперь посмотрите, какое питание получает ваш цветок, какие чувства его подкрепляют? Не зря говорят: «Ложка дегтя способна испортить бочку с медом». Так и мы порой своим обращением перечеркиваем все то, что для этого долго и упорно создавали. Даже если это имя, произнесенное с другой интонацией.

У цветка есть лист. Подпишите его тем именем-обращением, которое больше всего нравится вашему ребенку. Напишите свои чувства. Как вы думаете, совпадают ли ваши чувства с чувствами ребенка? Постарайтесь обращаться к нему так, как он любит.

Мини – беседа «Колобок и стрелы гнева».

Цель – активизировать членов группы.

Представьте себя в образе «колобка». Вспомните, как начинается ваше утро. Звук будильника, «уже вставать», легкое раздражение, надо принять душ, все входит в свое русло; пора будить ребенка, в ответ: «не хочу, еще чуть-чуть»;

«Я опаздываю, а ты снова со своими капризами», снова появляется раздражение, и т.д. и т.п. (Даете описание всего дня, при этом заостряете внимание там, где появляется раздражение. Потом вы говорите, что раздражение – это стрелы гнева, сначала полученные извне, а потом обратно выпущенные). И вот наш милый колобок превратился уже в колючего ежика. (Обсуждение)

Упражнения: «Кулачки», «Ежики».

Цель – осознание неконструктивных способов выражения агрессии.

Сейчас мы разделимся на две команды – яблоки и груши. (Работа в парах) «Яблоки» сжимают правую руку в кулак. Сожмите очень сильно, а «груши» должны разжать кулак, при этом старайтесь не причинить физическую боль. (потом меняются)

Обсуждение: кому удалось разжать кулак? Какие приемы вы использовали? Трудно ли было выполнить задание?

Аналогично проводится упражнение «Ежики». Один в паре сворачивается в клубок (кладет голову на колени и закрывает ее руками), а другой должен развернуть клубок.

А сейчас все сожмите все правую руку в кулак, сожмите очень крепко, а я пройду, посмотрю. Когда убедитесь, что все выполнили ваше задание, просите: «Уважаемые родители, разожмите, пожалуйста, кулачки. Посмотрите на свои прекрасные добрые руки». Родители непроизвольно разжимают кулаки. А вы подводите итог: «оказывается не надо применять силу, манипулирование, угрозы - порой достаточно доброго, ласкового слова и все поменяется вокруг».

Беседа «Конструктивные способы разрядки гнева и агрессии»

Цель – расширение знаний родителей по сдерживанию нарастающей агрессии.

Рекомендации по сдерживанию нарастающей агрессии

- Досчитай до десяти.
- Нарисуй (представь) обидчика в образе любого сказочного героя.
- Прикоснись к холодному.
- Посмотри в окно, «загляни» внутрь себя, посмотри на обидчика со стороны.
- Сомни и разорви бумагу.
- Придя домой, открой кран с водой и мысленно проиграй всю ситуацию заново.
- Спасибо вам, что вы ...
- Самое конструктивное – разрядить эмоции какой-нибудь осмысленной полезной работой.

Памятка родителям о воспитании детей

Воспитывая ребенка, старайтесь придерживаться следующих правил:

1. Любите своего ребенка, и пусть он никогда не усомнится в этом.
2. Принимайте ребенка таким, как есть – со всеми его достоинствами и недостатками.
3. Опирайтесь на лучшее в ребенке, верьте в его возможности.
4. Старайтесь внушать ребенку веру в себя и в свои силы.
5. Стремитесь понять своего ребенка, заглянуть в его мысли и чувства, ставьте себя на его место.
6. Создайте условия для успеха ребенка, дайте ему возможность почувствовать себя сильным, умелым, удачливым.
7. Не пытайтесь реализовать в ребенке свои несбывшиеся мечты и желания.
8. Помните, что воспитывают не слова, а личный пример.
9. Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми, особенно не ставьте их в пример. Помните, что каждый ребенок неповторим и уникален.
10. Не рассчитывайте на то, что ребенок вырастет таким, как вы хотите.
11. Помните, что ответственность за воспитание своего ребенка несете именно ВЫ.

