

Bullying.org, Bullying Online, Stop bullying, Bullying.net

# РИСКИ КОНФЛИКТОГЕННОГО ПОВЕДЕНИЯ

ГППЦ ПОТЕНЦИАЛ, КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ г.БАРНАУЛА

Совещание ЗАМ УВР МОУ г.Барнаула 11.12.2018



19 АПРЕЛЯ 2012

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

# «Буллинг в образовательном пространстве: причины, формы, модели профилактики и механизмы пресечения»



**БУЛЛИНГ МОББИНГ  
В ШКОЛЕ**

**ФАКТОРЫ РИСКА**

<http://psychologia.edu.ru/azbuka-bullinga/start.html>

# SCHOOL BULLYING SCHÜLERMOBBING

**Буллинг** - это длительное физическое или психическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, не способного защитить себя в данной ситуации. Это форма жестокого обращения, когда физически или психически сильный индивид или группа получает удовольствие, причиняя боль или насмехаясь, добиваясь покорности и уступок, завладевая имуществом более слабого. Пострадавшие склонны испытывать стыд и неуверенность в себе, но предпочитают не сообщать об издевательствах и унижениях. **Мотивацией к буллингу** могут выступать чувство неприязни, нейтрализация соперника, восстановление справедливости, борьба за власть, подчинение лидеру, зависть, самоутверждение, месть, и даже удовлетворения садистских потребностей отдельных личностей.

bullying –  
запугивать, издеваться, тиранизировать  
притеснение, дискриминация, травля



# БУЛЛИНГ И ЖЕСТОКОЕ ПОВЕДЕНИЕ



АГРЕССИЯ



ВИКТИМИЗАЦИЯ

НАСИЛИЕ

БУЛЛИНГ



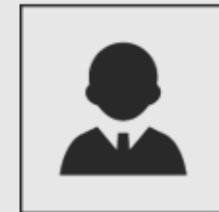
Признаки	Агрессия	Насилие	Виктимизация	Буллинг
Специфичность в отношении жертвы	Нет	Да	Да	Да
Наличие определенной цели	Нет	Да	Нет	Да
Определенная направленность	Нет	Да	Да	Да
Систематичность	Нет	Нет	Нерелевантно	Да
Повторяемость	Нет	Нет	Нерелевантно	Да
В диаде	Нерелевантно	Часто	Нерелевантно	Вначале да, затем нет
Асимметричное распределение власти	Нерелевантно	Нет	Нерелевантно	Да
Временные рамки	Нерелевантно	Нерелевантно	Нерелевантно	Минимум 6 месяцев



# ДИАГНОСТИКА БУЛЛИНГА



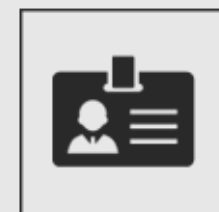
Объективные нападки,  
субъективное намерение



Умышленность, направленность



Регулярность, длительность



Неравенство сил: сильный и слабый,  
один и много

**Наибольший вклад** в исследование проблемы внесли скандинавские исследователи:

шведский школьный врач **Петер-Пауль Хайнеманн** и норвежский психолог **Дан Ольвеус**, педагог и социолог **Эрлинг Георг Руланн**, шведский когнитивный психолог **Анатолий Пикас**, финский психолог **Кристина Салмивалли**.

В России темой исследования травли занимались И.С. Кон, **С.Н. Ениколопов**, **В.С. Собкин**, **С.В. Кривцова**, А.А. Бочавер, **К.Д. Хломов**.

#### **Распространенность буллинга**

По данным первого анонимного исследования, проведенного Д. Ольвеусом в 1980-х годах, было выявлено, что **15% детей регулярно** сталкиваются с ситуацией травли: 9% являются жертвами, 7% — преследователями, 2% осваивает обе роли. В разные годы, в разных странах, разные исследователи получали разные данные. Например, ежегодно в США 32% учеников переживают опыт школьной травли: насмешки, распространение слухов, битье, плевки, угрозы, отказ в общении, их заставляли делать то, что они не хотели, или портили их имущество.

Кросс-культурные исследования травли подростков в школе дают разброс: **от 5\ 9% до 36\45%**. В среднем 10–40% школьников и молодежи имеют опыт кибербуллинга [2010]. По данным 2016 года по Москве, до 71,2% подростков имеют опыт участия в кибертравле, через оскорбление или унижение других в социальных сетях. До 17% учителей также подвергаются кибербуллингу со стороны учеников.

# БУЛЛИНГ: ИСТОРИЯ

Исследование феномена травли началось в странах Скандинавии в конце 60-х – начале 70-х гг. XX века.

1969

• Шведский школьный врач Петер-Пауль Хайнеманн опубликовал статью, посвященную теме травли.

1972

• Книга П. Хайнемана «Моббинг. Групповое насилие среди детей и взрослых».

1973

• Книга шведского психолога Дэна Олвеуса «Мальчики для битья и школьные хулиганы».

1975

• Книга шведского психолога Анатоля Пикаса «Как остановить моббинг?»

