



**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)**

**ФАКУЛЬТЕТ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ И ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ МЕТОДИК**

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ПОДВЕРЖЕННОСТИ БУЛЛИНГУ И САМООЦЕНКИ
ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ДОСТОИНСТВ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

**Выпускная квалификационная работа
по направлению 44.03.05 Педагогическое образование
(с двумя профилями подготовки)**

**Направленность программы бакалавриата:
«Начальное образование. Английский язык»**

Проверка на объем заимствований:
59,49 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована

« 27 » мая 20 19 г.
зав. кафедрой ППиПМ
Волчегорская Евгения Юрьевна

Выполнила:
Студентка группы ОФ-508/071-5-1
Байдосова Полина Алексеевна

Научный руководитель:
Доктор пед. наук, профессор, зав. кафедрой
Волчегорская Евгения Юрьевна

**Челябинск
2019 год**

Оглавление

| | |
|---|----|
| Введение..... | 3 |
| Глава 1. Теоретический анализ проблемы исследования | 7 |
| 1.1. Понятия буллинг и виктимность..... | 7 |
| 1.2 Особенности самооценки индивидуальных достоинств младших школьников..... | 12 |
| Выводы по 1 главе..... | 21 |
| Глава 2. Практические аспекты исследования..... | 22 |
| 2.1. Задачи и содержание исследования | 22 |
| 2.2 Программа развития адекватной самооценки индивидуальных достоинств младших школьников во внеурочное время | 28 |
| Выводы по 2 главе..... | 47 |
| Заключение | 49 |
| Список литературы | 52 |
| Приложение | 58 |

Введение

Во все времена была актуальна тема детской жестокости и насилия. Некоторые из русских писателей обращались к ней, например, такие как В. Крапивин, В. Распутин, В. Железников и др. В их произведениях представлено противостояние сильных и слабых людей. В настоящее время разнообразные проблемы, присущие младшему школьному возрасту, находятся во внимании множества наук о развитии человека и общества, и в ряду разнообразных проблем получила свое внимание проблема буллинга – подросткового насилия, но не в рамках классического подхода к подростковым конфликтам, как это можно было бы ожидать, а как проблема долговременной травли «жертвы» [43].

Школа занимает особое место среди институтов социализации, позволяющих подросткам приобретать социальный опыт. Зачастую безразличие или ошибки педагогов, а также негативные отношения со сверстниками в школе имеют для учащегося большее значение и влекут более тяжелые последствия в будущем, чем внутрисемейные разногласия или утрата влияния семьи. В нашем обществе до недавнего времени было принято считать, что школа – безопасное для детей место. Однако насилие в школах внесло свой вклад в понимание того, что психологически безопасных мест для подростка в современном мире просто нет.

Безопасность для всех членов школы является необходимым условием эффективности обучения. Но, к сожалению, в образовательной среде все чаще встают вопросы о проявлении агрессии среди обучающихся, а также о мерах, которые могут использовать и применяют преподаватели с целью пресечения агрессивного поведения. Школьные издевательства и унижения как со стороны обучающихся, так и со стороны преподавателей – негативно сказываются на атмосфере в школе, а страх, депрессия и жалобы подростков на здоровье влияют на посещаемость ими школы, концентрацию на занятиях и успеваемость учеников [23].

Важно понимать, что буллинг влияет не только на непосредственных его участников, но и на всех учеников в классе, школе и, в конечном итоге, на значительно более широкий круг людей, что также подтверждают исследования в этой области [48]. Исследователи пришли к заключению, что «буллинг позволяет детям достигать своих непосредственных целей без изучения и применения социально приемлемых способов достижения договоренности с другими людьми.» [36].

Все чаще появляются сообщения о детской жестокости, выкладываются ролики об избиении и издевательствах над одноклассниками и физически более слабыми ребятами, а наблюдать это мы можем в средствах массовой информации, особенно в Интернете. Это является подтверждением того, что данная проблема принимает массовый характер и является актуальной.

Впервые проблема школьного насилия возникла еще в начале 20 века в 1905 г., когда К. Дьюкс опубликовал свое исследование, но, по настоящему, системное исследование было проведено скандинавскими учеными Д. Олвеус, П.П. Ханиман, А. Пикас, Е. Роланд [49]. Они разработали концепцию буллинга и определили это понятие как притиснение, дискриминацию, травлю. Большое внимание ей уделяется в работах иностранных ученых, таких как Э. Миллер, Д. Лейн, Э. Эрлинг, С. Солберг, Монтгомери, К. Ригби.

К проблеме формирования у школьников отношения к себе обращались многие признанные педагоги прошлого, такие как П.П. Блонский, К.Н. Вентцель, И. Гессен, Н.А. Добролюбов, П.Ф. Каптерев, Я.А. Коменский, Я. Корчак, А.С. Макаренко, И.Г. Песталоцци, Ж.-Ж. Руссо [4]. В аспекте общей и педагогической психологии устанавливаются связи человеческого достоинства с такими психологическими характеристиками, как воля, самоуважение, самооценка.

Что касается работ отечественных исследователей, то в научно-методическом плане она освещена значительно слабее, чем другие

проблемы нравственного совершенствования младших школьников. Практически отсутствуют исследования взаимосвязи между буллингом и самооценкой индивидуальных достоинств детей младшего школьного возраста. Данное противоречие обусловило необходимость формулировки проблемы квалификационного исследования: какова взаимосвязь буллинга и самооценки индивидуальных достоинств у младших школьников?

Данная проблема определила тему нашего исследования: «Взаимосвязь подверженности буллингу и самооценки индивидуальных достоинств у младших школьников».

Объект исследования – подверженность буллингу в начальной школе.

Предмет исследования – взаимосвязь подверженности буллингу и самооценки индивидуальных достоинств у младших школьников.

Цель нашей работы – выявить взаимосвязь между подверженностью буллингу и самооценкой индивидуальных достижений младших школьников и разработать программу, направленную на формирование адекватной самооценки индивидуальных достоинств младшего школьника.

В качестве гипотезы, нами сформулировано предположение о том, что подверженность буллингу выше у детей с низкой самооценкой индивидуальных достоинств.

Для достижения поставленной цели нам необходимо решить следующие задачи:

1. Выявить сущность понятий «буллинг» и «виктимность».
2. Выявить особенности самооценки индивидуальных достоинств у младших школьников.
3. Выявить взаимосвязь самооценки индивидуальных достоинств и подверженности буллингу у младших школьников.
4. Разработать программу, направленную на формирование адекватной самооценки индивидуальных достоинств младшего школьника.

В нашей работе были использованы:

- теоретические методы:
 - анализ психолого-педагогической и методической литературы;
- практические методы:
 - тестирование.

Практическая значимость нашей работы заключается в том, что разработанная нами программа, может быть использована в работе учителя начальных классов.

Глава 1. Теоретический анализ проблемы исследования

1.1. Понятия буллинг и виктимность

В школе есть дети, являющиеся объектами издевательств и насмешек со стороны группы учащихся, а иногда и всего класса. В последние 30 лет психологи и педагоги бьют тревогу – это явление проявляется с особой жестокостью и приводит к ужасным последствиям. Сцены с школьной травлей теперь с легкостью могут быть зафиксированы на камеры мобильного телефона и распространены по учебному заведению или интернету. По мнению отечественных и зарубежных ученых, буллинг – является распространенным явлением в школе. До 11% детей регулярно (раз в неделю и чаще) и 56% – эпизодически (время от времени) подвергаются издевательствам со стороны одноклассников, 27% матерей считают, что их дети являются жертвами школьной травли.

В теоретической части нашей работы считаем необходимым рассмотреть такие понятия как буллинг (типы буллинга, структура буллинга, агрессоры и жертвы), виктимность (определение, причины, признаки), индивидуальные достоинства и их взаимосвязь с подверженностью буллингу. «Буллинг» - в переводе с английского это слово означает хулиганство. Буллинг-это многократное негативное психологическое давление на человека[11].

В настоящее время буллингу как форме насилия во всем мире уделяется большое внимание. Буллингу целиком посвящено несколько больших национальных и международных серверов, таких как Bullying.org, Bullying Online, Stop bullying, Bullying.net и т. д.[46].

Впервые слово «буллинг» для обозначения травли как явления и как формы насилия использовал английский журналист Э. Адамс в 1990 г.[47]. Буллинг имеет свои виды и является разновидностью насилия. Поскольку буллинг преимущественно зафиксирован в коллективах, можно выделить

следующие типы буллинга. Это:- буллинг в школе;-буллинг на рабочем месте;-буллинг в армии («дедовщина»).В данной работе будет рассмотрен «буллинг в школе».

Школьная травля, или буллинг (bullying, от англ. bully - хулиган, драчун, задира, грубиян) - это длительное физическое или психическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, не способного защитить себя в данной ситуации. В нашем исследовании было принято определение буллинга по С.В. Кривцовой: «Буллингом называется агрессия одних детей против других, когда имеют место неравенство сил агрессора и жертвы, агрессия имеет тенденцию повторяться. Не равенство сил, повторяемость – два существенных признака буллинга»[15].

Буллинг – явление массовое. В некоторых случаях издевательства носят ситуативный характер, но иногда это систематическая травля со стороны одноклассников. 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.

Формы школьного буллинга могут быть различными: систематические насмешки, вымогательство, физические и психические унижения, различного вида издевательства, бойкот и игнорирование, порча личных вещей и др.

Е.В. Шигорин выделяет следующие типы буллинга:

1. Косвенный – социальная агрессия.
2. Физический – агрессия с физическим насилием.
3. Поведенческий – преследователь вынуждает жертву перенести оскорбительные и унижающие для нее чувства собственного достоинства.
4. Словесный – унижение непристойными словами, обзываниями, кличками.

5. Кибербуллинг – новая разновидность школьного буллинга. Жертва получает оскорбления на свой электронный адрес и через другие электронные ресурсы. Сюда входит съемка и выкладывание неприглядного видео в общий доступ [10].

Благоприятным для профилактической деятельности по данному направлению является младший школьный возраст, когда детскую психику ещё можно изменить. Буллинг нередко связывают с виктимизацией. Виктимизация (лат. *victima* - «жертва») – процесс или конечный результат превращения в жертву, которая начинает негативно относиться к себе и изменяет свое поведение и общение с другими [41]

Было выявлено, что агрессоры буллинга обладают высоким уровнем самооценки (высокие показатели самооценки выявились у 57 % агрессоров буллинга), что вкупе с тем, что агрессоры обладают низким показателем враждебности, говорит об их уверенности в себе, отсутствии подозрительности, обидчивости. Из полученных данных следует, что агрессоры отличаются тягой к лидерству, активностью в общении, чувством безопасности. У агрессоров выявились высокие показатели по самоуважению, особенно в сравнении с жертвами буллинга. Изучая проблему буллинга, мы считаем необходимым рассмотреть понятие виктимность.

Виктимность – это особенность поведения человека, который ненамеренно навлекает на себя агрессию со стороны других людей. Термин произошел от латинского слова «*victima*» — жертва. Термин «виктимность» был введен в научный оборот Л.В. Франком в 70-е годы [26]. Виктимность относится к числу основных понятий, используемых в учении о жертвах неблагоприятных условий социализации. По определению Л.В. Франка, виктимность - способность стать при определенных обстоятельствах жертвой преступления или, другими словами, неспособность избежать опасности там, где она объективно была предотвратима, причём она может быть как реализованной, так и

потенциальной [19]. Виктимность и виктимное поведение проявляются в разных сферах жизни. С точки зрения социальной психологии виктимное поведение – это отклонение, основанное на таких факторах, как:

- предрасположенность;
- внешние обстоятельства;
- влияние социума.

Комплексу виктимности в большей степени поддаются подростки. Незрелая личность чаще взрослых становится жертвой негативных обстоятельств, явлений, людей и не только. Данная проблема – одна из актуальных в современной психологии и еще не нашла решения.

П.И. Юнацкевич выделил следующие *виды виктимности*:

1. По проявлениям в различных жизненных ситуациях - криминальную, политическую, экономическую, транспортную, бытовую, военную и др.
2. По доминирующим психологическим механизмам - мотивационную, познавательную, эмоционально-волевою, смешанную.
3. По числу участвующих лиц - индивидуальную, групповую, массовую.
4. В зависимости от отношения к профессиональной деятельности по обеспечению безопасности - непрофессиональную и профессиональную.
5. По психологическому уровню виктимности - слабовыраженную, средневыраженную и сильновыраженную.
6. По времени протекания - ситуативную и относительно стабильную [27].

Виктимность обусловлена совокупностью личностных, поведенческих качеств, взаимодействующих с внешними факторами в определенных ситуациях. Виктимизация является расширением понятия виктимности, которое обычно представлено как процесс превращения лица в жертву преступления и результат этого процесса, как на массовом, так и

на единичном уровне [9]. Виктимизация на единичном уровне должна характеризоваться данными о виде преступления, времени, месте и способе его совершения, социально - демографических, психофизиологических, правовых и иных особенностях потерпевшего [12].

Было установлено, что последствия виктимизации долговременны. У взрослых людей, которые в младшем школьном возрасте подвергались насилию, выявлены высокие уровни подверженности депрессивному состоянию, низкая самооценка, а так же проблемы из-за низкой социальной изоляции. У этих людей наблюдается антисоциальное поведение, одиночество, высокая тревожность.

Значительное число детей, попадающих в категорию буллеров, и подвергающих других буллингу, сами также являются жертвами буллинга. Интересно, что при проведении сопоставлений между “просто” булерами и булерами-жертвами, последние имеют значительно более низкую общую самооценку, чем “просто” хулиганы. Ученики-буллеры в будущем как правило проявляют криминальное поведение и имеют проблемы с законом: Олвеус указывает, что бывшие школьные хулиганы обычно к 24 годам имеют судимость. В Норвегии в лонгитюдном исследовании 60% мальчиков, которые были идентифицированы как хулиганы в средней школе, имели уже по крайней мере одну судимость в возрасте до 24 лет, а 35-40% имели три и более судимости. Таким образом, буллеры к 20-летнему возрасту в три-четыре раза чаще имеют судимость, чем их сверстники [39].

Буллинговое поведение может быть признаком, лежащим в основе психопатологии. Кампалейнен и его коллеги (в 2001) обнаружили, что среди хулиганов-жертв поведенческие расстройства наблюдались в два раза чаще, чем среди хулиганов и в три раза чаще, чем среди жертв [41].

