



## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
ГЛАВА 1.Теоретические аспекты проблемы исследования .....	10
1.1 Понятие буллинга в психолого-педагогической литературе .....	10
1.2 Особенности самооценки качества жизни у младших школьников .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
Выводы по 1 главе .....	26
ГЛАВА 2. Практические аспекты исследования .....	28
2.1 Задачи и содержание исследования.....	28
2.2 Анализ результатов.....	31
2.3 Программа, направленная на снижение склонности к буллингу у младших школьников .....	37
Выводы по 2 главе .....	49
Заключение .....	52
Список использованных источников .....	566
Приложение А .....	65
Приложение Б.....	70
Приложение В .....	72
Приложение Г .....	73

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность данной темы на практике вызвана тем, что, в соответствии со всемирным докладом о насилии в отношении детей в настоящее время можно утверждать, что каждый десятый учащийся школы в мире подвергался или подвергается проявлениям насилия в образовательной среде. И указанный показатель, при этом, каждый год только увеличивается. Актуальность данной проблемы в настоящее время была подтверждена целым рядом проведенных исследований ученых.

Согласно проведенным ВОЗ исследованиям в период 2018-2019 гг., порядка 11 % всех детей, обучающихся в начальной школе, подвергались или подвергаются оскорблениям в интернет-сообщениях чаще, чем дважды за месяц. Это наиболее высокий показатель среди 42 различных стран (средний показатель, при этом, составляет 3-4 %).

Так установлено, что наиболее популярными издевательствами детей младшего школьного возраста являются вербальные издевательства (около 40 %), на втором месте стоит физическая агрессия и моральное давление (около 20 %). Самую маленькую популярность заслуживают различные виды запретов и изгнаний (порядка 15 %) [8].

Реализация на практике Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) для начальной школы предполагает постепенное развитие у детей, учащихся начальных классов, навыков сотрудничества со взрослыми людьми, а также сверстниками в различных складывающихся на практике социальных ситуациях, способности избегать конфликты и находить в случае необходимости выход из сложной ситуации [37].

Сейчас все более часто педагоги, работающие с учащимися начальных классов школы, сталкиваются на практике в ходе своей работы с различными угрозами, насмешками, проявлениями агрессии и т.п.

Буллинг является одной из угроз психологическому здоровью личности младших школьников. Под буллингом понимаются не только физические формы насилия, но и психологические формы, которые часто характеризуются гораздо более глубокими и серьезными последствиями для личности.

Актуальность исследования также обусловлена интересом исследователей к данной теме.

В различных трудах ученых говорится о том, что эта проблема сложна, в первую очередь потому, что ее последствия являются не во всех случаях очевидными, но в то же время способны оказать отрицательное влияние на участников процесса. Есть определенные сложности с определением в том или ином случае наиболее подходящего способа решения той или иной возникающей на практике проблемы. Буллер, жертва, подвергающаяся насилию в той или иной ситуации, подпадает под влияние другой личности, что ведет к изменению поведения, а также иногда системы ценностей, меняется и эмоциональный фон человека.

Проблема буллинга изучалась в разных странах с 70-х гг. прошлого столетия. И сейчас эта проблема по-прежнему остается весьма значимой. В различной научной литературе эта проблема рассматривается сейчас в разных аспектах – в первую очередь, в контексте изучения детской агрессивности (данный вопрос исследовали такие авторы, как О. А. Селиванова, а также С. А. Козлова), за рубежом Э. Фромма, Л. Берковиц и т. д. Проблема буллинга изучена была в трудах исследователей И. С. Кона, а также Е. А. Гусейновой и ряда других авторов.

Склонность к проявлениям агрессии или к позиции жертвы оказываются на практике связанными напрямую с качеством жизни. Это очень важный фактор, оказывающий свое воздействие на складывающиеся взаимоотношения в той или иной социальной группе. Важен также и выбор подходящих моделей поведения у человека.

Анализ проведенных исследований в сфере психологии в итоге показал то, что самооценка учащихся начальных классов, которые включены в буллингую структуру, качество жизни, пока что не было предметом исследования. Это дает в итоге реальную возможность выполнить анализ и выделить основные существующие на практике факторы риска включения учеников начальной школы в буллингую структуру. В частности, таким фактором риска может быть низкая самооценка школьником качества своей жизни.

Актуальность темы отражает значимость проведения данного исследования на трех направлениях:

1. На социальном уровне значимость работы обусловлена стратегическим значением деятельности по профилактике буллинга для российского образования

2. На научном уровне значимость исследования заключается в том, что важностью выявления взаимосвязи между самооценкой качества жизни и склонностью к буллингу у младших школьников.

3. На практическом уровне значимость работы обусловлена в необходимости разработки программы, направленной на снижение склонности к буллингу у младших школьников.

Актуальность проблемы взаимосвязи самооценки качества жизни и склонностью к буллингу у младших школьников повлекла за собой выявление противоречия между потребностью в выявлении взаимосвязи между самооценкой качества жизни и склонностью к буллингу у младших школьников и отсутствием подобных исследований в российской науке.

Анализ актуальности и противоречий определили проблему исследования: какова взаимосвязь между самооценкой качества жизни и склонностью к буллингу у младших школьников?

Актуальность, значимость и недостаточная разработанность рассматриваемой проблемы определили выбор темы исследования:

«Взаимосвязь самооценки качества жизни склонности к буллингу у младших школьников».

Цель данного исследования – теоретически обосновать и экспериментально проверить наличие взаимосвязи между самооценкой качества жизни и склонностью к буллингу у младших школьников для разработки программы, направленной на снижение склонности к буллингу у младших школьников с целью повышения самооценки качества жизни у младших школьников.

Объект исследования – проявление буллинга у младших школьников.

Предмет исследования – взаимосвязь самооценки качества жизни и склонности к буллингу у младших школьников.

В работе была сформулирована следующая гипотеза: существует взаимосвязь между уровнем буллинга и самооценкой качества жизни у младших школьников.

Цель, предмет и гипотеза определили следующие задачи исследования:

1. Проанализировать сущность понятия «самооценка качества жизни».
2. Рассмотреть особенности проявления буллинга в отношении сверстников среди младших школьников.
3. Провести экспериментальное исследование взаимосвязи самооценки качества жизни и склонности к буллингу у младших школьников и проанализировать его результаты.
4. Разработать программу, направленную на снижение склонности к буллингу у младших школьников.

Для решения исследовательских задач были использованы следующие методы:

- 1) теоретические методы: анализ психолого-педагогической и методической литературы;
- 2) практические методы: тестирование; анкетирование;

3) методы обработки и интерпретации данных.

Методологической основой исследования явились:

1) принцип детерминизма, деятельностного подхода (А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн);

2) положения, раскрывающие сущность самооценки качества жизни (С. Мадди, Л. А. Александрова и др.);

3) теоретические представления авторов о специфике буллинга, как формы поведения (В. Н. Бутенко, Д. Н. Соловьев);

4) работы авторов, раскрывающие особенности проявлений буллинга в младшем школьном возрасте (Е. Б. Березина, Е. А. Гусейнова).

Методы исследования:

1) анализ литературы по проблеме исследования;

2) опрос;

3) методы математико-статистической обработки данных.

Экспериментальная база исследования: Данное исследование носит пилотажный характер и размеры выборки невелики: 21 ученик 4-го класса школы г. Челябинска. Возрастной диапазон исследуемых – 9-10 лет. В выборке 9 девочек и 21 мальчиков, однако в силу ее малой численности ниже мы не анализируем возможные гендерные различия.

Исследование проводилось в несколько этапов.

На первом этапе осуществлялся теоретический анализ литературы по проблеме особенностей самооценки качества жизни у младших школьников, раскрывался феномен буллинга. Были сформулированы проблема, цели, задачи, а также гипотеза исследования.

На втором этапе выявлялась психологическая характеристика младших школьников включенных в психологическую структуру группы по изучению взаимосвязи самооценки качества жизни и склонности к буллингу у младших школьников. Проводился качественный и количественный анализ, систематизация, обобщение и интерпретация результатов исследования.

На третьем этапе разрабатывалась программа, направленная на развитие самооценки качества жизни у младших школьников с целью снижения склонности к буллингу у младших школьников. Формулировались выводы и оформлялись результаты исследования.

Достоверность результатов и выводов исследования обеспечивалась методами математико-статистической обработки данных, использованием апробированных и валидных психодиагностических методик.

Практическая значимость исследования: разработанная нами программа, направленная на развитие самооценки качества жизни у младших школьников с целью снижения склонности к буллингу у младших школьников, может быть использована в практике работы учителя начальных классов.

Апробация результатов исследования.

По материалам исследования мной написаны и опубликованы 3 статьи.

1. Верткова Е.В. Взаимосвязь качества жизни и склонности к буллингу / Е.В. Верткова // Современные вызовы и перспективы развития молодежной науки : сборник статей II Международной научно-практической конференция (16 декабря 2020 г.) – Петрозаводск : МЦНП «Новая наука», 2020. – С. 39 – 44.

2. Верткова Е.В., Волчегорская Е.Ю. Обзор психолого-педагогической литературы по теме «Взаимосвязь самооценки качества жизни и склонности к буллингу у младших школьников» // Поколение будущего: сборник статей международной студенческой научной конференции (Санкт-Петербург, Ноябрь 2020). – СПб. : ГНИИ «Нацразвитие», 2020

3. Верткова Е.В., Волчегорская Е.Ю. Проблема склонности к буллингу – в работах зарубежных исследователей. Наука XXI века: взгляд в будущее : материалы XI Всерос. науч.- практ. конф. учащейся молодежи / Междунар. акад. наук пед. образования, Шадр. гос. пед. ун-т ; отв. за вып.



Н.В. Ипполитова, Н.С. Стерхова. – Шадринск : ШГПУ, апрель 2019. – 825 с.

Структура диссертации: Диссертация состоит из введения, двух глав, выводов по каждой главе, заключения, списка литературы и приложений.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

## 1.1 Понятие буллинга в психолого-педагогической литературе

Сейчас феномен буллинга занимает весьма важное место в существующем общественном сознании. Такое понятие, как «школьный буллинг», изучают уже порядка трех десятков лет. Это вызвано проявлением агрессии среди учеников в средних школах.

Проблема школьной травли по-прежнему остается актуальной. Феномен буллинга – событие с долгой историей. К. Дьюкс одним из первых, в 1905 г., публикует работу, посвященную буллингу. К нему присоединились скандинавские ученые, систематически исследующие буллинг: Д. Олвеус, П. П. Хайнеман, А. Пикас, Е. Роланд. Позднее проблемой заинтересовались британские ученые – Т. Ортон, Д. А. Лэйн, Д. П. Таттум, Е. Мунт. В начале 1990-х гг. повышенное внимание агрессивному преследованию уделяется в США. Также исследованиями школьной травли занимались отечественные ученые И. С. Кон, И. Б. Ачитаева, О. Л. Глазман, В. Р. Петросянц в начале нынешнего века. Однако проблема остается малоисследованной

Самая первая национальная программа предотвращения буллинга создана оказалась в 1983 г. в Норвегии. Затем уже на ее основе создали усовершенствованную программу: после обучения учеников различным приемам вмешательства в проявления травли буллинг стал проявляться меньше в два раза. Антибуллинговые программы начали разрабатывать в том числе в других странах, в Европе, а также в США. Но в США акцент сделали на создании программ обеспечения профилактики агрессивного поведения среди учащихся школ.

Изначально о буллинге в качестве отдельной проблемы начали говорить в 80-е годы в прошлом веке. Точное определение этому понятию дал исследователь Д. Олвеус. Это произошло в 1993 г. Буллинг

представляет собой физическую, вербальную, либо психологическую агрессию, которая проявляется для того, чтобы причинить своей жертве вред, запугать, либо стрессировать ее. Но указанное явление проявлялось и прежде, и было упомянуто в различной научной и художественной литературе. В частности, о нем говорили авторы М. Л. Бутовская, Е. Л. Луценко, К. Е. Ткачук [19]. Они отмечают, что данную разновидность агрессии прежде никто не выделял отдельно для проведения исследований

Среди тех, кто в числе первых изучал данное явление – Д. Олвеус. Он при этом пытался дать определение этого понятия. Для российской науки данное понятие не новое.

Для русских людей, как отмечают М. Л. Бутовская, Г. С. Русакова, весьма близко такое понятие, как «дедовщина». Его описал антрополог К. Л. Банников. Это понятие также определил с позиций социальной философии С. А. Королев. Исследователь И. С. Кон также рассмотрел данную проблему. В его статье дана характеристика данного явления, а также пояснено было содержание буллинга и степень его распространения [19,47].

Невзирая на существующее представление, что буллинг характерен для подростков, травля встречается также у учащихся младших классов школы, и иногда у дошкольников [11].

В России и в различных других странах сейчас выполнено множество исследований, раскрывающих возможные причины широкого распространения буллинга в школах [6; 13; 19; 23; 24].

Среди факторов буллинга исследователи в первую очередь отмечают личностные особенности как жертв, так и агрессоров [3; 8; 10; 11; 12; 14], различные имеющие место быть семейные факторы, которые провоцируют факты переноса агрессии из семейных отношений в отношения со сверстниками [4; 6; 16; 19], различные средовые факторы неблагополучия, которые оказывают свое влияние на вхождение того или иного школьника в роль «буллера», а также на принятие роли «жертвы» [2; 7; 11; 15].