1978

• Книга Д.Олвеуса переведена на английский язык - «Агрессия в школах: буллеры и «Буллинг в школе: что мы знаем и что можем сделать»

## Основные характеристики буллинга

- Умышленность
- Регулярность
- Неравенство сил
- Групповой процесс (затрагивает широкий круг участников)
- Не заканчивается сам по себе
- Негативное психологическое воздействие ситуации на всех участников

## Мотивация к буллингу

- чувство неприязни,
- нейтрализация соперника,
- восстановление справедливости
- борьба за власть,
- подчинение лидеру,
- зависть,
- самоутверждение,
- месть,
- удовлетворения садистских потребностей отдельных личностей.

## Формы школьного буллинга

- систематические насмешки,
- вымогательство,
- физические и психические унижения,
- различного вида издевательства,
- бойкот и игнорирование,
- порча личных вещей и др.

## Социальная структура буллинга

- преследователь (булли),
- жертва,
- наблюдатель.
- Пострадавший (жертва) жертву,
- Защитник,
- Обидчики (агрессоры),
- Помощники обидчика
- Наблюдатели, свидетели.





## Проявления буллинга ОПРОСЫ ДЕТИ

- 1) плохо говорят о ком-то за его спиной – 23%
- 2) распространяют о ком-то слухи и ложь – 16,8%
- 3) высказывают в адрес кого-то ругательства и обидные прозвища – 14,7%
- 4) выставляют на посмешище перед другими – 14,1%
- 5) «не замечают» готовность учащегося сотрудничать – 11,3%
- 6) бросают обесценивающие взгляды, демонстрируют отвержение с помощью определенных жестов или поз – 10,8%
- 7) передразнивают, чтобы выставить смешным – 10,1%
- 8) обзывают глупым, дураком – 7,8%
- 9) не дают сказать слова – 6,8%
- 10) учитель кричит на учащегося – 6,1%

# SCHOOL BULLYING SCHÜLERMOBBING



## Проявления буллинга ОПРОСЫ УЧИТЕЛЬ

	ПОЛ	д	м
Учитель кричит на ученика		7,1	/11,1
Учитель не слушает ученика, не дает ему высказаться		5,6	/8,5
Учитель высмеивает ученика перед другими		2,1	/ 8,1
Учитель плохо говорит об ученике		6,0	/7,1
Учитель не воспринимает всерьез готовность ученика к сотрудничеству		8,5	/5,2
Учитель называет глупым		2,4	/4,9
Учитель постоянно критикует работы ученика		2,1	/4,5
Учитель принуждает выполнять работы (даже когда ученик болен)		1,4	/2,9
Учитель угрожает применить физическое насилие		0	/2,9
Учитель бьет ученика		0	



## Риски возникновения буллинга

Возникновению буллинга способствуют такие особенности социального контекста, как, наличие в семье жертв травли, либо домашнего насилия, либо гиперопеки, выученной беспомощности ребенка; дети, которые выступают инициаторами травли, часто подвергаются жестокому обращению в семье

Риск буллинга возрастает в социально дезорганизованной среде, с высоким уровнем перенаселенности, алкоголизации и наркомании, социального расслоения.

Различные кризисы — семейный (например, развод, повторный брак родителей), социальный (революция, перестройка) — могут существенно повышать агрессивность и одновременно уязвимость.

# SCHOOL BULLYING SCHÜLERMOBBING



*Здоровый человек не издевается над другими, мучителем, как правило, становится перенесший муки.*

**Карл Густав Юнг**

## Виды буллинга 1/2

Различают **травлю прямую**, когда ребенка бьют, обзывают, дразнят, портят его вещи или отбирают деньги, и **косвенную**: распространение слухов и сплетен, бойкотирование, избегание, манипуляция дружбой («Если ты дружишь с ней — мы с тобой не друзья»). Также могут использоваться сексуально окрашенные комментарии и жесты, угрозы, расистские прозвища.

**Прямая травля** происходит в основном в **младшей школе**, а пики **косвенной травли** приходятся на переходы в **среднюю и старшую школу**.

**Мальчики больше девочек** склонны участвовать в травле в разных ролях, они же чаще становятся жертвами физической травли, у них отбирают деньги и портят вещи, им угрожают и заставляют их что-то делать, в то время как девочки чаще становятся жертвами сплетен, непристойных высказываний и жестов.

С распространением интернета появилась новая форма травли — **кибербуллинг**, с использованием СМС, электронной почты, социальных сетей.



*Для жертв травли* характерна чувствительность, тревожность, склонность к слезам, физическая слабость, низкая самооценка, у них мало социальной поддержки, друзей, такие дети предпочитают проводить время со взрослыми .

В качестве образца жертвы травли можно описать замкнутого ребенка с поведенческими нарушениями, отрицательными убеждениями о самом себе и социальными и коммуникативными сложностями.

В группу риска по возможности оказаться в роли жертвы попадают дети, имеющие трудности в обучении , синдром дефицита внимания и гиперактивности, расстройства аутистического спектра, диабет, эпилепсию, нарушения веса и другие нарушения и хронические заболевания, особенно влияющие на внешность. Кроме того, с оскорблениями, физическими нападениями и угрозами сталкиваются 82% подростков, воспринимающихся как «слишком фемининные» (мальчики) и «слишком маскулинные» (девочки).