Буллинг-виктимизация является причиной низкой самооценки и более высокого уровня депрессии и тревоги. Жертвы также больше думают о самоубийстве. Самоубийство не такое частое явление вреди

подростков, но для тех, кто становится жертвой буллинга, риск самоубийства возрастает.

Проанализировав исследования по проблеме виктимности младших школьников, можно прийти к выводу, что причинами виктимности школьников являются:

1. Возраст (слабо развитое умение контролировать собственное поведение, эмоциональная незрелость, неумение соразмерять желания и возможности в удовлетворении своих желаний, повышенная внушаемость, желание самоутвердиться и стать взрослым).
2. Неблагополучие семьи.
3. Неблагоприятные социальные условия.
4. Учебная дезадаптация школьника (проходит в своем развитии стадии: учебной декомпенсации (состояния ребенка, характеризующееся возникновением затруднений в изучении одного или нескольких предметов при сохранении общего интереса к школе); школьной дезадаптации (состояния ребенка, когда наряду с возрастающими трудностями в обучении на первый план выступают нарушения поведения, выраженные в виде конфликтов с педагогами, одноклассниками, пропусков занятий); социальной дезадаптации (состояния ребенка, когда отмечается полная утрата интереса к учебе, пребыванию в школьном коллективе, уход в асоциальные компании, увлечение).
5. Криминализация среды свободного времяпрепровождения.

1.2 Особенности самооценки индивидуальных достоинств младших школьников

Изучив теоретическую литературу, мы можем сделать вывод, что буллинг, как явление, напрямую связан с особенностями самооценки индивидуальных достоинств младших школьников. Анализируя

исследования Е.В. Черноснистова, Н.Г. Алексеева, Л.И. Божовича, А.И. Липкиной, следует отметить, что центральной характеристикой любой личности является « Я-КОНЦЕПЦИЯ». «Я – КОНЦЕПЦИЯ», по мнению знаменитого психолога И. П. Шахова, это относительно устойчивая и осознанная система представлений личности о себе, на основе которой человек строит отношение к себе и свое взаимодействие с другими людьми.

Составной и неотъемлемой частью « Я – КОНЦЕПЦИИ» является самооценка. Самооценка – оценка личностью самой себя, своей внешности, места среди других людей, своих качеств и возможностей. Самооценка является системообразующим ядром индивидуальности личности, которая во многом определяет жизненные позиции человека, уровень его притязаний, всю систему оценок. Самооценка влияет на формирование стиля поведения и жизнедеятельность человека. Другими словами, самооценка во многом обуславливает динамику и направленность развития субъекта.

В возрастной и педагогической психологии младший школьный возраст занимает особое место: в этом возрасте осваивается учебная деятельность, формируется произвольность психических функций, возникают рефлексия, самоконтроль, а действия начинают соотноситься с внутренним планом.

Учитель начальных классов должен знать психологические особенности младших школьников и учитывать индивидуальные особенности самооценки в учебном процессе, потому что учебный процесс является одним из важнейших факторов, оказывающим влияние на формирование самооценки детей младшего школьного возраста осуществляя индивидуальный и дифференцированный подход в обучении.

Советские психологи рассматривают самооценку как сторону самосознания личности, как продукт ее развития, порождаемый всей ей жизнедеятельностью (Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, С.Л. Рубинштейн и

т.д.). Самооценка, как и самосознание в целом, имеет общественный характер и обусловлена социальными условиями.

Проводя теоретический анализ проблемы развития индивидуальных достоинств младшего школьника, считаем необходимым более подробно остановиться на понятии индивидуальных достоинств личности. Достоинство трактуется, как естественное право человека на уважение своей самости и присущее ему от рождения [3]. Чувство же собственного достоинства основано на признании принципиального морального равенства с другими людьми. Каждый индивид обладает достоинством уже потому, что он человек. Поэтому достойный член общества признает достоинство других людей и не покушается на него [10].

Как считает С.А. Авакьян, под достоинством личности понимают обладание определенными нравственными и интеллектуальными качествами, причем не любыми, а такими, которые соответствуют моральным ценностям, принятым в данном обществе. Достоинство – это как бы заданная неопороченность в глазах общества. Достоинство личности – категория многоплановая: она содержит определенное поведение человека, невозможность совершения им поступков, осуждаемых общественной моралью, отношение к окружающим, образ жизни, признаваемые желательными. По мнению С.А. Авакьяна, достоинство личности – категория, которая не зависит от параметров внешней оценки [1]. А.М. Эрделевский дает следующее определение достоинства – сопровождающееся положительной оценкой лица, отражение его качеств в собственном сознании.

Мы не можем отрицать, что достоинство есть субъективная нравственная самооценка, самосознание человеком своей связи с обществом, своего значения, роли, вклада, влияния. В личном достоинстве заложены притязания на определенное отношение к себе, право на уважение со стороны общества.

В каждом человеке необходимо формировать индивидуальность. В последние годы в педагогике все больше укрепляется мнение о целях педагогической деятельности, связанных с социальным становлением воспитуемого. И. Кант говорил, что индивидуальность дает возможность проявиться человеку как свободному независимому существу. В индивидуальности человека скрыт источник его деяний.[30] Индивидуальность определяется основными ее сферами. Развитие индивидуальности происходит на основе гармоничного развития всех ее сфер. И критерием ее развития является степень сформированности интеллектуальной, мотивационной и др. сфер.

Исследования показывают, что критерии, по которым человек оценивает самого себя в обществе, с помощью этих же критериев он оценивает качества других людей. С.Л. Рубинштейн писал : « Общественная оценка человека основывается у нас ... на его общественно полезном труде ... на том, что он собой представляет, и что он дает. Поэтому и его самооценка определяется тем, что он как общественный индивид делает для общества. Это новое ... отношение к труду является стержнем, на котором перестраивается вся психология личности; оно же становится основой и стержнем ее самосознания» [24].

Самооценка - сложное динамическое личностное образование, личностный параметр умственной деятельности. Исходным методологическим положением для исследователей самооценки является классическое положение К. Маркса о том, что «человек сначала смотрится, как в зеркало, в другого человека. Лишь относясь к человеку Павлу как к себе подобному, человек Петр относится к самому себе как к человеку» [16].

В процессе всей жизнедеятельности человека формируется самооценка, именно она может выступать регулятором разнообразных видов деятельности и поведения человека. Многие советские ученые изучали самооценку как свойство личности, которая выполняет

определенную функцию в ее развитии, обуславливающим поведение и деятельности человека.

Самооценка может быть адекватной, завышенной, заниженной и в соответствии с этим может стимулировать или, наоборот, подавлять активность человека. Неадекватная, низкая самооценка снижает уровень, способствует развитию неуверенности в собственных возможностях, ограничивает жизненные перспективы человека. Это может приводить к тяжелым эмоциональным срывам, внутренним конфликтам и т.д. Заниженная самооценка может приносить ущерб не только личности, но и обществу, ведь в большинстве случаев, человек с заниженной самооценкой не может в полной мере реализовать свои возможности, а также трудится с полной отдачей. Характер общения, отношение с людьми, успешная деятельность зависит от самооценки человека [18]. Человек получает нравственное удовлетворение, если его самооценка является адекватной. Самооценка способностей и возможностей личности, выражает определенный уровень притязаний, которые можно определить, как уровень задач, поставленные человек для самого себя. Характер самооценки выражается в ситуациях выбора, в сложных жизненных ситуациях уровнях, в повседневной деятельности, в работе.

Неудача или успех наиболее остро переживаются в той деятельности, которую сам человек считает для себя основной, где у него есть высокие притязания.

Став школьником у ребенка появляются новые обязанности из-за смены распорядка дня. В жизни ребенка возникают новые изменения, потому что теперь он должен каждый день учиться и посещать школу. Поступление в школу ставит ребенка в новое положение, меняется отношение к нему в семье и среди окружающих. У младшего школьника появляются четкие обязанности, с которыми должны считаться его близкие и родственники. Изменившееся восприятие ребенка окружающими людьми постепенно сказывается и на восприятии им самого

себя. У ребенка появляются собственные взгляды на те или иные вопросы, он меняет отношение к самому себе и своей работе, изменяется оценка его деятельности и в связи с этим происходит изменение нравственной сферы [21].

Что же изменяется в самооценке школьника? У ребенка появляется новая деятельность, расширяется круг его знакомств, поэтому он может менять критерии, оценивая свое поведение, а также поведения своих друзей. Находясь в школе, ребенок оценивает себя, опираясь на оценку его деятельности со стороны учителя, одноклассников, родителей. Но не всегда такая оценка может являться адекватной и правильной.

Самооценка может говорить о желаниях ребенка, чем о действительном положении дел. Огромную роль в формировании самооценки младшего школьника выполняют оценочные действия учителя. Роль данных воздействий на формирование самооценки школьников раскрывается в ряде исследований (Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, А.И. Липкина). Авторы указывают на необходимость учитывать мотивы школьников к педагогической оценке их поступков, раскрывают сложность отношений школьников к педагогической оценке и переживаний, ею вызванных, подчеркивают преобразующий характер действия педагогической оценки, которая влияет на степень осознания школьником собственного уровня развития. Необходима ясность педагогической оценки [7].

Для самооценки ребенка, намного полезнее отрицательная оценка, но заслуженная, нежели «неопределенная» оценка. Самооценку ребенка можно узнать не только благодаря тому, как он оценивает свою работу, но и как младший школьник относится к работе своих одноклассников. Не всегда дети с завышенной самооценкой относятся положительно к своей деятельности, но они с удовольствием отрицают и деятельность других. Наблюдалось, что преувеличивать достижения своих товарищей склоны именно ученики с заниженной самооценкой. Особой активностью

отличались ученики с завышенной самооценкой, проявлялось это не только на уроках и в общественной деятельности, но и в играх.

Поведение детей с низкой самооценкой является иным. Основной особенностью таких детей является неуверенность в себе. Во всех своих начинаниях и делах они ждут только неуспеха.

Каждый человек, который выполняет работу, нуждается в адекватной оценке его деятельности. Для людей важно получить положительную оценку своего труда, одобрение. Отрицательные эмоции вызывает негативная оценка. Но совсем выводит из строя и отбивает желание трудиться равнодушие и игнорирование выполненной работы.

Критичность и требовательность к себе возрастают в ходе учебно-воспитательного процесса. Первоклассникам свойственно оценивать всю свою работу как положительную. Младшие школьники, которые проходят второй, третий год обучения относятся к себе уже более критично, они оценивают и анализируют не только хорошие поступки, но и плохие [25].

Развитие самооценки у детей, по мнению П.Т. Чаматы, проходит в два этапа: на первом дети, оценивая себя, ограничиваются главным образом оценкой своих действий и поступков, а на втором в сферу самооценки включаются внутренние состояния и моральные качества личности. Формирование второго, высшего этапа самооценки начинается в подростковом возрасте и продолжается в течение всей жизни человека по мере накопления социального опыта и дальнейшего умственного развития.

Круг ценностей формируется у ребенка не только в школе, но и за ее пределами. Ребенок получает их из чтения книг, из общения с родственниками, а также из средств массовой информации. Зачастую можно заметить у младшего школьника переоценку своих сил. Может появиться чувство зазнайства: переоценка своих возможностей, приводит школьника к тому, что он ставит перед собой невыполнимые задачи.

Нередко самооценка может отличаться, от оценки этого же человека другими людьми и на почве этого возможны конфликты в коллективе и

между его членами. Кроме того, многократное столкновение неадекватной, завышенной самооценки с неудачами в практической деятельности порождает тяжелые эмоциональные срывы [23]. Явная переоценка своих возможностей очень часто сопровождается внутренней неуверенностью в себе, что приводит к острым переживаниям и неадекватному поведению.

Внутренний конфликт может вызвать расхождение между:

1. Самооценкой и оценками, которые дают человеку другие люди;
2. Самооценкой и идеальным «Я», к которому стремится человек.

В формировании адекватной самооценки младшего школьника можно встретить следующие проблемы:

Проблема роста: школьница переживает, что ее рост 168 см. Девочка самая высокая в классе. Каждый раз, когда ее вызывают к доске, она чувствует дискомфорт и выходит сгорбившись. Сутулится. Каждый выход – страдание. Ребенок мыслит образами. Его самосознание предметно и образно. Он видит себя в среде других таким, каким сложился свой образ «Я». И если этот образ наделен отрицательными чертами, то и ведение себя, дополненное «раздутыми» и искривленными деталями, весьма и весьма непривлекательно. Это самосознание нарисованной собственным воображением уродливой модели доставляет ребенку физическое страдание.

Проблема внешности: бывает такое, что ребенок призирает самого себя: не любит свою внешность, ненавидит свои способности, - вообще, тяготится самим собой. Такого рода рефлексивный негативизм – явление довольно частое. И этот негативизм рождается на грани позитивного качества – неудовлетворенности собой [5].

С возрастом у младшего школьника более точными могут становиться его знание о себе, более правильной самоориентация, умение разбираться в своих возможностях, появляется стремление действовать, опираясь только на самооценку, не оглядываясь на мнения окружающих.

Причем самооценка становится не только более обоснованной, но и захватывает более широкий круг качеств.

Обратно взаимосвязана самооценка жертв или агрессоров с показателями враждебности и гнева. Можно определить, чем выше самооценка, тем ниже у агрессоров/жертв гнев и агрессия, т. е. при их высокой уверенности в себе, которая, как мы предполагаем, является защитной функцией и носит компенсаторный характер, агрессоры/жертвы становятся менее раздражительными, подозрительными и обидчивыми, а, следовательно, и менее агрессивными, в общем.

В другом случае, можно предположить, что у агрессоров/жертв при завышенной самооценки также снижается агрессия, но по другому механизму: потому что снижается уровень агрессии и они начинают видеть причины своих проблем в себе самих, это может привести к снижению самооценки, самобичеванию, оценке издевательств и укоров в их сторону как заслуженных, что и приводит к снижению агрессии. Тем не менее, уровень физической агрессии у агрессоров/жертв во всех ситуациях не меняется и остается всегда высоким, т. е. при определенных обстоятельствах агрессор/жертва, даже при высокой самооценке и уверенности в себе или высоком самоуничижении, совершает физические агрессивные действия, носящие, скорее всего, оборонительный характер.

Таким образом, выявилось, что ролевая группа агрессоров/жертв буллинга имеет высокие показатели агрессии и самооценки, что, на наш взгляд, может приводить к развитию депрессивных состояний, тревожности, к эмоциональной и поведенческой неустойчивости, возможно, психосоматическим симптомам. Это может неблагоприятно отражаться на формировании их личности и адаптации в обществе.