В последние несколько десятков лет в учебных заведениях начала все больше распространяться проблема насилия. Психологическая травля учеников, проявляемая как буллинг, получила достаточно большое распространение, и это на сегодня весьма сложная и серьезная проблема

А. А. Бочавер, Н. А. Гришаева полагают, что только лишь несколько десятков лет тому назад были отмечены единичные случаи агрессии у детей и подростков. Но сейчас, в современных достаточно непростых социально-экономических условиях, такое явление, как буллинг, получает все большее распространение [8; 13].

Авторы А. В. Микляева, а также П. В. Румянцева в своем труде назвали те классы, где бывает травля, «внутренне конфликтными». Среди причин буллинга – наличие определенной структуры межличностных отношений в коллективе класса. В младших классах школы у общения пока что еще нет такого веса, и более важной для детей оказывается учебная мотивация. В случае проявления внутриклассного конфликта это оказывается «практически во всех случаях «заслугой» взрослых людей» [33, с. 182].

Авторы М. Л. Бутовская, Е. Л. Луценко, К. Е. Ткачук в выполненном ими исследовании определили наличие положительной корреляции между склонностью к проявлениям буллинга, тревожностью и агрессивностью. Они отметили то, что дети, которые не ощущают себя в полной безопасности, в результате начинают трансформировать свою повышенную тревожность, при этом нападая на более слабых и незащищенных.

Исследования, проведенные учеными В. Н. Бутенко, Т. А. Даниловым, а также О. А. Сидоренко и рядом других, в итоге показали на практике то, что жертвы буллинга являются высокоэмоциональными в коммуникативной сфере, при этом они не уверены в себе, у них невысокий уровень проявления самоуважения. У них также зачастую наблюдаются сложности с коммуникацией. Их реакция на травлю проявляется чаще всего в замалчивании, а также в отрицании существующей проблемы. Взрослым

говорят о буллинге только порядка 6% всех жертв из числа учащихся. Примечательно то, что многие жертвы считают себя виновниками подобных ситуаций [10].

На деле в группу риска вполне может попасть практически любой из детей. Как правило, в повседневности буллеров отличает эмоциональная лабильность, раздражительность, агрессивность, хитрость. Нередко они оказываются физически сильны, импульсивны и мстительны, могут вести себя достаточно вызывающе в отношении других людей практически в любом возрасте [13].

Среди свидетелей всегда бывают сторонники буллера. Такие ученые, как Н. М. Тейфук, а также Т. А. Данилова, определили их в качестве склонных испытывать внутренний дискомфорт. Они часто принимают сторону агрессора ввиду наличия у них страха самим побывать в итоге в роли жертвы. У этих школьников нередко нет нужного взаимопонимания с их родителями, а также уважения, проявляемого со стороны сверстников, при этом у них есть стремление доминировать. Защитники этих детей проявляют эмпатию, у них адекватная самооценка [19].

У буллинга есть внешняя структура конфликта, но есть и определенные отличия от него. На самом деле это скрытый процесс с дисбалансом сил, имеющихся у жертвы и у обидчика. У него повторяющийся характер, и есть своя буллинг-структура (включающая в себя обидчика, жертву, свидетелей, помощников буллера, защитников)

Травля всегда происходит в группе. Травля всегда встречается в различных существующих группах. В связи с этим службы, работающие с конфликтами в учебных заведениях, не всегда достаточно эффективны при решении проблемы травли, которая есть во многих классах школ. В любом случае необходимо действовать со стороны непосредственно самих учеников, а также со сторон наиболее важного для них педагога.

Исследователь Д. Лэйн в составленном им сборнике указал, что данную проблему в любом случае весьма важно решать комплексно, с

учетом разных существующих на практике факторов. «Недостаточно ужесточения дисциплины или оказания психологической поддержки жертве. Помощь в любом случае необходимо направить сразу на всю группу» [60].

Исследование автора М. В. Сафроновой в результате показало то, что травля реже бывает в классах с проявлением уважения друг к другу, сплоченных. Чаще всего буллинг наблюдается в классах с наличием безнадзорных детей, с противоправным поведением [72]. В таких коллективах классный руководитель и ученики являются основными составляющими в проблеме травли и ее успешном решении.

Автор Е. В. Шевченко говорит о важности применения на практике комплексного подхода, и как меру профилактики буллинга предлагает различные тренинги, позволяющие сформировать толерантность к личности сверстников, а также к коммуникативной компетенции.

Отдельно рекомендуется работа, ориентированная на уменьшение уровня агрессии у потенциальных или уже существующих буллеров [53]. Автор Д. Лэйн рекомендует, кроме проведения работы с жертвами, а также и с их преследователями, с коллективами учеников, различные тренингово-семинарские занятия с педагогами, учителями. Он заявляет, что «даже однодневный тренинг позволяет изменить ситуацию, если при этом участники успешно освоят действующий на практике механизм превращения, желаемого в действительное, и смогут при этом составить план действий в этом отношении» [20]. Он отметил наличие самого большого эффекта, когда учитель после тренинга заявляет о своих действиях, которые планируется совершить с целью профилактики буллинга в классе. При этом он устанавливает дату достижения этой цели и назначает следующую встречу по данному вопросу.

Исследования авторов М. Л. Бутовской, а также В. И. Вишневецкой, в итоге показали то, что буллинг в любом случае не сможет пройти полностью бесследно для жертвы, и часто спустя годы уже взрослый человек

вспоминает негативно школьную травлю. Так что проблема буллинга в школе очень важна, и ее важно своевременно решать. Составленные психологические портреты буллеров, а также их жертв, свидетелей-сторонников тех, кто является преследователем, в итоге показывают то, что среди черт их личности или пассивность, или агрессия. Это дает в итоге возможность прийти к выводу о том, что при формировании у детей навыков асертивного поведения можно достичь достаточно эффективной профилактики буллинга, в том числе в младших классах школы.

Авторы, занимавшиеся исследованием этого вопроса М. Л. Бутовская, а также Г. С. Русакова выделили основные существующие на практике причины буллинга. Среди них они отметили наличие у детей соответствующей предрасположенности к буллингу, формируемой в младшем школьном возрасте [19].

Авторы М. В. Сафронова, а также В. С. Собкина со своей стороны указали на то, что большая часть всех учеников сейчас подвергается самым разным формам насилия в школе. Среди самых вероятных причин этого стоит отметить демографические, а также социально стратификационные факторы [72].

Т. Н. Беркалиева понимает под буллингом сознательное устойчивое насилие не имеющие характера самообороны [45]. Д. Олвеус классифицирует буллинг на следующие виды: вербальный, социальный, физический, косвенный, этнический, сексуальный.

Вербальный буллинг представляет собой на практике форму буллинга, при существовании которой издевательства проводятся в словесной форме (обзывание, клички, намеки, которые высказываются вслух).

Физический буллинг связан с теми или физическими действиями, которые проявляются на практике по отношению к жертве. К нему зачастую на практике прибегают агрессоры, являющиеся физически более сильными, нежели жертва. Так они компенсируют собственные комплексы.

Косвенный буллинг на практике проявляется в форме распространения тех или иных слухов, выдуманных историй, а также в разглашении чьих-либо личных секретов.

Проявления этнического буллинга связаны с учащимися другой национальности.

Существует такой вид буллинга, который проявляется на практике в отбирании денег или каких-либо иных материальных вещей жертвы с их порчей в дальнейшем. Это также может быть угроза или принуждение к выполнению тех или иных действий. Что касается существующей на практике социальной структуры буллинга, она включает три важных составляющих. Во-первых, это агрессор (буллер), во-вторых, жертва, а в третьих, это наблюдатель.

Автор Е. Н. Чеканина указала, что у подростков-буллеров наблюдаются часто свои вполне определенные черты. Это, в частности, проявления их самоуверенности, неспособность сочувствовать, физическая сила, импульсивность, быстрая возбудимость, а также проявление склонности к агрессии в поведении [51].

Буллинг тесным образом связан с агрессией младших школьников. Агрессия у младших школьников возникает чаще всего в результате низкой самооценки, не сформированного положительного отношения к себе, жизненных неудач.

Исследователь И. С. Кон со своей стороны полагает, что жестокость и агрессивность всегда наблюдаются у подростков. Это связано с внутригрупповым соперничеством, борьбой за власть и проявлениями немотивированной агрессии, которая возникает как следствие психофизиологических изменений у подростков. Каждый год сейчас растет число агрессоров и жертв, и их возраст оказывается все более молодым [46].

Часть возможных проявлений агрессии наблюдаются у учеников в младших классах. Психологическая травма, влияющая на будущее детей, формируется вследствие действий обеих сторон буллинга. Жертва и



агрессор имеют свои психологические проблемы, которые стремятся так решить.

Исследователь Е. А. Гусейнова со своей стороны указала на то, что проявление буллинга связано с психологическим насилием, а также с применяемыми физическими травмами, а иногда со смертью участников конфликта. Сейчас пока что указанная проблема еще слишком мало исследована и вызывает большой общественный резонанс [14].

Е. П. Ильин считает со своей стороны, что агрессия, существующая в человеке в виде защитного механизма, может получать и отрицательные, и положительные черты с учетом существующей социальной среды.

Е. П. Ильин отметил то, что существует наблюдается зависимость буллинга от существующей структуры семьи, и от отношений, складывающихся в ней [40].

Буллинг в современных исследованиях часто рассматривают в качестве социального явления, мешающего решению проблемы.

В буллинге В. Н. Бутенко выделяет четыре основных компонента:

1. Агрессивное и негативное поведение.
2. Частое проявление агрессивного поведения.
3. Проявления агрессии наблюдаются в отношениях, люди в которых имеет неравную власть.
4. Поведение является преднамеренным [18].

Агрессоры часто выбирают жертву послабее, чтобы в итоге почувствовать себя на его фоне более сильным. Нередко на практике жертвами насилия в школах оказываются дети с физическими недостатками, а также те дети, которые не в состоянии дать другим отпор и защитить себя. Это также дети с психологическими особенностями, например, с импульсивным поведением, замкнутые, чрезмерная ранимые и т. д. [40; 66].

Гиперактивные дети могут быть чересчур навязчивы, но проявлять наивность больше, нежели их сверстники, они вступают в любые разговоры, навязывают собственное мнение, нетерпеливы. Гиперактивные дети на

практике проявлять себя и в той, и в другой роли, то есть в ролях угнетателя и жертвы [10].

Нередко жестоки дети, воспитанные в условиях гиперопеки, чрезмерной заботы, избалованные, не несущие ответственности за свои поступки.

Исследователь О. А. Мосина со своей стороны считает, что предмет насмешек детей наиболее часто – это:

- те или иные характерные особенности внешности детей;
- наличие болезни;
- плохие социальные навыки у детей;
- отсутствие определенного жизненного опыта и опыта работы в команде;
- наличие у детей страха перед школой;
- низкий интеллект и самооценка детей [58; 59; 64].

В труде авторства Э. Руллана есть сведения об имеющихся гендерных особенностях буллеров. Сейчас часто на практике наблюдается смешение гендерных ролей, и у девочек в итоге проявляется стремление к тому, чтобы показывать маскулинные черты, что на практике отражает высокую агрессию. Исследователи в итоге со своей стороны считают, что сейчас среди девочек зачастую бывают буллеры. Мальчикам агрессия присуща от природы, так что они также бывают буллерами [70].

Выполненные исследования показывают на практике то, что сейчас существующая проблема травли детей в школе получила широкое распространение. Это ведет к необходимости изучения в подробностях существующих психологических характеристик всех участников, имеющих отношение к буллинговой структуре. Одна из этих характеристик проявляется в жизнестойкости подростков.

Под психологическими особенностями мы понимаем свойства человека, реализующиеся в определенном социуме, в зависимости от характера, темперамента, склонностей, эмоций. И если мы говорим о детях,

то ситуация буллинга воспринимается ими иначе, нежели взрослыми. Они больше эмоциональны, чем рациональны, больше наивны, чем рассудительны. В силу недостаточного личного опыта и клипового мышления дети, в отличие от взрослых, не видят всех угроз буллинга.

Ситуация травли рассматривается в качестве нормальной составляющей их социализации. Им свойственно воспринимать всё на веру, они идут на поводу у агрессоров и провокаторов.

Дети наиболее чувствительны к восприятию негативного, отрицательного, что побуждает их либо к агрессивной самозащите, где они проявляют повышенную вспыльчивость и обидчивость, либо пассивной меланхолии, смирению. И насильственные действия могут выступать не только как «инструмент» статусной конкуренции, самоутверждения и доминирования, но и одним из способов самозащиты. В то время как молодые люди могут абстрагироваться, не вступать в полемику, защитить себя от неприемлемого контента, используя как личностные, так и технологические ресурсы. Но даже в зависимости от возраста далеко не все формы буллинга признаются в качестве таковых и младшими школьниками.

Важные существующие на практике индикаторы буллинга – дисбаланс в статусе жертвы и агрессора, направление издевательств от доминантных индивидов к более подчиненным, проявления регулярности во времени агрессивных действий.

Агрессивные действия у детей проявляются с детства. Агрессивное поведение у дошкольников начинает принимать самые разные формы. В различных учреждениях дошкольного образования больше всего наблюдается физическая агрессия, а в общеобразовательных учреждениях проявляется и вербальная агрессия [66].