**Дети, оказавшиеся жертвами травли, испытывают сложности со здоровьем и успеваемостью в три раза чаще по сравнению со сверстниками, имеют симптомы тревожно-депрессивных расстройств, апатию, головные боли и энурез и совершают попытки суицида.**

В результате такого опыта у них формируется представление о мире как о полном опасностей, а о себе как о неспособном повлиять на происходящее.

## Пострадавший (жертва): предпосылки и последствия

Индивидуально-личностные особенности	Семейные факторы	Последствия
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Неуверенность в себе</li> <li>• Высокий уровень тревожности</li> <li>• Повышенная чувствительность к жизненным трудностям и низкая стрессоустойчивость</li> <li>• Низкая самооценка</li> <li>• Низкая коммуникативная компетентность</li> <li>• Неспособность сопротивляться насилию</li> <li>• Физически слабые</li> <li>• Низкий статус в классе и отсутствие социальной поддержки</li> <li>• Предпочитает общество взрослых</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Гипер или гипоопекаемый стиль воспитания</li> <li>• Низкая степень сплоченности членов семьи</li> <li>• Эмоциональная холодность в семье</li> <li>• Директивный стиль отношений</li> <li>• Отсутствие в ближайшем окружении ребенка значимого взрослого</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Социальная изоляция</li> <li>• Развитие форм асоциального поведения</li> <li>• Тревожные расстройства</li> <li>• Депрессивные состояния</li> <li>• Психосоматические симптомы (нарушение сна, плохой аппетит, головная боль и т.д.)</li> <li>• Каждый второй продолжает думать об опыте школьного буллинга во взрослой жизни</li> <li>• ПТСР- Посттравматическое стрессовое расстройство</li> <li>• Риск суицидального поведения</li> </ul>

**ЖЕРТВА ТРАВЛИ/ ПОСТРАДАВШИЙ В БУЛЛИНГЕ**

**Типичного преследователя** можно описать как человека импульсивного и готового применить насилие для самоутверждения. Дети, практикующие преследование других детей, склонны демонстрировать грубость и отсутствие сострадания к жертве, могут быть агрессивны со взрослыми, им трудно соблюдать правила.

Они часто имеют высокий социальный статус и группу сообщников, пусть даже небольшую.

Преследователи обладают высоким эмоциональным интеллектом, хорошо распознают чужие эмоции и психические состояния и успешно манипулируют.

Основными мотивами буллинга у преследователей являются потребность во власти, чувство удовлетворения от причинения вреда другим и вознаграждение — материальное (деньги, сигареты, другие вещи, отбираемые у жертвы) или психологическое (престиж, социальный статус). Негативные последствия того, что такое поведение для них становится привычным, — низкая успеваемость и прогулы, драки, воровство, вандализм, употребление ПАВ.

## Обидчик (агрессор): предпосылки и последствия

Индивидуально-психологические характеристики	Отношения в семье	Мотивы	Последствия
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Склонность к доминированию и подчинению других</li> <li>• Самоуверенность,</li> <li>• Расчетливость</li> <li>• Хитрость, изобретательность</li> <li>• Высокая самооценка и уровень притязаний</li> <li>• Морально и физические сильные</li> <li>• Эмоциональная импульсивность</li> <li>• Низкий уровень эмпатии</li> <li>• Устойчивый статус в определенном кругу</li> <li>• Повышенный уровень агрессивности</li> <li>• Нарциссические черты характера</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Семейное неблагополучие (неполные семьи, конфликты)</li> <li>• Директивный стиль воспитания</li> <li>• Напряженные отношения с родителями</li> <li>• Насильственные отношения внутри семьи</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Мотив власти</li> <li>• Мотив принадлежности к группе</li> <li>• Материальное или психологическое вознаграждение (деньги, внимание, престиж)</li> <li>• Мотив зависти (имущественное, социальное, этническое и др. неравенство)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Закрепление насилия как способа коммуникации</li> <li>• Отвержение группой</li> <li>• Развитие проблемного поведения (правонарушения, аддикции)</li> <li>• Трудности с успеваемостью и получением образования</li> </ul>

**БУЛЛЕР /ПРЕСЛЕДОВАТЕЛЬ/АГРЕССОР/ОБИДЧИК**

# ПРОВОКАТИВНАЯ ЖЕРТВА

До 3% детей совмещают обе роли, одновременно и ведя себя агрессивно, и провоцируя других детей на причинение вреда или в одних ситуациях в классе являясь преследователем, а в других становясь жертвой — «провоцирующие жертвы».

Характеристики **провокативной жертвы** — гиперактивность, импульсивность, неуклюжесть, вспыльчивость в сочетании с слабым самоконтролем, низкой социальной компетентностью, сложностями с сосредоточением и учебой, тревожностью и наличием депрессивной симптоматики, инфантильностью. Именно для них наиболее характерно суицидальное и аутоагрессивное.