Тренинговое занятие для родителей «Буллинг в школе»

Цель: актуализировать знания родителей по проблеме буллинга в школе.

Задачи:

1. Познакомить родителей с понятием «Буллинг».
2. Формировать активную педагогическую позицию родителей.
3. Научить родителей распознавать ситуации травли.
4. Познакомить родителей со способами защиты своего ребенка от буллинга в школе.

Оборудование: мультимедийный проектор, презентация по теме «Буллинг в школе», бейджи, рефлексивные листы, фломастеры, мячик.

Продолжительность занятия: 60 минут.

1. Вводная часть. Знакомство с группой, групповыми правилами.

Психолог: Добрый день, уважаемые родители. Мы познакомимся с понятием буллинг, основными его характеристиками, постараемся найти ответы на вопросы: что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок подвергся буллингу? В ситуациях, когда ребенок агрессор и, что сделать, чтобы таких ситуаций не возникало.

Прежде чем приступить к обсуждению, давайте познакомимся. По ходу я говорю о правилах работы в кругу: «круг – символ равенства участников, принцип уважения к говорящему, Я-высказывания, безоценочность, конфиденциальность – вся информация остается в кругу».

Разминка.

Упражнение «Знакомство»- участники по кругу говорят свое имя и отвечают на вопрос: на что похоже мое настроение?

Упражнение «Ассоциации».

Психолог: Какие у вас возникают ассоциации со словом «буллинг»? Родители высказываются по желанию.

2. Основная часть

Мини лекция с использованием мультимедийной презентации «Буллинг в школе».

Буллинг – относительно новый термин, обозначающий старое, можно сказать, вековое явление – детскую жестокость. Практически в каждом классе есть дети, которые являются объектами насмешек, а иногда и открытых издевательств со стороны некоторых, а иногда и всех учеников класса. В детском коллективе буллинг зачастую является результатом незанятости подростков.

Буллинг (от англ. bullying – запугивание, физический и/или психологический террор в отношении ребенка со стороны группы одноклассников), – это форма жестокого обращения, когда физически или психически сильный индивид или

группа получает удовольствие, причиняя физическую или психологическую боль более слабому в данной ситуации человеку.

Прежде чем перейти к разработке эффективных методов разрешения проблемы буллинга, следует изучить виды, причины и возможные проявления данного явления во всем их многообразии.

Выделяют следующие виды буллинга:

А. Психологическое (моральное) насилие:

1. вербальное (насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания и необъективные оценки, высмеивание, унижение в присутствии других детей, угрозы физической расправы, шантаж, угроза пожаловаться, перестать дружить, вымогательство, доносительство, клевета на жертву, оскорбления, обзывательства, клички.

2. социальное исключение (бойкот, отторжение, изоляция, отказ от общения жертвой с (с ребенком отказываются играть, заниматься, не хотят с ним сидеть за одной партой)

3. кибербуллинг—публикация и распространение в Интернете оскорбительных текстов, видео и фотографий, угрозы, а также выдача себя за «жертву» в онлайн (подвержены до 30% школьников 12-15 лет). Распространение в последнее время получает троллинг (trolling — блеснение, ловля рыбы на блесну) — размещение в Интернете (на форумах, в дискуссионных группах, блогах и др.) провокационных сообщений с целью вызвать конфликты между участниками, взаимные оскорбления.

Б. Физическое насилие избиение, нанесение удара, подзатыльники, порча и отнимание вещей, воровство и др.

По различным источникам наиболее распространен первый вид буллинга:

1. словесная травля (оскорбления, злые шутки, словесные провокации, обзывания, непристойные шутки и т.д.).

2. бойкот,

3. физическая расправа.