Буллинг на практике часто всерьез травмирует жертву. Его отрицательные последствия могут быть при этом самыми разными. Это и утрата доверия и проявления уважения ребенка к самому себе, и нарушение концентрации внимания, и многое другое. Наличие проявлений социальной

изоляции и чувство одиночества в итоге ведут к постепенному формированию у детей депрессии. У детей с течением времени может снизиться показатель мотивации к учебе, они могут отказаться посещать школу [1; 14].

При формировании у детей отклоняющегося поведения имеет свое значение семья, выполняющая важные функции, включая воспитательную функцию. Воспитание ребенка в семье складывается в условиях той или иной вполне конкретной семьи за счет родителей и других родственников ученика.

Виктимизация сверстников на практике предполагает систематическое злоупотребление властью одним, либо несколькими разными сверстниками на протяжении того или иного периода времени и стремление причинить вред, либо дискомфорт.

Виктимизация сверстников связана с целым рядом физических, эмоциональных, академических и поведенческих проблем. Несколько систематических обзоров и мета-анализов показали, что жертвы, как правило, имеют более низкое качество жизни и опыт, низкая самооценка; переживание одиночества и изоляции; увеличение психосоматических жалоб; большей тревоги и депрессии; подвержены большему риску суицидальных мыслей и поведения; больше экстернализирующую проблем, таких как агрессия, правонарушений и проступков. И выступают менее хорошо в академическом плане, чем те, кто не является жертвой [41].

Чем раньше будет обращено внимание на данный процесс, тем эффективнее будет работа. Так, например, работа по ограничению и разобщению ребенка со стрессовыми ситуациями, по нашему мнению, должна проходить при тесном взаимодействии педагога с родителями [26; 33].

Мы выделили такие направления деятельности педагога в сфере обеспечения профилактики буллинга в младших классах школы:

1. осуществление работы с учащимися (проведение с ними

классных часов, коллективных дел и т. д.);

2. работа педагога с родителями детей (проведение тематических родительских собраний, осуществление индивидуальных консультаций с родителями);

3. осуществление совместной работа с детьми и родителями (к примеру, организация праздников).

Итак, изучение данной проблемы показывает, что буллинг представляет физическое, либо психическое насилие, проявляемое человеком (либо группой людей), имеющими те или иные преимущества перед другими людьми. В структуре буллинговой группы при этом состоят жертва, а также агрессор и наблюдатели.

На современном этапе развития оценка конкретных общественных, экономических, психологических условий жизни каждого человека, в отдельности и общества в целом, должна строиться на учете состояния всех сторон существования – здоровья, материального и душевного благополучия с учетом перспективы их динамики в будущем. Сочетание этих показателей в настоящем и их перспективности в будущем и составляют понятие «качество жизни». Иными словами, необходимо понимать под качеством жизни оценку всей совокупности существующих на практике условий интеллектуального, физического, а также социального благополучия, как их воспринимает тот или иной отдельно взятый индивид, либо группа людей, включая, в том числе, понимание состояний счастья, удовлетворенности. Качество жизни является на практике весьма субъективным параметром, в основе которого принятие в расчет различных существующих объективно показателей. Нельзя вести речь о качестве жизни в качестве конкретной величины, поскольку на практике она всегда будет разной для разных социальных групп, и нередко изменяется с учетом

временного периода. Это в любом случае требует изучения и осуществления контроля.

Проблема качества жизни впервые поднимается в 70-е годы. Рост интереса к ней связан с осознанием обществом окружающих нас проблем и прежде всего экологических. Так как нарушение экологического равновесия может обернуться не только падением материального состояния, но и ухудшением физического и психологического здоровья.

Важную роль в формировании качества жизни школьников играют социально-бытовые условия. Основными показателями считаются характеристика вида жилища, величина жилищной площади и бюджета на одного члена семьи, уровень образованности родителей, психологическая характеристика семьи, условия воспитания, что непосредственно отражается на самих детях.

В существующей проблеме качества жизни важно принимать в расчет в том числе различные психолого-педагогические факторы. Организация воспитания и обучения в итоге на практике должны способствовать правильному интеллектуальному, физическому, а также моральному развитию личности ученика, сохранению у него достаточно высокого уровня показателей работоспособности.

Много внимания сейчас принято уделять существующей проблеме взаимодействия учащихся школ с окружающими людьми, при этом важную роль получает существующий в семье ребенка морально-психологический микроклимат.

Весьма важное значение получают отношения, складывающиеся у школьника с учителями и одноклассниками.

С особым вниманием проблему качества жизни надо рассматривать относительно младшего школьного возраста, как специфической группы населения, чьи сложные социально-гигиенические факторы жизни оказывают большое влияние на состояние здоровья не только в этом

возрастном периоде, а часто на всю жизнь. По данным литературы, в период с 15 до 24 лет уровень заболеваемости населения возрастает почти вдвое .

В последние годы в зарубежной и отечественной психологической науке активно возрождается и по-новому развивается интерес к проблеме качества жизни (К. А. Абульханова-Славская, Г. М. Головина, Е. Е. Давыдова, А. А. Давыдов, А. Л. Журавлев, Г. М. Зараковский, Т. И. Ионова, А. А. Новик, Т. Н. Савченко, В. А. Хащенко, Р. Кантор, R. M. Lindsey, А. Мишелл). Анализ научной литературы показал, что в науке доминируют два основных направления исследования качества жизни: исследование объективного (Д. Белл, Дж. Форрестер и др.) и субъективного (Ф. Конверс, А. Кэмпбелл, У. Роджерс и др.) качества жизни, ориентированных на изучение качества жизни общества и личности, соответственно.

В рамках субъективного подхода сформировалось психологическое направление в изучении качества жизни (А. В. Баранова, Г. Н. Головина, В. И. Кулайкин, В. А. Непомнящая, Е. Ю. Рубанова, Т. Н. Савченко, Е. А. Угланова и др.), согласно которому истинное значение качества жизни отражено в субъективных переживаниях индивида, которые формируются на основе его жизненного опыта, уровня культурного, интеллектуального и эмоционального развития.

Исследования взаимосвязи социально-психологических характеристик и качества жизни изучаются в основном зарубежными авторами. Так, подчеркивается взаимосвязь качества жизни с экстернальностью-интернальностью, уровнем стресса (О. С. Васильева, А. Abbey, F. M. Andrews, Diener), социальной поддержкой, ролевым соответствием, тревожностью и депрессией (Chibnall), структурой ценностей личности и наличием жизненных целей (Г. Н. Головина Т. Н. Савченко, Р. Инглхарт), копинг-стилями (Т. Myhrer, J.-L. Syversen, O. Vassend, R. G. Watten), жизненной стратегией личности (И. А. Джидарьян), самооценкой (Kozma, Stones,), мотивацией достижений,

волевым самоконтролем, социальной активностью, принятием себя, коммуникативностью (Г. М. Головина, Т. Н. Савченко).

В настоящее время субъективная оценка качества жизни активно исследуется у различных групп населения: у детей (В. С. Подкорытов, Л. Ф. Шестопалова), студентов (А. В. Баранова), инвалидов (Н. К. Губайдуллина), пожилых людей (Л. Б. Ратманская, М. Д. Розенбаум, Т. А. Сидорчук), менеджеров (Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова), сотрудников ОВД (Ф. С. Берестова), больных соматическими и психическими расстройствами (Г. В. Бурковский, Л. И. Вассерман, М. Э. Гурылева, Т. И. Ионова, С. Н. Коваленко, А. А. Новик).

Качество жизни – это достаточно многоаспектное понятие, рассматриваемое различным ученым еще с 60-х гг. XX в. Оно сейчас также изучается самыми разными специалистами в разных науках. Наличие на практике весьма многоуровневой проблемы качества жизни учащихся школ основано на объединении между собой двух разных подходов к осмыслению жизни. Это объективный и субъективный подходы. Это в итоге определяет собой наличие плюрализма мнений ученых по существующей проблеме качества жизни учащихся школ. Существующий «объективный» подход предполагает оценку качества жизни школьников посредством использования при этом целой системы важных объективных показателей, которые включают в себя различные важные социальные индикаторы. Среди них, в первую очередь, стоит отметить образование, здоровье, обучение, занятость, доступность различных товаров и услуг для населения и т. д. Это также некоторые отдельные информационные показатели, которые нужны при оценке качества жизни учащихся школ. Но они при этом, не являются, как считают эксперты в этой области, непосредственными характеристиками (сюда можно отнести, в частности, показатели национального дохода; показатели плотности населения и т. д.).

Качество жизни детей на практике определяется достаточно сложным осуществляемым на практике взаимодействием между ними и тем или



иными существующими социальными группами. Оценка качества жизни учащихся в любом случае должна принимать в расчет различные существующие окружающие факторы, например, отношения, складывающиеся в семье, а также со сверстниками и т. д. При оценке существующих на практике социальных, а также различных психических функций, учащихся школы в первую очередь важно помнить о том, что дети находятся в достаточно сложной для них социальной среде, включающей в себя как семью, так и одноклассников, сверстников, компанию по месту их жительства [38]. Важно измерить качество жизни детей, а не делать оценки, при этом основываясь на качество жизни взрослых.

Итак, определение качества жизни учеников средних школ – это весьма актуальная на сегодняшний день проблема, в любом случае требующая достаточно широкого исследования по причине небольшой изученности различных отдельных существующих ее составляющих. Невзирая на то, что этим вопросом на протяжении уже нескольких десятков лет занимаются ученые в самых разных научных сферах, пока что так и не было проведено параллели между разными существующими на практике сторонами данной проблемы, например, между состоянием здоровья школьника, его социальной ролью и т. д. В связи с этим на сегодня оказывается весьма актуален вопрос применения на практике комплексного подхода к оцениванию имеющейся взаимосвязи существующих бытовых условий, состояния здоровья, физического и психического и иных факторов, и эффективностью реализуемого в школе учебно-воспитательного процесса.

Таким образом, определение качества жизни учащихся, весьма важная сегодня проблема, которая требует широкого исследования из-за малой изученности отдельных ее составляющих.

## Выводы по 1 главе

Изученные аспекты проблемы позволили сделать следующие выводы, касающиеся ключевых аспектов исследования.

В первой главе рассматривается теоретический аспект проблемы буллинга и агрессивного поведения. Нами был проведен анализ психолого-педагогической литературы российских и зарубежных авторов, где даны определения и проанализированы сущность понятия «самооценка качества жизни» и буллинг.

Изучение данной проблемы показывает, что буллинг представляет физическое, либо психическое насилие, проявляемое человеком (либо группой людей), имеющими те или иные преимущества перед другими людьми. В структуре буллинговой группы при этом состоят жертва, а также агрессор и наблюдатели. Мы полагаем, что участники буллинговой группы имеют различные психологические характеристики самооценки качества жизни, но на данный момент они не изучены, в связи с чем, этому будет посвящено наше исследование.

Также в работе были рассмотрены особенности проявления буллинга и причины его возникновения в отношении сверстников среди младших школьников.

Одной из составляющих, влияющих на риск попадания в буллинговую структуру является такой ресурс личности как самооценка качества жизни. Компонентами самооценки выступают вовлеченность, контроль и принятие риска.

Совокупность предупредительных мероприятий по предотвращению буллинга в школе занимает значимую роль и состоит в правильном отношении взрослых к этой проблеме.

Мы выделили такие направления деятельности педагога в сфере обеспечения профилактики буллинга в младших классах школы:

- 1) осуществление работы с учащимися (проведение с ними классных

часов, коллективных дел и т. д.);

2) работа педагога с родителями детей (проведение тематических родительских собраний, осуществление индивидуальных консультаций с родителями);

3) осуществление совместной работа с детьми и родителями (к примеру, организация праздников).

## ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

### 2.1 Задачи и содержание исследования

Наше исследование проведено в рамках естественно-научной парадигмы и основано на принципах системного подхода.

Работа проводилась в 4 этапа.

Первый этап исследования – анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования. На первом этапе была изучена психолого-педагогическая литература подбирались диагностические методики.

Второй этап исследования – подготовка и проведение диагностического исследования. Было выбрано место проведения, подбирались диагностические методики, осуществлена обработка результатов.

На третьем этапе проводилась обработка и анализ полученных данных и формулировались выводы.

На заключительном четвертом этапе разрабатывалась программа деятельности учителя, направленная на профилактику буллинга в начальной школе.

Исследование проходило на базе в средней школы г. Челябинска с учащимися параллели 4 классов в количестве 96 человек. Возраст участников – 9-10 лет, что соответствует младшему школьному периоду, согласно возрастной периодизации Э. Эриксона. Все дети данных классов обучаются по системе «Школа России». Способ формирования выборки формальный.

Цель исследования: выявить взаимосвязь между самооценкой качества жизни у младших школьников и их склонностью к буллингу.

Задачи исследования:

1. Определить диагностический инструментарий для исследования самооценки качества жизни и склонности к буллингу у младших школьников.

2. Провести диагностику самооценки качества жизни и склонности к буллингу у младших школьников.

3. Проанализировать полученные результаты.

4. Разработать программу внеурочной деятельности для улучшения межличностных отношений у младших школьников.

Сейчас есть много самых разных анкет, опросников, специализированных диагностических методик, которые в итоге дают реальную возможность определить, как именно проявится буллинг среди учащихся.