## Провокативные жертвы буллинга (их поведение вызывает раздражение у одноклассников и педагогов)

- гиперактивность и повышенная возбудимость;
- плохая успеваемость;
- ябеды;
- синдром дефицита внимания;
- любимчики учителей;
- с трудом усваивающие учебную дисциплину;
- гиперопекаемые родителями;
- воображалы, хвастуны;
- «белые вороны» во внешности (например, заячья губа, необычная форма ушей, сколиоз, шрамы, очки, тики, косоглазие,...)
- неопрятно одетые или же супер одетые;
- одарённые, вундеркинды;
- кичащиеся достижениями своих родителей;
- не имеющие электронных новинок или же имеющие самые дорогие из них, не доступные другим детям;
- интроверты с затруднённой коммуникацией;
- часто болеющие дети и пропускающие из-за этого учебные занятия;
- необычная манера речи, «необычное» в однокласснике с точки зрения его соучеников (а это, как вы понимаете, может быть что угодно);
- подростки, не умеющие за себя постоять из-за своей деликатности или психологических особенностей;
- дети другой национальности, непопулярной в данное время в стране...

# Стадии школьного буллинга

## 1. Образование буллинг-группировки

- Вокруг «лидера» образуется группа «сторонников», стремящихся к доминированию или к защите и покровительству «лидера»

## 2. Начало конфликта и его эскалация

- **Со стороны обидчика** – начало и повторение насильственных действий, **со стороны жертвы** – унижение, страх и тревожность, потеря способности и воли к сопротивлению, усиление уязвимости по мере эскалации ситуации

## 3. Деструктивное поведение

- За учеником закрепляется статус жертвы. Окружающие обвиняют его в сложившейся ситуации. Жертва верит, что виновата в издевательствах над собой (не может справиться своими силами, подавлена, запугана и деморализована)

## 4. Изгнание

- Пострадавший ученик начинает пропускать учебные занятия - «академический вред буллинга». При отсутствии социально-психологической помощи, даже при переводе в другую школу буллинг может повториться. Возможны мысли о суициде

ЮНЕСКО, 2015 г.



# ПЕРЕЖИВАНИЕ ситуации буллинга пострадавшим

## 1 фаза – поведенческое совладание

- активное сопротивление пострадавшего нападкам обидчика
- активный поиск поддержки и помощи от третьих лиц
- может быть уход от проблемы через увлечение какой-то деятельностью

## 2 фаза – эмоциональное совладание

- постоянное ощущение тревоги, угрозы, страха
- возможны психосоматические реакции (заикание, энурез)
- развивается «катастрофическое мышление» - ощущение тотальной безнадежности и безысходности

## 3 фаза – интеллектуальное совладание

- ощущение неизбежности и непреодолимости ситуации буллинга, которая уже становится атрибутом повседневной жизни
- самообвинения и восприятие окружающего мира как враждебного
- сомнения в смысле жизни (возможна попытка суицида)



# Антибуллинговые программы кросскультурный опыт

Антибуллинговая программа Д. Олвеуса - Olweus Bullying Prevention Program (Норвегия)

KIVA «kiusaamista vastaan» - против издевательств (Финляндия)

Steps to respect «Шаги к уважению» (США)

Программа системной работы против буллинга  
Б. Лоуси (США)

## Антибуллинговые программы рекомендации

Повышение уровня культуры и воспитания

Совершенствование компетенций персонала

Формирование конструктивного поведения

Формирование медиативных навыков

Привлечение к школьным проектам: уважение и престиж

Изменение отношения родителей и учителей к буллингу





# МЕРЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ БУЛЛИНГУ В ШКОЛЕ ЮНЕСКО 2015

1

• Мониторинг и анализ актуальной ситуации

2

• Создание школьной антибуллинговой политики

3

• Разработка и реализация плана мероприятий

4

• Организация работы психологической службы

5

• Обучение сотрудников

6

• Обучение учащихся

7

• Информирование родителей

8

• Создание информационных материалов



## РЕКОМЕНДАЦИИ ПЕДАГОГАМ

- **Не игнорировать, не преуменьшать значение.**
- **Занять позицию.**
- **Разговор с группой.** Обсудить с ребятами в группе случай буллинга. Такой разговор лишит ситуацию насилия покрова «тайны», сделает ее явной для всех, поможет разрешить конфликтную ситуацию, вместе обсудить имеющиеся правила против буллинга или выработать новые.
- **Проинформировать педагогический коллектив.** Педагогический коллектив должен знать о случае буллинга и взять ситуацию под контроль.
- **Пригласить родителей для беседы.**



## Проект «ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ШКОЛЬНИКА»

С 2014г. на площадках МОУ г.Барнаула реализуется сетевой муниципальный проект «**Психологическое образование школьника**» (под эгидой Комитета по образованию, Факультета психологии и педагогики АлтГУ, ГППЦ Потенциал). Используя организационные возможности учреждений высшего, общего и дополнительного образования, проект объединяет психологов и педагогов на разных этапах профессиональной карьеры для оказания благотворительной психологической поддержки школьникам. Образовательная инициатива проводится ежегодно **в форме уроков практической психологии** для учащихся 7-11 классов с целью формирования ключевых компетенций школьников в области психологического здоровья, культуры, безопасности и профессионального определения.