Выводы по 1 главе

1. Школьная травля, или буллинг - это длительное физическое или психическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, не способного защитить себя в данной ситуации. В нашем исследовании было принято определение буллинга по С.В. Кривцовой: агрессия одних детей против других, когда имеют место неравенство сил агрессора и жертвы, агрессия имеет тенденцию повторяться. Неравенство сил, повторяемость – два существенных признака буллинга. Виктимность – это особенность поведения человека, который ненамеренно привлекает на себя агрессию со стороны других людей.

2. Под достоинством личности понимают обладание определенными нравственными и интеллектуальными качествами, причем не любыми, а такими, которые соответствуют моральным ценностям, принятым в данном обществе. Исследования показывают, что критерии, по которым человек оценивает самого себя в обществе, с помощью этих же критериев он оценивает качества других людей. Таким образом, самооценка формируется в процессе всей жизнедеятельности личности, она выполняет важную функцию в ее развитии, выступает регулятором различных видов деятельности и поведения человека.

Глава 2. Практические аспекты исследования

2.1. Задачи и содержание исследования

Практическое исследование выявления взаимосвязи самооценки индивидуальных достоинств и подверженности буллингу среди младших школьников предполагает решение ряда задач:

1. Определение базы исследования.
2. Выбор диагностического инструментария.
3. Проведение экспериментального исследования и анализ полученных результатов.
4. Разработка программы, направленной на развитие адекватной самооценки индивидуальных достоинств младших школьников во внеурочной деятельности.

Экспериментальная работа проводилась на базе МБОУ СОШ №2 филиал города Верхний Уфалей (42 человека).

Группа исследуемых состояла из 42 учащихся, из них 22 девочки и 20 мальчиков. Большая часть детей воспитывается в полных семьях, со средним достатком и являются единственным ребенком у родителей. В пяти семьях воспитанием ребенка занимается один родитель, четверо детей проживают в многодетных семьях. Дети находятся на одинаковом социальном уровне, не состоят на учете у социального педагога. В коллективе замечены незначительные конфликтные ситуации, которые решались классным руководителем, без привлечения внимания родителей. Учащиеся в коллективе дружат, но микрогруппами, отсутствует явный лидер и заводила. В школе существуют кружки по интересам, в которых дети контактируют между собой в неформальной обстановке. Отсутствует сплоченность всего коллектива, но в школьных мероприятиях класс выступает как единое целое.

Уровень успеваемости учащихся «средний». Дети на уроках ведут себя активно, часто выкрикивают с места, не усидчивые, стараются привлечь к себе как можно больше внимания классного руководителя. Большинство учащихся являются успевающими по предметам. Дети внимательно слушают учителя на уроках, сосредоточены на выполнении заданий, активно отвечают, не боятся допускать ошибки. Уровень развития умственных способностей оценивается как «выше среднего». Развития коллектива можно также охарактеризовать как «выше среднего». Беседа с классным руководителем и психологом подтверждает наши наблюдения.

Участие родителей в школьной жизни оценивается как неактивное. Родители принимают участие индивидуально.

Нами было принято решение в исследовании использовать 2 методики. Первая методика «Оценка достоинств ребенка» (автор теста Кетрин Далсагаард) [49]. Во время проведения анкетирования по методике «Оценка достоинств ребенка» учащимся предлагается ответить на 48 вопросов, дети обводят один вариант ответа из пяти.

Очень похоже на меня – 5

В общем, похоже на меня – 4

Может, похоже, а может – нет – 3

Не про меня – 2

Совершенно не про меня – 1

После того, как дети ответили на все вопросы необходимо суммировать баллы по каждому из качеств, а именно любознательность, любовь к знаниям, способность к суждению, изобретательность, умение общаться, умение видеть перспективу, храбрость, упорство, цельность характера, доброта, любовь, коллективизм, справедливость, лидерские качества, самоконтроль, благоразумие, смирение, эстетическое чувство, благодарность, надежда, вера, прощение, юмор, энтузиазм. После этого необходимо поставить напротив каждого из двадцати четырех качеств полученную оценку в баллах и расположить достоинства в порядке

убывания баллов. Каждое из 24 качеств необходимо разбить на 6 групп: мудрость и знание, мужество, гуманизм и любовь, справедливость, умеренность, духовность.

У большинства детей можно выделить около пяти качеств, которые будут оценены в 9 или 10 баллов, - это и есть его индивидуальные достоинства. Но не стоит забывать, что будут и такие качества, которые получили менее шести баллов. Это – его слабости.

Вторая методика «Разработка многомерной шкалы взаимной виктимизации. Агрессивное Поведение» (автор теста Mynard, H., Joseph, S.) [43]. Данная методика представлена в виде опроса, учащимся предлагается ответить на вопросы, что они иногда или на постоянной основе делают со своими одноклассниками или ровесниками. Детям предлагаются три варианта ответов на 16 вопросов.

Никогда – 0

Один раз – 1

Чаще, чем один раз – 2

Все вопросы можно разделить на четыре группы: шкала физической виктимизации, шкала социальных манипуляций, шкала вербальной виктимизации, нападение на имущество. Оценки по общей шкале имеют возможный диапазон от 0 до 32 и возможный диапазон от 0 до 8 на каждом из четырех подшкал.

Результаты диагностики подверженности буллингу по методике «Разработка многомерной шкалы взаимной виктимизации. Агрессивное Поведение» (Mynard, H., Joseph, S.) представлены на рисунке 1.

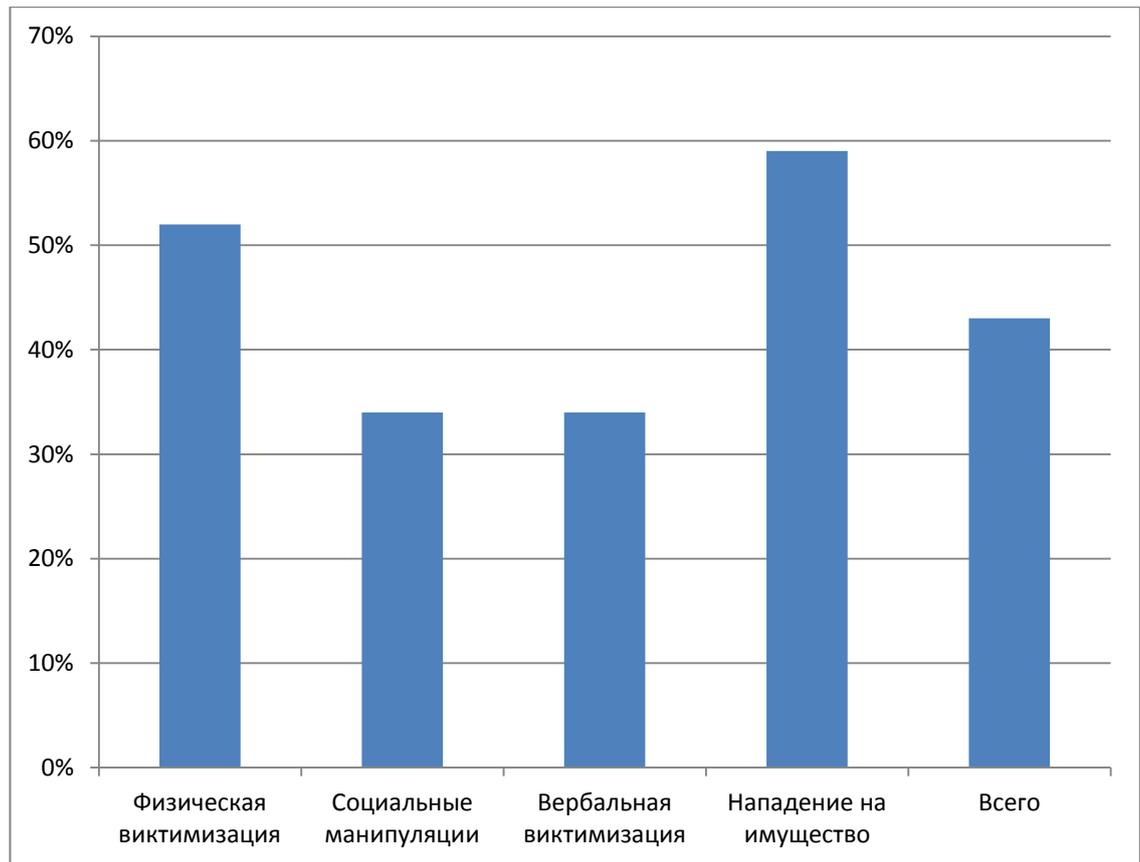


Рис.1. Результаты диагностики подверженности буллингу

При анализе результатов проведенной диагностики подверженности буллингу детей были получены следующие результаты:

- Физической виктимизации подвергались 52% детей (23 человек);
- Социальным манипуляциям подвергались 34% детей (15 человека);
- Вербальной виктимизации подвергались 34% детей (15 человек);
- Нападению на имущество подвергались 59% детей (26 человек);

Анализируя полученные результаты, можно сделать следующий вывод:

Дети данной группы в большей мере подвергались физической виктимизации и нападению на имущество. В меньшей степени дети подвергались социальным манипуляциям и вербальной виктимизации.

Следующим этапом нашего эксперимента было проведение анкетирования детей. Результаты диагностики самооценки

индивидуальных достоинств группы по методике «Оценка достоинств ребенка» (Кетрин Далсгаард) представлены на рисунке 2.

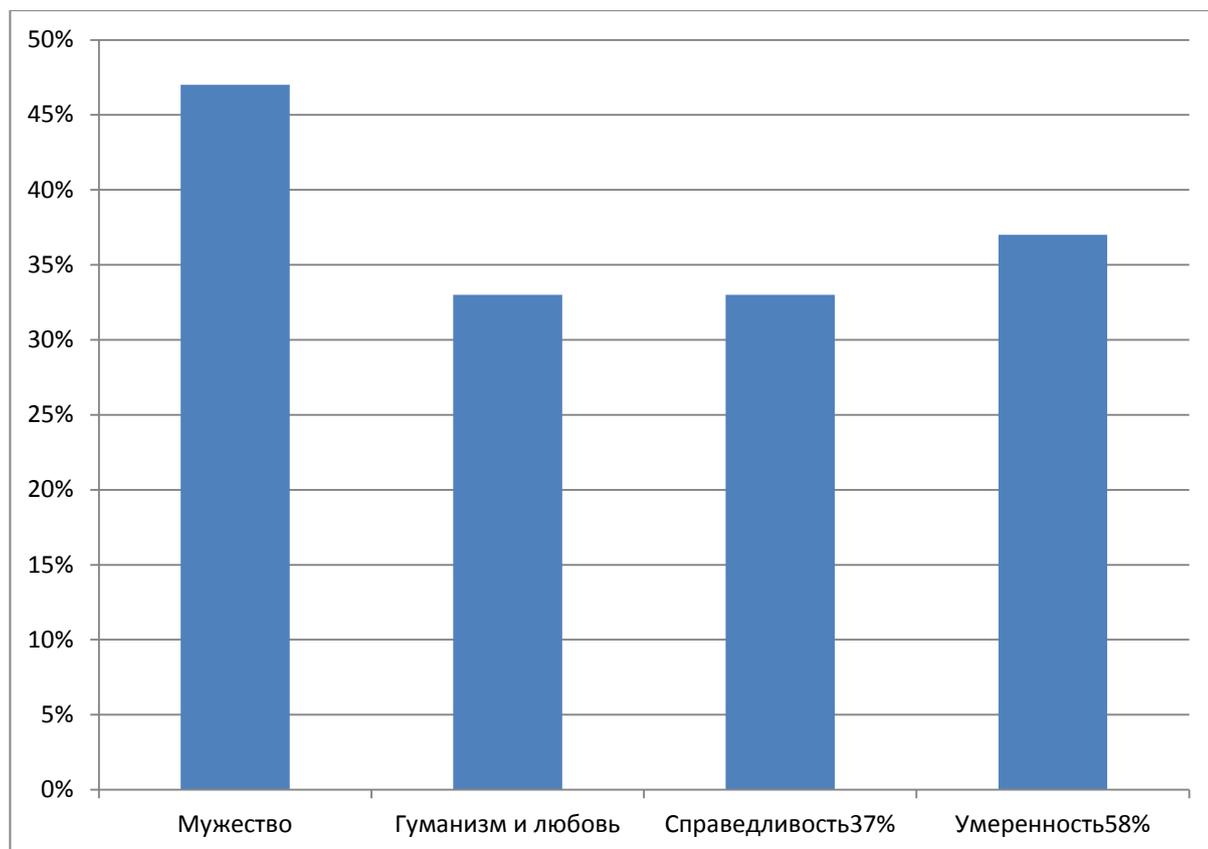


Рис.2. Результаты диагностики самооценки индивидуальных достоинств по методике «Оценка достоинств ребенка» (Кетрин Далсгаард)

Проведя анализ результатов диагностики самооценки индивидуальных достоинств детей, мы получили следующие результаты:

- «мужество» – 47% детей (20 человека);
- «гуманизм и любовь» – 33% детей (14 человек);
- «справедливость» – 37% детей (16 человек);
- «умеренность» – 58% детей (25 человек);

Проанализировав полученные данные, мы пришли к выводу, что учащиеся чаще отвечали о наличии у себя таких качеств как:

- мужество;
- умеренность.

Учащиеся реже отмечали наличие у себя таких качеств как:

-гуманизм и любовь;

- справедливость:

Проанализировав полученные данные, мы приступили к выявлению взаимосвязи самооценки индивидуальных достоинств и подверженности буллингу у младших школьников.

Мы распределили учащихся на 3 группы по уровням виктимности. В первую группу вошли дети с низким уровнем виктимности (8-15 баллов), во вторую группу вошли дети со средним уровнем виктимности (16-24 баллов), в третью группу вошли дети с высоким уровнем виктимности (25-32 баллов). Это позволило провести нам сравнение детей с разными уровнями виктимности по степени выражения самооценки индивидуальных достоинств. Данные представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты сравнения взаимосвязи самооценки индивидуальных достоинств и подверженности буллингу

| Уровни виктимизации | Мужество | Гуманизм | Справедливость | Умеренность |
|---------------------|----------|----------|----------------|-------------|
| Низкий | 19,25 | 13,62 | 22,25* | 7,37* |
| Средний | 20,34 | 13,92 | 18,69 | 7,34 |
| Высокий | 19,12 | 14 | 17,75* | 5,87* |

Примечания: * отмечены статистически значимые различия ($P \leq 0,05$) по критерию Манна-Уитни

Исходя из полученных результатов, мы можем прийти к выводу, что дети с более высоким уровнем виктимизации менее склонны находить у себя проявление таких качеств как коллективизм, справедливость,

лидерские качества. Они также достоверно ниже оценивают сформированность у себя самоконтроля, благоразумия и смирения.