Первое направление проведения исследования состояло в исследовании различных существующих буллинг-позиций с использованием для этой цели методики авторства А. Г. Норкиной. Эта методика позволяет определить “буллинг-структуру” среди учеников, обучающихся в классе в начальной школе, для дальнейшей работы по профилактике школьного буллинга.

Для определения различных буллинг –позиций с использованием методики А. Г. Норкиной нами был проведен тест (см. Приложение А), состоящий из 25 вопросов, ответы на три из них как раз и позволяют определить в классе о проявления агрессии и наличии насилия как со стороны учащихся, так и со стороны преподавателей.

Обработка результатов. К тесту прилагается ключ, который позволяет за каждый совпавший ответ, с ответом, указанным в ключе начислять баллы. Вопросы под номерами 13, 17, 20 и ответы на них позволяют узнать о наличии насилия в классе.

Вторым направлением исследования было изучение самооценки качества жизни у младших школьников с помощью опросника «Pediatric Quality of Life» (см. Приложение Б).

Методика опросника состоит из 4 таблиц, которых находится список ситуаций, которые могли бы представлять проблемы в жизни. Требовалось отметить то, в какой мере каждая представленная ситуация может на практике представлять проблему:

- 0 – если это ранее не представляло какой-либо проблемы;
- 1 – если это никогда не представляло какой-либо проблемы;
- 2 – если это иногда было реальной проблемой;
- 3 – если это иногда было проблемой;
- 4 – если это почти всегда было реальной проблемой;

Для определения уровня виктимизации у детей младшего школьного возраста мы использовали многомерную шкалу взаимной виктимизации. Многомерная шкала взаимной виктимности представляет собой ряд вопросов в тестовой форме (см.

Приложение В). Тест был использован для исследования уровня виктимизации у младших школьников.

После предварительной инструкции были розданы листы с заданиями и проверено, чтобы каждый испытуемый указал фамилию и имя в соответствующей графе.

По истечении 10 минут выполнение заданий было прекращено, и листы были собраны.

Для определения уровня виктимизации у детей младшего школьного возраста мы использовали многомерную шкалу взаимной виктимизации. Методика состоит из 16 вопросов и трех вариантов ответов на эти вопросы: «Никогда не было», «Было один раз», «Было более 1 раза».

После того, как все испытуемые были готовы к решению второго теста, мы приступили к чтению следующей инструкции:

«Ниже приведен список того, что некоторые дети делают с другими детьми. Как часто в течение последнего учебного года другой ученик делал с вами такие вещи? Пожалуйста, ответьте, поставив галочку в одной из трех колонок для каждого из 16 вопросов».

Обработка результатов. Для возможности дифференцирования детей по уровню виктимизации использовалась система бальных оценок:

1. Не было = 0.
2. Один раз = 1.
3. Более одного раза = 2.

Оценки по общей шкале имеют возможный диапазон от 0 до 32 и возможный диапазон от 0 до 8 на каждом из четырех подшкал:

- 1) физической виктимизации (1, 5, 9 и 13 вопросы);
- 2) социальной виктимизации (2, 6, 10 и 14 вопросы);
- 3) вербальной манипуляции (3, 7, 11 и 15 вопросы);
- 4) атаки на собственность (4, 8, 12 и 16 вопросы).

Полные варианты применяемых методик есть в предложениях к данной работе (см. Приложение А, Б и В)

Обработка результатов. Для возможности дифференцирования детей по уровню качеству жизни использовалась система бальных оценок:

- 0) никогда =100;
- 1) почти никогда = 75;
- 2) иногда = 50;
- 3) часто =25;
- 4) почти всегда=0.

Для подсчета был использован ранговый коэффициент корреляции Спирмена.

## 2.2 Анализ результатов

Первым направлением исследования было изучения буллинг-позиций учащихся с помощью методики А. Г. Норкиной, которая позволяет узнать о наличии насилия в классе. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Буллинг-структура обучающихся 4 классов

Класс (сумма баллов)	Инициатор	Помощник	Защитник	Жертва	Наблюдатель
4 А	73 баллов	63 баллов	174 баллов	87 баллов	71 баллов
4 Б	88 баллов	88 баллов	177 баллов	128 баллов	85 баллов
4 В	77 баллов	66 баллов	162 баллов	76 баллов	53 баллов
4 Г	94 баллов	66 баллов	217 баллов	139 баллов	106 баллов
4 Д	182 баллов	88 баллов	281 баллов	117 баллов	95 баллов
Итого	519 баллов	368 баллов	1015 баллов	547 баллов	408 баллов

Проанализировав результаты четвертых классов, полученные в ходе проведенного исследования, мы получили следующие данные.

В 4А классе чаще наблюдается буллинг-позиция защитника, реже всего помощника.

В 4Б классе чаще наблюдается буллинг-позиция защитника, реже всего наблюдателя.

В 4В классе чаще наблюдается буллинг-позиция защитника, реже всего наблюдателя.

В 4Г классе чаще наблюдается буллинг-позиция защитника, реже всего наблюдателя.

В 4Д классе чаще наблюдается буллинг-позиция защитника, реже всего помощника.

По результатам диагностики по методике А. Г. Норкиной приходим к выводу, что в параллели четвертых классов наиболее частой позицией является позиция «Защитник».

Позиция «Жертва» – это вторая по частоте позиция, выделенная в данных группах исследования. На третьем месте по результатам диагностики выделяется позиция «Наблюдатель», и на четвертом заключительном месте – «Помощник».

Расположение данных показано в виде круговой диаграммы на рисунке 1.



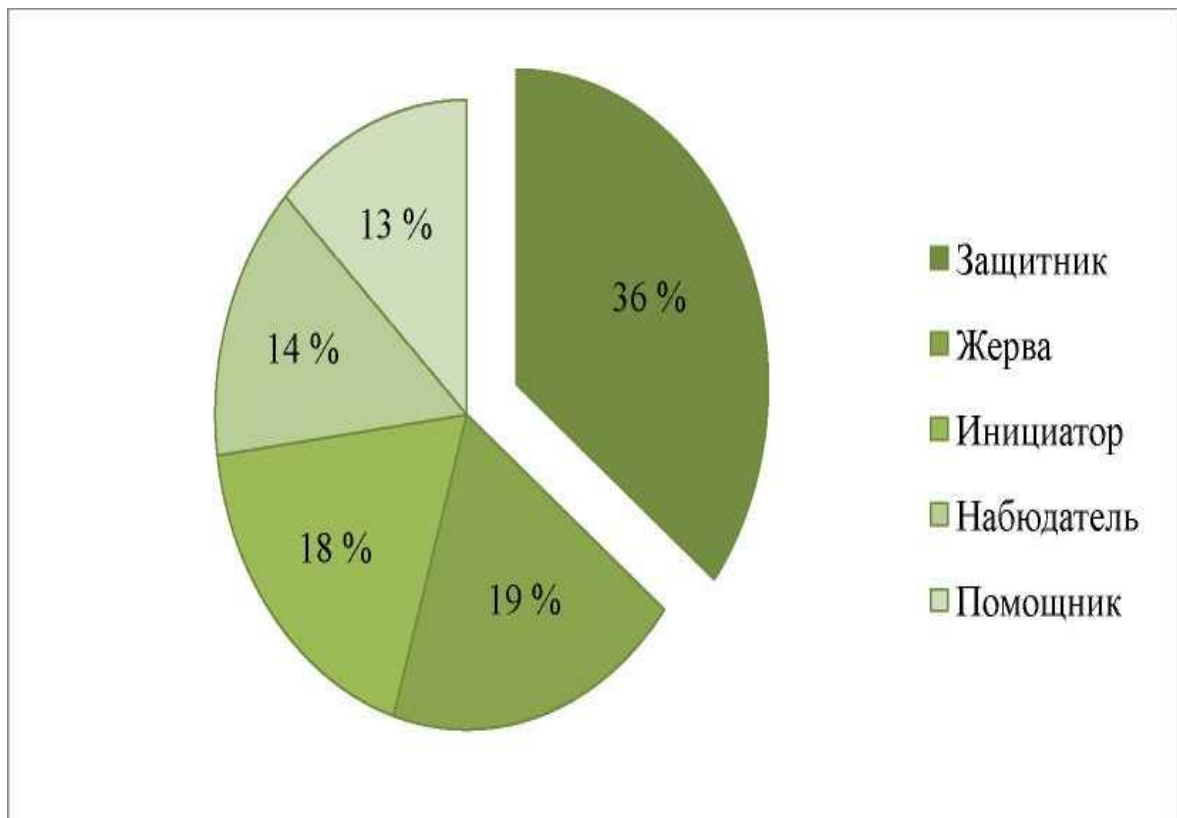


Рисунок 1 – Буллинг-структура обучающихся 4 классов

По показателю «жертвы» – наиболее всего баллов отмечено в классе Г (всего 139 баллов).

Следующая для изучения по выявлению существующей связи между существующей самооценкой качества жизни учащихся младших классов школы и склонности их к буллингу выбрана и использована «Многомерная шкала виктимизации сверстников», позволяющая на практике определить 16 разных возможных формы проявления на практике виктимизирующих действий (это, в частности, может быть проявление социальной манипуляции, нападение на собственность и т. д.).

Так как по показателю «жертвы» наиболее всего баллов отмечено в классе Г (всего 139 баллов), этот класс был взят для дополнительного исследования в количестве 21 человека.

Сперва ученики 4Г класса были проанализированы по гендерному признаку. Проанализировав результаты мальчиков, полученные в ходе

проведенного исследования, мы выявили, что среди мальчиков преобладает социальное манипулирование:

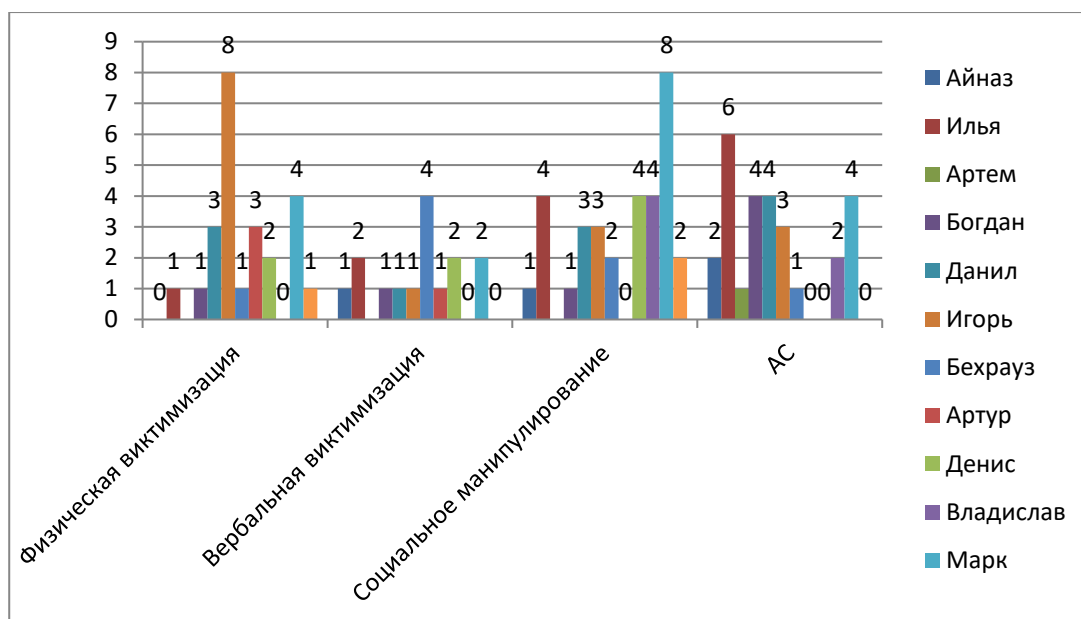


Рисунок 2 – Виктимизация среди мальчиков

Анализ показателя среди мальчиков показал, что наименее выражена физическая виктимизация. Сравнение девочек и мальчиков 4 Г класса показало, что среди девочек на меньше чем у мальчиков выражено физическое доминирование.

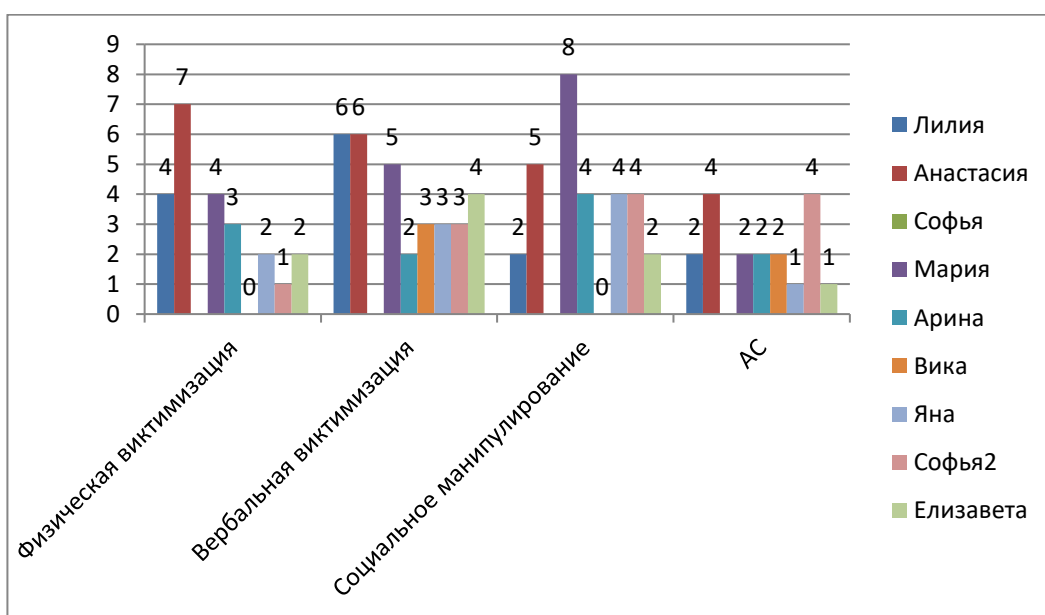


Рисунок 3 – Виктимизация среди девочек

Результаты самооценки качества жизни представлены на рисунках 4 и 5. В ходе исследования выяснилось, что учащиеся высоко оценивают своё физическое и коммуникативное благополучие.