4. распространение слухов и сплетен,

5. воровство.

Как показали исследования – в младших классах частота встречаемости случаев буллинга выше, более распространен среди мальчиков, снижается к 14-15 годам, кибербуллинг наиболее распространен среди подростков 13-15 лет, в большей степени характерен для девушек.

Основные характеристики Буллинга

1. Умышленность

2. Регулярность

3. Неравенство сил

4. Групповой процесс (затрагивает широкий круг участников)

5. Не заканчивается сам по себе

6. Негативное психологическое воздействие на всех участников.

По статистике, больший процент детей за помощью при буллинге не обращаются:

62% детей не рассказывали о буллинге

24% делились с друзьями

2% рассказали родителям

Почему дети не обращаются за помощью?

1. Хочет справиться с этим самостоятельно
2. Дети могут бояться реакции от обидчика
3. Опасается, что накажут за слабость
4. Чувствуют, что никто о них не заботится
5. Дети могут опасаться, что их сверстники отвергнут.

Распределение ролей в буллинге.

Как уже упоминалось выше, буллинг – всегда коллективное явление. Детей, которые осознанно или невольно принимают в нем участие можно разделить на четыре категории: инициаторы, преследователи, наблюдатели, жертвы.

Инициаторами выступают один-три ребенка, их цель самоутвердиться, обрести авторитет в коллективе, поэтому они используют агрессивные рычаги. В ряде случаев поводом к насилию может служить личная неприязнь или тщательно спланированная месть в отношении другого ребенка. Зачинщики демонстративно задирают, высмеивают или игнорируют одного или нескольких участников группы. Они стремятся к вниманию, желают занять роль лидера класса.

-дети, страдающие от насилия в своей семье и компенсирующие свои страдания насилием над самым слабым в классе.

-школьники, стремящиеся к лидерству, власти, самоутверждению за счет других.

-легко возбудимые и очень импульсивные, с агрессивным поведением.

-часто нарушают дисциплину.

-склонны обвинять других в своих проблемах.

-агрессивные дети.

-физические сильные дети.

Жертвой или объектом буллинга:

- часто становятся робкие,

- тихие дети,

- нередко физически слабые,

- дети с нестандартной внешностью,

- особым прилежанием в учебе,

- чувствительные, не способные постоять за себя, продемонстрировать уверенность, отстоять ее.

- талантом в определенной области или, напротив, плохой успеваемостью и прогулами,

- дети с заниженной или наоборот с завышенной самооценкой.

Жертвой буллинга может стать любой ученик.

Возможные роли непопулярных школьников: «Шут», «Козел отпущения», «Покорная жертва», «Раб», «Белая ворона» «Озлобленные», «Непопулярные», «Агрессоры»: агрессор-нападающий, отвергаемый агрессор, «Ябеда»

ПОКОРНЫЕ	АГРЕССИВНЫЕ
<p>им свойственна отрицательная «Я-концепция», часто представляют себя неудачниками, глупыми, стыдливými и непривлекательными людьми; могут находиться в одиночестве, не проявлять агрессии и отдаляться от группы школьников.</p> <p>страдают от низкого чувства собственного достоинства; интроверты, с плохо развитыми коммуникативными навыками;</p>	<p>сверхагрессивные и эмоционально нестабильные; легко раздражаются и впадают в состояние гнева, поддаются провокациям; не способны правильно интерпретировать намерения или высказывания; не используют агрессию в качестве инструмента для достижения цели; используют агрессию в качестве мести;</p>

Возможные последствия для жертвы:

социальная изоляция, ассоциальное поведение, тревожные расстройства, психосоматика, риск суицида.

Свидетели

Активные помощники	Пассивные сторонники
<p>подкрепляют действие буллера (улыбками, смешками, поддакиванием); могут подначивать, провоцировать;</p>	<p>в целом одобрительно относятся к поведению доминирования и унижения слабых</p>

Эффект свидетеля проблемной ситуации в том, что они не пытаются помочь пострадавшим. Чем больше очевидцев, тем меньше шансов, что начнут помогать пострадавшему.