Таким образом, проведенное исследование подтвердило гипотезу о том, что подверженность буллингу выше у детей с низкой самооценкой ряда индивидуальных достоинств.

2.2 Программа развития адекватной самооценки индивидуальных достоинств младших школьников во внеурочное время

Для того чтобы младший школьник чувствовал себя увереннее и адекватно оценивал свои возможности, ему необходимо уметь адаптироваться в обществе, преодолевать трудности и не останавливаться на достигнутом. Только в этом случае ребенок сможет чувствовать себя по-настоящему счастливым. Младшие школьники с адекватной самооценкой индивидуальных достоинств смогут осуществлять личностный рост. Изучив, психолого-педагогическую литературу мы выявили, что дети с заниженной самооценкой склонны видеть препятствия во всех своих начинаниях. Они с трудом идут на контакт со сверстниками, проявляют агрессию и показывают высокий уровень тревожности. В большинстве случаев дети, которые получают негативную оценку своих действий или не слышат похвалы за свои маленькие победы в семье, начинают негативно реагировать на всех окружающих. Они стремятся во всем быть лучше, и если они сталкиваются с препятствиями, такие дети могут проявлять жестокость по отношению к сверстникам, вымещать на других все свои негативные эмоции. Внутренний потенциал детей с высоким риском деструктивного поведения по отношению к себе или своим одноклассникам так и остается не раскрытым. Таким образом, можно утверждать, что школьники нуждаются в социально-психологической помощи. Поэтому в школе необходима продуманная и целенаправленная работа по развитию и формированию адекватной

самооценки индивидуальных достоинств младших школьников. С этой целью и была разработана программа для развития самооценки индивидуальных достоинств у детей младшего школьного возраста.

В соответствии с поставленными задачами нами была разработана программа внеурочной деятельности «Я – личность» направленная на повышение самооценки индивидуальных достоинств младших школьников.

Цель программы: развитие самооценки индивидуальных достоинств младших школьников.

Задачи программы:

1. Снижение уровня эмоционального напряжения.
2. Повысить у детей уверенность в себе и в своих возможностях.
3. Сформировать положительные навыки общения с одноклассниками и сверстниками.
4. Помощь детям в развитии позитивного отношения к окружающим людям.

Основным методом работы с детьми, имеющими неадекватную самооценку индивидуальных достоинств, выбрана – игротерпия. Игровая деятельность расширяет ролевой репертуар, помогает детям быстрее пойти на контакт, также обучает ребенка управлять своим поведением. Глядя на действия других детей, младший школьник расширяет границы своих возможностей. Создание ситуации успеха выявляет способность ребенка в самоактуализации и более эффективном усвоении получаемых знаний.

В процессе игры младшие школьники осознают ценность своей личности, формирует позитивное отношение к своим поступкам, повышают самоуверенность, снижают напряжение и уровень агрессии по отношению к своим одноклассникам, формируют позитивную модель общения со сверстниками.

Программа реализуется в течение 11 недель, при проведении 2 занятий в неделю, всего 22 занятия, при этом длительность игротерапии 30

минут. Программа рассчитана на младший школьный возраст, детей 7 – 9 лет. Форма работы: групповая, при необходимости возможны дополнительные индивидуальные занятия.

Условия реализации:

1. Организационные: для реализации игротерапии, необходимо пустое помещение, для свободного перемещения детей (актовый зал, спортивный зал).

2. Кадровые: данную программу может реализовать классный руководитель, возможно участие родителей.

Дети принимают участие добровольно, только в таком случае будет положительный результат реализации программы.

Программа состоит из цикла факультативных занятий, которые проводятся во внеурочное время. Составленные с учетом уровня развития индивидуальных достоинств младших школьников.

Для того чтобы ребенок в полной мере овладевал знаниями о себе, осознавал свои личностные качества, необходим постоянный контакт со сверстниками, участие в школьных мероприятиях. Педагогически правильная организация жизни и общения детей в МБОУ СОШ позволяет ускорить развитие индивидуальных достоинств младших школьников.

Нами были разработаны системы факультативных занятий, направленных на формирование адекватной самооценки индивидуальных достоинств младших школьников. Основой для разработанной программы были взяты упражнения и игры Е.В. Воробьевой, Т.Е. Трифанюк.

**Планируемые результаты освоения учащимися программы
внеурочной деятельности «Я - личность»:**

1) Личностные результаты:

- повышение самооценки с помощью игровых форм работы;
- эмпатия, как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- уважительное отношение к мнению окружающих;

- умение адаптироваться к условиям, меняющимся в окружающем мире;
- умение находить выход из конфликтной ситуации;
- навыки сотрудничества в коллективе;
- через игровую форму работы осознание собственных трудностей, их причин и нахождение путей их преодоления;
- самостоятельное подведение итогов и выводов, анализ полученной информации.

2) Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- самостоятельно определяет ориентиры в новом материале;
- планирует свои действия вместе с учителем и их результат;
- адекватное восприятие предложений учителя и товарищей;
- самостоятельно формулирует задачу, на основе выделенной проблемы.

Коммуникативные УУД:

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей;
- взаимодействовать со сверстниками и взрослыми;
- предлагать помощь и сотрудничество.

Познавательные УУД:

- обогатить представление о собственных возможностях и способностях;
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения.

Содержание курса внеурочной деятельности по программе «Я - личность»

Программа состоит из 3 этапов:

Первый этап. Мотивационный этап.

Цель: Создание доверительных отношений между членами коллектива, мотивация детей к участию в занятиях, формирование чувства доверия, создание эмоционального настроения, придание уверенности в себе.

Основным содержанием данного этапа является игровая деятельность, которая направлена на выражение эмоций, помощь детям, испытывающим затруднения в общении с коллективом, возможность почувствовать себя частью единого целого, возможность развития дружеских отношений, снятие эмоционального напряжения.

Игры проводятся в качестве разминки, они подвижные и активные, коллектив становится сплоченнее, потому что все задания выполняются участниками одновременно.

Второй этап. Формирование четкого образа «Я» «Я – личность».

Цель: На данном этапе у детей повышается уверенность в себе, развивается положительное отношение к одноклассникам, улучшаются навыки общения в коллективе, происходит формирование адекватной самооценки индивидуальных достоинств, формируется перспектива будущего и уверенность в своих силах. У участников происходит сплочение коллектива, командная работа раскрывает таланты и умения каждого ребенка, дети учатся выражать свои эмоции и прислушиваются к словам своих одноклассников.

Для этого этапа рекомендуются игры, направленные на психологическую установку своих жизненных программ, данный этап позволяет открыть границы, показывает готовность детей искать совершенные способы мышления. Ребенок готов изучать окружающий мир и себя в этом мире, происходит более глубокое понимание себя. Игры способствуют сплочению коллектива, учат детей согласовывать свои действия с окружающими их людьми. Задания направлены на умение регулировать свое эмоциональное состояние, умение признавать свои ошибки и позитивно относиться к удачам окружающих.

Третий этап. Развитие самооценки индивидуальных достоинств, для предотвращения конфликтных ситуаций в коллективе.

Цель: Закрепление полученной ранее информации, формирование положительного отношения к своим одноклассникам, в процессе коллективной деятельности, закрепление сформировавшейся самооценки, развитие позитивных мыслей и формирование адекватной оценки самого себя, дети учатся контролировать свои движения и действия.

В качестве одного из видов деятельности на данном этапе мы считаем целесообразным использование моделирования проблемных ситуаций, которые создаются путем исполнения детьми различных ролей. Общеизвестно, что если ребенок исполняет определенную роль, то ему проще найти контакт с детьми, которые также исполняют роль в данный момент игры. Занятия данного этапа помогают учащимся не бояться задавать вопросы, ошибаться, обращаться с просьбами к своим одноклассникам, дети постоянно предлагают свои суждения и варианты решения проблемной ситуации, дети проводят оценку своей личности. Ребенок узнает, какие эмоции и чувства он вызывает у других людей.

К моменту завершения программы дети сформируют умение продуктивного общения с окружающими его людьми, составят определенный личностный идеал, который в дальнейшем смогут использовать как ориентир для своего поведения и поступков, у детей должны произойти положительные сдвиги в формировании адекватной самооценки индивидуальных достоинств. А также должно произойти снижение психоэмоционального напряжения и снижение уровня агрессии по отношению к окружающим людям.

Тематическое планирование программы

| 1. Мотивационный этап | | | |
|------------------------------|---|--|--|
| № занятия | Цель занятия | Этапы, игры | Краткое описание занятия |
| 1. | <p>1. Создание доверительных отношений</p> <p>2. Мотивация детей к участию во внеурочной деятельности</p> | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Разминка.</p> <p>3. Основная часть:</p> <p>1) Змейка</p> <p>2) Ласковый зверь</p> <p>3) Дракоша</p> <p>4. Анализ прошедшего занятия.</p> <p>5. Ритуал прощания.</p> | <p>1. Дети приветствуют друг друга перед началом игры.</p> <p>2. Создается эмоциональный настрой.</p> <p>3. Формируется адекватная самооценка.</p> <p>1) Детям дается возможность создать позитивное настроение.</p> <p>2) Развить чувство коллективизма.</p> <p>3) Оказание помощи детям, которые испытывают трудности в общении, обрести уверенность, почувствовать себя частью единого целого.</p> <p>4. Подведение итогов проведенного задания, анализ.</p> <p>5. Пожелать «удачного дня».</p> |
| 2. | <p>1. Формирование доверительных отношений между детьми.</p> <p>2. Создание позитивного эмоционального настроения.</p> <p>3. Повысить уверенность в себе.</p> | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Фантастический призрак</p> <p>2) Снегири</p> <p>3) Барбоскин</p> <p>5. Анализ прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>1. Пожелать хорошего настроения.</p> <p>2. Вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создание позитивного эмоционального настроения.</p> <p>4. Формирование положительной адекватной самооценки.</p> <p>1) Помочь детям выплескивать накопившуюся отрицательную энергию в доступной форме.</p> <p>2) Развитие речи, формирование навыков</p> |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | | <p>коммуникации, жестикуляции.</p> <p>3) Помочь агрессивным детям быть менее вспыльчивыми и обидчивыми, а также дать возможность посмотреть на свое поведение глазами детей, которых они могут обижать.</p> <p>5. Подвести итоги прошедшего занятия, провести анализ.</p> <p>6. Пожелать «отличного дня и позитивного настроения».</p> |
| 2. Формирование четкого образа «Я» «Я – личность» | | | |
| 1. | <p>1. Повысить уверенность в себе.</p> <p>2. Снятие эмоционального напряжения.</p> <p>3. Сформировать позитивное отношение к окружающим людям.</p> <p>4. Развивать навыки общения.</p> | <p>Приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Рука дружбы</p> <p>2) Слон и моська</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>1. Поздороваться друг с другом.</p> <p>2. Вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создание позитивного эмоционального настроения.</p> <p>4. Поспособствовать формированию самооценки индивидуальных достоинств.</p> <p>1) Сформировать доверительные чувства внутри коллектива, научить поддерживать друг друга в сложных ситуациях.</p> <p>2) Сформировать доверительные чувства друг к другу, научиться ценить свои достоинства.</p> <p>5. Проанализировать прошедшее занятие и подвести итоги.</p> <p>6. Пожелать «хорошего дня и позитивного настроения».</p> |
| 2. | <p>1. Сформировать уверенность в собственных силах, перспективах на</p> | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> | <p>1. Пожелать «доброго дня».</p> <p>2. Вспомнить и закрепить</p> |

| | | | |
|----|---|---|--|
| | <p>будущее.</p> <p>2. Сформировать адекватную самооценку индивидуальных достоинств у младших школьников.</p> | <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Ласковое имя</p> <p>2) Юный художник</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>пройденный материал.</p> <p>3. Создание положительного эмоционального настроения.</p> <p>4. Формирование адекватной самооценки индивидуальных достоинств у младших школьников.</p> <p>1) Развитие способности думать о себе, как о личности, формирование доверительных отношений в коллективе.</p> <p>2) Формировать уверенность в своих способностях.</p> <p>5. Анализ пройденного занятия и подведение итогов.</p> <p>6. Пожелать всем «хорошего дня».</p> |
| 3. | <p>1.Повышение уверенности в собственных силах.</p> <p>2. Сплочение коллектива.</p> <p>3. Сформировать адекватную самооценку индивидуальных достоинств.</p> | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Я - личность</p> <p>2) Мостик доверия</p> <p>3) Продолжи фразу</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>1.Поздороваться друг с другом.</p> <p>2. Вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создание положительного эмоционального настроения.</p> <p>4. Формирование адекватной самооценки младших школьников.</p> <p>1)Повышение уверенности в своих силах, знаниях.</p> <p>2) Способствовать групповому сплочению, умение согласовывать свои действия с другими, умение оценивать не только себя, но и своих друзей.</p> <p>5.Анализ занятия и подведение итогов.</p> <p>6. Попрощаться со всеми и пожелать отличного дня.</p> |

| | | | |
|----|---|---|---|
| 4. | <p>1. Развитие адекватной самооценки индивидуальных достоинств.</p> <p>2. Помочь детям научиться выражать свои эмоции.</p> <p>3. Помочь детям почувствовать себя увереннее.</p> | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) За что меня любят дома?</p> <p>2) Назови сильные качества</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>1. поприветствовать друг друга и пожелать хорошего настроения.</p> <p>2. вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создание позитивного эмоционального настроения.</p> <p>4. Сформировать адекватную самооценку индивидуальных достоинств.</p> <p>1) Помогать развитию способности думать о себе в позитивном ключе.</p> <p>2) Развить способность без стеснения говорить о себе в присутствии других людей</p> <p>5. Проанализировать прошедшее занятие и подвести итог.</p> <p>6. попрощаться со всеми и пожелать удачного дня.</p> |
| 5. | <p>1. Повысить позитивное отношение к себе.</p> <p>2. Способствовать сплочению коллектива.</p> <p>3. Сформировать адекватную самооценку индивидуальных достоинств у младших школьников.</p> | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Я- личность</p> <p>2) Мостик доверия</p> <p>3) Закончи предложение</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>1. поприветствовать друг друга.</p> <p>2. вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создание позитивного эмоционального настроения.</p> <p>4. Формирование адекватной самооценки индивидуальных достоинств.</p> <p>1) Повысить уверенность в своих способностях.</p> <p>2) Помогать сплочению коллектива, научиться согласовывать свои действия с другими участниками игротерапии, умение оценивать не только себя, но и своих друзей.</p> <p>3) Повысить уверенность в себе и собственных силах.</p> |