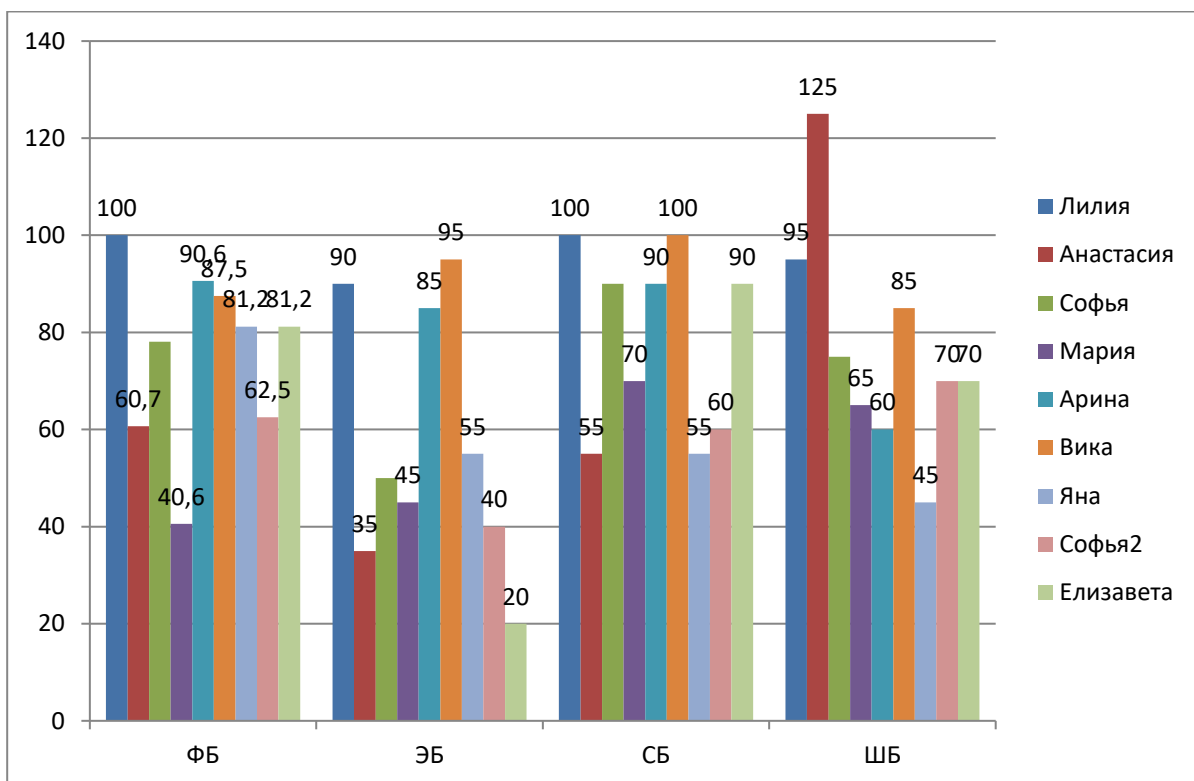


Рисунок 4 – Самооценка качества жизни у девочек 4 Г класса

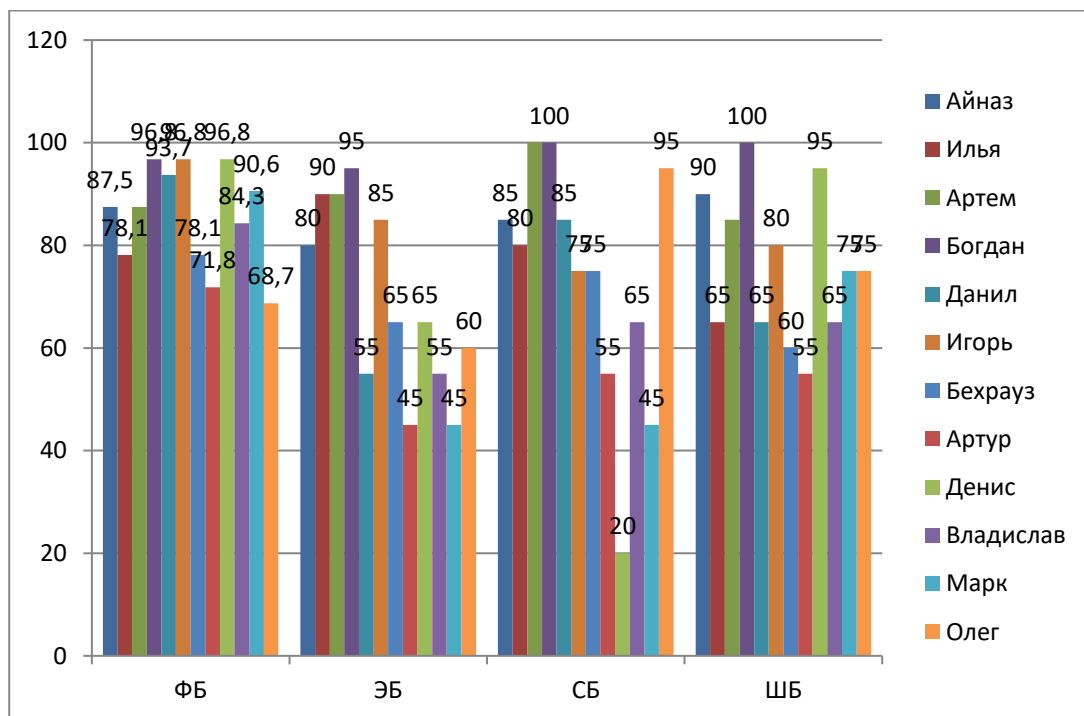


Рисунок 5 – Самооценка качества жизни у мальчиков 4 Г класса

Проанализировав результаты, полученные в ходе проведенного исследования, мы получили следующие данные:

- физическая агрессия чаще проявляется в толкании, реже в физическом унижении;
- вербальная чаще проявляется в обидных прозвищах, реже в шутках над внешним видом;
- социальное манипулирование чаще проявляется в настраивании на ссоры с друзьями, реже в игнорировании в общении;
- нападение на собственность чаще проявляется в отбирании личных вещей, порче личных вещей.

Все учащиеся хотя бы один раз подвергались физической, вербальной виктимизации, социальному манипулированию, нападению на собственность, электронной виктимизации или социальному отвержению в школьном коллективе.

В таблице 4 представлено сопоставление результатов исследования уровня проявления буллинга и самооценки качества жизни у младших школьников.

Таблица 2 – Показатели буллинга и самооценки качества жизни у младших школьников 4 Г класса

ФИО	Буллинг					Качество жизни				
	ФВ	СВ	ВМ	АС	Общее	ФБ	ЭБ	СБ	ШБ	Общее
Лилия С.	4	6	2	2	14	100	90	100	95	96.7
Анастасия Г.	7	6	5	4	22	60.7	35	55	125	68.1
Айназ С.	0	1	1	2	4	87.5	80	85	90	85.8
Илья Г.	1	2	4	6	13	78.1	90	80	65	78.2
Софья Б.	0	0	0	0	0	78.1	50	90	75	71.7
Артём Я.	0	0	0	1	1	87.5	90	100	85	88.1
Богдан С.	1	1	1	4	7	96.8	95	100	100	97.8
Мария П.	4	5	8	2	19	40.6	45	70	65	53.2
Арина Г.	3	2	4	2	11	90.6	85	90	60	80.4
Вика Х.	0	3	0	2	5	87.5	95	100	85	91.3
Данил Г.	3	1	3	4	11	93.7	55	85	65	77.2
Игорь К.	8	1	3	3	15	96.8	85	75	80	85.8
Бехруз А.	1	4	2	1	8	78.1	65	75	60	70.6
Артур П.	3	1	0	0	4	71.8	45	55	55	58.7
Денис Р.	2	2	4	0	8	96.8	65	20	95	72.8
Владислав Я.	0	0	4	2	6	84.3	55	65	65	69.6

Яна М.	2	3	4	1	10	81.2	55	55	45	61.9
Софья Е.	1	3	4	4	12	62.5	40	60	70	58.7
Марк П.	4	2	8	4	18	90.6	45	45	75	67.1
Елизавета К.	2	4	2	1	9	81.2	20	90	70	67.4
Олег С.	1	0	2	0	3	68.7	60	95	75	73.9
Показатель буллинга средний балл более 10						79.5	62,5	71,5	74,5	72,7
Показатель буллинга средний балл менее 10						83,5	65,5	79,5	77,7	77,1

Проведя сопоставление средних показателей проявления буллинга и самооценки качества жизни мы выявили, что дети со средним баллом проявления буллинга более 10 баллов ниже оценивают свое качество жизни.

Таким образом, выдвинутая нами гипотеза подтвердилась. В связи с этим мы разработали программу как для 3, так и для 4 классов.

### 2.3 Программа, направленная на снижение склонности к буллингу у младших школьников

Цель данной программы: формирование в существующем образовательном процессе нетерпимости к разным видам проявлениям на практике насилия и агрессии в отношении учащихся, и формирование благоприятных условий раскрытия способностей личности к разрешению конфликтов мирным способом.

Задачи программы:

1. Развитие умения общаться и сотрудничать.
2. Развитие эмоциональной и волевой сферы.
3. Организация совместной работы с родителями по повышению их уровня образованности и компетентности в различных трудных жизненных ситуациях.
4. Профилактика всех форм насилия над обучающимися дома, в

образовательной организации, в общественных местах.

Планируемые результаты:

1. Информирование детей и их родителей в области профилактики буллинга у младших школьников.
2. Увеличение интереса детей к сотрудничеству.
3. Осознание детьми и их родителями влияния травли на социально - психологическое и физическое здоровье младших школьников.
4. Уменьшение процента детей, подвергающихся буллингу в образовательном учреждении.

Программа деятельности педагога построена по следующим направлениям:

1. Работа с детьми (классные часы, коллективно-творческие дела, экскурсии).
2. Работа с родителями (родительские собрания, индивидуальные консультации, открытые уроки).
3. Совместная работа с родителями и детьми (экскурсии).
4. Информирование детей и родителей (буклеты, памятки).

Программа рассчитана на учеников 3, 4 классов, реализуется в течении 32 недель, при проведении 1 мероприятия в две недели, всего 16 мероприятий в год.

Основные виды деятельности – познавательная, игровая. Актуальность данной программы состоит в том, что в содержании современного начального образования существует определенный дисбаланс между развитием рационального и эмоционального интеллекта (эмоциональный интеллект – способность понимать и усваивать знания о чувствах и с помощью чувств). Последнему уделяется недостаточно внимания.

### Тематическое планирование программы

Таблица 3 - 3 класс «Мой класс - моя крепость»

Направление	Воспитательные задачи	Основные мероприятия	Формы проведения
Работа с детьми	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Формы и методы толерантного отношения к одноклассникам;</li> <li>- Выработка дружественной атмосферы в коллективе;</li> <li>- формирование ценности дружбы и товарищества.</li> </ul>	<p>Тема «Нравится – не нравится» каждый день»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Что такое чувства (1983 г.)</li> <li>- Занятие «Что мне нравится»</li> <li>- Занятие «Какое бывает время»</li> <li>- Занятие «Время – пространство для встреч»</li> <li>- Занятие «Ценности»</li> <li>- Занятие «Нравится – не нравится»</li> <li>- Занятие «Птицам нужна помощь»</li> <li>- Занятие «Я и мои друзья»</li> <li>- Занятие «Прощальное»</li> </ul> <p>Тема «Я и другие. Мир начинается с меня»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Занятие «Я и Другой, не похожий на меня»</li> <li>Занятие «Другой – не значит плохой»</li> <li>Занятие «Мы похожи!»</li> <li>Занятие «Мы – миротворцы»</li> <li>Занятие «Толерантность»</li> <li>Занятие «Прощальное»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- классный час,</li> <li>- создание классного уголка,</li> <li>- экскурсия в библиотеку,</li> <li>- изготовление кормушек,</li> <li>- классный час,</li> <li>- конкурс рисунков</li> </ul>
Работа с родителями	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование необходимых знаний, умений, навыков о проблеме буллинга.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Буллинг в детской среде.</li> <li>- Задай вопрос.</li> <li>- О правах ребенка на защиту от любой формы насилия</li> <li>- Получи ответ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- родительское собрание,</li> <li>- встреча с психологом,</li> <li>- родительское собрание,</li> <li>- индивидуальная консультация</li> </ul>

Продолжение таблицы 3

Направление	Воспитательные задачи	Основные мероприятия	Формы проведения
Совместная работа с родителями и детьми	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать нравственную культуру семьи,</li> <li>- направлять семейное воспитание на всестороннее развитие детей,</li> <li>- формирование бережного отношения к окружающему миру, положительного отношения к труду.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Весёлые старты</li> <li>- Любимая школа - чистая школа</li> <li>- Масленица</li> <li>- Ветеран живёт рядом</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- спортивный, семейный праздник,</li> <li>- субботник,</li> <li>- семейный праздник,</li> <li>- изготовление поздравительной открытки к 9 мая</li> </ul>
Информирование детей и родителей	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование чувства защищенности в классном коллективе,</li> <li>- формирование нравственных качеств личности.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Как предотвратить и преодолеть буллинг</li> <li>- Относись к другому так, как ты хотел бы, чтобы относились к тебе</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- книжная выставка в школьной библиотеке для родителей и детей (раздача буклетов и листовок)</li> <li>- книжная выставка в библиотеке для родителей и детей (раздача буклетов и памяток)</li> </ul>



Таблица 4 - 4 класс «Что такое - хорошо, что такое - плохо?»

