

Приложение 1
к приказу
Министра просвещения
Республики Казахстан
от ____ сентября 2025 года №

Программа по профилактике в организациях образования
травли (буллинга) детей «ДосболІКЕ»

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН
НАО «НАЦИОНАЛЬНЫЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ
БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ «ӨРКЕН»

*Рекомендовано Научно-методическим советом
НАО «Национальный научно-практический институт
благополучия детей «Өркен»
(протокол № 2 от 24.07.2025 г.)*

Программа по профилактике в организациях образования травли (буллинга) детей «ДосболLIKE». – Алматы: НАО «ННПИБД «Өркен», 2025. – 325 с.

В Программе по профилактике в организациях образования травли (буллинга) детей «ДосболLIKE» представлены актуальность, концептуальные основы, цели, задачи, этапы реализации, ожидаемые результаты, приложения.

В перечень приложений включены: положение об антибуллинговой команде; проекты локальных актов; алгоритм незамедлительного реагирования на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся в случае ее выявления; установочный семинар для педагогов; семинары для сотрудников организаций образования; занятия для законных представителей обучающихся 1–4, 5–9, 10–11 классов школ, 1–2 курсов колледжей; руководство по организации проектной деятельности на основе занятий для обучающихся 1–11 классов школ, 1–2 курсов колледжей; материалы для проведения диагностики и мониторинга; материалы по психолого-педагогической поддержке деятельности педагогического коллектива по развитию социально-эмоциональных навыков обучающихся.

Предназначена для руководителей, педагогов организаций среднего, технического и профессионального, послесреднего образования, методистов, руководителей и специалистов отделов и управлений образования.

© НАО «ННПИБД
«Өркен», 2025

АЛМАТЫ 2025

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт Программы	стр. 4
2. Глоссарий	стр. 4
3. Актуальность Программы	стр. 5
4. Цель и задачи Программы	стр. 11
5. Этапы реализации Программы	стр. 14
6. Ожидаемые результаты	стр. 23
7. Список использованных источников	стр. 24
8. Приложения	стр. 26
9. ПРИЛОЖЕНИЕ 1	стр. 27
10. ПРИЛОЖЕНИЕ 2	стр. 32
11. ПРИЛОЖЕНИЕ 3	стр. 42
12. ПРИЛОЖЕНИЕ 4	стр. 50
13. ПРИЛОЖЕНИЕ 5	стр. 56
14. ПРИЛОЖЕНИЕ 6	стр. 68
15. ПРИЛОЖЕНИЕ 7	стр. 96
16. ПРИЛОЖЕНИЕ 8	стр. 278
17. ПРИЛОЖЕНИЕ 9	стр. 287
18. ПРИЛОЖЕНИЕ 10	стр. 289

Сокращение

НАО «ННПИБД «Өркен» – Некоммерческое акционерное общество
«Национальный научно-практический институт благополучия детей «Өркен»

1. Паспорт Программы

Основание для разработки Программы

1. Закон Республики Казахстан от 27 июля 2007 г. №319-III «Об образовании»

2. Постановление Правительства Республики Казахстан от 31 августа 2023 г. №748 «Об утверждении Комплексного плана по защите детей от насилия, превенции суицида и обеспечению их прав и благополучия на 2023–2025 гг.»

3. Приказ Министра просвещения Республики Казахстан от 21 декабря 2022 г. №506 «Об утверждении Правил профилактики травли (буллинга) ребенка»

4. Совместный Приказ Министерства здравоохранения Республики Казахстан №742 от 22.12.2023 г., Министерства труда и социальной защиты Республики Казахстан №515 от 20.12.2023 г., Министерства культуры и информации Республики Казахстан №513-к, Министерства просвещения Республики Казахстан №386 от 21.12.2023 г., Министерства внутренних дел Республики Казахстан №917 от 21.12.2023 г. «Методика по раннему выявлению и оказанию помощи несовершеннолетним или ставшим свидетелями насилия, травли (буллинга), кибербуллинга»

Разработчик Программы: Некоммерческое акционерное общество «Национальный научно-практический институт благополучия детей «Өркен».

Участники Программы: обучающиеся, педагоги, сотрудники организаций среднего, технического и профессионального, послесреднего образования, законные представители ребенка.

Управление и контроль за исполнением Программы: Министерство просвещения Республики Казахстан, Комитет по охране прав детей Министерства просвещения Республики Казахстан, Некоммерческое акционерное общество «Национальный научно-практический институт благополучия детей «Өркен».

2. Глоссарий

Безопасная образовательная среда – целостная качественная характеристика внутренней жизни организации образования, где каждому участнику образовательного процесса гарантируется соблюдение прав и норм психолого-физической безопасности, создаются условия для индивидуального развития каждого обучающегося.

Травля (буллинг) ребенка – систематические (два и более раза) действия унижительного характера, преследование и (или) запугивание, в том числе направленные на принуждение к совершению или отказу от совершения какого-либо действия, а равно те же действия, совершенные публично или с использованием средств массовой информации и (или) сетей телекоммуникаций (кибербуллинг).

Законные представители ребенка – родители, усыновители

(удочерители), опекун, попечитель, патронатный воспитатель, приемные родители, другие заменяющие их лица, осуществляющие в соответствии с законодательством Республики Казахстан заботу, образование, воспитание, защиту прав и интересов ребенка.

3. Актуальность Программы

Обеспечение благополучия казахстанских детей, защита их права на здоровье, полноценное развитие и качественное образование являются приоритетными направлениями государственной политики.

С внедрением в 2022 г. в Казахстане *Индекса благополучия детей* созданы условия для оценки эффективности национальной политики по улучшению положения детей в разных сферах жизни, совершенствованию системы защиты их прав и интересов.

В настоящее время массовой тенденцией стало вытеснение позитивного восприятия мира, традиционно присущего периоду детства, нигилизмом, пессимизмом, проявлениями насилия в отношении окружающих и аутодеструктивного поведения.

Статистика уголовных правонарушений по отношению к детям за 4 месяца 2025 года показывает в сравнении с 2024 годом прирост на 27 %. 358 правонарушений в отношении детей за 4 месяца 2025 года относятся к категории новых статей УК РК (введены в действие в июне 2024 года).

Особого внимания заслуживает распространение в общеобразовательной среде такого явления, как буллинг. Буллинг, т.е. преднамеренное, систематическое агрессивное поведение группы лиц по отношению к одному человеку, имеет далеко идущие последствия для эмоционального благополучия детей и общей безопасности в организациях образования. Исследования, проведенные в последние два десятилетия в мире, значительно расширили наши представления о негативном влиянии и пагубных последствиях издевательств на развитие как детей, ставших объектом травли, так и тех, кто издевается над другими.

Так, по данным *Доклада о положении детей в Республике Казахстан 2024 г.*, выявлено следующее. В среднем почти каждый четвертый обучающийся (22%) сообщил, что подвергается буллингу в любой форме (в среднем по ОЭСР – 20%). На основании социологического опроса детей в возрасте 10–18 лет, проведенного в рамках Индекса благополучия детей с разрешения законных представителей ребенка, стало известно, что наиболее высокая доля детей, указавших, что подверглись травле, зафиксирована в г. Алматы – 21,4% и Западно-Казахстанской области – 20,1%. Таких детей стало больше в Жамбылской области – на 0,6% и Карагандинской области на – 0,6%. Наименьшая доля детей, подвергшихся издевательствам / травле, в том числе через социальные сети, в Костанайской – 6,9% и Павлодарской – 8,9% областях. Сопоставительный анализ по данному показателю за 2023 и 2024 годы показал наибольший прирост в Восточно-Казахстанской области – на

2,1%, Акмолинской и Туркестанской областях – на 1,2% .

Согласно ответам на анкетные вопросы, казахстанские подростки чаще всего подвергались поведенческой форме буллинга (отстранение от мероприятия), меньше – в физической форме (избиение или толкание, участие в драке, порча вещей, угрозы).

В Казахстане мальчики чаще подвергаются травле –26%, девочки – 19%. В разрезе местоположения сельские обучающиеся чаще сообщают о фактах буллинга –25%, чем обучающиеся в крупных городах – 21%.

Более того, подверженность буллингу больше распространена в организациях образования, где в основном сконцентрированы обучающиеся с низким уровнем социально-экономического статуса семьи –24%.

Сегодня на законодательном уровне введено понятие «травля (буллинг)», закреплено право ребенка на защиту от этого явления.

Термин *буллинг* к настоящему времени получил официальное закрепление в нормативных актах. Законом Республики Казахстан от 3 мая 2022 г. «О внесении изменений и дополнений в некоторые законодательные акты Республики Казахстан по вопросам защиты прав ребенка, образования, информации и информатизации», в том числе в части правового регулирования и противодействия травле (буллингу), кибербуллингу, внесены изменения и дополнения: в Закон Республики Казахстан от 8 августа 2002 г. «О правах ребенка в Республике Казахстан»; в Закон Республики Казахстан от 5 июля 2004 г. «О связи»; в Закон Республики Казахстан от 27 июля 2007 г. «Об образовании». Статья 1 Закона РК «О правах ребенка в Республике Казахстан» дополнена подпунктом 4-1; статья 1 Закона РК «Об образовании» дополнена подпунктом 4-2, предусматривающим использование понятий *травля (буллинг) ребенка, кибербуллинг*.

Усилена административная ответственность за случаи буллинга в отношении несовершеннолетних – в 2024 году зарегистрировано 119 соответствующих административных дел.

Ориентирами при разработке казахстанской антибуллинговой программы – Программы по профилактике в организациях образования травли (буллинга) детей «ДосболЛІКЕ» (далее – Программа) – выступили антибуллинговые программы, успешно реализуемые в современном мире.

Наиболее известная антибуллинговая программа – Программа KiVa. *Финская Программа KiVa – это научно обоснованная программа по борьбе с буллингом, разработанная в Университете Турку*. Высокая эффективность KiVa была научно доказана в ходе крупного национального рандомизированного контролируемого исследования, а также некоторых других исследований. KiVa используется по всему миру и является самой востребованной программой в борьбе с буллингом.

Краеугольными камнями KiVa являются *профилактика, вмешательство и мониторинг*. Программа KiVa реализует превентивные меры по предотвращению буллинга через уроки и онлайн-игры, в которых

участвуют все ученики. Меры вмешательства в рамках Программы KiVa фокусируются на детях и подростках, которые были непосредственно вовлечены в буллинг: программа предоставляет школам и обучающимся инструменты, ориентированные на решение проблемы. KiVa также предлагает инструменты для мониторинга ситуации в школах с помощью ежегодных онлайн-опросов для обучающихся и персонала. Эта обратная связь дает информацию о том, как улучшить работу по предотвращению буллинга.

Другим примером европейских инициатив является *Программа предотвращения буллинга Olweus – The Olweus Bullying Prevention Program*, разработанная и апробированная в Норвегии, которая в дальнейшем распространилась и в других странах, включая Канаду, Соединенные Штаты, Великобританию и Германию. Она направлена на сокращение и предотвращение травли (буллинга) и призвана перестроить школьную среду, чтобы устранить саму возможность агрессивного поведения. В этой программе особое внимание уделяется общешкольному подходу, в котором участвуют ученики, учителя, родители и общественность. Она включает в себя мероприятия на уровне класса, школы, колледжа, а также индивидуальном уровне, чтобы создать целостную среду для борьбы с буллингом.

На уровне класса проводятся регулярные классные и родительские собрания о буллинге и взаимоотношениях со сверстниками. В масштабах школы и колледжа мероприятия включают в себя проведение анкетирования по опроснику «Олвеус – агрессор/жертва», которая заполняется обучающимися анонимно; формирование координационного комитета по предотвращению буллинга; обучение персонала; разработку общешкольных правил против буллинга и скоординированной системы контроля на переменах.

На индивидуальном уровне проводятся встречи как с детьми, которые являются агрессорами, так и с детьми – объектами травли. Проводятся встречи с родителями вовлеченных детей.

Отличным примером программ по профилактике буллинга, в которых для оказания социальной и эмоциональной поддержки обучающимся используется *наставничество*, является *Сеть поддержки сверстников – Peer Support Network* – программа, реализуемая в школах Новой Зеландии. Обученные старшеклассники выступают в роли наставников для более младших учащихся, предлагая им руководство и дружбу и становясь положительным примером для учащихся среднего и младшего звеньев. Младшие учащиеся развивают уверенность в себе и жизнестойкость, общаясь со старшеклассниками, а также устанавливая дружеские отношения со своими сверстниками. Программа помогает воспитать чувство принадлежности, сопереживания и позитивного социального взаимодействия, создавая безопасную среду, в которой обучающиеся развивают навыки заботы о себе и друг о друге.

Многоуровневый подход, затрагивающий общешкольную политику, информированность и вмешательство взрослых, а также навыки, нормы и ожидания обучающихся, демонстрирует *американская программа «Шаги уважения: Программа по профилактике буллинга» – Steps to Respect: A Bullying Prevention Program*. Многочисленные исследования подтвердили эффективность многоуровневых вмешательств. Например, исследование, опубликованное в *Journal of School Health*, показало, что в школах, реализующих комплексные программы, направленные на разработку политики, обучение взрослых и вовлечение обучающихся, значительно сократилось количество случаев буллинга. Многоуровневый подход обеспечивает синергетический эффект, способствуя укреплению позитивного поведения на разных уровнях школьного сообщества.

Опираясь на международный опыт, мы утвердились в необходимости проводить целенаправленную работу по профилактике и противодействию травле (буллингу) в каждой организации образования. Были определены наиболее эффективные стратегии профилактики и противодействия насилию в отношении детей. К ним относятся интеграция различных социальных сфер, активное участие родителей, практики раннего вмешательства и выявления, программы поддержки сверстников, а также использование надежных механизмов сбора и оценки данных. Мы убедились, что формирование позитивной атмосферы, благоприятного социально-психологического климата в общешкольном коллективе является главным условием улучшения психологического благополучия обучающихся.

Только благодаря целостному подходу можно создать среду, в которой буллинг активно пресекается, а благополучие каждого ученика становится приоритетом.

Признавая уникальные особенности казахстанского сообщества, коллектив разработчиков Программы стремился учитывать менталитет, культурные традиции и ценности народа Казахстана. Признание и интеграция местного содержания и опыта в программу профилактики буллинга имеет первостепенное значение для их эффективности и культурной релевантности. Уникальные характеристики местного сообщества влияют на динамику межличностных отношений, общественные нормы и способы проявления буллинга. Учет местных особенностей гарантирует, что программа не только соответствует контексту, но и перекликается с жизненным опытом обучающихся.

В обществе осознается необходимость конструктивного решения вопросов, связанных с буллингом. Эксперты отмечают дефицит исследований по этой проблематике в казахстанском контексте. *Национальное исследование по изучению поведения школьников в отношении своего здоровья и благополучия «Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья» (Health Behaviour in School-Aged Children, HBSC)*, которое проводится Национальным центром общественного здравоохранения (НЦОЗ МЗ РК),

является практически единственным источником данных о здоровье, питании, физической активности, ожирении, репродуктивном поведении, опыте употребления табака, наркотиков и алкоголя, досуге, буллинге, кибербуллинге и других темах, касающихся молодого поколения Республики Казахстан.

Разработки казахстанских экспертов и общественных организаций. Определенную роль в формировании и реализации эффективных программ профилактики буллинга играют местные эксперты (психологи, общественные активисты, представители культуры и общественных организаций). Их активность направлена на разработку программ, призванных решить конкретные проблемы в местном контексте, и стратегий, отвечающих ценностям общества.

Так, Фондом «*Just Support*» реализован ряд проектов, направленных на помощь подросткам и родителям: TEENS, «Профилактика насилия в отношении детей в семьях и укрепление родительских навыков»; создано Антибуллинг-сообщество (Instagram <https://www.instagram.com/bullyingkaz/> – 3295 подписчиков и Facebook <https://www.facebook.com/groups/stopbullyingkz> – 770 участников), целью которого является развитие сообщества родителей, экспертов, сотрудников организаций образования, представителей СМИ. Сообщество призвано защищать детей от буллинга и обеспечивать реализацию их права на безопасную образовательную среду.

Порядка 100 семей на всей территории Казахстана получили консультации и услуги психологов, юристов, школьных медиаторов, тренеров по детской безопасности. Разработаны онлайн-курсы: Буллинг / травля: кто виноват и что делать? (более 1400 участников), Психология подростков – где у них кнопка? (5500 участников), Как развивать soft skills у подростков? (более 2400 участников).

Проект Фонда *Soul Games* обеспечивает инновационные и увлекательные подходы к обучению, предлагая динамичную платформу, соответствующую предпочтениям и стилям обучения современной технологически подкованной молодежи. Проект включает в себя социально-психологический квест для подростков INSIDE, профориентационную игру In the City, родительские группы, где в процессе общения со специалистом-психологом родители могут решать вопросы воспитания, Step / Шаги – настольную игру для семьи или компании подростков, которая улучшает взаимопонимание и помогает говорить на сложные темы. Фонд также разработал коммуникативный онлайн-тренажер для родителей подростков «*Близкие*».

Общественный фонд «*Центр комплексной поддержки семьи «Семейная академия*» выполняет социальный проект «*ONEGE*», нацеленный на создание и поддержание счастливых взаимоотношений в семье посредством онлайн-курсов. Целью одного из курсов – «Осознанное родительство» – является повышение компетентности в вопросах родительства: как воспринимать и оценивать происходящее, воспитывая своего ребенка, учитывая его

особенности, уважая его личность и право на свободу, развитие и самовыражение. Этот курс полезен родителям, заинтересованным в изучении вопросов позитивного родительства, решении сложных вопросов в случаях, когда они столкнулись с насилием, возрастным кризисом ребенка и т. д.

Ассоциация учеников Шайкенова, профессора права, обучает студентов-юристов, а студенты потом обучают школьников по вопросам: как быть ответственными гражданами, осознанно пользоваться своими правами, уважать права и достоинство других людей, куда обращаться за правовой помощью, как не бояться рассказывать о пережитом преступлении в рамках Программы «*Street Law Kazakhstan*». Это интерактивный школьный предмет, который обучает школьников правам человека и механизмам защиты от насилия, буллинга и кибербуллинга. По окончании курса школьники и учителя отмечают положительный результат от преподавания *Street Law*: школьники проявляют более уважительное отношение к законам, праву, а также друг к другу и к учителям, в классах снижается уровень агрессии и буллинга среди школьников, атмосфера в пилотных классах становится более дружелюбной.

Перечисленные программы способствуют утверждению культуры уважения, понимания и инклюзивности в казахстанском обществе.

Методология Программы

В качестве методологии нашего подхода к профилактике буллинга в организациях образования мы рассматриваем идеи социально-эмоционального обучения (СЭО), которые активно разрабатываются зарубежными и отечественными учеными с начала XXI в. В концентрированном виде их изложили Стефани М. Джонс, Майкл В. Мак Гарра и Дженнифер Кан (2019).

Ключевые положения СЭО

1. Физическое и психологическое здоровье взрослых напрямую связано с развитием у них самоконтроля в детстве. Исследованиями установлена зависимость между развитием социальной компетентности в детском возрасте (целеустремленность, навыки сотрудничества, умение оказывать эмоциональную поддержку окружающим, способность конструктивно разрешать конфликты и т. д.) и жизненным успехом человека.

2. Важно научить детей *социальной компетентности*, которая включает в себя умения: управлять своими негативными эмоциями, выстраивать взаимовыгодные отношения со сверстниками и взрослыми, проявлять настойчивость и самоконтроль, управлять своим мышлением и поведением.

3. Дети с развитыми социально-эмоциональными навыками чаще заводят и поддерживают дружеские отношения, иницируют позитивное общение с учителями, свободно обсуждая с ними свои проблемы, проявляют познавательную активность, умеют делиться своими чувствами с другими, обладают навыками самоконтроля, уважают мнение одноклассников во время

разногласий, участвуют в классных мероприятиях, принимают участие в решении социальных проблем.

4. *Показателями результативности СЭО* являются: улучшение социально-психологического климата и культуры общения в классных коллективах, позитивные изменения в поведении, отношениях, успеваемости, снижение количества правонарушений и эмоциональных стрессов, проявлений антисоциального поведения и проблем с психическим здоровьем.

5. Программы СЭО оказывают наибольший эффект на обучающихся из социально уязвимых слоев населения, которые имеют отставание в академическом и поведенческом плане (снижается уровень агрессии, повышается успеваемость, улучшаются взаимоотношения).

6. Одним из условий успешной реализации СЭО является *взаимосвязь учебной и внеучебной деятельности*.

7. Педагогам необходимо освоить эффективные стратегии управления классом/группой, стремиться постоянно улучшать взаимоотношения детей и взрослых, оказывать поддержку детям в управлении эмоциями и регуляции поведения.

Особенность Программы заключается в том, что она реализуется через *вовлечение обучающихся в социально направленную проектную деятельность*.

Проектная деятельность способствует развитию социально-эмоциональных навыков посредством работы в команде, где обучающиеся учатся взаимодействовать, договариваться и отвечать за результат работы.

4. Цель и задачи Программы

Цель Программы – создание системы профилактики и эффективного противодействия травле (буллингу) в организации образования.

Задачи

1. Осуществить организационные мероприятия по созданию системы профилактики и противодействия травле (буллингу) в организации образования:

1) издать локальные нормативные документы (приказ руководителя организации образования о реализации Программы, план работы Антибуллинговой команды и др.);

2) провести установочные семинары с педагогическим коллективом;

3) установить зоны возможных конфликтов в организации образования (раздевалки, рекреации, туалеты, территория и др.).

2. Провести диагностику состояния социально-психологического климата с выявлением причин и факторов, влияющих на создание конфликтных ситуаций в организациях образования.

3. Организовать системное повышение квалификации педагогов, педагогов-психологов, социальных педагогов по профилактике и противодействию агрессии / травле среди обучающихся, развитию социально-эмоционального интеллекта обучающихся, по созданию благоприятного

социально-психологического климата в организации образования.

4. Провести обучающие семинары с сотрудниками организации образования (технический персонал, медсестры, сотрудники пищеблока и др.) для усвоения алгоритмов реагирования на проявления агрессии / травли среди обучающихся.

5. Организовать реализацию проектной деятельности обучающихся на основе занятий по развитию социально-эмоциональных навыков.

6. Проводить обучение в Центре педагогической поддержки родителей на тему, как помочь ребенку, находящемуся в ситуации буллинга.

7. Регулярно проводить мониторинг социально-психологического климата в классах/группах, в организации образования в целом.

Проблема травли (буллинга) в организациях образования вызывает серьезную обеспокоенность в обществе. Данная проблема опасна тем, что травля – не просто конфликт между двумя равными сторонами, а преднамеренное систематическое агрессивное поведение группы лиц по отношению к одному человеку.

Для решения проблемы травли (буллинга) в среде обучающихся недостаточно проводить мероприятия в образовательной организации. Необходимо разработать такую систему действий по предупреждению и реагированию на травлю (буллинг), чтобы, используя все свои средства и возможности, образовательная организация приобрела бы более совершенное и качественное состояние в соответствии с той миссией, которую возлагает на нее общество в целом и каждый родитель в частности. Такую систему действий можно определить как *стратегию образовательной организации по профилактике и противодействию травле (буллингу) в среде обучающихся*.

Выработка такой стратегии должна опираться на ряд принципов.

1. *Принцип целеполагания* определяет краткосрочные и перспективные задачи по профилактике и противодействию травле (буллингу) в образовательной организации на основе выявления проблем и первоочередности их решения, что отражается в планировании.

2. *Принцип системности* рассматривает деятельность образовательной организации по профилактике и противодействию травле (буллингу) как функционирование системы, компоненты которой взаимосвязаны и взаимодействуют в процессе деятельности.

3. *Принцип нелинейности* предполагает всестороннее изучение проблемы, определение системы мер, охватывающих все направления деятельности по профилактике и противодействию травле (буллингу), соблюдая при этом последовательность решения задач, стоящих перед образовательной организацией.

4. *Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей детей* при определении мер профилактики и противодействия травле (буллингу).

5. *Принцип нулевой терпимости к травле (буллингу)* – подход, при котором любое проявление буллинга в образовательной среде

рассматривается как недопустимое и требует немедленного реагирования. Он направлен на создание безопасной, уважительной и поддерживающей атмосферы для всех обучающихся.

Стратегия организации образования по профилактике и противодействию травле (буллингу) в среде обучающихся включает два направления:

1. Создание благоприятного социально-психологического климата в коллективе обучающихся как профилактика травли (буллинга).

2. Активное реагирование на конкретные ситуации травли (буллинга).

Как отмечают исследователи, проводившие сравнительный анализ антибуллинговых программ, значительное место уделяется работе с «наблюдателями», поведение которых в большей степени зависит от микроклимата и вместе с тем формирует этот микроклимат.

Теоретические разработки и эмпирические данные указывают на системную природу травли: групповая сплоченность и групповое напряжение как основные силы групповой динамики определяют отношения между членами группы. Групповое напряжение может повышаться как из-за большого количества внутриличностных конфликтов членов группы, так и вследствие внешнего давления (авторитарный стиль преподавания, несправедливое отношение к обучающимся и др.).

Буллинг захватывает как *групповой уровень*, так и *уровень личности*, а также ту среду, в которой существует данная группа. Эффективная работа с буллингом предполагает задействование всех уровней. Зарубежный опыт показывает, что именно системная работа обеспечивает необходимый результат.

Решение задач, сформулированных в Программе, в целом направлено на реализацию обоих стратегических направлений.

С целью профилактики и реагирования на травлю (буллинг) в любой образовательной организации должны быть реализованы:

1. Организационные меры (создание Антибуллинговой команды, определение зон возможных конфликтов в организации образования и др.).

2. Обучение педагогического коллектива в формате тренингов, семинаров, вебинаров навыкам реагирования на ситуации травли (буллинга).

3. Обучение сотрудников организации образования (технический персонал, медсестры, сотрудники пищеблока и др.) реагированию на проявления агрессии/травли среди обучающихся в соответствии с разработанными алгоритмами реагирования.

4. Повышение квалификации педагогов по развитию социально-эмоциональных навыков обучающихся.

5. Обучение детей поведению в ситуации буллинга.

6. Обучение родителей в рамках Центра педагогической поддержки навыкам определения состояния ребенка в ситуации буллинга и оказания ему помощи.

Разработанная ННПИБД «Өркен» Программа направлена на:

1. Снижение агрессивных и враждебных реакций в среде обучающихся.
2. Оптимизацию межличностных и межгрупповых отношений.
3. Формирование у обучающихся навыков конструктивного реагирования в конфликте.
4. Развитие у обучающихся социально-эмоциональных навыков (толерантности, эмпатии и др.).

Программа предлагается для обучения детей в школах и колледжах. В ее основу положена проектная деятельность, направленная на развитие социально-эмоциональных навыков как важнейшего фактора создания в организациях образования атмосферы неприятия насилия.

5. Этапы реализации Программы

№	Наименование мероприятий	Содержание	Срок	Форма завершения
I. Организационно-диагностический этап				
1	Организационные мероприятия с педагогическим коллективом, техническим и обслуживающим персоналом организации образования	<p>Знакомство коллектива организации образования с основными положениями Программы и этапами ее реализации</p> <p>Проведение педсовета:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. О внедрении Программы 2. Об утверждении плана по профилактике травли (буллинга) 3. О разработке Положения об Антибуллинговой команде 4. О проведении диагностики реального состояния проблемы травли (буллинга) в организации образования. <p>Производственное совещание с сотрудниками организации образования «О внедрении Программы»</p>	Сентябрь 2025 г.	<p>Протоколы педсовета, производственного совещания</p> <p>График диагностики</p> <p>План-график обработки анкет</p>
2	Проведение диагностики по выявлению реального	<p>Диагностика распространенности и специфики травли (буллинга) в</p>	Сентябрь 2025 г.	<p>Приказ на проведение диагностики</p> <p>Графики</p>

	состояния проблемы травли (буллинга) в организации образования	образовательной среде (обучающиеся организаций образования) 1. Диагностика психологически безопасной образовательной среды (обучающиеся, педагоги, родители обучающихся 4–11 классов школ и 1–2 курсов колледжей)		проведения Материалы диагностики Аналитическая справка
3	Организация мониторинга состояния буллинга в организации образования	Проведение комплексного анализа текущего состояния травли (буллинга) в организации образования, включая сбор данных о случаях буллинга	Сентябрь – октябрь 2025 г.	Аналитическая справка
4	Организация информационной кампании о реализации Программы	1. Проведение установочного семинара для педагогов организации образования 2. Проведение семинаров для сотрудников организации образования 3. Беседы с родителями на родительских собраниях с разъяснением цели, задач Программы 4. Проведение занятий для родителей в рамках центров педагогической поддержки родителей 5. Размещение постов в социальных сетях 6. Создание рубрики на сайте организации образования	Сентябрь 2025 г.	Информация Материалы
5	Создание Антибуллинговой команды	1. Разработка Положения об Антибуллинговой команде 2. Формирование Антибуллинговой команды с привлечением мотивированных педагогов, сотрудников организации образования, представителей	Сентябрь 2025 г.	Положение об Антибуллинговой команде Приказ о составе Антибуллинговой

		<p>родительской общественности</p> <p>3. Определение руководителя Антибуллинговой команды. Распределение функций, задач, ответственности между участниками Антибуллинговой команды</p> <p>4. Внесение дополнений в должностные инструкции членов Антибуллинговой команды (при необходимости)</p>		<p>команды</p> <p>План работы Антибуллинговой команды</p> <p>Информация на сайте, в социальных сетях</p>
II. Проектировочный этап				
1	Планирование деятельности организации образования с учетом реализации Программы	<p>1. Разработка документов, регулирующих деятельность организации образования (план УВП, ВШК и др.), с учетом реализации Программы, особенностей организации образования, контингента обучающихся, сложившихся традиций</p> <p>2. Утверждение на педсовете разработанных документов</p>	Сентябрь 2025 г.	<p>План мероприятий по профилактике травли (буллинга) ребенка</p> <p>План работы организации образования</p> <p>Протокол педсовета</p>
2	Планирование деятельности Антибуллинговой команды	<p>1. Разработка и утверждение плана работы Антибуллинговой команды, его утверждение на педсовете</p> <p>2. Интеграция работы Антибуллинговой команды в План работы организации образования</p> <p>3. Реализация индивидуального плана оказания помощи по каждому конкретному</p>	<p>Сентябрь 2025 г.</p> <p>Сентябрь 2025 г. – май 2026 г.</p>	<p>План работы Антибуллинговой команды</p> <p>Индивидуальный план оказания помощи</p>

		случаю травли (буллинга) в организации образования; координация его реализации		
III. Этап реализации				
1	Деятельность администрации организации образования по реализации Программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Установление зон возможных конфликтов в организации образования (раздевалки, рекреации, туалеты, территория и др.) 2. Обеспечение повышения квалификации педагогов по Программе «Научно-практические основы и содержание Программы профилактики буллинга в организациях образования» на базе НАО «ННПИБД «Өркен» 3. Обучение сотрудников организации образования (технический персонал, медсестры, сотрудники пищеблока и др.) реагированию на проявления агрессии / травли среди обучающихся в форме тренингов 4. Проведение информационно-разъяснительной работы с обучающимися, педагогами, законными представителями ребенка о профилактике травли (буллинга) 5. Создание благоприятного социально-психологического климата в организации образования, формирование культуры нулевой терпимости к 	<p>Август–сентябрь 2025 г.</p> <p>Сентябрь – декабрь 2025 г.</p> <p>Сентябрь 2025 г.– май 2026 г.</p>	<p>Схема зон возможных конфликтов</p> <p>План повышения квалификации и педагогов</p> <p>График обучения сотрудников</p> <p>Разработка содержания мероприятий, подбор спикеров и модераторов</p> <p>Индивидуальный план оказания помощи</p>

		<p>травле (буллингу) обучающихся</p> <p>6. Обеспечение выполнения Плана мероприятий по профилактике травли (буллинга) обучающихся</p> <p>7. Организация эффективной деятельности Антибуллинговой команды</p> <p>8. Организация незамедлительного реагирования на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся в случае ее выявления</p> <p>9. Реализация индивидуального плана оказания помощи по каждому конкретному случаю травли (буллинга) в организации образования; координация его реализации</p> <p>10. Организация методической работы по повышению компетентности педагогов организаций образования по: профилактике и противодействию агрессии / травле среди обучающихся; развитию социально-эмоционального интеллекта педагогов и обучающихся; организации проектной деятельности; интеграции культуры нулевой терпимости к травле (буллингу) в образовательные области, дополнительное образование, внеучебную деятельность.</p> <p>11. Организация проектной</p>		
--	--	---	--	--

		<p>деятельности обучающихся 1–11 классов школ и 1–2 курсов колледжей в рамках Программы</p> <p>12. Проведение занятий в Центре педагогической поддержки родителей, как помочь ребенку, находящемуся в ситуации травли (буллинга)</p> <p>13. Создание банка методических разработок профилактических мероприятий</p> <p>14. Информационно-ресурсное обеспечение</p> <p>15. Мониторинг реализации Программы</p> <p>16. Расширение сети социальных партнеров, вовлечение заинтересованных государственных органов и организаций, неправительственных организаций, бизнес-структур</p>		
2	Деятельность педагогических работников по реализации Программы	<p>1. Использование методов диагностики и реагирования на ситуации буллинга, применение алгоритмов реагирования</p> <p>2. Освоение содержания, методов и форм работы с обучающимися 1–11 классов школ, 1–2 курсов колледжей (практические рекомендации по проведению проектной деятельности, тренинговых упражнений и других форм работы)</p> <p>3. Развитие педагогами</p>	Сентябрь 2025 г. – май 2026 г.	

		<p>собственных социально-эмоциональных навыков</p> <p>4. Интеграция культуры нулевой терпимости к травле (буллингу) в образовательные области, дополнительное образование, внеучебную деятельность</p>		
3	<p>Деятельность классных руководителей/кураторов групп по реализации Программы</p>	<p>1. Организация проектной деятельности на основе занятий для обучающихся 1–11 классов школ, 1–2 курсов колледжей</p> <p>2. Организация менторинга старшеклассников над обучающимися младших классов, проведение совместных мероприятий</p> <p>3. Участие в организации педагогом-психологом школы/колледжа анкетирования обучающихся</p> <p>4. Знакомство с профилями обучающихся в социальных сетях, в том числе с выкладываемыми фото, видео, постами и комментариями к ним, выявление проявления агрессии и принятие мер по профилактике кибербуллинга</p> <p>5. Незамедлительное реагирование на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся в случае ее выявления</p> <p>6. Индивидуальная работа с обучающимися и связь с родителями</p>	<p>Сентябрь 2025 г. – май 2026 г.</p>	<p>Информация Материалы</p>

4	Деятельность педагога-психолога по реализации Программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Организация и проведение анкетирования обучающихся с письменного согласия их законных представителей 2. Оказание обучающимся социальной, психолого-педагогической помощи с регистрацией в журнале учета консультаций педагога-психолога 3. Включение в планы работы с обучающимися из группы риска вопросов по профилактике травли (буллинга) 4. Подготовка информационных стендов на тему травли (буллинга), профдеформации педагогов и психологического здоровья 5. Индивидуальные беседы с обучающимися, вызвавшими тревогу по результатам диагностики 6. Проведение встреч и бесед с родителями обучающихся 7. Проведение тренингов с обучающимися 	Сентябрь 2025 г. – май 2026 г.	Рекомендации психолога План работы Информационно-психологического центра План-график бесед
5	Деятельность социального педагога по реализации Программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Оказание обучающимся социальной, психолого-педагогической помощи 2. Работа с семьями обучающихся 	Сентябрь 2025 г. – май 2026 г.	Рекомендации социального педагога План работы
6	Деятельность обучающихся по реализации Программы	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разработка правил поведения по предотвращению буллинга в рамках творческой деятельности обучающихся 2. Реализация проектной 	Сентябрь 2024 г. – май 2025 г.	План работы самоуправления в организации

		<p>деятельности обучающихся 1–11 классов школ, 1–2 курсов колледжей</p> <p>3. Включение в работу самоуправления организации образования мероприятий по профилактике буллинга</p> <p>4. Организация межвозрастного взаимодействия (обучающиеся начальной – основной – старшей ступени)</p>		образовани я
7	Деятельность родителей обучающихся по реализации Программы	<p>1. Посещение занятий Центра педагогической поддержки родителей для родителей обучающихся 1–4, 5–9, 10–11 классов школ, 1–2 курсов колледжей по профилактике буллинга</p> <p>2. Участие во встречах родителей, обучающихся, педагогов для согласования интересов, позиций и способов взаимодействия по решению конкретных случаев буллинга</p> <p>3. Сотрудничество с педагогами по вопросам обучения, воспитания и развития обучающихся</p> <p>4. Участие в процессе реализации социально направленной проектной деятельности класса/ группы</p> <p>5. Участие в качестве волонтеров при организации мероприятий, праздников и др.</p> <p>6. Участие в работе родительских советов,</p>	Сентябрь 2025 г. – май 2026 г.	Программа занятий для родителей Планы, программы мероприятий

		клубов («Даналық мектебі» и др.)		
IV. Аналитический этап				
1	Проведение промежуточного и итогового диагностических исследований: выявление состояния буллинга и кибербуллинга	1. Диагностика распространенности и специфики буллинга в образовательной среде (обучающиеся 1–11 классов школ, 1–2 курсов колледжей) 2. Диагностика психологически безопасной образовательной среды	Три раза в учебный год (сентябрь, январь, май)	Материалы исследования, аналитическая справка
2	Мониторинг деятельности организации образования по реализации Программы	1. Проведение мониторинга 2. Составление аналитического отчета о ходе реализации Программы	Май 2026 г.	Материалы мониторинга, аналитический отчет, презентация
3	Трансляция позитивного опыта реализации Программы	Публикации в СМИ и социальных сетях, разработка методических рекомендаций, проведение семинаров, вебинаров и т. д.	Сентябрь 2025 г. – май 2026 г.	Материалы трансляции опыта

6. Ожидаемые результаты

Деятельность коллективов организаций образования по профилактике и противодействию травле (буллингу) в среде обучающихся будет выражена в следующих результатах.

Результат 1. В каждой организации будет создана система профилактики и эффективного противодействия травле (буллингу).

Результат 2. В сотрудничестве с коллективом НАО «ННПИБД «Өркен», при его методической поддержке будет проведено обучение педагогов, педагогов-психологов, социальных педагогов по профилактике и реагированию на травлю (буллинг), развитию социально-эмоциональных навыков обучающихся.

Результат 3. В организациях образования будут установлены зоны возможных конфликтов (раздевалки, рекреации, туалеты, территория и др.) для наблюдения.

Результат 4. В организациях образования будет развиваться благоприятный социально-психологический климат, среда, в которой

формируется культура нулевой терпимости к травле.

Результат 5. В организациях образования будет проводиться мониторинг социально-психологического климата в классах/группах для постоянного контроля и коррекции.

7. Список использованных источников

1. Об утверждении Индекса благополучия детей. Распоряжение Премьер-Министра Республики Казахстан от 1 февраля 2022 года, №21-р

2. Правила профилактики травли (буллинга) ребенка. Приказ Министра просвещения Республики Казахстан от 21 декабря 2022 года № 506. Зарегистрирован в Министерстве юстиции Республики Казахстан 21 декабря 2022 года № 31180. <https://zakon.uchet.kz/rus/history/V2200031180/29.06.2023>

3. Комплексный план по защите детей от насилия, превенции суицида и обеспечению их прав и благополучия на 2023–2025 годы. <https://adilet.zan.kz/rus/docs/P2300000748>

4. Совместный приказ Министерства здравоохранения Республики Казахстан № 742 от 22.12.2023 г., Министерства труда и социальной защиты Республики Казахстан № 515 от 20.12.2023 г., Министерства культуры и информации Республики Казахстан № 513-к, Министерства просвещения Республики Казахстан № 386 от 21.12.2023 г., Министерства внутренних дел Республики Казахстан № 917 от 21.12.2023 г. «Методика по раннему выявлению и оказанию помощи несовершеннолетним или ставшим свидетелями насилия, травли (буллинга), кибербуллинга.

5. Комитет по охране прав детей Республики Казахстан. Доклад о положении детей в Республике Казахстан в 2022 году / Комитет по охране прав детей Республики Казахстан. – Астана: Комитет, 2023. – 188 с.

6. Комитет по охране прав детей Республики Казахстан. Доклад о положении детей в Республике Казахстан. – Астана, 2025. – 244 с.

7. Williford, A., Boulton, A., Noland, B., Little, T. D., Kärnä, A., & Salmivalli, C. (2012). Effects of the KiVa antibullying program on adolescents' depression, anxiety, and perception of peers. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 40(2), 289–300.

8. Olweus D. Bully-victim problems among school children: Basic facts and effects of a school-based intervention program. K. Rubin & D. Pepler (Eds.) *The development and treatment of childhood aggression*. 1991. pp. 85-128. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

9. Chien, W. T., Leung, S. F., Yeung, F. K. C., & Wong, W. K. (2023). Effectiveness of Peer Support Programs for Severe Mental Illness: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 1234.

10. Brown, E. C., Low, S., Smith, B. H., & Haggerty, K. P. (2011). Outcomes from a school-randomized controlled trial of Steps to Respect: A bullying prevention program. *School Psychology Review*, 40(3), 423–443.

11. Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14.

12. Организация работы школьных служб медиации: Методические рекомендации. /Сост. Г. С. Копбаева, Е. М. Антипкина, Е. А. Горбатова и др. – Караганда: Изд-во КарГУ, 2019.

13. Буллинг в школе: практика оказания психологической помощи пострадавшим детям: учебно-методическое пособие / авт-сост: Чурсинова О.В., Ярошук А.А. – Ставрополь: СКИРО ПК и ПРО, 2021. – 86 с.

14. Доклад «Соблюдение права ребенка на защиту от буллинга в школах. Доклад по результатам мониторинга» – Общественное объединение «Қадірқасиет», 2023 г. – 119 с.

15. Национальное исследование «Поведение детей школьного возраста в отношении здоровья» (Health Behaviour in School-Aged Children, HBSC). – Национальный центр общественного здравоохранения – НЦОЗ МЗ РК, Астана-Алматы, 2024 г.

16. Исследование: каждый восьмой школьник подвергается кибербуллингу в Казахстане <https://www.zakon.kz/obshestvo/6428856-issledovanie-kazhdyu-vosmoy-shkolnik-podvergaetsya-kiberbullingu-v-kazakhstane.html> (дата обращения 08.10.2024 г.).

17. Атемова Қ. Т., Мырзапеисова М. *Жасөспірімдер арасындағы буллингтің алдын алу шаралары* / Қ. Т. Атемова, М. Мырзапеисова // Буллингтің өзекті мәселелері: теория және практика: материалы конференции. – Астана: ЕНУ им. Л. Н. Гумилёва, 2024.

18. Алимбекова А., Асылбекова М., Утемисова Г., Нургалиева Д. Профилактика буллинга в Казахстане: SWOT-анализ условий возникновения и развития проблемы в общеобразовательных организациях // Вестник Национальной академии наук Республики Казахстан. – 2024. – Т. 410, № 4. – С. 47–65. – DOI: 10.32014/2024.2518-1467.786.

19. Калиева Г.И., Кудышева Б.К., Сагимбаева Г.У., Самадин А.Н. Социально-эмоциональное обучение как условие обеспечения благополучия детей в школьной среде // «Современное образование: тренды. Инновации. Новые возможности»: Материалы научно-практической конференции. – Жезказган, 2024. – 496 с. – С. 100–104. ISBN 978-601-7875-29-9

20. Касимова С.Б., Мансурова А.К. Проектно-ориентированный подход к профилактике буллинга в школе // «Современное образование: тренды. Инновации. Новые возможности»: Материалы научно-практической конференции. – Жезказган, 2024. – 496 с. – С. 108–114. ISBN 978-601-7875-29-9

21. Касимова С.Б., Мансурова А.К. Инновационные решения для предотвращения буллинга в школе: проектно-ориентированный подход и программы менторинга // Сборник III Международной научно-практической конференции ученых и учителей «Инновации в образовании: опыт, проблемы и перспективы». – Алматы, 24 мая 2024.

22. Калачева И.В. Проектная деятельность: новые подходы к предупреждению буллинга. // Журнал «Инабат». – №6. – 2024.

23. Касимова С.Б. Строим мосты, ломаем барьеры: проектно-ориентированный подход к профилактике буллинга. // Журнал «Социальный психолог». – 2024. – №1 (49). – С.221–228. (РИНЦ РФ, ВАК Узбекистана).

24. Касимова С.Б. Проектно-ориентированный подход к профилактике буллинга в школе. // Журнал для психологов. – Выпуск 31, часть 2. – 2024. – С.195–201.

8. Приложения

Приложение 1. Положение об Антибуллинговой команде

Приложение 2. Перечень локальных актов

Приложение 3. Алгоритмы незамедлительного реагирования на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся

Приложение 4. Установочный семинар для педагогов

Приложение 5. Семинары для сотрудников организаций образования

Приложение 6. Занятия для родителей обучающихся 1–4, 5–9, 10–11 классов школ и 1–2 курсов колледжей

Приложение 7. Руководство по организации проектной деятельности на основе занятий для обучающихся 1–11 классов школ и 1–2 курсов колледжей

Приложение 8. Материалы для проведения диагностики и мониторинга

Приложение 9. Инструкция по использованию вкладки «О чем я молчу»

Приложение 10. Психолого-педагогическая поддержка деятельности педагогического коллектива по развитию социально-эмоциональных навыков обучающихся

ПОЛОЖЕНИЕ ОБ АНТИБУЛЛИНГОВОЙ КОМАНДЕ

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение определяет цель, задачи, порядок формирования и деятельности Антибуллинговой команды.

1.2. Настоящее Положение разработано в соответствии с Правилами профилактики травли (буллинга) ребенка, утвержденными Приказом Министра просвещения Республики Казахстан от 21 декабря 2022 г. №506.

1.3. Антибуллингровая команда создается и ликвидируется приказом директора организации образования по согласованию с педагогическим советом.

1.4. В своей деятельности Антибуллингровая команда руководствуется настоящим Положением.

2. Цель и задачи деятельности

2.1. *Цель:* усиление взаимодействия участников образовательного процесса по предупреждению и недопущению фактов травли (буллинга), реагирование на факты травли (буллинга) в организации образования для обеспечения безопасной образовательной среды.

2.2. *Задачи:*

2.2.1. Организация деятельности по профилактике и противодействию травле (буллингу) в соответствии с Программой по профилактике в организациях образования травли (буллинга) детей «ДосболЛКЕ» (далее – Программа);

2.2.2. Незамедлительное реагирование на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся в случае ее выявления, оказание обучающимся социальной, психолого-педагогической помощи;

2.2.3. Организация диагностики и мониторинга эффективности антибуллингровой деятельности организации образования.

3. Организация Антибуллингровой команды

3.1. В состав Антибуллингровой команды входят: директор школы/колледжа, заместитель директора по воспитательной работе, заместитель директора по административно-хозяйственной части, социальный педагог, педагог-психолог, несколько активных, мотивированных педагогов и сотрудников из числа обслуживающего персонала, представители родительской общественности.

3.2. В целях оказания эффективной адресной помощи в состав Антибуллингровой команды временно могут войти другие педагоги при рассмотрении конкретного случая, планировании и проведении профилактических мероприятий, мониторинга и т. д.

3.3. Численный состав Антибуллинговой команды и срок ее полномочий, порядок работы и принятие решений определяются настоящим Положением с учетом потребности организации образования.

3.4. Члены Антибуллинговой команды на первом организационном заседании избирают из своего состава руководителя и секретаря путем голосования. Руководитель и секретарь Антибуллинговой команды считаются избранными, если за них проголосовали более половины членов команды.

3.5. Организационно-техническое обеспечение Антибуллинговой команды (предоставление оборудованного помещения, оргтехники, необходимой литературы, организация делопроизводства и т. д.) осуществляется директором организации образования.

4. Деятельность Антибуллинговой команды

4.1. Антибуллинговая команда организует первоначальный анализ ресурсов по созданию безопасной образовательной среды.

4.2. Антибуллинговая команда осуществляет следующую деятельность по профилактике и противодействию травле (буллингу):

4.2.1. Организует проведение мониторинга, анонимных опросов для анализа среды в организации образования, формирования обоснованной аргументации наличия травли, а также конкретных рисков ее возникновения в организации образования.

4.2.2. Организует обработку результатов опроса, формирует аналитическую справку с указанием реального состояния проблемы травли (буллинга) в организации образования.

4.2.3. Анализирует уровень подготовленности педагогов и сотрудников организации образования по вопросам профилактики травли (буллинга) и кибербуллинга (повышение квалификации, участие в семинарах, конференциях, публикации, обмен опытом и т. д.).

4.2.4. Готовит материалы к педагогическому совету о признании наличия проблемы травли (буллинга) в организации образования, формировании установки работать с ней.

4.2.5. Отбирает и объединяет активных, мотивированных педагогов, сотрудников, представителей родительской общественности, готовых создать систему работы с буллингом в организации образования.

4.2.6. Дорабатывает нормативно-правовую базу организации образования по обеспечению реализации Программы с учетом специфики учебно-воспитательного процесса, контингента обучающихся, мнения родительской общественности, сложившихся традиций организации образования.

4.2.7. Совместно с педагогами разрабатывает План мероприятий по профилактике буллинга и реализации Программы.

4.2.8. Регулярно информирует участников образовательного процесса о деятельности Антибуллинговой команды, обеспечивает

трансляцию позитивного опыта.

4.2.9. Организует и контролирует просвещение участников образовательного процесса: обучающихся, педагогов, технического персонала, законных представителей ребенка.

4.2.10. Координирует проведение профилактических мероприятий в организации образования.

4.2.11. Вовлекает законных представителей ребенка в проведение профилактических мероприятий и оказание консультационной помощи.

4.2.12. Привлекает органы самоуправления обучающихся к реализации Программы.

4.2.13. Организует сотрудничество с партнерскими организациями, деятельность которых не противоречит защите прав участников образовательного процесса (некоммерческие организации, психологические центры, другие организации образования, работающие с темой буллинга, Комиссия по делам несовершеннолетних и защите их прав, городские медиаслужбы, телефоны доверия).

4.2.14. Проводит мониторинг ситуации в организации образования по распространенности случаев насилия, готовности участников образовательного процесса обращаться за помощью, отслеживание динамики работы со случаями.

4.2.15. Определяет образовательные потребности специалистов организаций образования для включения в перспективный план повышения квалификации.

4.2.16. Разрабатывает предложения для определения антибуллинговой политики организации образования, плана профилактики травли (буллинга), изменения инфраструктуры школы/колледжа.

4.3. Антибуллинговая команда осуществляет следующую деятельность по реагированию на случаи травли (буллинга).

4.3.1. Принимает сигналы о случаях буллинга в соответствии с Правилами профилактики травли (буллинга) ребенка и Алгоритмом действий в ситуации травли (буллинга) в образовательной организации.

4.3.2. Организует незамедлительное реагирование на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся в случае ее выявления.

4.3.3. Разрабатывает индивидуальный план оказания помощи по каждому конкретному случаю травли (буллинга) в организации образования.

4.3.4. Координирует реализацию плана оказания помощи по выявленному случаю буллинга в конкретном классе или группе.

4.3.5. Организует оказание помощи обучающимся, затронутым травлей (буллингом), разъясняет родителям необходимость и суть помощи, рекомендации по получению профессиональной помощи.

5. Права

5.1. Для осуществления функций и задач Антибуллинг-команда имеет следующие права.

5.1.1. Участвовать в совещаниях организации, проводимых по вопросам, отнесенным к компетенции Антибуллинг-команды.

5.1.2. Запрашивать в установленном порядке информацию и материалы, необходимые для выполнения возложенных на Антибуллинг-команду задач.

5.1.3. Представительствовать от имени организации образования в отношениях с органами государственной власти и местного самоуправления, с другими организациями по вопросам, отнесенным к компетенции Антибуллинг-команды и не требующим согласования с руководителем организации.

5.1.4. Вносить на рассмотрение предложения по перспективному развитию, совершенствованию деятельности организации по реализации Программы.

6. Ответственность

6.1. На участников Антибуллинг-команды возлагается ответственность за:

6.1.2. Неисполнение (ненадлежащее исполнение) функций и задач Антибуллинг-команды, определенных Настоящим Положением, в пределах, определенных действующим законодательством РК;

6.1.3. Непринятие мер для пресечения травли (буллинга), включая в числе прочих следующие возможные меры: беседы с зачинщиком и участниками травли, беседы с родителями зачинщика и участников травли;

6.1.4. Задержку или несообщение руководителю организации образования о ставших им известными эпизодах травли (буллинга);

6.1.5. Непринятие мер, направленных на прекращение травли, а также мер дисциплинарного воздействия к зачинщику и участникам травли, предусмотренных правилами внутреннего распорядка и уставом организации образования, либо иных мер, предусмотренных договором о предоставлении образовательных услуг;

6.1.6. Несохраниение анонимности обучающегося, сообщившего о ставших известными ему фактах травли, если просьба сохранить анонимность была озвучена;

6.2. Ответственность за выполнение функций и задач Антибуллинг-команды несет ее руководитель.

Глоссарий

Антибуллинг-команда – структурное подразделение организации образования, объединяющее сотрудников из числа администрации, педагогов, обслуживающего персонала, законных представителей ребенка, обладающих

антибуллинговыми компетенциями, принимающих активное участие в создании безопасной среды в организациях образования через профилактику и прекращение травли в детских коллективах.

Антибуллинговые компетенции – знания, умения, навыки, необходимые для работы с выявленным случаем травли (буллинга), организации профилактики травли (буллинга), мониторинга состояния образовательной среды по данной проблеме, просвещения законных представителей ребенка.

Безопасная образовательная среда – целостная качественная характеристика внутренней жизни организации образования, где каждому участнику образовательного процесса гарантируется соблюдение прав и норм психолого-физической безопасности, создаются условия для индивидуального развития каждого обучающегося.

Консультационная помощь – психолого-педагогическая помощь по вопросам развития, социализации, воспитания и обучения несовершеннолетних, целью которой является повышение уровня компетентности родителей (законных представителей) в вопросах образования и воспитания несовершеннолетних.

ПЕРЕЧЕНЬ ЛОКАЛЬНЫХ АКТОВ

Реализация Программы в организациях образования требует системного, нормативно закрепленного и управляемого подхода. Для обеспечения ее эффективности, устойчивости и подотчетности необходимо документальное оформление всех ключевых процедур и механизмов профилактической работы в форме локальных нормативных актов:

1. Приказ руководителя организации образования о реализации Программы.

2. План работы Антибуллинговой команды.

3. Журнал дежурства членов Антибуллинговой команды.

4. План воспитательной работы на учебный год.

5. План внутришкольного/внутриколледжного контроля.

6. План работы классного руководителя/куратора.

Ниже представлено обоснование необходимости каждого из них.

1. Приказ руководителя организации образования о реализации Программы по профилактике в организациях образования травли (буллинга) детей «ДосболLIKE».

Данный приказ является юридической и организационной основой начала реализации Программы организации образования. Приказ:

1.1. Определяет ответственных исполнителей (координатора Программы, членов Антибуллинговой команды).

1.2. Формализует включение Программы в систему воспитательной работы.

1.3. Утверждает цели, задачи и ожидаемые результаты Программы.

1.4. Обеспечивает административную поддержку и согласованность действий всех участников.

Таким образом, приказ придает Программе официальный статус и служит точкой запуска управленческой, методической и педагогической работы по профилактике буллинга.

2. План работы Антибуллинговой команды

Эффективная деятельность Антибуллинговой команды невозможна без четкого планирования.

План

2.1. Систематизирует работу по предупреждению и реагированию на случаи травли.

2.2. Распределяет обязанности между специалистами (педагог-психолог, классные руководители/кураторы, социальный педагог и др.).

2.3. Включает комплекс мероприятий: просветительских, диагностических, коррекционных и мониторинговых.

Наличие плана обеспечивает междисциплинарный и согласованный

подход, делает деятельность Антибуллинговой команды целенаправленной, последовательной и измеримой.

3. Журнал дежурства членов Антибуллинговой команды

Журнал дежурства служит инструментом профилактического наблюдения за межличностной атмосферой в организации образования. Он позволяет:

3.1. Фиксировать присутствие команды на переменах, в коридорах, на мероприятиях.

3.2. Отмечать проявления деструктивного взаимодействия и сигналы буллинга.

3.3. Отслеживать действия реагирования.

3.4. Фиксировать информацию для анализа ситуации и планирования профилактических мер.

Журнал обеспечивает прозрачность, регулярность и системность наблюдений, а также подотчетность работы Антибуллинговой команды.

4. План воспитательной работы на учебный год

Интеграция тематики Программы в план воспитательной работы школы/колледжа:

4.1. Позволяет включить ключевые идеи ненасильственного общения, эмпатии и социальной ответственности в текущие воспитательные мероприятия.

4.2. Обеспечивает преемственность в формировании безопасной среды через классные часы, акции, родительские собрания и различные проекты организации образования.

4.3. Отражает стратегическое направление воспитательной политики организации образования.

Такой план делает профилактику буллинга частью единой системы ценностного воспитания и гражданского становления обучающихся.

5. План внутришкольного/внутриколледжного контроля

Контроль за реализацией Программы является необходимым условием ее результативности.

План внутреннего контроля организации образования

5.1. Устанавливает критерии и сроки проверки выполнения мероприятий.

5.2. Позволяет своевременно выявлять затруднения и риски.

5.3. Способствует сбору обратной связи от участников образовательного процесса.

5.4. Стимулирует профессиональное развитие педагогов через анализ эффективности их участия.

Функция контроля обеспечивает качество внедрения Программы и возможность ее адаптации к изменяющимся условиям.

6. План работы классного руководителя/куратора

Классный руководитель/куратор является ключевым проводником Программы в детском коллективе.

Включение задач Программы в его план:

6.1. Отражает участие в тематических занятиях, тренингах, проектах и индивидуальной работе с обучающимися.

6.2. Способствует формированию у детей навыков эмпатии, уважения, сотрудничества.

6.3. Позволяет учитывать особенности конкретного класса/группы и выстраивать адресную профилактическую работу.

Такой план делает реализацию Программы последовательной, адаптированной и устойчивой в рамках классного/группового сообщества.

Выводы

Разработка и введение локальных нормативных актов по реализации Программы обеспечивает не просто формальное выполнение положений, а делает Программу неотъемлемой частью педагогической, воспитательной и управленческой практики школы/колледжа. Это создает нормативную, организационную и методическую основу для формирования безопасной, поддерживающей и инклюзивной образовательной среды, способствующей профилактике травли и развитию культуры уважительного общения среди обучающихся.

Образец

Приказ руководителя организации с образования о реализации Программы

На основании приказа / письма (номер, дата) Министерства просвещения Республики Казахстан / Управления образования области / города о внедрении Программы по профилактике в организациях образования травли (буллинга) детей «ДосболЛІКЕ»

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Реализовать в школе/колледже Программу по профилактике в организациях образования травли (буллинга) детей «ДосболЛІКЕ».

2. На педагогическом совете рассмотреть и утвердить:

2.1. Положение об Антибуллинговой команде.

2.2. Алгоритмы реагирования в школе/колледже.

3. Внести дополнительные разделы в План воспитательной работы и План внутреннего контроля школы/колледжа с созданием нового направления «Профилактика травли (буллинга) обучающихся» с определением сроков проведения мероприятий.

4. Определить состав и утвердить Антибуллинговую команду из числа педагогических работников для функционирования Программы.

5. Антибуллинговой команде обеспечить реализацию Плана по профилактике травли (буллинга) ребенка.

6. Внести в план работы классных руководителей/кураторов, педагогов-

психологов, социального педагога мероприятия по реализации Программы.

7. Контроль за исполнением Настоящего Приказа оставляю за собой.

2. План работы Антибуллинговой команды

№	Наименования мероприятий	Сроки	Ответственные	Форма завершения
1	Организация деятельности Антибуллинговой команды 1. Формирование Антибуллинговой команды с привлечением мотивированных педагогов, сотрудников организации образования 2. Проведение заседания Антибуллинговой команды: выбор руководителя и секретаря; распределение функций, задач, ответственности между участниками Антибуллинговой команды 3. Внесение корректив в типовое Положение об Антибуллинговой команде (при необходимости)	Август	Руководитель	Протокол Положение Состав Антибуллинговой команды
2	Организация проведения диагностики: распространенности и специфики буллинга в образовательной среде (среди обучающихся 1–11 классов школ, 1–2 курсов колледжей); уровня благополучия эмоциональной атмосферы в образовательной организации (обучающиеся 4–11 классов школ, 1–2 курсов колледжей, педагоги, родители обучающихся 4–11 классов школ, 1–2 курсов колледжей)	Август		Графики проведения, материалы диагностики, аналитическая справка

3	Организация комплексного анализа текущего состояния буллинга в организации образования, включая сбор данных о случаях и уязвимых группах обучающихся	Август		Аналитическая справка
4	Организация информационной кампании о Программе: 1. Проведение установочного семинара для педагогов организации образования. 2. Проведение семинаров для сотрудников организации образования. 3. Включение в программу занятий для родителей в рамках Центров педагогической поддержки родителей тем по профилактике травли (буллинга) обучающихся. 4. Размещение постов в социальных сетях. 5. Создание рубрики на сайте организации образования.	Август Постоянно		Информация Программа занятий
5	Разработка Плана мероприятий по профилактике травли (буллинга) ребенка и его реализация	Август		План
6	Подготовка к педагогическому совету: 1) материалов о признании наличия проблемы травли (буллинга) в организации образования, формировании установки работать с ней; 2) документов, регламентирующих деятельность Антибуллинговой команды и	Август		Протокол педсовета, информация, документы

	организации образования для утверждения.			
7	<p>Организация:</p> <p>1) повышения квалификации педагогов по образовательной программе курсов повышения квалификации «Научно-практические основы Программы профилактики буллинга в организациях образования» на базе НАО «ННПИБД «Өркен»;</p> <p>2) обучения сотрудников организации образования (технический персонал, медсестры, сотрудники пищеблока и др.) реагированию на проявления травли (буллинга) среди обучающихся;</p> <p>3) сотрудничества с родителями для согласования интересов, позиций и способов взаимодействия по решению конкретных случаев буллинга;</p> <p>4) сетевого взаимодействия с организациями образования, реализующими Программу;</p> <p>5) работы по привлечению социальных партнеров, вовлечению заинтересованных государственных органов и организаций, неправительственных организаций, бизнес-структур.</p>	Август – октябрь	Руководитель Педагог-психолог	<p>График повышения квалификации</p> <p>График тренингов</p> <p>Список родителей</p> <p>План совместных мероприятий</p> <p>Договора, меморандумы</p>
8	Установление зон возможных конфликтов в организации образования (раздевалки, рекреации, туалеты, территория и др.)	Август-сентябрь		Схема организации образования, план устранения

9	Включение занятий по Программе для обучающихся 1–11 классов школ и 1–2 курсов колледжей в планы воспитательной работы. Организация контроля за их проведением	Август-сентябрь		Планы воспитательной работы, график
10	Проведение общешкольного родительского собрания организации образования с разъяснением цели, задач, методов работы внедряемой Программы	Сентябрь		Протокол
11	Проведение совместного заседания Антибуллингowej команды и органов самоуправления по вопросам: 1) разработка Правил поведения по предотвращению буллинга; 2) реализация проектной деятельности по обучающей программе; 3) включение в работу органов самоуправления мероприятий по профилактике буллинга; 4) организация межвозрастного взаимодействия (обучающиеся начальной, основной, старшей ступеней).	Сентябрь		Протокол заседания, план работы самоуправления организации образования
12	Диагностика уровня благополучия эмоциональной атмосферы в образовательной организации (педагогический коллектив)	Январь		Материалы, аналитическая справка

13	<p>Диагностика:</p> <p>1) распространенности и специфики буллинга в образовательной среде (обучающиеся 1–11 классов школ, 1–2 курсов колледжей);</p> <p>2) уровня благополучия эмоциональной атмосферы в образовательной организации (обучающиеся 4–11 классов школ, 1–2 курсов колледжей, педагоги, законные представители ребенка, обучающегося в 4–11 классах школ, на 1–2 курсах колледжей).</p>	Май		Графики проведения, материалы диагностики, аналитическая справка
14	Подготовка и размещение материалов на сайте организации образования, стендах, в соцсетях	Постоянно		Материалы
15	Трансляция позитивного опыта реализации Программы	Постоянно		Материалы
16	Анализ выполнения Плана мероприятий по профилактике травли (буллинга) ребенка	Май		Отчет
17	Составление аналитического отчета о ходе реализации Программы	Май		Аналитический отчет
18	Разработка проекта Плана мероприятий по профилактике травли (буллинга) обучающихся на следующий учебный год	Июнь		Проект плана
План действий при выявлении признаков или фактов травли (буллинга)				
1	Принятие сигнала о признаках или факте травли (буллинга) в соответствии с Правилами профилактики травли (буллинга) ребенка		Педагог-психолог	Запись в журнале

2	Организация незамедлительного реагирования на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся		Все члены команды	
3	Разработка индивидуального плана оказания помощи по каждому конкретному случаю травли (буллинга) в организации образования			Индивидуальный план оказания помощи, отчет
4	Координация реализации плана оказания помощи по выявленному случаю буллинга в конкретном классе/группе			
5	Организация оказания помощи обучающимся, затронутым травлей (буллингом)			

3. Журнал дежурства членов Антибуллинговой команды

№	ФИО	Время	Описание происшествий	Подпись
1				

4. План воспитательной работы на учебный год

№	Наименование мероприятия	Форма завершения	Ответственные исполнители	Срок исполнения
1	Организация проектной деятельности на основе занятий для обучающихся 1–11 классов школ, 1–2 курсов колледжей по Программе	Информация	Заместитель директора по воспитательной работе, классные руководители/кураторы	В течение года
2	Мероприятия с участием всех обучающихся по	Информация	Заместитель директора по воспитательной	В течение года

	профилактике травли (буллинга)		работе	
3	Встречи с представителями: ювенальной полиции; правоохранительных органов; Центра психического здоровья	Информация	Заместитель директора по воспитательной работе	В течение года
4	Организация занятий для законных представителей ребенка в рамках центров педагогической поддержки родителей	Информация	Члены рабочей группы по организации деятельности ЦППР	
5	Включение в работу органов самоуправления мероприятий по профилактике буллинга Разработка правил поведения по предотвращению буллинга Реализация проектной деятельности по Программе Организация межвозрастного взаимодействия (обучающиеся начальной – основной – старшей ступени)	Информация		

АЛГОРИТМЫ НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНОГО РЕАГИРОВАНИЯ НА ПРИЗНАКИ ТРАВЛИ (БУЛЛИНГА)

Алгоритм незамедлительного реагирования на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся в случае ее выявления

Если вы стали свидетелем конфликта, травли (буллинга), то необходимо предпринять следующие действия.

1. Оценить ситуацию с точки зрения опасности для участников и вас лично.
2. Отреагировать на ситуацию: сделать замечание, остановить участников.
3. В случае невозможности прекратить конфликт и явной угрозы здоровью и жизни участников обратиться за помощью.
4. Сообщить об инциденте членам Антибуллинговой команды, администрации школы/колледжа или дежурному администратору, позвонив по следующим телефонам:
+7 (7XX) XXX XX XX – номер телефона руководителя Антибуллинговой команды;
+7 (7XX) XXX XX XX – номер телефона заместителя директора по воспитательной работе;
+7 (7XX) XXX XX XX – номер телефона дежурного администратора.
5. Принять меры по обеспечению безопасности участников конфликта.
6. В случае необходимости вызвать медицинских работников школы/колледжа для оказания первой медицинской помощи.
7. Сообщить о выявленном факте администрации школы/колледжа.

Правила действий обучающихся при столкновении с буллингом

Эти правила состоят из трех блоков:

1. Если ты стал свидетелем травли / буллинга.
2. Если ты стал жертвой травли / буллинга.
3. Если ты стал агрессором в ситуации травли / буллинга.

Если ты стал свидетелем травли (буллинга)

1. *Признать наличие проблемы.* Если ты заметил, что кого-то регулярно обижают, то нельзя ждать, что все само собой образуется. Важно как можно быстрее начать решение проблемы.

2. *Рассказать взрослому, которому доверяешь:* родителям, классному руководителю/куратору, кому-нибудь из учителей или школьному психологу. Если стесняешься обратиться к ним, то можно написать письмо и положить его в ящик доверия.

3. *Вмешаться, если ты видишь, что кого-то обижают.* В ситуациях буллинга не стоит рисковать собой, но если ты стал свидетелем травли, то важно немедленно вмешаться и прекратить происходящее. Если не можешь

сделать это самостоятельно, обратись за помощью к взрослым.

4. *Дать понять обидчикам, что буллинг – это плохо, и ты его не поддерживаешь.* Достаточно просто сказать о том, что буллинг – это серьезное нарушение прав человека с целью унижить его честь и достоинство.

5. *Поддержать пострадавшего.* Покажи, что тебе не нравится то, что происходит в классе/группе. Дай понять, что ты это не поддерживаешь.

6. *Быть примером.* Возможно, ребята из твоего класса/группы хотят дружить и общаться, но просто не знают, как это сделать правильно. Кто-то привык веселиться, обижая другого, объединяться против того, кто чем-то не понравился. Покажи, что дружить и спокойно общаться гораздо лучше, чем каждый день бояться столкнуться с агрессией и негативом. А сделать это можно только в том случае, если относиться друг к другу с уважением.

Если ты стал жертвой травли (буллинга)

1. *Не теряй самообладания!* Для начала можно попробовать не обращать внимания на преследователя. Этот вариант срабатывает в том случае, если агрессор только проверяет, можно ли тебя подвергнуть травле (буллингу) и вывести из равновесия. Если преследователь уже действует или физически на тебя нападает, то этого может оказаться недостаточно.

2. *Уйди!* Если возможно, держись от агрессора подальше. Избегай ситуаций и мест, в которых он обычно на тебя нападает, или когда никого нет рядом. Держись поближе к другим людям, особенно взрослым и учителям. Их присутствие может остановить агрессора. Если травля (буллинг) происходит по дороге в школу/колледж, то попробуй изменить маршрут.

3. *Скажи о том, что тебе не нравится!* Спокойно и ясно дай понять агрессору, что тебе не нравится то, что он делает, и что он должен это прекратить. Используй при этом конкретные слова, такие как «Прекрати!», «Брось!», «Стоп!»

4. *Расскажи кому-нибудь о том, что тебя травят (буллят)!* Расскажи об этом доверенному взрослому: учителю, родителям, директору или члену антибуллинговой команды.

5. *Доверься!* Помни, что буллинг – это не твоя вина! Не бойся обратиться за помощью и поддержкой.

Если ты стал агрессором в ситуации травли / буллинга

1. *Остановись и подумай:* попробуй осознать свои действия и их последствия для других.

2. *Обратись за помощью:* поговори с учителем, родителями или другим взрослым, которому доверяешь, чтобы разобраться в ситуации.

3. *Извинись и исправься:* если ты кого-то обидел, извинись и постарайся изменить свое поведение в лучшую сторону.

4. *Научись распознавать свои эмоции:* пойми, как их контролировать, и как управлять своими мыслями и поведением, чтобы избежать повторения подобных ситуаций.

5. *Стань частью решения:* попытайся внести позитивные изменения в свое окружение, чтобы предотвратить подобные ситуации в будущем.

Алгоритм работы оперативного реагирования на факты травли (буллинга), кибербуллинга среди несовершеннолетних руководителя организации образования

Шаг 1. Получение информации о факте травли или кибербуллинга

При поступлении информации о возможном случае травли (буллинга) или кибербуллинга среди обучающихся руководитель образовательной организации обязан незамедлительно зарегистрировать полученную информацию в журнале учета инцидентов. Важно обеспечить конфиденциальность всех участников и не допускать распространения сведений, которые могут нарушить их права.

Шаг 2. Взаимодействие с органами опеки и уполномоченными органами

Руководитель образовательной организации в течение 1 ч сообщает о возможном случае травли (буллинга) или кибербуллинга среди обучающихся в органы опеки для проведения проверки условий жизни и воспитания ребенка.

Органы опеки совместно с социальным педагогом, педагогом-психологом, классным руководителем/куратором, а также сотрудниками органов внутренних дел незамедлительно приступают к обследованию условий жизни и воспитания ребенка. В ходе обследования выявляются факторы риска, собираются объяснения от всех участников, фиксируются бытовые условия и психологическое состояние ребенка. Руководитель образовательной организации обеспечивает сопровождение и поддержку комиссии, предоставляет все необходимые документы и гарантирует доступ к нужной информации.

Если в результате обследования подтверждаются факты насилия или буллинга, информация об установлении признаков насилия, травли (буллинга), кибербуллинга направляется в органы внутренних дел с приложением акта обследования жилищно-бытовых условий; в Комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав, во все уполномоченные государственные органы, осуществляющие функции по обеспечению соблюдения и защиты прав несовершеннолетних.

Шаг 3. Психологическая поддержка ребенка и меры, принимаемые внутри организации образования

Одновременно с передачей информации внешним органам внутри организации образования должны быть предприняты первичные меры по защите пострадавшего ребенка. Руководитель учреждения организует психологическую поддержку, принимает меры по исключению дальнейшего контакта между участниками, при необходимости инициирует перевод в другой класс/группу или временное дистанцирование. Со стороны школы/колледжа разрабатывается индивидуальный план сопровождения как для пострадавшего, так и для участников травли, включающий регулярные

встречи с психологом, мониторинг поведения, работу с родителями.

Психологическая поддержка обучающихся осуществляется поэтапно и включает три основные стадии: выявление, сопровождение и мониторинг.

1. На первом этапе – *выявления* – проводятся диагностика и анализ эмоционального состояния и уровня агрессивности обучающихся, в том числе с использованием адаптивных тестов в начале учебного года. При поступлении обращения или выявлении проблемы открывается кейс. В течение 24 ч осуществляется первичная оценка ситуации, информируются директор, законные представители ребенка и классный руководитель/куратор, а случай фиксируется в специальном журнале. Затем проводится комплексная оценка: анализируется собранная информация, подписывается соглашение о конфиденциальности, организуются встречи с участниками ситуации. Этот процесс занимает не более трех рабочих дней.

2. Второй этап – *сопровождение* – включает планирование и реализацию индивидуальной помощи. Составляется детальный план работы, назначаются ответственные члены Антибуллинговой команды, с которыми согласуются действия по сопровождению ребенка. План согласовывается с родителями и самим обучающимся. При необходимости к процессу привлекаются дополнительные специалисты, такие как сотрудники ювенальной полиции Управления местной полицейской службы Департамента полиции, тьюторы, педагоги-психологи, волонтеры и др. Реализация плана осуществляется в срок от трех месяцев до одного года (в зависимости от сложности и динамики ситуации).

3. Заключительный этап – *мониторинг и принятие дальнейших решений*. На этом этапе осуществляется регулярный контроль за выполнением плана и анализируется эффективность проведенной работы. Ежемесячно проводятся контрольные обзоры, собирается обратная связь от специалистов, родителей и самого обучающегося, формируются промежуточные заключения. По итогам работы Антибуллинговой команды проводится заседание, на котором принимается решение о закрытии кейса. Даже после его закрытия ребенок остается под наблюдением в течение трех месяцев. Если ситуация требует продолжения сопровождения, за 15 дней до окончания срока текущего плана проводится обсуждение дальнейших мер и сроков.

Шаг 4. Документирование и отчетность

Руководитель обеспечивает надлежащее ведение внутренней документации: акты обследований, протоколы бесед, отчеты педагогов, индивидуальные планы помощи. Вся информация передается в закрытом виде, с соблюдением законодательства о защите персональных данных. По результатам работы формируется внутренний отчет, который при необходимости предоставляется органам образования или прокуратуре.

Контроль за выполнением алгоритма реагирования осуществляется лично руководителем. При наличии рисков рецидива или сложных случаев проводится повторное обследование, а также инициируется запрос в правоохранительные органы о принятии дальнейших мер.

Шаг 5. Определение формы работы с такими обучающимися

Также может быть проведена внеплановая педагогическая комиссия, по результатам которой выносится решение о дальнейшем обучении и сопровождении несовершеннолетнего, подвергшегося травле или участвовавшего в ней. Если ситуация носит систематический характер или повлекла психологические нарушения, материалы передаются в Комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав для рассмотрения на заседании и постановки несовершеннолетнего на профилактический учет.

Особые указания

Информация о насилии, травле (буллинге), кибербуллинге в отношении ребенка должна быть передана в течение одного часа с момента ее получения. Каналы передачи: мобильная связь, электронная почта, официальные системы связи с органами.

Руководитель несет персональную ответственность за своевременное информирование и защиту прав детей в соответствии с Законом РК «О правах ребенка», Законом РК «Об образовании» и новыми изменениями в Кодексе об административных правонарушениях РК, где буллинг и кибербуллинг с 2024 г. внесены как отдельные правонарушения.

Алгоритм межведомственного взаимодействия всех органов и организаций

1. После выявления фактов либо получения сообщения о факте все уполномоченные государственные органы должны быть оперативно проинформированы: органы внутренних дел, прокуратуры, образования, здравоохранения (при необходимости), а также региональные уполномоченные по правам ребенка.

Отреагировать на ситуацию: сделать замечание, остановить участников.

Информация передается не позднее одного часа после получения сигнала.

Руководитель организации образования или иное ответственное лицо (психолог, социальный педагог) составляет краткую справку (в письменной или электронной форме), указывая ФИО ребенка, обстоятельства, предполагаемую форму насилия.

Уведомление направляется по защищенным каналам связи (электронная почта, защищенный мессенджер, служебная система).

Отправляется в следующие органы:

1. Районный отдел полиции.
2. Районный (городской) отдел образования.
3. Уполномоченный по правам ребенка.

2. Местные исполнительные органы передают Уполномоченному по правам ребенка данные детей, пострадавших от насилия, травли (буллинга), кибербуллинга, а также его контактные данные семьям детей, пострадавших от насилия, травли (буллинга), кибербуллинга.

Данные включают:

- 1) ФИО ребенка;
- 2) дата рождения;
- 3) сведения о месте учебы, классе / курсе;
- 4) контактные данные законных представителей ребенка;
- 5) краткое описание ситуации;
- 6) имеющиеся медицинские, психологические заключения (если уже есть).

3. Органы внутренних дел при поступлении информации о факте буллинга осуществляют свою деятельность в соответствии с Приказом Министра просвещения Республики Казахстан от 21 декабря 2022 года № 506 «Об утверждении Правил профилактики травли (буллинга) ребенка».