| | | | |
|----|---|---|---|
| | | | <p>5. Проанализировать прошедшее занятие и подвести итог.</p> <p>6. Попрощаться со всеми и пожелать хорошего настроения.</p> |
| 6. | <p>1. Развитие позитивного мышления.</p> <p>2. Развитие уверенности в своих знаниях.</p> | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Я сильный и Я слабый</p> <p>2) Знакомство с другом</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>1. поприветствовать всех и пожелать хорошего настроения.</p> <p>2. вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создать эмоциональный настрой.</p> <p>4. Сформировать адекватную самооценку индивидуальных достоинств.</p> <p>1) Поспособствовать развитию позитивного мышления.</p> <p>2) Поспособствовать развитию уверенности в своих знаниях и навыках.</p> <p>5. Анализ прошедшего занятия и подведение итогов.</p> <p>6. Попрощаться со всеми участниками.</p> |
| 7. | <p>1. Развивать адекватную самооценку индивидуальных достоинств у младших школьников.</p> <p>2. Повышение уверенности в себе.</p> <p>3. Помочь детям адекватно выражать свои эмоции</p> | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Я - тигр</p> <p>2) Встреча с товарищем</p> <p>3) Выберись из круга</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>1. поприветствовать друг друга и пожелать доброго дня.</p> <p>2. вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создать позитивный эмоциональный настрой.</p> <p>4. Сформировать адекватную самооценку индивидуальных достоинств у младших школьников.</p> <p>5. Анализ прошедшего занятия и подведение итогов.</p> <p>6. Попрощаться со всеми и пожелать хорошего</p> |

| | | | |
|----|--|---|---|
| | | | настроения. |
| 8. | 1. Способствовать формированию адекватной самооценки индивидуальных достоинств. | 1. Ритуал приветствия. 2. Рефлексия прошлого занятия. 3. Разминка. 4. Основная часть: 1) Добрые слова 2) Движение рукой 5. Рефлексия прошедшего занятия. 6. Ритуал прощания. | 1. поприветствовать друг друга и пожелать хорошего настроения. 2. вспомнить и закрепить пройденный материал. 3. Создание позитивного эмоционального настроения. 4. Формировать адекватную самооценку индивидуальных достоинств. 1) Развивать адекватную оценку своих действий и действий окружающих людей. 2) Снять эмоциональное напряжение, дать детям возможность выражать свои чувства и эмоции. 5. Анализ прошедшего занятия и подведение итогов. 6. попрощаться друг с другом и пожелать хорошего дня. |
| 9. | 1. Развитие умения контролировать свое эмоциональное состояние. 2. Научить чувствовать свое эмоциональное настроение. 3. Способствовать развитию чувства радости. 4. Способствовать формированию адекватной самооценки индивидуальных достоинств. | 1. Ритуал приветствия. 2. Рефлексия прошлого занятия. 3. Разминка. 4. Основная часть: 1) Подари карточку 2) Глаза в глаза 3) Покажи... 5. Рефлексия прошедшего занятия 6. Ритуал прощания | 1. поприветствовать друг друга и пожелать хорошего настроения. 2. вспомнить и закрепить пройденный материал. 3. Создание позитивного эмоционального настроения. 4. Сформировать адекватную самооценку индивидуальных достоинств. 1) Развивать умение регулировать свое эмоциональное состояние, уметь хвалить других и принимать критику в свой адрес. 2) способствовать развитию умения чувствовать свое |

| | | | |
|-----|--|---|--|
| | | | настроение. 5. Анализ прошедшего занятия и подведение итогов. 6. Попрощаться друг с другом и пожелать хорошего дня. |
| 10. | 1. Повысить уверенность в себе. 2. Способствовать групповому сплочению. 3. Способствовать повышению самооценки. | 1. Ритуал приветствия. 2. Рефлексия прошлого занятия. 3. Разминка. 4. Основная часть: 1) Я - личность 2) Мостик доверия 3) Закончи предложение 5. Рефлексия прошедшего занятия. 6. Ритуал прощания. | 1. Поприветствовать друг друга и пожелать хорошего настроения. 2. Вспомнить и закрепить пройденный материал. 3. Создание позитивного эмоционального настроения. 4. Формирование адекватной самооценки. 1) Повысить уверенность в своих силах. 2) Способствовать сплочению коллектива, способствовать умению согласовывать свои действия с участниками игротерапии. 3) Способствовать повышению уверенности в себе и своих силах. 5. Анализ прошедшего занятия и подведение итогов. 6. Попрощаться друг с другом и пожелать хорошего дня. |
| 11. | 1. Способствовать формированию адекватной самооценки индивидуальных достоинств у младших школьников. 2. Повысить уверенность в своих силах. | 1. Ритуал приветствия. 2. Рефлексия прошлого занятия. 3. Разминка. 4. Основная часть: 1) Покажи... 2) Роботы 5. Рефлексия прошедшего занятия. 6. Ритуал прощания. | 1. Поприветствовать друг друга и пожелать хорошего настроения. 2. Вспомнить и закрепить пройденный материал. 3. Создать позитивный эмоциональный настрой. 4. Формировать адекватную самооценку индивидуальных достоинств. 1) Развивать адекватную |

| | | | |
|-----|---|--|---|
| | | | <p>самооценку.</p> <p>2) Повысить уверенность в себе, научить работать в группе, снять мышечный тонус. Показать каждому ребенку его индивидуальность</p> <p>5. Анализ прошедшего занятия и подведение итогов.</p> <p>6. Попрощаться друг с другом и пожелать хорошего дня.</p> |
| 12. | <p>1. Поспособствовать развитию адекватной самооценки индивидуальных достоинств.</p> <p>2. Научить младших школьников выражать свои эмоции.</p> <p>3. Повысить уверенность детей в своих знаниях и силах.</p> | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) За что меня любят дома?</p> <p>2) Назови сильные качества</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>1. поприветствовать друг друга и пожелать хорошего настроения.</p> <p>2. вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создать позитивный эмоциональный настрой.</p> <p>4. Формировать адекватную самооценку индивидуальных достоинств.</p> <p>1) Развивать способность думать о себе с положительной точки зрения, развивать адекватную самооценку.</p> <p>2) Развивать способность думать о себе позитивно, и не бояться говорить в слух в присутствии коллектива.</p> <p>5. Анализ прошедшего занятия и подведение итогов.</p> <p>6. Попрощаться со всеми и пожелать удачного дня.</p> |
| 13. | <p>1. Повысить уверенность в себе.</p> <p>2. Поспособствовать сплочению коллектива.</p> <p>3. Формировать адекватную самооценку индивидуальных достоинств.</p> | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Я - личность</p> | <p>1. поприветствовать друг друга.</p> <p>2. вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создать эмоциональный положительный настрой.</p> <p>4. Сформировать</p> |

| | | | |
|-----|---|--|--|
| | | <p>2) Мостик доверия</p> <p>3) Закончи предложение</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>адекватную самооценку индивидуальных достоинств.</p> <p>1) Повысить уверенность в себе.</p> <p>2) Способствовать сплочению коллектива, согласовывать свои действия с другими, уметь оценивать не только себя, но и своих товарищей.</p> <p>3) Повысить уверенность в своих силах.</p> <p>5. Анализ прошедшего занятия и подведение итогов..</p> <p>6. Попрощаться со всеми и пожелать хорошего настроения.</p> |
| 14. | <p>1. Способствовать умению контролировать свое эмоциональное состояние.</p> <p>2. Научить чувствовать свое настроение.</p> <p>3. Развивать чувство радости.</p> <p>4. Способствовать формированию адекватной самооценки индивидуальных достоинств.</p> | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Подари карточку</p> <p>2) Глаза в глаза</p> <p>3) Покажи...</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия</p> <p>6. Ритуал прощания</p> | <p>1. Поприветствовать друг друга и пожелать хорошего настроения.</p> <p>2. Вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создать позитивный эмоциональный настрой.</p> <p>4. Формировать адекватную самооценку индивидуальных достоинств.</p> <p>1) Развивать умение регулировать свое эмоциональное состояние, уметь хвалить других и принимать критику в свой адрес.</p> <p>2) Развивать умение чувствовать свое настроение.</p> <p>3) Развивать чувство радости.</p> <p>5. Анализ прошедшего занятия и подведение итогов..</p> <p>6. Попрощаться друг с другом и пожелать</p> |

| | | | |
|---|--|---|--|
| | | | хорошего дня. |
| 15. | <p>1. Повысить уверенность в себе.</p> <p>2. Способствовать сплочению коллектива.</p> <p>3. Способствовать повышению самооценки.</p> | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Я - личность</p> <p>2) Мостик доверия</p> <p>3) Продолжи фразу</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>1. поприветствовать друг друга и пожелать хорошего настроения.</p> <p>2. вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создать позитивный эмоциональный настрой.</p> <p>4. Формировать адекватную самооценку.</p> <p>1) Повысить уверенность в себе, своих знаниях и умениях.</p> <p>2) Способствовать развитию умения согласовывать свои действия с другими.</p> <p>3) Способствовать повышению уверенности в себе и своих силах.</p> <p>5. Анализ прошедшего занятия и подведение итогов.</p> <p>6. попрощаться друг с другом и пожелать хорошего дня.</p> |
| 3. Развитие самооценки индивидуальных достоинств, для предотвращения конфликтных ситуаций в коллективе | | | |
| 1. | <p>1. Закрепление полученных навыков и умений.</p> <p>2. Сформировать позитивное отношение к себе и людям.</p> | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Добрые слова</p> <p>2) Подари карточку</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>1. поприветствовать друг друга и пожелать хорошего настроения.</p> <p>2. вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создать позитивный настрой для работы в коллективе.</p> <p>4. Формирование адекватной самооценки индивидуальных достоинств.</p> <p>1) Создание доброжелательного отношения друг к другу, помочь детям научиться видеть хорошее в каждом человеке.</p> |

| | | | |
|----|---|---|---|
| | | | <p>2) Развивать адекватную самооценку, формировать умение видеть свои положительные качества.</p> <p>5. Анализ прошедшего занятия и подведение итогов.</p> <p>6. Попрощаться друг с другом и пожелать хорошего настроения.</p> |
| 2. | 1. Закрепить уверенность в себе. | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Продолжи фразу</p> <p>2) Мостик доверия</p> <p>3) Толкалки</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия</p> <p>6. Ритуал прощания</p> | <p>1. поприветствовать друг друга и пожелать хорошего настроения.</p> <p>2. вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создать позитивный эмоциональный настрой.</p> <p>4. Формирование адекватной самооценки индивидуальных достоинств</p> <p>1) Способствовать повышению уверенности в себе и собственных силах.</p> <p>2) Развивать уверенность в себе.</p> <p>3) Научить детей контролировать свои движения, снять мышечный тонус.</p> <p>5. Анализ прошедшего занятия и подведение итогов..</p> <p>6. Попрощаться друг с другом и пожелать хорошего дня.</p> |
| 3. | 1. Закрепление сформировавшейся самооценки. | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Змейка</p> <p>2) Рекламный ролик</p> | <p>1. поприветствовать друг друга и пожелать хорошего настроения.</p> <p>2. вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создать положительный эмоциональный настрой.</p> <p>4. Закрепить</p> |

| | | | |
|----|---|---|--|
| | | <p>5. Рефлексия прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>сформировавшуюся самооценку.</p> <p>1) Способствовать закреплению сформировавшейся самооценки.</p> <p>2) Развивать самораскрытие, самоконтроль, научиться видеть в людях хорошее.</p> <p>5. Анализ прошедшего занятия и подведение итогов.</p> <p>6. Попрощаться друг с другом и пожелать хорошего дня.</p> |
| 4. | 1. Закрепить сформировавшуюся самооценку | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Я - личность</p> <p>2) Если нравится тебе, то делай так!</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>1. поприветствовать друг друга и пожелать хорошего настроения.</p> <p>2. Вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создать позитивный эмоциональный настрой.</p> <p>4. Закрепить сформировавшуюся самооценку.</p> <p>1) Развивать позитивные мысли, формирование адекватной самооценки.</p> <p>2) Создает положительный настрой в группе.</p> <p>5. Анализ прошедшего занятия и подведение итогов.</p> <p>6. Попрощаться друг с другом и пожелать хорошего настроения.</p> |
| 5. | 1. Создание позитивного отношения к себе и людям. | <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Рефлексия прошлого занятия.</p> <p>3. Разминка.</p> <p>4. Основная часть:</p> <p>1) Добрые слова</p> | <p>1. поприветствовать друг друга и пожелать хорошего настроения.</p> <p>2. Вспомнить и закрепить пройденный материал.</p> <p>3. Создать позитивный настрой.</p> |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | <p>2) Подари карточку</p> <p>5. Рефлексия прошедшего занятия.</p> <p>6. Ритуал прощания.</p> | <p>4. Формирование адекватной самооценки</p> <p>1) Создание доброжелательной обстановки в коллективе.</p> <p>2) Развивать адекватную самооценку, формировать умение видеть в других что-то хорошее.</p> <p>5. Проанализировать прошедшее занятие и подвести итог.</p> <p>6. Попрощаться друг с другом и пожелать хорошего настроения.</p> |
|--|--|--|---|

Выводы по 2 главе

1. Проведя анализ результатов диагностики сформированности индивидуальных достоинств детей, мы получили следующие результаты, что у детей индивидуальные достоинства сформированы на низком уровне.

При анализе результатов проведенной диагностики подверженности буллингу, можно сделать следующий вывод, что дети данной группы в большей мере подвергались физической виктимизации и нападению на имущество. В меньшей степени дети подвергались социальным манипуляциям и вербальной виктимизации.

Проанализировав полученные данные, мы приступили к выявлению взаимосвязи самооценки индивидуальных достоинств и подверженности буллингу у младших школьников.