Тематический портфель Акции затрагивает вопросы профилактики аддикций, вредных привычек, суицидальных рисков, стрессовых расстройств, совладания в трудных ситуациях, поведения в конфликтной и агрессивной среде, в т.ч. в ситуациях буллинга и моббинга, навыки саморегуляции и психологической разгрузки, навыки школьной медиации, возрастные проблемы пола и гендера, психологические трудности цифрового поколения и многое другое. Образовательная инициатива имеет высокий спрос со стороны МОУ, положительную обратную связь от школьников и педагогов, привлекает специалистов для инновационных форм участия в системе психолого-педагогического сопровождения школ города.

Ежегодно участниками проекта становятся 50 школ города, на площадках которых реализуются более 100 уроков по 25 тематическим направлениям для 1600-1800 учащихся. Проект является победителем конкурса-гранта ректора АлтГУ в 2014г., демонстрирует эффективность внедрения института базовых кафедр в системе образования, поскольку позволяет внедрять дополнительный профессиональный кадровый ресурс в формате сетевых инноваций в инфраструктуре образования.

Целевая аудитория проекта - школы, не имеющие в штате школьных психологов, а также заинтересованные в психологической помощи и поддержке МОУ г.Барнаулка. Функционал деятельности проекта - психолого-педагогического сопровождение по востребованным, сложным и проблемным направлениям психологии образования, включая экспериментальную деятельность (мониторинг вербальной агрессии, школьной тревоги, цифровой аддикции, психологической безопасности и др.).



**Модуль:** ПСИХОЛОГИЯ ОТНОШЕНИЙ В КОЛЛЕКТИВЕ.

**Кейс №1:** ПСИХОЛОГИЯ ВЛИЯНИЯ И ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ГРУППЕ

**Возрастной контингент:** 10-11 класс

**Цели:**

- Понимание психологии процессов групповой динамики, в том числе в субкультуре
- Механизмы принятия/отвержения в коллективе
- Поведение личности в условиях социального влияния и группового давления
- Командное взаимодействие и принятие решений группой

**Задачи:**

- Развитие умений и навыков межличностного взаимодействия в группе
- Показать наглядное действие группового давления на личность
- Предложить способы противостояния групповому давлению
- Показать тактики индивидуального участия в групповом решении
- Показать различия групповой сплоченности и продуктивности

**Психологические компетентности личности:**

- Навыки группового взаимодействия
- Умение противостоять групповому давлению
- Навыки комплиментарной деятельности
- Навыки формирования позитивного психологического климата в группе
- Конформизм и лидерство как стратегии поведения в группе
- Самооценка личности в условиях принятия/отвержения группой



## Модуль: ПСИХОЛОГИЯ СОВЛАДАНИЯ В ТРУДНОЙ СИТУАЦИИ

### Кейс №2: СИГНАЛЫ СУИЦИДАЛЬНОГО РИСКА

Возрастной контингент: 9-11 класс

#### Цель:

- Развитие у учащихся наблюдательности за психическим состоянием и умения своевременного распознавания признаков суицидальных намерений в языке, речи и поведении.
- Психопрофилактика рисков антивитального поведения, возникающих в условиях неустойчивых психических состояний у подростков.

#### Задачи:

- Знакомство с проявлениями неравновесных(неустойчивых) психических состояний в обыденной жизни;
- Понимание психоэмоциональных проявлений снижения жизненного потенциала;
- Обучение распознаванию рискогенных эмоциональных состояний;
- Знакомство с индивидуальными различиями порога фрустрации;
- Анализ адекватного и неадекватного поведения в аффективном состоянии;
- Знакомство с особенностями возникновения и переживания суицидальных намерений, возможностей преодоления негативных мыслей и чувств;
- Предоставление информации о проявлениях суицидального поведения, которую необходимо знать для оказания эффективной помощи другу или знакомому, оказавшемуся в трудной жизненной ситуации.

#### Психологические компетентности личности:

- Навыки распознавания, выражения и понимания эмоций;
- Навыки оценки психологического благополучия;
- Базовые навыки оценки нарушений психоэмоциональной регуляции;
- Практические знания и умения по оценке нарушений психической уравновешенности;
- Умение распознавать сигналы суицидального намерения;
- Способность к помощи в условиях риска антивитального поведения;
- Способность к эмпатии и диалогу.



**Модуль: ПСИХОЛОГИЯ ГРУППОВОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ  
И ГРУППОВОГО ВЛИЯНИЯ.**

**Кейс №3: ТРЕНИНГ КОМАНДОФОРМИРОВАНИЯ: КЛАССНЫЙ КЛАСС**

**Возрастной контингент:** 8-10 класс

**Цели:**

- Развитие компетентности в групповой коммуникации
- Формирование позиции сотрудничества во внутригрупповом взаимодействии
- Различие навыков работы в группе и команде
- Использование командного ресурса в учебной деятельности

**Задачи:**

- Установление психологического контакта в группе
- Сплочение группы и формирование позитивного психологического климата
- Формирование команды как системы отношений
- Развитие эмпатии
- Освоение стратегий ролевого взаимодействия
- Знакомство с ролевым репертуаром командных тактик

**Психологические компетентности личности:**

- Способность и готовность к восприятию личности другого
- Способность строить доверительные отношения в группе
- Умение найти себя в команде
- Навыки работы в команде
- Навыки психологической поддержки в группе
- Помощь в преодолении психологических барьеров группового взаимодействия

**Теоретико-методологические основания:**

Концепция командных ролей Р.М.Белбина, Коллективная рефлексология Бехтерева В.М.,  
Концепция «педагогической команды» в образовательной деятельности Солововой Н.А.