ПАМЯТКА ПО ОКАЗАНИЮ ПОМОЩИ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНЕМУ, ПОДВЕРГШЕМУСЯ ТРАВЛЕ (БУЛЛИНГУ), КИБЕРБУЛЛИНГУ ИЛИ СТАВШЕМУ СВИДЕТЕЛЕМ ТРАВЛИ (БУЛЛИНГА), КИБЕРБУЛЛИНГА

Ребенку, пострадавшему от травли (буллинга) или кибербуллинга, организация образования оказывает психологическую поддержку, которая включает комплексную оценку ситуации, правовое просвещение о правах и обязанностях ребенка, а также разработку индивидуального плана работы по социальной реабилитации.

При первичной беседе с пострадавшим обучающимся сотрудникам организации образования рекомендуется следующее.

Сохранять спокойствие и доброжелательность. В момент общения с ребенком, сообщаемым о насилии, буллинге или кибербуллинге, сотрудник обязан сохранять эмоциональную сдержанность. Беседа проводится в спокойной обстановке, с обеспечением конфиденциальности, соблюдением этических норм, а также с учетом возраста, эмоционального состояния и уровня доверия со стороны несовершеннолетнего. Разговор ведется в мягкой, поддерживающей манере. Запрещается обвинять, оценивать или выразить сомнение в словах ребенка.

Внимательно выслушать обучающегося. Слушать без перебивания, не задавая лишних или наводящих вопросов. Все уточнения задаются только по необходимости для понимания сути происходящего. Необходимо фиксировать основные моменты дословно, без интерпретаций.

Сообщить обучающемуся то, что он поступил правильно, рассказав о произошедшем. Следует отметить, что факт обращения за помощью в ситуации насилия или буллинга свидетельствует о сформированной ответственности и осознании допустимых границ поведения в образовательной среде. Важно зафиксировать, что действия обучающегося соответствуют принципам личной безопасности и взаимодействия с системой поддержки.

Вести с ним диалог, задавая минимальное количество вопросов,

необходимых только для сбора основной информации, уточнения ситуации. Целесообразно избегать детализированных расспросов, способных усилить стрессовое состояние ребенка.

Избегать пересмотра рассказанного во избежание повторной травматизации обучающегося. Не просить ребенка пересказывать ситуацию несколько раз. Нет необходимости просматривать детали и просить «пояснить» эмоциональные моменты, если это вызывает слезы или напряжение. Основная цель – не причинить дополнительного вреда.

Руководить действиями обучающегося, не выдвигать собственных мнений, предположений и заключений, не интерпретировать его действия. Действия ребенка не подлежат интерпретации или сомнению. Задаваемые вопросы должны быть сформулированы в нейтральной, не допускающей оценочных суждений форме, и касаться только фактов, имеющих значение для предварительного понимания ситуации.

Не мешать обучающемуся воспроизводить важные моменты. Необходимо не мешать обучающемуся воспроизводить важные моменты произошедшего. В процессе беседы следует обеспечить обучающемуся возможность свободно, в индивидуальном темпе излагать суть произошедшего.

Убедить обучающегося в том, что следует проинформировать о сложившейся ситуации администрацию, родителей / законных представителей, специалистов.

По окончании беседы необходимо объяснить обучающемуся, что информация будет передана администрации, законным представителям, педагогу-психологу и (при необходимости) в уполномоченные органы. Важно делать это спокойным тоном, отмечая, что действия направлены на защиту ребенка.

Записать информацию полностью, дословно, как было сказано обучающимся. Информация, полученная от обучающегося, должна быть зафиксирована в письменной форме с указанием времени, даты, участников разговора и прямой речи ребенка.

Составить письменный протокол. Необходимо составить письменный протокол по результатам первичной беседы с обучающимся.

Протокол оформляется уполномоченным специалистом (заместителем директора, социальным педагогом или другим лицом, назначенным приказом по образовательной организации). В документе фиксируются основные сведения: дата и время беседы, место проведения, должность и ФИО лица, проводившего беседу, сведения об обучающемся (ФИО, возраст, класс), краткое, но содержательное изложение рассказа обучающегося о случившемся, а также его эмоциональное состояние и общее поведение во время общения.

Протокол составляется в присутствии не менее двух специалистов, при возможности с участием психолога для обеспечения объективности и соблюдения прав ребенка. Документ подписывается всеми участниками,

заверяется подписью руководителя образовательной организации и приобщается к материалам внутреннего расследования. Соблюдение установленной формы и требований к оформлению документа обязательно с целью возможного использования протокола в рамках межведомственного взаимодействия или по запросу уполномоченных государственных органов.

УСТАНОВОЧНЫЙ СЕМИНАР ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

Семинар-практикум для педагогов Основы профилактики буллинга в организациях образования

Цель: повышение психолого-педагогической и практической компетентности педагогов по вопросам недопущения буллинга в организациях образования.

Задачи:

научить применять эффективные методы профилактики и вмешательства в ситуации буллинга;

повысить готовность педагогов к сотрудничеству с родителями, психологами и администрацией при решении проблем, связанных с травлей (буллингом);

сформировать у педагогов умения использовать практические инструменты (игры, тренинговые техники, кейсы, медиативные практики) для профилактики буллинга.

Участники: педагоги организаций среднего образования, технического и профессионального образования.

Форма проведения: семинар-практикум (воркшоп).

Ресурсы: видеопроектор, материалы по профилактике буллинга в организациях образования в форме памяток для педагогов.

Ход семинара

1. Приветствие. Вступительное слово

Добрый день, уважаемые коллеги! Сегодня на базе нашей школы/колледжа мы проводим очень важное мероприятие, посвященное проблеме буллинга, методам борьбы с ним и его предотвращения.

Обеспечение благополучия казахстанских детей, защита их прав на здоровье, полноценное развитие и качественное образование являются приоритетными направлениями государственной политики страны.

На сегодняшний день ни один ребенок не должен чувствовать себя униженным, подвергаться психологическому или физическому насилию. Мы обсудим актуальность проблемы травли, разберем суть буллинга, инструменты выявления и предотвращения травли в детских коллективах.

2. Упражнение «Ассоциации». Буллинг... Какие ассоциации у вас возникают с этим словом? (*Ответы педагогов*)

3. Просмотр видеоролика с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен» на тему «Профилактика буллинга» по ссылке: <https://youtu.be/HlsK8TkvwvQ?si=HoHdUSHT0nPfSJYA>

Обсуждение видеоролика по вопросам

1. Кто может помочь детям в школе/колледже не стать жертвой, буллером или наблюдателем в ситуации травли?

2. В чем ответственность педагогов?

4. Мини-лекция. Теоретическая часть

Цель: знакомство с Программой.

В настоящее время массовой тенденцией стало вытеснение позитивного восприятия мира, традиционно присущего периоду детства, нигилизмом, пессимизмом, проявлениями насилия в отношении окружающих и аутодеструктивного поведения.

Так, по данным Доклада о положении детей в Республике Казахстан за 2024 г., массовый характер приобрели:

1) нарушения психоэмоционального состояния детей, приводящие к суициду;

2) преступления в отношении детей, насилие физическое и психологическое (буллинг, кибербуллинг и др.);

3) детская преступность, во многом обусловленная неблагополучием семей;

4) негативное влияние электронного пространства (интернет, социальные сети).

Согласно опросу, проведенному в рамках Международного исследования PISA 2018, почти каждый четвертый школьник 15-летнего возраста в Казахстане подвергается тем или иным видам буллинга: насмешки, угрозы, физический буллинг. Более 70% детей в возрасте 11–15 лет, которые пользуются интернетом, имеют мобильные телефоны и компьютеры, являются наиболее уязвимыми для кибербуллинга в электронном пространстве (ЮНИСЕФ, 2019).

Издевательства, травля (буллинг) имеют далеко идущие последствия для эмоционального благополучия детей и общей безопасности в образовательной среде. Мировые исследования, проведенные за последние два десятилетия, значительно расширили знания о пагубных последствиях издевательства. Очевидно негативное влияние на развитие как детей, ставших объектом травли, так и тех, кто издевается над другими.

Сущность любой формы травли заключается в использовании дисбаланса сил с целью доминирования и причинения другим физического, социального или эмоционального вреда (Olweus, 1991). Для многих детей участие в травле в качестве жертвы или виновника издевательства может быть случайным явлением, для других является хронической и социально опасной моделью поведения.

Правительство Республики Казахстан предпринимает системные меры для решения данной проблемы. По заказу Министерства просвещения НАО «ННПИБД «Өркен» проведен всесторонний анализ ведущих мировых программ по предотвращению буллинга в организациях образования.

Опираясь на международный опыт, выявлены высокоэффективные стратегии профилактики и противодействия подростковому насилию, которые легли в основу разработки антибуллинговой Программы.

Программа направлена на создание образовательной среды, в которой

каждый обучающийся будет чувствовать себя в безопасности.

Сочетание в Программе международного опыта с особенностями менталитета нашего общества поможет воспитанию у наших детей культуры неприятия насилия, эмпатии, взаимопонимания и уважения друг к другу, таким образом, способствуя продвижению этих идей в обществе.

Цель Программы – создание системы профилактики и эффективного противодействия травле (буллингу) в организациях образования.

Задачи:

1. Осуществить организационные мероприятия по созданию системы профилактики и противодействия травле (буллингу) в организациях образования:

- 1) издать локальные нормативные документы;
- 2) провести установочные семинары с педагогическим коллективом;
- 3) включить мероприятия по профилактике и противодействию травле (буллингу) в план воспитательной работы организации образования;
- 4) создать в организации образования систему профилактики и реагирования на травлю (буллинг), объединяющую педагогов, обучающихся и родителей, направленную на формирование безопасной и поддерживающей среды;
- 5) установить зоны возможных конфликтов в организациях образования (раздевалки, рекреации, туалеты, территория и др.).

2. Провести диагностику состояния социально-психологического климата с выявлением причин и факторов, влияющих на создание конфликтных ситуаций в учебном коллективе.

3. Организовать системное повышение квалификации педагогов, педагогов-психологов, социальных педагогов по профилактике и противодействию травле (буллингу) среди обучающихся, развитию социально-эмоционального интеллекта обучающихся, созданию благоприятного социально-психологического климата в организациях образования.

4. Провести обучение с сотрудниками организаций образования (технический персонал, медсестры, сотрудники пищеблока и др.) для усвоения алгоритмов реагирования на проявления травли (буллинга) среди обучающихся.

5. Организовать обучение детей правилам поведения при попадании в ситуацию травли (буллинга), развивать системно их социально-эмоциональные навыки.

6. Проводить обучение в Центре педагогической поддержки родителей по теме «Как помочь ребенку, находящемуся в ситуации буллинга».

7. Проводить регулярно мониторинг социально-психологического климата в классах, в организациях образования в целом.

Разработанная НАО «ННПИБД «Өркен» Программа для обучающихся направлена на:

- 1) снижение агрессивных и враждебных реакций в среде обучающихся;

- 2) оптимизацию межличностных и межгрупповых отношений;
- 3) формирование у обучающихся навыков конструктивного реагирования в конфликте;
- 4) развитие у обучающихся толерантности, эмпатии.

Программа предназначена для обучающихся школ и 1–2 курсов колледжей. В основу Программы положена *проектная деятельность*, направленная на развитие социально-эмоциональных навыков.

К Программе прилагаются:

1. Положение об Антибуллинговой команде.
2. Перечень локальных актов.
3. Алгоритмы незамедлительного реагирования на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся в случае ее выявления.
4. Разработка установочного семинара для педагогов.
5. Разработка семинаров для сотрудников организаций образования.
6. Разработка занятий для родителей обучающихся 1–4, 5–9, 10–11 классов, 1–2 курсов колледжей;
7. Руководство по организации проектной деятельности на основе занятий для обучающихся 1–11 классов школ, 1–2 курсов колледжей по Программе.
8. Материалы для проведения диагностики и мониторинга.
9. Инструкция «О чем я молчу».
10. Психолого-педагогическая поддержка деятельности педагогического коллектива по развитию социально-эмоциональных навыков обучающихся.

Деятельность коллективов организаций образования по профилактике и противодействию травле (буллингу) в среде обучающихся будет выражена в следующих результатах.

Результат 1. В каждой организации будет создана система по профилактике и эффективному противодействию травле (буллингу).

Результат 2. В сотрудничестве с коллективом НАО «ННПИБД «Өркен», с его методической поддержкой будет проведено обучение педагогов, педагогов-психологов, социальных педагогов по профилактике и реагированию на факты травли (буллинга), развитию социально-эмоциональных навыков обучающихся.

Результат 3. В организациях образования будут определены зоны возможных конфликтов (раздевалки, рекреации, туалеты, территория и др.), использованы имеющиеся возможности для наблюдения.

Результат 4. В организациях образования будет развиваться благоприятный социально-психологический климат, среда, в которой формируется атмосфера неприятия насилия.

Результат 5. Для постоянного контроля в организациях образования будет проводиться мониторинг социально-психологического климата в классах.

Практическая часть

Целевая аудитория: педагоги организаций образования.

Цель мероприятия: отработать навык определения ситуации буллинга, уметь отличать буллинг от конфликта и находить способы разрешения ситуации.

Ход мероприятия

Упражнение Джеффа + дискуссия

Пространство условно делится на три зоны (в каждой есть соответствующая надпись): первая – «Да», вторая – «Нет», третья – «Не знаю» (возможно использование варианта «Смотря по ситуации»).

Если нет возможности разделить пространство на зоны (класс, актовый зал с неподвижными стульями), можно предложить голосование руками: отводить руку вправо, влево, поднимать вверх.

Ведущий озвучивает описание ситуаций, выведенное на экран, и предлагает ответить на вопросы.

Кейс 1. Асель не нравится Бахыткуль, она постоянно высмеивает ее при всем классе. Подружки Асель тоже смеются над Бахыткуль. Она молчит или плачет.

Вопрос: Является ли эта ситуация травлей?

Участники должны проголосовать: «Да», «Нет», «Не знаю», «Смотря когда».

Далее идет *обсуждение:* какие маркеры буллинга не увидели участники в данном кейсе, почему это не является просто конфликтом и т. д. Можно предложить несколько подобных ситуаций.

Кейс 2. Старшеклассница Назгуль невысокого роста, у нее тихий голос. Несколько задиристых одноклассников постоянно передразнивают ее, обсуждают за спиной и называют Мышью (сравнивая ее голос с писком). Остальные над этим смеются. Назгуль иногда тайком плачет от обиды, но не может изменить ситуацию. (Да, это буллинг)

Кейс 3. Бекзат случайно задел Андрея. Андрей решил, что это было сделано умышленно, и сильно толкнул Бекзата. Началась драка, ребят разняли другие подростки и учительница. Через пару часов Бекзат и Андрей весело разговаривают и шутят. (Нет, не буллинг – это конфликт, стычка.)

Далее предлагается вынести на обсуждение дискуссионные вопросы, используя методику упражнения Джеффа.

Примеры вопросов

1. Считаете ли вы буллинг нормальным явлением?
2. Если происходит травля, и ребенок или подросток говорит о ней родителям, считаете ли вы такого ребенка ябедой или предателем?
3. Должны ли взрослые вмешиваться в ситуацию травли? Почему?
4. Были ли вы когда-то свидетелем в ситуации буллинга? Защитником? Расскажите об этом.
5. Были ли вы жертвой? Агрессором? Расскажите об этом.
6. Считаете ли вы, что никогда не станете жертвой буллинга? А

агрессором? Почему?

7. Есть ли у вас идеи, как эффективно бороться с травлей?

Задание «Здоровая коммуникация»

Подготовить постер на тему «Здоровая коммуникация без конфликтов и буллинга».

Педагоги делятся на 2 группы. Первая группа готовит постер «Принципы здоровой коммуникации без конфликтов и буллинга». Вторая группа готовит постер «Правила недопущения травли и буллинга в организациях образования». Заслушивается мнение каждой группы. После работы определяются принципы и правила предупреждения ситуации буллинга.

Рефлексия

Участникам семинара-практикума предлагается закончить предложения.

1. Я узнал, что...

2. Я почувствовал, что...

3. Я буду...

По завершении работы предлагаются информационные буклеты по материалам семинара.

СЕМИНАРЫ ДЛЯ СОТРУДНИКОВ ОРГАНИЗАЦИЙ ОБРАЗОВАНИЯ

Семинар №1 по профилактике и противодействию буллингу

Цель: предупреждение ситуаций травли / буллинга и насилия среди обучающихся в организациях образования, формирование нетерпимого отношения сотрудников организаций образования к различным негативным проявлениям по отношению к обучающимся.

Задачи

1. Стимулировать повышение ответственности сотрудников организаций образования за противодействие буллингу.
2. Расширить представления сотрудников организаций образования о травле (буллинге) и путях профилактики и противодействия ее распространению.
3. Формировать навыки эффективного противодействия травле (буллингу).

Ресурсы: распечатанные выдержки из Правил профилактики травли (буллинга) ребенка (Приказ Министра просвещения РК №506 от 21 декабря 2022 г.) для работы в группах, слайды.

Участники: технический персонал, медицинский персонал, сотрудники пищеблока, службы охраны организаций образования.

Семинар организуют ответственные члены Антибуллинговой команды.

I. Введение

1. Представление членов Антибуллинговой команды, ознакомление с целями и задачами ее деятельности, предоставление контактной базы.
2. Анкетирование (входная анкета представлена в разделе VI «Раздаточный материал» – Приложение 5.1. Содержание анкет для входного и выходного анкетирования совпадают).
3. Информационный блок. Введение в тему семинара.

Раскрывается вопрос об актуальности темы буллинга с приведением статистических данных.

Казахский просветитель Ахмет Байтурсынов писал: «Если народ не заботится о ребенке, нет гарантий, что выросший человек будет беспокоиться о будущем своей страны».

Сегодня благополучие детей является общенациональным приоритетом в развитии казахстанского общества.

Благополучие начинается с каждого из нас. Вместе с тем появились явления, препятствующие созданию среды, благоприятной для свободного развития ребенка. Это *травля*, или *буллинг*.

Изучение буллинга впервые начато 40 лет назад ученым Дэном Олвеусом из Бергенского университета (Норвегия). Это явление сегодня активно набирает обороты.

По данным современных международных исследований:

- 1) 20–25% детей в мировом образовательном пространстве непосредственно вовлечены в буллинг в качестве инициаторов, свидетелей или жертв буллинга;
- 2) 4–9% подростков инициируют буллинг;
- 3) 9–25% школьников подвергаются буллингу;
- 4) среди подростков и молодых людей в возрасте 12–18 лет: 35% вовлечены в буллинг в роли людей, которые причиняют боль другим, унижают, обижают их; 15% участвуют в буллинге в онлайн-среде – кибербуллинге.

В Казахстане в 2023 г. исследовательская группа ученых Национального центра общественного здравоохранения по изучению поведения детей школьного возраста в отношении здоровья провела опрос среди школьников, чтобы изучить показатели здоровья и благополучия среди подростков. В ходе опроса школьников просили ответить на вопросы, как часто они принимали участие в буллинге либо сами становились его жертвами в школе на протяжении последних двух месяцев. Как выяснилось, среди подростков 11–15 лет:

- 1) 17% подвергались травле в школе один и более раз в месяц;
- 2) 20% участвовали в буллинге других людей в школе один и более раз в месяц.

В последующие годы эти цифры значительно увеличились.

II. Основная часть

1. Просмотр видеоролика с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен» на тему «Буллинг: причины, формы, профилактика» по ссылке: https://youtu.be/0zKH_1WYMdY?si=LVDIgVQRzOF9gOBV

2. Беседа по вопросам

1. Кто является основными действующими лицами травли?

Ответы участников. Правильный ответ: агрессор и жертва.

2. На что направлен буллинг?

Ответы участников. Правильный ответ: на нанесение физических и душевных страданий другому человеку.

3. Как влияет буллинг на личность пострадавшего?

Ответы участников. Правильный ответ: буллинг подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает его здоровье, самоуважение и человеческое достоинство.

4. Кого затрагивает буллинг?

Ответы участников. Правильный ответ: буллинг – это групповой процесс, затрагивающий не только обидчика и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь коллектив, в котором это происходит.

5. Какие бывают формы буллинга?

Ответы участников. Правильный ответ: физическое насилие; моральное насилие: шантаж, угрозы, распространение ложной информации, обидные шутки, бойкот, публичное игнорирование; кибербуллинг и т.д.

6. Где чаще всего происходит буллинг?

Ответы участников. Правильный ответ: в туалете, под лестницей, за школой, в фойе перед столовой, на заброшенных территориях возле школы/колледжа, в интернет-пространстве.

7. Может ли буллинг прекратиться сам по себе?

Ответы участников. Правильный ответ: буллинг никогда не прекращается сам по себе: всегда требуется защита и помощь пострадавшим – жертвам, инициаторам буллинга – агрессорам и свидетелям.

Вывод. Буллинг способствует существенному увеличению риска суицида среди подростков, приводит к распространению агрессии и насилия в классе и школе, снижению успеваемости, эмоциональным и невротическим проблемам. Буллинг следует предупреждать и искоренять!

III. Работа в группах

Для предотвращения явления буллинга разработаны *Правила профилактики травли (буллинга) ребенка* (Приказ Министра просвещения РК №506 от 21 декабря 2022 г.).

Участникам семинара предлагается ознакомиться с выдержками из этого документа (раздел VI «Раздаточный материал» – *Приложение 5.2*) и выполнить задание.

Участники делятся на 3 группы.

Группа 1. Задание. Ознакомьтесь с п. 2 Главы 1 Правил профилактики травли (буллинга) ребенка. Приведите примеры буллинга, которые встречаются в практике школы/колледжа.

Группа 2. Задание. Ознакомьтесь с главой 2 Правил профилактики травли (буллинга) ребенка. Расскажите о том, что могут предпринять сотрудники вашего профиля, помимо перечисленного, по реализации п. 1: повышение осведомленности обучающихся и воспитанников, педагогов, законных представителей ребенка в вопросах профилактики травли (буллинга) и предупреждению травли (буллинга) путем проведения информационно-разъяснительной работы (беседа, правовой всеобуч, классные часы, родительские собрания, внеурочные мероприятия и др.), не противоречащие интересам обучающихся и воспитанников не реже 1 (одного) раза в четверть. Приведите примеры.

Группа 3. Задание. Ознакомьтесь с Главой 2 Правил профилактики травли (буллинга) ребенка. Расскажите об опыте практического выполнения сотрудниками вашего профиля п. 4: незамедлительное реагирование на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся и воспитанников в случае ее выявления. Приведите примеры.

IV. Кейс-стади

Задание. Рассмотрите ситуации и ответьте на вопрос. Заслушайте мнение психолога и соотнесите его с собственными выводами.

Ситуация 1. Рассказ учителя. В моей практике была такая ситуация. Ко мне подошла коллега и сказала, что ученик моего класса сильно толкнул одноклассника. Какие меры принять по отношению к ребенку? Если у нас есть

только эта информация, нам сложно определить, почему школьник ведет себя подобным образом. Я стала анализировать поведение своего ученика (назовем его условно Арман) и припомнила две ситуации, связанные с его участием.

1. Как-то Арман спорил с одноклассником о результатах игры в футбол. Тот упустил возможность забить гол, и команда проиграла. Арман толкнул мальчика и грубо сказал, что он ни на что не способен.

2. Однажды Арман толкнул младшего ученика, проходившего мимо по коридору, говоря: «Ты чего на дороге встал? Не хватает места?» Все одноклассники, которые шли рядом с Арманом, тоже начали толкать малыша и насмехаться над ним.

Вопрос для обсуждения: в обеих ситуациях дети толкаются. Есть ли разница между этими ситуациями? Почему? (*Ответы участников*)

Мнение психолога. Ситуации разные. Хотя толкание другого человека и является формой агрессии, в данных ситуациях оно отличается. В первой ситуации это говорит о реакции, которая возникает в результате гнева или разочарования Армана в результате проигрыша в матче. Во второй ситуации его поведение является инструментом, с помощью которого он получает некоторые социальные выгоды (статус и имидж в кругу друзей, репутацию, власть), ведь оно не вызвано дискомфортом (ребенок, которого толкнули, ничего не сделал Арману). Это, конечно же, форма буллинга.

Вывод. Один и тот же тип поведения может расцениваться как реакция на эмоцию дискомфорта, ощущаемую в результате конфликтов, споров, ссор между детьми, а может быть проявлением буллинга, посредством которого ученик получает ряд социальных выгод. Не каждый тип агрессивного поведения является буллингом, и чтобы что-то изменить, нужно рассмотреть поведение в контексте происходящих событий.

Ситуация 2. Отрывок из письма Даурена. В школе, где я учусь, происходит много плохих вещей, когда учителя нет рядом. Некоторые одноклассники очень недружелюбно относятся к другим. Ернар – один из них. Он каждый день веселится со своими друзьями, унижая меня. Однажды он взял мой рюкзак и бросил его в грязь, а на следующий день вынул пакет с завтраком из моего портфеля и съел. Сегодня он плюнул в мою тетрадь по математике, где я делал домашнее задание, а затем закрыл ее, так что паста растеклась по всей странице. Его друзья смеялись и получали удовольствие от всего, что со мной происходило. Я был очень зол и хотел его ударить. Но я этого не сделал, потому что у него много друзей, а я один против всех. Мне там очень плохо, и я больше не хочу ходить в школу.

Вопрос для обсуждения: почему поведение Ернара можно назвать буллингом?

(*Ответы участников*)

Мнение психолога. Поведение Ернара можно назвать буллингом, потому что оно повторяется каждый день, в нем проявляется намеренность действий (Ернар веселится, когда его друзья мучают Даурена). Также Ернар имеет преимущество в друзьях (у него много друзей, Даурен – один).

Вывод. Любой явный конфликт в детской среде нужно пресекать! Он может быть проявлением буллинга.

V. Заключение

Участникам семинара предлагается вопрос для обсуждения.

Что нужно делать в случае, если вы заметили конфликт между обучающимися?

(Ответы участников)

Вывод. В случае, если вы заметили конфликт между обучающимися, нужно обязательно принять меры: вмешаться, информировать членов Антибуллинговой команды, до их прихода обратиться за поддержкой к любому находящемуся рядом сотруднику школы/колледжа. Для восстановления справедливости при разборе ситуации нужно выступить в роли свидетеля.

Демонстрируется слайд (чек-лист), отражающий алгоритм действия сотрудника организации образования на проявление конфликта между обучающимися.

Алгоритм действия сотрудника организации образования на проявление конфликта между обучающимися

1. Отреагировать на конфликт: заметить, сделать замечание, остановить конфликт. В случае невозможности предотвратить конфликт не оставлять его участников без внимания, обратившись за поддержкой к любому находящемуся рядом сотруднику организации образования.

2. Сообщить о случае членам Антибуллинговой команды в обязательном порядке.

3. Выступить свидетелем произошедшего.

Домашнее задание

Изучить Правила профилактики травли (буллинга) ребенка (Приказ Министерства просвещения РК №506 от 21 декабря 2022 г.).

В завершение семинара нужно поблагодарить всех участников за активность, открытость, творчество и сказать, что только совместными усилиями всего коллектива организации образования, всех сотрудников, в какой бы сфере деятельности они не трудились, в сотрудничестве с родителями можно создать благоприятную среду для развития ребенка.

VI. Раздаточный материал

Анкета (входное тестирование)

Приложение 5.1

Анкета для входного тестирования

Просим вас ответить на несколько вопросов. Прежде чем ответить, внимательно прочитайте все варианты ответов и обведите правильный.

ФИО: _____ Дата заполнения _____

1. Что такое «буллинг»?

А. Дискриминация, травля, подразумевает запугивание или же своеобразный

физический или психологический террор одних людей по отношению к другим с целью подчинения их себе на почве страха, преднамеренно вызванного преследователями у их жертв.

Б. Регулярный физический и / или психологический террор в отношении человека.

В. Притеснение, травля, дискриминация, подчинение другого человека себе.

Г. Все ответы верны.

2. Что из перечисленного не является буллингом?

А. Физическое насилие.

Б. Шантаж.

В. Нежелание быть другом.

Г. Распространение ложной информации.

Д. Обидные шутки, бойкот, публичное игнорирование.

Е. Кибербуллинг.

Ж. Угрозы.

3. Какие из перечисленных пунктов не относятся к последствиям буллинга?

А. Депрессия, повышенная тревожность.

Б. Повышение самооценки и налаживание дружеских отношений.

В. Снижение успеваемости в школе, прогулы, отказы учиться.

Г. Острое или посттравматическое стрессовое расстройство, нарушения сна, ночные кошмары.

Приложение 5.2

Для работы в группах

Для группы 1

Правила профилактики травли (буллинга) ребенка (Приказ Министерства просвещения РК № 506 от 21 декабря 2022 г. Глава 1, п. 2)

В настоящих Правилах использованы следующие основные понятия:

1) *травля (буллинг) ребенка* – систематические (два и более раз) действия унижительного характера, преследование и (или) запугивание, в том числе направленные на принуждение к совершению или отказу от совершения какого-либо действия, а равно те же действия, совершенные публично или с использованием средств массовой информации и (или) сетей телекоммуникаций (кибербуллинг);

2) *социальная реабилитация* – комплекс мер, осуществляемый органами и организациями системы профилактики правонарушений, безнадзорности и беспризорности среди несовершеннолетних, направленных на правовое, социальное, физическое, психическое, педагогическое, моральное и (или) материальное восстановление несовершеннолетнего, нуждающегося в специальных социальных услугах;

3) *социальная адаптация* – процесс активного приспособления ребенка, нуждающегося в специальных социальных услугах, к условиям социальной среды путем усвоения и восприятия ценностей, правил и норм поведения, принятых в обществе, а также процесс преодоления последствий

психологической и (или) моральной травмы;

4) *законные представители ребенка* – родители, усыновители (удочерители), опекун, попечитель, патронатный воспитатель, приемные родители, другие заменяющие их лица, осуществляющие в соответствии с законодательством Республики Казахстан заботу, образование, воспитание, защиту прав и интересов ребенка.

Для групп 2, 3:

Правила профилактики травли (буллинга) ребенка (Приказ Министра просвещения РК №506 от 21 декабря 2022 г. п.2, Глава 1).

Глава 2. Порядок проведения профилактики травли (буллинга) ребенка

1. Администрация организации образования обеспечивает деятельность по профилактике и предупреждению травли (буллинга) ребенка и создает условия в образовательной среде, направленные на формирование уважения прав и интересов участников образовательного процесса, культуры нулевой терпимости к травле (буллингу) ребенка.

2. Руководитель организации образования в целях профилактики травли (буллинга) ребенка ежегодно к началу учебного года утверждает План по профилактике травли (буллинга) ребенка (далее – План). План включает сроки, формы завершения, ответственных лиц и следующие мероприятия по:

1) повышению осведомленности обучающихся и воспитанников, педагогов, законных представителей ребенка в вопросах профилактики травли (буллинга) и предупреждению травли (буллинга) путем проведения информационно-разъяснительной работы (беседа, правовой всеобуч, классные часы, родительские собрания, внеурочные мероприятия и др.), не противоречащих интересам обучающихся и воспитанников не реже 1 (одного) раза в четверть;

2) повышению профессиональной компетентности педагогов в учебно-воспитательной работе через их участие в обучающих семинарах (вебинарах), семинар-тренингах, мастер-классах, коучингах, конференциях, форумах, панельных дискуссиях;

3) информированию (в письменной и (или) устной форме) обучающихся и воспитанников, законных представителей ребенка о недопустимости травли (буллинга) ребенка;

4) незамедлительному реагированию на признаки травли (буллинга) в отношении обучающихся и воспитанников в случае ее выявления;

5) оказанию обучающимся и воспитанникам социальной, психолого-педагогической помощи педагогами-психологами, социальными педагогами с регистрацией в журнале учета консультаций педагога-психолога в соответствии с формой в приложении 4 к Приказу Министра образования и науки Республики Казахстан №130 от 6 апреля 2020 г. «Об утверждении Перечня документов, обязательных для ведения педагогами организаций дошкольного воспитания и обучения, среднего, специального, дополнительного, технического и профессионального, послесреднего образования, и их формы» (зарегистрирован в Реестре государственной

регистрации нормативных правовых актов под № 20317);

6) проведению мониторинга воспитательного процесса и условий образовательной среды на предмет соблюдения прав и интересов обучающихся и воспитанников, обеспеченности ресурсами для их обучения, воспитания и безопасного нахождения в организациях образования;

7) рассмотрению на заседаниях коллегиальных органов управления организацией образования с привлечением родительского комитета вопроса предупреждения и профилактики травли (буллинга) среди обучающихся и воспитанников.

Семинар-практикум № 2 для сотрудников организаций образования по профилактике и противодействию буллингу

Цель: тренировка способов реагирования сотрудников организаций образования на случаи травли (буллинга), формирование у них нетерпимого отношения к различным негативным проявлениям по отношению к обучающимся.

Задачи

1. Стимулировать повышение ответственности сотрудников организаций образования за противодействие буллингу в детской среде.
2. Расширить представления сотрудников организаций образования о травле (буллинге), путях профилактики и противодействия ее распространению.
3. Закрепить у сотрудников организаций образования навыки эффективного реагирования на проявления травли (буллинга).

Ресурсы: распечатанные выдержки из Правил профилактики травли (буллинга) ребенка (Приказ Министра просвещения РК №506 от 21 декабря 2022 г.) для работы в группах, слайды.

Участники: технический персонал, медицинский персонал, сотрудники пищеблока, службы охраны организаций образования.

Семинар организуют ответственные члены Антибуллинговой команды.

I. Вступление

Упражнение «Белая ворона»

Ведущий приветствует участников и предлагает сыграть в игру «Белая ворона».

Участнику, желающему стать «белой вороной», предстоит делать обратное тому, что делает группа. А группа повторяет все движения ведущего. «Белая ворона» выходит в центр круга и выполняет все инструкции ведущего наоборот. Например, группа поднимает вверх руки, а «белая ворона» опускает. Вся группа улыбается, «белая ворона» хмурится и т. д. Поднимите руки вверх («белая ворона» опускает), наклонитесь вправо, улыбнитесь и т. д.

Вопросы для участников игры

1. Что вам хотелось сделать по отношению к «белой вороне»?
2. Мешала ли вам «белая ворона»? Отвлекала ли она вас?
3. Как вы чувствовали себя в роли «белой вороны»?
4. Вам было трудно быть не таким, как все?
5. Что бы вы чувствовали, если бы ситуация повторялась регулярно?

Вывод. Часто люди, не похожие на нас или не умеющие за себя постоять, попадают в ситуации, когда их травят, притесняют.

II. Основная часть

1. Групповое голосование «Распознаете ли вы буллинг в учебном заведении?»
Участникам предлагается развить навыки распознавания буллинга в организациях образования.

Задание. Ознакомьтесь с предложенной ситуацией. Выберите один из вариантов ответа и проанализируйте свой выбор. (При выборе варианта

«Буллинг» поднять руку, при выборе варианта «Не буллинг» похлопать в ладоши.)

1. Арман и Айдос дерутся за школой. Арман затеял драку за то, что Айдос выиграл в онлайн-игре.

2. Карлыгаш в столовой проходит мимо столика одноклассников. Они не приглашают ее сесть с ними.

3. Карлыгаш в столовой проходит мимо столика одноклассников. Они не приглашают ее сесть с ними. Они кричат ей, что она слишком толстая, чтобы сидеть с ними рядом, после всей компанией смеются.

4. Серик и Аскар все время разыгрывают одноклассников. Однажды они напугали Айнур, подложив ей в рюкзак игрушечную крысу. Айнур испугалась, но позже посмеялась вместе с остальным классом.

5. Индира пишет Мадине записки о том, что ей лучше не приходиться в школу, поскольку она делает ошибки, которые выдают ее тупость.

2. Ролевая игра «Как победить буллинг»

Ведущий раздает участникам карточки с одной из надписей: Агрессор, Жертва, Наблюдатель, Сотрудники школы/колледжа, член Антибуллинговой команды. (Приложение 5.3)

Задание. Рассмотрите ситуацию. Предположите, что может говорить и чувствовать участник ситуации буллинга, роль которого вам досталась. Предложите решение с точки зрения отведенной вам роли. Презентуйте результат.

Даурен физически слабый ребенок. В школу он приходит под чутким надзором бабушки, хотя учится уже в 6 классе. Одноклассники его недолюбливают, обзывают дохляком и маменькиным сынком.

Раньше Даурен был отличником, так что считался «ботаником». Сейчас его успеваемость снизилась, появились частые пропуски уроков по болезни. Одноклассники играют его «сменкой» в футбол, отбирают бутерброды, ставят подножки. Уроки физкультуры стали адом для Даурена: и мальчики, и девочки заключают пари: «Залезет ли Даурен по канату на самый верх или грохнется на полпути?», «Перепрыгнет через шест или сразу упадет, запнувшись за него?» За партой Даурен один: никто не хочет с ним сидеть.

Жаловаться бессмысленно, а просить помощи не у кого. Законные представители ребенка много работают, и когда все же случается разговор с отцом, он говорит: «Ты же мужик, должен сам разобраться».

3. Мозговой штурм

Проводится на основе проведенной ролевой игры в формате общего обсуждения, когда спикер записывает ответы всех участников.

Вопросы для мозгового штурма

1. Каковы варианты действий ребенка (главного героя)?
2. Что можно посоветовать мальчику?
3. Как поступить родителям?
4. Что необходимо сделать педагогам?
5. Что необходимо сделать сотруднику организации образования

(техперсоналу, сотрудникам пищеблока, службе охраны)?

6. Что нужно сделать членам Антибуллинговой команды?

По завершении мозгового штурма делается вывод (слайд, чек-лист).

В случае выявления буллинга необходимо:

- 1) не оставаться равнодушным, если вы стали свидетелем буллинга;
- 2) остановить ситуацию буллинга с помощью слов, например: «Вы нарушаете закон», «Вы не имеете права обижать другого», «За это предусмотрена ответственность», «Будете отвечать перед законом»;
- 3) успокоить жертву;
- 4) обеспечить безопасность жертве (обратиться за помощью, чтобы обеспечить дальнейшую безопасность жертвы);
- 5) сообщить членам Антибуллинговой команды;
- 6) выступить свидетелем произошедшего.

4. Викторина «Миф или реальность»

Задание. Разберите факты и ответьте, что является правдой, а что нет.

1. Буллинг имеет и положительные стороны. (Нет)
2. Использование нецензурных слов ребенком по отношению к другому является проявлением насилия. (Да)
3. Насилие – это когда видно следы на теле жертвы. (Да)
4. Бьют заслуженно. (Нет)
5. В школе/колледже наиболее распространенное психологическое насилие – использование нецензурных слов одного ребенка по отношению к другому. (Да)
6. Ребенок, который страдает от насилия, должен молчать об этом. (Нет)
7. Ребята (мальчики) склонны к проявлениям насилия больше, чем девочки. (Да)
8. Насилие карается законом РК. (Да)
9. Насилие – это преступление. (Да)
10. Надо молчать, когда кто-то страдает от насилия, буллинга. (Нет)
11. Издевательства, бойкот, игнорирование – это психологическое насилие. (Да)
12. Обидчиком, агрессором может быть только взрослый. (Нет)
13. Буллинг – это длительный процесс сознательного, жестокого обращения со стороны ребенка или группы детей к другому человеку или детям. (Да)
14. Ребенок, который страдает от буллинга, всегда в радостном настроении. (Нет)
15. Часто ребенок, совершающий буллинг, имеет преимущества над своей жертвой (старше, физически сильнее, у него выше авторитет в группе, классе. (Да)

III. Диагностика полученных знаний

Все участники семинара заполняют анкету, которая представлена в разделе «Раздаточный материал» – *Приложение 5.4*).

IV. Заключение

В завершение семинара важно поблагодарить всех участников за

активность, открытость, творчество и сказать, что только совместными усилиями всего коллектива организации образования в сотрудничестве с родителями можно создать благоприятную среду для развития ребенка.

V. Раздаточный материал для ролевой игры

Приложение 5.3

Жертва	Сотрудники
Агрессор	Наблюдатель
Свидетель	Член Антибуллинговой команды

Приложение 5.4

Анкета для выходного тестирования

Просим вас ответить на несколько вопросов. Прежде чем ответить, внимательно прочитайте все варианты ответов и обведите правильный.

ФИО: _____ дата заполнения _____

1. Что такое «буллинг»?

- А. Дискриминация, травля, подразумевает запугивание или же своеобразный физический или психологический террор одних людей по отношению к другим с целью подчинения их себе на почве страха, преднамеренно вызванного преследователями у их жертв.
- Б. Регулярный физический и / или психологический террор в отношении человека.
- В. Притеснение, травля, дискриминация, подчинение другого человека себе.
- Г. Все ответы верны.

2. Что из перечисленного не является буллингом?

- А. Физическое насилие.
- Б. Шантаж.
- В. Нежелание быть другом.
- Г. Распространение ложной информации.
- Д. Обидные шутки, бойкот, публичное игнорирование.
- Е. Кибербуллинг.
- Ж. Угрозы.

3. Какие из перечисленных пунктов не относятся к последствиям буллинга?

- А. Депрессия, повышенная тревожность.
- Б. Повышение самооценки и налаживание дружеских отношений.
- В. Снижение успеваемости в школе/колледже, прогулы, отказы учиться.
- Г. Острое или посттравматическое стрессовое расстройство, нарушения сна, ночные кошмары.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1–4, 5–9, 10–11 КЛАССОВ ШКОЛ и 1–2 КУРСОВ КОЛЛЕДЖЕЙ

Введение

Представленные занятия для родителей обучающихся 1–4, 5–8 и 10–11 классов и 1–2 курсов колледжей направлены на профилактику буллинга и кибербуллинга в образовательной среде. Эти встречи носят неформальный, но при этом глубоко содержательный характер, вовлекая родителей в обсуждение острых социальных проблем, с которыми сталкиваются дети как в реальной, так и в виртуальной жизни.

Основная цель занятий – повышение осведомленности родителей о природе травли в организациях образования, причинах и формах буллинга, а также обучение эффективным способам реагирования и предотвращения подобных ситуаций.

Занятия строятся на интерактивных методах работы: мозговые штурмы, упражнения «Вопрос-ответ», анализ видеоматериалов и ситуационные задания в группах. Родителям предлагается рассмотреть реальные жизненные случаи, вжиться в роли жертвы, агрессора и свидетеля, определить свои действия и выработать рекомендации. Также им предоставляются памятки, чек-листы и советы по обеспечению безопасности детей в интернете и офлайн-среде. Занятие по кибербуллингу для старших классов и 1–2 курсов колледжей отдельно акцентирует внимание на цифровой безопасности, формировании культуры общения в сети, умению различать угрозы и выстраивать грамотное онлайн-поведение.

Эти встречи дают родителям не только знания, но и практические инструменты, которые можно применять сразу после занятия: как поговорить с ребенком, на какие сигналы тревоги обратить внимание, куда обращаться за помощью. Последствия такой работы могут быть крайне позитивными: укрепление эмоционального контакта между родителем и ребенком, повышение уверенности подростков в родительской поддержке, а главное – снижение уровня насилия в организациях образования. Регулярное проведение подобных мероприятий – это шаг к созданию более безопасного и здорового пространства для развития детей.

Занятие для родителей обучающихся 1–4 классов

Что вы знаете про буллинг вашего ребенка?
Ваш ребенок – жертва буллинга или участник?

Цель: формирование у родителей понимания важности создания здоровой, доброжелательной среды в организациях образования и дома.

Задачи

1. Определить необходимость создания и поддержания безопасного

окружения детей.

2. Расширить представления о предпосылках различных проявлений агрессивного поведения детей.

3. Утвердить значимость родительского внимания в ситуациях проявления физического и другого насилия в детском коллективе.

Национальные ценности и качества личности: уважение к людям, благоразумие, позитивная воля, самоуправление, ответственность, креативность, честность, решительность.

Оборудование: мультимедийное оборудование, презентация.

Ресурсы: листы бумаги А4, ручки, ножницы, фломастеры.

Форма проведения: практическое занятие.

План

I. Вводная часть

II. Основная часть

1. Виды агрессивного поведения у детей. Кейсы. Групповое обсуждение

2. Кто участвует в буллинге?

3. Способы разрешения конфликтов в семье. Упражнение «Я – сообщение»

4. Отдых и досуговое поведение ребенка. Гаджеты и угроза кибербуллинга

5. Что делать, если буллинг произошел? Алгоритм действий

6. Упражнение «Выбери правильный ответ»

7. Типология детей и их роли в ситуации буллинга. Присмотритесь к своему ребенку

III. Заключительная часть

Продолжительность занятия – 1 ч.

Хронометраж	Ход занятия
3 мин.	<p>Вводная часть</p> <p>Дорогие родители, с помощью этого занятия мы хотели бы раскрыть тему агрессии и насилия среди маленьких детей.</p> <p>Что такое <i>насилие</i>? Как оно возникает? Что мы, родители, можем сделать, чтобы уберечь наших детей от конфликтов?</p> <p>Сегодня мы рассмотрим несколько способов, которыми родители и педагоги могут работать вместе для достижения этой цели.</p> <p><i>Агрессия</i> – это не врожденная черта, а одна из форм поведения. Агрессивное поведение может возникать у детей в определенных ситуациях или появляться поэтапно. Это не всегда должно вызывать беспокойство. Но следует насторожиться, когда агрессивные проявления выходят из-под контроля, или преобладающий агрессивный тон становится обычным явлением для детей. Это не всегда должно быть физическое насилие. Фактически это самая редкая форма насилия в организациях образования.</p> <p><i>Травля</i> – это болезнь всего коллектива, той среды, которая допускает агрессию из-за отсутствия ценностей бесконфликтного</p>

	общения, уважения к личности, умения договариваться и реализовывать свои потребности экологично. Даже если из класса удалить агрессора или жертву, он не станет здоровым.																	
10 мин.	<p><i>Буллинг – это крайне опасное явление для психики ребенка. Постоянные издевательства, насмешки, унижения и запугивания, характерные для буллинга, могут привести к снижению самооценки, чувства безопасности и уверенности в себе у пострадавшего. Травля вызывает длительный стресс, а вместе с ним тревогу, депрессию, социальную изоляцию, а также снижение успеваемости в организациях образования. Иногда буллинг может привести к развитию психических расстройств и даже к суицидальным мыслям.</i></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Параметр</th> <th>Конфликт</th> <th>Буллинг</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Продолжительность</td> <td>Разовый или краткосрочный</td> <td>Продолжительный</td> </tr> <tr> <td>Наличие цели</td> <td>Есть. Отстоять интересы, получить желаемое, защитить слабого</td> <td>Нет. Агрессору важен сам процесс буллинга</td> </tr> <tr> <td>Свидетели</td> <td>Не всегда</td> <td>Всегда</td> </tr> <tr> <td>Равенство сил жертвы и агрессора</td> <td>Почти равны</td> <td>Неравны. Агрессоров всегда больше</td> </tr> </tbody> </table> <p>А теперь давайте разберем разницу на конкретных примерах. Обсудим три ситуации, которые похожи на буллинг. Все они опасные и неприятные, но не каждая из них травля.</p> <p><i>Обсуждение кейсов.</i> Разделите группу на три команды. Раздайте каждой команде по кейсу. Время на обсуждение 5 мин. По истечении времени представитель каждой команды озвучивает ее мнение.</p> <p><i>Кейс 1.</i> Арман взял у Даурена без спроса тетрадь, чтобы списать домашнюю работу. Даурен возмутился и обозвал Армана. Завязалась драка, в результате которой оба ушли домой с синяками и ссадинами. Весь следующий день мальчики обижались друг на друга и не разговаривали. А еще через день помирились и стали общаться, как раньше.</p> <p><i>Кейс 2.</i> Старшеклассник Канат отобрал у второклассника Дидара деньги. Он подждал Дидара за школьными воротами вне досягаемости видеокамер, оттеснил его в кусты и потребовал деньги, угрожая расправой. Второклассник побоялся рассказать о нападении родителям и сказал, что потерял деньги. Больше Канат и Дидар не виделись.</p> <p><i>Кейс 3.</i> Карине не нравится одноклассница Магира. Чтобы унижить ее, она создает публичный телеграм-канал, где вместе с</p>			Параметр	Конфликт	Буллинг	Продолжительность	Разовый или краткосрочный	Продолжительный	Наличие цели	Есть. Отстоять интересы, получить желаемое, защитить слабого	Нет. Агрессору важен сам процесс буллинга	Свидетели	Не всегда	Всегда	Равенство сил жертвы и агрессора	Почти равны	Неравны. Агрессоров всегда больше
Параметр	Конфликт	Буллинг																
Продолжительность	Разовый или краткосрочный	Продолжительный																
Наличие цели	Есть. Отстоять интересы, получить желаемое, защитить слабого	Нет. Агрессору важен сам процесс буллинга																
Свидетели	Не всегда	Всегда																
Равенство сил жертвы и агрессора	Почти равны	Неравны. Агрессоров всегда больше																

	<p>одноклассниками критикует внешность, поведение, увлечения и семью Магиры. И повторяет то же самое вслух, когда Магира рядом. Кроме того, одноклассники прячут одежду Магиры в раздевалке спортзала и переворачивают ее тарелку с обедом в столовой. Все это длится уже пять месяцев. В итоге Магира отказывается ходить в школу.</p> <p><i>Ответы</i></p> <p><i>Кейс 1. Разовая драка.</i> Ситуация в данном примере не буллинг, потому что у конфликта была конкретная причина, и он быстро закончился. В конфликте силы равны. Даже если одна сторона чувствует, что вторая в чем-то сильнее, то сохраняет возможность найти поддержку и защитить свои интересы. Если же один ребенок не может дать отпор второму (или целому классу), то мы имеем дело с травлей.</p> <p><i>Кейс 2. Эпизодическое нападение.</i> Эту ситуацию тоже нельзя назвать буллингом, потому что здесь нет системности. Канат отобрал деньги в одиночку, однократно и тайком. И еще важно, что у старшеклассника была конкретная цель – отнять деньги. А для буллера важна не цель, а процесс.</p> <p><i>Кейс 3. Заговор против одноклассницы.</i> А эта ситуация – самый настоящий буллинг, потому что длится системно и уже несколько месяцев. И у обидчиков нет материальных целей: они получают удовольствие от процесса.</p>
5 мин.	<p>Кто участвует в буллинге? Информационный блок</p> <p>В буллинге несколько сторон, а именно три типа участников.</p> <p><i>Агрессор.</i> Это инициатор травли. Его еще называют <i>буллером, зачинщиком</i>. В эту же категорию попадают <i>последователи</i> – те самые «друзья», которые подхватывают идеи буллера и активно участвуют в травле. Как только взрослым становится известно о буллинге, обычно наказывают именно агрессора. Однако этому ребенку тоже нужна помощь. Агрессор уязвим и без посторонней помощи выйти из ситуации не может. Травля для него – способ удовлетворить потребность во власти, признании и безопасности.</p> <p><i>Жертва.</i> Это ребенок, которого травят агрессор и его последователи. Не стоит думать, что жертва чем-то виновата в травле: выделяется внешне, не дает отпор. Это не так. Жертвой может стать любой ребенок, и его личностные особенности на это никак не влияют. Кто становится жертвой, подробно обсудим дальше.</p> <p><i>Наблюдатели.</i> Эти участники буллинга не вмешиваются, но смотрят на издевательства. Несмотря на безучастие, им тоже не удается остаться в стороне. Атмосфера в классе отравляет наблюдателей. Некоторые переживают, что не могут помочь жертве. Другие боятся, что и над ними будут издеваться. На самом деле наблюдатели – большая сила. Буллинг происходит с их молчаливого</p>

	<p>согласия. Если они перестанут молчать, коллективно встанут на сторону жертвы, то буллинг прекратится.</p> <p>По сути, буллинг – это не проблема агрессора и жертвы, не их конфликт. Буллинг – проблема коллектива, который молча наблюдает издевательства. Если что-то происходит регулярно, изо дня в день, то становится нормой. На самом деле причина возникновения буллинга – некорректно сформированные ценности всего коллектива. Если в классе будет один ребенок или группа детей, которые открыто вступятся за жертву, то травли не будет.</p> <p>Буллинг всегда асимметричен и неравновесен. На одной стороне находится агрессор, у которого ярко выраженная сила, власть и поддержка. На другой – жертва, только без этих преимуществ. Для уравнивания ситуации жертве нужна поддержка, которую она не получает. Не всегда, но часто жертву отличают высокая чувствительность, низкая самооценка, тревожность и застенчивость или, наоборот, импульсивность.</p>
10 мин.	<p>Способы разрешения конфликтов в семье</p> <p>Конфликты в семье – естественный процесс, но их разрешение может носить словесный или физический характер. Проявление гнева между родителями непременно отражается в поведении детей. Это важный повод для взрослых держать себя в руках, потому что это нужно детям. Мирное решение семейных споров – это также возможность наблюдать, как их родители справляются с негативными эмоциями.</p> <p>Упражнение «Я – сообщение»</p> <p>«Я – сообщение» – это способ коммуникации, при котором человек выражает свои чувства, мысли и потребности, используя формулировку, начинающуюся со слова «Я». Этот метод разработан для более эффективного и конструктивного общения, особенно в ситуациях, когда важно избегать обвинений, оскорблений или обид. Вместо того чтобы использовать «ты» или «он» в обвинительной форме, выражая свои чувства и потребности, связанные с действиями другого человека, «Я – сообщение» ставит акцент на личных ощущениях и реакциях. Это позволяет собеседникам лучше понимать точку зрения друг друга и уменьшает вероятность конфликта.</p> <p><i>Пример «Я – сообщения»:</i> «Я чувствую себя неуютно, когда в комнате не прибрано, потому что мне важен порядок».</p> <p>Разделите участников на пары. Каждый из партнеров должен по очереди перефразировать текст в «Я – сообщение».</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Ты плохо подготовился к урокам!» 2. «Ты слишком много времени сидишь за компьютером!» 3. «Ты опять не надел шапку?!» 4. «Почему никто не помыл посуду после обеда?!» 5. «Уберишься в комнате немедленно!»

	<p>6. «Почему уроки до сих пор не сделаны? Я заберу телефон!»</p> <p>7. «Если оценки за четверть будут плохие, на новый телефон не надейся!»</p> <p>8. «Ты снова потерял шапку? Как мне это надоело!»</p> <p>9. «Что у тебя в портфеле? Когда ты наведешь порядок?»</p> <p>После завершения проведите <i>обсуждение</i>.</p> <p><i>Вопросы</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Какие чувства были выражены? 2. Какие были потребности, выраженные с помощью «Я – сообщений»? 3. Как изменение подхода повлияло на восприятие ситуации? <p><i>Примечание.</i> Важно подчеркнуть, что использование «Я – сообщений» не исключает ответственности за свои действия, но помогает выражать чувства и потребности более конструктивным образом. Упражнение способствует развитию эмоционального интеллекта и созданию более поддерживающей обстановки в семье.</p>
5 мин.	<p>Досуговое поведение. Телевизор, компьютерные игры и кибербуллинг. Информационный блок</p> <p>Многие дети проводят большую часть своего времени перед телевизором и играми на компьютере и смартфоне. У большинства младших школьников уже есть собственный смартфон, телевизор и компьютер или игровая консоль в комнате. Игры не следует демонизировать по всем направлениям. В большинстве своем они предлагают новый фантастический мир для детей, много информации и идей, развивают мыслительные способности, дают возможность погружаться в разные реальности.</p> <p>Однако исследования показывают, что демонстрация насилия способствует готовности применять насилие. Вы как родители должны контролировать использование социальных сетей и средств массовой информации своими детьми. Не забывайте об этой важной ответственности родителя.</p>
10 мин.	<p>Как понять, что ребенок подвергается буллингу?</p> <p>Родители не всегда знают, что ребенка в школе травят, потому что дети могут стыдиться своего униженного положения, беречь родительские чувства или просто отчаялись получить поддержку. Даже если ребенок молчит и ничего не рассказывает, важно к нему присмотреться.</p> <p><i>Косвенные признаки буллинга</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Следы насилия: синяки, царапины, испорченные вещи, потерянные деньги. 2. Дети зовут ребенка по прозвищу, а не по имени. 3. Ребенок избегает коллективных мероприятий. 4. Школьник не общается со сверстниками, держится ближе к взрослым.

5. Ребенок ищет повод не ходить в школу.
6. Снижение успеваемости.
7. Плохой аппетит, нарушение сна, головная боль и другие признаки стресса.

Если вы заметили только один из этих признаков, рано делать вывод, что ребенка травят. При буллинге все эти признаки проявляются в комплексе. В любом случае важно спокойно вывести ребенка на разговор. Можно поговорить с родителями одноклассников. Возможно, кто-то даст вам полезную информацию.

Чего нельзя делать, когда ваш ребенок подвергается буллингу?
Упражнение «Выбери верный ответ!»

Все участники голосуют за ответы. Ведущий разбирает ответы по мере набора голосов.

Если вы считаете, что ваш ребенок подвергается буллингу, надо:

1. Подождать, когда ребенок сам решит проблему.
2. Разобраться с ребенком, как он допустил такое.
3. Подготовить ребенка, как дать сдачи агрессорам.
4. Разобраться с детьми, которые обидели вашего ребенка.
5. Написать жалобу на администрацию школы/колледжа.
6. Пойти в школу и разобраться в ситуации.
7. Связаться с родителями детей, которые обижают вашего ребенка.
8. Поменять школу.

Теперь обсудим наиболее распространенные ошибки родителей, которые не решают, а только усугубляют проблему буллинга.

Пустить проблему на самотек. Это самая наивная реакция. Не надо думать, что проблема решится сама по себе. Агрессор без помощи специалиста не остановится. Наблюдатели уже привыкли к происходящему и решили, что так и должно быть. А жертва находится в подавленном стрессовом состоянии и не может противостоять толпе.

Осуждать ребенка. Это самое болезненное, что можно сделать. Если еще и родители будут осуждать ребенка, ему будет тяжелее вдвойне. Условно, если ребенка травят за синие волосы, а вы уговаривали его отказаться от этой затеи, необходимо воздержаться от фраз в стиле: «А мы тебе говорили, предупреждали, что так и будет». Человек имеет право отличаться от других – этим он и прекрасен. А вот терпеть насмешки и издевательства не должен.

Советовать «дать сдачи». Это не поможет, потому что не затрагивает глубинную суть проблемы и может вывести конфликт на уровень физической агрессии.

Пойти «разбираться» с детьми. Почти наверняка дети не станут вас слушать. А оскорблять и бить детей нельзя – это уголовно наказуемо. И главное – такое повышенное внимание взрослых не решит проблему, а только раззадорит обидчиков.

	<p><i>Переусердствовать с обвинениями школы/колледжа.</i> Это тоже неконструктивно. Если набрасываться с обвинениями, педагоги встанут в позицию защищающихся. И это не поможет партнерству. Рациональнее и эффективнее – разговаривать с учителями на равных.</p> <p><i>Первая помощь жертве буллинга в школе</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Заверяем ребенка, что понимаем его чувства: каждый может стать жертвой, и никто этого не заслуживает. 2. Говорим, что готовы выслушать и безоговорочно поддержать. 3. Напоминаем, что в любой ситуации мы на стороне ребенка. 4. Спрашиваем, что произошло, не прерываем рассказ (даже если мы в шоке и горим желанием прямо сейчас наказать виновных). Просто слушаем. 5. Сопереживаем эмоциям, даем ребенку почувствовать, что понимаем, насколько это неприятно. 6. Благодарим за то, что ребенок поделился своей историей. Объясняем, как важно делиться опытом со взрослыми, которым доверяешь. Именно это помогает решить проблему и найти поддержку. <p>Позитивный план</p> <p><i>Шаг 1.</i> Разговариваем с ребенком. Выясняем обстоятельства произошедшего и поддерживаем.</p> <p><i>Шаг 2.</i> Говорим с классным руководителем и педагогом-психологом. Задача – найти союзника в лице школы/колледжа. Но при этом твердо квалифицируем происходящее как буллинг.</p> <p><i>Шаг 3.</i> Вырабатываем план действий с педагогом и психологом. Проявляем настойчивость. Возможно, школе невыгодно признавать произошедшее буллингом.</p> <p><i>Шаг 4.</i> Следим за реализацией запланированного. Регулярно приходим в школу, встречаемся с психологом и классным руководителем.</p>
5 мин.	<p>Типология детей и их роли в ситуации буллинга. Присмотритесь к своему ребенку</p> <p><i>Адекватная самооценка против насилия.</i> Сильные дети часто могут разрешать конфликты без насилия. И под «сильными» мы подразумеваем не мышцы, а сильную личность. Дети, которые с раннего возраста чувствуют, что их в семье принимают и любят, успешно развивают устойчивую самооценку. Ребенок с адекватной самооценкой выдерживает иногда несправедливость без ответного удара. Его нелегко запугать.</p> <p><i>Жертва.</i> Ребенок, которого избивают или унижают, чувствует себя маленьким и неполноценным. Самооценка детей также страдает, когда родители призывают их к дисциплине при каждом удобном случае, не упускают возможности упрекнуть, что только из-за них допустили ошибку или что-то пошло не так. Чем чаще вы нарушаете</p>

	<p>границы ребенка, тем глубже он травмируется. Поэтому на родителях лежит большая ответственность.</p> <p>Взрослые тоже проходят процесс обучения на разных этапах своего родительства. Если у ребенка есть негативный опыт семьи, то он может продолжаться и углубляться в школе. Так же как положительный опыт может укрепить самооценку «слабого» ребенка в детском саду и школе.</p>
2 мин.	<p>Заключительная часть</p> <p><i>Как родители могут поддержать детей?</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Обратите внимание на некоторые моменты, которые говорят о необходимости помочь. 2.Если у вас сложилось впечатление, что ваш ребенок нестабилен. 3.Если вы считаете, что ваша точка зрения несомненно верная, наблюдайте за своим поведением. 4.Старайтесь всегда быть рядом с ребенком. 5.Принимайте его с уважением. 6.Слушайте своего ребенка и обязательно находите время для разговоров и игр. 7.Пытайтесь демонстрировать свою радость по поводу его успехов и позитивного поведения даже в суете повседневной жизни.

Занятие для родителей обучающихся 5–9 классов

Буллинг: признать, выявить, остановить

Цель: формирование представлений родителей о буллинге в подростковой среде и возможностях его предупреждения.

Задачи

1. Раскрыть значимость миссии родителя в организации образования при профилактике буллинга.
2. Сформировать активную педагогическую позицию родителей.
3. Оказать практическую методическую помощь родителям в случаях возникновения фактов буллинга в детской среде.

Национальные ценности и качества личности: благоразумие, уважение, истина, открытость, единство.

План

1. Актуальность проблемы буллинга среди подростков
2. Просмотр видеоролика
3. Упражнение «Ассоциации»
4. Мозговой штурм «Проблемы, которые нас волнуют»
5. Информационный блок
6. Групповая работа с карточками
7. Упражнение «Вопрос–ответ»
8. Подведение итогов
9. Заключение. Рефлексия

Методы: создание проблемных ситуаций, использование аудио-, видеосопровождения, интерактивных методов обучения.

Ресурсы: интерактивная доска, карточки (по Д. Олвеусу), маркеры, рефлексивный лист, видеоролик, чек-листы НАО «ННПИБД «Өркен».

Хронометраж	Содержание
5 мин.	<p>Актуальность проблемы буллинга среди подростков</p> <p><i>Педагог:</i> Добрый день, уважаемые родители! Мы рады приветствовать вас на занятии по профилактике буллинга. На нашем занятии мы познакомимся с понятиями <i>буллинг</i>, <i>кибербуллинг</i>, основными их характеристиками, постараемся найти ответы на вопросы: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок подвергся буллингу / кибербуллингу? Что делать, чтобы таких ситуаций не возникало?»</p> <p>Одной из актуальных проблем последнего времени является рост числа актов насилия, совершаемых несовершеннолетними. В современном образовании, как отмечают эксперты, все чаще наблюдаются жестокость во взаимоотношениях детей, унижения и насмешки, которые становятся причиной личностных деструкций, депрессивных состояний.</p>

2 мин.	<p>Просмотр видеоролика с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен» на тему «Мы против буллинга» по ссылке: https://www.youtube.com/watch?v=tZbNy6GU9RM</p> <p>Информационный блок</p> <p><i>Слайд.</i> Согласно статистическим данным, в современных казахстанских школах:</p> <ul style="list-style-type: none"> • более 17% детей время от времени подвергаются буллингу; • 6,8 % опрошенных подростков два-три раза в месяц испытывают травлю и запугивание со стороны окружающих; • 14,1 % детей в возрасте 11–15 лет признались, что сами участвовали в буллинге по отношению к сверстникам; • только 2% детей, подверженных травле, рассказывали о случившемся своим родителям; • показатели участия в буллинге среди мальчиков выше, чем среди девочек. <p>В мае 2022 г. Касым-Жомарт Кемелевич Токаев подписал Закон о защите прав ребенка. Проект, преподнесенный депутатами как законодательные меры по защите несовершеннолетних от травли, позволяет властям обязать владельцев социальных сетей и мессенджеров удалять противоправный контент с признаками травли, буллинга ребенка.</p> <p>Упражнение «Ассоциации»</p> <p><i>Педагог:</i> Какие у вас возникают ассоциации со словами <i>буллинг, кибербуллинг?</i> (<i>Родители высказываются по желанию.</i>)</p>
10 мин.	<p>Мозговой штурм «Проблемы, которые нас волнуют»</p> <p><i>Цель:</i> определение круга рабочих ситуаций, актуализация вопросов, которые участникам хотелось бы проработать на занятии.</p> <p>Родители делятся на группы. Каждой группе необходимо определить круг проблем касательно буллинга, которые могут возникать у подростков. По окончании работы обсуждение и анализ полученных результатов. Педагог раскрывает основу содержания темы.</p> <p>Информационный блок</p> <p><i>Слайд.</i> <i>Буллинг</i> (от англ. <i>bullying</i> – «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.</p>
2 мин.	<p><i>Слайд.</i> Выделяют следующие виды буллинга.</p> <p><i>Психологическое (моральное) насилие</i></p> <p><i>Вербальный</i> (насмешки, присвоение кличек, бесконечные замечания и необъективные оценки, высмеивание, унижение в присутствии других детей, угрозы физической расправы, шантаж, угроза пожаловаться взрослым, перестать дружить, вымогательство, доносительство, клевета,</p>

оскорбления, обзывательства и т. д.).

Социальное исключение (бойкот, отторжение, изоляция, отказ от общения с жертвой (с ребенком отказываются играть, заниматься, не хотят с ним сидеть за одной партой)).

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.

Физическое насилие – избиение, нанесение ударов, подзатыльники, порча и отнимание вещей, воровство.

Педагог: По данным различных источников, наиболее распространен первый вид буллинга.

Как показали исследования, в средних 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 девочек.

Групповая работа с карточками

Участники делятся на 3 группы (агрессор, жертва, свидетели). Им раздаются карточки (таблица Д. Олвеуса). Педагог предлагает родителям заполнить недостающие графы.

Педагог: Существует несколько различных вариаций наименований участников буллинга. Одна из них предложена Д. Олвеусом и считается эталонной с точки зрения охвата всех действующих лиц:

- 1) агрессор и все его последователи;
- 2) жертва;
- 3) свидетели (защитники и наблюдатели).

10
мин.

АГРЕССОРЫ
Кто они?
<i>Последователи агрессора</i> – лица, активно поддерживающие травлю, участвующие в ней, но не являющиеся инициаторами. <i>Пассивные агрессоры</i> – лица, поддерживающие травлю, но не участвующие и не иницирующие ее начало.
Что делают?
Родители заполняют.
СВИДЕТЕЛИ
Кто они?

5 мин.	Родители заполняют.
	Что делают?
	1) Не предпринимают действий по прекращению травли. 2) Проявляют безразличное отношение к травле. 3) Предпринимают меры по ее прекращению или помощи жертве.
	ЖЕРТВА
	Кто она? Это ребенок:
	1) с нетривиальным мышлением (так называемые «белые вороны»); 2) с девиантным поведением, низкой успеваемостью; 3) из семьи с низким заработком или социальным статусом; 4) из семьи с высоким заработком и материально обеспеченной.
	Почему он становится жертвой?
	Родители заполняют.
	<p>Ответ: Агрессоры – это дети, которые имеют сильную потребность в доминировании и подчинении других, отличаются импульсивностью. Они демонстрируют агрессию и неподчинение по отношению к взрослым (учителям, родителям), не проявляют сочувствия к жертвам и чаще бывают физически сильнее сверстников.</p> <p>Ответ: Свидетели – это дети, которые могут занимать разные позиции: потенциальные защитники, наблюдатели или активные защитники. Одни не одобряют насилие, но не вмешиваются, другие остаются в стороне, а защитники проявляют негативное отношение к буллингу и стараются помочь жертве.</p> <p>Ответ: Жертва – это ребенок, который чаще всего отличается осторожностью, застенчивостью, замкнутостью, повышенной тревожностью и неуверенностью в себе. У таких детей низкая самооценка, они более подвержены депрессиям, чем сверстники, и часто не имеют близких друзей.</p> <p>Упражнение «Вопрос–ответ». Родители выбирают правильные ответы.</p> <p><i>Педагог:</i> Почему дети не обращаются за помощью? Как вы думаете? Если вы согласны, хлопаете, не согласны – топаете.</p> <p><i>Вопросы</i></p> <p>1. Хотят справиться с этим самостоятельно. (Правильно)</p>

	<p>2. Хотят быть авторитетом. (Неправильно)</p> <p>3. Могут бояться реакции обидчика. (Правильно)</p> <p>4. Хотят установить доверительные отношения с буллером. (Неправильно)</p> <p>5. Опасаются, что накажут за слабость. (Правильно)</p> <p>6. Чувствуют, что никто о них не заботится. (Правильно)</p> <p>7. Могут опасаться, что сверстники их отвергнут. (Правильно)</p> <p><i>Педагог:</i> Как понять, что ребенок стал жертвой буллинга? Определите симптомы. Если вы согласны, хлопаете, не согласны – топаете.</p> <p>Ваш ребенок</p> <p>1) Неохотно идет в школу и рад любой возможности не ходить туда. (Правильно)</p> <p>2) Возвращается из школы/колледжа радостным. (Неправильно)</p> <p>3) Часто плачет без очевидных причин. (Правильно)</p> <p>4) Всегда говорит о своих одноклассниках. (Неправильно)</p> <p>5) Очень мало говорит о своей школьной жизни. (Правильно)</p> <p>6) Одинок, его никто не приглашает в гости, на дни рождения, и он никого не хочет позвать к себе. (Правильно)</p> <p><i>Педагог:</i> Каковы возможные последствия для жертвы? Социальная изоляция, асоциальное поведение, тревожные расстройства, психосоматика, ПТСР (посттравматическое стрессовое расстройство), риск суицида.</p> <p>Работа в группах. Упражнение «Красный – желтый – зеленый»</p> <p>Родители выбирают карточки красного, желтого, зеленого цвета и по цветам делятся на группы.</p> <p>Если у участника красная карточка, то он попадает в группу «Жертва».</p> <p>Если у участника желтая карточка, он попадает в группу «Агрессор».</p> <p>Если у участника зеленая карточка, он попадает в группу «Свидетели».</p> <p>Сейчас мы с вами поработаем в группе и постараемся найти ответы на следующие вопросы.</p> <p><i>Группа «Жертва».</i> <i>Задание.</i> В ходе групповой дискуссии постарайтесь найти ответ на вопрос: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок – жертва?» Разработайте рекомендации.</p> <p><i>Группа «Агрессор».</i> <i>Задание.</i> В ходе групповой дискуссии постарайтесь найти ответ на вопрос: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок – буллер?» Разработайте рекомендации.</p> <p><i>Группа «Свидетели».</i> <i>Задание.</i> В ходе групповой дискуссии постарайтесь найти ответ на вопрос: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок стал свидетелем буллинга?» Разработайте рекомендации.</p> <p>После обсуждения представители каждой группы высказываются по</p>
15 мин.	
2 мин.	

данному вопросу и презентуют рекомендации.

Педагог подводит обсуждение родителей к конкретным рекомендациям и предлагает чек-листы.

Чек-листы для родителей по профилактике буллинга

<https://cloud.mail.ru/public/PZWh/t1btZyGaW/%D0%91%D1%83%D0%BB%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B3%20%D1%87%D0%B5%D0%BA-%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D1%8B%20%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8F%D0%BC>

Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок подвергся буллингу (жертва)?

1) Попытаться понять истинную причину травли: внешность ребенка, особенность его поведения. Убедиться, что наш ребенок действительно стал жертвой школьного буллинга.

2) Сообщить о ситуации классному руководителю, школьному психологу. Сообща найти пути выхода из сложившейся ситуации.

3) Если ребенок пережил насилие, напуган и потрясен случившимся, оставьте его на один день дома, не водите в школу. При сильно пережитом стрессе попытаться перевести ребенка в другой класс или даже в другую школу.

4) 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».

5) Разговаривать с ребенком, обсуждать ситуацию в спокойном и деловом тоне. Выражать сочувствие без оценок и комментариев. Дать понять, что это всего лишь одна из проблем, для которой необходимо найти решение.

2 мин.

6) Рассказать о своем успешном опыте в решении подобных ситуаций, о случаях, когда другим детям удалось не обижаться и не злиться сильно.

7) Сообщить о ситуации классному руководителю, школьному психологу. Выступить на ближайшем родительском собрании, стараясь не обвинять, а призывать родителей объединить усилия для того, чтобы травля не стала традицией в классе.

8) Не спешить с требованиями «Не будь трусом», «Дай сдачу». 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.

9) Зная причины и последствия буллинга, уважаемые родители, примите правильное решение и все необходимые меры, чтобы ваш

	<p>ребенок был полноценной личностью нашего общества.</p> <p><i>Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок буллер (агрессор)?</i></p> <p>Чек-листы для родителей по профилактике буллинга https://cloud.mail.ru/public/PZWh/t1btZyGaW/%D0%91%D1%83%D0%BB%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B3%20%D1%87%D0%B5%D0%BA-%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D1%8B%20%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8F%D0%BC</p> <p>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, которая 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 уничтожит доверие между ребенком и взрослым. Вам нужно попытаться заменить желание ребенка причинять вред другим желанием быть добрым к другим.</p>
<p>2 мин.</p>	<p>Как этого добиться?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Позвольте ребенку увидеть то, что он сделал неправильно, и помогите найти способы исправить это. 2) 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. 3) Постарайтесь не дать возобладать над вами чувству стыда за то, что делает ваш ребенок. 4) Говорите с ребенком о его действиях, задавайте такие же открытые, честные вопросы, которые вы задавали бы, если бы он был жертвой буллинга. 5) Так вы преодолеете его защитную реакцию, поймете его истинную мотивацию, сохраните контакт с ребенком и поможете ему самому разобраться в себе.
<p>2 мин.</p>	<p>6) 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.</p> <p>7) Развивайте эмпатию.</p> <p><i>Что сделать, чтобы не допустить ситуаций травли?</i></p> <p>Чек-листы для родителей по профилактике буллинга https://cloud.mail.ru/public/PZWh/t1btZyGaW/%D0%91%D1%83%D0%BB%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B3%20%D1%87%D0%B5%D0%B</p>

[BA-
%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D1%8B%20%D1%80%D0%BE
%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8F%D0%BC](https://cloud.mail.ru/public/PZWh/t1btZyGaW/%D0%91%D1%83%D0%B%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B3%20%D1%87%D0%B5%D0%BA-%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D1%8B%20%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8F%D0%BC)

Наладить контакты с учителями и одноклассниками.

1) Приглашать одноклассников в гости, особенно тех, кому он симпатизирует.

2) Повышать самооценку ребенка; в случаях завышенной самооценки объяснять ему, что это не надо показывать окружающим, что у любого человека есть недостатки и достоинства; помочь ребенку стать членом классного коллектива, а не просто ходить учиться.

3) Создать эмоционально благоприятную атмосферу в семье, вовлекать 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 обнимать, целовать и т. д.).

4) Внимательно относиться к эмоциональному состоянию ребенка.

Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок стал свидетелем буллинга?

Чек-листы для родителей по профилактике буллинга
[https://cloud.mail.ru/public/PZWh/t1btZyGaW/%D0%91%D1%83%D0%B%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B3%20%D1%87%D0%B5%D0%BA-
BA-
%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D1%8B%20%D1%80%D0%BE
%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8F%D0%BC](https://cloud.mail.ru/public/PZWh/t1btZyGaW/%D0%91%D1%83%D0%B%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B3%20%D1%87%D0%B5%D0%BA-%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D1%8B%20%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8F%D0%BC)

1) Обстоятельно поговорите с подростком. Узнайте подробнее, что и как происходит в классе, попросите в точности описать то, чему он был свидетелем. И, главное, как он относится к действиям агрессора, поведению жертвы, как видит ситуацию в целом, что считает правильным, а с чем в корне не согласен. Отдельно и очень подробно поговорите о том, почему он выбрал роль свидетеля (например, боится гнева «лидера»), и почему мог утаивать происходящее от взрослых (не хотел быть «стукачом»).

2) Относитесь со всей серьезностью к тому, что подросток может думать: внимательно слушайте, не навязывая свой опыт, и узнайте, как, с его точки зрения, стоит поступить. В случае наличия заблуждений аргументированно возражайте.

3) Старайтесь делать упор не на том, кто виноват, а что делать. Определите, каким свидетелем ваш ребенок является: поддерживающим, наблюдателем или сочувствующим, и объясните, почему это проблема не конкретных людей, а всего коллектива. Нельзя обвинять подростка в молчании или поддержке агрессии – так он почувствует осуждение и отчуждение. Лучше сосредоточьтесь на

3 мин.

совместной выработке стратегии. Основное внимание уделяйте мыслям ребенка. Разделите ответственность: подумайте, что способен сделать подросток, а что лучше доверить взрослым – вам или педагогам. В случае возникновения у подростка сомнений и опасений разберите их вместе, развернуто представив последствия тех или иных шагов.

4) Обязательно сообщите подростку о своих намерениях. Если подросток доверился и рассказал о фактах буллинга в классе, объясните, почему вы должны будете поговорить с учителем или администрацией, достигните соглашения по этому поводу. Без их помощи проблему практически невозможно решить. В противном случае (без предупреждения) такой шаг может быть расценен как предательство с вашей стороны. Также убедите дочь или сына в том, что рассказанное не будет известно одноклассникам: информация только для работников школы/колледжа.

5) Поддержите решение подростка стать «защитником». Как в буллинг-структуре вызывают детей, выступающих против травли: либо они вступают в противостояние с буллером, открыто становясь на сторону жертвы, либо стараются прекратить сами издевательства (например, обратившись к учителю), либо успокаивают подвергнувшегося травле, дружат с ним. Согласно данным, если в самые первые моменты травли вмешивается защитник, то она способна тут же завершиться. Поэтому, чувствуя готовность своего ребенка защищать, уверьте его в однозначной пользе такой роли и обсудите, что конкретно он может делать.