Направление	Воспитательные задачи	Основные мероприятия	Формы проведения
Работа с детьми	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование толерантности друг к другу,</li> <li>- создание дружеской и творческой атмосферы в классе,</li> <li>- формирование ценности дружбы и товарищества.</li> </ul>	<p>Тема «Дружба»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Занятие Что такое чувство</li> <li>— Занятие «О дружбе и друзьях»</li> <li>— Занятие «Знакомство»</li> <li>— Занятие «Такие разные друзья»</li> <li>— Занятие «Что мешает дружбе»</li> <li>— Занятие «Просим прощения»</li> <li>— Занятие «Помогаем сами и принимаем помощь»</li> <li>— Занятие «Я – член команды, на меня можно положиться»</li> <li>— Занятие «Школа нравственности»</li> <li>— Занятие «Я и мои друзья»</li> <li>— Занятие «Прощальное»</li> </ul> <p>Тема «Я и другие. Мир начинается с меня»</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Занятие «Я и Другой, не похожий на меня»</li> <li>Занятие «Другой – не значит плохой»</li> <li>Занятие «Мы похожи!»</li> <li>Занятие «Мы – миротворцы»</li> <li>Занятие «Толерантность»</li> <li>Занятие «Прощальное»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— классный час,</li> <li>— экскурсия в библиотеку,</li> <li>— классный час,</li> <li>— конкурс рисунков,</li> <li>— экскурсия в приют для животных,</li> <li>— КТД</li> <li>— Сканворд</li> <li>— Беседы (обсуждения)</li> </ul>

Продолжение таблицы 4

Направление	Воспитательные задачи	Основные мероприятия	Формы проведения
Работа с родителями	- формирование необходимых знаний, умений, навыков о проблеме буллинга.	- Буллинг в детской среде. - Задай вопрос. - О правах ребенка на защиту от любой формы насилия - Получи ответ	- родительское собрание, - встреча с психологом, - родительское собрание, - индивидуальная консультация
Совместная работа с родителями и детьми	- формировать нравственную культуру семьи, - направлять семейное воспитание на всестороннее развитие детей, - формирование бережного отношения к окружающему миру, положительного отношения к труду.	- Вёселые старты - Любимая школа - чистая школа - Масленица - Ветеран живёт рядом	- спортивный, семейный праздник, - субботник, - семейный праздник, - изготовление поздравительной открытки к 9 мая
Информирование детей и родителей	- формирование чувства защищенности в классном коллективе, - формирование нравственных качеств личности.	- Как предотвратить и преодолеть буллинг - Относись к другому так, как ты хотел бы, чтобы относились к тебе	- книжная выставка в школьной библиотеке для родителей и детей (раздача буклетов и листовок) - книжная выставка в библиотеке для родителей и детей (раздача буклетов и памяток)

## Содержание программы

3 класс

Тема «Нравится – не нравится» каждый день»

Занятие «Я – особенный». С детьми рассматривается ценность и неповторимость другого. Условием для того, чтобы это переживание стало возможным, является соблюдение предыдущего. Я – особенный, но и каждый ребенок в группе – тоже особенный. Ведется диалог на тему «Поддерживать и принимать других – нормально «Это также приятно, как и получить поддержку.

Занятие «Что мне нравится». С детьми выясняют, что им в жизни мне нравится делать. «Нравится» - это всегда предпочтение. Осознание своих предпочтений улучшает качество жизни, даже разговор на эту тему на уроке делает его атмосферу радостной и праздничной.

Занятие «Какое бывает время». Необходимо выяснить с детьми взаимосвязь ценности и времени. Прийти к пониманию того факта, что между ценностями (привязанностями, тем, что нравится) и временем существует связь. Вообще желание тратить время на что-то – индикатор «нравится».

Занятие «Время – пространство для встреч». Выяснить с детьми, что встреча с людьми может сделать обязательную деятельность приятной и ценной. Всегда остается возможность улучшить что-то за счет того, что в это время происходит между нами. Понимание этого достигается с помощью процедуры «Олицетворенные часы». Обсудить с детьми переживание волнения и радости ожидания встречи, и через этот опыт – понимание значения пунктуальности, обязательности (например, необходимости вовремя приходить в школу).

Занятие «Ценности». Выяснить с детьми, что для них действительно является ценным, и как нужно относиться к тому, что «радует душу».

Занятие «Что мне не нравится». Выяснить с детьми, какие эмоции они испытывают, когда понимают, что им что-то не нравится, и как можно с этими эмоциями совладать.

Занятие «Нравится – не нравится» Прийти с детьми к пониманию и принятию понятий «нравится» и «надо». Важно не только заботиться о том, что мне нравится в моей жизни (научить детей находить время на «нравится» каждый день), но и определять, что мне нравится в том, что делать необходимо.

Занятие «Птицам нужна помощь»

Цель: изготовление кормушки для птиц.

Задачи:

- 1) расширение знаний учащихся о зимующих птицах;
- 2) развитие интереса работать в группе;
- 3) формирование бережного отношения к природе.

Содержание: определить зимующих птиц в своем городе, узнать, чем питаются птицы, изучить виды кормушек, выбрать материала и создание кормушки.

Занятие «Мои любимые друзья»

Цель: рассказать и познакомить одноклассников со своими друзьями.

Задачи:

- 1) развитие эмпатии и сопереживания, эмоционально-нравственной отзывчивости;
- 2) развитие умения выражать свои мысли;
- 3) развитие умения слушать одноклассников.

Нарисовать иллюстрацию, о совместном времяпрепровождении с другом.

Занятие «Прощальное». Дарение подарков как проявление уважения к неповторимости твоего друга. Тема заключительная, интегрирующая «навыки дружбы».

Занятия в 4 Классе

## Тема «Дружба»

Занятие «О дружбе и друзьях». Необходимо выяснить с детьми ценность дружбы и друзей, наполняющая жизнь радостью. Дети осознают, что друзьями могут быть и взрослые, и сверстники, и животные, и игрушки, а также кто-то, кого они придумали сами.

## Занятие «Что такое чувства»

Детей знакомят с понятием «чувства», объясняют, что чувства являются той частью нас, которая помогает понять самих себя и других людей. Плохих чувств не бывает. Чувства живут в теле, и по телесным признакам их можно опознать. Тайные имена чувств – их названия. У каждого чувства разные.

Цель: воспитание духовной культуры, основ нравственности, учащихся через просмотр экранизации художественного произведения.

## Задачи:

- 1) формирование осознанного просмотра экранизации произведений литературы;
- 2) развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказания помощи тем, кто в ней нуждается.

Занятие «Такие разные друзья». Выяснить с детьми, что люди все разные и у каждого из них эмоции выражаются по-разному.

Занятие «Знакомство». Необходимо объяснить детям разницу между понятиями «побывать одному» и «быть одиноким». Конкретные способы завести друзей «отыгрываются» и обсуждаются через отработку ряда навыков.

Занятие «Что мешает дружбе». Объяснить детям, что в дружбе не всегда бывает все гладко, а иногда происходят ссоры. Выяснить, что именно мешает дружбе. Набор нештатных ситуаций довольно невелик. Жадность, неопрятность, обидчивость, неделикатность очень мешают дружбе. Проживание ситуаций, в которых ребенок оказался задетой

стороной, помогает ему выбирать более конструктивные способы поведения в дружбе. Особое внимание уделяется тому, как вести себя в этих ситуациях.

Занятие «Просим прощения». Дойти с детьми от обычного извинения до Прощеного Воскресенья – таков диапазон тем внутри разговора о готовности и умении принимать на себя ответственность за ошибку. Незабываемый опыт примирения проживают дети на занятии по этой теме.

Занятие «Помогаем сами и принимаем помощь». Объяснить детям, что предложение помощи – отнюдь не простая тема. Как помогать правильно, вот что обсуждается на занятии по этой теме.

Занятие «Я – член команды, на меня можно положиться». Подводим детей к тому, что каждый из них является кусочком пазла, а вместе они одна общая «картина», и что за помощью можно обратиться к любому из ребят.

#### «Школа нравственности»

Цель: расширение знаний учащихся о взаимоотношениях людей, о дружбе и сотрудничестве.

Задачи:

- 1) формирование умения прислушиваться к мнению одноклассников;
- 2) формирование навыков работы в группе.

Содержание: Чтение произведений (например Драгунский «Друг детства») беседа на тему дружбы, составление сканворда.

#### «Я и мои друзья»

Цель: рассказать и познакомить одноклассников со своими друзьями.

Задачи:

1) развитие доброжелательности, доверия и внимательности к одноклассникам;

2) развитие умения выражать свои мысли;

3) развитие умения слушать одноклассников.

Содержание: беседа о дружбе; выполнить иллюстрацию на тему – мой лучший друг (друзья).

Занятие «Прощальное». Дарение подарков как проявление уважения к неповторимости твоего друга. Тема заключительная, интегрирующая «навыки дружбы».

И в 3 и в 4 классе будет повторяться тема «Я и другие. Мир начинается с меня»

Занятие «Я и Другой, не похожий на меня». Проживание собственного уникального опыта встречи с другими (человеком или явлением) не похожим на меня, неожиданным, новым.

Занятие «Другой – не значит плохой». Найти с детьми ответы на поставленные вопросы. Что у людей общего? Чувства – вот то, что есть у всех нас. Каждый из присутствующих чем-то уникален.

Занятие «Мы похожи!». Выяснить с детьми, что хоть люди все разные, но у них есть общее. Обсуждение того, чем люди могут походить друг на друга.

Занятие «Мы – миротворцы». Выяснить с детьми значение термина «миротворчество. »Миротворчество – это важная для всего мира деятельность. История толерантности, или миротворчества так же длинна, как и история войн и нетерпимости. Во все времена у всех народов существовали символы мира. Сакрализация темы и усилий по ее освоению как бы поднимает проблему на соответствующий ей высокий общечеловеческий уровень.

Занятие «Толерантность». Необходимо объяснить детям значение термина «толерантность». Выяснить как дети понимают этот термин. Толерантность – это уважение к другому, не такому, как я. Предпосылкой для уважительного отношения к другому является уважение к себе, своим особенностям и ценностям.

Занятие «Прощальное». Дарение подарков как проявление уважения к неповторимости твоего друга. Тема заключительная, интегрирующая «навыки дружбы».

Для родителей были предусмотрены такие формы занятий, как «Наши дети».

Цель: обсуждение проблемы детской агрессии и буллинга в начальной школе.

Задачи:

- 1) развитие умения выражать свои мысли;
- 2) развитие умения слушать окружающих людей.

Содержание: выступление родителей по интересующей теме, обсуждение проблем агрессии и буллинга в коллективе.

«Задай вопрос»

Цель: углубление знаний родителей о проблеме буллинга.

Задачи:

- 1) расширение знаний о причинах агрессии у младших школьников;
- 2) расширение знаний о борьбе с буллингом.

Содержание: обсуждение с психологом проблемы буллинга, родители получают ответы на свои вопросы по проблеме от психолога.

«Психология поведения участников буллинга»

Цель: знакомство с особенностями поведения участников буллинга.

Задачи:

- 1) развитие внимательного отношения к ребенку;
- 2) расширение знаний о проблеме буллинга.

Содержание: разбор конфликтных ситуаций в начальной школе, изучение причин и особенностей поведения участников конфликтов.

«Получи ответ»

Цель: обсуждение возникших вопросов с психологом или учителем.

Задачи:

- 1) развитие умения выражать свои мысли;
- 2) развитие умения слушать и применять полученную информацию.

Содержание: в ходе беседы родитель получает ответы о проблемах, возникших в процессе воспитания ребенка.



### «Как остановить травлю ребенка»

Цель: знакомство с литературой по проблеме буллинга.

Задачи:

- 1) углубление знаний о проблеме буллинга;
- 2) формирование чувства защищенности в классном коллективе.

Содержание: посещение школьной библиотеки, знакомство с представленной литературой, обсуждение проблемы буллинга, раздача родителям и детям памяток и буклетов.

### «Невидимый буллинг»

Цель: знакомство с литературой об особенностях невидимого буллинга в школьном коллективе.

Задачи:

- 1) изучение особенностей невидимого буллинга;
- 2) развитие доброжелательности, доверия и внимательности к окружающим, готовности к сотрудничеству и дружбе;
- 3) развитие эмпатии и сопереживания, эмоционально-нравственной отзывчивости.