Из полученных результатов мы можем прийти к выводу, что у детей с разной степенью виктимности не было выявлено значимых различий по шкалам мужество и гуманизм, а по шкалам справедливость и умеренность были выявлены достоверные различия между детьми с низким и высоким уровнем виктимности.

Таким образом, проведенное исследование подтвердило гипотезу о том, что подверженность буллингу выше у детей с низкой самооценкой индивидуальных достоинств. При этом статистическая обработка полученных данных показала, что дети с высоким уровнем виктимности проявляют ниже уровни смирения и умеренности. Исходя из полученных данных, мы можем сделать вывод, что у детей слабо развиты коллективизм, справедливость, лидерские качества, самоконтроль, благоразумие, смирение.

2. Нами были разработаны системы факультативных занятий, направленных на формирование адекватной самооценки индивидуальных достоинств младших школьников. Основой для разработанной программы были взяты упражнения и игры Е.В. Воробьевой, Т.Е. Трифанюк.

К моменту завершения программы дети сформируют умение продуктивного общения с окружающими его людьми, составят определенный личностный идеал, который в дальнейшем смогут использовать как ориентир для своего поведения и поступков, у детей должны произойти положительные сдвиги в формировании адекватной самооценки индивидуальных достоинств. А также должно произойти снижение психоэмоционального напряжения и снижение уровня агрессии по отношению к окружающим людям.

Заключение

Буллинг – явление массовое. В некоторых случаях издевательства носят ситуативный характер, но иногда это систематическая травля со стороны одноклассников. Мотивацией к буллингу могут выступать чувства неприязни, нейтрализация соперника, восстановление справедливости, борьба за власть, подчинение лидеру, зависть, самоутверждение, месть, и даже удовлетворения садистских потребностей отдельных личностей. Проблема буллинга остро стоит в младшем школьном возрасте, так как именно этот период является благоприятным для профилактической работы по данному направлению, когда детскую психику ещё можно изменить. Буллинг, как явление, напрямую связан с особенностями самооценки индивидуальных достоинств младших школьников.

Проводя теоретический анализ проблемы развития индивидуальных достоинств младшего школьника, считаем необходимым, более подробно остановиться на понятии индивидуальных достоинств личности. Под достоинством личности понимают обладание определенными нравственными и интеллектуальными качествами, причем не любыми, а такими, которые соответствуют моральным ценностям, принятым в данном обществе. В каждом человеке необходимо формировать индивидуальность. В последние годы в педагогике все больше укрепляется мнение о целях педагогической деятельности, связанных с социальным становлением воспитуемого.

Таким образом, изучив литературу по данной проблеме, мы можем предположить, что ролевая группа агрессоров/жертв буллинга имеет высокие показатели агрессии и самооценки, что, на наш взгляд, может приводить к развитию депрессивных состояний, тревожности, к эмоциональной и поведенческой неустойчивости, возможно, психосоматическим симптомам. Это может неблагоприятно отражаться на формировании их личности и адаптации в обществе.

Практическое исследование выявления взаимосвязи самооценки индивидуальных достоинств и подверженности буллингу среди младших школьников предполагало решение ряда задач. Экспериментальная работа проводилась на базе МБОУ СОШ №2 филиал города Верхний Уфалей, участие принимали 42 человека.

Нами было принято решение в исследовании использовать 2 методики. Первая методика «Оценка достоинств ребенка» (автор Кетрин Далсагаард) она направлена на выявление уровня сформированности самооценки индивидуальных достоинств младших школьников. Вторая методика «Разработка многомерной шкалы взаимной виктимизации. Агрессивное Поведение» (автор Mynard, H., Joseph, S.) она направлена на выявление подверженности буллингу у младших школьников.

Проведя анализ результатов диагностики сформированности индивидуальных достоинств детей, мы получили следующие результаты, что у детей индивидуальные достоинства сформированы на низком уровне.

При анализе результатов проведенной диагностики подверженности буллингу, можно сделать выводы, что дети данной группы в большей мере подвергались физической виктимизации и нападению на имущество.

В меньшей степени дети подвергались социальным манипуляциям и вербальной виктимизации.

Проанализировав полученные данные, мы приступили к выявлению взаимосвязи самооценки индивидуальных достоинств и подверженности буллингу у младших школьников.

Из полученных результатов мы можем прийти к выводу, что у детей с разной степенью виктимности не было выявлено значимых различий по шкалам мужество и гуманизм, а по шкалам справедливость и умеренность были выявлены достоверные различия между детьми с низким и высоким уровнем виктимности.

Таким образом, проведенное исследование подтвердило гипотезу о том, что подверженность буллингу выше у детей с низкой самооценкой

индивидуальных достоинств. При этом статистическая обработка полученных данных показала, что дети с высоким уровнем виктимности проявляют ниже уровни смирения и умеренности. Исходя из полученных данных, мы можем сделать вывод, что у детей слабо развиты коллективизм, справедливость, лидерские качества, самоконтроль, благоразумие, смирение.

В соответствии с поставленными задачами нами была разработана программа внеурочной деятельности «Я – личность» направленная на развитие самооценки индивидуальных достоинств младших школьников. Для работы с младшими школьниками выбрана групповая форма работы. Игровая деятельность расширяет ролевой репертуар. В процессе игры младшие школьники осознают ценность своей личности, формирует позитивное отношение к своим поступкам, повышают самоуверенность, снижают напряжение и уровень агрессии по отношению к своим одноклассникам, формируют позитивную модель общения со сверстниками.

Нами были разработаны системы факультативных занятий, направленных на формирование адекватной самооценки индивидуальных достоинств младших школьников. Основой для разработанной программы были взяты упражнения и игры Е.В. Воробьевой, Т.Е. Трифанюк.

К моменту завершения программы дети сформируют умение продуктивного общения с окружающими его людьми, составят определенный личностный идеал, который в дальнейшем смогут использовать как ориентир для своего поведения и поступков, у детей должны произойти положительные сдвиги в формировании адекватной самооценки индивидуальных достоинств. А также должно произойти снижение психоэмоционального напряжения и снижение уровня агрессии по отношению к окружающим людям.

Список литературы

1. Авакьян, С.А. Конституция России: природа, эволюция, современность [Текст] / С.А. Авакьян. – М.: Российский Юридический Издательский Дом. – 1997. – с. 68 – 72.
2. Алексеев, Н.Г. Методология рефлексии концептуальных схем деятельности, поиска и принятия решения [Текст] / Н.Г. Алексеев – Новосибирск.: АН СССР, 1991. – 73 с.
3. Ананьев, Б.Г. Человек, как предмет познания [Текст] / Б.Г. Ананьев – Л.: Ленингр. ун-т., 1978. – 339 с.
4. Блонский, П.П. Психология младшего школьника [Текст]/ П.П. Блонский. – М: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. – 578 с.
5. Божович, Л.И. Проблемы формирования личности [Текст]/ Л.И. Божович– М: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995. – 387 с.
6. Божович, Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе [Текст] / Л.И. Божович // Вопросы психологии. - 1979. - №4. – с. 23-24.
7. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л.И. Божович. – М.: Педагогика, 1998. – 287 с.
8. Волков, Б.С. Младший школьник. Как помочь ему учиться [Текст]/ Б.С. Волков. - М.: Академический проект, 2015. – 142 с.
9. Глазман, О.И. Психологические особенности участников буллинга [Электронный ресурс]/ О.И. Глазман // КиберЛенинка: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-uchastnikov-bullinga/>
10. Дедюлина, М.А. Учебно-методический комплекс по курсу ЭТИКА [Электронный ресурс]/ М.А. Дедюлина // http://uclg.ru/education/etika/lecture_chest_i_dostoinstvo.html
11. Ильин, Е. П. Психология агрессивного поведения [Текст]/ Е.П. Ильин — СПб.: Питер, 2014. – 368 с.

12. Казанская, К.О. Детская и возрастная психология [Текст] / К.О. Казанская. – М.: А-Приор, 2010. – 160 с.
13. Каменская, Е.Н. Психология развития и возрастная психология [Текст] / Е.Н. Каменская. – М.: Феникс, 2008. – 251с.
14. Клюева, Н.В. Педагогическая психология [Текст] / Н.В. Клюева – М.: Владос-Пресс, 2013. – 400 с.
15. Кривцова, С.В. Буллинг в школе VS сплоченность неравнодушных [Электронный ресурс] / С.В. Кривцова // Организационная культура ОУ для решения проблем дисциплины и противостояния насилию. – 2011. - <http://flatik.ru/s-v-krivcova-bulling-v-shkole-vs-splochennoste-neravnodushnih>.
16. Леонтьев, А. И. Деятельность. Сознание. Личность [Текст] / А.И. Леонтьев - М.: Педагогика, 2011. – 485с.
17. Липкина, А.И. Педагогическая оценка и ее влияние на формирование личности неуспевающего школьника. Психологические проблемы неуспеваемости школьников [Текст] / А.И. Липкина. - М.: Смысл, 1986. – 158 с.
18. Липкина, А.И. Самооценка школьника [Текст] / А.И. Липкина. - М.: Педагогика, 1996. – 134 с.
19. Менделевич, В. Д. М50 Психология девиантного поведения. Учебное пособие [Текст] / В. Д. Менделевич. — СПб.: Речь, 2015. - 445 с.
20. Мещеряков, Б.Г. Большой психологический словарь [Текст] / Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. – М.: Олма-пресс, 2009. – 667 с.
21. Овчарова, Р.В. Практическая психология в начальной школе [Текст] / Р.В. Овчарова. – М.: ТЦ Сфера, 2004. – 240 с.
22. Реан, А.А. Психология и педагогика: Учебник для вузов [Текст] / А.А. Реан, Н. П. Бордовская, С. А. Розум; Ред. А.А. Реан. – СПб: Питер, 2012. – 432 с.

23. Регуш, Л.А. Самоотношение подростков и переживание проблем школьной жизни // Известия российского государственного университета им. А.И. Герцена [Текст] / Л.А. Регуш. – М.: Педагогика, 2009. № 100. с. 57- 65.
24. Рубинштейн, С.Л. Человек и мир [Текст] / С.Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1973. – 288с.
25. Селигман, М. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни [Текст] / М. Селигман. – М.: София, 2006. – 368 с.
26. Франк, Л.В. Виктимология и виктимность [Текст] / Л.В. Франк. – М.: ОАО «Кафкак», 1972. – 85 с.
27. Христенко, В.Е. Психология жертвы [Текст] / В.Е. Христенко. – Х.: Консум, 2010. – 256 с.
28. Черняева, С. А. Психотерапевтические сказки и игры [Текст] / С. А. Черняева.– СПб.: Речь, 2013.– 168 с.
29. Черносивтов, Е.В. Личность и ее окружение [Текст] / Е.В. Черносивтов. – М.: Крон, 1996. - 187с.
30. Чижова, С.Ю. Детская агрессивность: 100 ответов на родительские «почему?» [Текст] / С. Ю. Чижова, О. В. Калинина.– Ярославль: Академия развития, 2017.– 160 с.
31. Шалагинова, К.С. Системное психологическое сопровождение агрессивных младших школьников. Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук [Текст] / К.С. Шалагинова Московский психолого-социальный институт. – Тула, 2008. – 276 с.
32. Шкуратова, И.П. Личностные ресурсы как фактор совладания с кризисными ситуациями [Текст] / И.П. Шкуратова, Е.А. Анненкова // Психология кризиса и кризисных состояний: междисциплинарный ежегод. - 2007. - №4. - С.17–23.
33. Эриксон, Э. Детство и общество [Текст] / Э. Эриксон. – СПб.: Речь, 2009. – 262с.

34. Ahmed, E., Braithwaite Valerie. Bullying and victimization: cause for concern for both families and schools // *Social Psychology of Education*. 2014. N 7. P. 35–54.
35. Baldry, A.C., Bullying in schools and exposure to domestic violence // *Child Abuse and Neglect*. 2016. N 27. P. 713–732.
36. Boulton, M.J., Trueman, M., Chau, C., Whitehand, C., Amatya, K., Concurrent and longitudinal links between friendship and peer victimization: implications for befriending intervention // *Journal of Adolescence*. 1999. N 22. P. 461–466.
37. Champion, K., Vernberg, E., Shipman, K.. Nonbullying victims of bullies: Aggression, social skills, and friendship characteristics // *Applied Developmental Psychology*. 2017. N 24. P. 535–551.
38. Chappell, M., Casey, D., Ferreli, J., Forman, J., Lipkin, R., Newsham, M., Sterling, M., Bullying in college by students and teachers // *Adolescence*. 2004. Vol. 39. N 153.
39. Cowie, H., Berdondini, L. Children's reaction to cooperative group work: a strategy for enhancing peer relationships among bullies, victims and bystanders // *Learning and Instruction*. 2018. N 11. P. 517–530.
40. Klensmeden, G., Holen Are Childhood environment of adult psychiatric outpatients in Norway having been bullied in school // *Child Abuse and Neglect*. 2012. N 6. P. 129–137.
41. Kumpulainen, K., Henttonen, I., Children involved in bullying: psychological disturbance and the persistence of the involvement // *Child Abuse and Neglect*. 1999. Vol. 23. N12. P. 1253–1262.
42. Muscary, E., Sticks and Stones: the NP's Role with Bullies and Victims // *Pediatr Health Care*. 2002. N 16. P. 22–28.
43. Mynard, H., Joseph, S., Peer-victimization and post-traumatic stress in adolescence // *Personality and Individual Differences*. 2000. N 29. P. 815–821.

44. Olweus, D., Bullying or peer abuse in school: intervention and prevention. In G. Davies et al. (Eds.), *Psychology, law and criminal justice: international developments in research and practice 1995*. pp. 248-263. Berlin: Walter de Gruyter.

45. Olweus, D., Bully/victim problems among school children in Scandinavia. In J.P.Myklebust, R.Ommundsen (Eds.), *Psykolog profesjonen mot ar 2000*. Oslo: Universitetsforlaget. 1987.

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

47. Olweus, D., Sweden. In R. Catalano, J. Jungert, Y. Morita, D. Olweus, P. Slee, P. K. Smith (Eds.). *The nature of school bullying: a crossnational perspective*. 1999. pp. 141-145. London, UK: Routledge

48. Petrosiants, V.R., *Psikhologicheskaia kharakteristika starsheklassnikov, uchastnikov bullinga v obrazovatel'noi srede, i ikh zhiznestoikost': avtoreferat diss. kand.psikhol.nauk [Psychological characteristics of high school students, participants of bullying in the educational environment, and their viability. Ph.D. Thesis.]*. St. Petersburg, 2011. 30 p.