Подведение итогов

Педагог: Уважаемые родители, уделяйте внимание подростку как можно чаще: берите за руку, обнимайте, гладьте по голове. Говорите, что вы его любите. Ребенок будет чувствовать себя любимым. 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/колледжа или направление в какую-либо внешнюю службу поддержки. Так, например, возможны контакты с социальной службой, судебными органами или службой телефона доверия для детей «Служба поддержки 111».

Заключение. Рефлексия

Педагог: Уважаемые родители, мы с вами рассмотрели вопросы, связанные с буллингом в школе и способами помощи детям, оказавшимся в такой ситуации. Предлагаю дать обратную связь.

Рефлексия

Участники дают обратную связь, высказываются по кругу: что было полезным, мое настроение в конце занятия...

Заполняются рефлексивные листы.

Надеемся, что посещение данного занятия было для вас интересным и полезным!

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 занятиях?

Занятие для родителей обучающихся 10–11 классов школ и 1–2 курсов колледжей

Профилактика кибербуллинга: формирование безопасного поведения детей в киберпространстве

Цель: ознакомление родителей с рисками и последствиями кибербуллинга, оказание практической помощи по его предотвращению в подростковой среде.

Задачи

1. Раскрыть значимость миссии родителя в организации образования при профилактике кибербуллинга.
2. Научить умениям и навыкам по предотвращению фактов кибербуллинга среди детей.
3. Оказать практическую методическую помощь родителям в случаях возникновения фактов травли детей в социальных сетях.

Ожидаемые результаты

1. Повышается уровень знаний родителей об актуальности проблемы кибербуллинга и его последствиях в жизни детей.
2. Родители овладевают методами диагностики выявления фактов травли детей, способами оказания им психологической поддержки.
3. Устраняется синдром депрессии и негативного эмоционального состояния детей, попавших в ситуации кибербуллинга.

Национальные ценности и качества личности: благоразумие, уважение к людям, истина, открытость, единство, взаимопонимание.

План

1. Мозговой штурм. Актуальность проблемы кибербуллинга среди подростков
2. Упражнение «Вопрос–ответ»
3. Информационный блок
4. Ситуационные вопросы. Практическая часть. Упражнение в группах
5. Чек-лист «Как помочь ребенку справиться с кибербуллингом в соцсетях?»
6. Задание «Кодекс виртуальной безопасности»
7. Просмотр видеоролика «Правила защиты от кибербуллинга»
8. Чек-лист «Советы родителям для обеспечения безопасности детей»
9. Подведение итогов
10. Заключение. Рефлексия

Ресурсы: интерактивная доска, чек-лист, карточки, листы А4, маркеры, памятки, видеоролики, чек-листы НАО «ННПИБД «Өркен».

Хроно-метраж	Содержание
2 мин.	<i>Педагог:</i> Добрый день, уважаемые родители! Мы рады приветствовать вас на занятии по профилактике кибербуллинга. 1. Мозговой штурм. Актуальность проблемы кибербуллинга среди подростков

2 мин.	<p>В процессе мозгового штурма родителям предлагается назвать как можно больше слов / выражений, которые ассоциируются у них с понятием <i>кибербуллинг</i>. Ответы записываются на доске или флипчарте.</p> <p>Информационный блок</p> <p>Родителям дается краткая информация по кибербуллингу, приводится небольшая статистика о распространенности этого явления в нашей стране по данным казахстанских экспертов.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Более 17% детей в Казахстане подвергаются буллингу / кибербуллингу. 2) 6,8% опрошенных подростков два-три раза в месяц испытывают травлю и запугивание со стороны окружающих. 3) 14,1% детей и подростков в возрасте 11–17 лет признались, что сами участвовали в кибербуллинге по отношению к сверстникам. 4) 46% подростков стали свидетелями агрессивного онлайн-поведения. 5) 46% получали агрессивные сообщения. 6) 48% подростков в возрасте 14–17 лет становились жертвами груминга (от английского «уход», «ухаживание» – долговременное установление взрослым близких, доверительных отношений с ребенком с целью завоевания доверия и последующего соращения). 7) 54% подростков, особенно девочек, страдают от оскорблений в интернете. 8) 90% детей идут на встречу с незнакомцем из сети с большим удовольствием, чем с одноклассниками. <p>Законом от 3 мая 2022 г. «О внесении изменений и дополнений в некоторые законодательные акты по вопросам защиты прав ребенка, образования, информации и информатизации» в Законы «О правах ребенка в Республике Казахстан» и «Об образовании» введены понятия <i>травля (буллинг), кибербуллинг</i>.</p> <p>Уполномоченным органом по разработке и утверждению Правил по профилактике травли (буллинга) ребенка является Министерство просвещения.</p>
4 мин.	<p>2. Упражнение «Вопрос–ответ»</p> <p><i>Целеполагание:</i> для активизации познавательного интереса аудитории задаются вопросы, происходит обсуждение ответов.</p> <p><i>Вопросы</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Как вы думаете, насколько распространен кибербуллинг у нас в стране? 2. Вы или ваш ребенок сталкивались с кибербуллингом? Можете рассказать об этом случае? 3. Стоит ли обсуждать эту проблему? Почему? 4. Можно ли как-то обезопасить себя и ребенка от этого явления? <p>Педагог делает вывод: <i>кибербуллинг действительно является</i></p>

	<p><i>опасностью, с которой может столкнуться каждый ребенок. Современным детям необходимо знать правила, как действовать в этой ситуации, чтобы не стать жертвой кибербуллинга.</i></p> <p>В некоторых случаях хулиганы из соцсетей бывают настоящими мошенниками и крадут вещи, фотографии детей, которые мы разместили на своей странице. Обучающимся школ и колледжей необходимо знать правила безопасного поведения в сети, чтобы не стать жертвами киберхулиганов.</p> <p>3. Информационный блок</p> <p><i>Слайд. Кибербуллинг</i> (от английского <i>bull</i> – «бык» с родственными значениями: агрессивно нападать, задирать, провоцировать) – это преднамеренное, систематическое агрессивное поведение со стороны одного человека или группы против жертвы с целью нанесения психологического вреда, который осуществляется через сервисы мгновенных сообщений, в соцсетях, на web-сайтах, через электронную почту, а также посредством мобильной связи.</p> <p>Просмотр видеоролика с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД» на тему «Кибербуллинг» по ссылке: https://youtu.be/IOcKm5lfalo?si=6SyB-B2qqmLblzWd</p>
2 мин.	
1 мин.	<p><i>Педагог:</i> Какие основные действия характеризуют кибербуллинг? Если вы согласны, хлопаете, не согласны – топаете.</p>
5 мин.	<ol style="list-style-type: none"> 1) Удары, толкание (неправильно) 2) Надувательство, выманивание конфиденциальной информации и ее распространение (правильно) 3) Нападки, постоянные изнурительные атаки (правильно) 4) Физическое насилие (неправильно) 5) Клевета (правильно) 6) Самозванство, перевоплощение в определенное лицо (правильно) 7) Флейминг: перепалки, разжигание споров, публичные оскорбления, эмоциональный обмен репликами (правильно) 8) Избиение, принуждение (неправильно) 9) Отчуждение (правильно) 10) Киберпреследование (правильно) 11) Хеппислепинг – сравнительно недавно появившаяся форма кибербуллинга: снятие видеороликов, в которых агрессоры избивают жертву или издеваются над ней, а затем «заливают» ролики в интернет, разумеется, без согласия пострадавшего (правильно) <p><i>Педагог:</i> Назовите причины возникновения кибербуллинга. Если вы согласны, хлопаете, не согласны – топаете.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Стремление к превосходству (правильно) 2) Высокий уровень развития эмпатии (неправильно) 3) Зависть (правильно) 4) Субъективное чувство полноценности (неправильно)

<p>10 мин.</p>	<p>5) Развлечение (правильно) 6) Благополучные семейные взаимоотношения (неправильно) 7) Месть (правильно) Слайд. <i>Что можно отнести к факторам риска?</i> 1. Недостаточное внимание родителей к активности своих детей 2. Восприятие внутриколлективного климата как негативного 3. Опыт участия в физической травле 4. Отвержение сверстниками Слайд. <i>Какие могут быть последствия для подростка?</i> Изоляция, страх, беспокойство, чувство бессилия, депрессия, унижение, злость, желание отомстить, шантаж, отсутствие интереса к жизни и учебе (в школе или колледже), психосоматические заболевания, риск доведения до суицида. Слайд. <i>Как распознать, что подросток подвергается кибербуллингу?</i> Наблюдайте внимательно за подростком. Присмотритесь к эмоциональному состоянию детей, так как у некоторых из них могут быть сложности с высказыванием своей тревоги. Слайд. <i>Знаки, на которые стоит обратить внимание</i> 1) Страх ходить в школу/колледж или выходить во двор 2) Тревога и / или волнение 3) Малое количество друзей в школе/колледже и за их пределами 4) Внезапная потеря друзей 5) Потеря или исчезновение одежды, гаджетов, других личных вещей 6) Низкая успеваемость 7) Часто просит денег 8) Пропуск уроков 9) Звонки из школы/колледжа с просьбой разрешить вернуться домой 10) Стремление держаться рядом со взрослыми 11) Плохой сон, кошмары 12) Жалобы на головные боли, боли в животе или другие физические недомогания 13) Плохое настроение после проведения времени в интернете 14) Становится необычайно скрытным, особенно когда дело доходит до онлайн-опыта 15) Агрессия, вспышки гнева 4. Ситуационные вопросы. Практическая часть. Упражнение в группах Педагог делит родителей на две группы. Каждой группе предлагается ситуация. Нужно разобрать ее, придумать способы опасного и безопасного действия в ней. Родители должны сказать, что нужно делать в данной ситуации.</p>
----------------	---

Группа 1. Ситуационная задача. Асия 16 лет. Она сделала селфи и выложила его на свою страницу в социальных сетях. Через пять минут селфи прокомментировали пять пользователей. Среди них подписчики Асии, в том числе ее одноклассники/одногоруппники. К вечеру фотография появилась в группе класса в WhatsApp. Кто-то написал неприятные комментарии к ней. Асия пыталась защититься, а затем покинула группу. Одноклассница/одногоруппница в личном сообщении посоветовала девочке не обращать внимания, потому что до завтра все успокоится. Еще кто-то в личном сообщении спросил девочку, испугалась ли она. Не все одноклассники/одногоруппники писали неприятные комментарии.

Группа 2. Ситуационная задача. Алихану 17 лет. Он очень любит танцевать, но в связи с пандемией занятия в танцевальной студии не проводились. Как-то по просьбе одноклассницы/одногоруппницы он показал ей несколько танцевальных движений. В это время кто-то снял видео. К вечеру созданный в TikTok ролик с танцем Алихана попал в несколько социальных сетей, в которых присутствуют его одноклассники/одногоруппники. Кто-то даже провел опрос, хорошо ли танцует молодой человек. В последующие дни ролик распространили много пользователей, комментарии к нему были не слишком приятные. Алихан очень расстроился и решил бросить танцы.

Вопросы для обсуждения

- 1) О ком идет речь?
- 2) Как поступает каждый персонаж: пользователь-жертва, пользователь-шутник, дружелюбный пользователь, виртуальные свидетели?
- 3) Кто пострадал в данных ситуациях?
- 4) Кому было неприятно?
- 5) Почему произошедшее можно назвать кибербуллингом?
- 6) Что мог бы сделать каждый персонаж, чтобы предупредить сложившуюся ситуацию?
- 7) Какие эмоции испытывали пострадавшие?
- 8) К какому выводу вы пришли?

2 мин.

5. Чек-лист «Как помочь подростку справиться с кибербуллингом в соцсетях?»

<https://cloud.mail.ru/public/PZWh/t1btZyGaW/%D0%9A%D0%B8%D0%B1%D0%B5%D1%80%D0%B1%D1%83%D0%BB%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B3/%D0%9A%D0%B8%D0%B1%D0%B5%D1%80%D0%B1%D1%83%D0%BB%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B3>

- 1) Расскажите своим детям о кибербуллинге. Зная, что из себя представляет это явление, они смогут легче его распознать.

2) Разговаривайте открыто и часто со своими детьми. Чем больше вы говорите с ними о кибербуллинге, тем легче им будет рассказать вам, если они увидят или испытают его.

3) Ежедневно интересуйтесь о делах детей в школе/колледже и их пребывании в интернете. Спрашивайте не только об уроках и мероприятиях, но и об их чувствах.

4) Помогите своему ребенку стать примером для подражания в борьбе с кибербуллингом.

5) Существуют три участника кибербуллинга: жертва, субъект кибербуллинга и очевидец. Даже если дети не являются жертвами кибербуллинга, они могут сыграть важную роль в его предотвращении, будучи уважительными и добрыми к своим сверстникам. Если подросток стал очевидцем кибербуллинга, он может заступиться за жертву, оказать ей поддержку и / или публично осудить подобное поведение.

6) Помогите ребенку развить уверенность в себе. Поощряйте его записываться на любимые занятия, присоединяться к интересным мероприятиям в вашем сообществе. Это поможет укрепить доверие, а также создать группу друзей с общими интересами.

7) Будьте для ребенка образцом для подражания.

8) Покажите ему важность доброжелательного и уважительного отношения к другим детям и взрослым, делая то же самое с людьми вокруг вас, в том числе заступаясь за человека, который подвергся жестокому обращению. Дети смотрят на своих родителей и нередко проецируют их поведение на собственные действия.

9) Станьте частью их онлайн-опыта. Ознакомьтесь с онлайн-платформами, которыми пользуется ваш ребенок. Предупредите его о различных рисках, с которыми можно столкнуться в интернете.

Слайд. Если ваш ребенок стал жертвой кибербуллинга, куда обращаться?

Закон «О средствах массовой информации» дополнен новой статьей 18-4 «Заявления по вопросам рассмотрения фактов кибербуллинга на интернет-ресурсах в отношении ребенка».

Согласно данной статье, родитель либо законный представитель ребенка в случае выявления в отношении ребенка фактов кибербуллинга вправе в письменном виде или в форме электронного документа обращаться в уполномоченный орган – Министерство информации и общественного развития (МИОР) с заявлением о совершаемых фактах кибербуллинга в отношении ребенка с указанием наименования интернет-ресурса, в котором происходят противоправные действия. Заявление по фактам кибербуллинга в отношении ребенка рассматривается экспертной группой, созданной при МИОР.

10 мин.

	<p>6. Задание «Кодекс виртуальной безопасности»</p> <p>Группа станет командой пользователей SMART. Каждый ее член должен будет принять участие в разработке Кодекса виртуальной безопасности, который поможет подросткам стать пользователем SMART и чувствовать себя в интернете удобно и в безопасности.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) У каждого из участников будет своя роль: эксперт по контенту, эксперт по коммуникации, консультант. 2) Роли распределяются случайным образом, для этого участники игры должны будут рассчитаться на первый – третий. 3) Каждая команда экспертов получит карточку с заданием. 4) На выполнение самостоятельного задания дается 10 мин. 5) Результаты работы экспертных групп будут записаны на доске. <p><i>Эксперт по контенту. Задание.</i> Запишите в таблице, какими не должны быть фотографии, которые пользователь публикует / загружает, посылает или делится / распространяет.</p>
2 мин.	<p>Примеры: совместная фотография с одноклассниками или друзьями без их согласия; на фотографии нет изображения интимных частей тела.</p> <p><i>Эксперт по коммуникации. Задание.</i> Запишите в таблице, как можно поступить, если кто-то из пользователей присылает сообщение:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) обычное; 2) неприятного содержания. <p><i>Действия:</i> вежливо отвечаю на сообщение / блокирую пользователя / игнорирую сообщение / скажу, что это меня не интересует / напишу в ответ что-то неприятное / расскажу взрослому, которому доверяю.</p> <p><i>Консультант. Задание.</i> Напишите два-три совета для подростков, которые помогут им чувствовать себя в безопасности в сети.</p> <p>После того как команды представили результаты своей работы, вместе обобщите их и объедините в Кодекс виртуальной безопасности. Теперь они смогут рекомендовать его своим детям.</p>
8 мин.	<p>Прокомментируйте представленные командами ответы. Обратите внимание участников, совпадают ли советы консультантов с рекомендациями экспертов по контенту и экспертов по коммуникации. Попросите родителей предложить больше способов реагировать на сообщения как обычного, так и неприятного содержания. Можно не предлагать участникам готовые варианты ответов, чтобы они ответили на вопросы самостоятельно.</p> <p>7. Родителям предлагается вместе с детьми посмотреть следующее видео о правилах поведения в социальных сетях с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен».</p> <p>https://youtu.be/zY_IPYTKinc?si=aY2DFu64DbCwrK8E</p>

8. Чек-лист «Советы родителям для обеспечения безопасности детей»

- 1) Нельзя отбирать или угрожать, что заберете гаджеты.
- 2) Учите детей правилам безопасного поведения в интернете, как выявлять возможные риски и что делать, чтобы их избежать.
- 3) Не обесценивайте проблему.
- 4) Не вините в проблеме подростка.
- 5) Установите ограничения и объясните подростку их важность.
- 6) Ограничьте время нахождения подростка онлайн.
- 7) Установите функции родительского контроля.
- 8) Интересуйтесь делами, мыслями, чувствами и переживаниями своих детей.
- 9) Доверяйте детям.
- 10) Учите их соблюдать важнейшее правило: ни при каких обстоятельствах не совершать буллинг офлайн и онлайн, не отвечать на него в соцсетях!
- 11) Не делитесь личными фото детей на своих страницах.

9. Подведение итогов

Педагог: Уважаемые родители, сегодня на занятии вы получили полноценный багаж знаний по профилактике кибербуллинга. Сейчас предлагаю вам разработать памятки для ваших детей. Какие правила безопасности необходимо знать ребенку при использовании интернета?

Сначала участники отвечают в устной форме, затем педагог дает окончательный вариант памятки и подводит итог занятия.

Памятка для детей

- 1) Будьте вежливыми и добрыми, будучи онлайн.
- 2) Поддержите своих сверстников, отправляя им положительные сообщения, улыбку или символ «Дай пять».
- 3) Проверьте настройки и пароли. Ваш пароль 12345? Вы уже поделились им с другом?
- 4) Кто может видеть, что вы публикуете в интернете?
- 5) Когда вы в последний раз просматривали настройки конфиденциальности?
- 6) Говорите об этом. Если вы чувствуете, что над вами издеваются, что вы стали жертвой кибербуллинга, обратитесь к кому-то, кому доверяете.
- 7) Покажите поддержку. Если вы думаете, что видели, как над кем-то издеваются, не молчите об этом. Обратитесь к этому человеку и покажите свою поддержку. Ваши слова могут иметь значение.
- 8) Если вы чувствуете, что ваше поведение по отношению к кому-либо подпадает под категорию издевательств, вы можете внести изменения. Прекратите издевательства, остановитесь и обратитесь к кому-нибудь за поддержкой.

<p>2 мин.</p>	<p>9) Перед тем как принять запрос на добавление в друзья, вы должны взглянуть на их профиль и попытаться выяснить, кто они. Помните: иногда люди притворяются кем-то, кем они не являются, и трудно понять, говорят ли они правду.</p> <p>10) У вас есть общие друзья? Вы из того же города? Не считайте необходимым принимать случайные запросы на добавление в друзья.</p> <p>11) Проверьте настройки конфиденциальности, чтобы люди, которых вы не знаете, не видели никакой информации, которую вы не хотите, чтобы они видели.</p> <p>12) Не распространяйте слухи, не делитесь вредными или смущающими историями, сомнительными фотографиями. То, что может показаться безобидной шуткой для одного человека, может быть глубоко ранящим для других.</p> <p>13) Подумайте дважды, прежде чем нажимать кнопку «Отправить», особенно если вы расстроены или рассержены. После того как вы поделитесь сообщением, фотографией или видео, трудно контролировать, что с ними произойдет дальше. Отменить это действие практически невозможно.</p> <p>14) Помните: у вас есть право на неприкосновенность частной жизни, как и у других. Нельзя входить в учетные записи других людей или использовать их телефоны без их разрешения.</p> <p>10. Заключение. Рефлексия</p> <p><i>Педагог:</i> Уважаемые родители, мы с вами рассмотрели вопросы, связанные с кибербуллингом в школе/колледже и способами помощи своим детям, оказавшимся в такой ситуации. Предлагаю дать обратную связь.</p> <p>Участники дают обратную связь, высказываются по кругу: что было полезным, мое настроение в начале и в конце занятия.</p> <p>Надеюсь, что посещение данного занятия было для вас интересным и полезным.</p> <p>Всего вам самого доброго!</p>
---------------	---

РУКОВОДСТВО ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ОСНОВЕ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1–11 КЛАССОВ ШКОЛ, 1–2 КУРСОВ КОЛЛЕДЖЕЙ

Введение

Проектная деятельность – эффективный инструмент социально-эмоционального обучения, позволяющий обучающимся работать в команде, учиться совместно решать жизненные и академические проблемы и развивать навыки общения.

Особенность Программы заключается в том, что она реализуется через вовлечение обучающихся 1–11 классов, 1–2 курсов колледжей в *социально направленную проектную деятельность*.

Проектная деятельность относится к разряду наиболее эффективной в развитии исследовательских, творческих, социально-эмоциональных навыков, важнейших качеств личности, так как предполагает возможность преобразования окружающего мира, формирования мировоззрения, активной жизненной позиции.

Цель социально направленной проектной деятельности в условиях реализации Программы – создание благоприятного социально-психологического климата в образовательном коллективе на основе обучения через социальные практики.

Такой подход способствует развитию инициативы, самостоятельности и ответственности, умения работать в команде, открыто высказывать свое мнение, находить решение в нестандартных жизненных ситуациях. При этом внимание обучающихся сосредотачивается на созидательной деятельности, осознании своих возможностей в выстраивании позитивного общения, появляется возможность обрести единомышленников.

Социально направленный учебный проект с точки зрения обучающихся – это возможность максимального раскрытия своего внутреннего потенциала, осознания своей ценности как личности и понимания ценности другого человека. Данная деятельность позволяет проявить себя индивидуально и в группе, попробовать свои силы, приложить свои знания, принести пользу, показать публично достигнутый результат.

Социально направленный учебный проект с точки зрения педагога видится не только как организация увлекательной деятельности для обучающихся, создание условий для поиска и нахождения способов решения поставленной проблемы, форма организации взаимодействия обучающихся с педагогом, обучающихся между собой и с родителями, применение практики менторинга, но и как возможность развития в процессе разработки и реализации проекта необходимых жизненных навыков и качеств, важнейшими из которых являются:

- 1) понимание значимости позитивного общения;
- 2) готовность нести ответственность за собственные слова и действия;

3) навыки взаимодействия, коммуникации, самовоспитания, саморефлексии.

Все это служит формированию у обучающихся культуры нулевой терпимости к травле, активной жизненной позиции через исследование, творчество, созидательную практическую деятельность.

Этот подход был предусмотрен при разработке тематики проектов для обучающихся 1–11 классов школ и 1–2 курсов колледжей.

Предлагаем таблицу, в которой представлена тематика проектов с учетом реализации через систему занятий.

Уровень обучения	Название темы проекта	Методы проведения занятий	Этапы проекта	Ожидаемые результаты (навыки, качества)
1 класс	<i>Мы разные, мы равные</i>	Игры, творческие задания, проектная деятельность	1. Хорошо, что я такой! 2. Богатство в многообразии, а сила в единстве 3. Ты и я – мы с тобой друзья! 4. В мире с собой и другими	Интерес к проявлениям общего и особенного в личности и поведении людей, расширение представлений о равенстве людей, развитие эмпатии, навыков позитивного общения и эффективного взаимодействия в коллективе
2 класс	<i>Я+Ты=Мы</i>	Тренинговые упражнения, творческие задания, проектная деятельность	1. Мой дружный коллектив и я в нем 2. Наши интересы укрепляют дружбу 3. Учимся общаться с другими 4. Дарим добро вместе	Коммуникативные навыки, умение работать в команде, ответственность, порядочность, доброжелательность, понимание ценности взаимопомощи, дружеские отношения
3 класс	<i>Каждый из нас уникален</i>	Тренинговые упражнения, творческие задания,	1. Я уникален 2. Мозаика наших сердец 3. Мы под	Осознание своей уникальности, положительная самооценка, навыки

		проектная деятельность	общим шаныраком 4. Мы поддержка друг другу	уверенного поведения, умение поддерживать дружеские отношения с одноклассниками, освоение приемов активного слушания и навыков оказания поддержки другим
4 класс	<i>Энергия слова</i>	Тренинговые упражнения, дидактические игры, творческие задания, проектная деятельность	1. Слово – основа общения 2. Великая сила слова 3. Приветливое слово гнев побеждает 4. Язык дружбы	Коммуникативные навыки, миролюбие, самоконтроль, взаимоконтроль, ответственность за свои слова и поступки, рефлексивные навыки
5 класс	<i>Стресс: друг или враг?</i>	Тренинговые упражнения, творческие задания, проектная деятельность	1. Я и стресс 2. Учимся управлять собой 3. Уверенность – залог успеха 4. Могу быть успешным	Понимание стрессоустойчивости как качества, которое позволяет нести значительные эмоциональные и волевые нагрузки без ущерба для своего здоровья и здоровья окружающих; осознание собственной индивидуальности, навыки саморегуляции; осознание ценности коммуникативной компетентности
6 класс	<i>Искусство управлять</i>	Тренинговые упражнения, кейс-стади,	1. Я среди других 2.	Навыки позитивного общения, активная жизненная позиция,

	<i>ь конфлик тами</i>	творческие задания, сторителлинг, проектная деятельность	Эффективные навыки общения 3. Диджитал в среде подростков 4. Сила позитивного общения	готовность противостоять буллингу, ответственность за слова и поступки
7 класс	<i>Свои и чужие границы</i>	Тренинговые упражнения, творческие задания, проектная деятельность	1. Что такое личные границы, и зачем они нужны? 2. Как правильно говорить «нет»? 3. Границы в цифровом мире 4. Уважение к чужим границам	Понимание личных границ, владение стратегией управления границами, уважение границ других, креативность в разработке практических решений, умение сотрудничать и высказывать свое мнение
8 класс	<i>Сила коллектива</i>	Тренинги, интерактивные упражнения, игры, обсуждения, кейс-стади, творческие задания, проектная деятельность, работа в парах, группах, рефлексия в устном и письменном форматах	1. Видеть, чувствовать, слышать 2. Способность понимать других 3. Для всех есть место в коллективе 4. Наведение мостов: вместе мы сила	Навыки коммуникации, умение слушать, сопереживать, участвовать в принятии общих решений на основе коллективного мнения, навыки сотрудничества. Понимание уникальности каждого человека

9 класс	<i>Ресурсы жизнестойкости</i>	Тренинговые упражнения, интервью, творческие задачи, проектная деятельность	1. Позитивное мышление – источник жизнестойкости 2. Окружение и развитие жизнестойкости 3. Жизнестойкость рождается в творчестве 4. Вера в себя: я могу, ты можешь, мы можем!	Креативное мышление, творческое осмысление действительности, способность к саморефлексии, готовность действовать в сложных жизненных ситуациях
10 класс/1 курс	<i>Вдохновляющее лидерство</i>	Тренинговые упражнения, кейс-стади, творческие задания, работа в малых группах, проектная деятельность	1. Вдохновляющий лидер – какой он? 2. Развиваем лидерские качества 3. Сплоченная команда 4. Сила самовоспитания	Лидерские качества, навыки взаимодействия, коммуникации, самовоспитания, саморефлексии
11 класс/2 курс	Ответственность за себя и других		1. Становимся взрослыми 2. Ответственность – наш выбор 3. Улаживаем конфликт 4. Наш круг забот	Навыки саморефлексии, медиации, умение работать в группе, ответственность, креативность

Особенность подхода к организации занятий представленной тематики состоит в реализации социального проекта через развитие специальных навыков на занятии (в формате классных часов) и практическую деятельность

на каждом этапе проекта (последствие).

Для каждого класса в школе (с 1 по 11) и курса в колледже (с 1 по 2) предусмотрены 4 занятия, которые являются одновременно ключевыми вехами на каждом из 4 этапов проекта. Занятие условно можно разделить на две части: информационно-практическую и проектную. *Информационно-практическая часть* посвящена ознакомлению обучающихся с необходимыми сведениями по теме проекта и отработке практических навыков позитивного общения, предупреждения и решения конфликтов, противостояния буллингу, творческому осмыслению ситуаций общения, требующих грамотного решения, анализу собственных поведенческих установок.

Основным компонентом каждого занятия является *проектная деятельность обучающихся*, которая логически встроена в структуру занятия. Такой подход к выстраиванию образовательного процесса антибуллинговой направленности дает обучающимся возможность проводить рефлексии, наблюдать позитивные изменения в отношениях с одноклассниками, а педагогам – отслеживать ход социального проектирования с точки зрения его эффективности в достижении цели.

1. Особенности организации социально направленной проектной деятельности

Основная цель социального проектирования в системе занятий по профилактике буллинга детей в организациях образования – создать условия, способствующие формированию у обучающихся культуры нулевой терпимости к травле, активной жизненной позиции, навыков позитивного общения.

Социальные проекты дают обучающимся возможность связать и соотнести общие представления с реальной жизнью, в которую вовлечены они сами, их друзья, учителя. В ходе реализации проектов участники активно используют свои знания, общаются и сотрудничают друг с другом. Метод социальных проектов позволяет сформировать коммуникативные умения: умение спрашивать, выражать свою точку зрения, договариваться, выбирать в доброжелательной атмосфере самое верное, рациональное, оригинальное решение, а также развивает мышление, побуждает к анализу происходящего. В ходе работы над проектом обучающиеся учатся адекватно оценивать свою работу и работу одноклассников, обоснованно и доброжелательно оценивать как результат, так и процесс решения проблемы, выделять недостатки, делать конструктивные пожелания, замечания.

Метод проектов всегда предполагает решение какой-то проблемы. Работа по методу проектов предполагает не только наличие и осознание этой проблемы, но и процесс ее раскрытия, решения, что включает четкое планирование действий, наличие замысла или гипотезы решения этой проблемы, четкое распределение ролей. Результат выполненных проектов должен быть «осязаемым». Выполнение реального дела с получением конкретного результата дает положительный итог – удовлетворение от

процесса.

Условно проект можно разделить на следующие этапы.

Этап 1

1. Знакомство с темой проекта, определение целей, исходного положения, формирование творческих групп (при необходимости)

2. Планирование (анализ проблемы, постановка задач, уточнение информации, синтез идей, планы)

3. Принятие решений (мозговой штурм, обсуждение альтернатив, выбор оптимального варианта)

Этап 2

1. Выполнение (работа по реализации проекта)

Этап 3

1. Оценка результатов (анализ выполнения проекта, выяснение причин удач и неудач), обобщение

Этап 4

1. Представление итогов проекта (коллективный анализ деятельности)

Как включить проект в систему занятий? Нужно четко определить, что делается на занятии, а что – во вне занятия, т. е. последствие. Учитывая, что темы проекта уже определены Программой, необходимо на первом занятии предложить обучающимся осмыслить ее и выслушать предложения по реализации, т. е. осуществить планирование.

I. Планирование

Планирование работы над проектом начинается с его коллективного обсуждения. Это, прежде всего, обмен мнениями и согласование интересов обучающихся; выдвижение первичных идей на основе уже имеющихся знаний и разрешения спорных вопросов.

Цель первичного обмена мнениями – стимулирование потока идей. Наиболее эффективным считаем метод мозгового штурма. Учителю следует по возможности воздержаться от комментариев, записывать на доске идеи по мере их высказывания, а также выдвигаемые обучающимися возражения.

На первом же занятии с учетом замысла можно сформировать группы, если в этом есть необходимость. Задача учителя на данном этапе – проследить, чтобы в каждой создающейся группе работали обучающиеся с различным уровнем коммуникативных навыков, творческого потенциала, различными склонностями и интересами.

Далее обучающиеся совместно с учителем выявляют потенциальные возможности участников проекта (коммуникативные, артистические, публицистические, организаторские, спортивные и т. д.). При этом следует построить работу так, чтобы каждый мог проявить себя и завоевать признание окружающих. Можно также задействовать старшеклассников (менторов), которые будут помогать группам в решении тех или иных задач на тех или иных этапах работы и выступать консультантами.

II. Выполнение проекта

Осуществляется уже после первого занятия, ключевыми вехами являются второе и третье занятия.

Это этап практической реализации задуманного, получения и анализа информации, во время которого каждый обучающийся:

1) уточняет и формулирует собственную задачу, исходя из цели проекта в целом и задачи своей группы в частности;

2) ищет и собирает информацию, учитывая:

2.1) собственный опыт;

2.2) результат обмена информацией с другими обучающимися, учителями, родителями, старшеклассниками (менторами) и т. д.;

2.3) сведения, полученные на основе занятий, знакомства с литературой, материалов интернета, просмотра видеоматериалов и т. д.;

3) анализирует и интерпретирует полученные данные.

На этом же этапе членам группы необходимо договариваться о распределении ответственности и формах представления результата. Каждый обучающийся может вести индивидуальный журнал (дневник), в котором он будет записывать ход работы. Можно вести общий журнал для всех участников проекта. Это поможет учителю (да и самому обучающемуся) оценить индивидуальный вклад в работу над проектом, а также облегчить контроль.

Можно использовать цифровую онлайн-доску, которая помогает наглядно представить задачи, ограничить объем незавершенной работы и добиться максимальной эффективности (или скорости). На онлайн-доске можно добавить участников, прописать цели, задачи, описание задания, прописать ответственных и сроки исполнения. Эти пункты передвигаются по рабочему процессу, отражая ход работы.

Например, можно создать списки «Идеи», «На очереди», «В процессе» и «Готово». Каждое задание представлено в виде карточки, которая перемещается из списка в список по мере того, как задание попадает в очередь, над ним работают и его выполняют.

Цифровая доска обладает следующими преимуществами: скорость подготовки, простота предоставления совместного доступа и возможность отслеживать неограниченное количество обсуждений и комментариев в любое время по мере реализации проекта. Откуда бы и когда бы ни обращались участники команды к доске, они увидят самый актуальный статус проекта. А еще рабочий процесс можно использовать для ведения личных списков текущих дел. Во время работы над проектом необходимо, чтобы каждый участник четко понимал свою собственную задачу, поэтому рекомендуется создать информационный уголок (кейс, чат) проекта, где была бы представлена информация о теме проекта, задачах, предстоящих делах, консультантах из числа менторов, ответственных и т. д. Такой подход способствует осознанию каждым обучающимся своей ответственности за выполняемую работу.

На этапе выполнения проекта обучающиеся активно взаимодействуют

друг с другом через проведение экспериментов, интервью, акций, концертов, вечеров, утренников, ярмарок, живых журналов, выпуск чек-листов, памяток, организацию коллективных мероприятий с подшефными, шефствующими, создание творческих продуктов. Успешной реализации задуманного способствует активная познавательная и практическая деятельность в ходе занятия: участие в тренингах, кейс-стади, деловых и ролевых играх, инсценировках и т. д., знакомство с новой информацией.

Педагог играет роль активного наблюдателя: следит за ходом исследования, его соответствием цели и задачам проекта; оказывает группам необходимую помощь, не допуская пассивности отдельных участников; обобщает промежуточные результаты проекта для подведения итогов на конечном этапе.

Особенность роли педагога в реализации социальных проектов состоит в том, что он сам может непосредственно принимать участие в коллективной созидательной деятельности. Приветствуется привлечение к участию в проектной деятельности старшеклассников (менторов), так как они могут передать имеющиеся у них навыки, направить своих подопечных, укрепить сотрудничество в реализации коллективных и групповых дел.

III. Проверка и оценка результатов (анализ выполнения проекта, выяснение причин удач и неудач)

Необходимое условие успешной работы по проекту – ясное понимание каждым обучающимся цели деятельности и критериев достижения результатов. Задача педагога – помочь определить эти критерии. Обработка полученной информации – это прежде всего ее понимание, сравнение, отбор наиболее значимой для выполнения поставленной задачи. Участникам проекта потребуется умение интерпретировать факты, делать выводы, формировать собственные суждения, т. е. осуществлять рефлекссию по поводу собственной деятельности.

Главные выводы, которые предстоит сделать обучающимся, – это открытия о своих возможностях в общении, овладение навыками противостояния буллингу, умение объединяться на почве созидания с единомышленниками.

Оценку коллективных результатов желательно провести на завершающих – третьем и четвертом – занятиях. К этому вопросу важно подойти творчески, чтобы публично прозвучали достижения и победы обучающихся, их вклад в общее дело укрепления отношений в классе. Вместе с тем следует отметить, какие проблемы остались, и наметить пути их решения.

Такой подход будет способствовать глубокому осмыслению проекта, неформальному подходу к его реализации и осознанию личной ответственности каждого за создание позитивных отношений между одноклассниками.

IV. Обобщение информации

Осуществляется на третьем или четвертом занятии.

На этом этапе производится структурирование полученной информации и интеграция полученных знаний, умений, навыков.

Обучающиеся:

- 1) систематизируют полученные данные;
- 2) объединяют в единое целое полученную каждой группой информацию (если были созданы группы);
- 3) выстраивают общую логическую схему выводов для подведения итогов и презентацию творческого результата.

Педагогу необходимо проследить, чтобы обучающиеся обменивались знаниями и умениями, полученными в процессе различных видов работ (интервьюирование, опросы, эксперименты, акции, челленджи, творческие дела и т. д.). На этом этапе необходимо предоставить обучающимся максимальную самостоятельность выбора форм представления результатов проекта, поддерживать такие, которые дадут возможность каждому участнику раскрыть свой творческий потенциал, социальную активность. Процесс обобщения информации важен и потому, что каждый как бы «пропускает через себя» полученные всем классом знания, умения, навыки, так как в любом случае он должен будет участвовать в презентации результатов проекта.

V. Представление полученных результатов работы

На этом этапе обучающиеся осмысливают собственные открытия и способы достижения результата; рассматривают возможности творческой презентации проекта. При этом желательно не просто продемонстрировать полученные результаты и выводы, но и описать приемы, с помощью которых была получена и проанализирована информация; демонстрируют приобретенные знания и умения; рассказывают о проблемах, с которыми пришлось столкнуться в работе над проектом. Любая форма презентации является творческим процессом, в ходе которого обучающиеся не просто приобретают навыки представления итогов своей деятельности, но и учатся позитивно общаться, демонстрировать свои способности, сильные стороны личности.

Что могут продемонстрировать участники проекта на завершающем занятии по проекту? Видеоролик, презентацию, книжку-раскладку, инсценировку, живой журнал, разработанную модель и др. *Основные требования к презентации каждой группы и к общей презентации:* выбранная форма должна соответствовать целям проекта, демонстрацией вклада каждого в результат, способствовать дальнейшей мотивации на сотрудничество.

Однако главным результатом проекта не всегда является конкретный творческий продукт, хотя это важнейший показатель успешной реализации проектной деятельности. Работая над проектом, учителю не следует забывать, что основными критериями успешности являются радость и чувство удовлетворения у всех его участников от осознания собственных достижений и приобретенных навыков, открывшейся возможности укрепить позитивные отношения в коллективе. Важно, чтобы на заключительном занятии по проекту прозвучало, как изменились отношения в классе, атмосфера общения,

психологический климат. Возможно, результатом станет планирование каких-то коллективных дел в ближайшем будущем: похода, концерта, акции, ярмарки, конкурса, соревнования, творческого общения с подшефными или шефствующими классами и др.

Особенность проектной деятельности по противодействию буллингу – вовлечение обучающихся в деятельность, способствующую раскрытию творческого потенциала личности, осознанию каждым своей ответственности за создание отношений в коллективе, проявлению активной жизненной позиции, формированию у обучающихся культуры нулевой терпимости к травле.

Представляем этапы реализации проектов по противодействию буллингу.

Основные этапы выполнения проекта			
Этап	Задачи	Деятельность обучающихся	Деятельность учителя
<i>Этап 1:</i> 1-е занятие, последствие	<p><i>На занятии:</i> создание условий для осмысления темы, сбора идей, планирования деятельности на этапе 1, отработка необходимых навыков для реализации проекта.</p> <p><i>Последствие:</i> организация практической деятельности по реализации проекта во внеурочное время.</p>	<p><i>На занятии:</i> предлагают идеи для реализации проекта, коллективные и групповые дела, мероприятия с подшефными, делятся на группы (при необходимости), планируют деятельность на этапе 1, определяют источники информации, участвуют в познавательной деятельности.</p> <p><i>Последствие:</i> распределяют роли в команде, определяют критерии результативности, реализуют задуманное.</p>	<p>Мотивирует обучающихся, объясняет цели проекта, наблюдает, выступает координатором процесса во внеурочной деятельности, своевременно доносит необходимую информацию, создает условия для развития необходимых качеств и навыков.</p>

<p><i>Этап 2:</i> 2-е занятие, последствие</p>	<p><i>На занятии:</i> анализ сделанного по проекту на этапе 1, планирование деятельности на этапе 2. <i>Последствие:</i> организация практической деятельности по проекту, анализ достижений.</p>	<p><i>На занятии:</i> делятся впечатлениями от проведенных дел, получают рекомендации и задания от учителя по реализации проекта на этапе 2, вносят предложения, участвуют в познавательной деятельности. <i>Последствие:</i> реализуют задуманное на основе тесного взаимодействия друг с другом.</p>	<p>Помогает в анализе результативности, наблюдает, выступает координатором процесса во внеурочной деятельности, своевременно доносит необходимую информацию, создает условия для развития необходимых качеств и навыков.</p>
<p><i>Этап 3:</i> 3-е занятие, последствие</p>	<p><i>На занятии:</i> сбор и уточнение информации, обсуждение альтернатив, выбор оптимального варианта представления результата, уточнение и возможная коррекция планов деятельности, отработка необходимых навыков для завершения проекта <i>Последствие:</i> организация практической деятельности по обобщению</p>	<p><i>На занятии:</i> делятся впечатлениями от проведенных дел, получают рекомендации и задания от учителя по реализации проекта на этапе 3, вносят предложения, анализируют успехи и неудачи, намечают эффективные пути завершения проекта, участвуют в познавательной деятельности.</p>	<p>Наблюдает, консультирует, координирует деятельность по проекту, анализирует изменения в отношениях между обучающимися, ищет способы погашения конфликтов (в случае их возникновения); мотивирует на успешную реализацию практических дел, создает условия для развития необходимых</p>

	результатов.	<i>Последствие:</i> реализуют задуманное на основе тесного взаимодействия, анализируют деятельность, подводят итоги проекта (завершают творческий продукт).	качеств и навыков.
<i>Этап 4:</i> 4-е занятие, последствие	Подготовка продукта, доклада, обоснование процесса проектирования, объяснение полученных результатов, коллективная защита проекта, оценка, установка на дальнейшее сотрудничество.	<i>На занятии:</i> участвуют в коллективном представлении проекта и делятся впечатлениями от участия в нем. <i>Вне занятия:</i> реализуют задуманное по результатам проекта.	Участвует в коллективном анализе и оценке результатов, высказывает пожелания на будущее.

2. Роль и значимость менторства в процессе реализации социальных проектов

С целью достижения эффективности системной деятельности по профилактике буллинга детей в организациях образования в процессе реализации социальных проектов предусмотрено участие старшеклассников-менторов.

Менторство в данном случае – процесс взаимодействия обучающихся среднего и старшего звена с младшими школьниками на основе партнерства, в котором более опытный и компетентный старшеклассник (ментор, наставник) делится своими знаниями и навыками с менее опытным учеником (менти) и сопровождает процесс разработки и реализации социального проекта. Благодаря менторству обучающиеся получают внимание, поддержку и руководство, которые помогают им преодолеть трудности и раскрыть свой потенциал.

Ментор способствует развитию самооценки, мотивации и уверенности в себе его подопечных, помогает обучающимся осознать свои сильные стороны, развить навыки решения проблем, а также учит их различным стратегиям и техникам, которые способствуют развитию умения решать проблемы

отношений в коллективе.

Роль менторов в развитии таких навыков, как коммуникация, сотрудничество и лидерство, неоспорима. Обучающиеся, получая поддержку и руководство от старшеклассника, учатся эффективно взаимодействовать с другими людьми, решать конфликты и развивать навыки, необходимые для успешной адаптации в школьной среде.

Менторство представляет собой эффективный инструмент, который вносит определенные преимущества в творческий процесс разработки и реализации социального проекта. Наиболее важными из них считаем следующие.

Индивидуальная поддержка. Менторы предоставляют обучающимся внимание и поддержку, что помогает им развиваться и достигать своих целей, понять свои сильные стороны, определить области для улучшения и разработать план действий для достижения успеха.

Стимулирование мотивации и самооценки. Менторы помогают обучающимся развивать мотивацию и повышать самооценку. Они поддерживают их веру в себя и развивают уверенность в собственных силах, участвуют в создании благоприятной среды, в которой обучающиеся чувствуют комфорт и поддержку.

Развитие мягких навыков. Менторство играет важную роль в развитии мягких навыков: коммуникации, сотрудничества, лидерства и умения решать проблемы. Менторы помогают обучающимся развивать эти навыки через реальные ситуации и задания, участие в коллективной деятельности, что способствует их личностному и профессиональному росту.

Для выполнения поставленных задач каждому старшекласснику-ментору важно развивать в себе ключевые качества эффективного ментора.

Эмпатия. Это способность поставить себя на место подопечного и понять его чувства, потребности и проблемы. Хороший ментор проявляет истинный интерес к менти, внимательно его выслушивает и понимает его индивидуальные потребности. Эмпатия позволяет ментору создать доверительные отношения и адаптировать подход к каждому.

Свобода от суждений. Эффективный ментор относится к менти без предубеждений и осуждения. Он признает и ценит индивидуальность каждого обучающегося, понимает его уникальные потребности и способности. Ментор поддерживает менти в его стремлении к росту и самореализации, создавая безопасную и вдохновляющую среду.

Коммуникационные навыки. Старшекласснику-ментору важно уметь четко и ясно выражать свои мысли, а также слушать и понимать подопечного. Ментор активно задает вопросы, стимулирует диалог и провоцирует обучающегося на размышления, чтобы помочь ему развивать критическое мышление и способность к самоанализу.

Учитывая направленность проектной деятельности, важнейшим качеством является наличие у менторов нулевой терпимости к травле среди обучающихся.

В организации проектной деятельности по профилактике буллинга среди обучающихся важен творческий подход, поэтому учитель может сам определить сферы привлечения менторов к сотрудничеству в условиях конкретного классного коллектива. Это может быть консультирование обучающихся, участие в информационной поддержке, организации коллективных дел и др.

Участие старшеклассников-менторов можно рассматривать шире, чем просто сопровождение своих подопечных в проекте. В конечном итоге это обогащение практики волонтерства (добровольчества) в создании безопасной школьной среды, где нет места унижению достоинства человека.

3. Практические рекомендации по использованию интерактивных методов обучения

С целью эффективной организации образовательной деятельности и повышения интереса обучающихся к исследуемой теме на занятиях применяются различные формы организации образовательной деятельности с использованием интерактивных методов обучения.

В процессе обучения необходимо обращать внимание в первую очередь на те методы, при которых обучающиеся активно включаются в образовательный процесс, переживают состояние успеха и соответственно мотивируют свое поведение. Совместная деятельность означает, что каждый вносит свой индивидуальный вклад, в ходе работы идет обмен знаниями, идеями, способами деятельности. Организуется индивидуальная, парная, групповая и коллективная работа, используются различные виды творческой и проектной деятельности, ролевые и деловые игры и др.

Интерактивные методы основаны на принципах взаимодействия, активности обучающихся, опоре на групповой опыт, обязательной обратной связи. Создается среда образовательного общения, которая характеризуется открытостью, взаимодействием участников, равенством их аргументов, накоплением совместных знаний, возможностью взаимной оценки и анализа. Педагог отказывается от роли своеобразного «фильтра», пропускающего через себя учебную информацию, и выполняет функцию помощника в работе, одного из источников информации, участника исследования. Его цель состоит в создании комфортных условий обучения, при которых обучающиеся чувствуют свою успешность, что делает продуктивным сам процесс познания.

Интерактивное обучение – это, прежде всего, *диалоговое обучение*, в ходе которого осуществляется творческое взаимодействие между обучающимися и педагогом, между самими обучающимися.

Интерактивное обучение направлено на:

- 1) пробуждение интереса к обсуждаемой теме;
- 2) создание условий для эффективного усвоения рассматриваемого материала, самостоятельного поиска путей и вариантов решения поставленной проблемы;
- 3) формирование навыков взаимодействия.

При использовании интерактивных форм роль педагога перестает быть

центральной, он лишь регулирует процесс и занимается его общей организацией, заранее готовит необходимые задания и формулирует вопросы или темы для обсуждения в группах, дает консультации, контролирует время и порядок выполнения намеченного плана. При этом обучающиеся обращаются к социальному опыту – собственному и одноклассников, вступают в коммуникацию друг с другом, совместно решают поставленные задачи, находят общие точки соприкосновения.

В ходе проведения занятий используются следующие интерактивные формы:

- 1) тренинг, тренинговое упражнение;
- 2) мозговой штурм;
- 3) деловая и ролевая игры;
- 4) кейс-стади (case-study): анализ конкретных ситуаций, ситуационный анализ и др.

Следует обратить внимание на то, что в ходе подготовки занятия на основе интерактивных форм обучения перед педагогом стоит вопрос не только выбора наиболее эффективной и подходящей формы обучения для изучения конкретной темы, а открывается возможность сочетать несколько методов обучения для решения проблемы, что, несомненно, способствует лучшему осмыслению темы.

Принципы работы на интерактивном занятии

1. Занятие – не монолог педагога, а сотрудничество.
2. Все участники равны.
3. Каждый участник имеет право на собственное мнение по любому вопросу.
4. Нет места прямой критике личности (подвергнуться критике может только идея).
5. Все сказанное на занятии – не руководство к действию, а информация к размышлению, возможность сделать собственные открытия.

Предлагаем ознакомиться со специфическими особенностями некоторых интерактивных форм и методов работы на занятии.

Тренинг – один из интерактивных методов социально-психологического обучения и развития личности. Тренинги состоят из комплекса разнообразных упражнений и игр, объединенных в систему небольшими информационными включениями.

Тренинг является многофункциональным методом осуществления преднамеренных изменений психологических феноменов отдельной личности или группы с целью развития и гармонизации. Он создает предпосылки для проведения анализа своих собственных возможностей, условий реализации поставленных целей, позволяет наметить пути и определить инструментарий саморазвития, рационально спланировать свои действия в заданном направлении и главное – апробировать этот инструментарий в контактной социальной группе. Феномен тренинга заключается в том, что непосредственные участники получают такую подготовку, которая отвечает требованиям современной жизни. В нем участники играют свои собственные

роли в моделируемых и естественных ситуациях.

Основная цель социально-психологического тренинга – развитие личности. Наряду с этой основной целью выделяется ряд сопутствующих:

- 1) повышение социально-психологической компетентности участников;
- 2) развитие у них способности эффективно взаимодействовать с окружающими;
- 3) формирование активной социальной позиции участников;
- 4) развитие у них способности производить значимые позитивные изменения в своей жизни и жизни окружающих людей;
- 5) формирование новых знаний, умений и навыков в вопросе позитивного общения.

Тренинг предполагает не только активную интеллектуальную деятельность его участников, но также работу с эмоциями и чувствами. Он позволяет очень быстро сплотить коллектив. Высока эффективность тренинга в коррекции поведения, формировании социально-эмоциональных навыков в решении личностных проблем.

Достоинством тренинга как формы проведения практических занятий является высокая эффективность использования времени для самораскрытия, самоанализа и саморазвития личности. Разнообразные методические приемы тренинга (упражнения, ролевые игры, дискуссии, анализ конкретных ситуаций, брейнсторминг и др.) выступают как современные технологии развития различных навыков.

Тренинг привлекает участников своей эффективностью, конфиденциальностью, внутренней открытостью, комфортной психологической атмосферой.

Для успешного проведения тренинга важно соблюдать определенные принципы. Из принципов организации социально-психологического тренинга назовем основные.

1. *Принцип добровольного участия* как во всем тренинге, так и в его отдельных занятиях и упражнениях. Участник должен иметь естественную внутреннюю заинтересованность в изменениях своей личности в ходе работы группы. Принудительно позитивная личностная динамика, как правило, не происходит, поэтому не следует добиваться этого от участников авторитарными методами.

2. *Принцип диалогизации взаимодействия*, т. е. полноценного межличностного общения на занятиях, основанного на взаимном уважении участников, их полном доверии друг другу.

3. *Принцип самодиагностики* предполагает рефлекссию и самораскрытие участников, осознание и формулирование ими собственных личностно значимых проблем.

4. *Принцип безопасности* гарантирует защищенность каждого обучающегося, сохранение конфиденциальности информации. Все, что осуществляется на занятии, не выносится за его пределы.

5. *Принцип открытости* предусматривает, что участники должны быть

открытыми, честными. Открытость, эмпатия, толерантность способствуют обеспечению честной обратной связи с другими членами группы, т. е. передачи той информации, которая является важной для каждого участника, и запускает механизм развития самосознания и механизмы взаимодействия в группе.

6. *Принцип партнерских отношений* предусматривает реализацию субъект-субъектного взаимодействия между учителем и обучающимися. В процессе занятий учитель должен организовать такое общение участников, при котором учитываются интересы, чувства, эмоции и переживания всех и каждого члена коллектива. Данный принцип гарантирует равные права каждого участника на высказывание собственной точки зрения, проявлять свои чувства, выражать протест, вносить предложения.

7. *Принцип активности* предполагает обязательную активность всех участников и принятие каждым на себя ответственности за результаты деятельности группы.

8. *Принцип акцентирования* содействует глубокой рефлексии участников, учит их концентрировать внимание на себе, своих мыслях, чувствах, предусматривает развитие навыков самоанализа. Этот принцип предполагает только безоценочные суждения о других.

Подготовка к тренингу начинается с разработки программы тренинга и содержания его занятий и упражнений. Важно, чтобы каждое занятие имело целостный, заверченный вид и было направлено на решение конкретных задач.

Метод мозгового штурма – это способ коллективного поиска решений для самых разных задач. Его используют в сферах, связанных с анализом информации, где нужно придумывать новые продукты и создавать креативные концепции, например, в рекламе и маркетинге, при разработке проектов. Целью мозгового штурма является получение нестандартных и эффективных решений в условиях ограниченного времени. Добиваются этого за счет генерирования максимального количества разнообразных идей в процессе совместного обсуждения в команде.

Мозговой штурм проводится в несколько этапов.

1. В начале перед участниками процесса четко ставится задача – чего нужно достичь и в какие сроки, какое количество идей необходимо предложить, кто является заказчиком, какой продукт команда в итоге произведет.

2. Затем команда переходит к генерированию идей. На этом этапе все участники мозгового штурма предлагают варианты решения проблемы чем больше, тем лучше. Здесь важно не отметить даже самые абсурдные, на первый взгляд, идеи, а тщательно фиксировать все предложения. На этом этапе жестко пресекаются любая критика и оценка идей.

3. После того как все предложения зафиксированы и есть из чего выбрать, можно переходить к оценке и анализу. Это экспертный этап, где включаются критическое мышление и навыки систематизации, взвешивание

всех за и против, при котором отбираются только самые подходящие идеи. На этом этапе ни в коем случае нельзя критиковать авторов идей, которые не войдут в шорт-лист лучших. Это противоречит концепции брейнсторминга.

Существует несколько основных методов *мозгового штурма*.

Метод мозговая осада уменьшает опасность того, что хорошая идея будет незаслуженно раскритикована. Чтобы этого не случилось, каждую выдвинутую идею развивают до самого конца. Метод требует большого количества времени, но дает результаты, подтвержденные аргументами и доказательствами.

Метод «635» состоит в том, что шесть человек записывают по три идеи за пять минут. Затем члены группы индивидуально знакомятся с предложениями друг друга и в течение пяти минут анализируют их. За 30 мин. получается 18 проработанных предложений, которые потом коллективно обсуждаются, и из них выбирается лучшее решение.

Метод корабельного совета предполагает высказывание мнений в порядке иерархии. Первым о своей идее говорит «юнга», последним – «капитан», но на рассмотрение можно предложить только одну идею.

Мозговой штурм онлайн может проводиться на многопользовательских интернет-сервисах: мессенджере, форуме, чате, платформах для видеоконференции. Преимуществом этого метода является то, что не возникает боязнь оценки, так как генераторы идей могут остаться анонимными.

Метод «Ролевая игра». Людям свойственно увязать в своих собственных взглядах. Ролевые игры помогут по-новому взглянуть на вещи, примерив на себя другую личность. Можно использовать шляпу или мешок с нарезанными бумажками. На каждой бумажке написать чье-то имя. Это могут быть имена знаменитостей, исторических деятелей и т. д. Участники по очереди вытягивают бумажку и выдают идеи от лица человека, чье имя написано на ней. А что предложил бы Димаш Кудайберген? А что бы сказала Маншук Маметова? Это отличный способ уйти от собственных предрассудков и освежить свой взгляд.

Метод «Звезда». На листе бумаги или доске рисуется звезда, в центре которой пишется сложность, проблема или возможность, которой посвящен мозговой штурм. Например, организация нового конкурса. У каждой вершины внутри звезды записывается по одному из следующих слов: «кто», «что», «когда», «где», «почему» и «как». Далее записываются вопросы, начинающиеся с этих слов. Например: «Кто будет ведущим конкурса?» или «Кто составляет сценарий?» Постарайтесь придумать как можно больше вопросов, очевидных и неочевидных, для каждого слова.

Деловые игры занимают одно из первых мест среди наиболее перспективных методов обучения. Они используются для тренировки, развития творческого мышления, формирования практических умений и навыков. Деловые игры позволяют стимулировать внимание и повышать интерес к занятиям, активизировать и обострять восприятие учебного

материала.

Деловая игра дает возможность проиграть практически любую конкретную ситуацию в лицах, что позволяет лучше понять психологию людей, встать на их место, понять, что ими движет в тот или другой момент реального события.

Деловая игра среди активных методов обучения занимает особое место, так как она может включать в себя другие методы: анализ конкретных ситуаций (в том числе и кейс-стади: об этом методе см. ниже), мозговой штурм, решение практических задач, дискуссию, моделирование и пр.

Эффективность деловой игры во многом зависит от тщательности ее подготовительного этапа и особенно от продумывания игрового сюжета. Если игровой сюжет продуман слабо, игра будет искусственной, натянутой, не произойдет естественной динамики событий. В таком случае учителю придется постоянно побуждать участников к действию. Поэтому сюжет должен содержать в себе объективное противоречие, побуждающее к столкновению ролевых образов. Ролевые функции должны быть четкими, но не ограничивающими свободу импровизации в поведении участников.

Деловая игра в условиях антибуллинговой тематики – это в определенном смысле репетиция выстраивания отношений обучающихся в коллективе.

Подготовка к деловой игре начинается с разработки сценария, где обозначаются:

- 1) учебная цель;
- 2) описание изучаемой ситуации;
- 3) задачи;
- 4) план деловой игры;
- 5) общее описание процедуры игры;
- 6) содержание ситуации;
- 7) характеристика действующих лиц;
- 8) права и обязанности экспертов;
- 9) критерии оценивания и аппарат измерения.

Процедура деловой игры включает несколько этапов.

Организационно-подготовительный этап:

- 1) обосновываются актуальность и цели деловой игры;
- 2) объединение в игровые группы;
- 3) игровым группам выдается пакет материалов;
- 4) распределяются роли;
- 5) оглашаются регламент и условия игры;
- 6) командам представляются эксперты;
- 7) участники занимают места, обозначенные табличками и подписями.

Этап изучения ситуации

Игровые команды изучают ситуацию, инструктивные материалы. При необходимости участники обращаются к ведущему или менторам за разъяснениями.

Ход игры

Игровые команды ведут обсуждение внутри группы, предлагают варианты действий. Каждый участник стремится к достижению коллективной цели, отстаивает свои позиции согласно предписанной роли. Основная задача – выработка правильного коллективного решения в определенные сроки.

Решение принято. Представитель игровой группы доводит его до сведения окружающих. Основные требования к выступлению: обоснованность принятого решения, лаконичность, последовательность изложения позиций.

Капитан игровой группы отвечает на вопросы.

Этап предварительного анализа:

- 1) выступление экспертов, которые производят разбор игры;
- 2) обмен мнениями;
- 3) защита командами своих решений, оспаривание выводов.

Этап оценки

Эксперты оценивают:

- 1) степень достижения поставленных целей;
- 2) указывают причины невыполнения отдельных задач;
- 3) выставляют окончательные оценки участникам игры в баллах;
- 4) председатель экспертов констатирует достигнутые результаты, отмечает ошибки, формулирует окончательный итог игры.

Оценка исполнителей дается по следующим показателям:

- 1) логическая обоснованность и верность принятых решений;
- 2) умение быстро ориентироваться в ситуации;
- 3) эмоциональная выразительность сыгранной роли.

Метод кейс-стади (case-study). Этот метод обучения на развернутых практических ситуациях, имитирующих реальную деятельность, на типичных примерах и частных случаях.

Цель технологии ситуативного обучения состоит в том, что основной акцент делается не на овладение готовыми знаниями, а на их самостоятельное добывание в процессе субъект-субъектного взаимодействия в системе «учитель – ученик». Партнерство в процессе овладения знаниями (общение на равных) является одним из основных принципов данной технологии обучения.

У участников кейс-стади есть свои функциональные роли. Обучающимся важно:

- 1) ознакомиться с материалами кейса, осмыслить идеи занятия;
- 2) выделить проблемы, которые выходят на первый план, и обдумать их;
- 3) обсудить ситуационную модель;
- 4) выдвинуть свои предложения, пробные (предварительные) выводы по решению проблемной ситуации.

Функции педагога

1. Разработка модели конкретной проблемной ситуации, которая сложилась в реальной жизнедеятельности субъекта. Эта модель представляет собой пакет учебного материала – кейс (текст объемом от 2–3 страниц). В

тексте должно присутствовать противоречие (проблемная ситуация, конфликт) – предмет обсуждения.

2. Определение места кейса в структуре всего учебного курса, а также его место в структуре учебного занятия (или нескольких занятий).

3. Выбор ключевых вопросов, которые привлекут внимание слушателей к важным аспектам ситуационного задания, будут способствовать организации мысли, подтолкнут к активной совместной деятельности.

4. Ознакомление обучающихся с целью, условиями и правилами работы с кейсом (заданной ситуацией).

5. Рассмотрение таких дискуссионных вопросов, которые позволили бы обучающимся последовательно давать ответы «с чем имеем дело?», «что необходимо сделать?», «что это значит?»

6. Обеспечение главного направления дискуссии, поддержка общего контекста ситуационного упражнения, оказание помощи в развитии идей, побуждение к рассуждениям, подведение обсуждения к определенным выводам.

7. Привлечение обучающихся к анализу выводов и написанию резюме дискуссии.

8. Создание психолого-педагогических условий для смены действительных ролей обучающегося в ситуационном обучении – преобразование его из объекта в субъект этого процесса.

9. Анализ творческой деятельности обучающихся и принятых ими решений.

Особенности метода кейс-стади:

1) командная работа обучающихся в творческих группах;

2) моделирование реальной динамической ситуации, которая может возникнуть в школьном коллективе, классе;

3) наличие в ситуационном задании проблемы или конфликта (проблема может быть задана или условиями игры, или объективно возникать при необходимости управления объектом в условиях смены ситуации);

4) наличие в ситуации проблемы, которая требует самостоятельных, не шаблонных решений;

5) наличие мотивации, которая побуждает участников игры действовать, как в реальной жизни.

Результатом использования кейс-стади являются не только полученные знания, но и сформированные навыки ответственной личности, ее значимых качеств.

Предлагаем занятия для обучающихся 1–11 классов школ и 1–2 курсов колледжей.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 КЛАССА
по проекту «Мы разные, мы равные»

*Без единства ни в одном деле толку нет.
Казахская народная мудрость*

Занятие 1 для обучающихся 1 класса
Тема «Хорошо, что я такой!»

Цель: формирование позитивного отношения к себе и другим через осознание общих и уникальных качеств личности.

Задачи

1. Сформировать у обучающихся осознание собственных особенностей и уникальности каждого человека.
2. Расширить понимание равенства прав и значимости уважительного отношения к окружающим независимо от различий.
3. Развивать навыки позитивного общения, эмпатии и сотрудничества в коллективе.

Ресурсы: колонки, коробка, яблоко, картофель, гранат, ручки, цветные карандаши, карточки с изображениями, бумага А4, лучики из желтой бумаги, клей или скотч, маленькое зеркальце.

Ход занятия

I. Введение

Игра «Нащупай разницу» (упражнение на развитие когнитивных, эмоциональных, физических и социальных навыков)

Обучающимся предлагается обратить внимание на коробку с сюрпризами, которая стоит на столе. Учитель приглашает трех обучающихся достать из коробки предметы, предварительно определив на ощупь, что там лежит. (В коробке лежат яблоко, картофель, гранат.)

Учитель дает детям задание определить, что между этими предметами общего и что их отличает друг от друга. Итоги фиксируются на доске.

<i>Картофель, яблоко, гранат</i>	
Что общего?	Каковы различия?
1. Округлая форма. 2. Есть кожура, мякоть. 3. Все они съедобные. 4. Полезны для здоровья (содержат витамины).	1. Особенности формы: картофель овальный, неровный, шершавый; у граната твердая шершавая корка, хвостик; яблоко гладкое, круглое. 2. Разные места произрастания: картофель – в земле на огороде, гранат и яблоко – на деревьях в саду.

- | | |
|--|---|
| | <ol style="list-style-type: none">3. Относятся к разным родовым группам: картофель – овощ, яблоко и гранат – фрукты.4. Разные по вкусу.5. Разные по цвету.6. Содержат разные витамины. |
|--|---|

Вопросы

1. Какие еще можете назвать предметы, которые одновременно имеют общее и различия? (Еда, напитки, одежда и т. п.)
2. Можем ли мы так сказать про людей, про нас с вами?
3. Много ли у нас с вами общих черт и различий? (*Ответы детей*)

Игра с карточками «Найди свою пару»

Каждому обучающемуся раздается по одной карточке с изображением предмета или явления, знакомого детям (например: яблоко, мяч, мороженое, котенок, книга, цветок и т. д.). В классе предусмотрено по два экземпляра каждой карточки, чтобы у каждого ребенка была возможность найти «свою пару».

После получения карточек обучающиеся встают и начинают свободно перемещаться по классу. Их задача – найти другого ученика с такой же карточкой. Для этого они подходят друг к другу и показывают свои карточки. Если изображения совпадают, пара формируется. Если нет, дети идут дальше. Когда ученик находит свою «пару», они вместе хлопают в ладоши и садятся вдвоем за ближайшую парту.

После того как все пары сформированы, учитель дает короткое задание – обсудить, что еще общего между ними, кроме картинки (например, любимый цвет, игра, мультфильм и т. д.). Если дети затрудняются, учитель может предложить варианты на доске.

Учитель заранее чертит на полу две линии (можно использовать мел, цветную ленту или скотч): одну на старте, другую напротив на расстоянии нескольких шагов. Все ученики становятся за начальную линию. Затем учитель по очереди называет добрые или хорошие качества и поступки. Если ребенок узнает себя в этом описании, то он делает шаг вперед к следующей черте.

Примеры фраз, которые можно использовать

1. Кто помогает родителям, сделайте шаг вперед.
2. Кто заботится о младших, ...
3. Кто любит своих друзей, ...
4. Кто проявляет уважение к взрослым, ...
5. Кто говорит другим добрые слова, ...
6. Кто делает добрые поступки, ...

После каждой фразы класс может похлопать, поднять большой палец вверх или просто улыбнуться. Это создает теплую атмосферу и усиливает чувство ценности каждого ребенка.

Когда упражнение закончится, учитель подводит общий вывод:

Посмотрите, как много у нас с вами хороших качеств. Мы с вами все разные, но равные в том, что все мы стремимся быть хорошими и доброжелательными людьми!

II. Основная часть

Учитель: – Мы можем иметь разные умения, силу, способности и тем самым отличаться друг от друга. В этом заключается уникальность каждого человека в отдельности. Но есть такие качества, которыми должны обладать абсолютно все люди».

Учитель называет эти качества: быть доброжелательным к окружающим, проявлять уважение, помогать друг другу, уметь слышать себя и других. Обучающимся предлагается дополнить этот список.

Далее учитель проводит игру.

Игры на выбор	
<p><i>Ролевая игра «Интервью с супергероем»</i></p> <p>Учитель предлагает учащимся распределиться по парам. В каждой паре есть один опрашиваемый (супергерой, персонаж из фильма, мультфильма или сказки) и один интервьюер, который задает герою интересные его вопросы. Например:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Как тебя зовут? 2) Твой любимый цвет? 3) Любимый фильм / мультфильм? 4) Любимая песня? 5) Любимая книга / сказка? 6) Любимое блюдо? 7) Любимый стиль одежды? 8) Любимое хобби? 9) Твои лучшие качества? 10) Кем ты хочешь стать, когда вырастешь? 11) Какая у тебя мечта? <p>Во время интервью участникам разрешается фантазировать и давать ответы за супергероя, а можно отвечать от себя.</p> <p>Для креативного проведения интервью предлагается использовать</p>	<p><i>Игра «Разыскивается»</i> (альтернатива игре «Интервью со звездой»)</p> <p>Учитель раздает учащимся бумагу формата А4 и просит их составить объявление о себе (набросать примерный портрет, привести сведения о росте, цвете волос, глаз, хобби и завершить текст словами: «Последний раз видели там-то...») Основное условие – не указывать имена.</p> <p>Затем учащиеся размещают листы на стене, и класс пытается найти автора каждого объявления.</p>

ручки, карандаши в качестве микрофона.	
--	--

Учитель предлагает посмотреть видеоролик с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен» на тему «Что скрывает улыбка» по ссылке: <https://youtu.be/iq11ERynzIs?si=v8ABleIcK-gltUF->

Вопросы

1. Что чувствует девочка?
2. Почему ей страшно и грустно?
3. Что она может сделать, чтобы помочь себе?

Групповая работа: кейс-стади

Учитель делит класс на три группы. Каждой группе предлагается кейс для рассмотрения и поиска его решения.

1. В школе на перемене Тимур увидел двух дерущихся одноклассников. Что делать? Опиши его действия.
2. У Алии на планшете есть популярная игра, в которую хочет поиграть каждый. Как попросить у нее планшет так, чтобы никто не обиделся?
3. Кайрат очень сильно обидел своего друга, неосторожно нагрубив ему во время игры в догонялки. Что нужно сделать мальчику, чтобы помириться со своим другом?

III. Проектная деятельность

Задание. Послушайте историю. Ответьте на вопрос: что интересного в ваших одноклассниках?

В одном небольшом казахстанском городке жила девочка по имени Айгуль. Она была тихая, застенчивая и не любила шумные игры. У неё были большие очки, она часто носила старую куртку и больше всего любила читать книжки и рисовать животных.

Другие дети часто смеялись: – Ой, Айгуль, ты как бабушка! Всё в книжках да в тетрадках!

– Почему ты не играешь в догонялки? Скучная!

Айгуль становилось грустно. Она начинала думать: «Наверное, я и правда странная. Может, со мной что-то не так...»

Но однажды в школу приехал художник из города. Он хотел провести конкурс рисунков среди всех детей аула. Все начали рисовать: кто юрту, кто верблюда, кто цветы.

Айгуль нарисовала степь, закат и пастуха с домброй в руках. Её рисунок получился волшебным – как будто живой.

Художник долго смотрел на работу Айгуль, а потом спросил: – Кто это нарисовал?

Все с удивлением повернулись к Айгуль.

– Это я, – тихо сказала она.

– У тебя настоящий талант, – улыбнулся художник. – Ты видишь мир сердцем. Это редкий дар.

С тех пор одноклассники начали относиться к Айгуль с уважением. Они просили ее научить их рисовать, слушали её рассказы и даже стали читать книги, которые она приносила. А Айгуль перестала думать, что с ней что-то не так. Она поняла: быть собой – это самое лучшее.

Вопрос учителя

Что важнее всего в человеке?

Вывод. Каждый человек особенный. Даже если ты не такой, как все, в тебе есть талант и добро. Главное – не терять веру в себя.

Учитель: – Иногда так бывает и среди людей: мы оцениваем человека по внешности, не замечая его душевных качеств. Поэтому нужно помнить, что, если человек не похож на нас, выглядит по-другому – не так, как мы, это еще не значит, что он плохой. Любого человека нужно оценивать не по внешности, а по его делам, поступкам.

Задание по проекту: подумать, чем интересен каждый из ребят класса. Составить общую историю «Мои одноклассники» на основе мнения каждого.

Для выполнения этого задания учитель заранее распределяет, кто о ком расскажет.

IV. Заключение

Упражнение «Солнечные лучики»

Для этого упражнения понадобятся: заранее вырезанные из желтой бумаги лучики (по 4–5 на ребенка), большой нарисованный круг на доске, клей или скотч, маленькое зеркальце.

Учитель начинает с интригующего вступления: Ребята, у нас сегодня особенная задача! Видите это солнышко на доске? Оно пока без лучиков, и нам предстоит его «оживить». Но не просто так: каждый лучик будет означать что-то очень важное и доброе в нашем классе.

Дети внимательно рассматривают заготовку. Учитель продолжает: Давайте попробуем угадать, какие лучики могут быть у нашего солнышка. Какие добрые качества есть в нашем классе?

Дети начинают предлагать варианты: дружба, помощь, вежливость и т. д.

Учитель записывает некоторые идеи на доске, затем берет первый лучик: Я добавлю первый лучик – доброта, потому что в нашем классе много добрых ребят. А теперь каждый из вас добавит свой лучик.

Учитель раздает детям бумажные лучики и помогает им сформулировать: «Саша, ты всегда аккуратно складываешь свои вещи. Давай сделаем лучик аккуратность. Маша, ты часто помогаешь другим. Может быть, лучик взаимопомощь?»

Когда все лучики прикреплены, учитель делает паузу и достает зеркальце: «А теперь самый главный секрет нашего солнышка. Видите, в центре пусто? Давайте поместим туда самое важное».

Учитель прикрепляет зеркальце в центр солнышка так, чтобы дети могли видеть свои отражения. «Смотрите! Самый главный лучик – это вы сами, ваши

добрые сердца! Каждый из вас делает наше классное солнышко таким теплым и ярким».

Вопросы

1. Кто может назвать лучик, который особенно понравился?
2. Какие чувства вы испытываете, глядя на наше общее солнышко?
3. Почему в центре оказалось зеркальце?

Если кто-то из детей сомневается, учитель мягко напоминает: Помнишь, как ты вчера поделился красками? Разве это не заслуживает лучика щедрость? А когда ты помог собрать книжки – это же взаимопомощь.

В завершение учитель подводит итог: –Теперь наше солнышко будет напоминать нам, что в каждом из вас есть много хорошего. И когда кому-то будет грустно, можно просто посмотреть на него и вспомнить, какие вы все замечательные!

Занятие 2 для обучающихся 1 класса
Тема «Богатство в многообразии, а сила в единстве»

Цель: развитие навыков командной работы и чувства принадлежности к классу.

Задачи

1. Способствовать развитию у обучающихся стремления быть частью коллектива и ощущать свою принадлежность к классу.
2. Обогащать представления детей об уважительном и доброжелательном отношении к одноклассникам.
3. Приучать обучающихся к командной работе, безоценочному восприятию и проявлению эмпатии.

Ресурсы: бумага формата А4, ручки, карандаши, коробка, колонки, изолента.

Ход занятия

I. Введение

Приветствие-разминка

Цель: взбодрить детей, активизировать память и внимание, настроить на занятие и продуктивное взаимодействие.

Проводится с применением игр, добрых пожеланий одноклассников друг другу и др. на усмотрение учителя.

Упражнение «Улыбка»

Данное упражнение хорошо показывает роль невербальных средств общения при взаимодействии с другими людьми. Ведь не просто так говорят: важно не что человек говорит, важно, как он это говорит.

Материал: любой предмет.

Игра по типу «горячо-холодно».

Вызывается один доброволец. Он выходит за пределы помещения. С остальными участниками обсуждается, куда спрятать предмет.

Задача участников – невербально, используя только улыбку, направлять добровольца к предмету. Широкая улыбка означает, что выбранное направление верно, равнодушное выражение лица – неверно.

После разминки объявляется тема занятия.

II. Основная часть

Мини-упражнение «Поддержка»

Цель: помочь детям почувствовать поддержку и уважение товарищей.

Учащимся нужно встать парами лицом друг к другу. Стоять надо на одной ноге, не сходя с места. Когда детям становится трудно стоять на одной ноге, предложить подать друг другу руки. Дети увидят и поймут, что так устоять легче.

После игры учитель задает *вопросы*

1. Почему, когда вы подали друг другу руки, вам стало легче стоять?
2. Что вы почувствовали, когда вам помогли?
3. Как вы думаете, важно ли помогать другим людям?

Далее учитель проводит упражнение на выбор.

Упражнения на выбор	
<i>Цель упражнений:</i> выработка стратегий командного взаимодействия в коллективе; понимание ценности командных отношений.	
<p>Групповая игра «Сила единства»</p> <p>Учитель делит учащихся на группы и просит распределиться по парам каждую группу. Группам выдаются мелкие предметы, такие как игрушка, шахматная фигура. Учитель объясняет правила игры: удерживая предметы только указательными пальцами, надо одновременно сесть и одновременно встать, не уронив предметы. Затем это же упражнение выполняется по 5 человек, затем по 7, и каждый раз количество участников вырастает. На следующем этапе это же упражнение выполняется всем классом.</p>	<p>Упражнение «Переходим реку вброд с закрытыми глазами»</p> <p>Упражнение готовится педагогом заранее. В трех-четыре метра друг от друга наклеиваются линии-ограничители. Между ними в размер шага в хаотичном порядке на пол наклеиваются листы формата А4. Учащиеся просят рассчитаться на первый-второй-третий. Далее дети подходят к одной из линий.</p> <p><i>Инструкция.</i> С настоящего момента у участников с номером «три» закрыты глаза, и они не могут говорить. Все классу необходимо перебраться из пункта А в пункт В. Сейчас вы находитесь в пункте А. Между линиями есть кочки. Вы можете наступать только на них. Если кто-то «сорвется» с кочки, весь класс возвращается в пункт А и начинает движение сначала. Если нарушаются другие правила, класс также возвращается назад и начинает задание сначала. Задание считается выполненным, когда весь класс окажется в пункте В.</p> <p>Альтернативные условия для выполнения упражнения: поделить учащихся на 2–3 группы, завязать глаза одному из участников каждой группы, в то время как остальные дети, направляя, доводят его до финиша.</p>

<p><i>Обсуждение</i> Что помогло вам удержать предмет? Когда было легче: в меньшей группе или большой? Почему важно договариваться в команде?</p>	<p><i>Обсуждение</i> Как вы себя чувствовали, когда вам подсказывали? Было ли сложно довериться? Почему важно уметь слушать и доверять в коллективе?</p>
--	---

III. Проектная деятельность

Задание по проекту

Заслушать высказывание каждого ученика об однокласснике.