Содержание: посещение библиотеки, знакомство с представленной литературой, обсуждение проблемы буллинга, раздача памяток и буклетов.

Оборудование: компьютер, проектор, книги, альбомы, цветные карандаши, фломастеры, клей, краски, ножницы, картон, спортивный инвентарь.

### Выводы по 2 главе

Для выявления наличия различий в проявлении виктимизации и буллинг-позиций детей начальной школы нами был проведен эксперимент на базе школы г. Челябинска, в параллели 4 классов, а также в 4Г классе в количестве 21 человек. Были использованы методики изучения буллинг-позиций с помощью методики А. Г. Норкиной; русскоязычная версия «Многомерная шкала виктимизации сверстников Стивена Джозефа

(Multidimensional Peer Victimization Scale: H. Mynard, S. Joseph)») и опросник «Pediatric Quality of Life» для определения уровня самооценки качества жизни у детей младшего школьного возраста.

Проанализировав данные, полученные в ходе проведенного исследования, мы смогли определить роли и позиции, занимаемые подростками в буллинге. Во всех 4 классах чаще всего наблюдается буллинг-позиция защитника и реже всего позиции помощника и наблюдателя. А также узнали, что все учащиеся 4 классов хотя бы раз подвергались буллингу в процессе обучения в школе. В ходе исследования выяснилось, что учащиеся высоко оценивают своё физическое и коммуникативное благополучие. Свое эмоциональное благополучие учащиеся оценили ниже всех остальных показателей.

Проведя сопоставление средних показателей проявления буллинга и качества жизни мы выявили, что дети со средним баллом проявления буллинга менее 10 баллов достоверно ниже оценивают свое качество жизни. Таким образом, гипотеза подтвердилась.

По итогам исследования, мы пришли к необходимости разработать программу деятельности педагога по профилактике буллинга в начальной школе.

Цель программы: формирование в образовательном процессе нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся, создание максимально благоприятных условий для раскрытия способностей каждой отдельной личности разрешать конфликтные вопросы мирным способом.

Задачи программы: развитие умения общаться и сотрудничать; развитие эмоциональной и волевой сферы; организация совместной работы с родителями по повышению их уровня образованности и компетентности в различных трудных жизненных ситуациях; профилактика всех форм насилия над обучающимися дома, в образовательной организации, в общественных местах.

Планируемые результаты:

1. Информирование детей и их родителей в области профилактики буллинга у младших школьников.
2. Увеличение интереса детей к сотрудничеству.
3. Осознание детьми и их родителями влияния травли на социально - психологическое и физическое здоровье младших школьников.
4. Уменьшение процента детей, подвергающихся буллингу в образовательном учреждении.

Программа деятельности педагога построена по следующим направлениям:

1. Работа с детьми (классные часы, коллективно-творческие дела, экскурсии).
2. Работа с родителями (родительские собрания, индивидуальные консультации, открытые уроки).
3. Совместная работа с родителями и детьми (экскурсии).
4. Информирование детей и родителей (буклеты, памятки).

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Изученные аспекты проблемы позволили сделать следующие выводы, касающиеся ключевых аспектов исследования.

В первой главе рассматривается теоретический аспект проблемы буллинга и агрессивного поведения. Нами был проведен анализ психолого-педагогической литературы российских и зарубежных авторов, где даны определения и проанализированы сущность понятия «самооценка качества жизни» и буллинг.

Изучение данной проблемы показывает, что буллинг представляет физическое, либо психическое насилие, проявляемое человеком (либо группой людей), имеющими те или иные преимущества перед другими людьми. В структуре буллинговой группы при этом состоят жертва, а также агрессор и наблюдатели.

Также в работе были рассмотрены особенности проявления буллинга и причины его возникновения в отношении сверстников среди младших школьников.

Одной из составляющих, влияющих на риск попадания в буллинговую структуру является такой ресурс личности как самооценка качества жизни. Компонентами самооценки выступают вовлеченность, контроль и принятие риска.

Переживание субъективного благополучия является одним из внутренних оснований психологического здоровья человека, а если речь идет о подрастающем поколении, то и необходимым условием его гармоничного развития. Субъективное благополучие личности связано с удовлетворенностью в различных сферах жизни — в учении, общении, социальных отношениях, труде, культуре и в семье.

Мы выделили такие направления деятельности педагога в сфере обеспечения профилактики буллинга в младших классах школы:

1. осуществление работы с учащимися (проведение с ними

классных часов, коллективных дел и т. д.);

2. работа педагога с родителями детей (проведение тематических родительских собраний, осуществление индивидуальных консультаций с родителями);

3. осуществление совместной работа с детьми и родителями (к примеру, организация праздников).

Для выявления наличия различий в проявлении виктимизации и буллинг-позиций детей начальной школы нами был проведен эксперимент на базе школы г. Челябинска, в параллели 4 классов, а также в 4 Г классе в количестве 21 человек. Были использованы методики изучения буллинг-позиций с помощью методики А. Г. Норкиной; русскоязычная версия «Многомерная шкала виктимизации сверстников Ст. Джозефа (Multidimensional Peer Victimization Scale: Н. Mynard, S. Joseph) и опросник «Pediatric Quality of Life» для определения уровня самооценки качества жизни у детей младшего школьного возраста.

Проанализировав данные, полученные в ходе проведенного исследования, мы смогли определить роли и позиции, занимаемые подростками в буллинге. Во всех 4 классах чаще всего наблюдается буллинг-позиция защитника и реже всего позиции помощника и наблюдателя. А также узнали, что все учащиеся 4 классов хотя бы раз подвергались буллингу в процессе обучения в школе. В ходе исследования выяснилось, что учащиеся высоко оценивают своё физическое и коммуникативное благополучие. Свое эмоциональное благополучие учащиеся оценили ниже всех остальных показателей.

Исследование показало, что школьники достаточно высоко оценивают свое физическое и эмоциональное благополучие. Немного ниже школьники оценили школьное благополучие.

Проведя сопоставление средних показателей проявления буллинга и качества жизни мы выявили, что дети со средним баллом проявления

буллинга менее 10 баллов достоверно ниже оценивают свое качество жизни. Таким образом, гипотеза подтвердилась.

По итогам исследования, мы пришли к необходимости разработать программу деятельности педагога по профилактике буллинга в начальной школе.

Цель данной программы: формирование в существующем образовательном процессе нетерпимости к разным видам проявлениям на практике насилия и агрессии в отношении учащихся, и формирование благоприятных условий раскрытия способностей личности к разрешению конфликтов мирным способом.

Задачи программы:

- 1) развитие умения общаться и сотрудничать;
- 2) развитие эмоциональной и волевой сферы;
- 3) организация совместной работы с родителями по повышению их уровня образованности и компетентности в различных трудных жизненных ситуациях;
- 4) профилактика всех форм насилия над обучающимися дома, в образовательной организации, в общественных местах.

Планируемые результаты:

1. Информирование детей и их родителей в области профилактики буллинга у младших школьников.
2. Увеличение интереса детей к сотрудничеству.
3. Осознание детьми и их родителями влияния травли на социально - психологическое и физическое здоровье младших школьников.
4. Уменьшение процента детей, подвергающихся буллингу в образовательном учреждении.

Программа деятельности педагога построена по следующим направлениям:

1. Работа с детьми (классные часы, коллективно-творческие дела, экскурсии).

2. Работа с родителями (родительские собрания, индивидуальные консультации, открытые уроки).
3. Совместная работа с родителями и детьми (экскурсии).
4. Информирование детей и родителей (буклеты, памятки).

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Авдулова, Т. П. Психология подросткового возраста [Текст] : учебник и практикум для академического бакалавриата / Т. Авдулова. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 394с.
2. Аверьянов А. И. Буллинг как вызов современной школе [Текст] / А. И. Аверьянов // Sworld. – 2013. – Т. 18. – № 1. – С. 45-50.
3. Агафонова И. Н. Формирование у детей умения сотрудничать в паре [Текст] / И. Н. Агафонова // Управление начальной школой. – 2009. – №3. – С.34-45.
4. Андреева, Г. М. Социальная психология [Текст] / Г. М. Андреева. – Москва : Изд-во Моск. ун-та, 1980. – 416 с.
5. Андреева, Е. В. Технология организации современного учебного занятия [Текст] / Андреева Е. В., Забродина И. В., Козлова Н. А., Фортыгина С. Н. //Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 6. – С. 53-56
6. Арнхейм, Р. Визуальное мышление. Психология мышления/ Р. Арнхейм [Текст].– Москва : Наука, 1981. – 510 с.
7. Асмолов, А. Г. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе. От действия к мысли: пособие для учителя (Стандарты второго поколения) [Текст] / А. Г. Асмолов. – Москва : Просвещение, 2010. – 152с.
8. Асмолов, А. Г. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе: от действия к мысли: пособие для учителя [Текст] / А. Г. Асмолов, Г. В. Бурменская, И. А. Володарская. – Москва : Просвещение, 2008. – 156с.
9. Баранов, А. А. Кибербуллинг – новая форма угрозы безопасности личности подростка [Текст] / А. А. Баранов // Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология. – 2015. – №11. – С. 62-66.



10. Бекташева, Л. Э. Формирование исследовательских умений и навыков у младших школьников в процессе организации учебной деятельности [Текст] / Л. Э. Бекташева // Педагогика. – 2016. – № 3. – С. 36.
11. Бобровникова, Н. С. Профилактика буллинга в образовательной среде [Текст] / Н. С. Бобровникова // Молодой ученый. – 2016. – № 12 (116). – С. 759-761.
12. Богоявленская, Д. Б. О предмете и методе исследования творческих способностей / Д. Б. Богоявленская [Текст] // Психологический журнал. – 1995. – № 5. – С. 49-57.
13. Бочавер, А. А. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий [Текст] / А. А. Бочавер, К. Д. Хломов // Психология. Журнал ВШЭ. – 2014. – № 3. – С. 26.
14. Бочавер, А. А. Школьная травля и позиция учителей [Текст] / А. А. Бочавер // Социальная психология и общество. – 2015. – Т. 6. – № 1. – С. 103-116.
15. Бочавер, А. А. Буллинг как объект исследований и культурный феномен [Текст] / А. А. Бочавер // Психология. Журнал высшей школы экономики. – 2013. – Т. 10. – № 3. – С. 149-159.
16. Бурцева, В. В. К вопросу о формировании информационной грамотности у младших школьников [Текст] / В. В. Бурцева // Современные научные исследования и разработки. – 2016. – № 6. – С. 181-183.
17. Бутенко В. Н. Буллинг в школьной образовательной среде: опыт исследования психологических особенностей «обидчиков» и «жертв» [Текст] / В. Н. Бутенко // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. – 2015. – № 3 (33). – С. 138-143.
18. Бутовская, М. Л. Буллинг как социокультурный феномен и его связь с чертами личности у младших школьников [Текст] / М. Л. Бутовская, Е. Л. Луценко, К. Е. Ткачук // Этнографическое обозрение. – 2012. – № 5. – С. 139-150.

19. Венгер, Л. А. Педагогика способностей [Текст] / Л. А. Венгер. – Москва : Наука, 1973. – 300 с.
20. Веретенникова И. В. Диалог – одна из форм сотрудничества на уроке [Текст] / И. В. Веретенникова // Начальная школа. – 2006. – №11. – С.35-65.
21. Витковская, И. М. Обучение младших школьников в совместной деятельности [Текст] / И. М. Витковская. – Псков : Наука, 2000. – 96 с.
22. Воликова, С. В. Детско-родительские отношения как фактор школьного буллинга [Текст] / С. В. Воликова // Консультативная психология и психотерапия. – 2015. – № 4 (88). – С. 138-161.
23. Волков, Б. С. Психология общения в детском возрасте. Практическое пособие [Текст] / Б. С. Волков, Н. В. Волкова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Педагогическое общество России, 2003. – 240 с.
24. Воронина, Л. В. Информационные технологии как инструментальный формирования информационной компетентности младших школьников [Текст] / Л. В. Воронина // Педагогическое образование в России. – 2014. – № 3. – С. 36.
25. Воронина, Л. В. Формирование информационных умений в процессе обучения математике [Текст] / Л. В. Воронина // Педагогическое образование в России. – 2016. – № 7. – С. 153.
26. Вяткина, И. А. Учебное сотрудничество как средство развития речи [Текст] / И. А. Вяткина // Начальная школа. – 2010. – №9. – С. 23.
27. Глазман О. Л. Психологические особенности участников буллинга [Текст] / О. Л. Глазман // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. – 2009. № 105. – С. 159-165.
28. Голованова, Н. Ф. Социализация и воспитание ребенка [Текст] / Н. Ф. Голованова. – Санкт-Петербург : Речь, 2004. – 272 с.
29. Гришина, Т. Г. Исследование буллинга среди школьников:

обзор зарубежных исследований [Текст] / Т. Г. Гришина // Современная прикладная психология: теория и практика: сборник статей Международной научно-практической конференции: в 2 т. / под ред. Т. Н. Мельникова, Н. Т. Колесник. Т. 2. – Москва : ИИУ МГОУ, 2017. – С. 14-17.

30. Гусинский, Э. И. Введение в философию образования [Текст] / Э. И. Гусинский, Ю. И. Турчанинова. – Москва : Логос, 2003. – 248 с.