Защитники

Наличие даже ОДНОГО противника буллинга в классе может изменить ситуацию к лучшему.

Если защитников несколько и с их мнением в классе считаются — большинство преследователей оставляют изгоя в покое, конфликт сходит на нет в самом начале.

Основные характеристики защитников:

- Устойчивая система ценностей.
- Представление о самом себе с преобладанием позитивных установок относительно собственной личности
- Способны самостоятельно регулировать свое поведение;
- Оптимистический эмоциональный фон.

Как понять родителям, что ребенок стал жертвой буллинга?

Если ваш ребенок:

- неохотно идет в школу и рад любой возможностью не ходить туда;
- возвращается из школы подавленным;
- часто плачет без очевидных причин;
- никогда не вспоминает никого из своих одноклассников;
- очень мало говорит о своей школьной жизни;
- одинок, его никто не приглашает в гости, на дни рождения, и он никого

не хочет позвать к себе.

В этом случае, возможно, ваш ребенок стал объектом буллинга.

Работа в группах

Уважаемые участники: «давайте с вами разделимся на 2 группы». Участники рассчитаются на лимон- апельсин.

Сейчас мы с вами постараемся найти ответы на следующие вопросы:

1. Группа «лимонов» в ходе групповой дискуссии постарается найти ответ на вопрос: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок жертва?»

2. Группа «апельсинов» постарается найти ответ на вопрос: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок буллер?»

После обсуждения, представитель от каждой группы высказывается по данному вопросу.

Психолог подводит обсуждение родителей к конкретным рекомендациям, проговаривает их.

Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок подвергся буллингу?

▪ Попытаться понять истинную причину травли: внешность ребёнка, особенности его поведения, плохая, а сейчас порой и отличная успеваемость, отсутствие статусных для детей предметов (мобильного телефона и т.д.).

▪ Убедиться, что ваш ребенок действительно стал жертвой школьного буллинга.

▪ Сообщить о ситуации классному руководителю, школьному психологу.

▪ Сообща найти пути выхода из сложившейся ситуации.

▪ Если ребенок пережил насилие, напуган и потрясен случившимся, оставьте его на один день дома, не водите в школу. При сильно пережитом стрессе попытаться перевести ребёнка в другой класс или даже в другую школу.

▪ Ни в коем случае не игнорировать случившееся с ребенком и не пускать все на самотек.

▪ Успокоить и поддержать ребенка словами: «Хорошо, что ты мне сказал. Ты правильно сделал»; «Я тебе верю»; «Ты в этом не виноват»; «Ты не один попал в такую ситуацию, это случается и с другими детьми»; «Мне жаль, что с тобой это случилось». «Я постараюсь сделать так, чтобы тебе больше не угрожала опасность».

▪ Разговаривайте с ребенком, обсуждайте ситуацию в спокойном и деловом тоне

- Выражайте сочувствие без оценок и комментариев. Дайте понять, что это всего лишь одна из проблем, для которой необходимо найти решение.

- Расскажите о своем успешном опыте в решении подобных ситуаций, о случаях, когда другим детям удалось не обижаться и не злиться сильно. Сообщите о ситуации классному руководителю, школьному психологу.

- Выступайте на ближайшем родительском собрании: старайтесь не обвинять, а призывать родителей объединить усилия для того, чтобы травля не стала традицией в классе.

- Не спешите с требованиями «не будь слюнтяем», «дай сдачи». Многие дети не могут преодолеть страх и к тому же боятся вызвать неудовольствие папы, а потому перестают жаловаться и остаются со своей бедой один на один.

- Зная причины и последствия буллинга, уважаемые родители, примите правильное решение и все необходимые меры, чтобы ваш ребёнок был полноценной личностью нашего общества.