Вывод учителя: – Какая познавательная история получилась! Все ребята в классе чем-то интересны!

Задание к следующему занятию

Выполнить рисунок «Мой удивительный класс». Оформить выставку рисунков.

IV. Заключение

Упражнение

Учитель на бумаге формата А4 пишет слова вразброс по теме, например, поддержка, ежик, дружба, солнце и т.д., разрезает на части ножницами, формируя рукодельную мозаику. Затем делит класс на 3–4 группы по 6–7 человек, задает на время собрать из кусочков изображение, чтобы дети смогли прочесть слова. Кто первый собрал мозаику, та команда и читает первой. После окончания все друг другу хлопают.

Рефлексия

Упражнение «Цветная ладошка»

Ученикам предлагается выбрать цвет, который отражает их отношение к занятию, раскрасить свою ладонь и оставить отпечаток на общем ватмане.

Толкование цветов

- 1) Зеленый – «Мне понравилось, было полезно и интересно».
- 2) Желтый – «Мне было интересно, но что-то было сложно».
- 3) Красный – «Было трудно, мне не все понятно».

В завершение занятия учитель благодарит детей за активную работу, говорит добрые слова каждому участнику и подводит итог: – Мы все очень разные: по характеру, интересам, внешности. Но когда мы вместе, помогаем друг другу и поддерживаем, то становимся сильной и дружной командой. В многообразии наша красота, а в единстве сила!

Занятие 3 для обучающихся 1 класса
Тема «Ты и я – мы с тобой друзья!»

Цель: формирование навыков позитивного общения и сотрудничества.

Задачи

1. Совершенствовать навыки позитивного общения и командообразования.
2. Сформировать правила общения и поведения для успешного взаимодействия в классе.
3. Развивать умение понимать и слышать друг друга.

Ресурсы: колонки, пластилин, цветная бумага, бумага формата А4, карандаши цветные, газетные листы, маркеры, ватман.

Ход занятия

I. Введение

Разминка «Сделай, как я»

Учитель предлагает детям выполнить простую разминку. После каждой строчки учитель показывает соответствующее движение, а дети повторяют его хором и двигаются вместе с ним. Перед началом упражнения можно сказать: – Сейчас мы вместе сделаем веселую зарядку, которая покажет, что в нашем классе у каждого есть свои особенности, но вместе мы сильные и дружные.

Текст рифмы и движения к каждой строке

1. «Ты умеешь быстро бегать» – дети бегают на месте, высоко поднимая колени.
2. «Я люблю скорее петь» – прикладывают ладонь к губам, как будто поют в микрофон.
3. «В этом классе есть у каждого» – указывают на себя, на соседей, показывают в разные стороны.
4. «Чем гордиться, что отметить?» – делают круг руками перед грудью, как будто держат что-то важное, затем хлопают в ладоши.

После одного полного повторения можно пройтись по рифме второй раз чуть быстрее или с большей энергией, поощряя детей радоваться и участвовать всем телом.

Эта разминка помогает детям включиться в занятие, почувствовать контакт с классом и перейти к следующему этапу в положительном эмоциональном состоянии.

II. Основная часть

Мини-рассказ «Асан қайғы – мудрец, который мечтал о земле добра»

Когда-то давно в казахских степях жил великий мудрец по имени Асан қайғы. Его имя переводится как Асан-печаль, потому что он много думал о судьбе народа и переживал за его будущее. Он был не просто мыслителем, но и поэтом, философом, старейшиной и советником ханов.

Асан қайғы много путешествовал по бескрайним степям, горам, рекам. Он не искал золото или славу. Он мечтал найти особое место – Жерұйық. Это была земля мира, справедливости и согласия, где все люди живут дружно, где

никто не обижает другого, где каждый чувствует себя в безопасности и нужным. Теперь его мечта превратилась в надежду, а надежда живет в каждом добром деле.

Упражнение «Путешествие к месту назначения»

После рассказа об Асан кайғы учитель объясняет детям, что сегодня они тоже станут путешественниками. Но их путь будет необычным. Вместо гор и степей они пройдут через станции, каждая из которых поможет узнать, как строится настоящая дружба.

Инструкция. В классе заранее обозначаются остановки маршрута. Их можно нарисовать на полу, выложить бумагой или отметить стикерами. Учитель рассказывает, что у каждой станции есть свое название и задание, которое нужно выполнить вместе. Ученики становятся в круг или в колонну по парам и начинают двигаться по маршруту. На каждой остановке учитель кратко объясняет, что нужно сделать.

Путешествие начинается со «Страны добрых слов». Здесь каждый ребенок говорит соседу приятное слово. Это может быть благодарность, комплимент или просто теплая фраза.

Затем дети переходят в «Лес помощи». На этой остановке нужно помочь друг другу, подать упавший предмет, поддержать жестом, улыбкой или словом. Для упрощения можно подготовить заранее сценарии помощи.

Далее маршрут ведет к «Мосту прощения». Здесь дети немного молчат, вспоминают момент, когда кого-то обидели или сами были обижены. После этого мысленно говорят: «Я прощаю» или «Я хочу, чтобы меня простили». Следующая остановка – «Площадка дружных игр». Ученики вместе выполняют короткое веселое задание: передают мяч, хлопают в ладоши или повторяют движения друг за другом. После этого все поднимаются на «Гору согласия». Здесь весь класс встает плечом к плечу и одновременно поднимает руки вверх, произнося вслух: «Біз біргеміз!» – «Мы вместе!». Так они показывают, что умеют быть единым и дружным коллективом.

Финальной точкой маршрута становится «Страна дружбы». Там размещен ватман, стенд или большой лист бумаги, на которой каждый ребенок оставляет символ своего участия. Это может быть наклейка, отпечаток ладони, маленький рисунок или просто имя. Таким образом дети создают общее пространство, где каждый важен.

Когда путешествие завершено, учитель предлагает детям поделиться своими впечатлениями.

Вопросы

1. Что запомнилось больше всего?
2. Где было особенно приятно?
3. Было ли что-то сложное?
4. Хотели бы вы, чтобы наш класс всегда оставался таким же дружным?

В завершение учитель благодарит детей за участие, отмечает, как красиво они прошли этот путь, и говорит, что настоящая дружба начинается с маленьких шагов: с доброго слова, внимания и желания быть рядом.

Упражнение «Правила общения в классе»

Учитель предлагает составить правила общения и поведения в школе, написав их маркерами на ватмане. Получившийся плакат после выполнения задания можно вывесить в классе.

Вопросы

1. Как вы думаете, что необходимо для того, чтобы общаться дружно, сохранять мир и согласие в нашем классе?
2. Какие правила нужно соблюдать для успешного сотрудничества?

Примеры правил

Правило 1. Говорить по очереди, не перебивать друг друга.

Правило 2. Не использовать в обращениях грубые выражения.

Правило 3. Если что-то непонятно, нужно обязательно переспросить.

Правило 4.

Правило 5.

III. Проектная деятельность

Задание. Рассмотрите выставку рисунков «Мой удивительный класс». Ответьте на вопрос «Почему нам интересно жить?». Сделайте из рисунков книжку-раскладку «Мы все разные, но все важные». Представьте книжку на занятии «В мире с собой и другими», дополнив рисунки историей.

IV. Заключение

Упражнение «Живой флешмоб»

Инструкция. Учитель объясняет детям, что будет называть разные ситуации, и если они с ними согласны, нужно выполнить указанное движение. Это не соревнование, а способ порадоваться своим хорошим поступкам. Завершает упражнение общее действие «Мы вместе!»: дети делают круг руками или касаются ладоней друг друга.

Примеры фраз

1. Если ты сегодня улыбнулся другу, хлопни в ладоши!
2. Если ты помог кому-то, повернись вокруг себя!
3. Если ты сказал доброе слово, подпрыгни один раз!
4. Если ты играл с кем-то новым, покажи сердечко руками!
5. Если тебе было весело, сделай большой круг руками!
6. Если ты заметил, что кто-то грустил, помаши рукой!
7. Если ты хочешь, чтобы в классе была дружба, шагни вперед!
8. Если ты готов быть добрым и завтра, сделай два хлопка!

В конце учитель говорит: А теперь все вместе скажем: «Біз біргеміз!» / «Мы вместе!» и похлопаем друг другу.

Занятие 4 для обучающихся 1 класса

Тема: «В мире с собой и другими»

Цель: развитие умения осознавать свои чувства и поведение, строить уважительные и доброжелательные отношения со сверстниками.

Задачи

1. Усилить потребность обучающихся в создании и поддержании уважительной и дружелюбной атмосферы в классе.
2. Развить навыки достижения согласия и взаимопонимания в коллективе.
3. Формировать потребность в понимании своих эмоций и эмоций других.

Ресурсы: бумага формата А4, ручки, цветные карандаши, проектор.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Самый лучший»

Для этого упражнения понадобится небольшая сумочка или красивая коробочка и зеркальце размером 6–9 см. Зеркальце нужно закрепить внутри так, чтобы, когда ребенок откроет сумочку, он сразу увидел бы свое отражение.

Учитель начинает с интригующего вступления: – Ребята, у меня здесь спрятан портрет самого доброго, отзывчивого и замечательного человека в нашем классе! Давайте попробуем угадать, кто это. Дети высказывают свои предположения, называя имена одноклассников и объясняя свой выбор.

После того как все варианты высказаны, учитель предлагает каждому ученику по очереди заглянуть в сумочку и посмотреть на «портрет». Важно попросить детей не говорить вслух, что они увидели, чтобы сохранить интригу для остальных. Когда все заглянут внутрь, окажется, что каждый увидел свое отражение в зеркале.

Вопросы

1. Кто согласен с увиденным?
2. А кто не согласен? Почему?
3. Какие чувства у вас вызвало увиденное?

Если кто-то из детей сомневается, можно мягко напомнить о его хороших поступках: «А помнишь, как ты вчера помог другу? Разве это не добрый поступок?» Также можно спросить: «Какие чувства у вас вызвало это упражнение? Что вы почувствовали, когда увидели себя?»

II. Основная часть

Упражнение «Лаборатория понимания»

Для этого упражнения понадобятся: заранее подготовленные цветные очки (из прозрачной пленки или цветной бумаги), карточки с изображением различных ситуаций, мольберт или доска для записи идей.

Учитель начинает с интригующего вступления: – Ребята, сегодня мы с вами станем настоящими учеными! В нашей лаборатории есть особенные приборы – волшебные очки. Они помогают увидеть то, что обычно скрыто от

глаз – чувства других людей.

Дети с интересом рассматривают разноцветные очки. Учитель продолжает: – Давайте проверим, как работают наши приборы. Представьте, что через эти стекла мы видим не просто мир, а эмоции и переживания людей вокруг нас. Учитель берет первую карточку с ситуацией: – Перед нами первая задача: мальчик уронил портфель, и все тетради рассыпались. Как наши очки помогут понять, что он чувствует? Дети по очереди надевают очки и высказывают предположения: «Он расстроен», «Ему нужна помощь», «Он смущается» и т. д. Учитель записывает все идеи на доске.

Затем учитель предлагает практическое задание: – А теперь давайте протестируем наши очки в действии. Кто хочет показать, как можно помочь в этой ситуации?». Дети разыгрывают сценку помощи, после чего учитель подводит промежуточный итог: – Отлично! Наши очки действительно работают: вы смогли увидеть чувства и найти правильное решение.

Учитель переходит к следующей карточке: – Следующая задача сложнее: девочка плачет в углу класса. Что говорят нам очки о ее состоянии? Дети снова надевают очки и анализируют ситуацию: «Ей грустно», «Может быть, ее обидели», «Нужно ее утешить». Учитель записывает новые варианты.

Вопросы

1. Какие эмоции вы смогли «разглядеть» через волшебные очки?
2. Почему важно замечать чувства других людей?
3. Как можно помочь, когда видишь, что кому-то грустно или обидно?

Если кто-то из детей затрудняется, учитель мягко направляет:

– Помнишь, как вчера ты заметил, что твой друг расстроен? Что ты тогда сделал? Давай применим этот опыт сейчас.

В завершение работы учитель делает важное обобщение: – Сегодня мы с вами сделали важное открытие – специальные приборы не нужны, чтобы видеть чувства других. Достаточно быть внимательным и добрым, тогда сердце само становится такими волшебными очками!

III. Проектная деятельность

Защита проекта. Презентация книжки-раскладки «Мы все разные, но все важные»

Беседа по вопросам

1. Почему важно понимать уникальность других людей?
2. Что укрепляет дружбу?

IV. Завершение

Упражнение «Если бы я был...»

Инструкция. Учитель предлагает ученикам продолжить фразы. *Начало фраз:*

1. Если бы я был новеньким в классе, я бы ...
2. Если бы я видел, что кому-то грустно, я бы ...
3. Если бы я увидел, что кто-то сидит один, я бы ...
4. Если бы я знал, как помочь, я бы ...
5. Если бы я был настоящим другом, я бы ...

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 2 КЛАССА по проекту «Я + Ты = Мы»

Без единства ни в одном деле толку нет.
Казахская народная мудрость

Занятие 1 для обучающихся 2 класса Тема «Мой дружный коллектив, и я в нем»

Цель: формирование дружного классного коллектива.

Задачи

1. Расширять представления обучающихся о значении дружбы в жизни человека, качествах настоящего друга и правилах поведения с друзьями.
2. Развивать умение проявлять дружеские качества и применять их в процессе взаимодействия с одноклассниками.
3. Мотивировать на проявление чуткости и внимательности в общении с окружающими.

Ресурсы: таблички с фрагментами содержания пословиц, карточки с незаконченными фразами, бумага формата А1 (ватман), фломастеры, постеры, презентация.

Ход занятия

I. Введение

Раскрытие понятия *дружба*. Пословицы о дружбе

Игра «Собери пословицу»

Учитель: – Прочитайте части пословиц. Соберите части в целое и прочитайте пословицы, которые у вас получились.

Раздаточный материал – карточки с фрагментами: «Друга ищи», «а найдешь – береги», «Дружба не гриб – », «в лесу не найдешь», «Дружба, что стекло: сломаешь – », «не починишь».

Обсуждение, по завершении вывод: Дружба – это дар, данный человеку. Поэтому каждый из нас не только должен ценить истинных друзей, но и сам быть хорошим другом.

История о дружбе

Как-то два друга много дней шли по пустыне. Однажды они поспорили, и один из них сгоряча дал пощечину другому. Друг почувствовал боль, но ничего не сказал. Молча он написал на песке: «Сегодня мой самый лучший друг дал мне пощечину».

Друзья продолжали идти и через много дней нашли оазис с озером, в котором решили искупаться. Тот, который получил пощечину, едва не утонул, и друг спас его. Когда он пришел в себя, то высек на камне: «Сегодня мой самый лучший друг спас мне жизнь».

Первый спросил его:

– Когда я тебя обидел, ты написал на песке, а теперь ты пишешь на камне. Почему?

И 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 высечь это на камне, чтобы никакой ветер не смог бы стереть это. Научись писать обиды на песке и высекать радости на камне».

Вопросы

1. Какими качествами должен обладать настоящий друг?
2. Надо ли уметь прощать обиды, помнить хорошее, что сделал для вас друг? Почему?
3. Что ваш друг сделал для вас хорошего?

Учащимся предлагается определить цель проекта. После заслушивания ответов на доске записывается цель. Например: «Научиться дружить и ценить дружбу».

II. Основная часть.

Учитель о роли общения с друзьями в классе:

– В отличие от семьи, людей в коллективе объединяют не родственные отношения, а работа, которую они выполняют. Например, в школе вместе трудятся учителя, повара, технические работники, библиотекарь, медсестра и др., ученики – учатся.

Вопрос: каким должен быть коллектив? (Ответы учащихся)

Учитель: Коллективом называется группа людей, объединенных общей целью, общими интересами или взглядами. Школьный класс может стать коллективом. Люди, которые входят в коллектив, – товарищи.

Игра «Мы с тобой похожи»

Цель: побудить учащихся к поиску сходств и различий у людей.

Задача игроков – найти сходство с одноклассниками и пригласить в круг ученика на основании этого сходства. Повторяться нельзя. Например: «Асель, мы с тобой живем в одном доме», «Тимур, мы с тобой одного роста». Участники становятся вдоль стены или по периметру классной комнаты. Учитель или ведущий становится в центр комнаты и приглашает ученика на основании сходства: «Аида, у нас с тобой одинаковые имена». Аида выходит в круг и ищет сходство со следующим одноклассником. Игра продолжается до тех пор, пока все участники не окажутся в кругу.

Учитель подводит итог: – Как много у нас общего! Сходство можно найти с любым человеком. Сейчас вы только учитесь дружить. А чтобы дружба была крепкой, нужно соблюдать законы. Существует много законов дружбы. Вот некоторые из них.

Информационный блок. Основные законы дружбы (*В информационном блоке обучающимся предлагаются чек-листы и памятки по ссылке:* <https://cloud.mail.ru/public/PZWh/t1btZyGaW/%D0%94%D1%80%D1%83%D0%B6%D0%B5%D0%BB%D1%8E%D0%B1%D0%B8%D0%B5>

Дети по очереди вытягивают карточки и читают фразы.

1. Один за всех, и все за одного.
2. Уважайте друг друга и помогайте друг другу.
3. Радуйтесь вместе с друзьями.

4. Будьте добры к друзьям и ко всем, кто вас окружает.

5. Всегда помогайте друзьям в беде, поддерживайте их, будьте верны, честны и выполняйте свои обещания.

6. Берегите друзей, ведь друга потерять легко.

7. Старый друг лучше новых двух.

В качестве заключительного информационного блока предлагается посмотреть видеоролик с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен» на тему «Как найти друзей?» по ссылке: https://youtu.be/j9wWjl2Gzgw?si=Ka6DsD_BFwtoggMl

Групповая работа

Цель: организовать мини-исследование в малых группах на основе новой информации.

Класс делится на 3 группы. Каждая группа завершает фразы.

1. Я считаю свой класс, потому что

2. Я имею друзей в классе, потому что

3. Я не смогу обидеть друга, потому что

4. Я всегда буду своего друга.

Затем учитель собирает карточки, перемешивает их и снова раздает детям. Фразы зачитываются и обсуждаются.

III. Проектная деятельность

Задание во время занятий

Вопрос

Если наш класс будет очень дружным, то на что это повлияет?»

Учитель проводит обсуждение, и все вместе формулируют гипотезу проекта.

Например, если наш класс станет очень дружным, то у нас будут успехи в учебе, ..., ..., ... и т. д.

Учитель: – Для того, чтобы каждый из вас помнил значение дружбы с одноклассниками, не нарушал доброжелательные отношения в коллективе, необходимо разработать правила, которые будут определять действия каждого человека.

Учащиеся остаются в своих группах. Учитель демонстрирует структуру проекта (слайд). Проект состоит из 3 заданий для 3 групп.

Цель проекта: формирование межличностных отношений в детском коллективе на основе доверительных отношений и эмоциональной устойчивости каждого ученика, выраженных в содержании правил, памяток, девизов класса.

1-я группа. Придумайте правила, по которым живет дружный класс. Подумайте, как нужно себя вести, чтобы всем в классе было весело, интересно и спокойно. Напишите 3–5 коротких правила, которые помогут всем быть друзьями.

2-я группа. Составьте памятку, как дружно общаться с одноклассниками. Подумайте, что помогает дружить, а что может обидеть. Напишите советы, как разговаривать, играть и работать вместе.

3-я группа. Придумайте девиз для нашего дружного класса. Девиз – это короткая и веселая фраза, которая показывает, какие мы. Например: «Один за всех и все за одного!» или «Вместе мы – сила!»

По завершении работы в группах заслушивается презентация результата.

Задание по проекту

1. Взять интервью у родителей о школьной дружбе.
2. Продумать план журнала «Как укрепить дружбу в классе».

Инструкция. Складывается пополам альбомный лист формата А-3. Получается «журнал» из 4 страниц. Первая страница – обложка. На обложке записывается название журнала. На второй странице можно разместить девиз дружного класса, который придумали все вместе. Следующие страницы станут содержанием, которое разрабатывается в ходе проекта.

IV. Заключение

По завершении занятия учитель желает всем дорожить школьной дружбой, беречь дружеские отношения со сверстниками, быть внимательными и добрыми к друзьям.

Занятие 2 для обучающихся 2 класса
Тема «Наши интересы укрепляют дружбу»

Цель: сплочение коллектива в процессе совместной творческой деятельности.

Задачи

1. Сформировать представление об эффективных способах взаимодействия в процессе коллективной творческой деятельности.
2. Формировать у обучающихся потребность в коллективной творческой деятельности.
3. Развивать умение сотрудничать и оказывать дружескую поддержку в процессе совместной деятельности.

Ресурсы: цветные карандаши, краски, бумага формата А4, ножницы, картон, фломастеры, карточки с заданиями, рисунки с изображением эмоций человека.

Ход занятия

I. Введение

Учитель: – Говоря о дружбе, нельзя не сказать и о таком важном понятии, как доверие и уважение.

Дружба – это основанные на любви, доверии и уважении отношения между людьми. Как правило, дружбой бывают связаны люди, имеющие общие интересы.

Заступиться за друга, прийти ему на помощь, хранить доверенные секреты, честно говорить о его ошибках и помочь исправиться – все это проявления дружбы. Взаимная выручка и поддержка укрепляют дружбу.

II. Основная часть

Работа в группах

Учащиеся должны объяснить смысл казахской пословицы «Дерево сильно корнями, а человек – друзьями».

Обсуждение проблемных ситуаций в группах

Группам предлагается обсудить следующие ситуации и помочь героям поступить правильно. После обсуждения в группах, ребята разыгрывают ситуации по ролям.

Ситуация 1. Ваш друг болел, пропустил уроки, из-за чего стал получать плохие оценки...

Ситуация 2. Ваш друг нечаянно разбил окно мячом и убежал...

Ситуация 3. Ваш друг поссорился с вашим одноклассником. После этого они перестали общаться...

Каждая группа представляет свои ответы.

Вопрос для обсуждения

Как вы думаете, какие поступки и действия способствуют укреплению товарищеских и дружеских отношений в классе?

Вывод. Взаимная помощь в учебе, труде, взаимная выручка и поддержка в трудных ситуациях будет укреплять дружбу. Не стоит спорить по пустякам, зазнаваться. Если что-то получается лучше, нужно научить своего

одноклассника. Необходимо проявлять чуткость и внимание не только в больших делах, но и в мелочах, в повседневных обязанностях.

III. Проектная деятельность

Задания во время занятия

Разделить учеников на 3 группы, которым необходимо рассмотреть ситуации и проанализировать их, применяя законы дружбы. До начала выполнения задания предлагается посмотреть видеоролик с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен» на тему «Как помочь другу» по ссылке: <https://youtu.be/5SuFyNI9teI?si=AsinGNOmSewOuJ8g>

Группа 1. За углом школьного двора после уроков несколько подростков поджидают ребят из младших классов. Появляется группа второклассников ...

Какой закон дружбы важен в данной ситуации? (Всегда помогайте друзьям в беде, поддерживайте их, будьте верны, честны и выполняйте свои обещания.)

Группа 2. Какое качество (черта характера) может помешать дружбе? (Неумение принимать чужой успех. Зависть.) Какой закон дружбы важен в данной ситуации? (Умение радоваться успехам другого.)

Группа 3. За пять минут до начала первого урока все дети были в классе. Асия пришла последней. У нее был расстроенный вид, заплаканные, красные глаза.

– Чего это у тебя глаза на мокром месте? – громко закричала Аида.

– Что у тебя случилось? Расскажи! Кто тебя обидел? Ну, давай-давай, рассказывай! – подскочила к ней Гульназ.

В чем была ошибка девочек? Какой закон дружбы важен в данной ситуации? (Утешь, поддержи товарища, когда у него неудача, только делай это правильно.)

По завершении работы в группах – презентация результатов.

Учитель: – Ребята, запомните самое главное правило дружбы: всегда поступайте с другими так, как вы бы хотели, чтобы поступали с вами. Каждому человеку нравится, когда к нему относятся с уважением, по-доброму. Точно так же и вы должны относиться к другим людям. Право на уважение имеет каждый человек в любом возрасте.

Уважение проявляется в вежливости, любви, доброте, теплоте, заботе и внимании к людям. Взаимное уважение является необходимым условием добросердечных отношений между людьми.

IV. Заключение

Обсуждение по вопросам

1. Мне было сегодня интересно...
2. Тема разговора для меня была важна...
3. Мне сегодня понравилось работать...
4. Вспомните, пожалуйста, прошедшую неделю. Как ваши отношения влияли на ваше настроение в классе?
5. Какие ваши действия и поступки делали отношения более приятными, а какие затрудняли общение? Кто-нибудь хочет поделиться? Очень важно,

чтобы вы говорили о том, что зависело от вас.

6. Что за эту неделю вы научились делать иначе, чтобы сохранять доброжелательные отношения в классе?

Важные заметки педагогам. Важно, чтобы вы сами были очень внимательны к поведению детей и помогали им следовать принятым договоренностям в течение всего времени. Если они затрудняются припомнить что-то, хорошо иметь какие-то примеры из жизни класса, когда «соглашение» поддерживалось или нарушалось. Не следует переходить на личности и превращать обсуждение в осуждение. Задача – помочь детям взять на себя ответственность за свое самочувствие и поведение и управлять им.

Возможно, в первое время этот этап урока будет занимать у вас больше времени, чем планируется, – это того стоит, когда речь идет об ответственности.

Помогайте детям называть конкретные действия. Например: избегать грубых слов; если кто-то расстроен, можно спросить: «Чем я могу тебе помочь?»; ставить себя на место другого человека и стараться понять его; рассказать о проблеме кому-нибудь из взрослых; извиниться, если виноват.

Занятие 3 для обучающихся 2 класса
Тема «Учимся общаться с другими»

Цель: содействие формированию у детей способности понимать себя и других.

Задачи

1. Формировать у обучающихся потребность в общении и сотрудничестве.
2. Развивать навыки позитивного общения.
3. Мотивировать на воспитание в себе качеств: тактичность, честность, сопереживание, доброжелательность, доверие, терпимость к мнению других.

Ресурсы: слайды с изображением космического пространства, названиями планет «Содружество», «Открытие», «Познание», космическая музыка.

Ход занятия

I. Введение

Учитель: – Когда мы общаемся с родными, друзьями, одноклассниками, мы учимся понимать других и лучше узнаем самих себя.

Общение помогает нам становиться добрыми, умными и дружными людьми. Общаясь, мы узнаем что-то новое, делимся радостью и переживаниями, учимся дружить, лучше понимаем друг друга.

Чтобы легко и хорошо общаться с другими, важно быть:

Тактичным – говорить вежливо, не обижать словами.

Например, если друг расстроен – не смеяться, а поддержать его.

Честным – всегда говорить правду, ведь друзья не лгут друг другу.

Доброжелательным – быть добрым и открытым к людям. Говорить с улыбкой, не злиться, не грубить.

Надежным – быть тем, на кого можно положиться. Держи свое слово, выполняй обещания и никогда не подводи друзей.

II. Основная часть

Мозговой штурм

Как можно хорошо и правильно общаться с другими людьми? (Учитель задаёт вопрос, дети высказывают идеи. После обсуждения можно обобщить.)

Обучающимся предоставляются чек-листы и памятки по ссылке:
<https://cloud.mail.ru/public/PZWh/t1btZyGaW/%D0%96%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%B9%D0%BA%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C>

Примерные ответы (можно подсказать, если нужно):

Говорить с человеком по имени – это приятно и уважительно.

Слушать внимательно, не перебивать.

Задавать интересные вопросы, чтобы разговор был веселым и дружелюбным.

Быть вежливым и добрым – говорить «пожалуйста», «спасибо», не грубить.

Улыбаться и смотреть в глаза – это помогает показать, что тебе интересно.

Не спорить, а спокойно обсуждать, если мнения разные.

Поддерживать друга, если он грустит.

Информационный блок

Учитель: – На прошлом занятии мы узнали одно из основных правил: «Всегда поступай с другими так, как ты хотел бы, чтобы поступали с тобою». Легко ли выполнить это правило? Это мы узнаем во время нашей игры «Тайна третьей планеты».

III. Проектная деятельность

Цель: научить общаться через:

- 1) поиск объединяющих признаков качеств одноклассников;
- 2) выявление положительных качеств сверстников;
- 3) умение поставить себя на место другого сверстника, оказавшегося в трудной для него ситуации.

Игра «Тайна третьей планеты»

Формирование групп в экипажи. Комплектуются экипажи из 5–6 человек. Для определения экипажа необходимо вытянуть из коробки разноцветные детали из бумаги. Те, у кого оказались детали одного цвета, будут в одном экипаже. И таких экипажей у нас окажется 4 (красный, зеленый, синий, желтый).

Все дети выходят к доске, вытягивают детали из бумаги, рассаживаются за столы с указанными цветами.

Учитель: – Вы собрались в своей команде, но для достижения цели необходимо находить общий язык со всеми членами экипажа.

Задание 1: чтобы запустить двигатель нашего космического корабля, нужно собрать квадрат из тех деталей, которые вы вытянули из коробки.

Дети собирают квадраты. Педагог обходит столы, проверяет результаты.

Учитель: – Все двигатели запущены, и наши космические корабли несутся по просторам Вселенной. Внимание: наша первая планета – Содружество. (*Слайд «Планета»*)

Задание 2: найти что-то общее для всех членов команды.

Учитель: – На каждом столе лежит листок бумаги – это ваш путевой лист дружной команды! Вы – экипаж одного корабля. Чтобы лететь вместе, нужно узнать, что у вас общего!

Подумайте и запишите, что вас объединяет.

- 1) Как вы выглядите? (цвет глаз, волос, рост...)
- 2) Какой у вас характер? (весёлые, добрые, спокойные...)
- 3) Что вам интересно? (игры, книги, мультфильмы...)
- 4) Что вы умеете? (рисовать, петь, бегать быстро...)
- 5) Что вы любите? (фрукты, цветы, животных...)

Запишите на листочке 5–7 признаков, которые подходят всем (или почти всем) в вашей команде. Можете украсить листочек рисунками.

Учитель: – Ну что ж, ребята, какой экипаж не смог найти 5 признаков, которые объединяют его членов? Нет таких? А кто нашел больше 5 таких признаков? (*Дети поднимают руки, отвечают.*) По ходу ответов выясняется,

у кого наибольшее количество объединяющих признаков.

Прочтите свои записи. Чем больше общего нашли между собой члены экипажа, тем более успешной будет их работа. Им можно поручить сложные, ответственные задания. Все экипажи из нашего класса прошли испытание, и наше путешествие продолжается.

Планета открытий (слайд «Звездное небо»)

Задание 3. Чтобы ступить на эту планету, нужно сделать открытие: открыть что-то хорошее в других людях. На карточке записаны качества, которыми должен обладать настоящий друг.

Работа с раздаточным материалом. Дети получают карточки с определениями настоящего друга.

Учитель: Какими качествами должен обладать настоящий друг?

Давайте подумаем вместе.

Что делает человека настоящим другом? Выберите ответ.

1. Настоящий друг не обманывает, а говорит правду.
2. Настоящий друг делится с другом тем, что у него есть.
3. Настоящий друг не смеется, если друг попал в беду.
4. Настоящий друг – весёлый, с ним интересно играть и общаться.
5. Настоящий друг всегда поможет и защитит, если кого-то обижают.

Теперь попробуем вместе!

Прочитайте каждое предложение заново, но вместо слов «настоящий друг» поставьте слово «Я».

Подумайте и скажите:

1. А что хорошего есть в вас?
2. Какие качества вы хотите развивать?
3. А какие стоит исправить?

Вывод. У каждого человека есть и хорошие, и не очень хорошие черты. Но если мы будем стараться становиться лучше, быть добрыми, честными и заботливыми – тогда в классе, в семье и на нашей планете будет больше дружбы и радости!

Мы приближаемся к загадочной планете – Познание.

Задание 4: поставить себя на место другого и понять все чувства, которые человек испытывает.

На этой планете мы нашли дневник ученика, побывавшего здесь когда-то. Но отдельные фразы в этом дневнике стерлись от времени. Нам нужно восстановить эти фразы, и тогда, может быть, мы и разгадаем секрет этой планеты. При правильных ответах мы сможем вернуться назад на Землю. Послушайте обрывки этих фраз и попробуйте угадать их окончания, которые поглотило неумолимое время.

Первый экипаж: «Прочел в книге, как дети во дворе насмеются над мальчиком. В этот момент я почувствовал ...»

Что же почувствовал ученик, побывавший здесь ранее?

Примерные ответы

1. Я почувствовал боль и грусть в тот момент.

2. Я посмеялся вместе со всеми.

Второй экипаж: «В классе всегда издевались над новеньким мальчиком, прятали его рюкзак, и я почувствовал...» Что?

Примерные ответы

1. Я почувствовал обиду, что его окружают такие бездушные одноклассники.
2. Мне было весело наблюдать, как другие смеются.

Третий экипаж: «На перемене кто-то подставил мне подножку, я упал, и все засмеялись... И я почувствовал ...»

Примерные ответы

1. Я почувствовал стыд и боль, хотел заплакать от громкого смеха детей.
2. Я подбежал и помог мальчику подняться.

Четвертый экипаж: «Забыл выучить правило, и все в классе смеялись, когда я стоял у доски... И в этот момент я почувствовал, что...»

Примерные ответы

1. Мне стало обидно, что все надо мной смеются...
2. Надо подсказать и помочь с ответом...

Учитель: – Вам удалось угадать смысл этих стертых фраз. Мы слишком задержались на этой планете, и нам пора возвращаться домой. Но для того чтобы вернуться, нужно разгадать тайну этой планеты.

Итак, *последнее задание* – дать ответ, почему эта планета называется «Познание».

Примерные ответы:

1. На этой планете человек познает чувства другого человека и тем самым пытается вместе с ним испытать возникшие ситуации.
2. Планета «Познание» напомнила нам правила общения: нужно всегда поступать с другими так, как ты хотел бы, чтобы поступали с тобой. Мы разгадали тайну третьей планеты, и нам пора возвращаться на Землю. А чтобы мы никого здесь не оставили, нужно встать и всем взяться за руки. (*Дети встают в круг, берутся за руки, смыкая цепь.*)

IV. Заключение

Учитель: – Мы прибыли на планету Земля. Понравилось ли вам, ребята, наше путешествие? Что вам запомнилось?

Задание

Разделитесь на 4 группы. Сочините истории по данным ниже утверждениям и запишите их в журнал проекта в рубрику «Наше творчество».

Группа 1. Предлагай помощь товарищу. Не оставляй его в беде.

Группа 2. Умей радоваться успехам другого.

Группа 3. Утешь, поддержи товарища, когда у него неудача, только делай это правильно.

Группа 4. Никогда не обманывай друга.

Учитель предлагает учащимся выполнить иллюстрации для журнала «Как укрепить дружбу в классе» к следующему завершающему занятию.

Учитель вместе с детьми обсуждает итоги путешествия: чему научились, что оказалось самым интересным и важным.

Дети делятся впечатлениями, отмечают качества, которые помогают быть хорошим другом и наладить общение.

Затем проводится упражнение с мягкой игрушкой: передавая её по кругу, обучающиеся называют ласковые слова и обращаются друг к другу вежливо, с уважением и добротой.

В завершение учитель подчёркивает:

– Общение помогает нам быть дружными, внимательными и заботливыми. Если каждый из нас будет честным, доброжелательным и отзывчивым, то в классе всегда будут царить дружба и взаимопонимание.

Занятие 4 для обучающихся 2 класса
Тема «Дарим добро вместе»

Цель: развитие у детей готовности к взаимопомощи и сотрудничеству.

Задачи

1. Мотивировать детей на оказание эмоциональной поддержки одноклассникам.
2. Сформировать понимание основ эффективной коммуникации.
3. Развивать навыки организации общения и сотрудничества.

Ресурсы: цветные карандаши, краски, фломастеры, бумага формата А4, сказочные герои.

Ход занятия

I. Введение

Учитель: – Ребята, сегодня я хочу рассказать вам одну историю о том, как в одной стране были волшебные весы. Они всегда находились в равновесии, потому что жители этой страны совершали только хорошие и добрые дела. Но вот однажды пришла в эту страну Злючка-Колючка и нарушила равновесие волшебных весов. Победить Злючку-Колючку можно было только добрыми делами.

А теперь вы расскажите о своих добрых делах и положите вашу капельку добра на весы. Как вы думаете, какая чаша весов перевесит?

II. Основная часть

Викторина «Сказочные друзья»

Давайте вспомним сказки, где герои дружат, помогают друг другу и побеждают зло вместе! Вы услышите вопросы о сказках. Найдите правильную картинку с ответом и прикрепите ее на доску. Подумайте дружно – как настоящие сказочные друзья!

Вопросы для викторины:

1. В какой казахской народной сказке девочка и кошка становятся друзьями и помогают друг другу?

Подсказка: кошка попросила девочку, а девочка – кошку. Вместе они многое поняли.

Ответ: «Мақта қыз бен мысық»

2. Как называется сказка о дружбе домашних животных – теленка, ягненка и козленка?

Подсказка: трое друзей помогали друг другу, когда им было трудно

Ответ: «Үш дос» («Три друга»)

3. В какой сказке герои побеждают зло не силой, а умом, добротой и дружбой?

Подсказка: эта сказка учит, что вместе можно справиться с любыми трудностями.

Ответ: «Аламан-Жоламан»

Обобщая ответы детей, учитель задает вопросы:

1. Какие герои вам понравились больше всего?

2. Чем они похожи?
3. Почему важно дружить и помогать друг другу?

III. Проектная деятельность

Презентация журнала по результатам проекта «Как укрепить дружбу в классе»

По завершении предлагаются Вопросы:

1. Понравилось ли вам создавать журнал?
2. Как вы оцениваете результаты вашей работы?
3. Как вы чувствовали себя во время выполнения проекта?
4. Взаимодействие в группе помогало или мешало вам?
5. Что нового о дружбе вы узнали в процессе работы?
6. Какие правила настоящей дружбы вы внесли бы в журнал дополнительно?

IV. Заключение

Учитель: Я желаю каждому из вас иметь верного настоящего друга, уметь дорожить дружбой. Впереди вас ждет много хороших дел. Но прежде вы должны вырасти настоящими гражданами своей страны. А это значит: смелыми, отзывчивыми, вежливыми, добрыми, трудолюбивыми. Ведь делать добро, творить добро – это здорово! И по жизни вы должны идти дорогою добра.

Спешите делать добро! Старайтесь каждый день приносить людям пользу! Это – главное условие дружбы!

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 3 КЛАССА по проекту «Каждый из нас уникален»

*Каждый человек — целый мир.
Народная мудрость*

Занятие 1 для обучающихся 3 класса Тема «Я уникален»

Цель: формирование у детей уверенности в себе, понимания и признания собственной значимости и уникальности.

Задачи

1. Побудить к стремлению развивать свою индивидуальность.
2. Расширять представления о своей уникальности.
3. Вырабатывать положительную самооценку, навыки уверенного поведения.

Ресурсы: мячик, листы формата А4, карандаши, карточки с изображениями трех смайликов: веселого, нейтрального и грустного.

Ход занятия

I. Введение

Приветственное слово учителя. Объявление темы проекта

Приветствие «Сильные качества»

Задача: научиться преодолевать застенчивость, осознавать свои положительные качества, повысить самооценку.

Инструкция: обучающимся предлагается поздороваться друг с другом и, стараясь не повторяться, определить качества уверенного в себе человека.

Разминка «Достоинства моего друга»

Задача: создание положительного настроения и эмоционального климата в классе.

Инструкция. Учитель объясняет условия игры. Бросая по очереди друг другу мячик, учащиеся говорят о достоинствах, сильных сторонах того участника, к кому летит мяч. Необходимо обратить внимание, чтобы мяч побывал у каждого из учеников.

Учитель предлагает учащимся каждое утро напоминать себе о своих сильных сторонах и достоинствах.

II. Основная часть

Просмотр видеоролика с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен» на тему «Как найти друзей» по ссылке: https://youtu.be/j9wWjl2Gzgw?si=8XCx3UYm_m7ooYfS

Вопросы

1. Почему для человека важно иметь друзей?
2. Какие качества помогают в завязывании дружбы?
3. С какими трудностями можно столкнуться при поиске друзей?

Учитель предлагает учащимся ответить на вопрос: что, по их мнению, значит

уникальный? (Ответы учащихся)

Информационный материал

Уникальный – это единственный в своем роде, неповторимый, редкий, исключительный. Каждый человек имеет свой взгляд на мир, свои знания и опыт. И это нормально, ведь каждый из нас уникален и имеет свои особенности. Но это не значит, что мы можем знать все обо всем. Наша задача – учиться, развиваться и расширять свой кругозор. Ведь только так мы можем стать лучше и мудрее.

Упражнение «Автопортрет»

Задача: актуализировать интерес и потребность детей в самоанализе.

Инструкция. Каждый из учащихся в течение 5 минут должен составить характеристику на себя, включающую 5–6 признаков. В этой характеристике не должно быть внешних примет, по которым можно сразу узнать учащегося. Например: «Мне нравится, когда вокруг меня все аккуратно сложено», «Я люблю смотреть на восход солнца». Это должно быть описание характера, своих привязанностей, взглядов на мир, на взаимоотношения людей друг с другом и т. д.

После написания характеристик учащиеся сдают их учителю. Перемешав листы, учитель зачитывает автопортреты. Ребята стараются по описанию узнать автора текста. Учащиеся могут вносить коррективы в портрет того или иного ученика, например, добавлять дополнительные штрихи к описанию особенностей его характера.

Рекомендация учителю: работу целесообразнее проводить на фоне музыкального сопровождения.

Упражнение «Герои – они такие...»

Задача: помочь детям понять, кого называют героями и за что.

Инструкция. Учащимся предлагается вспомнить героев сказок, фильмов, мультфильмов.

Далее обсуждается вопрос: за что люди считают кого-то героями? Учащиеся размышляют о смелости, об отзывчивости и готовности прийти на помощь другим в трудную минуту.

Учитель обращает внимание на то, какие герои вспоминаются детям, какие аспекты они выделяют как героические, и записывает их варианты на доске. Ученики разбирают, в чем сходства и различия всех перечисленных героев. Детям предлагается выбрать героев, которыми они хотели бы стать, и нарисовать их.

Упражнение «Сказкотерапия»

Инструкция. Учитель зачитывает вступление сказки, а дети один за другим пробуют рассказать о своем герое, которого нарисовали, от первого лица.

Вступление: «Давным-давно на одной планете жил-был класс. Каждый из учеников этого класса был уникальным. Все они отличались добротой и смелостью, хорошо учились и помогали друг другу во всем...»

Далее детям предлагается продолжить сюжет сказки.

III. Проектная деятельность

Учитель обсуждает с учащимися, где и как можно применить полученные знания и навыки, какие плюсы есть в том, что они знают о своих особенностях.

Для начала работы над темой проекта учащимся предлагается применить полученные знания и отработать навыки уверенного поведения через выполнение следующих заданий:

1. Каждое утро перед тем как выходить из дома, встаньте перед зеркалом, улыбнитесь и похвалите себя за что-нибудь конкретное. Поэкспериментируйте, какое у вас настроение в течение дня, когда вы используете эту технику и когда не делаете этого.

2. Подготовьте карту класса, на которой каждый ученик должен прикрепить рисунок размера А4, где он изображает себя в образе сказочного персонажа. Ученикам нужно отразить в рисунке уникальные черты и костюм своего персонажа, заранее подготовить текст представления.

Для создания карты класса можно склеить несколько листов ватмана. На выбор предлагается представить карту в виде мозаики. Прикрепить рисунки рекомендуется скотчем, чтобы легче было передвигать их в ходе выполнения проектной деятельности.

IV. Заключение

Ведущий показывает на доске карточки с изображениями трех смайликов: веселого, нейтрального и грустного. Учащимся предлагается выбрать вариант, который соответствует их настроению.

Занятие 2 для обучающихся 3 класса
Тема «Мозаика наших сердец»

Цель: создание условий для позитивного восприятия и оптимального использования различий между учащимися.

Задачи

1. Развивать собственную уникальность и общность с другими детьми.
2. Воспринимать различия между собой как ресурс класса.
3. Определять место каждого участника в общем деле с учётом его сильных сторон.

Ресурсы: раздаточные материалы, листы бумаги формата А5 на каждого ребенка, принадлежности для рисования.

Ход занятия

I. Введение

Учитель приветствует учащихся.

Упражнение «Приветствие без слов»

Класс делится на малые группы по 2–3 человека. Каждая группа должна поздороваться с классом, продемонстрировав какое-то вербальное или невербальное приветствие. Это могут быть разные варианты приветствия: помахать рукой, кивнуть головой, сделать реверанс и др. Остальные участники отвечают на приветствие так же, как с ними поздоровались (кивают в ответ и т. д.).

Группам можно дать минуту на обсуждение, затем они по очереди приветствуют других своих одноклассников.

Для учителя это упражнение может иметь дополнительный диагностический смысл. Кто из членов группы инициировал контакт? Кто попытался уклониться от контакта? Кто был наиболее изобретателен? И т. д.

Рекомендация: на усмотрение учителя можно добавить другие приветствия.

Разминка «Такие разные и такие похожие!»

Инструкция. Для проведения этой игры потребуется пространство, в котором могут свободно перемещаться все дети. Это может быть пространство у доски или за задними партами (можно одновременно использовать оба пространства), либо пространство школьной рекреации. Перед началом игры учитель предлагает детям встать в любом порядке, а сам встает в центре.

Учитель задает вопросы, а ученикам предстоит выбрать один из двух вариантов, и в зависимости от ответа нужно будет встать справа или слева от учителя. В начале игры учитель просит мальчиков встать справа от него, девочек – слева. Дети перемещаются, образуя две группы.

Учитель предлагает детям поприветствовать друг друга в своих группах так, как это принято в каждой группе: «Как здороваются мальчики? Как здороваются девочки?» После предлагает поприветствовать другую группу, сказав: «Привет, девочки!», «Привет, мальчики!»

Учитель предлагает следующее задание: те, кто больше любит кошек,

встают справа, а любителям собак нужно переместиться в сторону слева от учителя. И снова поприветствовать друг друга внутри группы любым способом.

Игра продолжается по такой схеме 4–6 раз.

Примерные вопросы

1. Больше нравится урок литературы / больше нравится урок познания мира.
2. День рождения приходится на четную дату / на нечетную дату.
3. Больше любят кататься на велосипеде / больше любят кататься на самокате.
4. Предпочитают яблоки / предпочитают груши.
5. Лучше умеют танцевать / лучше умеют петь.
6. Больше любят смотреть мультики / больше любят смотреть фильмы.
7. Предпочитают спорт / предпочитают заниматься творчеством.

Вопросы:

1. Узнали ли вы что-то новое о ком-нибудь из своих одноклассников?
2. Как вам показалось, у вас больше различий или сходства?

II. Основная часть

Информационный материал

Учитель: – Несмотря на то, что мы такие разные, многое вас объединяет. Как вы считаете, что может объединять всех?

Учителю предлагается заранее провести небольшое исследование и составить коллективный портрет класса. Для этого изучить, сколько карих, серых, голубых, зеленых и другого цвета глаз, какие есть у ребят домашние животные, увлечения и т. д.

Учитель: – Мир был бы скучен, если бы в нем все было абсолютно одинаковым, и слишком сложным, если бы абсолютно все было разным. Различия обогащают нас, а сходство помогает понять друг друга.

Игра «Это весь наш класс!»

Инструкция. Учитель называет факты: если факт подходит детям всего класса, то все хором говорят: «Это весь наш класс!»; если факты неоднозначные, дети произносят: «Только некоторые из нас».

1. Кто здесь дети?
2. Кто здесь мальчики?
3. Кто здесь девочки?
4. Кто здесь любит мультики?
5. Кто здесь смотрит на меня?
6. Кто здесь третьеклассник?

Игра «Волшебный парк»

Инструкция. Каждый ребенок получает по одному листу формата А5. Учитель предлагает учащимся вспомнить, какие есть деревья. Один из участников называет особенный признак дерева, а остальные угадывают, о каком дереве идет речь. Ответивший правильно называет следующий особенный признак какого-нибудь дерева. Например: «Я загадал такое дерево,

у которого лист похож на ладошку». (*Клен*)

Следующий этап игры: учащиеся представляют, что они превратились в лист дерева, и рисуют этот лист.

Когда работа окончена, учитель предлагает детям разложить свои рисунки по всему классу.

Учитель: – Посмотрите, какой удивительный парк у нас получился! В нем есть самые разные деревья. Вам бы хотелось прогуляться по такому парку? Вы можете сделать это прямо сейчас. Вы можете ходить от дерева к дереву, внимательно разглядывая каждое, пытаясь угадать своего одноклассника. Вы можете даже присесть у любого из них. Здесь для каждого найдется место.

Упражнение «Запускаем цепь интересов»

Инструкция. Выбирается ведущий, который начинает игру. Его задача – придумать общий интерес с соседом по парте.

Как только интерес найден, дети берутся за руки и не разжимают руки до конца упражнения. Далее сосед ищет общий интерес с соседом позади и также сцепляет с ним руки руки, когда интерес найден. Таким образом, все дети класса берутся за руки, и получается цепочка. Затем можно вспомнить и назвать вслух, как происходило объединение всего класса, через какие интересы.

III. Проектная деятельность

Рисунки игры «Волшебный парк» можно будет использовать для карты класса, поэтому желательно, чтобы дети подписали свои работы, и до следующего занятия они должны создать на карте основу дерева и соединить нарисованные ими листья.

Учитель предлагает участникам до следующего занятия выполнить упражнение «Самые-самые».

Инструкция. Дома учащимся предлагается вместе с близкими вспомнить и найти особенности характера каждого члена семьи, нарисовать рисунок, на котором изобразить всех членов семьи, и подписать рядом с каждым его особое качество.

IV. Заключение

Упражнение «Я рад... Мне нравится...»

Инструкция. Учитель предлагает детям закончить фразы: «Я рад, что я такой же, как все...», «Мне нравится, что я отличаюсь от других...»

Занятие 3 для обучающихся 3 класса
Тема «Мы под общим шаныраком»

Цель: формирование адекватной самооценки, содействие принятию многообразия.

Задачи

1. Расширить представление каждого учащегося о своей уникальности и уникальности других.
2. Развивать у учащихся стремление к поддержанию дружеских отношений с одноклассниками.
3. Формировать у учащихся умения, обеспечивающие создание положительной атмосферы в классе в процессе общения.

Ресурсы: черный и белый мячи, листы ватмана, листы бумаги формата А6 на каждого учащегося, принадлежности для рисования, малярный скотч, маркеры.

Ход занятия

I. Введение

Учитель приветствует класс.

Приветствие «Мое будущее»

Инструкция. Ведущий предлагает участникам поздороваться с группой и сказать, кем каждый хочет стать в будущем.

Разминка «Плюс-минус»

Инструкция. Участники становятся в круг. Берутся два разных мяча (черный, белый). Кидая белый мяч, дети называют любое положительное качество человека, кидая черный – отрицательное.

II. Основная часть

Информационный материал

Вместе мы третий год, но нас всех объединяет главное – дружба.

Дружба – такое доброе, такое радостное слово. В нем каждая буква светится изнутри и как бы говорит нам: давайте жить в мире и согласии. И вы сами можете в этом убедиться. Попробуйте на каждую букву этого слова придумать «дружные» слова.

Д – доброта

Р – радость

У – уважение

Ж – жизнелюбие

Б – благодарность

А – активность

Упражнение «... зато ты ...»

Инструкция. Каждый из участников подписывает свой лист и пишет на нем один какой-то свой недостаток, затем передает свой лист другим участникам. Они пишут на его листе «... зато ты ...» и далее какое-то положительное качество этого человека: все, что угодно (у тебя очень красивые глаза, ты лучше всех рассказываешь истории и др.).

В конце выполнения задания каждому участнику возвращается его лист. По желанию участников листы зачитываются.

Упражнение «Передай сообщение»

Инструкция. Класс делится на две группы (если в группе нечетное число участников, учитель тоже принимает участие в упражнении), образуя две шеренги. Все садятся лицом друг к другу так, чтобы напротив каждого кто-то сидел.

Учащиеся представляют, что все едут в автобусах: одна группа едет в одном автобусе, а вторая – в другом. Автобусы остановились рядом в транспортном заторе. Каждый ученик первой шеренги представляет, что сидит у окна и видит, что в другом автобусе прямо напротив него и тоже у окна сидит его знакомый. Ученикам надо срочно передать своим знакомым важную информацию. Но сделать это можно только молча, без слов, невербально. Времени немного. Тот, кому передают информацию, должен постараться понять, что ему сообщает его знакомый.

Учитель может заранее подготовить для каждого участника текст сообщения, которое надо передать.

На первом этапе упражнения учитель предлагает одной шеренге выступать в роли передающих информацию, а второй – принимающих сообщение.

После того как информация передана, тот участник группы, кому она была предназначена, говорит, что он понял. После этого передававший информацию говорит, правильно ли его поняли, и при необходимости вносит коррективы.

Упражнение «Дом, похожий на меня»

Инструкция. Каждый ребенок получает лист бумаги формата А6 и принадлежности для рисования.

Учитель предлагает учащимся представить себя зданиями. Что это за здание? Из какого материала оно построено? Большое оно или маленькое? Затем нарисовать его, дать название и написать, чем это здание похоже на них самих: «Это ... (название), оно такое же, как и я...»

Когда работа закончена, дети в парах или в группах по 4 человека рассказывают друг другу о своих рисунках.

III. Проектная деятельность

Упражнение «На нашей карте есть место для всех»

Учитель предлагает учащимся представить себе, что карта – это пространство класса, где, как и в юрте, есть место каждому, и найти место своему зданию и прикрепить его туда.

Рекомендации учителю. Рисунки рекомендуется приклеивать малярным скотчем, чтобы была возможность их перемещать.

Не исключено, что более активные учащиеся могут занять середину карты, а менее активные остаться в стороне. Можно предложить мальчикам расположить свои дома ближе к краям карты, объясняя это тем, что они как мужчины должны защищать своих друзей, а девочкам предложить

расположить свои ближе к середине.

Вместе с тем не следует настаивать на каком-то «правильном» расположении домов.

IV. Заключение

Учитель предлагает учащимся до следующего занятия выполнить задание «Дороги общения».

Инструкция. После того как учащиеся нашли место на карте для своего дома, им предлагается «достроить» (нарисовать) улицы, проспекты, переулки и дать им названия. Для этого рекомендуется объединиться в группы по 4 человека и подумать, как бы они хотели назвать улицу, на которой стоят их дома. Названия должны отражать то, что помогает сохранить дружбу и доброжелательные взаимоотношения.

До следующего занятия группы должны подойти к карте и соединить их дома общей улицей (дети «прокладывают» улицы бумажным скотчем, либо рисуют предметами для рисования). Детям предлагается написать название улицы и объяснить, почему они выбрали для своей улицы именно это название.

Если несколько групп хотят использовать одно и то же слово в названии своих улиц (например, доверие), можно предложить одной группе назвать улицу проспектом доверия, другим – переулком доверия, третьим – шоссе доверия и т. д.

Дома детям предлагается вместе со взрослыми нарисовать дома, соединить их дорожками общения и подумать, что необходимо сделать, чтобы дома дружили. Записать на дорожках нужные слова.

Занятие 4 для обучающихся 3 класса
Тема «Мы поддержка друг другу»

Цель: обучение навыкам оказания поддержки людям, формирование адекватной самооценки.

Задачи

1. Развивать навыки поддержания гармоничных взаимоотношений с одноклассниками.
2. Формировать представления о приёмах активного слушания.
3. Улучшить навыки оказания поддержки другим людям.

Ресурсы: карточки для приветствия, оборудование для просмотра роликов, выход в интернет или скаченные ролики, ручки, карандаши, стикеры.

Ход занятия

I. Введение

Учитель приветствует учащихся, представляет тему занятия.

Приветствие «Здравствуй, я рад тебя видеть...»

Инструкция. Участники группы по очереди обращаются друг к другу, заканчивая фразу: «Здравствуй, я рад тебя видеть...» Нужно сказать что-то хорошее, приятное, от всей души, искреннее.

Разминка «Неоконченные предложения»

Инструкция: участники по очереди завершают предложения.

Я злюсь, когда

Я радуюсь, когда ...

Я печалюсь, когда ...

Я не люблю, когда ...

Я люблю, когда ...

II. Основная часть

Учитель: – Казахская мудрость гласит: «Где нет взаимности, там нет единства». Без умения слушать и слышать полноценное общение невозможно. Но при общении недостаточно просто слушать, недостаточно даже просто слышать, надо еще и показать говорящему, что мы его слушаем и слышим.

Игра «Правила активного слушания»

Инструкция. Учитель предлагает ученикам разделить на группы по 4–5 человек и придумать 5 правил активного слушания. Затем после представления правил можно составить общие правила активного слушания класса.

Рекомендация для учителя: составленные учащимися правила можно подвести к следующим основным.

Правила активного слушания

1. Кивание в такт говорящему.
2. Использование слов: да, здорово, отлично и т.д.
3. Принятие позы внимания и заинтересованности (легкий наклон в сторону собеседника, открытая или нейтральная поза, зрительный контакт).
4. Использование вопроса – «эхо». Покупатель в магазине: «Я хотел бы

попробовать это средство». Продавец: «Это средство? Оно действительно хорошее».

5. Повторение фразы. Не бойтесь повторять за собеседником его собственные слова и фразы, но обязательно перефразируйте их, чтобы не быть похожим на попугая. Начинать повтор фразы лучше со слов: «Ты считаешь ...», «Вы сказали ...», «Тебе кажется» и т. д.

Упражнение «Слухачи»

Инструкция. Члены группы делятся на пары. Один ребенок должен в течение трех минут рассказывать какую-либо интересную историю из своей жизни, а второй мимикой, жестами, выражением лица и другими невербальными и вербальными способами демонстрировать свое внимание и интерес к информации. Все остальные члены группы оценивают эффективность слушания, следуя вышеизложенным правилам, и выставляют баллы (10, 5, 3).

Процедура может повторяться до тех пор, пока все члены группы примут участие в игре.

Рефлексивное упражнение «Что я узнал?»

Инструкция. Учитель обсуждает с учениками, что они узнали за учебный год. Каждый учащийся отвечает на вопрос: «Что я узнал о себе в ходе проекта?»

Образец. В ходе проекта я узнал о себе, что я умею быть отзывчивым, умею слушать других и т. д.

III. Проектная деятельность

Учитель предлагает ученикам посмотреть на составленную ими карту и поближе «познакомиться» с хозяевами домов. Для этого детям нужно по очереди взять нитки с клеем и провести дорожку от своего дома к дому того, к кому бы хотелось пойти в гости. Затем путь проводит тот ученик, к кому домой пришел «гость», и т. д., пока дорожка не дойдет до самого первого ученика.

Задание «Давайте карту назовем»

Инструкция. Учитель предлагает ученикам подобрать название карте и проголосовать за предложенные варианты.

Вопросы:

1. Что вы чувствуете, глядя на нашу карту?
2. Если бы дома могли чувствовать, как люди, то какие эмоции они бы испытывали?
3. Как вы думаете, что могло бы разрушить дороги между вашими домиками?
4. Что может разрушить дружбу в нашем классе?
5. Что нужно делать, чтобы сохранить и преумножить дружбу в нашем классе?

IV. Заключение

Учитель объявляет учащимся о завершении проекта и полученных результатах, благодарит их и предлагает написать благодарственные записки классу на стикерах, которые затем приклеить на карту класса.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 4 КЛАССА по проекту «Энергия слова»

*Человек с малых лет попадает в атмосферу слова.
Оно придает крепость и яркость граням его характера.
Олжас Сулейменов*

Занятие 1 для обучающихся 4 класса Тема «Слово – основа общения»

Цель: формирование у обучающихся навыков культуры общения на основе проектной деятельности.

Задачи

1. Расширить представления учащихся о неисчерпаемых возможностях слова.
2. Развивать навыки самоконтроля, взаимоконтроля, конструктивного диалога.
3. Формировать культуру речевого поведения и ответственное отношение к слову.

Ресурсы: набор картонных разноцветных фишек, смайлики «Полезно», «Интересно», «Есть вопросы».

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Совместная сортировка»

Цель: способствовать осознанию обучающимися важности слова в речевом общении.

Учитель раздает детям, сидящим парами, набор фишек для их сортировки (распределения между собой) согласно заданным условиям. Каждая пара учеников получает набор из 25 картонных фишек (по 5 желтых, красных, зеленых, синих и белых фигур разной формы: круглых, квадратных, треугольных, овальных и ромбовидных) и лист бумаги для отчета.

Действуя вместе, пары делят между собой фишки по принадлежности, разложив на отдельные кучки: например, одному – красные и желтые фишки, другому – круглые и треугольные.

По завершении упражнения учитель благодарит учащихся за наблюдательность и положительную атмосферу общения.

Обсуждается вопрос, что помогло правильно распределить фишки. Заслушиваются ответы учеников. Делается вывод.

Например, в ходе игры выяснилось, что в ситуации распределения фишек, одновременно принадлежащим обоим детям, помогли способность находить общее решение и умение договариваться. Однако не у всех в классе получилось сохранить доброжелательные отношения друг к другу.

Жить в атмосфере дружелюбия и уважения друг к другу, избегать конфликтов, а если они возникли, конструктивно их разрешать, поможет

проект «Энергия слова».

Далее учащимся предлагается определить цель проекта. После заслушивания ответов на доске записывается цель. Например: цель проекта – научиться устанавливать дружеские отношения с помощью добрых слов.

II. Основная часть

Игра «Язык жестов»

Учитель предлагает поиграть в игру, где будут использоваться только мимика, жесты, движения. В этой игре будут участвовать те, кому по жребию выпала белая или желтая карточка.

Задание для «белых»: дети с помощью пантомимы (мимика, жесты, движения) изображают животных.

Животные: заяц, медведь, собака, коала, ежик, кошка, змея и др.

Задание для «желтых»: дети с помощью пантомимы (мимика, жесты, движения) показывают профессии.

Профессии: учитель, строитель, программист, продавец, космонавт и др.

По завершении игры учитель благодарит детей за участие. Обсуждаются вопросы. Заслушиваются ответы учеников. Делается вывод о том, что понимание затруднено из-за того, что слова не произносились, а объяснялись жестами.

Игра «Комплименты»

Учитель предлагает ученикам произнести друг другу комплимент. Начинает учитель: он называет чье-либо имя, кидает этому ребенку мячик и говорит комплимент, например: «Айжан, ты очень добрая!» Поймавший мяч должен сказать «Спасибо!», кинуть мяч другому ученику, назвать его имя и сделать ему комплимент. Игра продолжается до тех пор, пока каждый ребенок не получит комплимент. Мяч должен побывать у каждого только один раз.

После игры учитель задает вопросы: «Приятно было получить комплимент?», «Легко ли было общаться в этот раз? Почему?»

Упражнение «Значимость слова в жизни человека»

Учитель предлагает обучающимся представить, что они лишены способности говорить в течение 24 ч. Далее необходимо закончить предложение, записанное на доске: «Если я буду лишен возможности говорить, то не смогу ...»

Все желающие высказываются. Учитель подводит итоги и демонстрирует обобщенную запись того, что высказали учащиеся. (Слайд) Обобщая ответы обучающихся, учитель делает вывод о том, что слова нужны человеку для побуждения его к действию.

Слова нужны человеку для:

- 1) общения;
- 2) дружбы;
- 3) сообщения информации;
- 4) донесения смысла сказанного;
- 5) передачи своей мысли другому человеку;
- 6) размышления и рассуждения;

- 7) передачи своих чувств, переживаний, эмоций, мыслей, желаний;
- 8) создания настроения.

Вопросы:

1. Какие вежливые слова вы знаете?
2. Где вы их применяете?

Ответы на эти вопросы даст выполнение следующего задания.

Мозговой штурм «Общение без смущения»

Цель: развитие речевого этикета обучающихся.

Ученикам предлагается назвать вежливые слова приветствия, прощания, просьбы, благодарности, знакомства. Все желающие высказываются. В конце обсуждения учитель подводит итоги и демонстрирует обобщенную запись того, что высказали учащиеся. (*Слайд*)

Приветствие: здравствуйте, доброе утро, добрый день, добрый вечер.

Прощание: до свидания, всего доброго, до встречи, до завтра, спокойной ночи.

Просьба: можно я..., разрешите, я..., пожалуйста, если не трудно, ..., если можно, ..., очень тебя прошу, ..., ты не можешь ..., вы не смогли бы

Благодарность: спасибо, большое спасибо, я благодарен вам.

Знакомство: как тебя зовут? меня зовут..., а тебя? давай познакомимся; я могу узнать, как тебя зовут?

Учитель делает вывод о том, что слова характеризуют человека.

Намного проще сделать выводы о человеке, слушая, что он говорит. Недаром в народе говорят: «Заговори, чтобы я тебя увидел».

Информационный блок

Цель: раскрыть значение слов в жизни человека.

Слова – это одежда для наших мыслей. Мы любим красивую, нарядную одежду, такую, которую мы надеваем в праздничные дни. Так и нашим мыслям «хочется одеваться в красивую одежду». Красивые слова надо говорить всегда, каждый день, а не только в праздники.

Слова нужны прежде всего для общения.

Общение – это:

- 1) взаимодействие двух или более людей;
- 2) одна из основных потребностей человека;
- 3) обмен информацией и эмоциями между людьми;
- 4) восприятие и понимание другого человека;
- 5) основное средство самоутверждения личности.

Общение бывает *вербальным* (с помощью слов) и *невербальным* (с помощью жестов, мимики, движений).

Групповая работа

Цель: Формирование у обучающихся навыков культуры общения, развитие навыков работы в команде.

Задание для групп. Каждой группе предлагается выбрать одну из следующих тем для обсуждения и подготовки небольшого проекта (постер, презентация, сценка):

Группа 1: «Как правильно общаться с друзьями?». Обсудите, какие слова и фразы помогают поддерживать дружбу.

Группа 2: «Слова, которые могут обидеть». Подумайте о том, какие слова лучше не использовать и почему.

Группа 3: «Как слова могут помочь в учебе?». Обсудите, как общение с учителем и одноклассниками влияет на учебный процесс.

Группа 4: «Слова и эмоции». Исследуйте, как слова могут выражать чувства и эмоции.

Подготовка проектов. Группы работают над своими проектами, обсуждают, что они хотят включить, и готовят презентацию.

Презентация результатов. Каждая группа по очереди представляет свой проект остальным. Важно, чтобы каждый участник группы выступил. Обсуждение. Обсудите, что нового узнали, какие слова и фразы показались особенно важными. Попросите учащихся поделиться, как они могут использовать полученные знания в будущем.

Ресурсы: Бумага и маркеры для постеров. Доступ к мультимедийному оборудованию (если необходимо для презентаций).

III. Проектная деятельность

Учащимся предлагается ответить на вопрос: Как применить полученные знания на практике?

Учащиеся высказываются. Коллективно делается вывод. Например: полученные знания можно применить для установления и сохранения добрых отношений с друзьями.

Учитель демонстрирует структуру проекта. (Слайд)

Проект состоит из 4 этапов.

Этап 1. Слово – это основа общения

Этап 2. Великая сила слова

Этап 3. Приветливое слово гнев побеждает

Этап 4. Язык дружбы

Способы исследования: эксперименты, коллективные дела, сотрудничество.

На *этапе 1* учитель предлагает детям обсудить сюжет мультфильма, написать сценарий об использовании добрых слов и дает подсказки. Например: какие слова помогут подружиться, как с помощью слова можно разрешить конфликт и т. д. Учащиеся дают свои предложения.

После обсуждения на доске делается запись с учетом заданий учителя.

Например, задание по этапу 1

1. Составьте словарь слов примирения, извинения.

2. Проведите эксперимент. Начните общаться, соблюдая нормы речевого этикета, со всеми одноклассниками: в разговоре будьте вежливы, доброжелательны даже к тем, с кем вы в ссоре.

Проанализируйте, как изменилась атмосфера вокруг вас. Расскажите о результатах эксперимента на следующем занятии по проекту.

На основе наблюдений продумайте сюжет мультфильма и напишите

небольшой сценарий. Придумайте его название.

Узнайте, каких видов бывают мультфильмы. Определитесь, каким будет ваш мультфильм.

IV. Заключение

Учитель предлагает разместить на доске смайлики: «Интересно», «Полезно», «Есть вопросы». На основе этого можно оценить результативность урока.

По завершении занятия учитель желает детям стремиться быть вежливыми, добрыми, культурными.

Занятие 2 для обучающихся 4 класса
Тема «Великая сила слова»

Цель: показать значимость, роль и силу воздействия слов.

Задачи

1. Расширить представления учащихся о неисчерпаемых возможностях слова.
2. Развивать навыки самоконтроля, взаимоконтроля, конструктивного диалога.
3. Формировать культуру речевого поведения и ответственное отношение к слову.

Ресурсы: карточки с заданиями, памятки, презентация, видеопроектор, пословицы и поговорки, репродукция картины казахстанского художника Е. Садырбаева «Боровое».

Ход занятия

I. Введение

Игра «Догадайся»

Цель: активизировать словарь вежливости».

Педагог зачитывает предложения, которые необходимо закончить:

Я прочту стихи сейчас.

Я начну, а вы кончайте,

Дружно хором отвечайте.

Где отгадка – там конец.

Кто подскажет – молодец!

1. Растает даже ледяная глыба от слова теплого ... (*спасибо*)
2. Зазеленеет старый пенёк, когда услышит ... (*добрый день*)
3. Мальчик вежливый и развитый говорит при встрече ... (*здравствуйте*)
4. Когда нас бранят за шалости, говорим ... (*простите нас, пожалуйста*)
5. Неуклюжий песик Костик мышке наступил на хвостик.
6. Поругались бы они, но сказал он: ... (*«Извини!» / «Прости»*)

Краткое обсуждение: Что такое слово? Почему оно важно?

Приведите примеры ситуаций, когда слова могли изменить настроение или поведение человека.

II. Основная часть

Учитель предлагает поиграть в игру, где каждая группа учеников выступит в роли волшебников в разноцветных шляпах. Каждая шляпа предполагает задание. Команда «Синяя шляпа» выступает в качестве экспертов.

Синяя шляпа – эксперты. Эта команда подводит итоги размышлениям команд, формулирует окончательный вывод. Задача экспертов состоит в том, чтобы выявить соответствие выбранной командой пословицы размышлениям по заданному вопросу. Каждый ответ обосновывается.

Пословицы

1. Кто слово не ценит, тот себя не ценит.

2. Приветливое слово гнев побеждает.
3. Когда сливаются слова сердца и языка, возникает прекрасное.
4. Ветер озеро приводит в движение, слово – мысль.
5. Покорное слово гнев укрощает.
6. Меткое слово сбивает батыра с седла.
7. Доброе слово человеку, что дождь в засуху.
8. Куда глаза не доходят, туда слово приведет.
9. Ветер горы разрушает, слово народы поднимает.

Белая шляпа. Команда должна проанализировать тексты и ответить на вопрос: «Как великие воины, ханы, бии использовали волшебную силу слов?» Ответ обосновывается. Из предложенных пословиц необходимо выбрать ту, которая послужит выводом, итогом размышлений по заданному вопросу. Мукагали Макатаев, обращаясь к поэтам и писателям, сказал: «Писатели, сестры и братья по перу, не забывайте народ! Без народа ваши мысли беспросветны. Нельзя кричать о любви к народу. Умейте просто дарить свою любовь!»

Однажды Герой Советского Союза, Народный Герой Казахстана Бауыржан Момышулы сказал молодым солдатам: «Родина – это ты. Родина – это мы, наши семьи, наши матери, наши жены и дети. Родина – это наш народ. Я, ваш командир, хочу исполнить веление наших жен и матерей, веление нашего народа. Мы идем в бой ради жизни!»

Многим запомнились слова Айтеке бия, отражающие его искреннюю любовь к Родине: «Если ты богат, принеси пользу народу. Если ты воин, сокруши врага. Если же ты, будучи богатым, не принесешь пользу народу, будучи воином, не сразишь врага, то станешь чужаком своего народа». Перед сражением с джунгарами у стен Великого Туркестана Абылай хан обратился к своим воинам со словами: «Мы сложим головы за родную землю, за жизнь наших близких! Не пожалеем жизни за нашу Родину!»

Вывод. Испокон веку великие правители, воины и мыслители использовали волшебную силу слов, чтобы преобразовать эмоции, склонить на свою сторону и даже изменить ход истории. Потому что самая главная таинственная сила слова в том, что оно вызывает не только эмоцию, но и побуждает к действию.

Пословица: Ветер горы разрушает, слово народы поднимает.

Красная шляпа. Команда получает задание прочитать притчу, ответить на вопрос: «Может ли слово влиять на эмоциональное состояние человека?» Ответ обосновывается.

Из предложенных пословиц необходимо выбрать ту, которая послужит выводом, итогом размышлений по заданному вопросу.

Однажды Мастер рассказывал о великой силе Живого Слова. Сотни учеников внимательно слушали его. И каждый из них хотел владеть этой необычайной силой.

Но не каждый верил Мастеру. Кто-то из задних рядов неожиданно выкрикнул:

– Ты говоришь чепуху! Разве станешь добрым оттого, что все время твердишь: «Добро, добро, добро»? Ерунда эта твоя сила Живого Слова!

– Сядь на место, глупец! – крикнул Мастер.

Человека охватила ярость, его называли глупцом среди сотен учеников! Это слышал каждый! Он стал браниться, еще больше оскорблять Мастера. Гнев совершенно затмил его разум...

Мастер выслушал его. А затем с видом раскаяния сказал:

– Прости меня... я погорячился. Искренне прошу прощения. Мне не стоило оскорблять тебя.

Удовлетворенный извинением, ученик тут же успокоился.

– Вот всем вам и ответ, – подытожил Мастер. – От одного слова человек пришел в ярость, от другого – успокоился...

Вывод. Слова играют большую роль в нашей жизни. Они заставляют нас смеяться и плакать. Они могут ранить и исцелять. Они вселяют надежду и опустошают душу. С помощью слов мы можем выразить самые искренние наши чувства, самые благородные намерения и самые сокровенные желания.

Пословица: Приветливое слово гнев побеждает. Покорное слово гнев укрощает.

Желтая шляпа. Команда получает задание прочитать сказку, ответить на вопрос: «*Может ли слово помочь человеку в трудной ситуации?*» Ответ обосновывается.

Из предложенных пословиц необходимо выбрать ту, которая послужит выводом, итогом размышлений по заданному вопросу.

Давным-давно в одной степи жил Жиренше-шешен – мудрец, которого уважали за ум и доброе сердце. Он много путешествовал, помогал людям не мечом, не кнутом, а мягкой, но точной речью.

Однажды Жиренше ехал по степи и увидел одинокую юрту. Рядом сидел старик, сгорбленный, с пустым взглядом. Его лошадь паслась вдалеке, а огонь в очаге давно потух.

Жиренше подошел и вежливо поздоровался:

– Ассалаумағалейкум, ақсақал! (Мир тебе, старец!)

– Уағалайкумассалам... – слабо ответил тот, – нет мне радости. Один остался, дети уехали, жизнь скучна и бесполезна...

Жиренше сел рядом и сказал:

– Засуха приходит и уходит, ақсақал. А земля живет, потому что в ней есть сила. Так и ты – живешь, значит, в тебе еще свет. Не гаси его.

– А зачем этот свет? Кому он нужен?.. – вздохнул старик.

Жиренше мягко улыбнулся и сказал:

– Ты нужен. Если бы ты не был нужен – я бы не приехал. Мудрость твоя как глубокий колодец. Даже если вода спряталась, она есть.

Старик посмотрел на него, и слезы блеснули в его глазах. Он впервые за долгое время почувствовал, что ему есть зачем жить.

На следующий день старик разжег очаг, напоил лошадь, надел чистую шапку. К нему пришли соседи, узнав, что Жиренше гостит у него. Он

рассказал им притчу, и все слушали его с уважением.

Старик снова стал уважаемым человеком аула.

Пословица: Доброе слово человеку, что дождь в засуху.

Зеленая шляпа. Команда должна описать репродукцию картины художника Е. Садырбаева «Боровое» тремя предложениями и ответить на вопрос: «Может ли слово раскрывать красоту мира, передавать чувства, мысли, отражать действительность?» Ответ обосновывается.

Из предложенных пословиц необходимо выбрать ту, которая послужит выводом, итогом размышлений по заданному вопросу.

Вывод. Когда к слову прикасается рука художника, оно становится особым материалом. Сила его – в способности раскрывать красоту мира, передавать чувства, мысли, отражать действительность.

Пословица: Когда сливаются слова сердца и языка, возникает прекрасное.

Черная шляпа. Жил-был старик, и было у него три сына: Алим, Бакыт и Жанибек. Когда старик умер, он оставил немного денег каждому из сыновей. Братья решили: пусть каждый купит на эти деньги что-нибудь полезное. Алим купил волшебное зеркало, в которое можно было смотреть и видеть, что происходит в любом уголке мира. Бакыт нашел лекарство, которое могло исцелить любую болезнь. Жанибек купил быстрого верблюда, который мчался быстрее ветра.

Однажды Алим заглянул в зеркало – и увидел: у великого хана заболела красавица-дочь, и никто не мог её вылечить. Братья быстро собрались и полетели на верблюде Жанибека к ханскому дворцу. Там Бакыт дал девушке своё целебное зелье – и она выздоровела!

– А если бы не мое лекарство? – возразил Бакыт, – никто бы ее не вылечил!

– Все бы это пропало зря, – сказал Жанибек, – если бы я не доставил нас вовремя!

Хан слушал их и не знал, кого выбрать зятем. Тогда он позвал мудреца. Мудрец улыбнулся и сказал:

– Каждый из вас сделал доброе дело. Один увидел беду, второй спас, третий помог вовремя. Но разве можно ссориться из-за добра? Пусть младший брат женится на ханской дочери – ведь без него вы бы не успели. А вы, братья, станьте его помощниками. Только вместе вы – настоящая сила.