**Форма занятия:** Тренинг групповой сплоченности с элементами командообразования.



**Модуль: Психология совладания в трудной ситуации.**

**Кейс №4: ТРЕНИНГ СУБЪЕКТИВНОЙ ВИТАЛЬНОСТИ:**

**ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ ЖИЗНЕЛЮБИЯ И ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ**

**Возрастной контингент: 10-11 класс**

**Цели:**

- Формирование у подростка ценностей субъективной витальности;
- Осознание влияния субъективной витальности на учебную деятельность;
- Формирование копинг-стратегий психологического благополучия;
- Психопрофилактика «токсичных черт» личности (борьба с напряжением, депрессией, гневом, утомлением, замешательством, агрессией);

**Задачи:**

- Понимание витальности как психологического самоощущения жизненной силы и энергии;
- Распознавание индикаторов психологического благополучия и неблагополучия личности;
- Знание и понимание позитивных и негативных аффектов базовых эмоций;
- Осознание негативных стереотипов и их влияния на эмоции и поведение;
- Понимание оптимизма и пессимизма как стиля объяснения событий;
- Понимание ценностей отношений с окружающими для психологии счастья.

**Психологические компетентности личности:**

- Психологическая готовность к деятельности, связанной с преодолением трудностей;
- Повышение самооффективности и самоактуализации в трудной ситуации;
- Навыки достижения психологического баланса позитивных и негативных переживаний;
- Навыки субъективного контроля и интернальности;
- Навыки использования эмоционального интеллекта.

**Теоретико-методологические основания разработки занятия:**

- Когнитивная модель А.Бека
- Позитивная психология М.Селигмана (концепция приобретенной беспомощности и приобретенного оптимизма);
- Теория содержания целей К.Шелдона



**Модуль: ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И БЕЗОПАСНОСТЬ**  
**Кейс № 5: КУЛЬТУРА ОБЩЕНИЯ: ИНВЕКТИВНАЯ ЛЕКСИКА**

**Возрастной контингент:** 7-8 класс

**Цели:**

- Повышение культуры общения
- Формирование навыков коммуникации
- Формирование навыков выражения отрицательного отношения к собеседнику способами, не порицаемыми обществом

**Задачи:**

- Ознакомить с понятием «инвективная лексика»
- Выделить формы употребления инвективной лексики
- Определить ситуации использования инвективной лексики
- Обозначить приемлемые обществом способы выражения отрицательного отношения к собеседнику
- Укрепить навыки использования социально приемлемых способов выражения отрицательного отношения к собеседнику посредством ролевой игры

**Психологические компетентности личности:**

- Коммуникативная компетентность;
- Навыки ведения диалога на более высоком уровне;
- Способность к самоконтролю при выражении эмоций и отрицательного отношения;
- Повышение культуры общения.

**Теоретико-методологические основания:**

- Социальная психология (Н.Д. Левитов, Т.Г. Румянцева, Л.М. Семенюк, Э. Аронсон, А. Басс, А. Бандура, Л. Берковиц, Дж. Доллард, Б. Максфелл);
- Психология коммуникативного поведения (Е. А. Абросимова, Т. В. Дементьев, Т.В. Ларина, Н.Ф. Михеева, И.А. Стернин, О. Б. Христофорова, Л. А. Шкатова, К. Андерсен, К. Двигт, Г. Кауфман, М. Мартин, И. Накане, Дж. Феликс-Брасдефер);
- Психолингвистика (Л.С. Выготский, А.А. Леонтьев, А.Р. Лурия, М. Станфорд);
- Психология дискурса (Т.В. Воронцова, В.И. Карасик, Ю.В. Щербинина);
- Лингвокультурология (Воробьев В. В., Шаклейн В. М.)
- Психология переговорного процесса (Д. Прюитт, Д. Рубин, Р. Фишер, У. Юри);





**Модуль: Психология отношений**

**Кейс № 6: АГРЕССИВНАЯ ЛИЧНОСТЬ: ТАКТИКИ ПОВЕДЕНИЯ**

**Возрастной контингент: \_8-9\_ класс**

**Цель:**

- Ознакомление с особенностями агрессивного типа личности, признаками агрессивного поведения.
- Ознакомление с тактиками поведения в ситуациях проявления агрессивного поведения.
- Формирование умений адекватного реагирования на проявления агрессии в конфликтных ситуациях.

**Задачи:**

- Ознакомить учеников с понятием "агрессия", формами ее проявления.
- Ознакомить учеников с особенностями агрессивного типа личности, признаками агрессивного поведения.
- Выделить признаки конструктивной и деструктивной агрессии.
- Обозначить тактики вербального поведения в конфликтной ситуации.
- Развить у учеников способность адекватного реагирования на проявления агрессии, в конфликтных ситуациях.
- Определить, достаточно ли ученики корректны в отношениях с окружающими, с помощью тестирования.
- Отработка различных тактик общения в конфликтной ситуации, с помощью ролевой игры.