Если ваш ребенок — обидчик

Если вы узнаете о том, что ваш ребенок — обижает и травит других, то первым вашим импульсом будет строго наказать его. Скорее всего, это будет просто разовая мера и не только не решит ситуацию, но еще и усугубит ее. Если ваш ребенок обижает других, то вам необходимо:

- остановить ребенка-обидчика,
- создать обстановку, в которой он пересмотрит свое поведение. Наказание не исправит плохого поведения, зато уничтожат доверие между ребенком и взрослым.

- Вам нужно попытаться заменить желание ребенка причинять вред другим желанием быть добрым к другим.

Как этого добиться?

- Позвольте ребенку увидеть то, что он сделал неправильно, и помогите найти способы исправить это.

- Сфокусируйтесь на том, что привело ребенка к такому поведению, помогите ему понять, что беря на себя ответственность за свои действия, он восстанавливает собственную целостность и самоуважение.

- Постарайтесь не дать возобладать над вами чувством стыда за то, что делает ваш ребенок.

- Говорите с ребенком о его действиях, задавайте такие же открытые, честные вопросы, которые вы задавали бы, если бы он был жертвой буллинга.

- Так вы преодолеете его защитную реакцию и поймете истинную его мотивацию, вы сохраните контакт с ребенком и поможете ему самому разобраться в себе.

- Помните, что к такому поведению ребенка приводит внутренний дискомфорт, какая-то боль. Когда мы позитивно воспринимаем себя, нам не нужно никого обижать. И помните — это поведение плохое, а не ребенок. Говорите ему, что вы знаете, что он хороший, и такое поведение совсем ему не подходит, не свойственно.

- Развивайте эмпатию.

Повышайте уровень информированности детей о роли, которую они играют в буллинге

И что сделать, чтобы не допустить ситуаций травли?

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

Реакция на буллинг отлично продемонстрирована в художественном фильме «Чучело» (1983 г.) режиссера Ролана Быкова. Шестиклассница Лена Бессольцева умело передает все чувства, которые может испытать ребёнок: боль, одиночество, страх поделиться проблемой со взрослыми, чувство безысходности и незащитности.

Родители вместе с детьми

Просмотр художественных фильмов с последующим обсуждением:	Обсуждение художественной литературы, раскрывающей проблему буллинга:
«Чучело» (1983 г.). «Класс» (2007 г.). «Розыгрыш» (2008 г.). «Класс коррекции» (2014г.)	В.К. Железняков «Чучело». Хосе Тассиес «Украденные имена». В.Н. Ватан «Заморыш». Е.В. Мурашов «Класс коррекции». Стивен Кинг «Кэрри». Алексей Сережкин «Ученик». Андрей Богословский «Верочка». Джоди Пиколт «Девятнадцать минут».

Некоторые дети, столкнувшись с проблемой буллинга, испытывают настолько выраженные муки и страдания, что практически утрачивают все свои навыки и начинают себя ненавидеть. Такие дети нуждаются в тщательно продуманном терапевтическом вмешательстве. Программа вмешательства может включать поддержку в стенах школы или направление в какую-либо внешнюю службу поддержки. Так, например, возможны контакты с социальной службой, судебными

органами или службой телефона доверия для детей «Детская линия». (Раздать визитки телефона доверия).

3. Заключительная часть. Рефлексия.

Итак, уважаемые родители, мы с вами рассмотрели вопросы, связанные с буллингом в школе и способами помощи своим детям, оказавшимся в такой ситуации.

Рефлексия

Участники дают обратную связь, высказываются по кругу: что было полезным, мое настроение в конце занятия...

Заполняем рефлексивные листы.

Рефлексивный лист

Мое настроение 1 2 3 4 5

Информация интересная 1 2 3 4 5

Информация полезная 1 2 3 4 5

Что, на Ваш взгляд, было наиболее удачным и в чем?

Какие вопросы Вы бы хотели рассмотреть на последующих собраниях?