Братья посмотрели друг на друга, обнялись и сказали:

– Прости, брат. Мы спорили зря. Главное – мы вместе помогли!

С тех пор жили они в мире и согласии. И все в стране запомнили:

Доброе слово мир рождает. А дружба – дороже золота.

Вывод. Каждому важно знать свое дело и выполнять его на пользу людям.

Пословица: Доброе слово мир рождает.

Групповая работа

Группа 1: Сила добрых слов.

Задача: Подготовить короткие сценки, где добрые слова меняют ситуацию (например, поддержка друга, похвала).

Результат: Презентация сценки перед классом.

Группа 2: Влияние плохих слов

Задача: Обсудить примеры, когда грубые или обидные слова причиняют боль (например, буллинг).

Результат: Создание плаката с примерами и последствиями.

Группа 3: Слова как инструменты

Задача: Исследовать, как слова могут быть использованы для убеждения и мотивации (например, речи известных личностей).

Результат: Подготовка небольшого выступления о знаменитых речах и их влиянии.

Группа 4: Слова в литературе и искусстве

Задача: Найти примеры из книг, стихов или песен, где слова имеют особое значение.

Результат: Чтение отрывков и обсуждение их смысла.

Обсуждение: Каждая группа делится своими выводами.

Вывод: Слова – надежные помощники в установлении прочных отношений между людьми.

Упражнение: Попросите каждого ученика сказать одно доброе слово своему соседу.

Оборудование: Бумага и фломастеры для плакатов. Место для выступлений.

Итог: Каждая группа получит возможность продемонстрировать свои работы, что поможет укрепить навыки общения и понимания силы слов. Важно, чтобы учащиеся осознали, что слова могут как поддерживать, так и разрушать, и научились использовать их осознанно.

III. Проектная деятельность

На *этапе 2* ученики представляют разработанный сценарий мультфильма, где используются вежливые слова: приветствия, прощания, благодарности, знакомства, примирения, извинения.

После прослушивания, обсуждения, корректировки сценария ученики вместе с учителем распределяют роли и обязанности внутри ученического коллектива.

1. Режиссеры-постановщики: придумывают сюжет, пишут сценарий, сочиняют диалоги.

2. Художники-мультипликаторы: изготавливают персонажей и декорации, лепят, рисуют, шьют.

3. Операторы-постановщики: фотографируют, снимают.

4. Звукорежиссеры: подбирают фоновую музыку, записывают диалоги актеров.

5. Актеры: озвучивают персонажей.

6. Монтажеры: собирают мультфильм на компьютере.

После обсуждения на доске делается запись с учетом заданий учителя.

Например, задание по этапу 2 проекта.

1. Продумать образы героев и декорации сцен, на которых будут происходить действия фильма.

2. Подобрать способ озвучивания фильма в соответствии со сценарием.

3. К следующему занятию подготовить ватман или ткань, используемые в качестве фона и изготовленные анимационные персонажи мультфильма и декорации.

IV. Заключение

Учитель предлагает разместить на доске смайлики «Интересно», «Полезно», «Есть вопросы». На основе этого можно оценить результативность урока. По завершении занятия учитель желает детям стремиться быть вежливыми, добрыми, культурными.

Занятие 3 для обучающихся 4 класса
Тема «Приветливое слово гнев побеждает»

Цель: развитие коммуникативных компетенций младших подростков.

Задачи

1. Совершенствовать навыки позитивного общения.
2. Мотивировать к построению позитивных взаимоотношений.
3. Развивать навыки сотрудничества, умения слушать и слышать другого человека.

Ресурсы: карточки, обозначающее эмоциональное состояние учеников (солнышко, звездочка, тучка), презентация, отрез ткани размером 90x150, варежки, нитки.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Барометр настроения»

Цель: диагностика психоэмоционального состояния обучающихся.

Учитель предлагает выбрать карточку, обозначающую эмоциональное состояние учеников, и прикрепить ее на экран настроения.

1. Солнышко – радостное настроение;
2. звездочка – спокойное, нейтральное настроение;
3. тучка – плохое настроение.

II. Основная часть

Учитель открывает на доске тему занятия: «Приветливое слово побеждает гнев». Затем задает вопрос, как обучающиеся понимают предложенную фразу. Обобщая ответы ребят, учитель делает вывод о том, что человек не может нормально жить и развиваться без общения.

Далее учитель обращает внимание на то, что поведение другого человека, приветливо или грубо сказанное слово нередко оставляет в душе след на целый день. Часто хорошее настроение у человека зависит от того, оказали ли ему внимание, были ли с ним приветливы, доброжелательны при общении, и как обидно бывает от невнимательности, грубости, злого слова.

Беседа по вопросам

1. Как вы понимаете слова «душевная рана»?
2. Можно ли залечить душевную рану? Как?
3. А можно ли предотвратить душевную боль?

Выслушав ответы детей, учитель делает вывод о том, что вежливое, внимательное и доброжелательное отношение к другим людям проявляется и в поступках, и в словах.

Далее учитель предлагает историю о *Казыбеке би* – великом дипломате казахского народа, к советам которого станут прислушиваться ханы и авторитетные султаны. Так, благодаря его усилиям между калмыкским и казахским народами был установлен мир. Казыбек би входил в состав первой посольской миссии, направленной к джунгарскому правителю.

Переговоры эти имели успех, и джунгары вернули пленных и похищенный скот. Предание сохранило его речь, обращенную к джунгарскому правителю: *«Мы, казахи, в степи пасем скот. Никому не угрожаем, мы мирный народ. Чтоб счастье и удача не покинули нас, чтобы враг невзначай не ринулся на нас, мы держим копье наготове и знаем цену доброго слова».*

Когда родился Казыбек, его мама Токмеил предсказала: «Ты будешь преклоняться только чести. Твоим призванием станет Слово».

Учитель, подводя итоги, обращает внимание, что люди часто выходят из себя, начинают сердиться по пустякам, ругаться друг с другом. Часто это приводит к долгой и серьезной ссоре. Но ведь так легко избежать этой ссоры, если кто-нибудь в минуту гнева просто скажет другому ласковое слово. Тогда и гнев второго человека исчезнет без следа.

Просмотр видеоролика с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен» на тему «Мы против буллинга» по ссылке: <https://youtu.be/tZbNy6GU9RM?si=8SyzjMCKdcoFzm4G>

Вопрос для обсуждения:

1. Что такое буллинг?
2. Сколько сторон в ситуации буллинга? В чем их особенность?
3. Какие бывают последствия буллинга?

Инсценировка ситуации «Кто кого?»

Учитель предлагает поднять руки тем, кому приходилось когда-либо участвовать в конфликтной ситуации. Далее ученикам предлагается разыграть сценку. Для этого выбираются 3 участника: автор и два ученика.

Автор: Кто кого обидел первый?

Первый ученик: Он меня!

Второй ученик: Нет, он меня!

Автор: Кто кого ударил первый?

Второй ученик: Он меня!

Первый ученик: Нет, он меня!

Автор: Вы же раньше так дружили!

Первый ученик: Я дружил!

Второй ученик: И я дружил!

Автор: Что же вы не поделили?

Первый ученик: Я забыл!

Второй ученик: И я забыл!

После инсценировки учитель предлагает ответить на вопрос: «Что нужно делать, если вы поссорились с другом?»

Далее предлагается подумать над вопросом: Как не допустить ссоры?

Игра «Коврик мира»

Цель: научить детей стратегии переговоров и дискуссий в разрешении конфликтов в классе.

Учитель показывает коврик, затем кладет его на пол, а на него мячик. Далее предлагается представить, что двое учеников хотят взять этот мячик, но

он один, а их двое. Ученикам предлагается присесть на коврик мира. Учитель садится рядом, чтобы помочь им, когда они захотят обсудить и разрешить эту проблему. Никто из них пока не имеет права взять мячик просто так.

Классу задается вопрос: «Может, у кого-то из вас есть предположение, как можно было бы разрешить эту ситуацию?»

Здесь можно предложить карточки с текстами игр-мирилок (*Приложение 7.1*). После нескольких минут дискуссии педагог предлагает взять по одной варежке, найти ей пару и привязать к коврику, затем одеть по одной варежке и пожать друг другу руки. Игру можно повторить с другими участниками и другим предметом спора, например, книга, ручка, шоколадка и т. д.

Вопросы:

1. Как поможет нашему классу коврик мира?
2. Какие качества характера проявятся у человека, решающего споры мирным путем?
3. Используете ли вы такой способ решения спорных вопросов?

Групповая работа

Цель: Развитие коммуникативных компетенций младших подростков через осознание значимости дружелюбного общения и влияние слов на эмоциональное состояние.

Группа 1: Ситуации и решения

Задача: Придумать 3 ситуации, когда гнев может возникнуть (например, ссора с другом, недопонимание с родителями и т.д.) и предложить, как приветливое слово могло бы изменить исход каждой ситуации.

Результат: Краткие описания ситуаций и решений, которые будут представлены остальным классом.

Группа 2: Словесные игры

Задача: Придумать и подготовить небольшие игры или упражнения, которые помогут развивать навыки дружелюбного общения (например, «Комплименты», «Слова поддержки»).

Результат: Проведение одной из игр для всего класса.

Группа 3: Метафоры и пословицы

Задача: Найти и подготовить метафоры или пословицы, связанные с силой слова и общением (например, «Слово – не воробей, вылетит – не поймаешь»).

Результат: Презентация найденных метафор и обсуждение их значения.

Группа 4: Ролевая игра

Задача: Подготовить небольшую сценку, где один персонаж испытывает гнев, а другой использует приветливые слова, чтобы успокоить его.

Результат: Представление сценки перед классом.

Презентация результатов

Каждая группа по очереди представляет свою работу.

Обсуждение: Как приветливое слово влияет на эмоции? Как мы можем использовать его в повседневной жизни?

Рефлексия: Каждый ученик делится, что нового он узнал о силе слов и

как будет применять это знание в будущем.

Итоговая мысль: «Слова могут ранить, но они также могут исцелять. Давайте выбирать наши слова с любовью и уважением!»

Дополнительные материалы: Флипчарт и маркеры для групповой работы. Бумага и ручки для записи идей. Примеры пословиц и метафор для вдохновения.

Творческое задание «Мы против буллинга!»

Цель: коллективная работа для формирования общей позиции.

Группы делают плакаты или рисунки с лозунгами против буллинга (можно использовать вырезки, картинки, слова).

После презентации плакатов — голосуют за самый сильный посыл.

Комикс «Твой выбор»

Цель: развить способность принимать добрые решения, развивать творческое мышление.

Каждому ученику даётся шаблон мини-комикса (4–6 кадров).

В начале — ситуация буллинга, а финал — выбор:

Плохое поведение

Правильный поступок

Дети сами рисуют и пишут, как можно повести себя лучше.

В конце — комиксы объединяются в «Кітап: ДосболLIKE!»

III. Проектная деятельность

На этом занятии учащиеся приступают к *этапу 3* проекта.

Учащимся предлагается ответить на вопрос: «Как применить полученные знания на практике?»

Дети высказываются. Коллективно делается вывод. Например: полученные знания можно применить для решения конфликта с помощью добрых слов.

Учитель напоминает, что на этом этапе проекта они являются работниками анимационной студии, у каждого есть свои обязанности.

Для реализации этапа 3 проекта на занятии потребуются: сценарий мультфильма; ватман или ткань, использующиеся в качестве фона; изготовленные анимационные персонажи мультфильма и декорации; фоновая музыка. Все материалы, подготовленные учениками, демонстрируются, обсуждаются и, если это необходимо, дорабатываются.

На этом занятии рекомендуется организовать репетицию по сценарию.

Задание по этапу 4 проекта

1. Произвести съёмку и монтаж мультфильма, наложить звуковой ряд и спецэффекты.

2. Вставить титры (поясняющие надписи): заглавные (открывающие, title sequence), промежуточные и заключительные (закрывающие).

IV. Заключение

Учитель предлагает разместить на доске смайлики «Интересно», «Полезно», «Есть вопросы». На основе этого можно оценить результативность урока.

По завершении занятия учитель желает детям стремиться быть вежливыми, добрыми, культурными и проводит одну из игр *Приложения*.

Приложение 7.1

Игры-мирилки

<p>Мячик Мячик прыгает по кругу, Мы прощаем все друг другу! Между нами уговор: Дружим мы без драк и ссор!</p>	<p>Раз – мирись Раз – мирись! Два – мирись! И со мною не дерись! Три – прощенья попросили! На четыре – все забыли! Пять – надутым быть нельзя: Мы теперь опять друзья!</p>	<p>Подкралась ссора К нам с тобой подкралась ссора. Надо нам ее прогнать. Мы за пальчики возьмемся: Раз, два, три, четыре, пять – Подружились мы опять!</p>
<p>Хватит сердиться Хватит нам уже сердиться, Веселятся все вокруг! Поскорей давай мириться: Ты мне друг, И ты мне друг! Мы обиды все забудем И дружить как прежде будем!</p>	<p>Драться не будем Больше драться мы не будем И обиды все забудем! Ты меня сейчас прости, Улыбнись и не грусти!</p>	<p>Пальчик за пальчик Пальчик за пальчик Крепко возьмем. Раньше дрались, А теперь ни по чем!</p>
<p>Беда случилась с нами Беда случилась с нами – Поссорились слегка. Без друга просто скука, Мириться нам пора. Мирись, мирись, мирись, Друг другу улыбнись!</p>	<p>Все обиды забыли Все обиды мы забыли, Быстро ссору прекратили! Если мы с тобой друзья, Драться, ссориться нельзя!</p>	<p>Не дерись Не дерись, не дерись, Ну-ка быстро помирись!</p>
<p>Мирись, мирись Мирись, мирись, мирись И больше не дерись! А если будешь драться, То я буду кусаться. А кусаться нам нельзя, Потому что мы друзья!</p>		

Занятие 4 для обучающихся 4 класса

Тема «Язык дружбы»

Цель: подведение итогов выполнения проекта и определение целей дальнейшего личностного развития.

Задачи

1. Формировать понимание личной ответственности за создание дружественной атмосферы в классе.
2. Развивать социально-эмоциональные навыки.
3. Мотивировать на развитие качеств настоящего друга.

Ресурсы: карточки с заданием, клубок ниток.

Ход занятия

I. Введение

Занятие начинается с того, что учитель предлагает посмотреть на соседа по парте, улыбнуться, пожелать добра и приготовиться слушать и беседовать.

Упражнение «Восстанови стихотворение»

Учитель предлагает восстановить утверждение, используя слова для справок.

- – это сады,
- – это корни,
- – это цветы,
- – это фрукты.

Позаботьтесь о своем саде и берегите его от сорняков, заполните его светом добрых слов и добрых дел.

Слова для справок: добрые сердца, добрые мысли, добрые слова, добрые дела.

Образец восстановленного текста:

*Добрые сердца – это сады,
добрые мысли – это корни,
добрые слова – это цветы,
добрые дела – это фрукты.*

*Позаботьтесь о своем саде и берегите его от сорняков,
заполните его светом добрых слов и добрых дел.*

После выполнения задания учитель делает вывод о том, что человек, делающий другим добро, умеющий им соперничать, является настоящим другом.

II. Основная часть

Упражнение «Режиссерский рассказ»

Учитель напоминает ученикам о том, что они все занимались созданием мультфильма. Далее обыгрывается ситуация, что учитель представил себя режиссером. Какой бы он снял фильм на нашу тему?

Например, это будет будущее. Люди будут жить только для себя, а не для других. Слово «доброта» презирается, и говорят «добренький», когда хотят оскорбить. Должна существовать только непримиримость.

Далее учитель просит учеников ответить на *вопросы*.

1. Как можно изменить отношение к доброте?
2. Что вы можете сделать для изменения ситуации?
3. Каким будет ваш первый шаг? Второй? Третий?

Предлагаемые учениками шаги

Улыбаться друг другу

Говорить добрые слова

Совершать добрые поступки: уступить место в транспорте, помочь перейти через улицу, донести портфель и т. д.

После завершения рассказа учитель совместно с детьми делает вывод о том, что дружба – это великая ценность, подарок судьбы, которая делает нас лучше, добрее, сильнее. Она помогает нам учиться, работать, жить. Без друзей человеку просто не прожить. Иметь друга – великое благо. А чтобы стать хорошим другом, нужно самому быть порядочным человеком: заступиться за слабого, помочь старику, уступить место пожилому человеку – все это можно назвать языком дружбы.

Учащимся предлагается ответить на вопрос: «Из чего складывается язык дружбы?» Ответ на этот вопрос даст выполнение следующего задания.

Групповая работа

Упражнение «5 волшебных языков дружбы»

Учитель объединяет учащихся в 5 групп и предлагает каждой группе карточку с заданием.

1. Язык слов приветствия, выражения радости, комплименты

Задание: назвать слова приветствия, которые вы используете в своей жизни.

После выполнения задания учащиеся совместно с учителем делают вывод: вежливость – одно из важнейших качеств воспитанного человека. Слово «вежа» означает «знаток», т. е. человек, который знает правила приличия, по-доброму умеет относиться к людям. Вежливым человеком не рождаются, а становятся.

2. Язык слов поддержки, умение слушать, передача чувств

Задание: рассказать, какие слова вы используете, чтобы поддержать маму, друга, близких.

После выполнения задания учащиеся делают вывод, например: язык поддержки очень важен, так как развивает умение вместе что-то делать, играть, откликаться на боль другого человека, делиться переживаниями, поддержать в самую непростую минуту, а еще, и это очень важно, – порадоваться успехам друга, подруги, разделить радость.

3. Язык слов прощения

Задание: перефразировать мудрое высказывание: «Не поступай с другим так, как не хотел бы, чтобы поступали с тобой». Ответить на вопросы.

1. Почему человек просит прощения?
2. Это важно?
3. Какие слова прощения используются вами?

После обсуждения учащиеся приходят к выводу о том, что просьба о

прощении – признак того, что человек отвечает за свои слова и действия. Человек, который извиняется, ставит себя на место того, у кого просит прощения, принимает его точку зрения и готов наладить отношения, дружбу, доверие, уважение. Искренние извинения сближают людей.

4. Язык интонации

Каждый участник получает карточку, в которой написаны оттенки интонации.

Задание: произнести слово «молодец» с определенной интонацией, которая написана на карточках: тихо, громко, нежно, удивленно, иронично, восторженно, ласково, требовательно, таинственно, сердито и т. д.

Учащиеся после выполнения задания приходят к выводу, например: когда мы говорим, то стараемся убедить собеседника в чем-то, сообщить что-либо, спросить о чем-то. А для того чтобы окружающие нас понимали, необходимо позаботиться об интонации. Интонация играет огромную роль во взаимоотношениях людей.

5. Язык жестов

Задание: показать, какие жесты и мимика используются в приветствии друг друга.

После выполнения задания и его обсуждения учащиеся приходят к выводу, что жесты и мимика выполняют важную роль в отношениях людей. Особенно такие жесты, как пожатие руки, прикладывание руки к груди во время приветствия или благодарности. Приветственные жесты могут отличаться в зависимости от культуры, традиций, но неизменными остаются улыбка человека и выражение глаз. Улыбка, которая идет от доброго сердца, поддерживает, поощряет, вдохновляет, успокаивает тех, к кому она обращена.

III. Проектная деятельность

Учитель предлагает ученикам презентовать созданный ими в ходе реализации проекта мультфильм.

После просмотра мультфильма учитель организует беседу по проектной деятельности.

Вопросы:

1. Изменилась ли атмосфера в классе за время выполнения проекта?
2. Какие трудности вы испытывали во время выполнения проекта?
3. Смогли бы вы справиться без помощи и поддержки?
4. Что еще можно сделать для укрепления дружбы в классе?
5. Что может нам помочь в создании дружественной атмосферы в классе?

(Учащиеся отвечают по желанию.)

Учитель: – Сейчас вы только учитесь дружить. А чтобы дружба была крепкой, нужно дорожить ей в различных ситуациях, поддерживать и помогать друг другу в трудную минуту, думать о том, что и как говорить.

Игра «Паутинка»

Учитель: – Встаньте, пожалуйста, в один большой круг. У каждого из вас есть возможность сказать своему однокласснику что-то доброе.

Клубок передается до тех пор, пока все дети не окажутся частью постепенно разрастающейся паутины.

Вопрос

Зачем мы сплели такую паутину? (*Примерные ответы детей: «Протянули ниточки дружбы. Обычно мы их не видим, но они существуют. Мы все – одно единое целое! Пусть и в жизни нас всегда связывают нити теплых, добрых слов и чувств!»*)

Вопрос

Что вы чувствуете?» (*Ответы детей*)

Подведение итогов

После обсуждения учитель благодарит детей за участие в проекте «Энергия слова» и желает им использовать полученные знания и навыки в создании дружественной атмосферы в классе.

Игра: «Дружеский клубок»

Цель: Разогреть детей, настроить на общение и вспомнить основные аспекты дружбы.

Описание. Встаньте в круг. Вы берете в руки клубок ниток и, держа конец нити, бросаете клубок любому ученику, называя его имя и говоря что-то хорошее о нем (например, «Маша, ты всегда готова помочь!» или «Дима, ты умеешь слушать»). Ученик ловит клубок, тоже держит нить и бросает клубок дальше, называя имя другого ученика и говоря комплимент. Продолжайте, пока клубок не пройдет через всех. В конце у вас получится «сеть дружбы», которую можно будет увидеть.

Обсудите, какие чувства вызвала эта игра.

Обзор проекта «Доска достижений»

Цель: вспомнить, что было сделано в рамках проекта, выделить самые яркие моменты.

Описание. Кратко расскажите о том, что ребята делали в рамках проекта (например, «Мы учились говорить комплименты», «Мы составляли правила дружбы», «Мы помогали друг другу»). Предложите ребятам вспомнить самые интересные моменты проекта. На доске (или на подготовленном заранее плакате) создайте «Доску достижений».

Используйте вопросы:

1. «Что мы узнали?» (Напишите основные выводы, сделанные в ходе проекта, например, «Дружба – это взаимопомощь», «Друзья должны уметь прощать»).

2. «Что получилось лучше всего?» (Запишите наиболее успешные моменты, например, «Мы научились говорить друг другу приятные слова», «Мы стали лучше понимать друг друга»).

3. «Что было сложнее?» (Перечислите трудности, с которыми столкнулись ребята, например, «Не всегда легко прощать обиды», «Было сложно договариваться»).

4. «Что мы могли бы улучшить?» (Обсудите, что можно было бы сделать по-другому или добавить, например, «Проводить больше игр на сплочение»,

«Чаще говорить друг другу спасибо»).

Рефлексия «Дерево дружбы»

Цель: Помочь детям задуматься о своей роли в дружбе и определить личные цели.

Инструкция. На доске (или на большом листе бумаги) нарисуйте дерево без листьев. Раздайте каждому ребенку по листочку бумаги в форме листика.

Попросите ребят написать на своих листочках:

1. «Что я могу сделать, чтобы наши отношения стали лучше?» (например, «Я буду чаще улыбаться», «Я буду внимательнее слушать друзей», «Я постараюсь не обижать других»).

2. «Что я уже делаю, чтобы быть хорошим другом?» По очереди прикрепляйте листочки к дереву.

Обсудите получившееся «Дерево дружбы». Спросите, какие общие цели у ребят, как они могут помогать друг другу в достижении этих целей.

IV. Заключение

Подведение итогов и награждение

Подведите итоги классного часа. Похвалите ребят за активное участие и работу над проектом. Наградите команды (или отдельных ребят) за активность в игре (вручите призы, грамоты). Напомните о важности дружбы и добрых отношений, пожелайте всем успехов в достижении поставленных целей. Завершите классный час позитивной нотой. Например, предложите спеть вместе песню о дружбе. Попросите ребят дома написать письмо своему другу/подруге, в котором они поблагодарят его/ее за дружбу и поделятся своими планами на будущее.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 КЛАССА по проекту «Стресс: друг или враг?»

*Будь разумен, укрепляй свой дух в борьбе,
лишь бездарный покоряется судьбе.
Абай Кунанбаев*

Занятие 1 для обучающихся 5 класса Тема «Я и стресс»

Цель: формирование осознания собственной индивидуальности и необходимости саморазвития.

Задачи

1. Познакомить учащихся с понятием стресс и его проявлениями.
2. Научить школьников распознавать причины стресса и способы его преодоления.
3. Развивать навыки самоосознания и саморегуляции в стрессовых ситуациях.

Ресурсы: плакат с правилами, бумага формата А4, ручки, карточки с текстом.

Ход занятия

I. Введение

Знакомство с правилами занятий

1. Проявлять активность.
2. Слушать друг друга, не перебивая.
3. Говорить только от своего лица.
4. Если информация адресована кому-то конкретно, то обращаться напрямую к этому человеку, а не говорить о нем в третьем лице.
5. Не распространять и не обсуждать за пределами класса то, что происходит на занятиях.
6. Избегать критики при выполнении упражнений. Если возникает потребность что-то покритиковать, дождаться обсуждения.
7. В случае нежелания выполнять какое-либо упражнение участник имеет право отказаться, не объясняя причину этого, но он должен публично заявить о своем отказе.

Упражнение на сплочение группы «Приветствие друг друга»

Дети рассчитываются на первый-второй. Те, кто в первой группе, встают за учителем в одну линию, а вторая группа встает в такую же линию прямо напротив учителя.

Приветствие будет заключаться в следующем: каждый по очереди поворачивается и жмет руку стоящему за ним в колонне. Как только обе колонны закончат это делать, нужно будет обменяться приветствиями между колоннами. Для этого все идут «змейкой» и обмениваются рукопожатиями.

Рефлексия. Вопрос: «Испытывали ли вы тревогу, неудобство, когда начинали упражнение? А сейчас?»

II. Основная часть

Работа по карточкам

Каждому участнику даются карточки, на которых написаны тексты с хаотичным на первый взгляд набором букв, и они должны прочитать текст за 30 с.

1) СОЛНЫШКОВЕСЕЛОЕНАДЛЕСОМПЕРВЫМИЛУЧАМИЗАИГРАЛО

2) ИзАПЕЛижаВОРОнКипеСНИВСЕвоКРугМЕнянарЯДНЫМСТАЛО

3) КакПЕРЕнестиЭТоГоСтрАшНОнаПУганНОГоРеБЕНКаВБеЗОПаСН
ОемЕсТо

4) пениЕПТиЦУСЛышатьраДыЛюДирадыЛюДинЕбугОЛУБому

5) наКонецПОСЛЫШАЛСяГоПотБеГУщиХног

С. Калиев. Если бы я был солнышком

Обсуждение

Вопросы

1. Сразу ли вы справились с заданием?
2. Что понадобилось вам для его быстрого выполнения?

Информационный блок

Что такое стресс?

Слово *стресс* раньше использовали в технике. Оно означало, что на какой-то предмет давит сила, и он напрягается. Сейчас это слово часто используют, когда говорят о том, что человек сильно переживает.

Иногда стресс вызывает что-то снаружи, например, контрольная, ссора с другом или выбор школы. А иногда стресс – это то, что происходит внутри нас: обида, злость, грусть и т. д.

Стресс – это когда нам тяжело, и мы сильно напрягаемся из-за чего-то важного для нас.

Когда человек в стрессе, это видно по-разному.

В голове: сложно сосредоточиться, хуже запоминается, трудно думать.

В чувствах: могут появиться страх, злость, грусть, радость или раздражение.

В общении: кто-то начинает больше разговаривать, а кто-то наоборот – закрывается и ни с кем не хочет говорить. Бывают ссоры.

В теле: могут напрягаться мышцы, человек может часто дышать, бледнеть или краснеть, болеть живот, повышаться давление и т. д.

Чтобы справляться со стрессом, важно понимать, почему он появился.

Просмотр видеоролика с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен» на тему «Советы детям: эмоции» по ссылке:

https://youtu.be/f_gbb_KuXLk?si=SE_PsWoRk5tHvNEo

Беседа по вопросам:

1. Как мы можем справиться стрессовой ситуацией?
2. Какие советы показались наиболее ценными и почему?

Упражнение «Анализ причин возникновения стресса»

Цель: осознание внешних и внутренних причин возникновения стресса, различных способов преодоления стрессовой ситуации.

Участникам дается задание написать на листочках по одной стрессовой

ситуации, с которой им больше всего хотелось бы справиться.

Листочки перемешиваются и раздаются снова.

Каждый школьник зачитывает ситуацию, которая изложена на полученном им листке, оценивает, насколько она является стрессовой лично для него, какие ассоциации вызывает, и дает совет, как с ней можно справиться.

Другие участники высказывают свои варианты преодоления стресса.

Примечание. Анализ причин возникновения стресса показывает, что есть такие, которые являются стрессовыми практически для всех (ответы у доски, экзамены и т. д.), но есть такие, которые вызывают стресс только у некоторых школьников. На эту особенность необходимо обратить их внимание. Необходимо также отметить, что проявления стресса сами нередко становятся его причинами, приводят к формированию никому не нужных качеств личности. Например, часто переживаемая обида приводит к развитию обидчивости. Для того чтобы научиться управлять стрессом, целесообразно классифицировать его факторы.

III. Проектная деятельность

Задание

1. Обсудить с учащимися возможность применения полученных знаний.
2. Выбрать вид конечного продукта (презентация, постер, рекомендации, постановка, письма и т. д.), отражающий, как адаптироваться к новым условиям.
3. Сформировать группы (желательно в группы подобрать учащихся, которые между собой мало общаются). *Конечная цель:* разработать рекомендации (ролик, презентация, постер, схема, инфографика, сценарий постановки и т. д.) для нахождения способов безболезненного выхода из стрессовых ситуаций, их предотвращения, изменения отношения к проблемной ситуации, личностных качеств.
4. Стать менторами для первоклассников.
5. Обсудить и записать вопросы, которые учащиеся будут задавать первоклассникам, чтобы выявить причины возникновения тревожных ситуаций.

Учитель предлагает учащимся задания для практической деятельности по проекту:

1. Понаблюдайте за собой: какие ситуации вызывают у вас тревогу, что вы чувствуете при этом.
2. Систематизируйте свои признаки тревожности по факторам: дома, в школе, в обществе.
3. Опишите свои действия после стрессовой ситуации, или как вы ее преодолеваете.
4. Посетите первоклассников, опросите ребят: какие ситуации вызывают тревогу у них, как они с ними справляются.

IV. Заключение

Упражнение. Учащимся раздаются карточки и предлагается протянуть

стрелки из левой части таблицы в правую для нахождения способа выхода из стресса.

Раздаточный материал

Стрессовые факторы	Условия преодоления
<p>Экзамены. Не выучил урок, а надо отвечать. Плохие отметки.</p>	<p>Рассказываю другу. Сажусь за компьютер. Советуюсь с подругой.</p>
<p>Когда тебя не понимают. Несправедливое отношение. На тебя кричат, тебя высмеивают, оскорбляют, унижают в глазах одноклассников. Ссорятся родители. Обижают, обзывают одноклассники. Когда я один. Не люблю быть один. Ссоры с родителями, друзьями, учителями.</p>	<p>Родители покупают что-нибудь вкусное или новое. Иду гулять. Встречаюсь с друзьями. Мысленно прощаю обидчика и успокаиваюсь.</p>

Занятие 2 для обучающихся 5 класса
Тема «Учимся управлять собой»

Цель: мотивирование на работу с собственными недостатками и достоинствами как способ саморазвития.

Задачи

1. Формировать у учащихся умение распознавать и заменять негативные мысли на позитивные.
2. Развивать навыки саморегуляции и управления своим состоянием в стрессовых ситуациях.
3. Воспитывать ответственное отношение к собственным эмоциям и поведению.

Ресурсы: бумага формата А4, карандаши, карточки с заготовками цветков, стикеры, флипчарт с предложениями.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение на сплочение группы «Молчанка»

Цель: развитие сотрудничества, налаживание психологического климата в классе.

Разбить участников на пары и предложить сесть за стол рядом друг с другом.

Задание. Нарисовать картину на одном листе бумаги и одним карандашом, по очереди передавая друг другу карандаш.

В этой игре есть важное правило – нельзя разговаривать во время рисования. Время выполнения 3 мин.

Обсуждение

1. Участникам обсудить свои рисунки и обменяться впечатлениями. Это поможет им лучше понять, как коммуникация может происходить без слов.
Вопрос: Что вы нарисовали, работая в паре?
2. Обсудить со всем классом.

Вопросы

1. Сложно ли вам было рисовать молча?
2. Пришли ли вы к единому мнению со своим партнером?
3. Трудно ли было оттого, что изображение постоянно менялось? Почему?

Рефлексия

Вопрос: Испытывали ли вы тревогу, неудобство, когда начинали упражнение? А сейчас?

II. Основная часть

Задание. Познакомьтесь с ситуацией, случившейся с Жанарой. Ответьте на вопросы.

Жанаре 12 лет, она учится в 6 классе. В её школе скоро важная контрольная по математике. Жанара всегда старается хорошо учиться, но на этот раз ей было трудно понять новую тему – дроби. За день до контрольной, вернувшись домой, она почувствовала тревогу. В голове начали крутиться

плохие мысли: «Я не справлюсь», «Все получают хорошие оценки, а я не смогу», «Учитель подумает, что я ленивая». Жанара села на кровать и чуть не расплакалась. Но тут она вспомнила, как на классном часе психолог рассказывала о том, как бороться с негативными мыслями. Тогда учитель говорил: «Негативные мысли — как сорняки. Если их не вырывать, они заполнят весь сад. Но ты можешь заменить их хорошими — это как сажать цветы».

Жанара решила попробовать. Она взяла тетрадь и написала три плохие мысли, которые её мучили. Рядом с каждой она написала противоположную, положительную мысль:

«Я не справлюсь» — «Я постараюсь и вспомню всё, что знаю. Я не одна — все учатся».

«Учитель подумает, что я ленивая» — «Я учусь, стараюсь, и это самое главное».

«Все справятся лучше меня» — «У каждого свои сильные и слабые стороны».

Потом она позвала старшую сестру, и они вместе решили несколько задач. На следующий день на контрольной Жанара чувствовала себя спокойнее. Она не ответила на все вопросы идеально, но написала большую часть правильно.

После урока она улыбнулась — не потому, что всё было легко, а потому что она научилась справляться с плохими мыслями.

Вопрос учителя: Какой вывод помогает сделать эта ситуация?

Вывод. Негативные мысли могут прийти к каждому, даже к старательным и умным людям. Но важно помнить: ты можешь научиться управлять ими. Плохие мысли — это не ты. Ты — это тот, кто выбирает, что с ними делать.

Обсуждение

Вопросы

1. Какие «темные» мысли посещали вас?
2. Как вы реагировали на них?
3. Как вы исправляли плохое настроение?

Вывод. Учитель может резюмировать: — У каждого из нас бывают ситуации, которые нас огорчают, однако не стоит надолго «застревать» на грустных мыслях. Мы не можем изменить ситуацию, но мы можем сами выбирать, о чем думать и как думать. Правильные мысли: «Даже если... В любом случае...» Оказывается, мы можем с помощью правильных мыслей и слов менять ситуацию. Давайте потренируемся.

Упражнение «Даже если...», «В любом случае...»

Работа в парах. Детям раздаются карточки с заготовками цветков, на одном из которых написано «Даже если...», а на втором — «В любом случае...»

Инструкция. Первый ученик произносит название первого цветка «Даже если...» и указывает проблему: «Мне плохо, я невезучий, я получил двойку». Второй называет свой цветок «В любом случае...» и заканчивает

положительной фразой: «Это только сегодня, я не буду расстраиваться и впадать в депрессию, а исправлю двойку». Участники обмениваются цветками. Теперь первый говорит решение проблемы, а второй озвучивает саму проблему.

В самом начале данное упражнение можно выполнить у доски, так как у некоторых учащихся оно вызывает трудность в поиске решения проблемы. Также можно проиграть несколько ситуаций после обсуждения в парах.

Рефлексия

Вопросы

1. Получилось выполнить упражнение?
2. Трудно было выполнять?

Вывод. В сложных ситуациях необходимы навыки саморегуляции. Можно пользоваться правилом: «Мысли выбирай, как цветы, и выбирай только красивые (положительные)».

Информационный блок

В жизни происходят разные события – хорошие и плохие. Любое изменение, даже приятное, может вызвать стресс. Например, и двойка, и пятерка на экзамене – это что-то новое, к чему нужно привыкнуть.

Когда человек испытывает стресс, организм начинает работать иначе: в кровь выбрасываются специальные вещества – гормоны. Сердце бьется чаще, мышцы напрягаются, тело готовится к действию – убежать или защититься. Так организм реагирует на опасность.

Но в реальной жизни не всегда можно просто убежать или драться. Мы сдерживаем себя, не делаем ничего, а тело все равно остается напряженным. Если это напряжение не уходит, оно может накапливаться и мешать нам чувствовать себя хорошо.

Чтобы этого не происходило, важно *научиться замечать, когда ты напряжен*, и знать, как *безопасно снять это напряжение*, не вредя себе и другим. Есть простые способы расслабиться, и они помогают чувствовать себя лучше.

Иногда стресс появляется из-за серьезных событий. Но чаще из-за обычных переживаний: уроков, общения с друзьями, оценок или ожидания контрольной.

Даже то, как реагирует наш организм (покраснение, дрожащие руки или неуверенный голос), может нас пугать и усиливать стресс. Особенно если мы не знаем, как с этим справиться.

Важно понять: *стресс – это не всегда плохо*. Он действительно может мешать (трудно сосредоточиться, появляются тревога, раздражение, усталость). Но в то же время *стресс может помогать*. Он делает нас собраннее, помогает быстрее думать и действовать. Благодаря ему мы учимся преодолевать трудности и становимся сильнее.

Вывод. Стресс бывает разным. Его не нужно бояться. Важно научиться справляться с ним, понимать свои чувства и беречь здоровье. Тогда даже трудности пойдут тебе на пользу и помогут расти.

Упражнение «Напряжение – расслабление»

Цель: знакомство с мышечными зажимами.

Инструкция. Упражнение выполняется стоя. Все участники встают прямо и сосредотачивают свое внимание на правой руке, напрягая ее до предела. Через несколько секунд напряжение сбросить, руку ослабить. Прodelать аналогичную процедуру поочередно с левой рукой, правой и левой ногами, поясницей, шеей. Разрешить каждому выполнять упражнение в своем темпе.

III. Проектная деятельность

Рефлексия выполнения предыдущего задания

Вопросы

1. Получилось ли выяснить причины возникновения стрессовых ситуаций у первоклассников?

2. Сложно это было сделать? Почему?

Задание

1. Обсудить с участниками группы и выявить часто встречающиеся факторы стресса у первоклассников.

2. Разработать слайд, сценарий ролика и т. д. об этих факторах стресса и способах саморегуляции.

Учитель предлагает учащимся задания для практической деятельности по проекту:

1. Посетите первоклассников. Выполните с ними упражнение «Даже если...» – «В любом случае...»

2. Подумайте над вопросами: «Получилось выполнить упражнение? Трудно было выполнять?»

3. Через определенное время повторите это упражнение еще раз.

4. Подумайте над вопросами: «Легче было выполнять упражнение? Есть ли изменения у ребят?»

5. Понаблюдайте за собой.

6. Подумайте над вопросом: «Как влияет стресс (положительно, негативно) на здоровье и поведение?»

IV. Заключение

Упражнение «Мой выбор»

Этот прием можно отнести как к рефлексии деятельности, так и содержания. Обучающимся предлагается наклеить стикер на строчке в том месте, которое отражает их отношение к занятию и степень участия в проекте.

Мне было интересно.

Мне было скучно.

Я узнал что-то новое.

Я ничего не узнал.

Я слушал учителя.

Я не слушал учителя.

Я часто отвечал.

Я редко отвечал.

Я собой доволен.

Раздаточный материал

Памятка «Что нужно знать о стрессе»

Что такое *стресс*?

Стресс – это реакция организма на изменения или трудности. Это может быть что-то плохое, но и хорошие события тоже вызывают стресс.

Как понять, что ты в стрессе?

- 1) Хочется плакать или кричать.
- 2) Быстро бьется сердце.
- 3) Дрожат руки, краснеет лицо.
- 4) Трудно думать или сосредоточиться
- 5) Ничего не радует.

Как справляться со стрессом?

1. Дыши глубоко: 5 раз медленно вдохни и выдохни.
2. Поговори с кем-то: с другом, родителем, учителем.
3. Подвигайся: сделай зарядку, пройдишь, попрыгай.
4. Рисуй, лепи, пиши: творчество помогает расслабиться.
5. Слушай музыку или читай: это успокаивает.
6. Сделай паузу: посиди в тишине, закрой глаза.
7. Помни: чувствовать стресс – нормально. Главное – уметь с ним дружить.

Помни! Стресс не враг. Он может быть твоим помощником, если ты умеешь с ним обращаться.

Занятие 3 для обучающихся 5 класса
Тема «Уверенность – залог успеха»

Цель: содействие пониманию учащимися способов определения личностных механизмов стрессоустойчивости.

Задачи

1. Формировать у учащихся умение управлять своими эмоциями и поведением в стрессовых ситуациях.
2. Развивать навыки конструктивного взаимодействия и обращения за помощью.
3. Мотивировать к самовоспитанию и саморазвитию.

Ресурсы: цветные маркеры, флипчарт, карточки с индивидуальными заданиями.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение на сплочение группы «Высокая башня»

Цель: участники учатся координировать свои действия, взаимодействовать в команде, развивают навыки невербального общения.

Условия: участникам запрещено разговаривать и вообще как-нибудь использовать голос. Каждый лист является строго конфиденциальным для одного участника. Необходимо совместно нарисовать Высокую башню. Используется секундомер.

Ход упражнения. Участники делятся на 4 команды по 6–7 человек. Каждому участнику команды дается индивидуальное задание.

Время выполнения 5 мин.

Обсуждение. Вопросы:

1. Трудно ли было выполнять задание?
2. Что показалось наиболее трудным?
3. Успешным ли было взаимодействие в группах? Почему?
4. Где и когда в повседневной жизни или рабочей среде вы можете использовать полученные навыки?

II. Основная часть

Как справляться со стрессом?

Одна и та же трудная ситуация может по-разному повлиять на людей. Но и справляться с ней можно по-разному. Люди, которые умеют держать себя в руках и не теряться в трудный момент, используют *полезные (конструктивные) способы*. Они умеют:

- 1) Контролировать свои эмоции и поведение;
- 2) Спокойно думать;
- 3) Правильно оценивать, насколько сложна ситуация, и что они могут с ней сделать;
- 4) Выбирать хороший способ, чтобы справиться со стрессом.

Этап 1. Как мы воспринимаем ситуацию, и что из этого получается?

Когда происходит что-то волнительное, мы сначала *оцениваем*

ситуацию. Мы думаем:

1. Насколько это трудно или опасно для нас (например, для здоровья, настроения или репутации)?

2. Справимся мы или нет?

3. Хватит ли нам знаний и сил?

Например, когда учитель смотрит в журнал и выбирает, кого вызвать к доске, ученик может начать переживать. Он думает: «А вдруг вызовут меня? Знаю ли я тему? Смогу ли ответить?» Из-за этого может появиться страх – если кажется, что не справишься. А могут появиться уверенность и желание самому выйти к доске – если все знаешь.

Иногда стресс мы создаем себе сами. Например, если ученик не уверен в себе, он может бояться выйти к доске, даже если все выучил. В этом случае проблема не в ситуации, а в том, *как мы ее воспринимаем*.

Этап 2. Как стресс влияет на тело и результаты?

Когда мы боимся, в нашем теле происходят разные изменения:

1) сердце начинает биться быстрее;

2) появляется пот;

3) дыхание становится неровным;

4) могут дрожать ноги или руки;

5) сложно сосредоточиться;

6) иногда мы путаемся или забываем, что хотели сказать.

Например, когда ученик боится ответить у доски, у него могут дрожать коленки и пропадать слова.

Но похожие изменения бывают и тогда, когда мы очень рады или взволнованы, например, когда ждем хорошую оценку. В таком случае тоже может запереть дыхание или появиться волнение.

Этап 3. Как мы приспособляемся к стрессу?

Когда случается стресс, наш организм и мозг стараются с этим справиться. Чтобы справиться со стрессом, важно *действовать сознательно и выбирать правильные способы решения проблем*. Тогда мы чувствуем себя лучше и можем стать сильнее. Такое умение помогает нам развиваться, раскрывать свои способности и достигать целей.

Как правильно справляться с трудностями?

Чтобы успешно преодолеть проблему, нужно сделать следующее.

1. *Поставить цель* – решить, чего ты хочешь добиться.

2. *Подумать, как это сделать*, – найти разные способы решения задачи.

3. *Определить, что понадобится*, – подумать, что нужно для каждого способа (время, помощь, знания).

4. *Представить последствия* – подумать, что может случиться, если выбрать тот или иной путь.

5. *Оценить свои силы* – понять, что вам по силам, а что – нет, и выбрать лучший вариант.

6. *Поставить маленькие задачи* – решить, как понять, что движешься в правильном направлении.

7. *Начать действовать* – сделать первый шаг и идти к своей цели.

Примечание: необходимо обратить внимание школьников, что этапы решения учебных и жизненных задач аналогичны этапам преодоления стресса.

Есть ситуации, которые можно преодолеть самому. Но часто мы оказываемся в условиях, когда не хватает своего опыта, или по каким-то другим причинам нужно обратиться за помощью. Это могут быть ситуации, связанные с учебой, взаимоотношениями с родителями, друзьями и т. д. Умеем ли мы это делать? Что для этого нужно?

Упражнение «Прошу помочь»

Цель: определение алгоритма обращения за помощью, осознание ценности коммуникативной компетентности.

Инструкция. Участники делятся на группы. Каждая группа получает карточку с описанием ситуации, которую сложно решить самому школьнику (например, не понял учебный материал, которого нет в учебнике; необходимо срочно вернуть книгу своему знакомому, но ты уезжаешь; поссорился с приятелем и др.). Можно предложить учащимся придумать свои ситуации.

На основе приобретенных знаний каждая группа должна разработать конструктивный вариант решения поставленной задачи и представить его на обсуждение.

В ходе *обсуждения* необходимо обратить внимание на следующие моменты.

1. Можно ли выделить общие качества тех, к кому мы обращаемся за помощью?
2. Почему нам могут отказать?
3. Как на это можно реагировать?
4. Можно ли избежать отказа в просьбе?

Методические рекомендации: учащихся необходимо подвести к мысли, что одним из механизмов стрессоустойчивости является компетентность в общении.

Упражнение «Пережат напряжений»

Напрячь до предела правую руку. Постепенно расслабляя ее, полностью перевести напряжение на левую. Затем, постепенно расслабляя эту руку, полностью перевести напряжение на левую ногу, поясницу и т. д.

Предложите участникам регулярно практиковать это упражнение для улучшения его эффективности. Подчеркните важность постепенности и регулярности в выполнении.

III. Проектная деятельность

Рефлексия выполнения предыдущего задания

Вопросы

1. Получилось выполнить упражнение с первоклассниками «Даже если...» – «В любом случае...»?
2. Есть ли изменения у ребят после повторного выполнения упражнения?
3. Какие последствия стресса вы выявили у себя? Положительные?

Негативные?

Работа в группах

Упражнение «Моя стрессоустойчивость»

В ходе обсуждения определяются личностные качества, которые мешают преодолению стресса и препятствуют переходу стресса в дистресс, составляются портреты стрессоустойчивой и нестрессоустойчивой личности.

После формирования портретов типов личности проводится *обсуждение результатов*, чтобы выявить общие черты стрессоустойчивой личности и понять, как можно развивать эти качества у себя.

Учитель предлагает учащимся задания для практической деятельности по проекту:

1. Закончите работу над своим «конечным продуктом» (создать другие слайды, ролики, постеры и т. д.). Расскажите в нем о влиянии стресса на человека (положительное и негативное); о своих способах стрессоустойчивости.

2. Отрадите способы преодоления стресса, о которых узнали на занятии.

3. Продемонстрируйте свой «продукт» первоклассникам.

4. Обсудите с ними модель стрессоустойчивой личности.

5. Научите первоклассников приемам расслабления.

6. Снимите ролик об этой встрече с первоклассниками.

IV. Заключение

Упражнение «Цепочка пожеланий»

Обменяйтесь с соседом по парте пожеланиями, как сохранять стрессоустойчивость при возникновении тревожной ситуации.

Раздаточный материал

Индивидуальные задания

«Башня должна иметь 10 этажей».

«Вся башня имеет коричневый контур».

«Над башней развевается синий флаг».

«В башне всего 6 окон».

«Перед башней есть крыльцо из трех ступенек».

«На втором этаже башни горит фонарь»

«Двери башни открыты».

Карточки с описанием ситуации

Не понял учебный материал, которого нет в учебнике.

Необходимо срочно вернуть книгу своему знакомому, но ты уезжаешь.

Поссорился с приятелем.

Занятие 4 для обучающихся 5 класса

Тема «Могу быть успешным»

Цель: содействие расширению арсенала средств преодоления стрессовых ситуаций.

Задачи

1. Формировать у учащихся умение осознавать и ценить свои сильные стороны.
2. Развивать навыки самопрезентации и уверенного поведения.
3. Воспитывать доброжелательное отношение к одноклассникам и поддержку друг друга.

Ресурсы: ролик, снятый учащимися.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение на сплочение группы «Я вижу в тебе ...»

Первый этап. Участники игры становятся в два круга лицом друг к другу (получается два круга: внутренний и внешний).

По команде ведущего «Внутренний к внешнему, поехали» те, кто стоят во внутреннем круге, начинают говорить тому, кто стоит напротив: «Я видел, как ты в проекте ...»

По команде «Стоп» все разговоры прекращаются, и после следующей команды «Внешний к внутреннему, поехали» начинает говорить тот, кто стоит во внешнем круге. Вторая команда «Стоп» прекращает разговоры.

Ведущий дает 1–2 секунды на то, чтобы участники в паре посмотрели друг другу в глаза, и подает команду «Переход», по которой игроки внешнего круга перемещаются на одного человека вправо.

Очень важно вести строгий учет времени, отведенного на предложения одного круга к другому; промежутки времени должны быть равными (20–30 секунд).

Второй этап – «Мне нравится, что за время проекта ты ...»

После завершения упражнения предоставьте время для обсуждения общего опыта. Позвольте участникам поделиться своими мыслями о том, какие впечатления они получили, что они узнали о других участниках, и как это может повлиять на их взаимодействие в будущем.

II. Основная часть

Презентация проекта

Демонстрация ролика, снятого учащимися во время посещения первоклассников.

По завершении демонстрации предлагается поделиться впечатлениями всем желающим.

Упражнение «Самопрезентация»

Цель: повышение самооценки.

Каждый по кругу называет то качество, которое, по его мнению, проявилось при выполнении проекта. При этом необходимо уточнить

положительную роль этого качества для себя. (Время выступления каждого ученика должно быть регламентировано, чтобы все имели равные возможности высказаться.)

Например: если участник назвал в качестве желаемого качества коммуникабельность, то дальше он произносит: «Я – Берик, я развил коммуникабельность, это помогает мне чувствовать себя уверенно...»

Высказывание необходимо произнести так, чтобы окружающие в это поверили.

После завершения упражнения обобщите выводы.

III. Проектная деятельность

Завершение работы по проекту

Упражнение «Лестница успеха»

Цель: помочь детям осознать свои сильные стороны и шаги к достижению успеха.

Ход упражнения:

1. Учитель рисует на флипчарте или доске лестницу с 5 ступеньками.
2. Каждому ученику раздается стикер или карточка.
3. Задание: написать (или нарисовать) то, что у них уже получается хорошо (качество, умение, привычку). Например: «Я умею дружить», «Я хорошо читаю», «Я быстро считаю», «Я не сдаюсь».

4. По очереди дети прикрепляют свои карточки на лестницу и вслух произносят:

1) «Мой шаг к успеху – ...»

2) «Это помогает мне ...»

5. После того как лестница будет заполнена, класс обсуждает:

1) Какие качества чаще всего встречаются?

2) Какие шаги еще можно добавить, чтобы двигаться к успеху?

Важный момент: аплодировать каждому, кто сделал свой «шаг на лестницу».

IV. Заключение

Учитель благодарит всех за участие в проекте и желает использовать полученные знания и приобретенные навыки для поддержания дружественной атмосферы в классе.

Упражнение «Аплодисменты»

Цель: обеспечить эмоциональный подъем по завершении занятия.

Учитель подходит к любому ученику и начинает аплодировать. Затем этот ученик выбирает из класса следующего, кому аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т. д. Последнему участнику аплодирует весь класс.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 6 КЛАССА по проекту «Искусство управлять конфликтами»

*Только разум, наука, воля,
совесть возвышают человека.
Думать, что можно иначе возвыситься,
может только глупец.
Абай Кунанбаев*

Занятие 1 для обучающихся 6 класса Тема «Я среди других»

Цель: содействие пониманию природы конфликтов, их влияния на личность, способов разрешения на основе проектной деятельности.

Задачи

1. Расширить представления обучающихся о факторах, способствующих возникновению конфликтов.
2. Развивать навыки конструктивного общения в среде сверстников; сформировать умение извлекать из конфликта жизненные уроки.
3. Мотивировать к согласию и миролюбию в построении отношений.

Ресурсы: тест-таблица «Отношения в нашем классе» по количеству учеников; смайлики «Полезно», «Интересно», «Есть вопросы»; кейс проекта (ящик, коробка для вопросов и предложений), размещенный в заранее определенном месте классного кабинета и доступный каждому учащемуся.

На занятие приглашаются старшеклассники-менторы.

Ход занятия

I. Введение

Тест «Отношения в нашем классе»

Цель: предоставить учащимся возможность самостоятельно проанализировать атмосферу в классе.

Каждый получает от учителя (старшеклассников-менторов) таблицу с вопросами и в течение 2 мин. выбирает вариант ответа – «да» или «нет». Анкета заполняется анонимно. Подсчет количества ответов «да» и «нет» проводят старшеклассники-менторы. Пока идет подсчет ответов на вопросы теста, проводится игра «Зато ты...»

Игра «Зато ты...»

Цель: способствовать осознанию учащимися своих положительных качеств.

Инструкция. Учитель делит класс на группы. Каждый из участников группы называет один свой недостаток. Остальные по очереди утверждают: «Зато ты...» и озвучивают какое-то положительное качество этого человека. Например: ты лучше всех рассказываешь истории, у тебя быстрая реакция, хорошая память и т. д.

По завершении упражнения учитель благодарит учащихся за

наблюдательность и создание положительной атмосферы общения. Обсуждается вопрос, что учащиеся узнали о себе и других. Заслушиваются ответы учеников. Делается вывод. Например: в ходе игры выяснилось, что в каждом человеке есть много хорошего. Однако не всем в классе уютно, комфортно (озвучиваются результаты анонимной анкеты. Инструкция дана в пункте V).

Жить в атмосфере дружелюбия и уважения друг к другу, избегать конфликтов, а если они возникли, грамотно их разрешать и учиться на них поможет проект *«Искусство управлять конфликтами»*.

Далее учащимся предлагается определить цель проекта. После заслушивания ответов на доске записывается цель. Например, цель проекта – научиться предупреждать и грамотно разрешать конфликты.

II. Основная часть

Упражнение «Закончи предложение»

Цель: развить навыки определения и понимания причин конфликта.

Инструкция. Учитель предлагает поднять руки тем, кому приходилось когда-либо участвовать в конфликтной ситуации, и вспомнить, что было причиной конкретного конфликта. Далее необходимо закончить предложение, записанное на доске: «Причиной конфликта было то, что ...»

Высказаться вслух предоставляется возможность всем желающим.

Учитель делает вывод. Например: причины конфликтов многочисленны и разнообразны, но в целом их можно объединить в группы.

Мозговой штурм «Причины возникновения конфликтов»

Цель: побудить к исследованию природы конфликтов.

Все желающие высказываются, учитель подводит итоги и демонстрирует обобщенную запись того, что озвучили учащиеся (слайд).

Причины конфликтов:

- 1) неумение контролировать свое эмоциональное состояние;
- 2) скрытность;
- 3) недопонимание;
- 4) агрессивность;
- 5) различие целей, интересов;
- 6) неумение общаться;
- 7) неумение сотрудничать и др.

Учитель делает вывод. Например: часто понимание причины конфликта помогает его избежать.

Предлагается вопрос: «Почему нужно стараться не допускать конфликтов?» Ответ на этот вопрос даст выполнение следующего упражнения.

Упражнение «Скажи, что чувствуешь?»

Цель: побудить к анализу внутренних ощущений на основе создания образа конфликта.

Учащимся предлагается поделиться ассоциациями и чувствами, которые возникают при слове *конфликт*, исследовать, как он выглядит в мире вещей.

Демонстрируется запись на доске (слайд).

Ассоциации

Если конфликт – мебель, то какая?

Если конфликт – посуда, то какая?

Если конфликт – одежда, то какая?

Если конфликт – растение, то какое?

Если конфликт – техника, то какая?

Учитель делает вывод. Например: конфликт – это болезненное состояние его участников.

Информационный блок

Цель: познакомить с инструментами выхода из конфликта.

Для недопущения развития болезни необходимо назначить лечение. Лекарство – алгоритм разрешения конфликта. Демонстрируется запись на доске (слайд).

Алгоритм разрешения конфликта

Шаг 1. Почему? (Узнать, почему участники конфликта хотят того, чего они хотят.)

Шаг 2. Зачем? (Установить потребности участников, а не только их цели.)

Шаг 3. Как? (Рассмотреть варианты решения.)

Шаг 4. Что? (Найти решение, которое устроит всех.)

Групповая работа

Цель: организовать мини-исследование в малых группах на основе новой информации.

Демонстрируется запись на доске (слайд).

Рассмотрите ситуации и ответьте на вопросы.

1. Почему возник конфликт?
2. Зачем участники конфликтуют?
3. Каковы варианты решения?
4. Какое решение устроит всех?

Учитель делит учащихся на 3 группы. Каждой группе предлагается ситуация для рассмотрения по вышеуказанным вопросам.

Ситуация 1. Одноклассник не смог пойти с тобой в кино, хотя ты давно купил билеты на новый интересный фильм. Причину не объяснил, просто сказал, что у него важные дела. С тех пор вы не разговариваете.

Ситуация 2. Асель с начальной школы очень любила учиться. Она быстро осваивала материал, легко выполняла все задания. В 6 классе ей приходилось больше трудиться, чтобы держать планку. И если раньше она не возражала, когда у нее кто-то списывал, то теперь стала предлагать свою помощь только в подготовке заданий, но вот отдавать свои тетради для списывания отказывалась. Одноклассники объявили Асель бойкот.

Ситуация 3. Во время перемены в кабинете английского языка произошла ссора между Ерболом и Бахтияром. Во время ссоры на пол между рядами парт упали дорогостоящие очки Бахтияра. Вошедшая в кабинет Назым,

не заметив очки на полу, раздавила их. Разъяренный Бахтияр ударил Назым...

По завершении работы в группах результаты презентуются, учитель подводит итоги. Делается вывод. Например: любой конфликт разрешим, следует только выполнять определенные правила.

Демонстрируется запись на доске (слайд).

Правила разрешения конфликта

- 1) Нельзя откладывать решение назревшего конфликта.
- 2) Стремитесь искренне и серьезно понять точку зрения другого.
- 3) Свою ошибку, неверный шаг признавайте быстро, опережайте возможную критику.
- 4) Удерживайте за собой инициативу, диктуя эмоции, в первую очередь спокойствие.

Учащимся предлагается возможность обсудить правила и дополнить их.

III. Проектная деятельность

Учащимся предлагается ответить на вопрос: как применить полученные знания на практике?

Учащиеся высказываются. Коллективно делается вывод. Например: полученные знания можно применить для разрешения существующих конфликтов и недопущения новых.

Учитель демонстрирует структуру проекта (слайд).

Проект состоит из 4 этапов.

Этап 1. Я среди других

Этап 2. Эффективные навыки общения

Этап 3. Диджитал в среде подростков

Этап 4. Сила позитивного общения

Способы исследования: эксперименты, коллективные дела, шефская помощь, сотрудничество.

Учитель предлагает назвать коллективные дела на этапе 1 и дает подсказки. Например: дела должны быть направлены на укрепление дружбы между одноклассниками, шефскую помощь второклассникам, проведение экспериментов, что дает возможность сделать открытия. Учащиеся делятся предложениями.

После обсуждения на доске делается запись с учетом заданий учителя. Например: задание по этапу 1 проекта.

1. Помирись с тем, с кем в ссоре, или помогите помириться другим.
2. Разработайте квест о дружбе для подшефных – учащихся 2 класса.
3. Проведите эксперимент. Начните с этой минуты позитивно общаться со всеми одноклассниками: проявляйте доброжелательность ко всем, даже к тем, с кем вы в ссоре, вежливо отвечайте, предложите помощь там, где вы можете быть полезны. Не демонстрируйте отрицательных эмоций, даже если у вас плохое настроение. Предложите рецепт предупреждения конфликтов.

Проанализируйте, как изменилась атмосфера вокруг вас. Расскажите о результатах эксперимента на следующем занятии по проекту.

4. Подумайте над вопросом: каковы плюсы и минусы конфликта?

Сделайте выводы.

Предложения и вопросы оставляйте в кейсе проекта.

IV. Заключение

Учитель предлагает разместить на доске смайлики «Интересно», «Полезно», «Есть вопросы». На основе этого можно оценить результативность урока.

По завершении занятия учитель желает ученикам стремиться жить в мире и согласии, избегая конфликтов, и напоминает, что все вопросы и пожелания можно опустить в кейс проекта.

Раздаточный материал

Тест «Отношения в нашем классе»

№	Утверждения	Да	Нет
1	В нашем классе не принято мешать друг другу, приставать, надоедать.		
2	В нашем классе не принято шутить над кем-нибудь так, чтобы смеялся весь класс.		
3	В нашем классе не принято драться.		
4	В нашем классе не принято обзывать.		
5	В нашем классе нет таких, кого все боятся.		
6	В нашем классе нет таких, над кем все смеются.		
7	В нашем классе свободно можно приносить и оставлять на парте ценные вещи.		
8	В нашем классе звучат ругательства.		
9	В нашем классе не курят.		
10	Если в нашем классе возник конфликт, то мы сами, без помощи учителя, его разрешим.		
11	В нашем классе мне комфортно и интересно.		
12	Я люблю бывать вместе с классом в походах, в театре, на экскурсии.		

Подведение итогов. Суммируются отдельно ответы «да» и отдельно ответы «нет». Полученные результаты делятся на количество участников анкетирования. Чем больше ответов «нет», тем напряженнее обстановка в классе. Но даже при небольшом количестве ответов «нет» есть повод подумать, как изменить ситуацию, чтобы всем было комфортно.

Занятие 2 для обучающихся 6 класса
Тема «Эффективные навыки общения»

Цель: формирование ответственности за недопущение травли в коллективе.

Задачи

1. Расширить представления об эффективных навыках общения.
2. Развить навыки позитивного межличностного взаимодействия, противодействия буллингу.
3. Формировать антибуллинговое сознание.

Ресурсы: таблички со словами (инструкция в упражнении «Ярлыки»), смайлики «Полезно», «Интересно», «Есть вопросы»; кейс проекта (ящик, коробка для вопросов и предложений), размещенный в определенном месте классного кабинета и доступный каждому.

На занятие приглашаются старшеклассники-менторы.

Ход занятия

I. Введение

Просмотр видеоролика с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен» на тему «Буллинг: история одного конфликта» по ссылке: <https://youtu.be/YEL9iTeZqv0?si=GqIbXwBGjQwjUZg8>

Цель: введение в тему занятия.

Вопросы:

1. Чем отличается буллинг от конфликта?
2. Почему Андрей решил поговорить с Маратом? (*Ответы учащихся*)

Учитель заслушивает и обобщает высказывания учащихся, делает вывод. Например, открытая и честная коммуникация – залог хороших отношений. Как же не допустить буллинга? Освоить эффективные навыки общения!

Объявляется тема занятия.

II. Основная часть

Информационный блок

Цель: актуализация и углубление представлений о пагубности буллинга для всех его участников через организацию наблюдения и анализа.

Учащимся предлагается рассказать, что они знают о буллинге. Подводя итоги сказанному, учитель предлагает рассмотреть содержание слайда.

1. Основными действующим лицами являются *агрессор* и *жертва*, которые очень наглядно представлены в мультфильме.

2. Буллинг осуществляется *преднамеренно* и направлен на нанесение физических и душевных страданий другому человеку.

3. Буллинг подрывает у пострадавшего уверенность в себе, разрушает его здоровье, самоуважение и человеческое достоинство.

4. Буллинг – это *групповой процесс*, затрагивающий не только обидчика и пострадавшего, но и свидетелей насилия, весь класс, где оно происходит.

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

Учитель задает вопросы.

1. Какие два участника буллинга показаны в содержании слайда?
2. О ком ничего не сказано?
3. Как ведут себя наблюдатели?

Учащиеся и учитель делают вывод. Например: всегда есть наблюдатели – это те, кто знает о травле, но не пресекает ее. Они могут быть на стороне агрессора, боясь самим стать жертвой, а могут сочувствовать жертве, но пассивно наблюдают за всем происходящим. Поэтому чем лучше в коллективе относятся друг к другу, уважают мнение других, тем меньше вероятность проявления буллинга.

Вопросы:

1. Как вы думаете, кто из ребят чаще становится жертвой?
2. Какие особенности для них характерны?

Учитель заслушивает учащихся и делает вывод. Например: жертвой травли при стечении определенных обстоятельств может стать практически любой школьник. Обидчик тоже может стать жертвой, если появится более сильный агрессор.

Цель: выявление общих черт и качеств, которые объединяют людей.

Старшеклассник-ментор предлагает поднять руку тем, у кого одинаковые имена. Роль ведущего принимает один из тех, у кого одинаковое с кем-либо имя. Он продолжает, задавая, например, такой вопрос: «Кто любит плавать?» (*Учащиеся поднимают руки.*) Продолжает один из тех, кто любит плавать. Например: «Кто умеет играть в шахматы?» (*Учащиеся поднимают руки.*) Продолжает один из тех, кто умеет играть в шахматы. Например: «У кого есть собака?» (*Учащиеся поднимают руки.*)

Игра продолжается до тех пор, пока в роли ведущего не попробует себя каждый учащийся.

По завершении игры делается *вывод*. Например: в нас много общего. Нам одинаково больно, когда нас обижают, мы одинаково беззащитны перед грубой необузданной силой травли. Что же можно сделать, чтобы в нашем классе никто не страдал от унижений и травли? Нужно научиться уважать друг друга!

Упражнение «Ярлыки»

Цель: вовлечение в процесс сопереживания, понимания чувств другого человека.

Старшеклассник-ментор произвольно раздает учащимся таблички со словами: «ленивый», «злой», «неудачник», «равнодушный», «бездельник», «безответственный», «несерьезный», «драчун», «прогульщик».

Предлагается *вопрос для обсуждения*. Нравится ли вам такая «наклейка»? Почему? (*Ответы учащихся*)

Учитель предлагает разорвать таблички с негативными надписями и

выбросить их в мусорную корзину, а сам раздает таблички с другими надписями: «умный», «красивый», «талантливый», «отзывчивый», «добросовестный», «сообразительный», «активный», «образованный», «воспитанный», «эрудированный» и т. д.

Предлагаются вопросы:

1. Что вы чувствуете, получив таблички с другими надписями?
2. Существуют ли «ярлыки» в реальной жизни?
3. Всегда ли ваше мнение о других людях соответствует реальному?

(Ответы учащихся)

Эти вопросы также могут быть предложены и для внутреннего размышления.

Групповая работа

Цель: вовлечение в процесс поиска конструктивных решений в нестандартных ситуациях.

Учитель предлагает к рассмотрению ситуацию, изложенную в рассказе свидетеля происходящего (слайд).

Мой сосед Бахтияр – ученик 6 класса. В этом году он поступил в гимназию и оказался в новом коллективе. Дети в его классе разные: кто-то активный, кто-то стеснительный – обычное дело. Быстро сформировался костяк класса – так называемых «крутых», которые стали цепляться к «некрутым». Ну, например, приносишь в школу легио и пластилин: «Фу, некрутой». Это повод для насмешек, обидных прозвищ.

У моего соседа пышная шапка волос на голове, его стали обзывать Чупа-Чупс. Он тушевался и не знал, что сказать в ответ. Уходил от конфликтов, избегал драк и громких разборок – «некрутой». Однако невозможно избежать случаев, когда пинают твой рюкзак, как футбольный мяч, прикрепляют к спине обидные надписи, во время урока физкультуры насыпают в обувь битое стекло, выплескивают на тетрадь воду из бутылки.

Никто не вступался за Бахтияра, хотя все происходило на глазах одноклассников. Жизнь становилась невыносимой...

Задание

1-я группа. Предположите и расскажите, что чувствует жертва.

2-я группа. Предположите и расскажите, что чувствуют свидетели травли.

3-я группа. Предположите и расскажите, что чувствуют обидчики.

Для всех групп. Предложите рецепт выхода из ситуации. Презентуйте результат.

Учитель анализирует выступления групп и делает вывод. Например: все участники травли чувствуют себя некомфортно. Жертва испытывает душевную боль, наблюдатели – неловкость от того, что не хватает характера вмешаться, обидчики – страх, что последует наказание.

Чтобы не оказаться в ситуации жертвы (а это самая незащищенная роль в буллинге!), важно прислушаться к советам психологов (слайд).

Попробуй выполнить возможные действия, чтобы не стать жертвой

буллинга.

1. Найди себе друга среди одноклассников, а еще лучше – несколько настоящих друзей.

2. Пригласи одноклассников в гости или в кинотеатр, клуб, поход, на прогулку.

3. Научись уважать мнение одноклассников, находить с ними общий язык.

4. Не пытайся всегда побеждать в спорах с ровесниками, научись проигрывать и уступать, признавать свою неправоту.

5. Не задирайся, не зазнавайся.

6. Не пытайся выделяться среди других, если для этого нет повода.

7. Не хвастайся: ни своими успехами, ни своими электронными игрушками, ни родителями.

8. Не демонстрируй свою элитарность.

9. Не ябедничай.

10. Не подлизывайся ни к учителям, ни к одноклассникам.

11. Не действуй наперекор решениям класса, если они не противоречат нравственным нормам.

12. Не демонстрируй свою физическую силу.

13. Не показывай свою слабость.

14. Не взывай к жалости окружающих в связи со своими хроническими заболеваниями или физическими дефектами.

15. Используй свои таланты на благо класса и школы, чтобы одноклассники гордились тобой, а не завидовали.

16. Предложи интересное коллективное дело.

После знакомства с советами психолога учитель предлагает принять участие в марафоне идей и назвать коллективные дела, которые могут помочь в укреплении отношений в классе. Предложения учащихся фиксируются на доске.

III. Проектная деятельность

Подведение итогов первого этапа проекта

Цель: анализ опыта, полученного в ходе проведения эксперимента.

Желающие выступить учащиеся рассказывают, удалось ли прекратить конфликт, насколько успешно прошел эксперимент.

Учитель предлагает поделиться рецептами предупреждения конфликтов и обращает внимание на вывод, дополненный новой информацией (*слайд*).

Чтобы не допустить возникновения конфликта, необходимо знать *правила бесконфликтного общения*.

1. Не употребляйте слова, которые могут привести к конфликту.

2. Не отвечайте резко на резкие слова.

3. Проявляйте эмпатию (эмоциональное расположение) к собеседнику.

4. Делайте как можно больше благожелательных посылов.

Задание по этапу 2 проекта «Эффективные навыки общения»

Учитель обращается к записи результатов марафона идей и вместе с

учащимися выбирает наиболее интересное для всех дело, которое станет пунктом 1. Далее комментируется задание от учителя.

Слайд

1. Проведите акцию «Буллинг: миссия выполняема».
2. Разработайте текст листовки, в которой привлечете внимание к проблеме буллинга. Предложите шаги к пресечению этого явления в школе.
3. Организуйте ярмарку добрых дел на перемене с подшефными 2 класса (игры, беседы, квесты).
4. Возьмите интервью у педагогов, учащихся разных классов о путях создания бесконфликтной среды (разработайте вопросы интервью).
5. Расспросите старших членов семьи, как им удавалось разрешать конфликты.
6. Расскажите о своих чувствах в отзывах. Отзывы опускайте в кейс проекта.

IV. Заключение

Учитель предлагает разместить на доске смайлики «Интересно», «Полезно», «Есть вопросы». На основе этого можно оценить результативность урока.

По завершении занятия учитель желает всем противостоять буллингу и напоминает, что все вопросы и пожелания опускаются в кейс проекта.

Занятие 3 для обучающихся 6 класса
Тема «Диджитал в среде подростков»

Цель: формирование ответственности за поддержку и распространение травли в интернет-пространстве, правовой культуры.

Задачи

1. Расширить представления обучающихся об угрозах в интернете.
2. Развить навыки безопасного поведения в интернет-пространстве.
3. Формировать готовность противостоять интернет-травле.

Ресурсы: смайлики «Полезно», «Интересно», «Есть вопросы»; кейс проекта (ящик, коробка для вопросов и предложений), размещенный в заранее определенном месте классного кабинета и доступный каждому.

На занятие приглашаются старшеклассники-менторы.

Ход занятия

I. Введение

Беседа

Цель: введение в тему занятия.

Беседа проводится по *вопросам*.

1. Как часто вы пользуетесь социальными сетями?
2. Что вам больше всего нравится в интернете?
3. Как родители воспринимают ваши занятия, времяпрепровождение в интернете? Почему?

По завершении беседы необходимо сделать *обобщение*.

Информационный блок

Цель: расширить представления учащихся о распространенности кибербуллинга как социального явления и подвести к пониманию его опасности для окружающих.

Учащимся предлагается для осмысления следующая информация.

Бурное развитие компьютерных технологий и широкое распространение интернета открывают перед людьми большие возможности для саморазвития и общения. Сегодня количество пользователей сети составляет десятки миллионов людей, из них внушительная часть – дети и подростки.

Однако интернет может быть не только кладезем возможностей, но и источником угроз. Многие не подозревают, что, оставляя на различных сайтах или в социальных сетях конфиденциальную информацию, подвергают риску собственную жизнь. Не секрет, что многие преступники ищут своих жертв именно через интернет.

В последнее время становится все более распространенным такое понятие, как кибербуллинг. Это настоящий психологический террор. И нередко такая травля из виртуального пространства переходит в реальную жизнь.

Травля сверстников в социальных сетях стала модной забавой среди школьников и студентов. Исследования показали: каждого четвертого ребенка в нашей стране унижают и травят в интернете.

Кибербуллинг (cyber-bullying) – подростковый виртуальный террор – получил свое название от английского слова bull – «бык», с родственными значениями: «агрессивно нападать, бередить, задирать, придирааться, провоцировать, донимать, терроризировать, травить». В молодежном сленге появился глагол аналогичного происхождения – быковать.

О губительных последствиях буллинга говорят сообщения о травмах, нанесенных сверстниками, попытках суицидов и трагических смертей.

Учащимся предлагается вопрос: в чем опасность кибербуллинга для каждого человека? (*Ответы учащихся*)

Вывод. Кибербуллинг остается невидимым, а нанесенный им ущерб – нераспознанным. Но проблема эта вполне реальна, несмотря на свою виртуальность.

II. Основная часть

Групповая работа

Цель: побудить к выработке решений для противостояния кибербуллингу.

Задание. Прочитайте описание видов кибербуллинга, выделенных учеными. Предложите советы, как защитить себя.

Группа 1. Перепалки, или флейминг, – обмен короткими эмоциональными репликами между двумя и более людьми, разворачивается обычно в публичных местах сети. Иногда он превращается в затяжной конфликт.

На первый взгляд, флейминг – борьба между равными, но при определенных условиях она может превратиться в неравноправный психологический террор. Неожиданный выпад может вызвать у жертвы сильные эмоциональные переживания.

Как защитить себя? _____

Группа 2. Нападки, постоянные изнурительные атаки – повторяющиеся оскорбительные сообщения, направленные на жертву (например, сотни sms на мобильный телефон, постоянные звонки), с перегрузкой персональных каналов коммуникации. Встречаются также в чатах и форумах, в онлайн-играх. Как защитить себя? _____

Группа 3. Клевета – распространение оскорбительной и неправдивой информации. Текстовые сообщения, фото, песни, которые часто имеют унижительный характер. Жертвами могут быть не только отдельные подростки, порой случаются рассылки списков («кто есть кто в школе»), создаются специальные «книги для критики» с шутками про одноклассников.

Как защитить себя? _____

Группа 4. Самозванство, перевоплощение в определенное лицо – преследователь позиционирует себя как жертву, используя ее пароль доступа к аккаунту в социальных сетях, в блоге, почте, системе мгновенных сообщений, либо создает свой аккаунт с аналогичным никнеймом и осуществляет от имени жертвы негативную коммуникацию. Организация «волны обратных связей» происходит, когда с адреса жертвы без ее ведома

отправляют друзьям провокационные письма.

Как защитить себя? _____

Группа 5. Отчуждение. Любому человеку присуще желание быть включенным в группу. Исключение же из группы воспринимается как социальная смерть. Чем в большей степени человек исключается из взаимодействия, тем хуже он себя чувствует, и тем больше падает его самооценка.

В виртуальной среде это может привести к полному эмоциональному разрушению личности. Онлайн-отчуждение возможно в любых типах сред, где используется защита паролем, формируется список нежелательной почты или список друзей. Киберостракизм проявляется также в отсутствии ответа на мгновенные сообщения или электронные письма.

Как защитить себя? _____

Группа 6. Хеппислепинг – «счастливое хлопанье, радостное избиение». Название происходит от случаев в английском метро, где подростки избивали прохожих, тогда как другие записывали это на камеру мобильного телефона. Сейчас это название закрепилось за любыми видеороликами с записями реальных сцен насилия. Эти ролики размещают в интернете, где их могут просматривать тысячи людей без согласия жертвы. Начинаясь как шутка, хеппислепинг может закончиться трагически.

Как защитить себя? _____

Группам предлагается назвать отличие кибербуллинга от буллинга. Вывод записывается на доске (*слайд*).

Особенности кибербуллинга: анонимность, возможность фальсификации, наличие огромной аудитории, возможность достать жертву в любом месте и в любое время.

Вывод. Кибербуллинг может продолжаться круглосуточно!

Упражнение «Стена отчуждения»

Цель: определение участников интернет-травли.

Участники делятся на 2 группы, стоящие по разным сторонам класса, словно по обе стороны предполагаемой стены.