49. Roland, E., *Bullying: the Scandinavian research tradition*. In D. Tattum (Ed.), *Bullying in School*. 1989.

50. Selekman, J., Vessey, J.A., *Bullying: It Isn't What It Used To Be // Pediatric Nursing*. 2014. Vol. 30. N 3.

51. Smith, P.K., Ananiadou. K., *The Nature of Bullying and the Effectiveness of School-Based Interventions // Journal of Applied Psychoanalytic Studies*. 2013. Vol. 5. N 2.

52. Sourander, A., Helstel, L., Helenius, H., Piha, J., *Persistence of bullying from childhood to adolescence – a longitudinal 8-year follow-up study // Child Abuse and Neglect*. 2000. Vol. 24. N 27. P. 873–881.

53. Woods, S., Wolke, D., Direct and relational bullying among primary school children and academic achievement // *Journal of School Psychology*. 2004. N 24. P. 135–155.

Приложение

Приложение 1

Содержание игр и упражнений, включенных в программу по формированию адекватной самооценки индивидуальных достоинств

«Змейка»

Цель: учить доверять друг другу. Почти всегда партнеров не видно, хотя и слышно. Успех продвижения всех зависит от умения каждого скоординировать свои усилия с действиями остальных участников.

«Ребята, сейчас мы с вами будем одной большой змейкой и будем все вместе передвигаться по этой комнате. Постройтесь цепочкой, руки положите на плечи впереди стоящего. Между животом одного играющего и спиной другого зажмите воздушный шар или мяч. Дотрагиваться руками до воздушного шара (мяча) строго воспрещается! Первый в цепочке участник держит свой шар на вытянутых руках. Таким образом, в единой цепи, но без помощи рук, вы должны пройти по определенному маршруту». Для наблюдающих: обратите внимание, где располагаются лидеры, кто регулирует движение «живой змейки».

«Ласковый зверь»

Цель: способствовать сплочению детского коллектива, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Ведущий тихим таинственным голосом говорит: «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы — один большой, ласковый зверь. Давайте послушаем, как он дышит! А теперь подышим вместе! На вдох — делаем шаг вперед, на выдох — шаг назад. А теперь на вдох делаем два шага вперед, на выдох — два шага назад. Вдох — два шага вперед. Выдох — два шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т. д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе».

«Дракоша»

Цель: помочь детям, испытывающим затруднения в общении, обрести уверенность и почувствовать себя частью коллектива.

Играющие становятся в линию, держась за плечи друг друга. Первый участник — «голова», последний — «хвост». «Голова» должна дотянуться до «хвоста» и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

«Синички»

Цель: развивать речь, формировать навыки общения, учить гармонии жестикуляции.

Пять синичек на заборе сидели (руки перед собой, пальцы растопырены). Участники игры захватывают друг друга любым пальцем (по договору правой или левой руки) и тянут в свою сторону. Победитель тот, кто притянет соседа ближе к себе.

«Фантастический призрак»

Цель: научить детей выплеснуть в приемлемой форме накопившийся гнев.

«Ребята! Сейчас мы с вами будем играть роль маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга. По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение (педагог приподнимает согнутые в локтях руки, пальцы растопырены) и произносить страшным голосом звук "У". Если я буду тихо хлопать, вы будете тихо произносить "У", если я буду громко хлопать, вы будете пугать громко. Но помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить». Затем педагог хлопает в ладоши: «Молодцы! Пошутили — и достаточно. Давайте снова станем детьми!»

«Барбоскины»

Цель: научить агрессивных детей быть менее обидчивыми, дать им уникальную возможность посмотреть на себя глазами окружающих, побыть на месте того, кого они сами обижают, не задумываясь об этом.

"Барбоскин" сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг него, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до него. "Барбоскин" терпит, но когда ему все это надоедает, он вскакивает и начинает гоняться за обидчиками, стараясь поймать того, кто обидел его больше всех, он и будет "Барбоскиным". Взрослый должен следить, чтобы "дразнилки" не были слишком обидными.

«Глаза в глаза»

Цель: развивать в детях чувство эмпатии, настроить на спокойный лад.

«Ребята, возьмитесь за руки со своим соседом по парте. Смотрите друг другу только в глаза и, чувствуя руки, попробуйте молча передавать разные состояния: «я грущу», «мне весело, давай играть», «я рассержен», «не хочу» ни с кем разговаривать» и т. д. После игры обсудите с детьми, какие состояния передавались, какие из них было легко отгадывать, а какие трудно.

«Слон и Моська»

Цель: дать возможность детям почувствовать себя сильными и смелыми, способствовать повышению самооценки.

«Ребята, я хочу вам предложить игру, которая называется "Слон и Моська". Сначала мы с вами будем моськами-трусишками. Скажите, когда Моська чувствует опасность, что она делает? Правильно, дрожит. Покажите, как она дрожит. Поджимает уши, вся сжимается, старается стать маленькой и незаметной, хвостик и лапки ее трясутся» и т. д. Дети показывают. «Покажите, что делают моськи, если слышат шаги человека?» Дети разбегаются по группе, классу, прячутся и т. д. «А что делают моськи, если видят волка?..» Педагог играет с детьми в течение нескольких минут. «А теперь мы с вами будем слонами, большими, сильными,

смелыми. Покажите, как спокойно, размеренно, величаво и бесстрашно ходят слоны. А что делают слоны, когда видят человека? Они боятся его? Нет. Они дружат с ним и, когда его видят, спокойно продолжают свой путь. Покажите, как. Покажите, что делают слоны, когда видят тигра...» Дети в течение нескольких минут изображают бесстрашного слона. После проведения упражнения ребята садятся в круг и обсуждают, кем им больше понравилось быть и почему.

«Ласковое имя»

Цель: развивать способность думать о себе, формировать чувство доверия к другим людям.

Дети стоят в кругу. Ведущий предлагает вспомнить, как его ласково называют дома. Затем предлагает бросать друг другу мяч и тот, к кому мяч попадает, называет своё ласковое имя. После того, как все назовут свои имена, мяч бросается в обратном направлении. При этом нужно вспомнить и назвать ласковое имя того, кому бросаешь мяч.

«Рисуем по подсказке»

Цель: формировать уверенность в себе.

Игроки делятся по парам и садятся спиной к спине, так чтобы не видеть друг друга. Партнеры решают, кто из них будет «тик», а кто «так».

Всем «тикам» выдаются листочки с рисунком, а «такам»- чистый лист бумаги и карандаш. Игрок «так» должен воспроизвести то рисунок, который находится у «тика». При этом «тик» может только говорить, а «так» - слушать и рисовать и рисовать (он не должен говорить, задавать вопросы или комментировать услышанное). Даже взглянуть на оригинал, «так» не имеет права. «Тикам» описывать рисунки следует предельно точно. На выполнения этого задания отводится 7 минут. Далее сравниваются оригинал и копия. Затем игроки меняются ролями, но уже раздаются другие рисунки.

«Я - личность»

Цель: повысить уверенность в себе.

Садитесь на стульчики. Пусть каждый скажет о себе: "Я очень хороший" или "Я очень хорошая". Но перед тем как сказать, давайте немножко потренируемся. Сначала произнесем слово "Я шепотом, потом - обычным голосом, а затем - прокричим его. Теперь давайте таким же образом поступим со словами "очень" и "хороший" (или "хорошая"). И, наконец, дружно: "Я очень хороший (ая)!"

Молодцы! Теперь каждый, начиная с того, кто сидит справа от меня, скажет, как захочет - шепотом, обычным голосом или прокричит.

Замечательно! Давайте встанем в круг, возьмемся за руки и скажем: "Мы очень хорошие!" - сначала шепотом, потом обычным голосом и прокричим.

«Мостик доверия»

Цель: способствовать групповому сплочению, умение согласовывать свои действия с другими, умение оценивать не только себя, но и своих друзей.

Педагог просит детей по желанию образовать пары и "построить" мостик (при помощи рук, ног, туловища). Если желающих не будет, взрослый может сам встать в пару с ребёнком и показать, как можно изобразить мостик (например, соприкоснуться головами или ладошками).

«Продолжи фразу»

Цель: способствовать повышению уверенности в себе и собственных силах.

Участники игры по очереди заканчивают каждое из предложений.

Я хочу...

Я умею...

Я смогу...

Я добьюсь...

Можно попросить ребенка, объяснить тот или иной ответ.

«За что меня любят дома?»

Цель: развивать способность думать о себе позитивно, повышать самооценку.

Дети сидят в кругу (или за партами). Каждый ребенок по очереди говорит всем, за что его любят дома. Затем можно попросить одного из детей (желающего), чтобы он повторил то, что сказали другие. При затруднении дети могут ему помочь. После этого нужно обсудить с детьми, приятно ли им было, что другие дети запомнили эту информацию. Дети обычно сами делают вывод, что надо внимательно относиться к окружающим и слушать их.

На первых порах дети, чтобы показаться значимыми, рассказывают, что мамы любят их за то, что они моют посуду, не мешают маме писать диссертацию, любят маленькую сестренку... Только после многократного повторения этой игры дети приходят к выводу, что их любят просто за то, что они есть.

«Назови свои сильные качества»

Цель: развивать способность думать о себе позитивно и не стесняться говорить о себе в присутствии других людей.

Каждый участник игры в течение нескольких минут рассказывает о своих сильных качествах, о том, что он любит, ценит и принимает о том, что дает ему чувство уверенности! Не обязательно говорить только о положительных качествах, важно, чтобы ребенок говорил прямо, не умаляя своих достоинств. Старайтесь, чтобы он как можно меньше использовал в своем рассказе засоряющие язык слова, например: «ну», «ВОТ».

«Я сильный», «Я слабый»

Цель: способствовать развитию позитивных мыслей, формирование адекватной самооценки.

Ведущий подходит по очереди к каждому ребенку и просит его вытянуть вперед руку. Затем он старается опустить руку ребенка вниз, нажимая на нее сверху. Ребенок должен удержать руку, говоря при этом

вслух: "Я сильный!" На втором этапе выполняются те же самые действия, но уже со словами "Я слабый".

Попросите детей о том, чтобы они произносили слова с соответствующей их смыслу интонацией. Затем обсудите, в каком случае им было легче удерживать руку и почему.

Постарайтесь подвести детей к выводу о том, что поддерживающие слова помогают нам справляться с трудностями и побеждать.

«Знакомство с другом»

Цель: способствовать развитию уверенности в себе и своих силах.

Ситуация "Знакомство"

О чем нужно подумать и что сделать, чтобы познакомиться с кем-то? Какие нужны мысли и какие действия? (Мысли - "Я хочу познакомиться с ним, я спрошу его о чем-то или узнаю его имя". Действия - подойти, улыбнуться, сказать то, что хотел.)

Ситуация "Подари подарок другу"

Дети должны придумать, что подарить другу и решить, о чем нужно подумать и что сделать, чтобы подарить свой подарок.

Ребята разыгрывают ситуации по желанию, после чего можно задать следующий вопрос:

— Было ли это просто?

«Я - тигр»

Цель: повысить уверенность в себе.

Закройте глаза и представьте себе, что каждый из вас превратился во льва. Лев - царь зверей. Сильный, могучий, уверенный в себе, спокойный, мудрый. Он красив и свободен.

Откройте глаза и по очереди представьтесь от имени тигра, например: "Я - тигр Гоша". Пройдите по кругу гордой, уверенной походкой.

«Встреча с товарищем»

У мальчика был друг. Настало лето, и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал с родителями отдыхать. Скучно в городе одному. Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из автобуса выходит его товарищ. Как же они обрадовались друг другу!

Выразительные движения - плечи опущены, выражение печали на лице (грусть), объятия, улыбка, смех (радость).

Попробуем разыграть эту сценку.

У вас отлично получилось!

Поговорим о том, что же такое радость для вас? Подумайте хорошенько и закончите предложение "Я радуюсь, когда..."

«Выберись из круга»

Цель: способствовать снятию страха перед трудностями. Преодоление препятствия и достижение цели.

Все дети встают в круг, взявшись за руки. Один ребенок стоит внутри круга и должен постараться любым способом выйти из него.

«Добрые слова»

Цель: формирование умения видеть в других что-то хорошее, развитие адекватной самооценки.

Дети встают в два ряда друг против друга. Один из участников получает указание ведущего – пройти между рядами и попросить каждого сказать ему что-нибудь приятное. Группе дается минута, чтобы дети могли подумать о том, что они хотят сказать.

«Движение рукой»

Цель: создать доверительные отношения друг к другу.

Играют 4 человека. Двое должны сесть друг напротив друга с закрытыми глазами и вытянуть навстречу друг другу указательные пальцы (можно начать с ладоней). Двое других игроков становятся позади сидящих. Затем по очереди каждый из них начинает "управлять" рукой

сидящего, давая словесные команды. Цель – свести пальцы (ладони) друзей.

«Подари карточку»

Цель: уметь выражать свои эмоции, хвалить других и получать критику в свой адрес.

Взрослый вместе с детьми в течение нескольких занятий рисует карточки с пиктограммами, обозначающими различные положительные качества. С детьми необходимо обсудить, что означает каждая пиктограмма. Например, карточка с изображением улыбающегося человечка может символизировать веселье, с изображением двух одинаковых конфет — доброту или честность. Если дети умеют читать и писать, вместо пиктограмм можно записать на каждой карточке какое-либо положительное качество (обязательно положительное!).

Каждому ребенку выдается 5 карточек. По сигналу ведущего дети закрепляют на спине товарищей (при помощи скотча) все карточки. Ребенок получает ту или иную карточку, если его товарищи считают, что он обладает этим качеством.

По сигналу взрослого дети прекращают игру и обычно с большим нетерпением снимают со спины «добычу».

На первых порах, конечно, случается, что не у всех играющих оказывается много карточек, но при повторении игры и после обсуждения ситуация меняется. Во время обсуждения можно спросить у детей, приятно ли получать карточки. Затем можно выяснить, что приятнее — дарить хорошие слова другим или получать их самому. Чаще всего дети говорят, что нравится и дарить, и получать. Тогда ведущий может обратить их внимание на тех, кто совсем не получал карточек или получал их совсем мало. Обычно эти дети признаются, что они с удовольствием дарили карточки, но им бы тоже хотелось получить такие подарки.

Как правило, при повторном проведении игры «отверженных» детей не остается.