**Психологические компетентности личности:**

- Навыки конструктивного коммуникативного поведения
- Навыки выбора тактики поведения в конфликтной ситуации
- Способность адекватного реагирования в ситуациях проявления агрессии
- Самоконтроль при выборе способов проявления агрессии



## Модуль: ПСИХОЛОГИЯ КОНФЛИКТА И ТОЛЕРАНТНОСТИ

### Кейс №7 : НАВЫКИ МЕДИАЦИИ ШКОЛЬНЫХ КОНФЛИКТОВ

Возрастной контингент: 9-10 класс

#### Цели:

- Представление о школьной медиации с помощью взрослых и ровесников;
- Знакомство с принципами и процедурой медиации конфликта;
- Освоение понятийной азбуки конфликта;
- Анализ конфликта в процессе медиации;
- Организация общения в медиации;
- Практический опыт медиации ровесников в ролевой игре

#### Задачи:

- Анализ конфликтного общения и поведения в споре и ссоре;
- Психологическая оценка конфликтной ситуации;
- Формирование навыков ведения медиативного диалога;
- Освоение техники медиативных вопросов;
- Создание безопасной среды посредничества в конфликте.
- Формирование умений договариваться в конфликте.

#### Психологические компетентности личности:

- Навыки распознавания и предупреждения конфликтных ситуаций
- Навыки бесконфликтного общения
- Навыки анализа конфликта
- Навыки активного слушания
- Навыки вербализации эмоций
- Навыки сотрудничества в конфликте
- Навыки модерации конфликта

#### Теоретико-методологические основания в разработке занятия :

- › Психология конфликта (Н.В.Гришина)
- › Психология медиации в конфликте (Лавров В.В., Лаврова Н.М.)
- › Психология принятия решений в медиации (А.Редлих)
- › Психология отношений в медиации (Минделл А.)
- › Психология общения и самопомощи в конфликте (Глазл Ф.)

**Форма занятия:** интерактивные образовательные технологии в форме ролевой игры на основе методического пособия для школьников «**Букварь медиатора**» (Быкова Л.В.)



**Модуль: ПСИХОЛОГИЯ КОНФЛИКТА И ТОЛЕРАНТНОСТИ**

**Кейс №8: УМЕНИЕ ДОГОВАРИВАТЬСЯ: ПЕРЕГОВОРНЫЕ ИГРЫ**

**Возрастной контингент: 8-9 класс**

**Цели:**

- Представление о фасилитации и медиации как инструментах толерантности;
- Знакомство с принципами переговорного общения и взаимодействия;
- Развитие навыков проведения переговоров на позициях сотрудничества;
- Освоение приемов убеждающей аргументации в споре;
- Организация переговорного процесса в ролевой игре;

**Задачи:**

- Формирование умений договариваться в спорах и конфликтах;
- Использование видов коммуникации в переговорном процессе;
- Изучение правил и приемов аргументации в переговорах;
- Освоение техники медиативного подхода в переговорах;
- Создание безопасной среды посредничества в конфликте.

**Психологические компетентности личности:**

- Навыки переговоров в разрешении конфликтных ситуаций
- Навыки эффективного общения
- Навыки активного слушания
- Навыки вербализации эмоций
- Навыки сотрудничества в конфликте
- Навыки командной деятельности

**Теоретико-методологические основания в разработке занятия :**

- › Психология конфликта (Н.В.Гришина)
- › Психология медиации в конфликте (Лавров В.В., Лаврова Н.М.)
- › Психология принятия решений в медиации (А.Редлих)
- › Психология отношений в медиации (Минделл А.)
- › Психология общения и самопомощи в конфликте (Глазл Ф.)
- › Психология понимания (В.В.Знаков)



## Модуль: ПСИХОЛОГИЯ СОВЛАДАНИЯ В ТРУДНОЙ СИТУАЦИИ

### Кейс №9 ВЫУЧЕННАЯ БЕСПОМОЩНОСТЬ: НЕВОЗМОЖНОЕ ВОЗМОЖНО

Возрастной контингент: 7-9 класс

#### Цель:

- Демонстрация выученной беспомощности как психологического феномена в повседневной жизни;
- Развитие позитивного психологического опыта;
- Развитие навыков самоэффективности и саморегуляции;
- Психотехнические приемы повышения конструктивной внутренней мотивации.

#### Задачи:

- Понимание психоэмоциональных проявлений снижения внутренней мотивации;
- Знакомство с индивидуальными различиями порога фрустрации и ресурсов;
- Умение использовать ресурсы личности в ситуации выученной беспомощности (активизация желаний и потребностей);
- Повышение самооценки и осознание своих прав (право на ошибку, собственный выбор, возможность быть собой и т. п.);
- Актуализация опыта побед и преодолений трудностей;
- Формирование позитивного прогноза;
- Постановка целей и принятие на себя ответственности за их достижение.

#### Психологические компетентности личности:

- Навыки распознавания, выражения и понимания эмоций;
- Навыки самоэффективности и саморегуляции;
- Навыки мобилизации ресурсного состояния;
- Навыки конструктивной внутренней мотивации

#### Теоретико-методологические основания:

- Теория самодетерминации Э.Деси и Р.Райана,
- Теория оптимального человеческого развития К.Роджерса,
- Модель самоактуализирующегося человека А.Маслоу,
- Теории позитивной психологии К.Петерсон и М.Селигмана,
- Принцип единства сознания и деятельности (А.В.Брушлинский, С.Л Рубинштейн).