Вопрос группе 1: если вы жертва, кто находится по другую сторону стены? (*Правильный ответ – преследователи*)

Вопрос группе 2: если вы преследователи, кто находится по другую сторону стены? (*Правильный ответ – жертва*)

Вопрос для всех: почему между жертвой и преследователями стена? (*Правильный ответ – нежелание искать выход, менять ситуацию к лучшему*)

По какую сторону находятся наблюдатели? (*Правильный ответ – на стороне преследователей*)

Вывод. Участниками кибербуллинга, так же, как и буллинга, являются жертва, преследователи и наблюдатели. В травле нет нейтральных, она затрагивает и уродует всех.

Групповая работа «Живая» памятка безопасности в интернете»

Цель: побуждение к принятию обдуманных решений в ситуациях

интернет-травли.

Задание. Разработайте Памятку «Как защититься от хамства и оскорблений в интернете». Представьте ее в виде сценки.

Задание выполняется в два этапа. Для выполнения задания на этапе 1 класс делится на 7 групп. Каждой группе в течение 5 мин. нужно сделать вывод, следующий из информации, представленной в соответствующем пункте.

Задание этапа 1. Прочитайте советы психологов по выработке навыков безопасного поведения. Напишите обобщающий вывод.

Группа 1. Советуйся со взрослыми, прежде чем отвечать на агрессивные сообщения. Прежде чем писать и отправлять сообщения, следует успокоиться, утолить злость, обиду, гнев. (Вывод может звучать так: *не спеши выбрасывать свой негатив в киберпространство.*)

Группа 2. Хотя киберпространство и предоставляет дополнительные возможности почувствовать свободу и раскованность благодаря анонимности, нужно помнить, что существуют способы узнать, кто стоит за определенным никнеймом. И если некорректные действия в виртуальном пространстве приводят к реальному вреду, все тайное становится явным. Интернет фиксирует историю, которая состоит из публичных действий участников и определяет онлайн-репутацию каждого – накопленный образ личности в глазах других участников. Запятнать эту репутацию легко, исправить – трудно. (Вывод может звучать так: *создавай собственную онлайн-репутацию, не покупайся на иллюзию анонимности.*)

Группа 3. Если тебя очень расстроило сообщение, картинка, видео и т. д., следует немедленно обратиться к родителям за советом, сохранить или распечатать страницу, чтобы посоветоваться со взрослыми. (Вывод может звучать так: *храни подтверждения фактов нападений.*)

Группа 4. Одноразовые оскорбительные сообщения лучше игнорировать: часто кибербуллинг вследствие такого поведения останавливается на начальной стадии. Опытные участники интернет-дискуссий придерживаются правила: «Лучший способ борьбы с неадекватными – игнор». (Вывод может звучать так: *игнорируй единственный негатив!*)

Группа 5. а) Выступить против агрессора, дать ему понять, что его действия оцениваются негативно. б) Поддержать жертву лично или в публичном виртуальном пространстве, предоставить ей эмоциональную поддержку. в) Сообщить взрослым о факте некорректного поведения в киберпространстве. (Вывод может звучать так: *если ты стал очевидцем кибербуллинга, правильным поведением будет: ...*)

Группа 6. В программах обмена мгновенными сообщениями есть возможность блокировки сообщений с определенных адресов. Пауза в общении часто отбивает у агрессора желание продолжать травлю. (Вывод может звучать так: *блокируй агрессоров!*)

Группа 7. Если письма неизвестного вам отправителя систематически содержат угрозы, следует скопировать эти сообщения и обратиться к

правоохранителям. Если оскорбительная информация размещена на сайте, следует сделать запрос к администратору для ее удаления. (Вывод может звучать так: *не стоит игнорировать агрессивные сообщения. Нужно принимать меры!*)

Задание этапа 2. Разработайте «Живую» памятку «Как защититься от хамства и оскорблений в интернете».

Для выполнения задания представители групп по очереди зачитывают изначально данную в каждом пункте информацию с составленным выводом. Для творческого решения задачи можно применить разные приемы. Например, предусмотреть, чтобы свой вывод каждая группа произносила хором, применить разную высоту звука голоса и др. Получится «живая» памятка.

Информационный блок

Цель: показать возможности защиты от буллинга и кибербуллинга.

Учащихся необходимо познакомить с важной для них информацией.

На защите прав и интересов детей стоят государственные органы! Для этого разработаны Правила профилактики буллинга (Приказ Министра просвещения Республики Казахстан № 506 от 21 декабря 2022 г. с изменениями по состоянию на 01.07.2025). Их нужно изучить! В данных правилах предусмотрена ответственность за свои действия не только преследователей, но и всех заинтересованных лиц.

Если вам срочно нужна помощь, то необходимо:

- 1) обратиться к взрослым (родителям, школьному психологу, учителю);
- 2) воспользоваться телефоном доверия 111;
- 3) ни в коем случае нельзя медлить с обращением за помощью.

III. Проектная деятельность

Подведение итогов второго этапа проекта. Учитель может зачитать отзывы, если учащиеся поделились ими через кейс проекта, или предложить устно поделиться своими мыслями всем желающим.

Особое внимание уделяется итогам акции «Буллинг: миссия выполняема!» При обсуждении обращается внимание на трудности, с которыми столкнулись организаторы акции, и выбор путей успешной реализации задуманного. Желательно продемонстрировать снимки, сделанные в ходе проведения акции, выслушать, какие чувства переживали учащиеся.

Задание по этапу 3 проекта

1. Проведите с учащимися 2 класса конкурс рисунка «Нам всем нужна дружба!»

2. На переменах организуйте выступления перед учащимися школы с постановкой «Живая» памятка безопасности в интернете» или выступите по школьному телевидению.

3. Проведите Челлендж «Мы против насилия».

4. Разработайте видеоролики-советы по позитивному общению для заключительного занятия по проекту.

IV. Заключение

Учитель предлагает разместить на доске смайлики «Интересно», «Полезно», «Есть вопросы». На основе этого можно оценить результативность урока.

По завершении занятия учитель желает всем объединиться в противостоянии буллингу и напоминает, что все вопросы и пожелания опускаются в кейс проекта.

Занятие 4 для обучающихся 6 класса
Тема «Сила позитивного общения»

Цель: подведение итогов выполнения проекта и определение целей дальнейшего личностного развития.

Задачи

1. Углубить понимание личной ответственности за создание бесконфликтной среды общения.
2. Развить навыки позитивного межличностного взаимодействия, противодействия унижению другого человека.
3. Мотивировать к самовоспитанию, саморазвитию.

Ресурсы: видеоролики-советы по позитивному общению, созданные на этапе 3 проекта, листы с перечнем качеств и дополнительными строчками для заполнения, детские калейдоскопы (5–7 штук), белый лист ватмана, квадратные стикеры по количеству учащихся, разлинованный лист ватмана, ножницы, небольшие листы формата А5 с именами учащихся для пожеланий; кейс проекта (ящик, коробка для вопросов и предложений), размещенный в определенном месте классного кабинета и доступный каждому.

На занятие приглашаются старшеклассники-менторы.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Калейдоскоп»

Цель: укрепить мотивацию на построение позитивных взаимоотношений в коллективе.

Учащимся предлагается по очереди посмотреть в калейдоскоп (старшеклассники-менторы раздают учащимся несколько калейдоскопов) и убедиться, что каждый узор отличается причудливыми сочетаниями. При этом важно подчеркнуть, что любой человек, как и необычный узор, имеет свою ценность, красоту и неповторимость.

Задание. Нарисуйте на бумажном стикере узор, который отражал бы характер, настроение, внутреннее «Я». Это не обязательно должен быть сюжетный рисунок: может быть передана игра цветов, причудливость форм и т. д. На рисунке в центре напишите свое имя и наклейте рисунок на лист ватмана, чтобы дополнить единый узор бумажного калейдоскопа класса.

По завершении работы учитель делает вывод о том, что неповторимость узора создает каждый член коллектива. Без рисунка даже одного человека узор был бы другим.

II. Основная часть

Упражнение «Проект и я»

Цель: побудить к самоанализу и рефлексии.

Задание. Подумайте, что в вас стало лучше, какие качества вы смогли в себе воспитать, какие умения развить в ходе выполнения проекта. Отметьте эти качества и при необходимости дополните список недостающими качествами и навыками.

Каждый учащийся получает листок с перечнем названий качеств и навыков:

- 1) сила воли;
 - 2) сообразительность;
 - 3) выдержка, терпение, упорство;
 - 4) внимание и наблюдательность;
 - 5) физическая сила и выносливость;
 - 6) целеустремленность;
 - 7) умение слушать других;
 - 8) умение быть хорошим другом;
 - 9) умение контролировать и анализировать свои поступки;
 - 10) чуткость и отзывчивость к людям;
 - 11) умение трудиться вместе с одноклассниками;
 - 12) видеть, кому нужна помощь, помогать и принимать помощь от других;
 - 13) умение подчинять свои желания интересам дела и коллектива;
 - 14) умение строить доброжелательные отношения с одноклассниками;
 - 15) умение дружить и быть хорошим другом;
 - 16) способность быть услышанным.
- Групповая работа «Мы смогли. Мы еще сможем!»
Учитель демонстрирует разлинованный лист ватмана.

Образец разлиновки

Каким видится класс, в котором всем хорошо?	Что сделано?	Что не сделано?	Что можно сделать еще?	Что может помешать?	Кто и чем может помочь?

Класс делится на 6 групп по количеству граф. После озвучивания названия граф лист ватмана разрезается по вертикали, и каждая группа получает свою графу-ленту для заполнения. В группах обсуждают и записывают предложения по конкретно данному направлению.

По завершении работы каждая группа зачитывает предложения и прикрепляет заполненные графы-ленты к магнитной доске. В результате лист ватмана восстанавливается в виде полос, но уже в заполненном виде.

Далее задается вопрос: что может случиться, если не прилагать обозначенные в таблице усилия для укрепления отношений в классе? (Учащиеся отвечают по желанию.)

Вывод. Без вклада всех членов коллектива в укрепление отношений между одноклассниками будут возникать конфликты, травля, кибербуллинг, унижение достоинства другого человека. Добрые отношения в классе необходимы для свободного развития, конструктивного и интересного взаимодействия друг с другом.

Сторителлинг

Цель: побудить к осмыслению созидательной силы настоящей дружбы.

Учитель передает содержание истории из жизни выпускников одной из казахстанских школ, на основе знакомства с которой будет выполнено заключительное задание.

Однажды учительница математики дала ученикам такое домашнее задание: составить список класса, подумать, что больше всего нравится в каждом из одноклассников, и записать это качество напротив его фамилии. В конце урока она собрала списки. Это было в пятницу. За выходные она обработала результаты и в понедельник раздала каждому ученику листок, на котором перечислила все то хорошее, что заметили в нем одноклассники.

Ребята читали... То тут, то там слышался шепот: «Неужели это все обо мне? Я и не знал, что меня так любят». Они не обсуждали результаты в классе, но учительница знала: она достигла цели – ее ученики поверили в себя...

Через несколько лет один из этих ребят погиб. С ним пришли проститься друзья, бывшие одноклассники, учителя.

На поминках его отец подошел к учительнице математики:

– Я хочу показать вам кое-что. – Из бумажника он достал сложенный вчетверо потертый на сгибах листок. Было видно, что его много раз читали и перечитывали. – Это нашли в вещах сына. Он не расставался с ним. Узнаете? Он протянул ей листок. Это был список положительных качеств, которые заметили в его сыне одноклассники.

– Большое вам спасибо, – сказала его мать. – Наш сын так этим дорожил.

И тут случилось удивительное: один за другим одноклассники доставали такие же листки. Многие всегда держали их при себе в бумажниках. Кто-то даже хранил свой в семейном альбоме. Один из них сказал:

– Мы все сохранили эти листки. Разве можно такое выбросить?

III. Проектная деятельность

Задание. Напишите добрые пожелания однокласснику. Подумайте, что вам больше всего нравится в нем, чему у него можно поучиться. Разместите пожелания на листе «Калейдоскоп класса».

Каждому учащемуся вручается листок с именем одноклассника, которому нужно написать добрые пожелания, отмечая его хорошие качества. Учителю следует заранее позаботиться, чтобы были учтены все учащиеся: и тот, кто пишет, и тот, кому адресуется пожелание.

По завершении работы учащиеся прикрепляют листочки к листу ватмана «Калейдоскоп класса», который был ранее создан из стикеров.

IV. Заключение

Демонстрация видеороликов-советов по позитивному общению, созданных учащимися. По завершении демонстрации учитель благодарит учеников за участие в проекте «Искусство управлять конфликтами» и желает использовать полученные знания и навыки в создании дружественной среды общения.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 7 КЛАССА По проекту «Свои и чужие границы»

*Милосердие, любовь, доброжелательность,
искренность исходят от чистого,
бескорыстного сердца.
Шакарим Кудайбердиев*

Занятие 1 для обучающихся 7 класса
Тема «Что такое личные границы, и зачем они нужны?»

Цель: ознакомление учащихся с понятием личных границ.

Задачи

1. Расширить представление о понятии «личные границы» и его основными видами.
2. Развить умение защищать свои границы и уважать чужие.
3. Сформировать понимание важности безопасной и доверительной атмосферы.

Ресурсы: карточки с примерами ситуаций, доска или флипчарт, маркеры.

Ход занятия

I. Введение

Беседа с элементами обсуждения

Учитель задает учащимся вопросы:

1. Слышали ли вы выражение «личные границы»?
2. Как вы думаете, что это может значить?

По завершении беседы показывается слайд или пишется на доске определение:

Личные границы — это невидимая «линия», которая отделяет человека от других, показывает, что для него приемлемо, а что нет: в общении, прикосновениях, словах и даже эмоциях.

Вывод. У каждого человека есть свои личные границы, и это нормально. Их важно знать, чувствовать и защищать.

II. Основная часть

Работа в парах «Границы вокруг нас»

Ученикам раздаются карточки с примерами ситуаций (можно распечатать или зачитать).

1. Кто-то берет твои вещи без разрешения.
2. Одноклассник трогает тебя за плечо, хотя ты просил этого не делать.
3. Подруга настаивает, чтобы ты рассказала ей все свои секреты.
4. Кто-то начинает шутить, а тебе становится неприятно или обидно.
5. Родственник читает твою переписку без разрешения.
6. Тебя обнимают или целуют при встрече, хотя ты этого не хочешь.
7. Учитель делает личный комментарий о твоей внешности перед всем

классом.

8. Друг публикует в соцсетях твои фото или видео без спроса.

9. В разговоре с родителями тебе не дают выразить свое мнение: тебя перебивают или высмеивают.

10. Одноклассник садится слишком близко, несмотря на твою просьбу держать дистанцию.

11. Кто-то настойчиво спрашивает о твоих оценках, личной жизни или семье, хотя ты не хочешь этим делиться.

12. Тебя заставляют участвовать в активности (танцы, игры, конкурсы), которая тебе неприятна.

13. Сосед по парте громко комментирует, что ты ешь, как выглядишь или как разговариваешь.

14. Родственник без разрешения заходит в твою комнату, когда ты просил побыть одному.

15. Тебя обижают или дразнят за то, что ты не хочешь делиться личным мнением на уроке.

Задание. Обсудите в парах ситуацию по вопросам:

1. Нарушены ли здесь границы? Почему вы так думаете?
2. Какие: физические, эмоциональные, психологические?
3. Что вы могли бы сделать?

Презентуйте результат.

Вывод. Существуют разные типы личных границ: физические (тело, вещи, пространство), эмоциональные (чувства), психологические (мнения, личные темы) и цифровые. Их нарушение вызывает дискомфорт и тревогу.

Мини-лекция

Учитель кратко объясняет:

– У всех границы разные: кто-то любит объятия, кто-то нет.

Бывают ситуации, когда человек не может сказать «нет» из страха обидеть.

Нарушение границ: не только физическое насилие, но и давление, манипуляции, игнорирование чувств.

Вывод. Личные границы уникальны у каждого человека. Уважать границы другого – значит уважать его как личность.

Ролевая игра «Говорю о своих границах»

Работа в группах

Ученики делятся на 3–5 групп и разыгрывают короткие ситуации, где один нарушает границы, а другой учится корректно их обозначать:

Примеры ситуаций

1. Один одноклассник берет телефон другого.
2. Кто-то настаивает на разговоре, когда другой хочет побыть один.
3. Ученик обижает другого словами, считая это шуткой.

Рефлексия

Проводится по вопросам

1. Как себя чувствовали?
2. Было ли сложно сказать о своих границах?

Вывод. Навыки конструктивного общения помогают отстаивать границы без конфликта. Главное – говорить ясно, спокойно, с уважением. Понимание и защита личных границ – часть внутренней уверенности, уважения к себе и другим. Это важно для дружбы, семьи и комфортного общения.

III. Проектная деятельность

Учащимся предлагается ответить на вопрос: как применить полученные знания на практике?

Учащиеся высказываются. Коллективно делается вывод. Например: полученные знания можно применить для выстраивания позитивных отношений с одноклассниками.

Учитель демонстрирует структуру проекта (слайд).

Проект состоит из 4 этапов.

Этап 1. Что такое личные границы, и зачем они нужны?

Этап 2. Как правильно говорить нет?

Этап 3. Границы в цифровом мире

Этап 4. Уважение к чужим границам

Способы исследования: эксперименты, коллективные дела, шефская помощь, сотрудничество.

Учитель предлагает назвать коллективные дела на этапе 1 и дает подсказки. Например, дела должны быть направлены на укрепление дружбы между одноклассниками, помощь менторов третьеклассникам, проведение экспериментов, что дает возможность сделать открытия.

Учащиеся делятся предложениями.

После обсуждения на доске делается запись с учетом заданий учителя. Например, задание по этапу 1 проекта.

1. Напишите письмо себе «Как я буду защищать свои границы».

2. Нарисуйте карту своих границ и обозначьте в ней, что можно, что нельзя.

3. Придумайте игру «Личные границы» и проведите ее на перемене с третьеклассниками.

VI. Заключение

Учитель предлагает для обсуждения конечный продукт проекта – социальный видеоролик «Уважай границы – уважай человека» и при одобрении учеников распределяет роли.

1. Сценаристы (разрабатывают короткий сценарий с примерами, где границы нарушаются, и как можно правильно реагировать).

2. Актеры, режиссеры, монтажеры.

3. Решается вопрос, где можно показать ролик: на общешкольной линейке, родительском собрании или выложить в школьных соцсетях.

Занятие 2 для обучающихся 7 класса
Тема «Как правильно говорить «нет»?»

Цель: Формирование у обучающихся уверенности в себе.

Задачи

1. Развить у обучающихся навык уверенного, вежливого отказа в ситуациях давления и манипуляции.
2. Тренировать коммуникативную компетентность.
3. Воспитывать уважение к своим и чужим границам.

Ресурсы: карточки с житейскими ситуациями, стулья для ролевых пар, флипчарт или доска, маркеры (для записи фраз вежливого отказа), листочки и ручки (для заданий по проектной деятельности).

Ход занятия

I. Введение

Вопросы

1. Легко ли вам говорить «нет»?
2. Когда это бывает особенно трудно: с друзьями, взрослыми, сверстниками?
3. Почему мы иногда говорим «да», хотя хотим сказать «нет»?

Учитель записывает на доске ключевые фразы от учеников: «неудобно отказать», «боюсь обидеть», «хочу понравиться», «не хочу быть белой вороной» и т. д.

II. Основная часть

Учитель: – Сегодня мы поговорим о том, как говорить «нет» так, чтобы защитить свои границы, но не разрушить отношения.

Мини-беседа

Вопросы для обсуждения

1. В чем разница между вежливым отказом и грубостью?
 2. Почему умение отказывать – это важный социальный навык?
- Записать на доске / флипчарте фразы вежливого отказа:

«Прости, мне это неудобно».

«Я понимаю тебя, но не могу помочь».

«Мне это не подходит. Надеюсь, ты поймешь».

«Мне важно не делать этого».

«Я не чувствую себя с этим комфортно».

Учитель обсуждает с учащимися, в каких ситуациях можно использовать эти фразы. Подчеркивает, что уверенный отказ не равен конфликту.

Ролевая игра «Говорю «нет»

Инструкция. Разделить класс на пары. Каждой паре раздать карточку с ситуацией. Один участник просит, второй отказывает.

Примеры ситуаций на карточках

1. «Дай списать домашку».
2. «Пойдем прогуляем урок».
3. «Одолжи деньги».

4. «Дай пароль от соцсети».
5. «Сделай за меня проект».
6. «Сними видео, как ты дерешься. Это прикольно!»
7. «Скажи моей маме, что я вчера весь вечер делал с тобой уроки, чтобы она не ругала меня за гуляние на улице допоздна».

После первой попытки учитель предлагает поменяться ролями.

Обсуждение по вопросам

1. Что получилось?
2. Что было трудно?
3. В каких ситуациях легче отказать, а в каких – труднее?
4. Какие фразы сработали лучше всего?

Рефлексия

Подведение итогов

Умение говорить «нет» – это не грубость, а уважение к себе. Отказ может звучать вежливо, твердо и честно. Мы не обязаны соглашаться, если нам что-то не подходит или некомфортно. Фраза для закрепления (можно написать на доске: «Настоящее уважение к другим начинается с уважения к себе»).

III. Проектная деятельность

Учитель предлагает желающим поделиться впечатлениями от выполнения заданий по проекту, зачитать письмо «Как я буду защищать свои границы» или рассказать о проведении игры с третьеклассниками. Далее можно предложить ответственному прочесть сценарный план видеоролика «Уважай границы – уважай человека» и обсудить, что можно изменить или добавить. Желательно связать последующие задания по проекту с подготовкой видеоролика. Например:

Вспомните ситуацию, в которой вам было трудно сказать «нет». Запишите, как бы вы могли поступить теперь: какую вежливую фразу отказа вы бы выбрали? Придумайте свою «универсальную» фразу вежливого отказа и запишите ее. Проведите беседу о личных границах с третьеклассниками. Подумайте, что лично вы бы сказали в видеоролике о личных границах.

Проведите конкурс на лучшие советы для видеоролика.

По завершении занятия учитель дает советы.

Учитель: – Обязательно поддерживайте любые попытки вежливого отказа, даже если они звучат неуверенно: цель не идеальный ответ, а тренировка. Если кто-то из учеников поделится личной ситуацией, отнеситесь к этому с деликатностью, не позволяйте насмешек. Всегда будьте примером вежливости для одноклассников и тех, кто младше.

IV. Заключение

Умение говорить «нет» – это не грубость, а уважение к себе. Отказ может звучать вежливо, твердо и честно. Мы не обязаны соглашаться, если нам что-то не подходит. Фраза для закрепления (можно написать на доске: «Настоящее уважение к другим начинается с уважения к себе»).

Занятие 3 для обучающихся 7 класса
Тема «Границы в цифровом мире»

Цель: формирование у обучающихся представлений о цифровых границах.

Задачи:

1. Сформировать у обучающихся понимание цифровых границ и осознание важности личной безопасности в интернете.

2. Развивать умение анализировать цифровые ситуации, делать выводы и принимать обоснованные решения.

3. Воспитывать уважительное отношение к личным границам других в онлайн-среде.

Ресурсы: картинки / примеры цифровых ситуаций (распечатки или слайд-презентация); бумага, фломастеры, наклейки для оформления; инструкции для мини-проекта «Цифровая безопасность – мой выбор»; интерактивная доска или экран (по возможности), красные и зеленые флажки по количеству учащихся.

Ход занятия

I. Введение

Вступительное слово учителя

Учитель: – Здравствуйте, ребята! Сегодня у нас необычное занятие. Мы поговорим о том, чего не видно глазами, но что чувствует каждый человек – о *границах*. Это не забор и не пароль – это то, что помогает нам чувствовать себя в безопасности и быть уверенными в себе.

Но сегодня мы посмотрим на *границы в цифровом мире*: в чатах, играх, соцсетях. Где заканчивается «шутка», и начинается давление? Когда дружба в интернете становится слишком навязчивой? Почему важно говорить «нет», и как это делать безопасно?

Мы разберем настоящие ситуации и научимся:

- 1) Понимать, когда нарушаются личные границы;
- 2) Как себя защитить;
- 3) Как не нарушать границы других.

Кейс «Как Айгерим отстояла свои цифровые границы»

Задание. Прочитайте историю Айгерим.

В 7 классе у Айгерим уже был свой аккаунт в школьном чате и несколько подписок в соцсетях.

Однажды вечером ей пришло сообщение от одноклассника Вити: он попросил прислать ему смешное видео из ее истории в Instagram, «чтобы все смеялись вместе». Айгерим без раздумий сделала скрин и отправила, но через пару часов заметила, что этот же ролик начали обсуждать и пересылать в общем классном чате без ее разрешения.

Девочке стало не по себе: она не планировала, чтобы ее личные видео расходились по всему классу.

На уроке биологии она подняла руку и рассказала одноклассникам о своей ситуации. Вместо ожидаемой поддержки услышала: «Да это же твоя

ошибка – сама выложила».

Айгерим почувствовала, что ее цифровые границы нарушены: и морально, и социально...

Творческое задание «Продолжи историю Айгерим...»

Задание. Придумайте и опишите продолжение истории: как могла бы поступить Айгерим, чтобы восстановить свои цифровые границы, получить поддержку друзей и взрослых и предотвратить повторение подобной ситуации в будущем.

Обсуждение

Вопросы

1. Какие варианты действий кажутся вам наиболее эффективными?
2. Как вы бы поддержали Айгерим в такой ситуации?
3. Что важно помнить, чтобы ваши цифровые границы оставались безопасными?

После обсуждения предлагается просмотр видеоролика с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен» на тему «Правила поведения в соцсетях» по ссылке: https://youtu.be/zY_IPYTKinc?si=gRYtHFZGyRdb-uUd

Примерное продолжение истории Айгерим

После урока Айгерим обратилась к педагогу-психологу и учителю информатики. Вместе они обсудили, что в цифровом мире уважение границ проявляется не только в том, что ты не выгружаешь чужое без спроса, но и в том, как ты реагируешь на просьбы друзей. Учитель помог Айгерим настроить конфиденциальность в соцсетях так, чтобы публикации видели только ее близкие люди, а психолог предложил ей хладнокровно отстаивать свои права: учиться говорить «нет» и объяснять, почему ей важно контролировать, кто видит ее контент.

Через неделю Айгерим выступила на классном часе с мини-презентацией «Как я защитила свои цифровые границы»: рассказала о настройках приватности, правилах уважительного общения и о том, как важно не бояться отстаивать свое «не хочу делиться». Класс поблагодарил ее за честность и решил вместе разработать памятку, которая поможет каждому сохранить безопасность и комфорт в сети.

II. Основная часть

Информационный блок

Упражнение «Закончите предложение»

Попросите учащихся дописать фразы, а затем обсудите их с ними. После обсуждения дайте готовый вариант.

Незаконченные предложения

1. Личную информацию (например, фото, адрес, пароли) можно...
2. Перед тем как выложить чужое фото или переписку, нужно...
3. Если кто-то нарушает мои границы в интернете, я могу...
4. Чтобы чувствовать себя в безопасности онлайн, важно...
5. Когда я устаю от гаджетов и соцсетей, я стараюсь...

Готовые ответы (после обсуждения)

1. ...передавать только людям, которым доверяешь, и не публиковать открыто.
2. ...обязательно спросить разрешения у этого человека.
3. ...пожаловаться, заблокировать и рассказать взрослому.
4. ...настроить приватность, не общаться с подозрительными людьми, помнить про границы.
5. ... делать перерывы, общаться вживую, заниматься другими делами.

Групповая работа

<p>Формат Класс делится на 3 группы. Каждая группа получает один кейс. Все группы работают по единым вопросам. В конце – короткие презентации от каждой группы (устно, в сценке или на бумаге). <i>Задание</i> Каждая группа: читает свой кейс; отвечает на 4 универсальных вопроса; готовит мини-презентацию (можно оформить как диалог, памятку, сценку или постер). Презентация каждой группы по 3 мин.</p>	<p>Вопросы для всех групп</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Что было сделано неправильно в этой ситуации? 2. Как понять, что ситуация может быть опасной для тебя или другого человека? 3. Что делать в такой ситуации? 4. Какие советы вы дали бы своим одноклассникам, чтобы не попасть в такую ситуацию? (Можно раздать каждому набор вопросов или записать их на доске / экране.)
<p><i>Кейсы (по одному на каждую группу)</i></p>	
<p><i>Кейс 1. Странные сообщения от взрослого</i></p>	<p>Девочке в онлайн-игре пишет взрослый: сначала хвалит игру, потом называет ее красивой, просит фото и хочет «общаться только вдвоем».</p>
<p><i>Кейс 2. Перевод денег в игре</i></p>	<p>Подросток переводит деньги незнакомцу в онлайн-игре за «скин». После перевода человек исчезает, и подарок не приходит.</p>
<p><i>Кейс 3. Публикация без согласия</i></p>	<p>Подруга выкладывает смешное фото Ани без ее разрешения с подписью: «Вот кого я вижу утром в зеркале». Ане неприятно.</p>

Мини-игра КРАСНЫЙ ФЛАГ / ЗЕЛЕНый ФЛАГ

Инструкция

1. Учитель читает ситуацию.

2. Учащиеся поднимают флажок (или руку) в ответ:

Красный флаг, если считают, что ситуация опасная, нарушает границы или закон;

Зеленый флаг, если считают, что поведение безопасное и допустимое.

3. После каждого ответа – краткий разбор: что нарушено, и какие есть последствия нарушений по законодательству РК.

Ситуации для обсуждения

1. Ты выкладываешь фото одноклассника без его разрешения.

Ответ: Красный флаг. Пояснение: нарушение частной жизни. Статья 147 УК РК. Штраф или арест.

2. Кто-то в игре просит у тебя деньги и обещает вернуть больше.

Ответ: Красный флаг. Пояснение: интернет-мошенничество. Статья 190 УК РК. Штраф до 2000 МРП или лишение свободы.

3. Ты написал под фото одноклассницы: «Красивая фотография».

Ответ: Зеленый флаг. Пояснение: допустимо, если комментарий уважительный и не нарушает границы.

4. В групповом чате один ученик пишет другому: «Ты тупой, зачем ты вообще живешь?»

Ответ: Красный флаг. Пояснение: оскорбления и кибербуллинг. Статья 73-3 КоАП РК. Штраф или административный арест.

5. Взрослый человек пишет тебе в соцсети, просит фото и говорит: «Только никому ничего не рассказывай».

Ответ: Красный флаг. Пояснение: потенциально опасное поведение. Нужно сообщить взрослым. Возможна уголовная ответственность для нарушителя.

Рефлексия

Упражнение «3 слова»

Опишите урок тремя словами. Пример: безопасность, интернет, границы.

Вопросы:

1. Что важного ты сегодня узнал?

2. Какую ситуацию из игры ты запомнил? Почему?

3. Что теперь будешь делать по-другому в интернете?

Рекомендации по цифровым границам

Учитель: Ребята, это мои советы вам после нашего урока. Вы можете дополнить их сами и рассказать младшим братьям, сестренкам или друзьям. Ведь в интернете, как и в жизни, важно уметь уважать себя и других.

1. Не публикуй чужие фото, видео и переписки без разрешения. Это может нарушить личные границы и закон.

2. Не общайся с незнакомцами, особенно если они просят личную информацию или фото. Лучше сразу рассказать об этом взрослым.

3. Если в сети кто-то тебя обижает или угрожает, не молчи. Сделай скриншот и покажи родителям, учителю или другому взрослому, которому доверяешь.

4. Не отправляй деньги или данные банковской карты через игры или мессенджеры. Это может быть мошенничество.

5. Ты не обязан всем отвечать. Если тебе неприятно, скажи «нет» или просто не продолжай разговор. Это нормально – защищать свои границы.

6. Перед тем как что-то опубликовать, подумай: не навредит ли это кому-то? Уважение в интернете – это тоже правило.

7. Если ты чувствуешь тревогу, стыд или страх – это уже сигнал, что ситуация может быть опасной. Всегда есть к кому обратиться за помощью.

III. Проектная деятельность

Учитель: – Ребята, вы с самого первого занятия начали работу над нашим проектом. Мы уже разобрались с темой «Что такое личные границы, и зачем они нужны» (этап 1), и как правильно говорить «нет» в сложных ситуациях (этап 2).

Теперь мы переходим к третьему этапу проекта – «Границы в цифровом мире».

Наш общий итог – это *социальный ролик*, в котором мы расскажем, как защищать свои границы и уважать чужие в жизни и в интернете.

А теперь вопросы к вам: Как вы думаете, какие виды деятельности нас ждут на этом этапе? Что мы можем сделать, чтобы разобраться с границами именно в цифровом пространстве? (*Ответы учащихся*)

Варианты ответов:

- 1) Разобрать реальные ситуации, когда границы нарушаются онлайн.
- 2) Придумать сцены для ролика: как себя вести, когда кто-то давит, обижает или просит выложить личное.
- 3) Создать советы или памятки, как защитить себя в интернете.
- 4) Провести мини-опрос среди других учеников: знают ли они, как защититься онлайн?

Все эти идеи помогут нам создать важную часть ролика. Работаем дальше вместе и с пользой.

Этап 3. Границы в цифровом мире

Рекомендации учителя

1. Изучите реальные ситуации. Подумайте, когда в интернете могут нарушаться личные границы: кибербуллинг, странные сообщения от незнакомцев, давление в играх или соцсетях, публикация чужих фото без разрешения.

2. Выберите одну-две ситуации для своего ролика. Важно, чтобы они были понятны и близки подросткам.

3. Покажите, как правильно действовать. Не просто рассказать, а показать: как отказать в чате, как попросить удалить фото, как обратиться за помощью.

4. Формат на ваш выбор. Можно сделать сценку, интервью, закадровый

текст, инфографику. Главное – четко передать мысль.

5. Работайте как команда. Делитесь ролями: сценаристы, актеры, монтажеры, ведущие.

Помните: ваша цель – не просто ролик, а помощь другим в понимании того, что цифровые границы – это важно.

IV. Заключение

Упражнение «3 слова»

Опишите урок тремя словами. Пример: безопасность, интернет, границы.

Вопросы

1. Что важного ты сегодня узнал?
2. Какую ситуацию из игры ты запомнил? Почему?
3. Что теперь будешь делать по-другому в интернете?

Занятие 4 для обучающихся 7 класса
Тема «Уважение к чужим границам»

Цель: подведение итогов проектной работы, закрепление понимания важности соблюдения личных границ других людей.

Задачи

1. Развивать умение распознавать ситуации, в которых нарушаются чужие границы, и знать, как правильно действовать.
2. Сформировать у обучающихся навыки выстраивания личных границ.
3. Воспитывать готовность применять уважительное поведение в общении с одноклассниками и близкими.

Ресурсы: презентация по теме, карточки с кейсами для групп, листы для рефлексии, шаблон для сценария ролика, флипчарт или доска, стикеры и маркеры.

Ход занятия

I. Введение

Учитель: – Ребята, сегодня у нас особенное занятие – мы подводим итоги нашего проекта «Свой и чужие границы». За эти уроки мы с вами вместе прошли важный путь: мы разобрались, что такое «*личные границы*», научились говорить «нет», поняли, как вести себя в цифровом пространстве, и сегодня завершаем работу темой «Уважение к чужим границам».

Подумайте: насколько важно уметь не только защищать свои границы, но и замечать и уважать границы других людей: в школе, в семье, в интернете. Это финальный шаг в нашем проекте, и он поможет нам стать внимательнее, добрее и надежнее друг для друга.

Сегодня мы вспомним все, что узнали, поделимся своими выводами, и начнем готовить итог – социальный ролик, в котором вы расскажете о границах так, как это видите и чувствуете вы сами.

Упражнение «Шаг вперед – шаг назад»

Инструкция. Встаньте в линию у стены класса. Я буду зачитывать ситуации. Если вы считаете, что поведение уважает чужие границы, делаете шаг вперед. Если считаете, что границы нарушены, делаете шаг назад. После 5–6 ситуаций обсуждаем, кто где оказался и почему.

Примеры ситуаций

- 1) Ты не трогаешь чужую вещь без разрешения.
- 2) Ты читаешь переписку друга без его ведома.
- 3) Ты поддерживаешь друга, когда он говорит «нет».
- 4) Ты задаешь личный вопрос, не зная, готов ли человек отвечать.
- 5) Ты извинился, когда узнал, что кому-то стало неприятно.
- 6) Ты настаиваешь на своем, хотя человек уже отказал.

Обсуждение

Вопросы:

1. Какие действия приближают людей?
2. А какие разрушают доверие?
3. Что для вас значит уважать другого?

II. Основная часть

Упражнение «Если бы я был на месте другого ...»

Инструкция. Ученикам раздаются карточки с ситуациями (где нарушены границы). Каждый работает индивидуально и письменно отвечает.

Вопросы

1. Как бы ты себя чувствовал на месте этого человека?
2. Что бы ты хотел, чтобы сделали другие?
3. Что бы ты сам сделал по-другому?

Ситуации для размышления

1. Твой одноклассник громко читает твои личные сообщения на экране телефона.
2. Тебя обнимают на перемене, хотя ты уже говорил, что не любишь это.
3. Ты попросил не выкладывать общее фото, но его все равно выложили в соцсети.
4. Одноклассники смеются над твоим рассказом, хотя ты делился чем-то важным.
5. Ученики без разрешения забирают твои вещи с парты.
6. Ты сказал, что не хочешь говорить на личную тему, но тебя продолжают расспрашивать.
7. Тебя перебивают, не дают высказаться на уроке, даже когда ты поднял руку.
8. Кто-то громко обсуждает твой внешний вид в классе.

Упражнение «Слушай и не перебивай»

Учитель: Теперь, когда вы поразмышляли индивидуально над ситуацией и представили себя на месте другого человека, мы переходим ко второй части – работе в парах.

Задача: поделиться своими мыслями и научиться внимательно слушать другого, не перебивая и не оценивая.

Инструкция. Объединитесь в пары. Один участник рассказывает о своих размышлениях по карточке (что он чувствовал бы в этой ситуации, что хотел бы изменить, что сделал бы по-другому). Второй только слушает, не перебивает, не комментирует. Затем меняетесь ролями.

Затем короткое совместное обсуждение в паре: «Что тебе показалось важным в словах партнера? Каково быть выслушанным до конца?»

Обсуждение

Вопросы:

1. Что нового вы поняли о границах других людей?
2. Что теперь будете делать по-другому?
3. Почему важно не только говорить о границах, но и слышать других?

Групповая работа

Группа 1	Группа 2	Группа 3
----------	----------	----------

Признаки того, что ты нарушаешь чужие границы.	Что делать, если ты понял, что нарушил границы?	Как научиться замечать границы других людей вовремя?
Примерные ответы		
Человек отстраняется, не смотрит в глаза. Говорит «не хочу», «неудобно», «перестань». Замирает, напряжен, уходит. Отвечает односложно или молчит. Выражает недовольство, раздражение.	Извиниться искренне. Сказать: «Я не хотел задеть тебя». Уважать просьбу, отойти, не повторять. Спросить: «Как я могу это исправить?» Сделать вывод и не повторять ситуацию.	Обращать внимание на реакцию: жесты, мимику, интонацию. Слушать, когда человек говорит «не хочу», «не надо», «стоп». Спрашивать разрешение, прежде чем что-то делать. Ставить себя на место другого: «А мне было бы приятно?» Учиться уважению с детства: в семье, школе, онлайн.

III. Проектная деятельность

Обсуждение

Вопросы:

1. Что нового вы узнали о личных и цифровых границах?
2. Как вы применяли знания на практике: в школе, дома, в интернете?
3. Что оказалось самым сложным, а что – самым полезным?
4. Почему важно уважать чужие границы?

Демонстрация результатов

Если проект был в виде социального ролика или другого продукта: показ видео / мини-презентация, комментарии и вопросы от класса.

Учитель подчеркивает ценность вклада каждого участника.

Обратная связь по проекту «Свои и чужие границы»

IV. Заключение

Вопросы для рефлексии:

1. Что нового вы поняли о границах других людей?
2. В каких ситуациях вы сами могли бы быть внимательнее к чужим границам?
3. Какой вывод вы сделаете для себя после этого урока?

Примечание. Один жест или слово, которое вы запомните с этого занятия. Что вы расскажете дома или младшим школьникам про уважение к другим?

Имя (по желанию): _____

1. Что было полезным для меня в этом проекте?

.....
.....

2. Что было трудным или непонятным?

.....
.....

3. Что больше всего понравилось?

.....
.....

4. Что можно улучшить, если мы будем делать похожий проект снова?

.....
.....

Учитель: – Вы прошли четыре этапа: понимание границ, умение говорить «нет», цифровая безопасность, уважение к другим. Это не просто проект – это навыки, которые помогут вам стать сильнее, увереннее и уважительнее к себе и другим. Ваш опыт можно продолжить: расскажите об этом родным, друзьям, младшим школьникам.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 8 КЛАССА по проекту «Сила коллектива»

*По отдельности мы одна капля.
Вместе мы океан.
Народная мудрость*

Занятие 1 для обучающихся 8 класса Тема «Видеть, чувствовать, слышать»

Цель: развитие навыков коммуникации, умения слушать, уважать точку зрения других людей, приходиться к консенсусу.

Задачи

1. Сформировать понимание значения и роли коллективного мнения в классе и обществе.
2. Развивать навыки уважительного слушания, аргументированного выражения своего мнения и участия в дискуссиях.
3. Развивать способность к сотрудничеству, принятию общих решений и конструктивной критики, повышая при этом самооценку и уверенность в выражении своего мнения.

Ресурсы: листы бумаги, фломастеры, ручки.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение-разминка «Правда и выдумка»

Цель: создать позитивный настрой, настроиться на рабочий процесс.

Инструкция.

1. 3-4 желающих по очереди рассказывает о себе 2 факта или истории. Это могут быть действия, увлечения, таланты, достижения или события из прошлого.
2. Среди двух фактов один правдивый, один – выдумка.
3. Учащиеся должны угадать, какой факт выдуман рассказчиком.

Учитель дает совет: – Интересные, необычные или смешные истории делают игру увлекательнее и сложнее для угадывания.

По завершении игры учитель называет тему проекта и предлагает для обсуждения вопрос:

В чем сила коллектива?

Вывод. Значение коллектива в жизни человека очень велико. В чем это проявляется, предстоит выяснить в ходе разработки проекта.

II. Основная часть

Информационный блок

Учитель:

– В коллективе имеет место коллективное мнение. Это совокупность мнений, точек зрения и убеждений всех членов группы или коллектива. Оно формируется через обмен и обсуждение идей, мнений и информации между

участниками.

Важно уметь слушать и уважать мнения других людей, даже если они отличаются от наших собственных. Коллективное мнение может быть более объективным и полным, так как оно учитывает разные точки зрения и опыт разных людей.

Навыки *активного слушания* относятся к способности внимательно и целенаправленно слушать, и понимать других людей. Это включает в себя умение сосредоточиться на речи собеседника, выявлять ключевую информацию, задавать уточняющие вопросы, демонстрировать эмпатию и проявлять заинтересованность в разговоре. Навыки активного слушания помогают улучшить коммуникацию, укрепить отношения и повысить эффективность взаимодействия с другими людьми.

В широком смысле это умение чувствовать себя уверенно вне зависимости от мнения окружающих и при этом быть в гармонии с другими людьми. Для этого важно развивать в себе *мягкие навыки, которые помогают* вести диалог, отстаивать собственную точку зрения, сохраняя при этом уважение к мнению других людей.

Упражнение «Ищу друга»

Цель: развитие дискуссии о человеческих достоинствах, значении дружбы и качествах, которые важно развивать, чтобы быть востребованным в коллективе, чувствовать себя комфортно и продуктивно.

Учитель:

– Каждый человек мечтает иметь настоящего друга. У кого-то он уже есть, у кого-то – много знакомых, но трудно выделить настоящего друга. Кто-то может чувствовать себя одиноким. Но настоящий друг нужен всем. Сегодня мы станем редакторами особой газеты бесплатных объявлений под названием «Ищу друга». Каждый из вас сможет разместить объявление о поиске друга.

Правила для объявления:

1. Нет ограничений по количеству слов или размеру букв.
2. Допускается любая форма: текст, рисунок, описание качеств, портрет друга, рассказ о себе.
3. Главное – сделать объявление таким, чтобы оно привлекло внимание среди множества других.

Время на подготовку: 5 минут. После подготовки объявления развешиваются на стене (без подписей). Учащиеся молча читают объявления и могут отметить красным кружком те, которые их заинтересовали и с автором которых они готовы связаться. Можно ограничить количество выбранных объявлений (например, не более трех). После этого листы снимаются со стен. Каждый участник считает количество красных кружков на своем объявлении и называет число откликов, полученных на его объявление.

Вопросы

1. Чем характеризуется объявление, получившее наибольшее количество откликов?
2. Почему вы не откликнулись на другие объявления?

3. Какие качества друзей и самого себя вы выделили как важные?

Вывод. Хороший член коллектива ценит дружбу через возможность быть полезным другому, помогать и поддерживать. Понимание этих качеств формируется постепенно и проявляется через анализ конкретных примеров, таких как объявления участников.

Упражнение «Говорящий и слушающие»

Инструкция

1. Класс выбирает одного «говорящего», остальные – «слушающие».
2. «Говорящий» высказывает своё мнение или просьбу по теме (например, «Я хотел бы изменить расписание уроков») и приводит аргументы.
3. «Слушающие» задают уточняющие вопросы, затем выражают своё мнение «за» или «против», подкрепляя аргументами.
4. После обсуждения группа совместно ищет компромисс или согласие.

Вывод. Важно развивать уверенность в выражении мыслей, навыки аргументации, умение слушать и учитывать мнение других.

III. Проектная деятельность

Учитель:

– Как научиться сотрудничать, выражать свое мнение, быть авторитетным человеком? В этом поможет *менторинг*, в рамках которого вы будете поддерживать четвероклассников, реализовывать с ними проекты и быть для них примером для подражания в течение учебного года.

Учащимся предлагаетсяделиться на группы, в которых они будут реализовывать проекты совместно с четвероклассниками.

Каждой группе предстоит выбрать тему проекта, направленную на решение какой-либо социальной проблемы.

Варианты проектов: популяризация спорта, создание группы поддержки общественных инициатив, помощь пожилым людям, лицам с инвалидностью, экологические проекты, приюты для животных и т. д.

Учитель предлагает группам разработать план проекта на выбранные темы и обсудить, как они будут посещать четвероклассников для совместной работы над проектами.

VI. Заключение

Рефлексия

Учащиеся делятся своими мыслями и впечатлениями от занятия. Можно использовать следующие *вопросы для рефлексии*.

1. Какие идеи или точки зрения были высказаны на занятии, которые вам запомнились?
2. Как вы себя чувствовали, когда высказывали свою точку зрения и когда ее слушали?
3. Какие преимущества и недостатки вы видите в использовании коллективного мнения?
4. Какие навыки коммуникации и сотрудничества вы сможете применить при реализации проектов?

Занятие 2 для обучающихся 8 класса
Тема «Способность понимать других»

Цель: формирование понятий эмпатия, сопереживание через развитие способности понимания и разделения чувств другого человека.

Задачи:

1. Расширить представления об эмпатии и ее роли в межличностных отношениях.
2. Развить навыки сопереживания, сочувствия в повседневной жизни.
3. Мотивировать на готовность применять полученные знания в повседневной жизни.

Ресурсы: листы бумаги, фломастеры, ручки.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Новые имена»

Учащимся предлагается придумать новые имена.

1. *Вступление учителя:*

– А теперь представимся друг другу. Сделаем это так, чтобы сразу и прочно запомнить все игровые имена.

2. *Правила представления:*

Первый участник называет своё имя.

Второй участник называет имя предыдущего участника и своё.

Третий участник называет имена двух предыдущих участников и своё так далее: каждый последующий участник повторяет все имена перед ним и добавляет своё.

Последний участник в круге называет имена всех членов группы, сидящих перед ними.

Имена не записываются — только запоминаются.

Выбирается ведущий. Ведущий направляет процесс и следит за соблюдением правил. Представление проходит по часовой стрелке, начиная с участника слева от ведущего. Ведущий оказывается последним, закрывая круг и проверяя, насколько хорошо участники запомнили имена.

Вывод. Благодаря упражнению вы смогли увидеть друг друга по-новому, вне привычных ролей, развили внимание, память и готовность к совместной работе.

II. Основная часть

Информационный блок

Дается определение понятию «эмпатия» (определение должно быть перед глазами учащихся на доске и оставаться до конца урока):

Эмпатия – это способность понимать и разделять чувства другого человека. Она предполагает постановку себя на место другого человека, распознавание его эмоций и ответную заботу, и понимание. Эмпатия выходит за рамки сочувствия, поскольку требует не только признания эмоций другого человека, но и переживания их в той или иной степени. Она является основой

для создания значимых связей, эффективного общения и благоприятных отношений.

Учащимся предлагается привести примеры из жизни о людях, которым присуща эмпатия. Учащиеся отвечают по желанию.

Упражнение: Работа в парах «Взаимные презентации»

Учитель:

– Сейчас мы разобьёмся на пары. Каждый участник должен будет презентовать своего одноклассника перед классом.

Инструкция. Один из участников садится на стул. Второй становится за его спиной и кладёт руки на плечи сидящего. Стоящий будет говорить от лица сидящего, называя себя его именем. В течение одной минуты стоящий рассказывает об однокласснике, играя его роль.

Беседа по вопросам

1. Трудно ли было «вживаться» в эту роль?
2. Насколько удалось передать основные сведения?
3. Какие трудности возникли при передаче информации?
4. Какие качества вы цените в людях?
5. Что считаете самым неприятным или нежелательным?
6. В чем вам удалось больше понять своих одноклассников?

Вывод. «Вживание» в роль другого человека – способность его понять и развить в себе эмпатию.

Упражнение «Шаг в чужих кроссовках»

Учитель: – Подготовьте листки бумаги. На каждом листке кратко опишите гипотетическую ситуацию или эмоцию, с которой может столкнуться ученик восьмого класса. Примеры: «Не сдал тест», «Чувствую себя одиноким на мероприятии», «Разбираюсь в конфликте с другом». Можно использовать рисунки, эмодзи или другие наглядные элементы.

По завершении работы учитель собирает листочки, а затем предлагает каждому самому выбрать листок. Каждый учащийся случайным образом выбирает один листок с ситуацией или эмоцией. В течение нескольких минут нужно представить, что он переживает описанную ситуацию, и подумать, какие чувства мог бы испытывать.

По завершении работы учащимся предлагается вопрос: «В чем похожи чувства, которые вы испытывали по поводу изложенных ситуаций, с чувствами других людей?»

Вывод. Шаг к взаимопониманию – способность понять чувства другого человека. Важно ставить себя на его место.

III. Проектная деятельность

Группам предлагается представить свои планы выполнения совместных с четвероклассниками проектов.

Учитель на примере одного из проектов помогает доработать детальный план проекта. Например, учащиеся выбрали тему проекта о помощи пожилым людям и могут показать план своих действий.

План

1. Составить график посещения пожилых людей совместно с четвероклассниками с целью приобщения к социальным мероприятиям.

2. Провести анализ потребностей пожилых людей (инвентарь, доступная среда, регулярные тренировки, совместные занятия со школьниками и/или в качестве тренеров).

3. Составить план действий, направленный на реализацию конкретной помощи пожилым людям.

4. Реализовать план действий.

5. Провести эксперимент: наблюдать за четвероклассниками, учитывая мнение каждого ребенка, предложить помощь, если они затрудняются в принятии решения, организовать мини-игры, беседы для сплочивания и сотрудничества классного коллектива.

6. Подвести итоги проекта

Представленный план обсуждается и дополняется.

Задание по проекту

Каждой группе необходимо подготовить видеосюжеты по своему направлению с участием четвероклассников.

IV. Заключение

Завершите занятие кратким обобщением основных обсуждаемых вопросов и еще раз подчеркните значение эмпатии. Предложите учащимся использовать полученные на занятии знания в общении с другими людьми, в том числе с младшими школьниками.

Занятие 3 для обучающихся 8 класса
Тема «Для всех есть место в коллективе»

Цель: содействие осознанию важности роли каждого человека в коллективе.

Задачи

1. Расширить понимание ценности каждого человека как личности.
2. Развить самооценку на основе осознания своих сильных сторон.
3. Мотивировать на стремление внести свой вклад в общее дело коллектива.

Ресурсы: видеопроектор для демонстрации видеороликов, выполненных группами.

Ход занятия

I. Введение

Приветствие и объявление темы занятия.

II. Основная часть

Информационный блок

Рассказ учителя о важности коллектива и его роли в достижении общих целей. Можно привести примеры из истории или современности, когда коллективное участие привело к успешным результатам. Обсуждение значимости уважения различий и индивидуальных особенностей каждого члена коллектива. Разнообразие способностей и навыков как сильная сторона в успешности при достижении цели.

Упражнение «Молчащее и говорящее зеркало»

Инструкция. Учитель предлагает добровольцу выйти в круг. Этот участник будет «смотреть в зеркало». С помощью двух «зеркал» ему нужно определить, кто подошел к основному игроку сзади. Зеркала – это еще 2 участника. Один из них «Молчащее зеркало» – показывает человека только жестами и мимикой, другой «Говорящее зеркало» – описывает человека словами, не называя имени.

Ход упражнения

1. «Зеркала» становятся рядом у стены, основной игрок – перед ними.
2. Остальные участники по одному бесшумно подходят сзади.
3. Сначала работает молчащее зеркало. Если основной игрок не угадывает человека, включается говорящее зеркало, произнося одно предложение.
4. Если угадывание не произошло, снова задействуется молчащее зеркало. Процесс повторяется до правильного определения.
5. Цель игрока – как можно быстрее определить, кто за его спиной.

Правила для зеркал

1. «Молчащее зеркало» может использовать любые способы мимики и жестов, но нельзя акцентировать внимание на физических недостатках или внешних особенностях. Это важно для безопасности подростков и предотвращения конфликтов.

2. «Говорящее зеркало» имеет ограничения:

Нельзя называть имя человека.

Нельзя ссылаться на события вне группы.

Простые описания внешности допустимы только с третьей попытки.

4. Смена ролей. Через несколько минут ведущий предлагает сменить основного игрока и зеркала. В три-четыре цикла упражнения обычно удается сохранить темп и динамику.

После выполнения упражнения проводится обсуждение.

Вопросы для анализа

1. Кому понадобилось меньше всего «отражений», чтобы определить человека?

2. В чем секрет такой точности?

3. Кто оказался самым талантливым «зеркалом» и почему?

4. Были ли удивления при наблюдении за собственным отражением?

5. Какие чувства возникли, когда увидели свое «отражение» через других?

Вывод. Сегодня мы смогли увидеть «субъективный портрет» каждого участника, который невозможно получить никакими объективными приборами. Важно, что каждый из вас узнал о себе и однокласснике много нового и интересного. Посмотрите, какими разными качествами, способности наделен наш класс. В этом – сила нашего коллектива!

III. Проектная деятельность

Каждая группа рассказывает о ходе своего проекта, достижениях, возникших сложностях и путях преодоления. Учащиеся анализируют предварительные результаты, обмениваются мнениями. Делятся размышлениями, как изменилась атмосфера в классе, каким образом выполняется принцип «Для всех есть место в коллективе».

Группы показывают видеоролики, рассказывающие о том, как они работали в рамках проекта, какие цели достигли и какие навыки приобрели. Это позволит учащимся продумать план монтажа для создания единого продукта – видеоролика на основе работы всех групп.

Задание по проекту

Осуществить монтаж, озвучивание и редактирование видеоролика о результатах реализации проекта «Сила коллектива».

IV. Заключение

При подведении итогов занятия подчеркивается важность каждого члена коллектива и наличие неограниченных возможностей внести вклад в общее дело.

Далее учитель желает всем творческого сотрудничества и предлагает посмотреть видеоролик с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен» на тему «Международные жесты помощи» по ссылке: https://youtu.be/KZ5d6Zuh5NI?si=IKgzoGvcJQ_ML6jt

Занятие 4 для обучающихся 8 класса
Тема «Наведение мостов: вместе мы сила»

Цель: углубление представлений учащихся о важности позитивного взаимодействия и сотрудничества.

Задачи

1. Формировать понимание дружбы как условия силы коллектива.
2. Развить навыки творческого взаимодействия в команде.
3. Воспитывать стремление оказывать дружескую помощь и поддержку.

Ресурсы: проектор для демонстрации видеоролика по результатам проекта «Сила коллектива»; лист ватмана с изображением весов; лист ватмана с изображением планеты, символизирующей класс; бумажные фигурки человека по количеству учащихся.

Ход занятия

I. Вступление

Упражнение «Весы»

Учитель предлагает учащимся по очереди выбрать карточки с названием различных качеств человека и разложить их на листе ватмана с изображением весов. Правая чаша весов – положительные качества. Левая – отрицательные. Учащиеся зачитывают надпись на карточке, кладут ее на соответствующую чашу весов, честно оценивая свое участие в проекте. Остальные показывают согласие (палец вверх) или несогласие (палец вниз).

Вывод. Это упражнение помогло нам критически на себя посмотреть. Вы проявили честность и реально оценили свои сильные и слабые стороны в реализации проектной деятельности.

II. Основная часть.

Защита проекта

Учащиеся презентуют видеоролик по итогам проекта «Сила коллектива». По завершении презентации делятся впечатления от участия в проекте. Учитель задает вопросы:

1. Что, на ваш взгляд, наиболее удалось?
2. Что вызвало затруднения?
3. Какие пути преодоления трудностей видите?

Панно «Планета дружбы»

На столах лежат бумажные фигурки человека. Нужно написать на них, что такое *коллектив для каждого из учащихся*, а затем закрепить фигурки вокруг изображения планеты, символизирующей класс.

IV. Заключение

Занятие завершается позитивными и ободряющими словами, подчеркивается важность доброты, сочувствия и совместной работы по наведению мостов дружбы и взаимопонимания. Очень важно также поблагодарить участников за их вклад в общее дело.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 9 КЛАССА по проекту «Ресурсы жизнестойкости»

*Твердость духа и воля – основа настоящего характера.
Пусть же они служат разуму и чести человеческой.
Абай Кунанбаев*

Занятие 1 для обучающихся 9 класса Тема «Позитивное мышление – источник жизнестойкости»

Цель: углубление представлений обучающихся о жизнестойкости и ее роли в преодолении сложных жизненных ситуаций.

Задачи

1. Раскрыть понятие «жизнестойкость» и выработать стратегии преодоления стрессовых ситуаций как ресурса жизнестойкости личности.
2. Развивать навыки позитивного мышления.
3. Воспитывать стремление преодолевать трудности проявлять поддержку, доброжелательность и эмпатию.

Ресурсы: два плаката с изображением сердца, рукопожатия, двойной ладони на отдельных листах, наклейки, силуэт человека. Ссылка на чек-листы: <https://cloud.mail.ru/public/PZWh/t1btZyGaW/%D0%96%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%B9%D0%BA%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C>

Ход занятия

I. Введение

Понятие о жизнестойкости. Ее роль и значение в жизни человека.

Учитель задает вопрос: «Если у вас опыт преодоления стрессовых ситуаций? Поделитесь, как вы вышли из этой ситуации».

Вопрос: Что помогло вам преодолевать трудности?

Жизнестойкость – это способность человека справляться с трудностями, сохранять внутреннее равновесие в стрессовых ситуациях и продолжать двигаться к цели, несмотря на внешние и внутренние препятствия.

Это не врожденное качество, а навык, который можно развивать.

Подумайте и ответьте, какие навыки и умения способствуют развитию жизнестойкости? *(Умение адаптироваться к изменениям и восстанавливаться после неудач; позитивное мышление; вера в себя; навыки саморегуляции и поддержки себя в трудные моменты; использование ресурсов как внутренних (знания, характер), так и внешних (поддержка других людей, информация и т.п.).*

Далее учитель задает вопрос о значении жизнестойкости в жизни человека:

– Почему жизнестойкость важна? *(Помогает не сдаваться, когда сложно. Учит видеть проблему как задачу, а не как конец света. Формирует устойчивость к стрессу, тревоге, неуверенности. Развивает самостоятельность и уверенность в себе. Является основой личностного*

роста и зрелости).

II. Основная часть

С целью осознания собственных ресурсов и стратегий преодоления трудностей обучающимися учитель проводит игру.

Игра «Мост через трудности»

Ученикам предлагается на листе бумаги нарисовать следующее.

С левой стороны листа – реку или пропасть, которая символизирует жизненную трудность, с которой они сталкивались (например: ссора, плохая оценка, страх, переезд, потеря друга и т. д.).

С правой стороны – цель или результат, к которому они стремились (мир, успех, принятие, уверенность и т. п.).

Между ними – «мост», символизирующий то, что помогло им справиться с трудностью:

внутренние качества (смелость, упорство, чувство юмора);

поддержка (друзья, родители, учитель);

действия (обдумал, попросил помощи, отдохнул и вернулся к делу).

После выполнения задания проводится обсуждение по вопросам.

1. Что стало «опорами» моста?
2. Что помогло вам пройти через трудную ситуацию?
3. Как вы можете использовать эти ресурсы в будущем?
4. Какие ресурсы вы хотите развивать?

Учитель:

– Существуют различные стратегии преодоления стрессовых ситуаций. Эффективное преодоление стрессовых ситуаций называется *копинг* (от англ. *cope* – «преодолевать, справляться»). Наиболее адекватным переводом термина *копинг* является *совладание*.

Понятие *копинг* означает то, что делает человек, чтобы справиться со стрессом. Это понятие включает в себя эмоциональные, поведенческие и когнитивные стратегии.

Совладающее поведение направлено на устранение стрессовой ситуации.

Основные функции совладания – обеспечение внутреннего и внешнего состояния благополучия человека. Для этого необходимо понять ситуацию и увидеть различные способы эффективного совладания с ней, а также умение вовремя применить их в поведении.

Психологическая значимость копинга заключается в том, чтобы погасить стрессовое действие ситуации, адаптировать человека к ее требованиям, ослабить или смягчить эти требования и постараться избежать или привыкнуть к ним.

Копинг-стратегии человек использует сознательно, т. е. они выбираются в соответствии с ситуацией.

Существуют *защитные психологические механизмы личности*, которые являются неосознаваемыми, а иногда переходят в дезадаптивные.

Полезьа психологических защит заключается в снижении накопленной напряженности, но когда происходит излишнее внедрение, это не позволяет человеку осознать истинную, подлинную ситуацию и адекватно взаимодействовать с окружающей средой.

Копинг-стратегии различают более активный вариант – *преодоление* и более пассивный – *приспособление*.

Преодоление – это стратегия активного преобразования трудных жизненных ситуаций посредством конкретных действий. Действия человека ориентированы на достижение, успех и практическое изменение трудной ситуации.

Стратегия преодоления имеет свои ограничения.

Внешние ограничения. Данная стратегия эффективна лишь для тех трудных ситуаций, которые возможно разрешить.

Внутренние ограничения. Для использования этой стратегии необходимо обладать определенными личностными особенностями (личностная зрелость, уверенность в себе, способность принимать жизненные трудности как вызов и т. д.).

Приспособление – эта стратегия направлена на изменение человеком своего отношения к ситуации. В отличие от преодоления, она пассивна.

Копинг-стратегии бывают как эффективными, так и неэффективными. Эффективное совладающее поведение повышает адаптивные возможности человека, оно в достаточной мере реалистичное, гибкое, активное.

Одной из эффективных стратегий совладающего поведения, или копинг-стратегий, является *позитивное мышление*.

О нем мы и поговорим.

II. Основная часть

Групповая работа

Для выполнения этого задания класс делится на 3–4 группы.

Задание. Обсудите содержание информации в парах и в мини-группах и выскажите мнение по вопросу: В чем сила мысли? Приведите примеры из жизни, как мысли помогают развить жизнестойкость.

Раздаточный материал для групповой работы:

Информация делится на части (3-4).

1. Алия готовилась к олимпиаде, но сомневалась в себе. Каждый день она повторяла: «Я справлюсь. Я умею думать. Я готова». Эти мысли помогли ей не сдаться, даже когда было трудно. На олимпиаде она заняла призовое место.

Вопросы для обсуждения

- Какие мысли помогли Алие?
- Как они повлияли на её действия?
- Что это говорит о силе мысли?

2. Ержан боялся выступить перед классом. Он представлял, как все смеются. Но потом он решил: «Я не должен бояться. Я просто расскажу, как умею». Он вышел и рассказал. Все слушали внимательно.

Вопросы для обсуждения

- Какие мысли мешали Ержану?
- Какие помогли?
- Как изменилась его реакция?

3. Жанна поссорилась с подругой и чувствовала себя одинокой. Она подумала: «Я все равно хороший человек. Я справлюсь. У меня есть другие друзья». Эти мысли помогли ей не замкнуться и наладить отношения.

Вопросы для обсуждения

- Как мысли помогли Жанне?
- Что бы произошло, если бы она думала иначе?

4. Мысли и путь к цели

Руслан мечтал научиться играть на гитаре. Сначала не получалось, и он хотел бросить. Но он говорил себе: «Я учусь. Я не обязан быть идеальным сразу». Через месяц он уже играл свою первую песню.

Вопросы для обсуждения

- Какие мысли помогли Руслану не сдаться?
- Как они связаны с жизнестойкостью?

III. Проектная деятельность

Ключевая ценность проекта – помощь в формировании жизнестойкости, умении использования ресурсов жизнестойкости в сложных жизненных ситуациях. Проект будет заключаться в *наставнической работе и шефской помощи*. В любом деле важно четко сознавать логическую последовательность его совершения.

Проект состоит из четырех этапов. На каждом этапе будет изучаться определенный ресурс жизнестойкости.

Этап 1 – позитивное мышление – источник жизнестойкости.

Этап 2 – окружение и развитие жизнестойкости.

Этап 3 – жизнестойкость рождается в творчестве.

Этап 4 – вера в себя.

Мозговой штурм

Предлагаются *вопросы для обсуждения*.

1. Что мы должны сделать, чтобы развить жизнестойкость?
2. Какие коллективные дела можно совершить, чтобы развить жизнестойкость?
3. Как мы можем развить жизнестойкость учащихся 5 класса?

Учащиеся высказываются. Коллективно делается вывод. Например, позитивное мышление помогает преодолеть сложные жизненные ситуации, стрессы.

Задание по проекту

1. Проведите эксперимент. Начните с этой минуты позитивно общаться со всеми одноклассниками: находите в трудных ситуациях положительные моменты. Наблюдайте за собой: в каких ситуациях и как вы себя ведете.

2. Понаблюдайте за пятиклассниками, проведите беседу о том, как позитивное мышление помогает найти выход из сложной ситуации.

3. Отберите примеры по теме беседы из общения с учащимися 5 класса для анализа.

IV. Заключение

Учащимся предлагается поделиться впечатлениями от занятия на основе вопросов.

Вопросы

1. Что понравилось на занятии?
2. Что не понравилось?
3. Что было полезным?

Занятие 2 для обучающихся 9 класса
Тема «Окружение и развитие жизнестойкости»

Цель: расширение представлений обучающихся о влиянии социального окружения в развитии жизнестойкости.

Задачи

1. Познакомить с примерами влияния позитивного окружения на поведение, мышление и внутренние ресурсы человека.
2. Развивать навыки рефлексии, анализа собственного опыта и общения.
3. Воспитывать ценность поддержки, доверия и принятия в межличностных отношениях.

Ресурсы: бумага (белая и цветная), картон, ножницы, краски, карандаши, кисточки, клей, стразы, ленточки, пуговицы, аудиопроигрыватель, спокойная музыка, презентация или изображения масок. Ссылка на чек-листы: <https://cloud.mail.ru/public/PZWh/t1btZyGaW/%D0%96%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%B9%D0%BA%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C>

Ход занятия

I. Введение

Приветствие

Учащиеся делятся изменениями в своем поведении и мышлении после выполненных упражнений на развитие позитивного мышления.

III. Основная часть

Беседа

Окружение играет ключевую роль в жизни человека — оно может как поддерживать, так и тормозить развитие. Если рядом люди, которые не верят в успех, это может лишить мотивации и уверенности.

Общение с жизнестойкими людьми помогает видеть трудности как задачи, а не как катастрофы, и искать пути решения вместо того, чтобы сдаваться.

Вопросы

1. Случалось ли вам встречаться с жизнестойкими людьми?
2. При каких обстоятельствах?
3. Чему вы научились у сильных личностей?

III. Проектная деятельность

Подведение итогов первого этапа проекта

1. Поделиться впечатлениями о проведенной работе с учащимися 5 класса.
2. Обсудить вопрос: «Что вы открыли для себя в общении с пятиклассниками?»

Реализация второго этапа проекта

Одним из важных ресурсов жизнестойкости является *окружение*.

При формировании групп желательно объединять учащихся, которые редко взаимодействуют между собой, чтобы создать новые связи и развить навыки общения в незнакомой среде.

Задание

1. Вместе с пятиклассниками возьмите интервью у учителей, обучающихся старших классов о том, как их окружение помогало им выйти из трудной ситуации. Определите, в какой форме будет представлено интервью: ролик, презентация, постер, схема, инфографика, сценарий постановки.

2. Обсудите и запишите вопросы, которые вы будете задавать, чтобы выявить влияние круга общения на поведение людей.

Для выполнения проекта предлагается упражнение:

«История поддержки»

Примечание. Вспомните случай, когда кто-то помог вам в трудной ситуации. Расскажите эту историю в паре.

Обсудите:

Что именно сделал человек?

Как это повлияло на вас?

Что вы почувствовали?

IV. Заключение

Учитель предлагает подвести итоги занятия.

Упражнение: «Мой ресурс»

Инструкция. Раздайте каждому участнику листочек в форме камня, сердца или щита (можно просто вырезать из бумаги). Попросите написать на нём:

- 1) одну свою сильную сторону;
- 2) человека, который поддерживает;
- 3) мысль, которая помогает не сдаваться.

Соберите все листочки и создайте общий «Коллаж жизнестойкости» на стенде или ватмане.

Обсуждение по вопросам:

Что общего в наших ресурсах?

Что нового вы узнали о себе и друг о друге?

Что будете использовать в будущем, когда станет трудно?

Занятие 3 для обучающихся 9 класса
Тема «Творчество как ресурс развития жизнестойкости»

Цель: расширение представлений обучающихся о творчестве как ресурсе жизнестойкости.

Задачи

1. Познакомить со способами выхода из проблемных ситуаций.
2. Развивать навыки командной работы, проектного, сюжетного и образного мышления.
3. Воспитывать ответственность за себя и других, уважение к опыту и мнению младших.

Ресурсы: бумага, ножницы, карандаши, модели предметов, мяч, газеты.

Ссылка на чек-листы:

<https://cloud.mail.ru/public/PZWh/t1btZyGaW/%D0%96%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%B9%D0%BA%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C>

Ход занятия

I. Введение

Обучающимся предлагается ответить на вопрос:

О каких своих ресурсах жизнестойкости вы узнали?

По завершении обсуждения предлагается остановиться на творчестве человека как важнейшем ресурсе жизнестойкости.

II. Основная часть

Упражнение «Я – волшебник!»

Инструкция. Упражнение состоит из последовательных этапов.

1. Представьте себе волшебника или волшебницу. Что это за образ, из какой сказки?
2. В центре листа бумаги нарисуйте волшебника, а вокруг него качества, которыми он наделен.
3. Представьте себе, что волшебник – это вы сами.
4. Что ваш волшебник чувствует? О чем он думает? О чем мечтает? Поделитесь своими мыслями.

III. Проектная деятельность

Итоги выполнения второго этапа проекта

Посмотреть ролики, постеры, презентации, предложенные группами, на тему «Способы выхода из проблемного окружения», составленные и разработанные совместно с пятиклассниками.

Обсуждение вопроса:

Как можно использовать свои сильные стороны, чтобы помочь себе или другим в трудной ситуации?

Задание по третьему этапу проекта. Сочините историю про жизнестойкость и поставьте по ней сценку.

Формат: Совместный мини-театр/подкаст учащихся девятых и пятых классов.

Этапы работы:

Создание истории

Девятиклассники помогают пятиклассникам придумать сюжет по алгоритму: герой → трудность → преодоление → вывод.

История должна быть понятной и вдохновляющей для младших школьников.

Распределение ролей

Все участники выбирают себе роли:

Авторы – придумывают сюжет.

Сценаристы – оформляют текст.

Режиссёры – организуют постановку.

Актёры – играют роли.

Художники и костюмеры – оформляют сцену и образы.

Журналисты – берут интервью у участников.

Операторы и монтажёры – снимают и монтируют видео.

Контент-менеджеры – готовят публикацию (например, для школьного сайта или стенда).

Демонстрация сценки или подкаста

Репетиции и показ сценки перед классом или на школьном мероприятии.

IV. Заключение

Обсуждение

Вопросы

1. Что было самым трудным в разработке/исполнении проекта?
2. Как проявилась жизнестойкость героев и участников?
3. Какие выводы можно сделать?

Занятие 4 для обучающихся 9 класса
Ресурсы жизнестойкости
Тема «Вера в себя»

Цель: формирование потребности в самовоспитании, саморазвитии как условия развития жизнестойкости.

Задачи

1. Познакомить с понятием «вера в себя» и ее значением для личностного роста.
2. Развивать навыки самоанализа и рефлексии.
3. Воспитывать уверенность в своих возможностях и стремление к самосовершенствованию.

Ресурсы: бумага, тетради, цветные ручки, видеоролик, багаж (корзина, коробка, кейс). Ссылка на чек-листы:

<https://cloud.mail.ru/public/PZWh/t1btZyGaW/%D0%96%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B5%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%B9%D0%BA%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C>

Ход занятия

I. Введение

Учитель объясняет, что вера в себя – это уверенность в своих способностях, решимость и внутренний ресурс, который помогает не сдаваться и достигать целей. Подчеркивает, что вера в себя развивается и укрепляется через опыт, поддержку и саморефлексию.

После этого учителем проводится упражнение «Мои сильные стороны». Обучающимся предлагается написать 5 своих сильных качеств или умений, которые помогают им в жизни, и подумать, каким образом эти качества помогли в реализации проектной деятельности с пятиклассниками. Рекомендуются дать обратную связь в виде истории, где поделиться впечатлениями, трудностями и успехами во время работы над проектом.

Вопросы

Что мешало достижению цели?

Что помогло преодолеть трудности?

II. Основная часть

Учитель предлагает обсудить в парах, как можно поддерживать и укреплять веру в себя. Учащиеся делятся примерами, когда вера в себя помогла им или кому-то из окружения. Можно подготовить мини-диалог или записать короткое видео.

III. Проектная деятельность «Чемодан жизнестойкости»

Класс делится на 3 группы.

Группы отвечают на вопросы.

1. Какие качества проявились в ходе проекта?
2. Какие новые впечатления появились?

3. Какие качества нужно развивать в себе для эмоциональной устойчивости?

Задание. Придумайте сценку «Наш чемодан жизнестойкости» на основе ответов на вопросы. Презентуйте результат.

По завершении работы каждая группа представляет свой «чемодан жизнестойкости» в виде сценки, используя реквизит занятия.

IV. Заключение

Завершая занятие, учитель предлагает представить себя писателем и презентовать идею одной из книг, выбрав предлагаемые названия: «Книга успехов», «Книга мудрости», «Книга побед», «Книга идей».

При подготовке к презентации используются следующие утверждения:

Книга успехов – достижения и радость от них.

Книга мудрости – цитаты, советы, мудрые мысли.

Книга побед – преодоленные трудности.

Книга идей – идеи, достойные реализации.

По завершении работы учащиеся делятся своими авторскими замыслами.

Далее учитель желает успехов в написании главной книги – книги собственной жизни.

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 10 КЛАССА/1 КУРСА
По проекту «Вдохновляющий лидер»

*Будущее Казахстана в руках молодых людей.
Не прости́те свой шанс, свою мечту.
Мечты сбываются только у тех, кто пошел учиться.
Ваш выбор – это ваша судьба, судьба всего народа.
Касым-Жомарт Кемелевич Токаев,
Президент Республики Казахстан*

Занятие 1 для обучающихся 10 класса/1 курса
Тема «Лидер – кто это?»

Цель: содействие осознанию обучающимися своих лидерских качеств.

Задачи

1. Способствовать овладению знаниями, методиками и формами развития своего лидерского и организаторского потенциала.
2. Расширить понятие о сущности лидерства, ключевых лидерских качествах.
3. Мотивировать к саморазвитию для дальнейшей реализации своего лидерского потенциала.

Ресурсы: бумага, ватман, карандаши, фломастеры, скотч.

Ход занятия

I. Введение

Организационный момент и эмоциональный настрой

Игра «Алфавит»

Игра проводится в кругу. Педагог просит обучающихся расположиться таким образом, чтобы их место в круге соответствовало алфавитному порядку имен участников занятия. Время выполнения 30–45 с. Педагог просит каждого из присутствующих (начиная со «стартового места») громко и четко назвать свое имя. Класс/группа проверяет соответствие порядка мест участников алфавиту.

Объединение в команды «Выбери цвет сегодняшнего дня»

В помещении на стенах развешиваются 3 фигуры: треугольник, круг и квадрат красного, зеленого и синего цвета.

1. Разделиться на 3 команды.
2. Каждому участнику подойти к той фигуре, которая наиболее эмоционально приемлема для него на данный момент.
3. Педагог просит участников обратить внимание на свое внутреннее состояние и рассказывает, что каждый цвет оказывает на человека определенное психофизическое воздействие.

Красный помогает согреться, активизировать свою деятельность.

Зеленый позволяет успокоиться, отдохнуть.

Синий вызывает ощущение прохлады, помогает преодолеть эмоциональную вспышку.

*Объявление и разъяснение целей и задач занятия
Мозговой штурм «Созвездие»*

Очень интересный подход, сфокусированный на поиске вопросов, а не ответов. В течение 3 мин. каждая группа должна придумать как можно больше вопросов, касающихся темы «Лидер». Вопросы могут быть любыми: что, где, когда и почему. Этот стиль мозгового штурма помогает рассмотреть понятие во всех возможных его аспектах.

Далее команды по очереди зачитывают свои вопросы. Если вопрос уже прозвучал, то его пропускают. Далее отбираются самые интересные вопросы, которые будут в центре внимания в ходе реализации проекта. Данные вопросы должны быть записаны и сохранены, так как они понадобятся на занятии 4.

*II. Основная часть
Информационный блок*

Лидер (от англ. «ведущий, руководитель») – глава, руководитель политической партии, общественной организации и др.; лицо, пользующееся большим авторитетом, влиянием в какой-либо группе.

Лидер – ведущий, человек, способный вести за собой, пробудить интерес к делу. Он стремится выложиться для достижения цели, активно влияет на окружающих, наиболее полно понимает интересы большинства. Именно с ним хочется посоветоваться в трудные минуты, поделиться радостью, он может понять, посочувствовать, всегда готов прийти на помощь, от него во многом зависит настроение, он способен «завести» окружающих.