«Покажи»

Цель: уметь выражать свои эмоции, развивать чувство радости.

Сейчас я назову по имени одного из вас, брошу ему клубочек и, например, попрошу: "Саша, изобрази медвежонка". Саша должен будет поймать клубок, сказать: "Я - медвежонок. Я радуюсь, когда ..." Саша расскажет, когда медвежонок радуется, изобразит нам его, а затем бросит клубок кому-нибудь из вас и, назвав по имени, в свою очередь скажет: "Покажи..." и назовет любое животное, или человека, или растение, или птицу, или предмет. Понятно?

«Роботы»

Цель: научить работать в коллективе, в парах, выражать свои чувства, снять мышечный тонус.

Важно объяснить детям, что результат их работы будет зависеть от того, как слаженно будут работать все "части" машины. Разделите детей на группы и предложите спроектировать свою машину (например, стиральную, миксер и т.п.). Можно продемонстрировать одну из машин, например, стиральную. Попросите двух детей держаться за руки, чтобы третий свободно мог крутиться посередине, изображая «бельё».

Предложенные формы работы психолога в младших классах средней школы нами опробованы в практической деятельности. Мы наблюдали в ходе работы с детьми, как постепенно они становились более открытыми, раскрепощенными, доброжелательными, контактными. Использование игр, в которых подвижны руки, развивает моторику мелких мышц, которая влияет на активность головного мозга, скорость мыслительных процессов, что, в свою очередь, сказывается и на учебной деятельности школьников.

«Толкалки»

Цель: научить детей контролировать свои движения.

Скажите следующее: «Разбейтесь на пары. Встаньте на расстояние вытянутой руки друг от друга. Поднимите руки на высоту плеч и обопритесь ладонями о ладони своего партнера. По сигналу ведущего

начните толкать своего напарника, стараясь сдвинуть его с места. Если он сдвинет вас с места, вернитесь в исходное положение. Отставьте одну ногу назад, и вы почувствуете себя более устойчиво. Тот, кто устанет, может сказать: «Стоп». Время от времени можно вводить новые варианты игры: толкаться, скрестив руки; толкать партнера только левой рукой; толкаться спиной к спине.

«Рекламный ролик»

Цель: развивать самораскрытие, самоконтроль, умение видеть в других людях прекрасное.

Каждый участник должен в течение 2 минут придумать рекламную кампанию, представляющего его самого как «лучший в мире продукт». Это может быть реклама улучшенного продукта, торговая рекомендация и т.д. Форму будущего мероприятия участники определяют сами (рассказ, песня, танец). Необходимо начать с себя.

«Если нравится тебе, то делай так!»

Цель: создать положительный настрой.

Играет музыка, учитель показывает движения, а дети за ним повторяют!

Результаты диагностики подверженности буллингу среди младших
школьников

| Данные | Физическая виктимизация | Социальная виктимизация | Вербальная виктимизация | Нападение на имущество | Итог |
|--------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|------------------------------|------|
| А.Б. | 8 | 5 | 8 | 8 | 29 |
| И.Б. | 6 | 7 | 4 | 6 | 23 |
| В.Г. | 4 | 2 | 3 | 7 | 16 |
| А.Г. | 8 | 6 | 8 | 8 | 30 |
| Е.Е. | 6 | 4 | 5 | 6 | 21 |
| О.Ж. | 7 | 6 | 6 | 8 | 27 |
| Н.И. | 2 | 3 | 7 | 7 | 19 |
| А.К. | 7 | 5 | 6 | 5 | 23 |
| Л.К. | 8 | 3 | 2 | 8 | 21 |
| Д.Л. | 6 | 2 | 2 | 6 | 16 |
| К.М. | 5 | 2 | 1 | 3 | 11 |
| А.Н. | 4 | 6 | 2 | 5 | 17 |
| М.Н. | 7 | 4 | 6 | 7 | 24 |
| В.Н. | 6 | 6 | 8 | 8 | 28 |
| П.О. | 8 | 3 | 2 | 3 | 20 |
| А.С. | 4 | 8 | 8 | 7 | 27 |
| В.С. | 6 | 7 | 1 | 6 | 20 |
| Я.Ш. | 8 | 2 | 7 | 4 | 21 |
| У.Ю. | 7 | 4 | 2 | 8 | 21 |
| В.Я. | 6 | 5 | 4 | 4 | 19 |

| Данные | Физическая виктимизация | Социальная виктимизация | Вербальная виктимизация | Нападение на имущество | Итог |
|--------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|------------------------------|------|
| А.Б. | 5 | 6 | 7 | 4 | 22 |
| О.Б. | 6 | 6 | 6 | 8 | 26 |
| В.В. | 7 | 4 | 6 | 6 | 23 |
| А.Ж. | 2 | 2 | 4 | 6 | 14 |
| Е.Ж. | 4 | 2 | 2 | 4 | 12 |
| З.И. | 6 | 4 | 2 | 5 | 17 |
| И.И. | 5 | 6 | 3 | 2 | 16 |
| Д.К. | 4 | 6 | 3 | 4 | 17 |
| Э.К. | 6 | 7 | 7 | 6 | 26 |
| А.Л. | 4 | 4 | 2 | 2 | 12 |
| Д.М. | 5 | 4 | 4 | 4 | 17 |
| В.П. | 6 | 6 | 4 | 4 | 20 |
| Е.П. | 8 | 6 | 6 | 8 | 28 |
| П.П. | 4 | 2 | 3 | 7 | 15 |
| Я.Р. | 1 | 2 | 1 | 1 | 5 |
| У.С. | 6 | 4 | 4 | 5 | 19 |
| Н.Т. | 4 | 3 | 3 | 2 | 12 |
| Я.Ф. | 2 | 2 | 1 | 8 | 13 |
| И.Х. | 6 | 4 | 6 | 6 | 22 |
| Я.Ц. | 5 | 4 | 2 | 7 | 18 |
| П.Ц. | 4 | 6 | 4 | 6 | 20 |
| Б.Я. | 1 | 2 | 2 | 6 | 11 |
| О.Я. | 7 | 4 | 5 | 7 | 23 |

Результаты диагностики самооценки индивидуальных достоинств
младших школьников

| Данные | Мужество | Гуманизм | Справедливость | Умеренность |
|--------|----------|----------|----------------|-------------|
| А.Б. | 12 | 7 | 15 | 7 |
| И.Б. | 14 | 14 | 25 | 8 |
| В.Г. | 19 | 11 | 19 | 9 |
| А.Г. | 27 | 13 | 20 | 4 |
| Е.Е. | 18 | 15 | 17 | 5 |
| О.Ж. | 22 | 17 | 13 | 8 |
| Н.И. | 17 | 18 | 11 | 7 |
| А.К. | 16 | 14 | 15 | 6 |
| Л.К. | 16 | 14 | 11 | 6 |
| Д.Л. | 21 | 13 | 20 | 7 |
| К.М. | 24 | 13 | 23 | 8 |
| А.Н. | 23 | 10 | 22 | 9 |
| М.Н. | 19 | 10 | 25 | 10 |
| В.Н. | 21 | 14 | 26 | 5 |
| П.О. | 19 | 11 | 23 | 4 |
| А.С. | 17 | 16 | 14 | 3 |
| В.С. | 22 | 16 | 13 | 6 |
| Я.Ш. | 19 | 16 | 13 | 7 |
| У.Ю. | 19 | 13 | 11 | 8 |
| В.Я. | 16 | 13 | 10 | 6 |

| Данные | Мужество | Гуманизм | Справедливость | Умеренность |
|--------|----------|----------|----------------|-------------|
| А.Б. | 22 | 11 | 27 | 6 |
| О.Б. | 18 | 14 | 21 | 5 |
| В.В. | 19 | 16 | 20 | 10 |
| А.Ж. | 18 | 17 | 21 | 5 |
| Е.Ж. | 23 | 15 | 24 | 6 |
| З.И. | 25 | 14 | 15 | 7 |
| И.И. | 22 | 9 | 14 | 10 |
| Д.К. | 24 | 20 | 22 | 8 |
| Э.К. | 21 | 19 | 18 | 8 |
| А.Л. | 23 | 17 | 18 | 4 |
| Д.М. | 21 | 19 | 24 | 6 |
| В.П. | 22 | 16 | 28 | 4 |
| Е.П. | 15 | 12 | 15 | 7 |
| П.П. | 23 | 9 | 21 | 9 |
| Я.Р. | 18 | 11 | 24 | 10 |
| У.С. | 27 | 11 | 13 | 8 |
| Н.Т. | 18 | 18 | 26 | 6 |
| Я.Ф. | 7 | 19 | 23 | 7 |
| И.Х. | 24 | 13 | 27 | 10 |
| Я.Ц. | 21 | 10 | 19 | 8 |
| П.Ц. | 18 | 14 | 16 | 6 |
| Б.Я. | 18 | 7 | 19 | 9 |
| О.Я. | 21 | 15 | 18 | 8 |

Сравнение данных детей с низким уровнем виктимности и самооценки индивидуальных достоинств у младших школьников

| Данные | Физ. Вик. | Соц. Вик. | Верб. Вик. | Напад На имущество | Мужество | Гуман. | Справ. | Умеренность |
|--------|-----------|-----------|------------|--------------------|----------|--------|--------|-------------|
| К.М. | 5 | 2 | 1 | 3 | 24 | 13 | 23 | 8 |
| Е.Ж. | 4 | 2 | 2 | 4 | 23 | 15 | 24 | 6 |
| А.Л. | 4 | 4 | 2 | 2 | 23 | 17 | 18 | 4 |
| П.П. | 4 | 2 | 3 | 7 | 23 | 9 | 21 | 9 |
| Я.Р. | 1 | 2 | 1 | 1 | 18 | 11 | 24 | 10 |
| Н.Т. | 4 | 3 | 3 | 2 | 18 | 18 | 26 | 6 |
| Я.Ф. | 2 | 2 | 1 | 8 | 7 | 19 | 23 | 7 |
| Б.Я. | 1 | 2 | 2 | 6 | 18 | 7 | 19 | 9 |
| | | | | | 19,25 | 13,62 | 22,25 | 7,37 |

Сравнение данных детей с высоким уровнем виктимности и самооценки индивидуальных достоинств у младших школьников

| Данные | Физ. Вик. | Соц. Вик. | Верб. Вик. | Напад На имущество | Мужество | Гуман. | Справ. | Умеренность |
|--------|-----------|-----------|------------|--------------------|----------|--------|--------|-------------|
| А.Б. | 8 | 5 | 8 | 8 | 12 | 7 | 15 | 7 |
| А.Г. | 8 | 6 | 8 | 8 | 27 | 13 | 20 | 4 |
| О.Ж. | 7 | 6 | 6 | 8 | 22 | 17 | 13 | 8 |
| В.Н. | 6 | 6 | 8 | 8 | 21 | 14 | 26 | 5 |
| А.С. | 4 | 8 | 8 | 7 | 17 | 16 | 14 | 3 |
| О.Б. | 6 | 6 | 6 | 8 | 18 | 14 | 21 | 5 |
| Э.К. | 6 | 7 | 7 | 6 | 21 | 19 | 18 | 8 |
| Е.П. | 8 | 6 | 6 | 8 | 15 | 12 | 15 | 7 |
| | | | | | 19,12 | 14 | 17,75 | 5,87 |

Сравнение данных детей со средним уровнем виктимности и самооценки индивидуальных достоинств у младших школьников

| Данные | Физ. Вик. | Соц. Вик. | Верб. Вик. | Напад На имущество | Мужество | Гуман. | Справ. | Умеренность |
|--------|-----------|-----------|------------|--------------------|----------|--------|--------|-------------|
| И.Б. | 6 | 7 | 4 | 6 | 14 | 14 | 25 | 8 |
| В.Г. | 4 | 2 | 3 | 7 | 19 | 11 | 19 | 9 |
| Е.Е. | 6 | 4 | 5 | 6 | 18 | 15 | 17 | 5 |
| Н.И. | 2 | 3 | 7 | 7 | 17 | 18 | 11 | 7 |
| А.К. | 7 | 5 | 6 | 5 | 16 | 14 | 15 | 6 |
| Л.К. | 8 | 3 | 2 | 8 | 16 | 14 | 11 | 6 |
| Д.Л. | 6 | 2 | 2 | 6 | 21 | 13 | 20 | 7 |
| А.Н. | 4 | 6 | 2 | 5 | 23 | 10 | 22 | 9 |
| М.Н. | 7 | 4 | 6 | 7 | 19 | 10 | 25 | 10 |
| П.О. | 8 | 3 | 2 | 3 | 19 | 11 | 23 | 4 |
| В.С. | 6 | 7 | 1 | 6 | 22 | 16 | 13 | 6 |
| Я.Ш. | 8 | 2 | 7 | 4 | 19 | 16 | 13 | 7 |
| У.Ю. | 7 | 4 | 2 | 8 | 19 | 13 | 11 | 8 |
| А.Б. | 5 | 6 | 7 | 4 | 22 | 11 | 27 | 6 |
| В.В. | 7 | 4 | 6 | 6 | 19 | 16 | 20 | 10 |
| З.И. | 6 | 4 | 2 | 5 | 25 | 14 | 15 | 7 |
| И.И. | 5 | 6 | 3 | 2 | 22 | 9 | 14 | 10 |
| Г.К. | 4 | 6 | 3 | 4 | 24 | 20 | 22 | 8 |
| Э.К. | 6 | 7 | 7 | 6 | 21 | 19 | 18 | 8 |
| Д.М. | 5 | 4 | 4 | 4 | 21 | 19 | 24 | 6 |
| В.П. | 6 | 6 | 4 | 4 | 22 | 16 | 28 | 4 |
| У.С. | 6 | 4 | 4 | 5 | 27 | 11 | 13 | 8 |
| И.Х. | 6 | 4 | 6 | 6 | 24 | 13 | 27 | 10 |
| Я.Ц. | 5 | 4 | 2 | 7 | 21 | 10 | 19 | 8 |

| Данные | Физ. Вик. | Соц. Вик. | Верб. Вик. | Напад На имущество | Мужество | Гуман. | Справ. | Умеренность |
|--------|--------------|--------------|---------------|--------------------------|----------|--------|--------|-------------|
| П.Ц. | 4 | 6 | 4 | 6 | 18 | 14 | 16 | 6 |
| О.Я. | 7 | 4 | 5 | 7 | 21 | 15 | 18 | 8 |
| | | | | | 20,34 | 13,92 | 18,69 | 7,34 |