**Модуль: ПСИХОЛОГИЯ ОЦЕНКИ И ОЦЕНИВАНИЯ**

**Кейс №10: СТРАХ СОЦИАЛЬНЫХ ОЦЕНОК:  
КАК ПЕРЕСТАТЬ БОЯТЬСЯ ЧУЖОГО МНЕНИЯ**

**Возрастной контингент: 8-9 класс**

**Цели:**

- Демонстрация социальной оценки как психологического феномена в повседневной жизни;
- Анализ рациональной и иррациональной природы страха при столкновении с ситуациями оценки;
- Формирование копинг-стратегий психологического благополучия в ситуации социальной оценки;
- Освоение базовых понятий самосознания: «Я-реальное», «Я-идеальное», «оценка», «самооценка», «уверенность в себе», «оценка в дружбе», «оценка в обществе».

**Задачи:**

- Использование креативного подхода к оцениванию себя и окружающей действительности;
- Демонстрация копинг-стратегий совладания со страхом социальной оценки;
- Опыт осознания компенсаторных возможностей личности;
- Знакомство с методами и приемами диагностики самооценки;
- Приобретение практических знаний и умений по психологии оценивания;
- Умение использовать ресурсы личности в ситуации учебной оценки.

**Психологические компетентности личности:**

- Самоанализ
- Самооценка
- Саморазвитие
- Рефлексия
- Коммуникативная компетентность

**Теоретико-методологические основания:**

- Принцип личностного подхода (А.Г. Асмолов, А.Н.Леонтьев, В.А. Петровский и др.)
- Принцип единства сознания и деятельности (А.В. Брушлинский, С.Л. Рубинштейн.);
- Принцип детерминизма и связи индивидуального и общественного (Б.Г. Ананьев, А.В. Брушлинский, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, А.В. Петровский и др.).  
Проблема оценивания и оценки в подходе Батурина Н.А.



**Модуль: ПСИХОГИГИЕНА ЦИФРОВОЙ КУЛЬТУРЫ.**

**Кейс № 11: ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ В СЕТИ:  
ЧЕЛОВЕК В МИРЕ ГАДЖЕТОВ.**

**Возрастной контингент:** 7-8 класс

**Цели:**

- Формирование цифровой культуры поколения digital natives;
- Психологический анализ феномена «игровой личности» и «игровой зависимости» в современном цифровом обществе;
- Формирование культуры потребления медиа-информации (психологические функции медиапотребления и медиазависимости).
- Понятие психологической безопасности в сетевом общении.

**Задачи:**

- Показать психологический феномен игры в обыденной жизни;
- Показать отличия игровой психологии от психологии игры;
- Показать роль игры в познавательной и развлекательной деятельности;
- Показать психологические связи игровой и учебной деятельности;
- Показать положительные и отрицательные эффекты геймификации;
- Рассмотреть роль гаджетов в развитии цифровой культуры;
- Рассмотреть причины возникновения и характер проявления игровой и цифровой зависимости в эпоху интернет-коммуникаций.

**Психологические компетентности личности:**

- Психологическая готовность к освоению цифровой культуры;
- Психологические навыки освоения цифровой культуры;
- Предпосылки формирования цифровой зависимости;
- Психологическая устойчивость к мобильной и интернет-зависимости.

**Теоретико-методологические основания:**

Теоретические и экспериментальные работы по психолого-педагогическим проблемам воспитания и образования подростков в условиях информационного общества (в контексте психологии безопасности и девиантологии).



## **Модуль: ПСИХОЛОГИЯ КОНФЛИКТА И ТОЛЕРАНТНОСТИ**

### **Кейс №12: Профилактика школьного буллинга.**

**Возрастной контингент:** 6-8 класс, 9-10 класс

#### **Цели:**

- Представление о формах насилия и жестокого поведения;
- Особенности ситуаций буллинга и моббинга;
- Анализ поведения булеров, моберов и их жертв;
- Организация поведения и общения в ситуациях школьной травли;
- Опыт антибуллинговой программы в ролевой игре.

#### **Задачи:**

- Анализ конфликтного общения и поведения в споре и ссоре;
- Психологическая оценка ситуации школьной травли;
- Формирование навыков поведения и взаимопомощи в буллинге;
- Создание безопасной среды в конфликте;
- Формирование умений договариваться в конфликте.

#### **Психологические компетентности личности:**

- Навыки распознавания школьной травли
- Навыки предупреждения школьной травли
- Навыки анализа ситуаций буллинга и моббинга
- Навыки взаимопомощи в буллинге
- Навыки поиска профессиональной поддержки и помощи
- Навыки модерации конфликтных ситуаций



Bullying.org, Bullying Online, Stop bullying, Bullying.net

# РИСКИ КОНФЛИКТОГЕННОГО ПОВЕДЕНИЯ

ГППЦ ПОТЕНЦИАЛ, КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ г.БАРНАУЛА