Игра «Слепой художник»

Эта игра показывает, насколько участники умеют четко формулировать цели, управлять своими эмоциями и поддерживать спокойную обстановку во время сложного рабочего процесса.

Участники образуют пары. Изначальную тематику лучше задать, чтобы сфокусироваться именно на игре, а не на поиске предмета для картины. Один человек – художник, второй – руководитель процесса. Художнику завязывают глаза, дают в руки инструмент и предлагают работать на листе бумаги, флипчарте, доске. Руководитель дает четкие указания, не сообщая рисующему, что он хочет получить в итоге. Художник должен просто точно выполнять команды. В течение 5 мин. должен получиться рисунок. Художнику открывают глаза и сообщают, что он нарисовал.

После окончания игры провести *обсуждение*.

Вопросы руководителю

1. Насколько трудно было озвучить задачу и корректно давать указания?
2. Какие сложности возникали?

Вопросы художнику

1. Насколько просто было довериться руководителю?
2. Какие сложности возникали?

Общий вопрос

Какими качествами должен обладать лидер?

Вывод. Сильные стороны любого лидера – это уверенность, смелость и

решительность, харизма, позволяющая повести за собой окружающих, хладнокровие, позволяющее трезво оценивать ситуацию, самообладание, позволяющее всегда держать себя в руках, настойчивость, позволяющая упорно добиваться своего, и решительность, обеспечивающая готовность к риску.

Игра «Лидер своими руками»

Командам предлагается построить метафорическую модель лидера с помощью вещей в помещении и личных вещей участников. Упражнение состоит из двух частей.

1. Обсуждение того, какие качества лидера можно изобразить с помощью предметов (5 мин.).
2. Создание модели (5 мин.). Во время игры нельзя разговаривать. За каждое нарушение – штраф 1 мин.

Обсуждение: представитель группы презентует построенную модель.

III. Проектная деятельность

Сбор идей

Проект, который будет в центре внимания в течение всего года, называется *«Вдохновляющий лидер»*. В рамках проектной деятельности необходимо создать условия: для активного сотрудничества учащихся 6 и 10 классов; для активного сотрудничества внутри групп обучающихся 1 курса. Это поможет созданию дружного детского и молодежного сообщества, развитию проактивной позиции обучающихся, а также лидерских навыков и качеств.

Работа над проектом будет строиться из четырех этапов: планирование совместного мероприятия по профилактике буллинга, его организация, реализация и обсуждение итогов, рефлексия.

Сбор идей «Лестничная техника»

Первым шагом работы над проектом является сбор идей, отбор самого приемлемого варианта совместных мероприятий по профилактике буллинга.

Смысл техники заключается в том, что участник получает возможность озвучить свои собственные мысли до того, как он услышит все остальные идеи. Ведущий озвучивает тему, и все, кроме двух участников мозгового штурма, покидают комнату. Оставшиеся озвучивают друг другу свои мысли. По окончании их беседы в комнату входит еще один участник. Он высказывается до того, как услышит идеи участников, находящихся в учебном кабинете. Цикл повторяется до тех пор, пока вся команда не соберется в комнате.

Метод хорошо подходит для команд, склонных попадать под влияние нескольких человек. Это также помогает раскрыться застенчивым людям, которые предпочитают делиться мыслями с двумя-тремя обучающимися, а не с полным составом коллектива.

Далее выбирают самые интересные мысли, голосуют.

Задания для каждой команды (до следующей встречи)

Представить идею по схеме:

- 1) цель;
- 2) задачи;
- 3) тема;
- 4) формат мероприятия.

IV. Заключение

После завершения работы по поиску идеи ведущий завершает занятие предоставлением чек-листов для участников. Как развить в себе лидерские качества? С чего начать? Участникам необходимо расписать, как они понимают содержание каждого шага к лидерству.

Как развить в себе лидерские качества?

№	Наименование шага	Зачем	Как реализовать
1	Ставим цели		
2	Становимся энтузиастом		
3	Становимся героем		
4	Адаптируемся		
5	Следим за внешним видом		

Дополнительная информация для ведущего и заполнения чек-листа Чек-лист

Шаг 1 – ставим цели. Первым делом необходимо научиться четко и ясно видеть перед собой цели и постоянно стремиться к их достижению. Начните с малого. Просто поставьте перед собой какую-нибудь нетрудную задачу и добейтесь ее выполнения. И пусть поначалу это будут совсем не глобальные цели: ничего страшного, ведь мы учимся. Здесь важен сам факт работы над собой. Постановка целей и их достижение должны войти в привычку. Добившись результата, фиксируйте его в тетради. И ежедневно зачитывайте свои победы – это даст вам стимул двигаться дальше. Когда начнет получаться, вы будете чувствовать потребность продолжать работу, ведь аппетит приходит во время еды.

Итак, пример. Вечером вы ставите перед собой цель – проснуться завтра по будильнику и идти на пробежку. Перед уроком вы задаетесь целью в начале занятия поднять руку, выйти к доске, громко и красиво ответить. И выполняете все безоговорочно.

Шаг 2 – становимся энтузиастом. Казалось бы, научиться этому качеству невозможно, но тем не менее выход есть. Начиная с сегодняшнего дня, вы перестаете жаловаться окружающим на что-либо. Избавьтесь от этого, как от вредной привычки. Люди сторонятся неудачников, поэтому, общаясь с ними, дайте им понять, что у вас все в порядке. Если же произошла какая-то неприятность, расскажите о ней с юмором. Обратите внимание: уважаемые

вами люди, скорее всего, именно так и делают. У людей, смотрящих на жизнь с юмором, есть чему поучиться. Поведайте о своих проблемах или недостатках в шуточной манере. Делясь же позитивными новостями, стремитесь делать это как можно чаще, ведь тем самым вы будете вселять энтузиазм в ваших собеседников. Вскоре после того, как вы возьмете это себе за правило, окружающие будут уверены, что дружба с вами не обуза, а удовольствие.

Шаг 3 – становимся героем. Третий пункт – достойное поведение в экстремальных ситуациях. Чтобы в таких ситуациях вести себя достойно, нужно привыкнуть к ним. В этом поможет близкое знакомство со спортом. Экстремальные ситуации бывают разные, поэтому нужно быть всегда готовым к неожиданностям, что само по себе достаточно сложно. Однако, приняв такую позицию как данность, вы сделаете решительный шаг на пути к лидерству.

Шаг 4 – адаптируемся. Еще одна особенность лидера в том, что он умеет быстро адаптироваться к изменяющимся условиям и двигаться дальше, несмотря ни на что. Научиться этому, пожалуй, сложнее всего. Чтобы психологически себя подготовить к такой жизненной позиции, имеет смысл сначала просто отслеживать эти самые изменяющиеся условия. Например, приучите себя следить за последними событиями в мире, литературными новинками, тенденциями в моде, современными техническими устройствами, новыми компьютерными программами. Когда вы привыкните находиться в курсе последних новшеств и жить в ногу со временем, то и это лидерское качество будет вашим.

Шаг 5 – следим за внешним видом. Соблюдайте требования к стилю одежды: во время занятий – деловой, на отдыхе – более свободный, повседневный или спортивный, на праздничном мероприятии – яркий, позволяющий подчеркнуть ваши достоинства. Следите за своей физической формой. Другими словами, делайте все возможное, чтобы выглядеть лучше.

Конечно, фотомodelью быть необязательно, имеются в виду опрятность, выдержанность стиля, хорошая физическая форма. Хилый, нелепо одетый и постоянно жалующийся на здоровье лидер – это из разряда фантазий.

Вывод. На вопрос, стоит ли развивать в себе лидерские качества, наверное, каждый ответит «да». И это естественно, ведь человек, обладающий такими качествами, добивается в жизни большего, пользуется повышенным вниманием, и жизнь его гораздо интересней и насыщенней.

Исследования показывают, что существует недорогой и эффективный способ проводить кампании против буллинга. Согласно их результатам, обучающиеся, обладающие социальным влиянием, лидерством, могут значительно сократить число конфликтов и буллинга, работая вместе над поиском и распространением решений.

Рефлексия

Прием «Мне нравится, что ты ...»

Во время занятия у вас уже сформировалась небольшая команда. Сейчас вам необходимо заполнить таблицу.

№	ФИО участника	1-я встреча	2-я встреча	3-я встреча	4-я встреча
1					
2					
3					
4					

Участники индивидуально записывают в таблицу имя, какие качества участника группы ему нравятся, собирают в одну папку и передают на хранение ведущему.

Прием «Сегодня мне было хорошо работать, потому что ...»

При пожатии рук ребята произносят слова: «Спасибо!» или «Спасибо, сегодня было так хорошо работать, потому что ...»

Занятие 2 для обучающихся 10 класса/1 курса
Тема «Типы лидеров и их качества»

Цель: содействие формированию ценностного отношения к лидерству как активной жизненной позиции человека.

Задачи

1. Формировать представления о лидерских качествах, разных типах лидерства, этапах формирования команды.
2. Побудить к стремлению проявить свой лидерский потенциал, развить нравственные качества личности.
3. Развить навыки достижения целей, опытом бесконфликтного взаимодействия друг с другом.

Ресурсы: бумага формата А4, стулья, карандаши.

Ход занятия

I. Введение

Организационный момент, психологический настрой

Упражнение «Зарядка»

Педагог приглашает всех в круг, предлагает каждому вспомнить любое упражнение из своей утренней гимнастики, сам демонстрирует первое упражнение, выполняет его с группой 3 раза и передает ход по часовой стрелке по кругу. Новый физкультурник дает свое упражнение, также трижды повторяет его с группой, и так по цепочке.

Быстрые, энергичные упражнения вызывают смех, расслабляющие – чувство удовлетворения. Зная это, можно командовать: «А сейчас что-то бодрящее! А теперь – расслабляющее!» и управлять эмоциональным и энергетическим состоянием класса. Также полезно дополнить эту разминку веселой музыкой вроде «Вдох глубокий, руки шире...»

Разъяснение и объявление целей и задач занятия

II. Основная часть

Обсуждение выполненной работы, запланированной на прошлом занятии (познакомиться с 6 классом, обсудить с ним идеи и план совместного мероприятия).

Упражнение «На льдине»

1. Участники делятся на команды по 5–7 человек (желательно, чтобы во всех командах было одинаковое число участников). Каждой из команд выдается большой газетный лист, который она расстилает на полу.

2. Педагог зачитывает инструкцию: «Представьте себе, что вы оказались на отколовшейся льдине, дрейфующей посреди бушующего моря. Льдина – это ваша газета. Вам всем нужно разместиться на ней и продержаться несколько минут, чтобы дождаться спасателей. Касаться пола за пределами газеты нельзя: кто сделает это, тот считается «утонувшим».

3. Когда участники разместятся на своих «льдинах» и продержатся в таком положении 15–20 секунд, педагог сообщает, что «шторм» отломил по кусочку от каждой из «льдин», и отрывает примерно по 1/4 части от каждой из

газет, предлагая участникам разместиться на том, что осталось. Так повторяется 2–3 раза.

4. Если в команде «тонет» один человек, она получает предупреждение, если два или больше – выбывает из игры («Ваша льдина перевернулась»).

5. Победившей считается та команда, которая продержится дольше других. Техника подразумевает тесный телесный контакт участников и включает элемент совместного риска, поэтому не рекомендуется проводить ее как в недостаточно «разогретых» группах, где участники демонстрируют зажатость и стеснение, так и в чрезмерно активных, трудно управляемых.

Смысл упражнения. Техника способствует сплочению, формированию взаимного доверия. Кроме того, она наглядно демонстрирует основной принцип командной работы – выиграть индивидуально невозможно, это могут сделать только все вместе. Зато проиграть можно и индивидуально («упасть со льдины»), поставив этим под угрозу действия всей команды.

Обсуждение

Сначала участники делятся эмоциями и чувствами, возникшими в процессе выполнения упражнения, потом – своими соображениями по поводу того, что позволило победившей команде лучше справиться в такой ситуации, а что «сгубило» остальных.

Групповая работа «Созидающий лидер и разрушающий»

1. Каждой группе выдается ватман / флипчарт.
2. Каждая группа обсуждает и заполняет таблицу.

Параметры сравнения	Созидающий лидер	Разрушающий лидер (деструктивный)
Какие идеи выдвигает?	Выдвигает социально конструктивную идею, обладающую преобразующей силой	
Каких людей объединяет?	Объединяет вокруг данной идеи людей, наделенных талантом и готовых к развитию	
Какой деятельностью занимается?	Осуществляет совместную созидательную деятельность	
Как?	Сам развивается и вдохновляет других на саморазвитие	
Как относится к людям в команде?	Наполняет жизнь других людей смыслом, относится к людям как к ценностям, а не как к инструментам для достижения своих целей	
Мировоззренческая позиция	Долг превышает собственных интересов. Служение людям	

3. После завершения групповой работы идет презентация полученного результата.

Информационная часть

Почему дети, обладающие лидерскими качествами, начинают так себя вести? Самая частая причина деструктивного поведения детей – это проблемы в семье.

Скука, ребенку негде применить свои неординарные качества, проще говоря, таким образом он себя развлекает. Низкая самооценка и неуверенность в себе, которую ребенок тщательно пытается скрыть за травлей других.

Типы деструктивных лидеров

1. *Неформальный*. Открытое противостояние педагогам, нарушение дисциплины и подначивание к этому других. Не путайте со старостой класса, любимчиком учителя.

2. *Скрытый*. Подстрекает остальных, но сам остается ни при чем. Как правило, скрытые лидеры настраивают других детей против одного конкретного ребенка.

3. *Невольный*. Возможно, в силу неврологических особенностей или характера нарушает дисциплину. Ребенок так себя ведет, не осознавая последствий.

4. Деструктивных лидеров можно разделить по их действиям.

5. *«Болтун»*. Ребенок очень коммуникабельный, он отвлекает, забалтывает одноклассников, что плохо влияет на учебу.

6. *«Дезинформатор»*. Перевирает слова, тем самым провоцирует пагубные последствия.

7. *«Провокатор»*. Провоцирует конфликты между одноклассниками, с учителями. При возникновении острых ситуаций подливает масло в огонь».

8. *«Хулиган»*. Привлекает одноклассников к асоциальному поведению, как правило, другим детям он кажется «крутым».

Чаще всего окружающие либо начинают открыто конфликтовать с такими детьми, либо выживают их из класса. Но это не решение проблемы. Привлечение деструктивных лидеров к общественно полезной деятельности поможет сформировать эффективную команду.

Ш. Проектная деятельность

Планирование

Игра «Расположите в правильной последовательности»

1. Педагог вручает каждой группе конверт с подготовленными и вырезанными словами: *Формирование, Шторм, Урегулирование, Результативность, Завершение*.

2. Каждой команде в течение 1–2 мин. необходимо расположить эти слова в последовательности согласно этапам развития команд по их мнению.

3. После представления результатов работы команд объявляется правильная версия расположения этапов развития команд.

Этапы развития команд

1) *Формирование*. На данной стадии команда собирается вместе и узнает

о проекте, своих формальных ролях и ответственности в нем. Члены команды на данной фазе, как правило, независимы друг от друга и не особенно открыты.

2) *Шторм*. В течение данной стадии команда начинает изучать работы по проекту, технические решения и подход к управлению проектом. Если члены команды не настроены на сотрудничество и не открыты различным идеям и перспективам, обстановка может стать деструктивной.

3) *Урегулирование*. На стадии урегулирования члены команды начинают работать вместе и подстраивают свои рабочие привычки и модели поведения так, чтобы содействовать командной работе. Члены команды начинают доверять друг другу.

4) *Результативность*. Команды, достигшие стадии результативности, функционируют как хорошо организованное подразделение. Они независимы, спокойно и эффективно решают проблемы.

5) *Завершение*. На этой стадии команда завершает работу и переходит к следующему проекту.

Планирование

Группы представляют свои идеи, которые они обсудили, и заполняют матрицу принятия решения. Оценивают предложенные варианты и выбирают форму проведения мероприятия.

Наименование мероприятия	Количество задействованных участников	Необходимые средства	Локация	Сроки
Концерт				
Квест				
Спортивное соревнование				
Мастер-класс				

4. Каждая микрогруппа расписывает предварительный план на ватмане и презентует свои идеи по организации и проведению мероприятия.

Задание для групп (до следующей встречи)

1. Составить общий план реализации идеи. Планировать и следить за ходом реализации проекта удобно в формате канбан-досок. Их можно нарисовать на плакате, а можно применить цифровые доски.

2. К следующей встрече необходимо составить сценарий предстоящего мероприятия, получить согласие всех участников и закрепить все роли и ответственность.

IV. Заключение

Рефлексия «Мне нравится, что ты ...»

№	ФИО участника	1-я встреча	2-я встреча	3-я встреча	4-я встреча
1					

2					
3					
4					

Участники индивидуально записывают в таблицу имя, какие качества участника группы ему нравятся, собирают в одну папку и передают на хранение педагогу.

Упражнение «Аплодисменты по кругу»

1. Педагог предлагает поиграть в игру и тем самым выражает отношение к занятию.
2. В ходе игры аплодисменты сначала звучат тихо, а затем становятся сильнее.
3. Педагог начинает потихоньку хлопать в ладоши, постепенно подходя к одному из участников. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т. д. Последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Занятие 3 для обучающихся 10 класса/1 курса
Тема «Команда начинается с каждого из вас»

Цель: содействие сплочению коллектива обучающихся.

Задачи:

1. Укреплять атмосферу доверия в коллективе.
2. Формировать понимание условий бесконфликтного общения.
3. Развивать навыки эффективного взаимодействия для достижения общей цели.

Ресурсы: маркеры, ватман, бумага А4.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Одно слово»

Правила игры. Выберите фразу, связанную с темой занятия, и попросите всех записать или сказать одно слово, которое приходит на ум.

Чем полезно это упражнение? Это хороший способ собрать мнения, мысли или чувства всех участников занятия. Вы сможете оценить атмосферу перед погружением в основную тему встречи, а также обнаружить вопросы или проблемы, которые можно рассмотреть, что сделает общение более продуктивным для всех собравшихся.

Объявление целей и задач занятия

II. Основная часть

Игра на командообразование «Строим башню»

Цель: отработать навыки работы в команде и схемы командного взаимодействия; выявить роли участников команды; способствовать сплочению команды; помочь снять напряжение; мотивировать участников к совместной деятельности.

1. Участники работают в нескольких командах (разделены были ранее по цветам).

2. Каждой команде выдается раздаточный материал с инструкциями и 50 листов бумаги формата А4.

3. Педагог дает участникам инструкцию: «Вам необходимо построить башню из бумаги с максимальной эффективностью, следуя полученным инструкциям. На обсуждение дается три минуты, для построения – десять минут. Во время обсуждения и для экспериментов можно использовать каждый лист бумаги только один раз, то есть если лист бумаги каким-то образом согнут для пробы, то для следующих экспериментов и непосредственно для построения башни вы должны брать новые листы. В вашем распоряжении только полученные командой 50 листов бумаги».

4. Засекается время начала обсуждения. Через 3 мин. обсуждение прекращается.

5. Команды одновременно начинают строить башню из бумаги. На построение башни дается максимум 10 мин.

6. Перед началом выполнения задания команда откладывает в сторону какие бы то ни было записи и инструкции, бумага складывается в одну пачку

в обычных листах (не в заготовках) в центре комнаты (но не распределяется между участниками команды).

7. Педагог отмечает время окончания строительства и засекает 1 мин., которую должна простоять башня, чтобы задание считалось выполненным. После окончания данной контрольной минуты педагог производит замер высоты башни.

8. После окончания «строительства» и презентации команд проводится разбор выступления каждой команды по очереди, а также структурированное групповое обсуждение по *вопросам*.

1. Как распределились роли в команде?
2. Что помогало при выполнении задания? Что мешало?
3. Как правильно организовать работу?

Информационная часть (презентация)

Слайд 1. Сплоченный коллектив – это группа людей, которая объединена общей целью, а также крепкими дружескими отношениями между участниками группы. Такой коллектив может преодолевать любые трудности и достигать больших успехов, ведь его участники открыты друг перед другом, быстро решают конфликты, умеют слышать и принимать мнение коллег, а также всегда приходят на помощь.

Сплоченность в коллективе необходима для успешной работы команды. Она помогает снизить уровень конфликтов и повысить производительность участников. Сплоченный коллектив может лучше решать задачи, устойчив к изменениям и готов к новым вызовам. Кроме того, такой коллектив вносит положительный вклад в создание хорошей атмосферы в процессе совместной работы.

Слайд 2. Существуют определенные условия, которые необходимы для формирования сплоченной команды.

Слайд 3. Секреты общения, которые необходимы для создания и сплочения команды.

1. Обращайся к людям по имени.
2. Будь вежлив со всеми.
3. Уважай вкусы, привычки и интересы других.
4. Будь внимателен к окружающим тебя людям.
5. Избегай насмешек и оскорблений в адрес другого человека.
6. Учись извиняться первым, если не прав.
7. Учись сдерживать отрицательные эмоции при общении с товарищами.
8. Учись слушать и слышать других.
9. Будь уверенней в общении с другими.
10. Не стесняйся высказывать свое мнение.
11. Учись доброжелательно отстаивать свою точку зрения.

III. Проектная деятельность

Во время занятия:

1. Группа утверждает сценарий мероприятия, распределение ответственности, ролей с учетом индивидуальных особенностей.

2. Утверждает дату, место, время проведения мероприятия.
3. Прогнозирование рисков и путей их разрешения.

После занятия:

1. Финишная репетиция мероприятия
2. Проведение мероприятия

IV. Заключение

Вопросы-ответы

1. Что нового вы узнали сегодня?
2. Как создать сплоченную команду?

Педагог раздает Памятку «Секреты общения» каждому участнику.

Рефлексия «Мне нравится, что ты ...»

№	ФИО участника	1-я встреча	2-я встреча	3-я встреча	4-я встреча
1					
2					

Участники индивидуально вносят в таблицу имя, какие качества участника группы им нравятся, собирают в одну папку и передают на хранение учителю.

Рефлексия

Упражнение «Говорящие руки»

Участники образуют два круга: внутренний и внешний, стоя лицом друг к другу. Педагог дает команды, которые участники выполняют молча в образовавшейся паре. После этого по команде педагога внешний круг двигается вправо на шаг.

Варианты инструкций образующимся парам

- 1) Поздороваться с помощью рук
- 2) Побороться руками
- 3) Помириться руками
- 4) Выразить поддержку с помощью рук
- 5) Пожалеть руками
- 6) Выразить радость
- 7) Пожелать удачи
- 8) Попрошаться руками

Психологический смысл упражнения: происходит эмоционально-психологическое сближение участников за счет телесного контакта. Между ними улучшается взаимопонимание, развивается навык невербального общения.

Обсуждение

1. Что было легко, что сложно?
2. Кому было сложно молча передавать информацию?
3. Кому легко?
4. Обращали ли внимание на информацию от партнера или больше думали, как передать информацию самим?
5. Как вы думаете, на что было направлено это упражнение?

Занятие 4 для обучающихся 10 класса/1 курса
Тема «Самовоспитание и достижение жизненных целей»

Цель: формирование ценностного отношения обучающихся к самовоспитанию как важной жизненной стратегии человека.

Задачи:

1. Формировать устойчивый интерес к самовоспитанию.
2. Добиваться осознанного понимания понятий: саморазвитие, самооценка, воля, характер, целеполагание, самоубеждение.
3. Развивать навыки саморефлексии.

Ресурсы: маркеры, ватман, бумага А 4.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Квадрат»

1. Все участники встают в круг и закрывают глаза.
2. Не открывая глаз, нужно перестроиться в квадрат. (Обычно сразу начинается балаган, все кричат, предлагая свою стратегию.)
3. Через какое-то время выявляется организатор процесса, который фактически руководит участниками.
4. После того, как квадрат будет построен, не разрешается открывать глаза.
5. Педагог спрашивает, все ли уверены, что они стоят в квадрате. (Обычно есть несколько человек, которые в этом не уверены. Квадрат действительно должен быть ровным. И только после того как абсолютно все согласятся, что стоят именно в квадрате, участникам предлагается открыть глаза, порадоваться за хороший результат и проанализировать процесс. Так же можно строиться в другие фигуры.)

Вопрос для обсуждения: «Каким образом задание можно было сделать качественнее и быстрее?»

II. Основная часть

Общее обсуждение в группе

1. Каким должен быть лидер?
2. Возможно ли вдохновляющее лидерство без саморазвития и воспитания себя?
3. Как вы понимаете, что такое *саморазвитие*?

Саморазвитие – это процесс постоянной и целенаправленной работы по совершенствованию своей личности.

Педагог: С раннего возраста, когда человек начинает понимать, что хорошо, а что плохо, и когда начинает замечать за собой неприятные черты в своем характере (лживость, жадность, грубость и т. д.), он хочет от них избавиться, но не может по той или иной причине. А порой человек проживает всю свою жизнь и не знает, кто он и какой он. Хотя с детства у каждого из нас есть шанс узнать о себе, пусть даже не все, но многое, и стать лучше и прожить свою жизнь интереснее. Так давайте мы с вами этот шанс не упустим, а используем.

Самовоспитанием можно заниматься и в наших условиях, этот процесс обучающиеся проходили с начала года. Для этого каждый учился наблюдать за собой, создавать вокруг себя доверительную и доброжелательную атмосферу, терпимость к критике друг друга.

Упражнение «Саморефлексия»

Всем раздается лист с вопросами, каждый размышляет над ними для саморефлексии своего участия в совместном мероприятии.

Действия и поведение

- 1) Какие ключевые действия я совершил?
- 2) Насколько они были эффективны?
- 3) Влияли ли страхи на мои действия и поведение? Каким образом? Какие именно страхи?
- 4) Что конкретно у меня получилось?
- 5) Что не получилось? Почему?
- 6) Какие ценные уроки я могу извлечь из всего этого?

Мыслительный процесс

- 1) Какие мысли посещали мою голову чаще всего? Почему?
- 2) Я их контролировал или пустил на самотек?
- 3) Было ли мое мышление оптимальным? Если нет, то как я должен поступить завтра?
- 4) Как можно было бы подумать иным образом о ситуации?
- 5) Какие ценные уроки я могу извлечь из всего этого?

Пережитые эмоции

- 1) Какие эмоции я испытывал? Почему так произошло?
- 2) Какие события, обстоятельства и люди поспособствовали этим эмоциям?
- 3) Как я справлялся со своими эмоциональными переживаниями?
- 4) Я справлялся с ними полезным или вредным способом?
- 5) Как я могу научиться более эффективно управлять своими эмоциональными переживаниями?
- 6) Какие ценные уроки я могу извлечь из всего этого?

Система убеждений

- 1) Во что я верю сегодня?
- 2) Во что я верю относительно себя, других людей?
- 3) Эти убеждения обоснованны?
- 4) В каких ситуациях я склонен делать скоропалительные выводы?
- 5) Какие позитивные убеждения влияли на меня?
- 6) Какие ограничивающие убеждения мешали мне?
- 7) Какую ценную информацию я могу получить о себе, учитывая мою систему убеждений?

Отношения с людьми

- 1) Как я вел себя и общался с другими людьми?
- 2) Возникали ли у меня какие-нибудь конфликты?
- 3) Как я с ними справился?

- 4) Как я отреагировал на критику или отказ?
- 5) Как я доносил свою точку зрения до других людей?
- 6) Насколько эффективно я это делал?
- 7) Насколько эффективно я считывал эмоциональные потребности и намерения других людей?
- 8) В каких аспектах общения мне нужно улучшить себя?

Проблемы

- 1) Какие вызовы стояли на моем пути?
- 2) Как я реагировал на эти вызовы?
- 3) Каков был результат?
- 4) Что именно я сделал, что помогло мне преодолеть проблемы?
- 5) Как насчет проблем, которые я не преодолел? Почему это случилось?
- 6) Какие ценные уроки я вынес сегодня, когда пытался справиться со своими трудностями?

Педагог дает время на размышления и передает свободный микрофон желающим высказаться на тему «Какие ценные уроки я вынес из проекта?»

Упражнение «Мой вклад в команду»

Упражнение помогает каждому участнику осознать свою роль в данной команде, тот вклад, который он вносит в командную работу, помогает осознать различные варианты того, как вносится вклад в общий результат, и развить у участников уважение к другим и признание важности выполнения их функций.

Педагог просит каждого участника высказаться в рамках своей мини-группы на тему того, в чем он видит свой вклад в деятельность всей команды.

Группам дается время на подготовку. После этого один участник от каждой мини-группы выступает и рассказывает о каждом участнике своей группы.

III. Проектная деятельность

На завершающую встречу каждая команда должна подготовить презентацию результатов проекта в любой удобной для нее форме (видеоролик, презентация, научный доклад, иллюстрация фактов и событий, деловая игра и др.).

1. Выступление 1-й команды
2. Выступление 2-й команды
3. Выступление 3-й команды

IV. Заключение

1. Мотивационная встреча. Объявление и представление гостя, приглашенного на занятие (человек с развитыми лидерскими качествами).
2. Приглашенный гость делится впечатлениями о проведенной проектной работе обучающихся.
3. Педагог и обучающиеся задают вопросы, подготовленные во время мозгового штурма «Созвездие» на занятии 1 (были на хранении у лидеров групп).

Обсуждения и выступления групп приводят к следующим выводам.

1. Самое главное – иметь собственные ценности и приоритеты и уметь их осмысливать.
2. Четко осознать, что именно является стержнем вашего мировоззрения.
3. Уметь контролировать собственные поступки и сверять их с выбранными ценностями.
4. После этого каждому обучающемуся выдается лист-характеристика, которую на протяжении всей проектной деятельности заполняли его партнеры по команде. Педагогу можно добавить к данной характеристике свои наблюдения и пожелания.

Рефлексия

Впечатления о работе над проектом

1. Положите стопку карточек или клейких листочков в центре комнаты.
2. Попросите участников взять несколько карточек и записать или нарисовать веселые случаи, которые произошли в ходе выполнения проекта.
3. Участники прикрепляют карточки на стену или доску.
4. Все собираются возле стены и смотрят на «воспоминания».

Как напутствие по завершении занятия предлагается просмотр видеоролика с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен» на тему «Личность: самовоспитание через саморазвитие» по ссылке:

<https://youtu.be/ALjsszsP-y8?si=Zr-1EOmIvaBprd0W>

ЗАНЯТИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 11 КЛАССА/2 КУРСА
по проекту «Ответственность за себя и других»

*Только по-настоящему ответственные граждане,
воспитавшие в себе самые благородные качества, станут опорой
Справедливого Казахстана.
Касым-Жомарт КемелевичТокаев,
Президент Республики Казахстан*

Занятие 1 для обучающихся 11 класса/2 курса
Тема «Становимся взрослыми»

Цель: содействие пониманию обучающимися важности развития в себе ответственности как основополагающего качества личности.

Задачи

1. Углубить представления об ответственности как важном качестве взрослого и сильного человека.
2. Развивать навыки рефлексивного анализа и самооценки, способствующие пониманию собственного отношения к другим людям.
3. Формировать стремление к личностному росту и становлению себя как ответственной личности.

Ресурсы: листы формата А4, цветные фломастеры, склеенные из бумаги цилиндры или конусы для упражнения «Лабиринт».

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Моя любимая майка»

Работа в парах. Нарисуйте на листе формата А4 майку со слоганом или символом, рисунком, отражающим главное в вашей личности, характере. Обменяйтесь рисунками. Правильно ли понял ваш партнер, согласен ли он, что рисунок / надпись отражает вашу сущность?

Рассказывают участники, у которых проявилось несоответствие.

Упражнение «Подбери ассоциацию»

Обучающимся предлагается подобрать слова-ассоциации к понятию «ответственность», записать их на доске в две колонки.

Долг, любовь, забота, независимость, самостоятельность, уверенность, самоутверждение ...	Нерешительность, озабоченность, пассивность, эгоизм, трусость, боязнь трудностей ...
---	--

Рекомендация: не следует сразу определять эти две группы слов как «позитивные» и «негативные» ассоциации. Лучше просто подсказать, где писать те или иные слова.

Вопрос для обсуждения: Почему понятие *ответственность* вызывает как позитивные, так и негативные ассоциации?

Упражнение «Круг ответственности»

Цель: осознать зоны собственной ответственности.

Задание для групповой работы. Сначала каждый участник группы должен сформулировать и записать, за что он отвечает в своей жизни. Группа обсуждает все записи. Делается общий *вывод:* каковы зоны вашей личной ответственности. Представитель группы должен выступить и аргументированно обосновать вывод.

II. Основная часть

Упражнение «Лабиринт»

Цель: умение чувствовать и понимать другого человека без слов, почувствовать за него ответственность.

Выбирается ведущий игры. Ведущий выходит из аудитории. Выкладывается маршрут, обозначенный нетяжелыми предметами. По этому лабиринту «поводырь» должен провести «слепого» (ведущего). «Поводырь» не имеет права говорить, может только прикоснуться руками к «слепому».

Обсуждение. Ведущий рассказывает, что он чувствовал, что помогало ему преодолевать препятствия, что мешало. Участники делятся своими впечатлениями о том, какая из ролей была наиболее трудной.

Упражнение «Забота»

Цель: принятие ответственности за свою собственную жизнь.

Представьте себе всех тех людей, о которых вы должны заботиться, за жизнь и поведение которых вы чувствуете ответственность. Запишите на листе. После завершения педагог предлагает вопрос: «Включили ли вы себя в этот список?»

Обсуждение. Анализируются полученные результаты и обсуждается, почему так получилось.

Информационный блок

Мозговой штурм «За что несет ответственность каждый человек как член общества».

Предложения записываются на доске или флипчарте. Предложения сводятся, как правило, к тому, что определяется как *действие, поступок*. Педагог дает информацию на слайде и предлагает подумать о том, чем определяются поступки людей, за что, таким образом, человек тоже должен испытывать ответственность:

- 1) Знания;
- 2) Ценности;
- 3) Убеждения;
- 4) Конкретные мотивы;
- 5) Чувства и эмоции.

Обсуждение

Упражнение «Ответственность за ошибки»

Цель: отработка личных стратегий принятия на себя ответственности за ошибки.

Групповая работа. Участникам предлагается вспомнить или придумать примеры типичных житейских ошибок или проступков. Затем представитель

одной из групп рассказывает об этом проступке.

Обсуждение. Члены группы с позиций «близкий человек», «друг», «родители» описывают реакции, анализируют причины, предлагают пути исправления ситуации.

Упражнение «Проективное письмо»

Цель: принятие ответственности за эмоциональное состояние другого человека.

Подумать, кто в группе больше всего нуждается в поддержке и помощи, найти способ поддержать его и попробовать написать письмо. В письме не должно быть советов адресату. Оно должно быть ориентировано на выражение собственных мыслей и чувств по отношению к этому человеку.

Обсуждение

- 1) Это упражнение помогает отработать умения эмпатического понимания.
- 2) Работа над умениями оказывать положительные знаки внимания.

III. Проектная деятельность

Педагог предлагает обучающимся создать проект, который будет важен для всех и будет напоминать о них в будущем. В этом проявится ответственность за создание благоприятной атмосферы в коллективе, культуры неприятия насилия по отношению друг к другу. Предлагается общее направление проекта – движение посредников в конфликтах.

Задание по проекту

Упражнение «Анализ проявления ответственности»

Цель: прийти к пониманию своей авторской позиции и творческой роли в общении с другими людьми и ответственности за собственные действия.

В течение недели проанализируйте свое общение с родителями, преподавателями, друзьями, наедине с собой. Постарайтесь определить, когда ваше поведение выражалось словами «Я должен», «Я хочу».

Вопросы для обсуждения на следующем занятии

- 1) Что было проще: то, что относилось к первой категории или ко второй?
 - 2) Как можно перевести поступки из «Я должен» в «Я хочу»?
1. Создайте чат, соберите в нем мнения одноклассников на тему «За что я готов отвечать», проанализируйте и сделайте вывод.
 2. Создайте рабочую группу, придумайте несколько вопросов и проведите анкетирование на тему «Конфликты между обучающимися». Проанализируйте причины, которые чаще всего лежат в основе конфликтов.

IV. Заключение

Педагог: Человек становится взрослым и самостоятельным, когда начинает сам принимать решения и чувствовать за них ответственность.

Просмотр видеоролика с YouTube канала «Мир детства» НАО «ННПИБД «Өркен» на тему «Конфликт: что делать? 5 простых правил» по ссылке: <https://youtu.be/YQPK1nkDBrc?si=2DNGULARMyclE16W>

Обучающимся предлагается выразить отношение к содержанию занятия: разместить на доске смайлики «Интересно», «Полезно», «Есть вопросы».

Занятие 2 для обучающихся 11 класса/ 2 курса
Тема «Ответственность – мой выбор»

Цель: содействие развитию у обучающихся навыков проектирования по общественно значимой проблеме.

Задачи

1. Углубить представления об ответственности как способности взрослых людей решать общественно значимые задачи.

2. Развивать навыки рефлексивного анализа, самооценки и понимания чувств и поведения окружающих.

3. Формировать стремление к сотрудничеству и активному участию в образовательной среде.

Ресурсы: листы ватмана, маркеры.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение (по результатам работы по проекту)

Упражнение «Самоотношение»

Цель: осознание взаимосвязи между самоотношением и отношением к себе других людей.

Участникам предлагается составить два списка качеств и оформить их в виде таблицы.

За что я себя люблю?	За что я себя не люблю?
За что меня любят другие?	За что меня не любят другие?

II. Основная часть

Упражнение «Зеркало»

Педагог предлагает на плакате, названном «Психологическое зеркало», вопросы, которые направлены на самоанализ и саморегуляцию. Первый направляет внимание и анализ на самого себя, второй – обращает анализ на другого человека, находящегося рядом.

«Психологическое зеркало»	
Когда к тебе обращаются, не называя твоего имени или вовсе никак тебя не называя, как ты себя чувствуешь?	Когда ты обращаешься к человеку, никак его не называя, как он, по-твоему, чувствует себя?
Когда ты говоришь, а тебя перебивают, как ты себя чувствуешь?	Когда кто-то говорит, а ты перебиваешь его речь, как он, по-твоему, себя чувствует?
Когда ты слышишь сквернословие из уст человека рядом с тобой, как ты себя чувствуешь и как для тебя выглядит этот человек?	Когда ты вдруг начинаешь произносить грубые слова и ругательства, как ты полагаешь, каково другим людям и как ты выглядишь в их глазах?

Однажды услышав ложь, как ты станешь относиться к лжецу?

Однажды солгав, какого отношения к себе ты ожидаешь от других?

Обсуждение

Групповая работа

Упражнение «Правила для других»

Цель: содействие установлению и развитию сотрудничества.

Материалы: листы А4, ручки.

Формулирование правил

Инструкция. Разделите лист ватмана на два столбца. В первом столбце напишите список правил (запретов) для себя, соблюдение которых позволит вам чувствовать себя комфортно и в то же время поможет устанавливать уважительные отношения с другими обучающимися. Во втором столбце – правила для сверстников.

Обсуждение

1. Сложно было выполнить задание? Почему?
2. Нужны ли нам в жизни правила? Почему?
3. Чему учит каждое правило?
4. Чему будет способствовать выполнение этих правил?

Примечание. Если подростки формулируют свои правила с частицей *не*, то необходимо переформулировать их в позитивные утверждения без *не*, например, не кричи так громко / будем разговаривать тихо.

Обсуждение

1. Нужно ли нам говорить о наших ожиданиях окружающим? Почему?
2. Имеем ли мы на это право?
3. Что случится если мы не будем бороться за себя? (*Снижение самооценки, изменение ценностей, отказ от целей, негативные эмоции*)
4. Можно ли представить такую ситуацию: мы придумали правила, все стали их соблюдать, в классе/группе исчезли конфликты? Если нет, что можно в этой ситуации сделать?

Круглый стол

Тема круглого стола обозначена в утверждении: «Минимум забот и ответственности, максимум развлечений, игр и удовольствия... Вот она – страна детства, в которой сегодня успешно поселилась большая часть мировой молодежи».

Вопросы для обсуждения

1. Согласны ли вы с этим утверждением? Приведите аргументы за и против.
2. Что вы как представители молодого поколения можете изменить в вашем классе/группе?

Правила коммуникации на круглом столе:

- 1) избегай общих фраз;
- 2) ориентируйся на цель (задачу);
- 3) умей слушать;
- 4) будь активен в беседе;
- 5) будь краток;

- б) осуществляя конструктивную критику;
- 7) не допускай оскорбительных замечаний в адрес собеседника.

Подведение итогов

III. Проектная деятельность

Командообразование

Упражнение «Дом»

Цель: осознание своей роли в группе, стиля поведения.

Участники делятся на 2 команды. Ведущий дает инструкцию: «Каждая команда должна стать полноценным домом. Каждый человек должен выбрать, кем он будет в этом доме: дверью, стеной, а может быть, обоями или предметом мебели, цветком или телевизором. Выбор за вами. Но не забывайте, что вы должны быть полноценным и функциональным домом. Постройте свой дом! Можно общаться между собой».

Примечание. Участники задумываются над тем, какую функцию они выполняют в этом коллективе, осознают, что все они нужны в своем «доме», что способствует сплочению коллектива.

Обсуждение результатов анкетирования предыдущего занятия по теме «Конфликты между обучающимися».

Информационный блок

1. Как сделать атмосферу отношений в классе/группе более позитивной, дружественной?
2. Что такое *медиация*?

Мини-презентация педагога о сущности медиации

Задачи медиации:

- 1) разрешить конфликтную ситуацию конструктивным способом (через проведение восстановительных программ);
- 2) дать возможность существующим в организации образования сообществам понять друг друга, исходя из личностных отношений;
- 3) снизить уровень агрессивности в образовательной среде;
- 4) способствовать развитию коммуникативных навыков обучающихся.

Упражнение «Портрет миротворца»

Класс делится на 3 группы. Каждой группе выдается заранее подготовленный силуэт человеческой фигуры (вырезан из бумаги). Участникам группы предлагается подумать о качествах успешного, на их взгляд, посредника и записать эти качества на подготовленном силуэте, а также определить, к какой части человеческого тела можно отнести эти качества (например, голова – способность правильно оценить ситуацию, сердце – способность сопереживать и т. д.).

После работы в малых группах педагог предлагает всем участникам обсудить качества успешного посредника.

Проблемный вопрос: «Что могут сделать обучающиеся для продвижения медиации (посредничества в конфликтах) как в своем классе/группе, так и во всей организации образования?»

Мозговой штурм по теме и планированию проекта

- 1) Краткое описание реальной ситуации в организации образования по фактам травли (буллинга), проявления насилия и желаемой ситуации.
- 2) Формулирование цели и задач проекта – создание общего движения посредников-медиаторов из числа обучающихся.
- 3) Определение формы конечного результата проекта.
- 4) Формирование проектной группы, распределение функций среди обучающихся с опорой на самоанализ, выполненный в упражнениях.

Задание по проекту

1. Провести сбор и анализ информации по теме проекта:
 - 1.1. что такое *медиация*, способы ее осуществления,
 - 1.2. качества, которыми должен обладать обучающийся, желающий стать медиатором,
 - 1.3. анализ, определение, на какие конфликты могут повлиять медиаторы-обучающиеся.
2. Сформулировать способы достижения цели (как обучиться способам медиации, кого из взрослых необходимо привлечь к обучению молодежи).
3. Составить план действий по проекту.

IV. Заключение

Обучающимся предлагается выразить отношение к содержанию занятия и ответить на вопрос, что было новым и интересным на нем.

Занятие 3 для обучающихся 11 класса/2 курса
Тема «Отвечаем за себя и других»

Цель: содействие развитию у обучающихся навыков поведения в конфликтных ситуациях в аспекте медиации.

Задачи

1. Углубить представления о природе конфликтов и способах их конструктивного разрешения.
2. Развивать навыки эффективной коммуникации и медиации.
3. Формировать мотивацию к оказанию помощи в разрешении конфликтов в школьной среде.

Ресурсы: листы ватмана, листы формата А4, ручки, фломастеры, маркеры.

Ход занятия

I. Введение

Упражнение «Рецепт хорошего дня»

Цель: развитие навыков фокусирования на положительном опыте, поиск внешних и внутренних ресурсов.

Материалы: листы бумаги А 4, ручки, цветные карандаши.

Инструкция. Все мы знаем, чтобы приготовить хорошее блюдо, нам нужен хороший рецепт, в котором указан перечень необходимых ингредиентов. Перед вами листы бумаги. Подумайте и напишите (нарисуйте) каждый на своем листе «ингредиент» хорошего дня, а затем покажите всем. Мы озвучим ваши компоненты, и у нас получится общий рецепт.

II. Основная часть

Упражнение «Хорошие и плохие поступки»

Инструкция. Участники делятся на 2 команды. Каждой команде выдается лист ватмана, фломастеры или маркеры и бумага А 4. Задача одной команды – написать как можно больше поступков, которые позволяют человеку уважать себя. Соответственно задача другой – написать как можно больше поступков, из-за которых уважение человека к себе теряется. По желанию каждая команда может подкрепить слова рисунками соответствующих поступков.

Обсуждение. Каждая команда представляет свою тему. Далее идет общее обсуждение, в конце педагог суммирует все сказанное. Очень важно обратить внимание на то, что у каждого есть выбор между теми и другими поступками, но каждый раз, выбирая то или другое поведение, мы приобретаем или теряем уважение к себе.

Упражнение «Я сообщение» – важный навык для управления конфликтами, переговорами, выстраивания продуктивных отношений.

Инструкция. Педагог раздает каждому участнику бланк с таблицей и озвучивает инструкцию: «Перед вами таблица, в которой нужно заполнить графы «Ваше чувство» и «Я – сообщение». В левой колонке – описание ситуации, справа нужно написать, какие чувства овладели вами в этом случае. В третьей колонке, имея в виду то чувство (или чувства), которые вы записали,

напишите «Я – сообщение».

Ситуация	Ваше чувство	Я – сообщение
1. Вы приходите домой после занятий. В вашей комнате на столе беспорядок, оставленный кем-то из домашних.	Раздражение, обида	Меня обижает и сердит, что мои вещи трогают без разрешения и разбрасывают.
2. Ваш младший брат (сестра) и его (ее) друг бегают друг за другом по квартире и очень громко кричат.		
3. Ваш друг зовет с собой в горный поход с друзьями. Но вам не нравятся некоторые участники команды, которых друг уже пригласил. Вы не считаете их надежными людьми.		
4. Ваша мама не выполнила обещание купить новые наушники.		
5. Вы звонили подруге весь день, так как договаривались с ней погулять, но не смогли дозвониться. Оказалось, она с новой знакомой гуляла в парке, делала сэлфи.		

Упражнение «Ролевая гимнастика»

Педагог: – Мы сами можем выполнять одни и те же вещи по-разному, то есть быть разными в разных ситуациях. Давайте попробуем в этом убедиться.

Педагог предлагает подросткам выполнить следующие действия.

1. Рассказать известное стихотворение разным образом: шепотом; с пулеметной скоростью; со скоростью улитки; как робот; как иностранец.

Уронили мишку на пол,
Оторвали мишке лапу.
Все равно его не брошу,
Потому что он хороший.

2. Походить, как: младенец; глубокий старик; лев.
3. Посидеть, как: пчела на цветке; наездник на лошади.
4. Нахмуриться, как: осенняя туча; рассерженная мама; разъяренный лев.
5. Улыбнуться, как: кот на солнышке; само солнышко.

Анализ упражнения

1. Каким образом вам понравилось рассказывать и слушать стихотворение?
2. Каким образом вам понравилось ходить, сидеть, хмуриться и улыбаться?

Информационный блок

Педагог дает информацию (например, в виде интеллект-карты).

Основные приемы, необходимые для предотвращения конфликта

- 1) Не отвечайте на агрессию агрессией.
- 2) Не оскорбляйте и не унижайте оппонента ни словом, ни жестом, ни взглядом.
- 3) Дайте возможность оппоненту высказаться.
- 4) Старайтесь выразить свое понимание в связи с возникающими у оппонента трудностями.
- 5) Не делайте скоропалительных выводов.
- 6) Не давайте поспешных советов.
- 7) Предложите оппоненту обсудить возникшие проблемы в спокойной обстановке.

III. Проектная деятельность

Беседа «Предотвращение конфликтов»

Часто ли наше общение протекает без конфликтов?

Кто может рассказать о своих успехах в предотвращении конфликтов?

Вспомните, что мешает позитивному общению людей.

Поднимите руку те, кто чувствует в себе достаточно сил для того, чтобы не допускать конфликтных ситуаций.

Групповая работа

Разделившись на группы, обучающиеся формулируют, какими качествами должен обладать успешный посредник по разрешению конфликтов. Затем, обсуждая результаты каждой группы, вместе составляют *Этический кодекс посредника*. Например:

1. Будь серьезным и твердым, но вместе с тем «теплым» и позитивным;
2. Проявляй доверие и заботу;
3. Будь ответственным, т.е. нейтральным;
4. Демонстрируй уважение;
5. Не вовлекай и не вовлекайся в конфликт;
6. Не руководствуйся эмоциями;
7. Не давай советов;
8. Не навязывай свои идеи для поиска решения;
9. Не действуй свысока;
10. Принимай свою ответственность серьезно;
11. Старайся чувствовать другого человека;

12. Стремись убеждать другого;

13. Учись управлять ситуацией.

Упражнение «Отработка навыков предотвращения конфликтов»

Цель: отработка навыков гибкого поведения в конфликтной ситуации, нахождение оптимального варианта решения проблемы.

Педагогом предлагаются ситуации, обучающимся нужно самостоятельно подобрать и написать на листах бумаги свои варианты выхода из проблемных ситуаций. Например:

1. Тебя публично обвинили в том, чего ты не делал.
2. Мама, придя с работы очень уставшей, начинает отчитывать тебя за беспорядок в квартире.
3. Педагог поставил тебе несправедливо заниженную оценку.
4. Одноклассник, не разобравшись в ситуации, начинает тебя оскорблять.
5. На улице тебя обрызгал грязью проезжающий автомобиль.
6. Каждый участник зачитывает свои варианты выхода из проблемных ситуаций, затем – групповое обсуждение.

Обсуждение. Анализируются чувства и причины поведения каждого участника конфликта. Предлагаются разные интерпретации конфликтной ситуации.

Упражнение. В проведении задания принимает участие психолог или социальный педагог.

Цель: отработка навыков медиации.

Групповая работа. Класс делится на 4 группы. Каждая из групп предлагает свою конфликтную ситуацию, которая разыгрывается в лицах. Один из членов группы выступает в роли медиатора, помогая разрешить конфликтную ситуацию. Психолог или социальный педагог комментирует выполнение задания.

Задание по проекту

1. Провести консультации по медиации с педагогом-психологом, социальным педагогом.
2. Подготовить презентацию выступления «Как работает медиатор».
3. В малых группах заполнить таблицу «Цель и этапы работы медиатора».
4. Разработать Правила медиатора.
5. Разработать Положение о клубе медиаторов (движении медиаторов).

IV. Заключение

Обучающимся предлагается выразить свое отношение к содержанию занятия и ответить на вопрос, что было новым и интересным на нем.

Занятие 4 для обучающихся 11 класса/2 курса
Тема «Изменим мир вокруг нас к лучшему!»

Цель: формирование ответственного поведения коллектива обучающихся в противостоянии отношениям травли, насилия, буллинга.

Задачи:

1. Мотивировать обучающихся на работу в команде, направленной на улучшение отношений в коллективе.
2. Сформировать понимание сущности, принципов и правил медиации.
3. Развивать и закреплять практические навыки медиации.

Ресурсы: карточки 15x20 см из плотной бумаги с булавкой для «визиток», маркеры, фломастеры, 3 флипчарта.

Подготовительный период. Класс готовит мероприятие по типу коворкинга:

- 1) определяется ведущий;
- 2) пишется сценарий;
- 3) разрабатываются 2–3 ситуации буллинга для ролевой игры;
- 4) готовятся презентации движения посредников (медиаторов):
 - 4.1) презентации «Как работает медиатор», «Наши возможности в медиации»;
 - 4.2) презентации «Правила медиатора», «Качества медиатора»;
 - 4.3) «Как стать медиатором»;
 - 4.4) Положение о движении медиаторов.
- 5) подбираются и приглашаются желающие из числа обучающихся;
- 6) приглашаются педагоги, педагог-психолог, родители.

Ход занятия

I. Введение

Знакомство «Визитка»

Участникам коворкинга предлагается изобразить на карточке предмет, символ, который лучше всего их характеризует. Визитки прикрепляются на грудь, участники подходят знакомиться друг с другом.

II. Основная часть

В классе (актовом зале) рассаживаются отдельно 4 группы участников: учащиеся 11 классов/студенты второго курса, приглашенные из числа обучающихся, педагоги, родители.

Задание «Правила для других»

Цель: содействие установлению и развитию отношений партнерства и сотрудничества.

Инструкция. На флипчартах представители каждой группы (обучающиеся 11 классов/студенты второго курса, приглашенные из числа обучающихся, педагоги, родители) после краткого обсуждения пишут список правил для себя, соблюдение которых поможет разрешить конфликтную ситуацию.

Обсуждение

1. Нужны ли нам в жизни такие правила? Почему?

2. Какие из предложенных правил являются наиболее приемлемыми, работающими?
3. Чему будет способствовать выполнение этих правил?

Результатом является разработка общего свода правил.

Ролевая игра

Обучающиеся разыгрывают 2 ситуации буллинга и предлагают всем участникам дать свое решение этой проблемы. Предлагаемые решения от обучающихся, педагогов, родителей обсуждаются. Педагог-психолог комментирует предлагаемые решения, отмечая необходимость:

- 1) умения достигать и удерживать контакт со сторонами конфликта;
- 2) умения создавать условия для конструктивного выражения эмоций;
- 3) умения создавать спокойную атмосферу во время работы;
- 4) умения создавать условия для обеспечения взаимопонимания.

III. Проектная деятельность

Ведущий приглашает учащихся 11 класса/2 курса колледжа – участников проекта «Ответственность за себя и других» – рассказать о нем, представить его. Ребята рассказывают о своих впечатлениях от проекта, высказывают мнение о том, что именно от их понимания собственной ответственности зависят добрые отношения в коллективе. Поэтому они считают необходимым, чтобы сами участники проекта были инициаторами движения медиаторов, посредников – людей, которые помогают разрешать конфликты.

Предлагаются интересные, понятные, красочные презентации:

1. «Как работает медиатор», «Наши возможности в медиации».
2. «Правила медиатора», «Качества медиатора».
3. «Как стать медиатором».
4. Положение о движении медиаторов.

Обсуждение. Предлагается провести конкурс на символ (логотип) и девиз движения медиаторов.

IV. Заключение

Участникам раздаются по 2–4 клейких стикера. На них каждый записывает то, что осталось в памяти к концу занятия. На флипчарт наклеиваются 3 картинки, изображающие: спелые апельсины, стакан апельсинового сока, апельсиновый жмых. По команде ведущего участники коворкинга наклеивают записки на какую-либо картинку:

- 1) со спелыми апельсинами – то, к чему нужно еще раз вернуться, обдумать, придать законченный вид;
- 2) со стаканом сока – то, что порадовало, воодушевило, дало физические и душевные силы;
- 3) с выжимками – то, что не понравилось, было излишним.

Ведущий делает вывод, с какими результатами завершился коворкинг. Педагог поздравляет обучающихся с завершением проекта и желает использовать в повседневной жизни полученные знания как условие достижения успеха в труде, учении, творчестве.

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ДИАГНОСТИКИ И МОНИТОРИНГА

1. Целью мониторинга Программы является:

- 1.1. Формирование объективной оценки хода реализации Программы.
- 1.2. Своевременное принятие обоснованных решений по корректировке плана реализации Программы.
- 1.3. Повышение качества планирования деятельности организаций образования по Программе.

2. Мониторинг Программы реализуется по двум основным направлениям.

2.1. Диагностика распространенности буллинга, уровня психологической безопасности образовательной среды в организации образования проводится с применением методики Д. Олвеуса и методики И. Басовой. Диагностики охватывают три группы участников образовательного процесса: обучающихся, педагогов и родителей. Организациям образования анкетирование рекомендуется проводить с использованием гугл-форм, что облегчит сбор, хранение и обработку результатов анкетирования. Источник – «Сборник диагностических методик: помощь школьному психологу» рекомендованный Научно-методическим советом НАО «ННПИБД «Өркен», протокол № 2 от 11.04.2025 г. доступный по ссылке: <https://orken-instituty.kz/ru/pedagogam/metodicheskie-rekomendaci>

2.2. Анализ исполнения плана Программы и данных диагностик, на основе количественных показателей.

Диагностика обучающихся проводится психологом только при наличии письменного согласия родителей/законных представителей.

3. Этапы, сроки мониторинга и диагностический инструментарий

3.1. Входной этап осуществляется в начале учебного года, проводится диагностика распространенности буллинга среди обучающихся 1–11 классов; диагностика уровня психологической безопасности образовательной среды среди обучающихся, педагогов и родителей.

3.2. Промежуточный этап осуществляется в середине учебного года, проводится диагностика распространенности буллинга среди обучающихся 1–11 классов школы и 1–2 курсов колледжа; диагностика уровня психологической безопасности образовательной среды среди обучающихся, педагогов и родителей.

3.3. Заключительный этап осуществляется в конце учебного года, проводится диагностика распространенности буллинга среди обучающихся 1–11 классов и 1–2 курсов колледжа; диагностика уровня психологической безопасности образовательной среды среди обучающихся, педагогов и родителей; самоотчет на основе анализа исполнения Плана Программы и

данных диагностик.

3.4. Диагностика распространенности буллинга среди обучающихся 1–11 классов и 1–2 курсов колледжа осуществляется по методике Д.Олвеуса «Диагностика распространенности и специфики буллинга в образовательной среде».

Содержание методики

Цель методики: выявление распространенности и специфики буллинга в образовательной среде.

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

В методике предлагаются варианты ответов, за которые потом присваиваются баллы.

- 1) Никогда не было – 0 баллов
- 2) Было раз или два – 1 балл
- 3) Бывает иногда – 2 балла
- 4) Бывает раз в неделю – 3 балла
- 5) Бывает несколько раз в неделю – 4 балла

Инструкция. Внимательно прочитайте утверждения, выберите вариант ответа и отметьте его любым знаком. Среднее время тестирования 3–5 мин.

Утверждение	Никогда не было	Было раз или два	Бывает иногда	Бывает раз в неделю	Бывает несколько раз в неделю
1. Я кого-то обозвал.					
2. Я с кем-то специально не разговаривал.					
3. Я нанес кому-то физический вред, например, толкнул или ударил.					
4. Я распространял о ком-то сплетни.					
5. Я угрожал.					
6. Я украл или испортил чьи-то вещи.					
7. Меня обзывали.					
8. Обо мне распространяли сплетни.					
9. Никто не хочет сидеть со мной или проводить свободное время.					

10. У меня украли вещи.					
11. Мне нанесли физический вред (ударил, толкнул).					
12. Никто не разговаривает со мной.					
13. Мне угрожали.					

Ключ к опроснику

Активный буллинг (проявление агрессии)

1) Прямой буллинг – 1, 3, 5, 6 вопросы

2) Косвенный буллинг – 2, 4 вопросы

Виктимизация

1) Прямая виктимизация – 7, 10, 11, 13 вопросы

2) Косвенная виктимизация – 8, 9, 12 вопросы

Обработка результатов

Полученные баллы группируются в соответствии с ключом, и подсчитывается количество баллов по каждой шкале.

Сумма баллов делится на количество вопросов в данной шкале.

Показатель выраженности проявлений активного и пассивного буллинга колеблется в диапазоне от 0 до 4:

0–1 балл – показатель слабо выражен;

1–3 балла – умеренно выражен (эпизодически);

3–4 балла – ярко выражен (регулярно, систематически).

3.5 Диагностика уровня психологической безопасности осуществляется в соответствии с методикой И. Баяевой «Оценка психологической безопасности образовательной среды». (Источник – Сборник диагностических методик: помощь школьному психологу. Рекомендовано Научно-методическим советом НАО «ННПИБД «Өркен», протокол № 2 от 11.04.2025 г.)

Опросник 1 для обучающихся

Суждения	Баллы				
	0	1	2	3	4
Блок 1					
1. Я чувствую себя защищенным от унижения и оскорбления со стороны администрации и педагогов школы/колледжа.					
2. Среди ребят в нашей школе/колледже не принято высмеивать друг друга и давать обидные прозвища.					
3. От педагогов школы/колледжа можно услышать угрозы в свой адрес.					

4. Я чувствую к себе недоброжелательное отношение со стороны других ребят.					
5. В школе/колледже мне приходится подвергаться давлению и принуждению со стороны педагогов.					
6. Мне кажется, что некоторые ребята школы/колледжа меня игнорируют.					
Блок 2	0	1	2	3	4
1. В школе/колледже у меня преобладает хорошее настроение.					
2. Если у меня случаются неприятности в школе/колледже, я уверен, что все разрешится благополучно.					
3. В школе/колледже я чувствую себя человеком.					
4. На уроках и во внеурочное время я редко испытываю чувство дискомфорта.					
5. Большую часть времени я хочу проводить со своими друзьями из школы/колледжа.					
6. У меня есть взрослый человек в школе/колледже, которому я могу доверить свои секреты и у которого встречу понимание и сочувствие.					
Блок 3	0	1	2	3	4
1. В нашей школе/колледже происходит много важных, интересных и радостных событий.					
2. Наши педагоги всегда окажут помощь и поддержку в трудную минуту.					
3. В школе/колледже я могу свободно высказать свою точку зрения в общении со взрослыми и сверстниками.					
4. Я считаю, что в нашей школе/колледже созданы все условия для удовлетворения моих интересов и развития моих способностей.					
5. Я думаю, что в школе/колледже нас по-настоящему готовят к самостоятельной жизни.					
6. Наш класс/группа – дружный и сплоченный коллектив.					

Опросник 2 для педагогов

Суждения	Баллы				
	0	1	2	3	4
Блок 1					
1. Я чувствую себя защищённым от унижения и оскорблений со стороны коллег и администрации.					
2. Среди обучающихся нашей школы/колледжа не принято высмеивать старших и произносить обидные реплики в их адрес.					
3. От коллег и администрации можно услышать угрозы по отношению к себе.					
4. Я чувствую к себе недоброжелательное отношение со стороны некоторых ребят.					
5. В профессиональной деятельности мне приходится подвергаться давлению и принуждению со стороны, как администрации, так и коллег.					
6. Мне кажется, что некоторые ребята игнорируют меня.					
Блок 2	0	1	2	3	4
1. В школе/колледже у меня преобладают положительные эмоции и чувства.					
2. Если я встречаюсь с профессиональными затруднениями на работе, я уверен (а) в их конструктивном разрешении.					
3. В школе/колледже я чувствую себя личностью и профессионалом.					
4. На уроках и во внеурочное время я редко испытываю чувство дискомфорта.					
5. Мне доставляет удовольствие процесс общения с коллегами и детьми в формальной и неформальной обстановке.					
6. Я знаю, что при необходимости встречу понимание и сочувствие со стороны коллег и администрации школы/колледжа.					

Блок 3	0	1	2	3	4
1. В нашей школе/колледже происходит много важных, интересных и радостных событий.					
2. Для нашего педагогического коллектива характерна взаимопомощь, поддержка и сотрудничество.					
3. В профессиональном взаимодействии с коллегами я могу свободно высказать свою точку зрения.					
4. Я считаю, что в нашей школе/колледже созданы все условия для развития моих способностей, профессионального совершенствования и мастерства.					
5. Я думаю, что педагогическая активность и инициатива всех сотрудников школы/колледжа обеспечивает хорошую подготовку обучающихся к самостоятельной жизни.					
6. Наша школа/колледж – дружный и сплоченный коллектив.					

Опросник 3. для родителей

Суждения	Баллы				
	0	1	2	3	4
Блок 1					
1. Мой ребенок чувствует себя защищённым от унижения и оскорблений со стороны обучающихся и педагогов.					
2. Среди обучающихся нашей школы/колледжа не принято высмеивать и произносить обидные реплики в чей-то адрес.					
3. Мой ребенок слышал угрозы по отношению к себе от детей и педагогов.					
4. Мой ребенок чувствует к себе недоброжелательное отношение со стороны некоторых ребят.					
5. Детям нашего класса/группы приходилось подвергаться давлению и					

принуждению со стороны, как педагогов, так и обучающихся.					
6. Мне кажется, что некоторые ребята игнорируют моего ребенка.					
Блок 2	0	1	2	3	4
1. В классе у моего ребенка преобладают положительные эмоции и чувства.					
2. Если мой ребенок встретится с затруднениями в школе/колледже, я уверен (а) в их конструктивном разрешении с помощью педагогов и одноклассников.					
3. В классе/группе мой ребенок чувствует себя личностью и способным учеником.					
4. На уроках и во внеурочное время мой ребенок редко испытывает чувство дискомфорта.					
5. Моему ребенку доставляет удовольствие процесс общения с педагогами и детьми в формальной и неформальной обстановке.					
6. Я знаю, что при необходимости мой ребенок встретит понимание и сочувствие со стороны педагогов и одноклассников.					
Блок 3	0	1	2	3	4
1. У моего ребенка в школе/колледже происходит много важных, интересных и радостных событий.					
2. Для нашего класса/группы и его педагогов характерна взаимопомощь, поддержка и сотрудничество.					
3. В классе/группе мой ребенок может свободно высказать свою точку зрения.					
4. Я считаю, что в нашей школе/колледже созданы все условия для развития способностей детей и их успешной учебы.					
5. Я думаю, что профессионализм, активность и инициатива наших педагогов обеспечивает хорошую					

подготовку обучающихся к самостоятельной жизни.					
6. Класс/группа моего ребенка – дружный и сплоченный коллектив.					

Анализ и интерпретация результатов опросников

Опросник включает три шкалы, обозначенных для удобства в опросном листе как блоки.

Блок 1: психологическая защищенность.

Блок 2: психологическая комфортность.

Блок 3: психологическая удовлетворенность образовательной средой.

По каждой шкале подсчитывается общая сумма баллов.

Общий показатель по каждой шкале может варьировать от 0 до 24 баллов. Общий показатель психологической безопасности обучающихся, педагогов и родителей можно рассчитать на основании следующей таблицы.

Защищенность		Комфортность		Удовлетворенность		Средний показатель психологической безопасности	
Диапазон оценок	Уровень	Диапазон оценок	Уровень	Диапазон оценок	Уровень	Диапазон оценок	Уровень
0 – 7 баллов	низкий	0 – 7 баллов	низкий	0 – 7 баллов	низкий	0 – 21 баллов	низкий
8 – 16 баллов	средний	8 – 16 баллов	средний	8 – 16 баллов	средний	24 – 48 баллов	средний

4. Количественные показатели и сроки

4.1. Приказ руководителя организации среднего образования о реализации Программы. Срок сдачи - в начале учебного года, сентябрь.

4.2. Количество случаев буллинга в организации образования за 2024–2025 учебный год. Срок сдачи – в начале учебного года.

4.3. Количество выявленных случаев буллинга в организации образования за текущий учебный год. Срок сдачи – ежемесячно.

4.4. Количество обучающихся, прошедших обучение социально-эмоциональным навыкам, поведению в ситуации буллинга – октябрь, декабрь, март, май.

4.5. Количество педагогов, прошедших обучение навыкам реагирования на ситуации травли (буллинга) – октябрь, декабрь, март, май.

4.6. Количество законных представителей ребенка, прошедших обучение по вопросам профилактики травли (буллинга) – октябрь, декабрь, март, май.

4.7. Количество сотрудников организации образования, прошедших обучение навыкам реагирования на ситуации травли (буллинга) (технический персонал, медсестры, работники пищеблока) – сентябрь/январь.

4.8. Количество предупрежденных фактов буллинга в организации образования – ежемесячно.

4.9. Количество обучающихся, информированных о механизмах защиты детей (анкетирование с использованием гугл-форм), – сентябрь/январь/май.

4.10. % заседаний коллегиальных органов управления в организациях образования с привлечением родительского комитета по вопросу предупреждения и профилактики травли (буллинга).

4.11. % выявленных жертв и агрессоров, форм и проявлений агрессии в соответствии с результатами диагностики распространенности буллинга среди обучающихся 1–11 классов и 1–2 курсов колледжа по методике Д.Олвеуса.

4.12. Уровень психологической защищенности обучающихся в организации образования.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ВКЛАДКИ «О ЧЕМ Я МОЛЧУ»

ВКЛАДКА «О ЧЕМ Я МОЛЧУ»

Размещена на официальном сайте <https://orken-instituty.kz/ru> во вкладке «Детям. О чем я молчу» НАО "Национальный научно-практический институт благополучия детей "Өркен". Ссылка на вкладку: <https://share.google/ZeNW6EfbJNS11syVX>

Создание вкладки «О чем я молчу» направлено на профилактику психологических кризисов и повышение доступности помощи для детей. Это цифровой инструмент, способный заметить и поддержать каждого, кто чувствует себя одиноким, непонятым, подвергается давлению, насилию, буллингу или переживает внутренний конфликт.

Вкладка предназначена для оказания анонимной психологической поддержки детям, испытывающим эмоциональные, социальные или личные трудности, но не имеющим возможности или готовности говорить об этом открыто. Это безопасное онлайн-пространство, где каждый ребенок может поделиться своими переживаниями и получить отклик от профессионального психолога.

Все сообщения анонимны – ребенок не обязан указывать настоящее имя.

Ответы на сообщения дает квалифицированный психолог.

Сообщения и ответы отображаются на главной странице вкладки, чтобы другие дети могли видеть, что они не одни, и находить поддержку и ответы в чужих историях.

Психологический отклик осуществляется бережно, уважительно и конфиденциально.

Алгоритм отправки сообщения

Перейти на сайт и открыть вкладку «Детям», затем выбрать подраздел «О чем я молчу».

Заполнить представленную форму сообщения (все анонимно, по желанию).

Выбрать подходящие хештеги, чтобы ваше сообщение было быстрее замечено и обработано по теме.

Написать свое сообщение в текстовом окне.

Нажать кнопку «Отправить».

После модерации сообщение появится на главной странице вкладки, под ним вскоре появится ответ психолога.

Форма для заполнения и отправки сообщения

Поле формы	Назначение / Подсказка
Как к Вам обращаться?	Можно указать любое имя или псевдоним. Это поле не требует реального имени.

Ваша школа/колледж и город	Укажите город и номер школы/колледжа, чтобы психолог мог лучше понимать ваш контекст.
Ваш возраст	Это поможет специалисту подобрать рекомендации и ответы по возрасту.
Выберите хештеги	Отметьте хештеги, подходящие к теме сообщения, например: #друзья, #буллинг, #дом, #страх, #одиночество, #непонимание, #насилие, #родители, #учёба, #паника.
Текст сообщения	Поделитесь тем, что вас тревожит. Пишите так, как вам удобно – искренне и от души.
Кнопка «Отправить»	После нажатия сообщение уходит в систему, и психолог начнет работу с ним.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА ПО РАЗВИТИЮ СОЦИАЛЬНО-ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ НАВЫКОВ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Психологические сложности, профессиональные и институциональные барьеры в реализации Программы по профилактике в организациях образования травли (буллинга) детей «ДосболЛІКЕ»

Введение

Реализация любой крупномасштабной социально-психологической программы в рамках образовательной системы требует не только структурированной методологии и институциональной поддержки, но и глубокого понимания человеческих факторов, которые определяют ее эффективность.

Одним из фундаментальных условий успеха инициативы по предотвращению буллинга является внутренняя готовность педагогов принять, понять и интегрировать ценности и практики, заложенные в Программе. В этом контексте Программа разработана для решения проблемы буллинга среди обучающихся в Казахстане, ставит амбициозные цели, которые напрямую зависят от способности педагогов работать со сложными эмоциональными и социальными явлениями.

Однако процесс практической реализации часто выявляет значительные психологические и организационные трудности. Педагоги, которые выступают в качестве основных фасилитаторов Программы, сами встроены в институциональные, личные и культурные структуры, которые могут ограничивать их эффективность.

В данном разделе эти трудности рассматриваются с психологической точки зрения. Цель состоит в том, чтобы помочь педагогам осознать внутренние и внешние вызовы, с которыми они могут столкнуться, и предоставить концептуальные инструменты для профессионального преодоления этих трудностей. В первой части основное внимание уделяется выявлению и описанию основных психологических и структурных проблем, а во второй части предлагаются стратегии их преодоления на практике.

1. 1. Эмоциональная неготовность и психологическое сопротивление педагогов

Одним из наиболее существенных, но часто упускаемых из виду препятствий в реализации Программы является внутренняя психологическая неготовность преподавательского состава. Речь идет не только об отсутствии методологических знаний, но и о более глубоком уровне эмоционального избегания и защитных реакций, которые могут возникать при столкновении с болезненной реальностью буллинга. Для многих педагогов сама тема систематической агрессии, виктимизации и социальной изоляции вызывает тревогу, беспомощность и даже порой чувство вины. Эти эмоциональные

реакции редко признаются открыто, но проявляются в избегании на уровне поведения, минимизации проблемы или поверхностном отношении к материалам Программы.

В структуре организации образования педагог часто выполняет несколько ролей: инструктора, наставника, авторитетной фигуры. Внедрение Программы добавляет к этому репертуару роль эмоционального фасилитатора и защитника психологического благополучия обучающихся. Однако эта роль может противоречить внутреннему представлению о том, каким должен быть педагог. Педагог может чувствовать себя некомпетентным или не чувствующим себя в психологической безопасности, чтобы исследовать с учениками темы, связанные с травмой, насилием или уязвимостью. В некоторых случаях может возникнуть страх повторной активации собственных нерешенных переживаний, связанных с издевательствами или исключением, что делает эту тему лично угрожающей.

Кроме того, в образовательной среде, где эмоциональная грамотность не развивалась систематически, педагогам может не хватать профессионального словарного запаса, чтобы назвать то, что они чувствуют или наблюдают. Без доступа к безопасным пространствам для размышлений и поддержки со стороны коллег педагог остается один на один с эмоциональным бременем необходимости сталкиваться с ситуациями, которые ставят под сомнение его чувство компетентности и контроля. Это чувство изоляции усиливает психологическое сопротивление и приводит к внутреннему конфликту: с одной стороны, есть профессиональный долг, с другой – отсутствие внутренней готовности выполнять его искренне.

Еще одним ключевым фактором эмоциональной неготовности является отсутствие предыдущего опыта в посредничестве в конфликтах или диалоге, учитывающем травматический опыт. Педагоги могут быть превосходными специалистами в своих предметных областях, но не иметь опыта обсуждения таких тем, как унижение, домогательства или длительное социальное давление. Когда ученик говорит о том, что над ним издеваются, педагог может почувствовать себя парализованным, не из-за равнодушия, а из-за отсутствия внутренних моделей того, как вести такой разговор. Это приводит к феномену эмоционального отступления: педагог может ответить формально, давая указания, а не устанавливая связь, и таким образом не создать доверие, необходимое для реальных изменений.

Кроме того, психологическое сопротивление может подпитываться страхом моральной ответственности. Педагоги интуитивно понимают, что если они признают издевательства в своем классе, они должны принять меры. Это создает напряжение: замечать означает обязательство. Некоторые педагоги справляются с этим напряжением, отрицая проблему или интерпретируя ее как типичные «детские конфликты», тем самым защищая себя от психологической нагрузки, связанной с вовлечением в процесс.

Существует также фактор эмоционального заражения. В тех случаях, когда общий эмоциональный климат в организациях образования

напряженный, нестабильный или характеризуется недоверием, отдельные педагоги могут проникнуться этой атмосферой и отразить ее в своих ответах. Если нет структурированной эмоциональной поддержки на организационном уровне, например, семинары или наставничество, педагог становится эмоционально перегруженным. Такое состояние эмоциональной усталости не только снижает профессиональную эмпатию, но и приводит к деперсонализации: педагог больше не воспринимает учеников как субъектов заботы, а как потенциальную угрозу стабильности.

Таким образом, без целенаправленной поддержки даже самые методически выстроенные программы могут столкнуться с формальным соблюдением, а не с подлинным участием.

1. 2. Ролевой конфликт и изменение идентичности педагога в практике борьбы с травлей

Интеграция инициатив по борьбе с травлей, таких как Программа, в повседневную жизнь организации образования требует от педагогов выполнять задачи, не входящие в привычные обязанности. Этот сдвиг вызывает значительное внутреннее напряжение у многих педагогов, особенно когда новые обязанности противоречат профессиональной идентичности, которую они сформировали с течением времени. Ролевой конфликт становится не просто вопросом функциональности, но и психологической и экзистенциальной проблемой: «Кем я являюсь как педагог в этом новом контексте?» Этот вопрос лежит в основе многих скрытых сопротивлений внедрению эмоционально насыщенных образовательных реформ.

Исторически сложилось так, что роль педагога во многих образовательных системах была сосредоточена на передаче знаний, управлении классом и дисциплине поведения. Профессиональный успех часто измеряется успеваемостью обучающихся, наглядным контролем в классе и соблюдением требований учебного заведения. Эмоциональная грамотность, чувствительность к травмам и психологическая помощь, хотя и ценятся все больше, редко являются частью формальных показателей оценки или профессиональной подготовки. Когда в программах по борьбе с травлей педагогов просят участвовать в эмоционально насыщенных диалогах, поддерживать уязвимые беседы и вмешиваться в сложную социальную динамику, многие педагоги испытывают диссонанс между тем, чему их учили, и тем, что от них ожидают сейчас.

Этот диссонанс приводит к конфликту ролей, который проявляется по-разному. Педагоги могут сомневаться в том, что они квалифицированы для выполнения таких обязанностей. Они могут испытывать неуверенность в том, где проходит граница между педагогической помощью и психологическим вмешательством. Некоторые педагоги могут опасаться потерять авторитет, вступая в эмоционально открытые диалоги с обучающимися. Другие могут интерпретировать требование выступать в роли эмоциональных фасилитаторов как форму институционального перенапряжения, которое расширяет их профессиональные границы.

Во многих случаях этот ролевой конфликт является внутренним и невысказанным. Педагоги не обязательно выступают против целей Программы, но они изо всех сил стараются включить их в свою самооценку. Этот внутренний конфликт еще более усиливается из-за широко распространенной двусмысленности в отношении ответственности за борьбу с травлей. Многие педагоги полагают, что такие программы относятся исключительно к компетенции педагогов-психологов. Однако на самом деле педагоги-психологи часто перегружены диагностикой, управлением в кризисных ситуациях и административными обязанностями. Программа разработана с учетом этой реальности: занятия обучающихся должны проводиться классными руководителями с использованием заранее разработанных, адаптируемых материалов. Однако это перераспределение ответственности не всегда четко осознается на институциональном уровне. Без четкого руководства педагоги могут чувствовать себя неподготовленными, без поддержки и неуверенными в том, что эта задача действительно принадлежит им. В результате психологическое сопротивление может возникать не из-за нежелания, а вследствие неопределенности и неясных ожиданий. Например, педагог, считающий себя специалистом по предмету, может чувствовать себя неловко или некомпетентно, когда руководит упражнениями, требующими эмоционального раскрытия или коллективной рефлексии. Педагогу, чья профессиональная идентичность основана на поддержании контроля и порядка, может быть сложно вести дискуссии со сверстниками, которые чреватые эмоциональной непредсказуемостью. Без надлежащей поддержки это напряжение может привести к отстранению, поверхностному подчинению или скрытому сопротивлению.

Этот конфликт усиливается из-за отсутствия профессиональной и структурированной подготовки. Внезапный переход от преподавателя к эмоциональному руководству может быть дестабилизирующим, особенно для педагогов, которые не проходили постоянного обучения психологическим основам. Им может не хватать словарного запаса, моделей или инструментов, позволяющих удовлетворить эмоциональные потребности обучающихся, не выходя за профессиональные рамки. В результате даже благонамеренные преподаватели могут избегать обсуждения деликатных тем из страха причинить вред или совершить ошибки.

Более того, культурные ожидания играют решающую роль в формировании ролевой идентичности. Во многих постсоветских образовательных системах, включая Казахстан, педагог рассматривается как авторитетная фигура, моральный пример и интеллектуальный проводник. Введение эмоционально ориентированных программ может быть истолковано как угроза этому имиджу. Педагоги могут опасаться показаться «мягкими», чрезмерно эмоциональными или все позволяющими. Эта проблема особенно распространена среди педагогов-мужчин или в организациях образования, где по-прежнему доминирует традиционная иерархия. Гендерные нормы,

ожидания поколений и институциональная культура, все это в совокупности укрепляет узкое представление о том, каким «должен быть педагог».

Другой источник конфликтов – эмоциональная нагрузка, связанная с практикой борьбы с травлей. Педагогов просят не только распознавать и реагировать на страдания обучающихся, но и управлять своими собственными эмоциональными реакциями в процессе. У некоторых такое эмоциональное воздействие вызывает глубокий личный дискомфорт, особенно если у них есть неразрешенные истории травли, отчуждения или травмы. Роль эмоционального опекуна может активизировать уязвимые места, которые педагоги научились подавлять, чтобы выполнять свои повседневные обязанности. Когда эти эмоциональные слои не признаются институционально, педагоги могут разрабатывать защитные стратегии, такие как цинизм, интеллектуализация или отстраненность, чтобы защитить себя от эмоциональной перегрузки.

Кроме того, предполагаемое расширение ответственности педагогов может восприниматься как несправедливое или неустойчивое. Когда новые требования предъявляются без соответствующей структурной поддержки, такой как снижение учебной нагрузки, командное внедрение или проведение рефлексии, педагоги могут чувствовать себя эксплуатируемыми. Они могут воспринимать Программу как перекладывание эмоционального труда с психологов или администраторов на классных руководителей и кураторов без признания или ресурсов. В этом смысле ролевой конфликт носит не только психологический, но и политический характер: он отражает динамику власти и распределение институциональной ответственности.

Несмотря на эти трудности, ролевой конфликт также может стать возможностью для преобразований. Если его признать и разрешить в благоприятной обстановке, это может привести к профессиональному росту, расширению компетенции и более тесным связям с обучающимися. Ключ к успеху заключается в том, чтобы помочь педагогам переосмыслить свою профессиональную идентичность не как фиксированную категорию, а как динамичную, развивающуюся структуру. Программа не требует от педагогов становиться психологами, а должна включать эмоциональную безопасность в их существующие педагогические функции.

Такая перестройка требует времени, подтверждения и пространства для размышлений. Диалог со сверстниками, группы наставничества и семинары по эмоциональной грамотности могут помочь педагогам справиться с внутренним напряжением и найти новые профессиональные смыслы. Руководство организации образования должно сыграть активную роль в легитимизации этого сдвига, признав эмоциональный труд важной частью преподавания. Без поддержки и институционального признания эмоционального труда педагогов, ролевой конфликт может привести к пассивному сопротивлению, эмоциональному выгоранию и профессиональному отстранению.

Ролевой конфликт это не просто отказ от новых задач, а глубокий вызов

профессиональной идентичности. Поддержка педагогов в этом процессе должна быть направлена не на инструктирование, а на создание условий для рефлексии, признания и профессионального роста.

1. 3. Психологические барьеры во взаимодействии с родителями

Эффективная реализация Программы требует согласованного взаимодействия между педагогами и родителями, особенно в вопросах раннего выявления и предотвращения агрессивного поведения. Однако на практике многие педагоги сталкиваются с серьезными трудностями, пытаясь вовлечь родителей в дискуссии, связанные с травлей, агрессией со стороны сверстников или социальной изоляцией. Эти проблемы носят как психологический, так и структурный характер и часто становятся источниками эмоционального напряжения и профессиональных колебаний.

Одна из основных психологических трудностей заключается в том, что педагог боится конфронтации. Обсуждение деликатных тем с родителями, особенно тех, которые касаются поведения их ребенка, сопряжено с определенными рисками. Педагоги могут опасаться спровоцировать защитную реакцию, гнев или отрицание. Беседа, которая должна быть поддерживающей, может быстро перерасти в конфронтацию, если родитель воспримет ее как обвинение. Это беспокойство заставляет некоторых педагогов откладывать или вообще избегать решения проблемы. Вместо того чтобы сразу же начать диалог, педагог может подождать, пока проблема не обострится до такой степени, что вмешательство станет более трудным и эмоционально дорогостоящим.

Эта закономерность подкрепляется тем фактом, что многие педагоги не прошли формальной подготовки по общению с родителями, связанному с эмоциональными или поведенческими проблемами. В то время как большинство из них знакомы с обсуждением успеваемости или правил в классе, немногие чувствуют себя уверенно, обсуждая психологические проблемы, конфликты со сверстниками или семейные факторы, которые могут повлиять на социальное поведение ребенка. Отсутствие структурированных моделей или ролевых протоколов оставляет педагога в одиночестве в потенциально нестабильной ситуации.

Вторая трудность связана с культурными и общественными нормами, касающимися авторитета и воспитания детей. В некоторых случаях существует твердое убеждение, что семейное пространство является частным и в него не должны вмешиваться организации образования. Педагоги, которые пытаются исследовать вопросы об эмоциональном благополучии, домашней обстановке или отношении родителей к агрессии, могут столкнуться с сопротивлением, основанным на идее, что «организации образования должны сосредоточиться на обучении, а не на воспитании детей». В этих случаях педагог оказывается в положении аутсайдера, человека, чье профессиональное суждение ставится под сомнение просто потому, что оно затрагивает деликатные семейные вопросы.

Кроме того, педагоги часто сталкиваются с противоречивыми

интерпретациями того, что представляет собой травля. Родители и иные законные представители ребенка могут интерпретировать определенные формы поведения, такие как поддразнивание, соперничество или грубая игра, как нормальные и даже желательные. Они могут рассматривать самоуверенность своего ребенка как признак силы, а не как потенциальный источник вреда для окружающих. И, наоборот, законные представители ребенка, чьи дети становятся жертвами, могут проявлять сильные эмоциональные реакции, включая гнев, чувство вины или беспомощность, с которыми педагог может чувствовать себя неподготовленным справиться. В обоих случаях отсутствие общего концептуального языка затрудняет достижение взаимопонимания.

Дополнительным фактором сложности является влияние социального неравенства и маргинализации. Педагоги, работающие в организациях образования с экономически уязвимым или культурно разнообразным населением, могут столкнуться с недоверием, основанным на историческом опыте изоляции или неуважения. Законные представители ребенка, которые чувствуют, что образовательная система их осуждает или неправильно понимает, с меньшей вероятностью вступят в открытый диалог, особенно по вопросам, связанным с поведением или дисциплиной. В таких условиях педагог может столкнуться не только с индивидуальным сопротивлением, но и с системными барьерами, основанными на недоверии и неравенстве сил.

Не следует недооценивать эмоциональный труд, связанный с этими взаимодействиями. Ожидается, что педагоги будут оставаться профессионалами, чуткими и ориентированными на решение проблем, даже когда сталкиваются с обвинениями, увольнениями или эмоциональной нестабильностью со стороны родителей. Это часто требует высокого уровня эмоциональной регуляции и внутренней стабильности, которые могут быть неустойчивыми без институциональной поддержки. Когда такой поддержки не хватает, в форме консультаций, совместных встреч или наставничества, педагог может начать чувствовать себя эмоционально истощенным или подвергаться личным нападкам.

Существует также проблема времени. Регулярное и содержательное общение с родителями требует планирования, доступности и контроля. Однако педагоги и без того работают в условиях плотного графика и многочисленных требований. В результате даже те, у кого есть мотивация строить отношения с семьями, могут столкнуться с нехваткой времени и структурных возможностей для этого. Родительские собрания могут быть нечастыми, короткими и посвященными учебным вопросам, оставляя мало места для психосоциального диалога.

Несмотря на трудности, с которыми сталкиваются педагоги в коммуникации с родителями, важно отметить, что именно сотрудничество с семьей остается ключевым фактором успешной профилактики травли. Программы подчеркивают общую ответственность и необходимость согласованных действий взрослых в образовательной и домашней обстановке.

Хотя от педагогов не требуется становиться семейными консультантами, им необходимы конкретные инструменты и институциональная поддержка для ведения уважительного, честного диалога без обвинений.

Практика показывает, что многие организации образования достигают положительных результатов, когда законные представители ребенка с самого начала вовлечены в реализацию Программы как активные партнеры, а не как пассивные слушатели. Такие меры, как совместные тренинги, коллективно разработанные правила поведения и регулярная обратная связь, способны изменить эмоциональный климат в организации образования. Совместные усилия укрепляют взаимное доверие и помогают обеим сторонам осознать, что профилактика травли – это не задача только одной стороны, а долгосрочное сотрудничество ради благополучия детей.

В заключение отметим, что проблемы, с которыми сталкиваются педагоги при работе с родителями в ходе реализации программ по борьбе с травлей, связаны со страхом конфликта, недостаточной подготовкой, культурными границами и эмоциональной усталостью. Эти проблемы являются не признаками профессиональной несостоятельности, а показателями глубокой психологической и структурной нагрузки, которую влечет за собой этот вид работы. Только признавая эти барьеры и оказывая системную поддержку, организации образования могут способствовать такому сотрудничеству родителей и педагогов, которое необходимо для значимых перемен.

1. 4. Барьеры в общении с обучающимися организаций образования: эмоциональная дистанция, ролевые ожидания и языковые ограничения

Эффективная коммуникация между педагогами и обучающимися является краеугольным камнем любой профилактической программы, направленной на преобразование школьной культуры и сокращение случаев травли. Однако коммуникация в этом контексте выходит далеко за рамки обучения, предоставления информации или управления классом. Это требует от педагогов вступать в эмоционально открытый и психологически чуткий диалог с обучающимися. Диалог, который часто затрагивает личные переживания, эмоциональные раны и социальную уязвимость. Такой уровень взаимодействия, хотя и важен для Программы, но он сопряжен с рядом проблем, с которыми многим педагогам трудно справиться.

Одним из наиболее фундаментальных барьеров является наличие эмоциональной дистанции между преподавателями и обучающимися. Эта дистанция не обязательно является результатом безразличия или отсутствия заботы. Чаще всего она возникает из-за структурной динамики: большого размера класса, нехватки времени, иерархических отношений и традиционных моделей власти. Во многих образовательных культурах от педагогов ожидают определенной профессиональной отстраненности, которая помогает поддерживать дисциплину и порядок. Однако эта отстраненность может стать психологической защитой, препятствующей установлению реальных отношений.

Когда ученик сталкивается с травлей, отчуждением или эмоциональным стрессом, он нуждается в чувстве безопасности и эмоциональном присутствии взрослого, который его слушает. Если педагог общается в формальной или целенаправленной манере, ученик может утаить свои переживания или предположить, что его боль не будет понята. Этот эмоциональный разрыв препятствует раннему раскрытию информации и вмешательству. Педагоги могут не осознавать, что их тон, язык тела или выбор слов сигнализируют об эмоциональной недоступности, даже если они намерены оказать поддержку.

Другим препятствием является внутренняя неуверенность педагога в том, насколько далеко он может или должен заходить в эмоциональных беседах. Многие педагоги выражают опасения по поводу того, что они могут нарушить профессиональные границы, дать неуместный совет или непреднамеренно усугубить страдания ученика. Этот страх усиливается в случаях, связанных с травмами, насилием или семейными проблемами. Педагоги могут подумать: «Что, если я скажу что-то не так?» или «Что, если ученик начнет плакать, а я не буду знать, как реагировать?» Эти мысли, хотя и разумные, часто приводят к избеганию или чрезмерной формальности в общении.

Избегание может принимать форму преждевременных заверений («Не волнуйтесь, все будет хорошо»), перенаправления внимания на академические задачи или обращения к педагогам-психологам. Хотя рекомендации уместны во многих ситуациях, чрезмерная зависимость от них может сигнализировать обучающимся о том, что их проблемы слишком серьезны или нежелательны в контексте учебного процесса. Педагог, даже если и непреднамеренно, дает понять: «Это не моя роль». В результате обучающийся чувствует себя эмоционально изолированным в той самой среде, которая должна его защищать.

Третья трудность возникает из-за ограниченности самого языка. Не все обучающиеся обладают достаточным словарным запасом, чтобы выразить словами то, с чем они сталкиваются. Травлю, особенно в ее эмоциональных или психологических формах, трудно описать. Дети и подростки могут испытывать стыд, растерянность или чувство вины. Они могут опасаться возмездия, общественного осуждения или потери статуса среди сверстников. В таких случаях общение требует большего, чем вопросы и ответы, оно требует настройки. Педагоги должны прислушиваться не только к тому, что говорится, но и к тому, чего избегают, что повторяют или выражают невербально. Умение слушать на таком уровне – это навык, требующий времени, практики и эмоциональной готовности.

Кроме того, различия между поколениями и культурами могут осложнять общение. У обучающихся и педагогов могут быть разные смысловые коды, рекомендации или ожидания. Поведение, которое педагогу кажется «нормальным», может показаться ученику унижительным. И, наоборот, то, как ученик выражает свое огорчение, может быть не воспринято как призыв о помощи. Например, замкнутость, раздражительность или

отстраненность от учебы часто являются признаками эмоционального страдания, но могут быть истолкованы как лень или неуважение. Без рефлексивного обучения и интересубъективной осведомленности педагог может реагировать таким образом, что это усугубит изоляцию ученика.

Другим невидимым барьером является эмоциональная уязвимость самих педагогов. Разговор с учениками о боли, страхе или отчуждении может привести к тому, что педагог вновь столкнется с собственными неразрешенными переживаниями. У некоторых педагогов может быть личная история травли, потеря или маргинализации, что делает их либо сверхчувствительными, либо эмоционально избегающими общения. Другие могут обнаружить, что, слушая о переживаниях учеников, они испытывают сильную печаль, беспомощность или чувство вины. Без присмотра или помощи сверстников эта эмоциональная нагрузка может стать непосильной, что приводит к тому, что педагог неосознанно защищает себя, эмоционально замыкаясь.

Наконец, педагоги могут столкнуться с институциональной неопределенностью в отношении того, как управлять такими взаимодействиями. Если организация образования не предлагает четких протоколов, возможностей для принятия решений в команде или эмоционального разбора полетов, педагогу приходится справляться с этими сложными взаимодействиями в одиночку. Это чувство одиночества способствует коммуникативной нерешительности: педагог может подумать, что лучше не «открывать коробку», если нет защитной сетки, чтобы удержать то, что выходит наружу.

Эти проблемы в общении становятся еще более очевидными при работе с обучающимися из особо уязвимых групп. Дети с ограниченными возможностями, пережившие травму или насилие в семье, а также из нестабильной семьи или семьи, пострадавшей от конфликтов, могут демонстрировать поведение или эмоциональные сигналы, которые легко неверно истолковать. Например, ребенок может отреагировать замкнутостью, агрессией или молчанием. Все это может скрывать глубинную травму. Без специальной подготовки в области информированного о травмах общения педагоги могут непреднамеренно усилить изоляцию ребенка. Удовлетворение потребностей этих групп требует повышенной чувствительности, индивидуального подхода и часто сотрудничества со специалистами по поддержке.

Коммуникативные барьеры между преподавателями и обучающимися имеют глубокие корни в структурных, эмоциональных и культурных аспектах. Они включают эмоциональную отстраненность, страх совершить ошибку, языковые ограничения, различия между поколениями и личную уязвимость. Это не просто отдельные недостатки, а системные показатели эмоциональной сложности работы по борьбе с травлей. Чтобы обеспечить эффективность Программы, общение должно восприниматься не как техника, а как совместное эмоциональное присутствие, которое требует обучения,

поддержки и приверженности организации. Необходимо поддерживать педагогов в том, чтобы они не только говорили, но и слушали, не только направляли, но и поддерживали связь.

Заключение

Психологический ландшафт проблем внедрения

Успешная реализация инициатив по борьбе с травлей требует большего, чем соблюдение процедур или институциональная согласованность. Это требует глубокого учета эмоциональных, когнитивных и социальных аспектов профессиональной жизни в организациях образования. Предыдущий анализ показал, что трудности, с которыми сталкиваются педагоги, не являются в первую очередь техническими или материально-техническими. Они носят глубоко психологический и системный характер. Каждая проблема выявляет уровень профессиональной уязвимости, который необходимо признать и устранить, если мы хотим, чтобы цели Программы были полностью реализованы.

Эмоциональная неподготовленность педагогов – это не недостаток индивидуального характера, а отражение эмоциональных требований, предъявляемых к профессионалам, которые, как ожидается, будут противостоять боли, несправедливости и социальной изоляции без достаточной поддержки. Внутренний ролевой конфликт, который возникает, когда педагогов просят быть одновременно инструкторами и эмоциональными опекунами, подчеркивает необходимость переосмысления педагогической идентичности. Спротивление внутри сообщества, которое часто неправильно понимают как апатию или обструкцию, на самом деле является защитной адаптацией к предшествующему разочарованию, системной усталости и коллективной тревоге. Трудности в работе с родителями отражают хрупкость границы между организацией образования и семьей и эмоциональный риск проникновения в пространство, которое социально закодировано как личное или священное. Наконец, барьеры в общении с детьми обнажают границы традиционных образовательных моделей и необходимость эмоционально грамотного, интересубъективного и чувствительного к травмам диалога.

Эти трудности не означают, что педагоги неспособны выполнять Программу. Напротив, большинство педагогов проявляют глубокую приверженность благополучию обучающихся и желание учиться. Чего им не хватает, так это не намерений, а сдерживания: психологических, профессиональных и организационных структур, которые позволили бы им действовать уверенно, последовательно и эмоционально устойчиво.

Поэтому важно, чтобы любое обсуждение Программы включало рефлексивный анализ внутренних условий, в которых работают педагоги. Внедрение не может быть сведено к инструкциям, учебным модулям или административным директивам. Это следует рассматривать как динамичный психологический процесс, в ходе которого педагоги, обучающиеся, законные представители ребенка и администрация совместно создают новую культуру эмоциональной безопасности. Этот процесс требует времени, заботы и

осознанного внимания к внутреннему опыту тех, кто продвигает программу.

Во второй части этого аналитического документа будут предложены практические рекомендации, направленные на снижение этого психологического бремени и создание реалистичных, эффективных и устойчивых условий для реализации программы. Эти рекомендации не являются универсальными или предписывающими. Скорее, они предлагают информацию для размышлений и адаптации, основанную на понимании того, что успешные изменения формируются не только на стратегии, но и на сопереживании, доверии и взаимной приверженности.

В конечном счете, реализация программ по борьбе с травлей – это не только педагогическая задача, но и культурная трансформация. Это требует от организаций образования переосмысления своих эмоциональных норм, профессиональных границ и коллективной ответственности. Профилактика травли становится успешной не благодаря изолированным мероприятиям, а благодаря постоянному культивированию школьной культуры, основанной на сочувствии, безопасности и совместной ответственности.

2. Рекомендации для педагогов-психологов по сопровождению педагогов в процессе реализации Программы

Введение

Роль педагога-психолога в поддержке реализации

Программа направлена на формирование культуры безопасного образовательного пространства, в которой вопросы травли, эмоционального насилия и социальной исключенности обсуждаются открыто и конструктивно. Центральная роль в реализации Программы принадлежит классным руководителям, которые непосредственно проводят занятия с учениками. Однако успешность внедрения Программы во многом зависит от степени психологической устойчивости, методической уверенности и эмоциональной готовности самих педагогов. Именно на этом этапе возникает зона профессиональной ответственности педагога-психолога.

Несмотря на то, что педагог-психолог не является ведущим занятий по Программе, он занимает важную позицию сопровождения. Его функция – это не дублировать педагогическую деятельность, а создавать условия, в которых педагог может качественно выполнять свою роль. Это включает предоставление методических разъяснений, помощь в управлении эмоциональной нагрузкой, консультативную поддержку в сложных случаях, а также проведение профилактических мероприятий при наличии соответствующего запроса. При этом педагог-психолог, как и прежде, остается специалистом, работающим в первую очередь с учениками, а не с педагогами. Именно это разграничение определяет реалистичный и этически корректный формат взаимодействия между педагогом и психологом в рамках данной Программы.

Ниже представлены ключевые направления, по которым педагог-психолог может оказать поддержку педагогам, задействованным в реализации Программы. Эти рекомендации разработаны с учетом реальных условий

образовательной практики: ограниченных ресурсов, высокого уровня нагрузки и ограничений должностных обязанностей.

2.1. Поддержка педагогов в преодолении эмоциональной перегрузки

Как показано в части I, эмоциональное напряжение остается одним из наиболее серьезных препятствий на пути эффективного выполнения Программы. Ниже приведены рекомендации для педагогов-психологов, которые помогут педагогам восстановить чувство эмоциональной стабильности и контроля.

Педагог-психолог может сыграть важную роль в снижении уровня внутреннего напряжения педагога. Для этого не требуется проводить длительные психологические консультации или терапию. Достаточно организовать точечную, профессионально структурированную поддержку, направленную на восстановление чувства контроля и уверенности у педагога. Одним из эффективных подходов может стать разбор конкретных затруднений педагога в безопасной, неоценочной обстановке. Например, при наличии тревоги перед занятием, психолог может помочь педагогу прояснить:

- 1) чего именно он опасается;
- 2) какие темы вызывают у него наибольшее напряжение;
- 3) как можно адаптировать материалы без потери смысла;
- 4) какие простые регуляционные техники могут быть полезны в начале и в конце занятия (например, дыхательные паузы, установка личной цели занятия, фиксация небольших успехов).

Кроме того, психолог может предложить педагогу мини-памятку или карточку самопомощи, в которой будут кратко перечислены простые приемы эмоциональной саморегуляции. Это может быть напоминание: «Не стремись все решить: цель занятия не в том, чтобы устранить травлю за один урок, а в том, чтобы начать разговор». Такие подсказки помогают снизить ощущение перегрузки и вернуть фокус на реалистичные задачи.

В случае, если педагог неоднократно выражает тревожность или демонстрирует признаки эмоционального истощения (например, избегает проведения занятий, демонстрирует резкую утомляемость, отчуждение от класса), психолог может предложить групповую или индивидуальную профессиональную беседу, но не в формате психотерапии, а как коллегиальную поддержку: разбор трудностей, разъяснение целей Программы, помощь в формировании реалистичных ожиданий от себя и класса.

Важно подчеркнуть, что педагог-психолог не берет на себя ответственность за эмоциональное состояние педагога, но может создать пространство, в котором педагог сможет найти точки опоры и ресурсы для восстановления.

Также важно, чтобы психолог при необходимости мог деликатно проинформировать администрацию (с согласия педагога), если эмоциональное состояние педагога может повлиять на безопасность или эффективность работы с детьми. Таким образом, задача педагога-психолога не

в том, чтобы снимать напряжение с педагогов в полном объеме, а в том, чтобы обозначить границы, предложить ресурс и вернуть педагогу чувство контроля, которое является основой эмоциональной устойчивости в условиях реализации Программы.

2.2. Помощь педагогам в преодолении методологической неопределенности

Как уже говорилось в первой части, многие педагоги сообщают, что чувствуют неуверенность при выполнении эмоционально сложных упражнений в Программе.

Педагог-психолог, хотя и не проводит эти занятия, обладает уникальными возможностями для оказания помощи. Его роль заключается не в том, чтобы осуществлять методологический контроль, а в том, чтобы помочь педагогам разобраться в структуре, целях и основных концепциях Программы. Это может начаться с разъяснения психологической логики, лежащей в основе ключевых упражнений. Например, педагогу, который не уверен в цели группового занятия по рассказыванию историй, может быть полезно краткое объяснение того, что это упражнение предназначено для нормализации эмоциональных переживаний, развития эмпатии и позволяет обучающимся исследовать конфликт метафорически, снижая риск личного воздействия.

В этом контексте психолог может проводить короткие индивидуальные консультации, в ходе которых рассматривается конкретный план занятий и доступным языком обсуждаются его цели. Вместо того, чтобы формулировать это как «методические указания», психолог может предложить это как коллегиальную беседу, направленную на углубление понимания преподавателя и обеспечение его комфорта. Этот формат уважает авторитет преподавателя в классе, расширяя его концептуальные рамки.

Кроме того, психологи могут подготовить краткие пояснительные записки или методические рекомендации к занятиям, которые воспринимаются как сложные или эмоционально нагруженные. Эти записки могут включать в себя:

- 1) эмоциональные компетенции, на которые нацелено занятие;
- 2) типичные реакции обучающихся и способы реагирования на них;
- 3) примеры формулировок для ознакомления или разбора упражнений;
- 4) предостерегающие замечания (например, чего следует избегать, как справиться с молчанием или сопротивлением).

Активно делаясь своими знаниями, даже в виде кратких раздаточных материалов или устных резюме, психологи снижают когнитивную и эмоциональную нагрузку, которая может сопровождать подготовку.

Когда это возможно, психолог может также помочь педагогу адаптировать материалы к конкретному контексту урока, не ставя под угрозу цели Программы. Например, если в группе есть обучающиеся с известными травмами в прошлом или недавними межличностными конфликтами, психолог может помочь педагогу выбрать более косвенные или символически опосредованные задания. В качестве альтернативы, когда педагог выражает

обеспокоенность по поводу своей способности вести открытый диалог, психолог может предложить использовать упражнения по письму или рисованию, которые снижают эмоциональный накал, но при этом отвечают целям занятия.

Важно подчеркнуть, что такая методическая поддержка должна оставаться в рамках профессиональной компетенции. Психологу не следует брать на себя роль тренера или оценщика. Его функция заключается в том, чтобы расширить возможности педагогов, предлагая психологическое понимание структуры и функций упражнений, а не в том, чтобы контролировать или направлять педагогический выбор. Это различие сохраняет совместный характер взаимоотношений и гарантирует, что педагог сохраняет ответственность за свою роль в классе.

Кроме того, педагог-психолог может способствовать обмену передовым опытом между коллегами. Выявляя педагогов, которые успешно провели определенные занятия, и приглашая их (с согласия) поделиться своим опытом в неформальной обстановке, психолог помогает нормализовать процесс обучения и уменьшить тревожность, связанную с незнанием, и нормализовать обучение через опыт. Такие обмены укрепляют коллективный потенциал и способствуют формированию образовательной культуры, в которой вопросы и эксперименты не рассматриваются как нечто само собой разумеющееся, не как недостаток, а как проявление профессионального роста.

Подводя итог, можно сказать, что, хотя психолог и не несет ответственности за непосредственное проведение занятий по Программе, он может оказать существенную поддержку, помогая педагогам понять психологическую цель компонентов Программы, предвидеть трудности и ответственно адаптировать содержание. Такого рода методические рекомендации повышают чувство компетентности преподавателя, снижают тревожность и способствуют более обоснованному и уверенному подходу к групповой фасилитации.

2.3. Работа с классами, которым требуется целенаправленная психологическая поддержка

Несмотря на то, что Программа предназначена для реализации классными руководителями, существуют обстоятельства, при которых стандартный формат занятий может оказаться недостаточным для решения эмоциональной динамики, присутствующей в конкретном классе. В тех случаях, когда травля носит системный характер, эмоционально насыщена или связана с неразрешенными конфликтами между обучающимися, психологическая сложность может превышать возможности преподавателя, даже при полном соблюдении структуры Программы. В таких условиях педагога-психолога могут попросить вмешаться и оказать дополнительную поддержку, соответствующую конкретным потребностям группы. Эта поддержка может принимать различные формы в зависимости от серьезности групповой динамики и готовности преподавателя.

Важно отметить, что эта поддержка не направлена на замену Программы

или передачу ответственности психологу. Скорее, психолог выступает в качестве стратегического партнера, помогая восстановить эмоциональную стабильность, снизить уровень тревожности в группе или создать основу для дальнейшей педагогической работы. Эти вмешательства могут проводиться до, во время или после реализации Программы в зависимости от характера и интенсивности ситуации.

В зависимости от характера ситуации и степени вовлеченности педагог-психолог может выбрать одну из следующих форм вмешательства.

Присутствие наблюдателя в классе. В ситуациях, когда педагог выражает озабоченность по поводу эмоционального климата в классе, психолог может предложить ненавязчиво понаблюдать за одним или несколькими уроками. Это позволяет психологу из первых рук оценить динамику группы, выявить неформальные структуры лидерства, обнаружить невербальные сигналы о неблагополучии или изоляции и оценить уровень эмоциональной безопасности. Присутствие наблюдателя также может оказывать стабилизирующее воздействие на поведение обучающихся и служить сигналом привлечения внимания организации.

Содействие проведению целенаправленных занятий в классе. Когда определенные групповые ситуации требуют вмешательства, например, постоянное неприятие сверстниками, неразрешенный групповой конфликт или травмирующее событие, нарушившее эмоциональное функционирование, психолог может провести краткосрочный психологический сеанс или психолого-педагогическое мероприятие. Это могут быть упражнения по укреплению доверия, структурированный диалог или символические практики, такие как эмоциональные контакты или классные ритуалы. Цель состоит не в проведении терапии, а в снятии напряжения в группе, нормализации эмоциональных реакций и укреплении сплоченности.

Поддержка реинтеграции после конфликта или кризиса. Если в классе произошел серьезный инцидент (например, травля, о которой стало известно в социальных сетях, временное удаление ученика из класса или публичное унижение), психолог может помочь в реинтеграции с помощью тщательно разработанных ритуалов или восстановительных процедур. Это могут быть методы анонимного самовыражения (например, написание «что мне нужно от группы»), упражнения на эмпатию или нейтрализация сплетен с помощью структурированного повествования. Роль психолога в этих случаях заключается в том, чтобы сдерживать эмоциональную фрагментацию и помочь группе перейти к функциональному сотрудничеству.

Консультирование педагогов по стратегиям на уровне класса. Даже если психолог непосредственно не работает с классом, он может посоветовать педагогу провести мероприятия на уровне небольшой группы. Например, рекомендовать изменить расположение сидячих мест, подавать обучающимся сигналы безопасности, указывающие на дискомфорт, или проводить короткие эмоциональные проверки в начале урока. Эти стратегии могут быть особенно полезны в разновозрастной среде, при травмах или в условиях высокой

конкуренции.

Мониторинг факторов риска для отдельных обучающихся. Иногда групповая динамика выявляет признаки эмоциональной уязвимости или психосоциального неблагополучия у конкретных обучающихся. Психолог должен быть внимателен к неочевидным признакам, таким как частая замкнутость, внезапная агрессия или эмоциональное оцепенение, и, при необходимости, установить контакт с ребенком в поддерживающей и конфиденциальной манере. Такие индивидуальные случаи могут потребовать дополнительной оценки или направления к специалисту, но всегда должны решаться осмотрительно и в тесном сотрудничестве с педагогом.

Важно отметить, что психологическое сопровождение на групповом уровне всегда должно согласовываться с классным руководителем. Педагог должен оставаться главной фигурой среди взрослых в классе, а роль психолога заключается в усилении, а не подмене их авторитета. Прозрачность, совместное планирование и рефлексия после вмешательства являются ключевыми принципами, обеспечивающими взаимное уважение и ясность ролей.

Кроме того, психологи должны помнить об институциональных ограничениях: целенаправленное вмешательство в классе отнимает время и эмоциональную энергию и должно быть интегрировано в более широкие школьные приоритеты. Не каждая проблема требует непосредственного участия, и частью профессионализма психолога является умение определить, когда следует вмешаться, а когда дать педагогу возможность действовать самостоятельно.

Таким образом, несмотря на то, что Программа предназначена для педагогической реализации, в некоторых классах может потребоваться дополнительная психологическая помощь. В таких случаях педагог-психолог может помочь стабилизировать динамику группы, поддержать эмоциональную интеграцию и создать безопасную среду для продолжения обучения. Эта функция не противоречит структуре Программы, управляемой преподавателем, но повышает ее общую устойчивость и быстроту реагирования на сложные условия реального мира.

2.4. Поддержка педагогов в эмоционально нагруженном взаимодействии с родителями

Несмотря на то, что основные обязанности педагогов-психологов сосредоточены на благополучии обучающихся, их роль в поддержке педагогов во время проблем, связанных с родителями, становится все более актуальной, особенно когда школьное сообщество участвует в реализации Программы. В таких случаях классным руководителям может быть сложно ориентироваться в ситуации беседы с родителями, которые не знают о целях Программы, скептически относятся к ее актуальности или занимают оборонительную позицию в ответ на возникающие темы, такие как травля, отчуждение или эмоциональное регулирование.

Учитывая институциональную и эмоциональную напряженность,

рассмотренную в части I, педагоги-психологи могут предложить стратегические рекомендации, которые помогут педагогам более уверенно и конструктивно взаимодействовать с родителями в рамках Программы.

Педагог-психолог может оказывать опосредованную поддержку. Хотя для психолога нецелесообразно и неосуществимо вести все родительские переговоры, он может сыграть решающую роль в обучении педагогов стратегиям, языку и уверенности в себе для участия в конструктивном диалоге.

Одним из наиболее эффективных способов поддержки педагогов является предварительная консультация, когда педагог ожидает сложного взаимодействия с родителем. Например, перед родительским собранием психолог может предложить короткую консультационную сессию, посвященную:

- 1) разъяснению целей собрания и реалистичных результатов;
- 2) предвидению эмоциональных реакций и определению методов деэскалации;
- 3) составлению психологически обоснованных фраз, сочетающих ясность и уважение (например, «мы заметили некоторые формы поведения, которые могут сигнализировать об эмоциональном дискомфорте» вместо «ваш ребенок агрессивен»);
- 4) побуждению педагога представить дискуссию как совместную попытку поддержать ученика, а не как оценку родительской компетентности.

Такая подготовка не устраняет эмоциональное напряжение, но повышает чувство готовности педагога и его ролевую безопасность.

В тех случаях, когда конфликт уже произошел, например, когда родитель обвиняет педагога в несправедливом обращении или отвергает обоснованность дискуссий о борьбе с травлей, психолог может провести разбор полетов после инцидента. Это может включать в себя помощь преподавателю в обработке эмоциональных реакций (гнев, фрустрация, стыд), выявлении разрывов в общении и разработке плана восстановления взаимодействия, если это необходимо. Эти занятия не являются терапией, а представляют собой профессиональную рефлекссию, которая восстанавливает внутреннее равновесие и предотвращает эскалацию.

Кроме того, педагоги-психологи могут участвовать в совместных встречах, особенно когда родитель выражает беспокойство по поводу психологического благополучия ребенка, или когда требуется межпрофессиональная координация (например, с администрацией, социальными работниками или внешними специалистами). В таких условиях роль психолога заключается в том, чтобы сдерживать эмоции, разъяснять психологические концепции и выступать посредником при возникновении недоразумений между педагогами и родителями. Однако крайне важно, чтобы психолог сохранял нейтралитет, избегал сближения с какой-либо одной стороной и придерживался принципов уважительного диалога, ориентированного на интересы ребенка.

Помимо индивидуальных консультаций, психологи могут способствовать формированию общешкольной культуры взаимодействия с родителями, которая повышает эмоциональную защищенность и укрепляет долгосрочное доверие. Это может включать в себя:

1) помощь педагогам в составлении вступительных писем или презентаций, в которых доступным языком объясняются цель и формат Программы;

2) участие в мероприятиях или родительских семинарах, на которых обсуждаются вопросы эмоционального развития, предотвращения травли и безопасного общения;

3) поощрение использования неконфронтационных форматов, таких как анонимные формы обратной связи для родителей или тематические дискуссионные кружки, которые позволяют выразить свое мнение без прямой конфронтации.

Во всех случаях психолог должен быть осторожен и не брать на себя дисциплинарную или административную роль. Его поддержка должна повышать профессиональный потенциал педагога, а не обходить его стороной. Конечная цель – помочь педагогам чувствовать себя менее одинокими в эмоционально сложных ситуациях и быть более подготовленными к поддержанию конструктивных отношений с семьями, даже под давлением.

В заключение, хотя психологи не являются основными посредниками между педагогами и родителями, они обладают ценными психологическими знаниями и инструментами коммуникации, которые могут помочь педагогам справляться с сопротивлением, замешательством или враждебностью родителей с большей стабильностью и уверенностью. Обеспечивая рефлексивную поддержку, стратегическое руководство и совместное присутствие, когда это необходимо, психолог укрепляет не только жизнестойкость педагога, но и более широкую структуру взаимоотношений в школьном сообществе.

2.5. Уточнение профессиональных ролей и границ сотрудничества

В контексте реализации эмоционально чувствительной и социально значимой Программы педагоги нередко испытывают неуверенность относительно объема поддержки, которую они могут запросить у педагога-психолога. В то время как некоторые педагоги могут вообще избегать обращения к психологу, полагая, что их проблемы «недостаточно серьезны», другие, напротив, могут ожидать, что психолог возьмет на себя задачи, выходящие за рамки их профессиональных полномочий, такие как проведение программных занятий, разрешение конфликтов в классе или предоставление эмоциональных консультаций персоналу. Эта путаница может привести к разочарованию, недопониманию и срыву сотрудничества.

Непонимание профессиональных границ часто встречается в эмоционально напряженных школьных условиях. Некоторые педагоги могут переоценивать роль психолога, полагая, что психологический персонал отвечает за проведение занятий по данной Программе. Другие могут вообще

не решаться обратиться к психологу, опасаясь, что их проблемы не являются законными или достаточно срочными.

Поэтому педагоги-психологи должны проявить инициативу и разъяснить структуру и границы своей роли, четко, уважительно и на ранней стадии процесса. Это предотвращает нереалистичные ожидания, укрепляет институциональную координацию и защищает обе стороны от путаницы ролей. В начале учебного года или реализации Программы психологи могут распространить короткие и четкие записки или провести 10–15-минутный инструктаж, в котором излагаются:

1) вид поддержки, которую педагог может запросить (например, консультации по теме эмоции, помощь в понимании сложных упражнений, рекомендации на уроках кризисов);

2) какая поддержка не может быть оказана (например, руководство Программой для педагогов, предложение терапии взрослым, принятие дисциплинарных решений);

3) когда и как педагогу следует привлекать психолога, в том числе при выявлении признаков неблагополучия в классе или риска для обучающихся.

При постоянном сотрудничестве психолог должен также уделять особое внимание:

1) педагоги остаются главным авторитетом в своих классах;

2) роль психолога заключается в том, чтобы укреплять доверие педагогов, а не подменять его;

3) консультации – это не признак некомпетентности, а часть профессиональной рефлексии;

4) в серьезных эмоциональных ситуациях, затрагивающих обучающихся, психолог берет на себя руководство только по согласованию с педагогом.

Важно отметить, что педагоги-психологи должны сами моделировать здоровые профессиональные границы. Например, вместо того, чтобы «руководить» классом, демонстрируя трудное занятие, они могут совместно с педагогом разработать стратегию и предложить ему понаблюдать, потренировать или провести разбор полетов, не отказываясь от самостоятельности.

Такая совместная работа защищает эмоциональную целостность обеих профессий. Она также способствует формированию образовательной культуры, в которой каждый взрослый понимает свой вклад в благополучие обучающихся, и где сотрудничество основано на общей цели, а не на размытых полномочиях.

В заключение следует отметить, что психологи могут укрепить свое сотрудничество с педагогами, последовательно определяя как масштабы, так и пределы своей профессиональной роли. Этот процесс, при соблюдении прозрачности, терпения и заботы, не только предотвращает недоразумения, но и способствует созданию более сбалансированной и устойчивой модели психологической поддержки в контексте работы по борьбе с травлей.

Заключение

Успешная реализация Программы зависит не только от качества предоставляемых материалов и подготовленности классных руководителей, но и от наличия в организации образования системы психологической поддержки. Хотя педагоги являются основными фасилитаторами Программы, их способность ориентироваться в эмоционально насыщенном содержании, вести деликатные беседы и управлять групповой динамикой в значительной степени зависит от того, насколько они чувствуют, что их видит, поддерживает и снабжает ресурсами более широкое школьное сообщество, особенно педагог-психолог.

Роль психолога в этом процессе сложна и многогранна. Он не заменяет педагога и не берет на себя контроль над педагогическими решениями. Скорее, он выступает в качестве стратегического партнера, предлагая психологическую помощь, сдерживание эмоций, методические разъяснения и рекомендации, учитывающие контекст. Будь то краткие консультации, целенаправленные вмешательства, совместное планирование или эмоциональный разбор полетов, психолог поддерживает систему образования для взрослых, чтобы они, в свою очередь, могли оказывать более эффективную поддержку обучающимся.

В то же время психолог должен работать в реалистичных рамках. Он не отвечает за проведение занятий в классе, психотерапевтическую помощь преподавателям или обеспечение соблюдения Программы. Его задача более фундаментальна – помочь восстановить ясность там, где есть путаница, стабильность там, где есть эмоциональная перегрузка, и согласованность там, где системы распадаются. В этом смысле его присутствие связано не столько с заметностью, сколько с доступностью, бесшумным каркасом, который укрепляет всю педагогическую структуру.

Активно взаимодействуя с педагогами, выясняя взаимные ожидания и моделируя профессиональную эмпатию, психолог помогает развивать образовательную культуру, в которой признается эмоциональный труд, уязвимость не рассматривается как патология, а профилактическая работа рассматривается как коллективная этическая ответственность. Такая культура не возникает автоматически. Она строится на основе последовательного диалога, совместного размышления и готовности воспринимать сложность, а не избегать ее.

В конкретном контексте Программы это означает помочь педагогам почувствовать, что они могут способствовать эмоционально насыщенным групповым процессам; помочь обучающимся почувствовать себя на виду и в безопасности; помочь учебному заведению оставаться устойчивым перед лицом дискомфорта, сопротивления или неуверенности. Это не маргинальный вклад. Во многих отношениях психологи являются невидимой инфраструктурой, которая делает работу по борьбе с травлей возможной, устойчивой и преобразующей.

Рекомендации по проведению занятий по проектной деятельности обучающихся

Целью настоящего материала является предоставление системных методических рекомендаций для педагогов и психологов, осуществляющих реализацию занятий по профилактике буллинга и агрессивного поведения в образовательной среде. Программа ориентирована на создание безопасной атмосферы, развитие эмоционального интеллекта, навыков саморегуляции и формирования уважительных отношений между обучающимися.

Занятия по профилактике буллинга должны иметь четкую структуру. Они начинаются с этапа вступления, где очень важно эмоционально вовлечь детей. Здесь уместны элементы сюрприза, так называемые «хук» (с англ. «крючок» – способ заинтересовать аудиторию в начале выступления): история, короткий ролик, мультфильм, метафора или вопрос. Эти средства помогают сфокусировать внимание и вызвать интерес к обсуждаемой теме. На этом же этапе устанавливаются правила взаимодействия: уважение, право молчать, активное участие без принуждения.

Структура занятия состоит из трех этапов.

1. Вводная часть (приветствие, знакомство с темой, целями и задачами занятия, упражнения на знакомство).
2. Основная часть (упражнения, соответствующие теме, целям и задачам занятия).
3. Завершение (подведение итогов работы, обратная связь).

Помимо этого, Программа предусматривает элементы проектной деятельности, что позволяет участникам применить полученные знания в реальной ситуации и расширить их значимость. Ведущий объясняет участникам, что занятия – это особое пространство общения, где рекомендуется использовать правила, которые способствуют обеспечению психологического комфорта. Эти правила формируют безопасное пространство, способствующее открытости и доверию.

Основные правила

- 1) Общение по принципу «здесь и сейчас», т. е. обсуждение только тех вопросов, которые волнуют на данный момент.
- 2) Конфиденциальность всего происходящего в группе.
- 3) Формулировка высказываний от первого лица.
- 4) Искренность и уважение в общении, активное участие.
- 5) Не опаздывать, отключать сотовые телефоны.

Ведущий не только разъясняет эти нормы, но и следит за их соблюдением, мягко напоминая о них при необходимости. Если со стороны членов группы нет возражений, то правила считаются принятыми группой и являются законом для всех, в том числе для ведущего.

Важность организации пространства

Рекомендуется подстроить рабочее пространство под тематику и упражнения занятий. Зачастую это стулья, расположенные по кругу, где все участники и ведущий находятся на равных. Такая форма способствует большей вовлеченности и открытости. Желательно, чтобы помещение позволяло гибко менять пространство в зависимости от характера заданий.

Роль педагога

Роль ведущего исполняет педагог, главной задачей которого является создавать условия, в которых ученики могут свободно выражать себя, взаимодействовать и развивать новые навыки. Ведущий организует пространство, направляет процесс, но не контролирует содержание результатов. Участники сами ответственны за свой опыт, а тренер обеспечивает методическую и эмоциональную поддержку.

Трудности во время занятия

Во время занятия ведущий может столкнуться со сниженным интересом и пассивностью участников. В этих случаях не стоит прибегать к повышению голоса или другим формам авторитетного воздействия. Лучше привлечь внимание неожиданным жестом или действием, переключив фокус группы. После этого можно плавно вернуть участников к теме. Примерами таких действий могут быть: ритмичные хлопки, демонстрация какого-то действия или предмета, молчание и т. д.

Волнение перед началом занятия также является частым явлением. Его не стоит воспринимать как слабость. Напротив, искреннее признание своего волнения перед участниками может усилить доверие и продемонстрировать вашу открытость. Подавленные эмоции лишь накапливаются, а открытое выражение чувств способствует внутреннему равновесию.

Иногда участники начинают требовать повышенного внимания и поддержки со стороны педагога. Важно помнить, что занятие – это пространство, где участники должны активизировать собственные ресурсы. В подобных ситуациях рекомендуется мягко объяснить, что основная цель – развитие личных качеств, а не зависимость от внешней помощи. Избыточная поддержка может мешать достижению самостоятельности.

Если в какой-то момент ведущий чувствует замешательство или теряет нить занятия, ему не стоит паниковать. Необходимо сделать паузу, посидеть в тишине вместе с классом. Иногда именно такие моменты дают пространство для важной внутренней работы. Признание тишины как ценной части процесса помогает снять напряжение.

Наконец, при подготовке важно учитывать не только содержание и методы, но и практические аспекты, такие как подбор и наличие необходимого реквизита для упражнений. Это поможет избежать технических сбоев и обеспечит плавное проведение занятия.

Дополнительным приемом поддержания вовлеченности может стать нестандартный способ деления на группы.

Вариант 1. Возьмите старые открытки или картинки и разрежьте на части. Если хотите в итоге получить 5 малых групп по 4 человека в каждой, возьмите 5 открыток и разрежьте на 4 части каждую. Перемешайте получившиеся пазлы и предложите участникам взять по одному. По сигналу все отправляются на поиски своих партнеров по команде. Члены одной малой группы должны составить из своих пазлов целую открытку.

Вариант 2. Каждому участнику тренер шепчет на ухо название какого-нибудь животного. Если вы хотите получить 3 команды, назовите 3 вида животных, например, кролик, кенгуру и черепаха. Затем предложите объединиться в команды представителям одного вида. Обязательное условие: нельзя произносить ни слова. Разрешается подражать движениям животного, издавать характерные для него звуки. Примечание. Если не хотите, чтобы игра закончилась, не успев начаться, не называйте животных с хорошо знакомыми звуками.

Вариант 3. Разновидность предыдущей игры заключается в том, что тренер шепчет на ухо каждому участнику движение, которое ему необходимо будет повторять. Например, пожать руку, показать язык, чесать затылок или хлопать в ладоши. Если вам требуется 5 команд, назовите 5 различных движений. Ученики перемещаются по комнате и ищут членов своей команды по производимым движениям. Говорить что-либо запрещается.

После настройки проводится краткое теоретическое введение, которое должно быть обязательно адаптировано под возраст участников. Информация должна быть доступной, наглядной, часто через примеры, аналогии, визуальные образы. Далее следует основной блок занятия, где теоретические сведения закрепляются через практику: упражнения, игры, ролевые ситуации, анализ кейсов.

После практической части важно обсудить, что почувствовали участники, какие выводы они сделали, что показалось важным. Этап рефлексии помогает детям осознать пережитый опыт, а ведущему – отследить эмоциональное состояние группы.

Завершение занятия всегда должно быть позитивным: используется ритуал прощания, добрые пожелания, элементы поддержки и благодарности.

Рекомендации для занятий с обучающимися

Возрастные особенности обучающихся играют ключевую роль в построении занятий. Для детей 1–4 классов школы ведущей формой деятельности остается игра, а также рисование, телесно-ориентированные упражнения, сказкотерапия. У детей младшего школьного возраста преобладают конкретные представления, высокая чувствительность к эмоциональной атмосфере, поэтому важно делать акцент на позитивном подкреплении и визуальном материале. Необходимо частое чередование активности, использование наглядных предметов, персонажей и образов. Младшие школьники лучше воспринимают информацию, когда она подается через метафору, образ или эмоциональный отклик.

Для обучающихся 5–9 классов школы характерна потребность в

групповой идентичности, развитие критического мышления и интерес к самовыражению. В этом возрасте дети способны участвовать в обсуждениях, анализировать ситуации, искать решения, поэтому необходимо создавать условия для диалога, дискуссии, совместного анализа. Особенно эффективны упражнения, предполагающие смену ролей, коллективную работу, принятие разных точек зрения. Здесь важно выстраивать занятие с элементами обсуждения и пространством для высказывания своего мнения, так как подростки стремятся к признанию и обоснованию своих позиций.

Для обучающихся 10–11 классов школы и 1–2 курсов колледжа ключевым становится развитие осознанности, самостоятельности, способности формулировать жизненные позиции. Старшие подростки способны к глубокому осмыслению личных границ, морального выбора, ответственности перед собой и другими. Эффективными в этом возрасте будут упражнения на самоанализ, работа с ценностями, кейсы с открытыми вопросами, дебаты. Подростки старшей возрастной группы требуют уважительного и партнерского отношения.

Важно учитывать темп занятия: младшие школьники нуждаются в быстрой смене деятельности и высокой эмоциональной насыщенности, тогда как подростки предпочитают более продолжительное обсуждение. Независимо от возраста, следует соблюдать принципы психологической безопасности: недопустимы осуждение, оценка или насмешки в адрес участников. Желательно вводить ритуалы начала и завершения занятия: они способствуют формированию доверия.

Рекомендации для занятий с законными представителями ребенка

Эффективная профилактика буллинга невозможна без активного участия взрослых: как педагогов, так и родителей. Занятия, направленные на развитие культуры ненасильственного общения, формирование безопасного пространства и укрепление эмпатии, должны учитывать особенности восприятия, мотивации и вовлеченности каждой из этих групп.

Занятия с родителями должны учитывать разный уровень вовлеченности в школьную жизнь, разнообразие воспитательных установок и эмоциональный фон, с которым законные представители ребенка приходят в организации образования. Главная цель занятия – не обвинить родителя, а показать его важность в профилактике травли, научить распознавать первые сигналы буллинга и выстраивать диалог с ребенком.

Практика показывает, что родители лучше откликаются на конкретные примеры, визуальные метафоры, живые истории, чем на формальные инструкции. Поэтому занятие для них должно быть построено вокруг ситуаций, которые они могут узнавать из собственного опыта. Важно создать атмосферу принятия и доверия, где законные представители ребенка смогут делиться своими сомнениями, а не испытывать страх оценки со стороны педагогов или других взрослых. Занятие помогает родителям понять особенности возрастной психологии, причины агрессии, пути поддержки ребенка и самих себя в трудных ситуациях.

Работа педагога-психолога с законными представителями ребенка

Беседа с законными представителями подростков, переживающих травлю, – один из ключевых инструментов поддержки в профилактике эмоциональных и поведенческих расстройств у подростков. Родители и законные представители часто первыми замечают изменения в поведении ребенка, однако не всегда знают, как правильно реагировать, с кем обсуждать ситуацию и как оказать действенную поддержку. Педагог-психолог в этом случае выступает медиатором и консультантом, помогая родителям осознать суть проблемы и выбрать грамотную стратегию взаимодействия с ребенком и школой.

Направления работы психолога с родителями подростков, столкнувшихся с буллингом

1. Повышение осведомленности родителей о признаках буллинга и его последствиях.

2. Помощь в распознавании эмоциональных и поведенческих сигналов ребенка.

3. Консультирование по поводу конструктивных способов общения с подростком.

4. Поддержка родителей в преодолении чувства вины, тревожности и беспомощности.

5. Содействие в налаживании взаимодействия с педагогами и администрацией организации образования.

6. Развитие у родителей навыков эмоционального сопровождения ребенка в период восстановления.

Как проводить беседы с родителями подростков, столкнувшихся с буллингом?

I. Теоретическая часть

Буллинг (от английского bullying) – агрессивное преследование одного из членов коллектива со стороны другого, но также часто группы лиц, не обязательно из одного формального или признаваемого другими коллектива. Травлю организует один (агрессор), иногда с сообщниками, а большинство остаются свидетелями. При травле жертва оказывается не в состоянии защитить себя от нападок, таким образом, травля отличается от конфликта, где силы сторон примерно равны.

Виды буллинга:

1) физический – непосредственные физические действия в отношении жертвы (толчки, пинки, побои);

2) вербальный – угрозы, оскорбления, насмешки, унижение;

3) социально-психологический – буллинг, направленный на социальное исключение или изоляцию (сплетни, слухи, игнорирование, бойкот, манипуляции);

4) экономический – вымогательство или прямой отбор денег, вещей, порча одежды;

5) кибербуллинг, или интернет-буллинг, – травля в интернете через

социальные сети, электронную почту.

Направления работы с родителями по профилактике буллинга

1. Систематическое психолого-педагогическое просвещение родителей по вопросам: психологические особенности подросткового и юношеского возраста; особенности поведения всех участников буллинга; создание безопасной атмосферы в семье; психологические службы.

2. Привлечение родителей к активному участию в учебно-воспитательном процессе.

3. Формирование у родителей потребности в самообразовании. Рассмотрим вопросы психолого-педагогического просвещения. Эффективным средством реализации этого направления является беседа.

Что могут рассказать педагоги-психологи, социальные педагоги родителям в ходе бесед, чтобы помочь предотвратить буллинг? Какова структура беседы?

Организуя беседу, психолог четко должен осознавать проблему, которая будет решаться в ходе беседы. На основе осознания проблемы, ее актуальности формулируются цель, задачи, выстраивается содержание, определяются методические приемы беседы. Важно предусмотреть создание позитивного настроения у участников беседы. Психолог всегда должен прогнозировать ожидаемые результаты. И конечно же, нужно четко понимать, кому именно адресована беседа. Объектом рассматриваемых нами бесед являются законные представители ребенка, которые столкнулись с буллингом.

Профилактика буллинга состоит не только в заботе и участии родителей в жизни несовершеннолетнего, но и в способности педагогов-психологов научить родителей распознавать признаки буллинга.

Как распознать буллинг?

В вопросах буллинга стоит объяснить родителям, что нужно быть предельно корректным и терпеливым и попытаться избежать двух самых распространенных ошибок: чрезмерная опека и чрезмерная легкомысленность. Не стоит воспринимать в штыки каждую ссадину ребенка и воинственно выяснять отношения с родителями других детей из-за малейших трудностей и стычек. Постарайтесь быть в курсе событий, приглядывайте за тем, как развиваются отношения ребенка с тем, с кем он однажды повздорил или подрался: если ситуация не повторяется в ближайшем будущем, значит, это был вовсе не буллинг, а единичный конфликт интересов, который дети уладили самостоятельно. Второй ошибкой может стать, наоборот, излишняя беспечность: ну кто не дрался в школе? Если ребенок действительно стал жертвой буллинга, а родитель отмахнулся, не выслушал, не воспринял всерьез – это может привести к непредсказуемым и зачастую тяжелым последствиям: замкнутость, психологические проблемы, депрессивные настроения, немотивированная агрессия.

Как понять родителям, что ребенок стал жертвой буллинга?

Если ребенок:

1) неохотно идет в школу и рад любой возможности не ходить туда;

- 2) возвращается из школы/колледжа подавленным;
- 3) часто плачет без очевидных причин;
- 4) не хочет вспоминать никого из своих одноклассников;
- 5) очень мало говорит о своей школьной жизни;
- 6) одинок, его никто не приглашает в гости, на дни рождения, и он никого не хочет звать к себе.

В этом случае, возможно, ваш ребенок стал объектом буллинга.

II. Практическая часть

Упражнение 1

Уважаемые участники, давайте с вами разделимся на 3 группы. Участники рассчитаются на лимон-апельсин-мандарин. Сейчас мы с вами постараемся найти ответы на следующие вопросы.

1. Команда «лимонов» в ходе групповой дискуссии постарается найти ответ на вопрос: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок жертва?»

2. Команда «апельсинов» постарается найти ответ на вопрос: «Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок буллер?»

3. Команда «мандаринов» обсудит: «Что предпринять родителям, если ребенок стал свидетелем буллинга?»

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? (Команда «лимонов»)

1. Попытаться понять истинную причину травли: внешность ребенка, особенности его поведения, плохая, а сейчас порой и отличная успеваемость, отсутствие статусных для детей предметов (мобильного телефона и т. д.).

2. Убедиться, что ваш ребенок действительно стал жертвой буллинга.

3. Сообщить о ситуации классному руководителю/куратору, психологу.

4. Сообща найти пути выхода из сложившейся ситуации.

5. Если ребенок пережил насилие, напуган и потрясен случившимся, оставьте его на один день дома.

6. Ни в коем случае не игнорировать случившееся с ребенком и не пускать все на самотек.

7. 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».

8. Разговаривайте с ребенком, обсуждайте ситуацию в спокойном и деловом тоне.

9. Выражайте сочувствие без оценок и комментариев. Дайте понять, что это всего лишь одна из проблем, для которой необходимо найти решение.

10. Расскажите о своем успешном опыте в решении подобных ситуаций,

о случаях, когда другим детям удалось не обижаться и не злиться сильно.

11. Выступая на родительском собрании, старайтесь не обвинять, а призывать родителей объединить усилия для того, чтобы травля не стала традицией в группе.

12. Не спешите с требованиями «не будь слонтяем», «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.

13. Зная причины и последствия буллинга, уважаемые родители и законные представители ребенка, примите правильно решение и все необходимые меры, чтобы ваш ребенок был полноценной личностью нашего общества.

*Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок буллер?
(Команда «апельсинов»)*

1. 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.

2. Если ваш ребенок обижает других, то необходимы следующие действия.

3. Создать обстановку, в которой он пересмотрит свое поведение. Наказание не исправят плохого поведения, зато уничтожат доверие между ребенком и взрослым.

4. Попытаться заменить желание ребенка причинять вред другим желанием быть добрым к другим.

5. Как этого добиться?

6. Позвольте ребенку увидеть то, что он сделал неправильно, и помогите найти способы исправить это.

7. 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.

8. Постарайтесь не дать возобладать над вами чувством стыда за то, что делает ваш ребенок.

9. 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.

10. Помните, что к такому поведению ребенка приводит внутренний дискомфорт, какая-то боль. Когда мы позитивно воспринимаем себя, нам не нужно никого обижать.

11. И помните: это поведение плохое, а не ребенок плохой. Говорите ему, что вы знаете, что он хороший, и такое поведение совсем ему не подходит, не свойственно.

Что предпринять родителям в ситуации, когда ребенок стал

свидетелем буллинга? (Команда «мандаринов»)

1. Объясните ребенку, что быть свидетелем травли – не менее важная позиция, чем быть ее участником. Его реакция может изменить ситуацию.

2. Поддержите ребенка, если он проявляет сочувствие и тревогу по поводу происходящего.

3. Расскажите, что молчание – это тоже участие. Очень важно научиться не оставаться в стороне, если кому-то причиняют вред.

4. Обсудите, как можно безопасно поддержать жертву: подойти после, сказать доброе слово, рассказать взрослым о ситуации.

5. Убедите ребенка, что сообщать взрослым – это не «ябедничество», а проявление гражданской ответственности и силы.

6. Учите ребенка отличать доносительство от просьбы о помощи и отстаивания справедливости.

7. Поддержите инициативу ребенка: вместе подумайте, как сделать класс более дружелюбным, как помочь сверстникам стать сплоченнее.

8. Объясните, что быть добрым – это проявление силы, а не слабости.

9. Поощряйте ребенка, если он рассказывает вам о конфликтах или неприятных ситуациях, даже если не знает, как себя вести.

Проводя беседы с родителями, важно быть убедительными и приводить доказательства, подробно объяснять причину высказываемых вами утверждений.

Утверждение: *«Установите заботливые взаимоотношения».*

Объяснение, почему это важно.

Не существует универсального решения для такой сложной и болезненной проблемы, как буллинг. Однако первый и важный шаг – это принятие и поддержка ребенка, который оказался в уязвимой ситуации. Качество взаимоотношений между родителями и подростком может сыграть ключевую роль в его восстановлении. Забота, выраженная не только словами, но и в жестах, взгляде, интонации, создает у ребенка ощущение защищенности и принятия. Вместо критики и наставлений важно проявлять сочувствие и мягкость. Для подростка, которого травлили в школе, осознание того, что он нужен и любим, становится основой для выхода из состояния тревоги и страха.

Утверждение: *«Будьте внимательным слушателем».*

Объяснение, почему это важно.

Подростки, столкнувшиеся с буллингом, часто ощущают одиночество, стыд, страх и неуверенность. Им сложно сразу принять поддержку или рассказать о пережитом. Поэтому важнее всего просто выслушать. Без давления, перебиваний и советов. Часто подростку нужно выговориться, выразить чувства, прежде чем он будет готов услышать что-либо в ответ. Если родитель слушает с открытым сердцем, не осуждая, подросток постепенно открывается. Фраза: «Спасибо, что ты поделился этим со мной» может значить больше, чем множество советов. Быть рядом в тишине, просто присутствовать – тоже способ показать, что вы рядом, и вам небезразлично. Развивайте в себе навык чувствительного восприятия невербальных сигналов: изменение

поведения, интонации, сна, аппетита, изоляция – все это может быть реакцией на психоэмоциональную травму.

Утверждение: *«Не спорьте».*

Объяснение, почему это важно.

Когда подросток говорит о своих переживаниях, связанных с буллингом, одна из самых распространенных и вредных реакций – начать спорить или принижать его чувства: «Да перестань, это ерунда», «Ты сам виноват», «Это тебя закалит». Такие фразы блокируют доверие и усугубляют ситуацию. Споры с ребенком, пережившим буллинг, не помогают, а, напротив, создают ощущение непонимания и одиночества. Гораздо полезнее признать его чувства и поддержать. Вместо того чтобы говорить: «Сравни себя с другими, у тебя все хорошо», лучше сказать: «Мне жаль, что тебе пришлось это пережить. Я рядом. Давай подумаем, как мы можем тебе помочь». Отказ от агрессивной защиты, критики и давления позволяет ребенку сохранить контакт с родителем и не замкнуться в себе.

Можно подготовить карточки: на одной группе карточек написать утверждение, на другой объяснение. Родителям нужно найти соответствие между ними.

III. Творческая деятельность

Данные упражнения представлены на выбор.

1. Упражнение «Шаги поддержки»

Цель: сформировать у родителей конкретные стратегии помощи ребенку в ситуации буллинга, усилить осознание своей роли как значимого взрослого.

Инструкция. Перед родителями лежит лист с изображением лестницы (или дорожки), где нужно вписать 5 шагов, которые они могут предпринять, если ребенок оказался:

- 1) жертвой;
- 2) свидетелем;
- 3) агрессором.

Пример начала

1 шаг: «Остановиться и спокойно выслушать ребенка»;

2 шаг: «Не обесценивать его чувства» и т. д.

Формат: индивидуально или в парах, 7–10 мин., затем обсуждение в общем кругу.

2. Упражнение «Голос ребенка»

Цель: развить у родителей эмпатию, способность видеть ситуацию глазами ребенка.

Инструкция. Родителям раздаются карточки с ситуациями (например: «Меня дразнят за очки», «Меня не берут играть на перемене», «Мне сказали, что я странный / толстый / глупый»).

Задача – написать от лица ребенка короткое письмо родителям, в котором он делится своими чувствами.

Пример. Мама, я не знаю, почему они меня дразнят. Мне стыдно об этом говорить, потому что ты всегда говоришь, что я сильный. Но сегодня мне не

хочется идти в школу... Затем каждый родитель отвечает на это письмо как заботливый взрослый. Можно продолжить в виде чтения в кругу: без комментариев, только с фразой: «Это важно».

3. Упражнение «Портрет моего ребенка»

Цель: помочь родителям увидеть в своем ребенке не только поведение, но и чувства, потребности, которые могут стоять за ним (особенно если он стал буллером или отстранился).

Инструкция. На листе нужно изобразить или описать:

1. Каким я вижу своего ребенка, когда он счастлив?
2. Каким он бывает, когда его что-то тревожит?
3. Что я в нем ценю?
4. Что, возможно, я упускаю?
5. Как я могу быть рядом с ним по-настоящему?

Формат: можно рисовать, можно писать (по желанию). Главное – глубинное размышление.

Работа педагога-психолога с педагогами

Беседа с педагогами, в чьем классе зафиксированы проявления буллинга, является ключевым этапом комплексной работы по формированию безопасной образовательной среды. Педагог как наблюдатель и модератор внутришкольных процессов часто первым замечает динамику отношений между обучающимися, но не всегда располагает необходимыми инструментами и эмоциональными ресурсами для эффективного вмешательства.

Работа педагога-психолога в таких случаях направлена не на оценку действий педагога, а на профессиональную поддержку, совместный анализ ситуации и выработку стратегии реагирования, не допускающей усиления конфликта или его скрытого продолжения.

Основные направления психологической работы с педагогом:

1. Повышение осведомленности педагога о природе буллинга, его типах (вербальный, физический, кибербуллинг, социальная изоляция) и динамике развития.

2. Анализ ситуации: кто вовлечен, какие роли (жертва, агрессор, свидетель) наблюдаются, как долго продолжается ситуация, какие сигналы подает ребенок.

3. Разбор педагогической позиции: что уже предпринято, какие действия были эффективны, что вызвало затруднения.

4. Формирование навыков конструктивного вмешательства: как остановить агрессию, не обостряя ситуацию; как говорить с детьми и не провоцировать защитную реакцию.

5. Разработка единой линии поведения: выработка договоренностей с другими учителями и администрацией для согласованных действий.

6. Психоэмоциональная поддержка педагога: обсуждение возможных чувств вины, раздражения, усталости, эмоционального выгорания.

7. Планирование профилактических шагов: обсуждение, какие

мероприятия можно провести в классе (классный час, занятие, индивидуальные беседы).

I. Теоретическая часть

Буллинг в образовательной среде – это не только личная проблема ребенка, но и вызов для всей образовательной системы. Педагоги находятся в уникальной позиции: с одной стороны, они непосредственно наблюдают за динамикой взаимоотношений в классе, с другой – обладают влиянием на культуру общения и микроклимат внутри коллектива. Именно поэтому важно не только распознавать признаки буллинга, но и уметь адекватно реагировать, не усугубляя ситуацию.

Согласно международным и отечественным исследованиям, пассивная или неверная реакция педагогов на агрессию между учениками может укрепить токсичные роли и поведенческие шаблоны. Поэтому главная задача педагога-психолога – обучить педагогов стратегическим и эмоционально грамотным способам реагирования.

Работа с педагогами должна включать следующие направления:

1. Повышение компетентности в распознавании видов буллинга (физического, вербального, социального, кибербуллинга).

2. Формирование навыков безопасного вмешательства в ситуацию буллинга.

3. Профилактику выгорания, которое может снижать чувствительность к тревожным сигналам.

4. Развитие эмпатии и культуры ненасильственного общения в педагогическом коллективе.

5. Обучение приемам построения доверительных отношений с учениками.

Важный акцент: педагог не должен выступать «судьей» в ситуации буллинга. Его задача – сохранить нейтралитет, обеспечить поддержку жертве, организовать диалог и предоставить информацию педагогу-психологу.

II. Практическая часть

1. Упражнение «Карта сигналов»

Педагогам выдается шаблон с перечислением возможных признаков буллинга.

1) Ученик на всех переменах один.

2) Он всегда один выполняет задания в малых классах.

3) Ученик приходит в класс в потрепанном виде: разорванная, испачканная одежда, синяки, ссадины – следы драки.

4) Послушный ребенок вдруг начал опаздывать в школу или сидеть в классе после уроков, чего-то выжидая.

5) Стал хуже учиться.

6) Стал хуже себя чувствовать (психосоматика).

7) С кем-то из учеников никто не хочет сидеть за одной партой.

8) Группа детей стоят плотным кольцом, озираются, возбужденно что-то обсуждают, чувствуется агрессия.

9) Группа детей после уроков ждет кого-то на школьном дворе. Старшеклассники суетятся возле туалетов младших классов.

10) В столовой кто-то покупает на свои деньги еду для другого.

11) Те, кто сильнее физически или старше, постоянно «просят займы» у младших детей или требуют дать позвонить по их телефону.

12) Один ученик отбирает спортивную форму (кроссовки) у другого: «просит» поделиться.

Задача педагогов – отметить те признаки, которые им доводилось замечать.

Обсуждение в группе

1. Какие сигналы замечены чаще всего?
2. Что делать, если обнаружили признаки буллинга?
3. К кому обращаться?
4. Как не игнорировать и не преувеличивать?

Упражнение «Реакции взрослого»

Цель: развить у педагогов осознанную и грамотную модель реагирования на буллинг в классе; показать, как различные формы педагогической реакции могут повлиять на развитие ситуации как в сторону разрешения, так и в сторону усугубления.

Формат: групповая работа с кейсами и последующим обсуждением.

Инструкция. Психолог зачитывает или раздает педагогам три кейса, каждый из которых описывает ситуацию буллинга. Участникам предлагается обсудить:

1. Как они отреагировали бы в данной ситуации?
2. Какой результат могла бы принести каждая из возможных реакций?
3. Какой стиль педагогического поведения является наиболее эффективным?

После обсуждения психолог подводит итоги, фокусируя внимание на ненасильственной, устойчивой и поддерживающей реакции педагога.

Кейс №1. Мирлан и рюкзак

На переменах ученики 4 класса регулярно подшучивают над мальчиком по имени Мирлан. Он тихий, носит очки, часто рисует и не любит подвижные игры. Несколько учеников придумали ему прозвище «профессор-крот», дергают за рюкзак, прячут его пенал. На уроках Мирлан сидит молча, не смотрит в глаза, часто смотрит в окно. Учитель все это видит, но считает, что дети «просто играют», и не вмешивается.

Вопросы для обсуждения

1. Какие сигналы говорят о том, что это не безобидная игра?
2. Что может почувствовать Мирлан?
3. Как это скажется на его дальнейшем поведении?
4. Как бы вы отреагировали на месте учителя?

Примеры реакций

- 1) Игнорировать и надеяться, что ситуация разрешится сама.
- 2) Сделать замечание «главному» дразнителю при всех.
- 3) Устроить откровенный разговор с классом об уважении и границах.

- 4) Поговорить с Мирланом лично, спросить, как он себя чувствует.
- 5) Вовлечь родителей, педагога-психолога и наладить наблюдение.

Обсуждение последствий каждой реакции

Кейс №2. Айгерим в чате

В 7 классе девочка по имени Айгерим стала объектом насмешек в школьном WhatsApp-чате. Ее фото, где она неловко выглядит, было разослано с оскорбительными комментариями. Другие девочки пересылают скриншоты, ставят смайлики, но никто ничего не говорит взрослым. Айгерим перестала приходить на занятия. Учитель узнал об этом от ее мамы.

Вопросы для обсуждения

1. Что делает ситуацию особенно уязвимой?
2. Почему никто не сообщил учителю?
3. Что может сделать педагог, если не уверен, как реагировать на ситуацию в интернете?

Примеры реакций

- 1) Отстраниться: «Это не мой формат, это в интернете».
- 2) Провести родительское собрание по цифровой этике.
- 3) Инициировать встречу с девочками в кабинете психолога.
- 4) Поговорить с классом о сочувствии и цифровой безопасности без упоминания имени Айгерим.
- 5) Попросить помощи у специалиста по кибербуллингу.

Кейс №3. Данияр и футбол

В 6 классе мальчик по имени Данияр переехал из другого города. Он говорит с акцентом, стесняется, не участвует в играх. На уроках физкультуры его никогда не берут в команды. Иногда ему кричат: «У нас таких не берут!» или «Ты ничего не умеешь!» Учитель физкультуры считает, что это временная адаптация и не вмешивается, считая, что «дети сами разберутся».

Вопросы для обсуждения

1. Какие формы буллинга здесь задействованы?
2. Почему «небольшая шутка» может быть травматичной?
3. Как изменить отношение коллектива?

Примеры реакций

- 1) Призвать к порядку через наказание: «В следующий раз не будет физры!»
- 2) Поговорить с Данияром один на один, спросить, как он себя чувствует.
- 3) Организовать игру со смешанными командами и элементами сотрудничества.
- 4) Ввести постоянную ротацию команд.
- 5) Провести урок доброжелательности с классом.

Подведение итогов

После обсуждения каждого кейса психолог приглашает участников ответить на вопросы.

1. Какие стратегии оказались наиболее эффективными?

2. Где педагог рисковал усугубить ситуацию?

3. Что из этого вы можете применить уже сейчас в своей практике?

Ключевая идея:

Педагогическое бездействие – это тоже реакция. И от качества взрослой реакции зависит, сохранится ли буллинг или начнется путь к его преодолению.

III. Творческая деятельность

1. Упражнение «Театр ситуации»

Цель: через практику и проживание роли осознать тонкости педагогического поведения и силу ненасильственной коммуникации.

Описание: участники делятся на мини-группы и получают карточки с буллинговыми ситуациями (или используют кейсы из предыдущего упражнения). Каждая группа разыгрывает сценку в двух вариантах: как не стоит реагировать (негативный исход); как можно поступить конструктивно (позитивный вариант).

2. Упражнение «Письмо себе в трудный день»

Цель: профилактика профессионального выгорания и поддержка ценностного ядра педагога.

Описание: педагог пишет письмо самому себе, которое будет адресовано в «тот самый день», когда он устанет, потеряет веру или столкнется с ситуацией буллинга, где чувствует бессилие. В письме можно ответить на следующие вопросы. Зачем ты пришел в профессию? Что ты умеешь делать лучше всего? Что скажешь себе, чтобы не сдаться? Письма запечатываются, подписываются и могут быть вручены себе же в трудный день или в День учителя. Их можно адаптировать и для детей в формате «письмо другу в трудный день».

3. Упражнение «Голос жертвы»

Цель: развить способность эмпатического слушания и понимания боли ребенка, столкнувшегося с травлей.

Описание: психолог читает вымышленное письмо от ребенка, ставшего жертвой / свидетелем / агрессором буллинга.

Письмо от жертвы

Меня зовут Дамир, я учусь в 6 классе. Я не знаю, кому это можно рассказать, потому что кажется, что никто не поймет.

Меня каждый день называют «тормозом». Говорят, что я тупой, что «мама за меня все делает». Я стараюсь делать домашку, стараюсь не привлекать внимание, но все равно смеются. На переменах я сижу в классе или иду в туалет, чтобы никто не трогал. Иногда один из ребят кидаёт в меня карандаши или толкает, когда никто не видит.

Я говорил маме, но она сказала: «Ты просто будь сильнее». А я не знаю, как быть сильным, если внутри все дрожит.

На уроках я стараюсь не отвечать, потому что боюсь, что они снова начнут смеяться. Учитель один раз сказал: «Ну, Дамир у нас и правда не блещет». Тогда я понял, что взрослые тоже не на моей стороне.

Я не хочу, чтобы они попали в беду. Я просто хочу, чтобы меня перестали трогать. Чтобы я мог быть собой.

Просто кто-нибудь спросите меня, как я. И останьтесь рядом, хотя бы на чуть-чуть.

Письмо от свидетеля

Меня зовут Аяна. Я учусь в 7 классе. У нас в школе есть один мальчик, Аслан, над которым издеваются. Его называют «сельским», «грязным», «бомжом». Он часто один, и у него нет брендовых вещей, как у других.

Я вижу, как они смеются, подставляют подножки, рвут его тетрадки. Иногда учитель делает вид, что ничего не происходит. Иногда говорит: «Аслан, не ведись».

Я хотела бы ему помочь, но я боюсь. Если я скажу что-то, они начнут нападать на меня. Я не хочу тоже стать изгоем. Иногда я думаю: если я просто промолчу, может, все само пройдет. Но каждый день мне становится все хуже.

*Почему никто не вмешивается? Почему мы все молчим? Я не плохая. Я просто боюсь. Но, может быть, если взрослые покажут, что им не все равно, мне тоже станет не страшно говорить. *

Письмо от агрессора

Я не знаю, зачем я это пишу. Меня зовут Тимур. В классе говорят, что я «главный». Я часто прикалываюсь над другими. Иногда это просто смешно, иногда жестко. Над Алдияром мы шутим каждый день. Я называю его «клоуном», а все смеются. Он не жалуется, но иногда у него глаза становятся мокрыми.

Учитель один раз сказал: «Тимур, хватит!» – и все. Я не получил никакого наказания.

Знаете, я не думаю, что я плохой. Просто если я не буду шутить, то будут смеяться надо мной. Я не хочу быть слабым. Я тоже боюсь, что меня не примут, что не будут уважать. Когда я дома один, я вспоминаю, как он сидел и молчал, и мне становится немного стыдно.

Я не умею по-другому. Мне никто не говорил, что можно быть крутым и без этого. Может, кто-нибудь научит?

По окончании упражнения педагогам предлагается: написать ответ ребенку (по выбору); обсудить, что можно сделать для каждого из них.