31. Гуцу, Е. Г. Влияние детско-родительских отношений на общение младших школьников со сверстниками : Дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 [Текст] / Е. Г. Гуцу. – Нижний Новгород, 1997.

32. Гуцу, Е. Г. Развитие навыков общения у детей младшего школьного возраста в группе сверстников [Текст] / Е. Г. Гуцу, Е. В. Кочетова, А. А. Чернова // Педагогика. – 1997. – № 3. – С. 26.

33. Дерябина, В. В. Психологическая безопасность образовательно-воспитательной среды [Текст] В. В. Дерябина // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. – 2017. – № 2. – С. 88-96.

34. Ермолова, Т. В. Буллинг как групповой феномен: результаты исследования буллинга в Финляндии и скандинавских странах за последние 20 лет (1994-2014) [Текст] / Т. В. Ермолова, Н. В. Савицкая // Современная зарубежная психология. – 2015. – Т. 4. – № 1. – С. 65-90.

35. Жуков, Ю. М. Коммуникативный тренинг [Текст] / Ю. М. Жуков. – Москва : Гардарики, 2003. – 223 с.

36. Жукова, М. В. Роль семейного социума в формировании отклоняющегося поведения школьников [Текст] / М. В. Жукова, Е. В. Фролова, К. И. Шишкина // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2015. – №9. – С.48-53.

37. Зайцева, Н. В. Формирование коммуникативных умений у младших школьников средствами учебного диалога [Текст] / Н. В. Зайцева // Педагогика. – 2020. – № 3. – С. 23-29.

38. Илларионова, Е. С. Проблема буллинга в подростковом

возрасте [Электронный ресурс] / Е. С. Илларионова, К. С. Шалагинова // Материалы V Международной студенческой электронной научной конференции «Студенческий научный форум» – Режим доступа: <http://www.scienceforum.ru/2013/178/2003>

39. Ильин, Е. П. Психология агрессивного поведения [Текст] / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2014 – 368 с.

40. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе: от действия к мысли: пособие для учителя [Текст] / А. Г. Асмолов, Г. В. Бурменская, И. А. Володарская и др.; под ред. А. Г. Асмолова. – Москва, 2008.

41. Карзакова, О. В. Связь информационных и коммуникационных технологий и учебной деятельности младших школьников [Текст] / О. В. Карзакова // Начальная школа. – 2018. – № 9. – С. 24.

42. Клюева, Н. В. Педагогическая психология [Текст] : учеб. для студ. высш. учеб. заведений / Н. Клюева. – Москва : Владос-Пресс, 2013. – 400 с.

43. Ковалева, Л. К. Использование ИКТ в образовательном процессе в начальной школе [Текст] / Л. К. Ковалева // Вестник современной науки. – 2017. – Т. 2. – С. 61-64.

44. Коломинский, Я. Л. Социальная психология школьного класса: научно-методическое пособие для педагогов и психологов [Текст] / Я. Л. Коломинский. – Минск : МГУ, 2005. – 312 с.

45. Кон, И. С. Что такое буллинг и как бороться с ним? [Текст] / И. С. Кон // Семья и школа. – 2006. – №11. – С. 15-18.

46. Кон, И. С. Что такое кибербуллинг? [Текст] /И. С. Кон // Семья и школа. – 2008. – № 18. – С. 14-18.

47. Коротова, В. И. Формирование коммуникативных умений младших школьников по Занкову [Электронный ресурс] / В. И. Короткова. – Режим доступа: <https://nsportal.ru>

48. Кочурова, Е. Э. Влияние уровня сформированности регулятивных УУД на развитие личности младшего школьника [Текст] / Е. Э. Кочурова // Грани познания. – 2017. – № 3 (50). – С. 21-24.
49. Кравцова, С. Буллинг в школах мира: Австрия, Германия, Россия [Текст] / С. Кравцова, А. Шапкина, А. Белевич // Образовательная политика. – 2016. – № 3. – С. 97-119.
50. Кривцова С. В. Школьный буллинг: об опыте исследований распространенности буллинга в школах Германии, Австрии, России [Текст] / С. В. Кривцова, А. А. Белевич, А. Н. Шапкина // Образовательная политика. – 2016. – Т. 3. – № 73. – С. 2-25.
51. Кривцова, С. В. Тренинг «Навыки конструктивного взаимодействия» [Текст] / С. В. Кривцова, Е. А. Мухаматулина. – Москва : Генезис, 2002.
52. Кривцова, С. В. Жизненные навыки. Уроки психологии в первом классе. Рабочая тетрадь школьника [Текст] / С. В. Кривцова. – Москва : Генезис. 2009.
53. Кронникова, М. С. Информационно-коммуникационные технологии (икт) как эффективное средство формирования универсальных учебных действий младших школьников [Текст] / М. С. Кронникова // Теория и методика обучения и воспитания. – 2018. – № 7. – С. 74.
54. Лаврова, Т. А. Новые информационные технологии как фактор развития обучаемости младших школьников в образовательном процессе современной начальной школы [Текст] / Т. А. Лаврова // Педагогические технологии. – 2018. – № 8. – С. 17-20.
55. Левицкая, Ю. Л. Развитие коммуникативных навыков у детей младшего школьного возраста, неуспешных в общении [Текст] / Ю. Л. Левицкая // Справочник педагога психолога. – 2011. – С. 41-49.
56. Леонтьев, А. А. Язык и речевая деятельность в общей психологии [Текст] / А. А. Леонтьев.: Избр. псих. труды. – Ленинград, Воронеж, 2001. – 447 с.

57. Лисина, М. И. Общение, личность и психика ребенка [Текст] / М. И. Лисина Под. ред. А. Г. Рузской. – Москва : Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж : НПО «Модек», 1997.
58. Лисина, М. И. Общение и речь [Текст] / М. И. Лисина. – Москва : Педагогика, 1985. – 208 с.
59. Лэйн Д. А. Школьная травля (буллинг) // Детская и подростковая психотерапия [Текст] / под ред. Д. Лэйна и Э. Миллера. – Санкт-Петербург : Феникс, 2001. – С. 240-276.
60. Микерова, Г. Г., Развитие уровня активного словарного запаса младших школьников [Текст] / Г. Г. Микрова, А. А. Павленко // Символ науки. – 2017. – Т. 1. – № 1. – С. 203-207.
61. Митрохина, С. В. Формирование у младших школьников умений работать с информацией на уроках математики [Текст] / С. В. Митрохина, А. А. Разуваева // Символ науки. – 2019. – Т. 3. – № 4. – С. 208-210.
62. Молчанова, Д. В. Противодействие школьному буллингу: анализ международного опыта [Текст] / Д. В. Молчанова, М. А. Новикова//Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Институт образования. — Москва : НИУ ВШЭ, 2020. — 72 с.
63. Нестерова, А. А. Психологические особенности детей, склонных к виктимности в ситуации школьной травли [Текст] / А. А. Нестерова // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности. – 2015. – № 5. – С. 277-285.
64. Нестерова, А. А. Предикторы школьной травли в отношении детей младшего подросткового возраста со стороны сверстников [Текст] / А. А. Нестерова, Т. Г. Гришта // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. – 2018. – № 3. – С.48-88.
65. Овсяник О. А. Проявление агрессивного поведения в процессе

социально-психологической адаптации личности [Текст] / О. А. Овсяник, Л. Э. Зотова, Т. И. Шульга, Н. В. Сидячева // Современные исследования социальных проблем. – 2015. – № 1 (45). – С. 36-47.

66. Пантелеева, Е. В. Принципы и формы организации взаимодействия как условия развития способностей к учебному сотрудничеству в начальной школе [Текст] / Е. В. Пантелеева, В. А. Казанцева // Международный академический вестник. – 2015. – №5(11).

67. Пустякова, М. Е., Исследование уровня развития коммуникативных универсальных действий младших школьников [Текст] / М. Е. Пустякова, В. В. Константинова. – Йошкар-Ола, 2016. –С. 218-220.

68. Рожков, М. И. Организация воспитательного процесса в школе [Текст] / М. И Рожков, Л. В. Байбородова. – Москва : Наука, 2000. – 200 с.

69. Руланн Э. Как остановить травлю в школе: Психология моббинга [Текст] / Э. Руланн. – Москва: Норма, 2012. – 264 с.

70. Сазонова, О. В. Формы и методы формирования медиаграмотности младших школьников во внеурочной деятельности [Текст] / О. В. Сазонова // Наука и образование. – 2018. – № 1. – С. 18-22.

71. Сафронова, М. В. Буллинг в образовательной среде — мифы и реальность [Текст] / М. В. Сафронова // Мир науки, культуры, образования. – 2014. – № 3 (46). – С. 182-185.

72. Селевко, Г. К. Современные образовательные технологии: учебное пособие [Текст] / Г. К. Селевко. – Москва : Народное образование, 1998. – 256 с.

73. Солдатченко, А. Л. Система формирования коммуникативности старшеклассников общеобразовательной школы: Дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01. [Текст] / А. Л. Солдатченко. – Магнитогорск, 2001. – 186 с.

74. Сурьянинова, Т. И. Особенности совместной деятельности младших школьников [Текст] / Т. И. Сурьянинова, Н. В. Смирнов // Вопросы психологии. – 2017. – № 2. – С. 58-66.

75. Тищенко, В. А. Формирование коммуникативных умений старшеклассников средствами информатики. Дис. ... канд. пед. наук: 13.00.01[Текст] / В. А. Тищенко. – Ставрополь, 2006. – 187 с.
76. Урунова, Б. С. Важность развития коммуникативной компетентности учащихся в начальных классах (Республика Узбекистан) [Текст] / Б. С. Урунова. – Москва : Норма, 2017. – 300 с.
77. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования [Текст] / Министерство образования и науки РФ. – Москва: Просвещение, 2010. – 32 с.
78. Черкасенко О. С. Феномен кибербуллинга в подростковом возрасте [Текст] / О. С. Черкасенко // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: сб. ст. по матер. ЛШ междунар. науч.-практ. конф. № 6(52). – Новосибирск : СибАК, 2015. – С. 91-94.
79. Чижова, С. Ю. Детская агрессивность: 100 ответов на родительские «почему?» [Текст] / С. Ю. Чижова, О. В. Калинина. – Ярославль : Академия развития, 2017. – 160 с.
80. Шалагинова, К. С. К вопросу необходимости предупреждения буллинга в современной начальной школе: от обоснования к реализации превентивной деятельности [Текст] / К. С. Шалагинова // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 11. – С. 305-310.
81. Эльконин, Д. Б. Психология обучения младшего школьника [Текст] / Д. Б. Эльконин. – Москва : Знание, 2016. – 260 с



## ПРИЛОЖЕНИЕ А

Анкета «Буллинг-структура»

Фамилия, Имя \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_

Внимательно прочитай утверждения. Обведи кружочком ответ, с которым ты согласен.

1. Среди одноклассников у меня много друзей:
  - а) да, я дружу со всеми;
  - б) у меня есть пару друзей;
  - в) нет, я ни с кем не дружу;
  - г) мне бы хотелось дружить со всеми.
2. Для меня важна внешность окружающих:
  - а) да, если человек мне не симпатичен, я не буду с ним общаться;
  - б) нет, главное, чтобы человек был интересен;
  - в) я сам страдаю из-за своей внешности;
  - г) конечно, если человек не обладает хорошей внешностью, он не заслуживает ничего хорошего.
3. В моем классе есть ребята, которые мне не приятны:
  - а) да, один или два;
  - б) нет, мне приятны все;
  - в) мне все не нравятся;
  - г) да, но они не приятны всем в классе.
4. Мне кажется, что мои одноклассники лучше меня:
  - а) да, во всем;
  - б) иногда;
  - в) нет, на меня все равняются;
  - г) нет, я не чувствую себя хуже других.
5. Если мой одноклассник пришел в очках:
  - а) буду общаться с ним так же как всегда;

- б) буду смеяться над ним;
  - в) перестану с ним общаться;
  - г) буду общаться только тогда, когда не видят другие ребята.
6. У меня очень дружный класс:
- а) да мы очень дружны;
  - б) нет, мы почти не общаемся;
  - в) в основном да, если не считать некоторых;
  - г) у нас есть ребята, которые всех «задирают».
7. Я часто испытываю чувство одиночества и тревоги:
- а) да;
  - б) нет;
  - в) иногда;
  - г) часто.
8. Если при мне обижают одноклассника, я чувствую:
- а) облегчение, хорошо, что меня это не касается;
  - б) несправедливость и заступаюсь за одноклассника;
  - в) ничего не чувствую, наверняка он это заслужил;
  - г) мне нет до этого никакого дела.
9. Я бы хотел проводить больше времени с одноклассниками:
- а) да, но это бывает редко;
  - б) мы и так постоянно проводим свободное время вместе;
  - в) нет, мне с ними не интересно;
  - г) нет, потому что некоторые ребята все портят.
10. Мне кажется, что мои одноклассники не хотят со мной общаться:
- а) да это так и мне это неприятно;
  - б) нет, со мной все дружат;
  - в) да, но меня это устраивает;
  - г) это я не хочу с ними общаться.
11. У нас в классе есть пару ребят, на которых все равняются:
- а) да, я думаю, что я один из них;

- б) да, но они этого не заслуживают;
  - в) нет, у нас таких нет;
  - г) да, я тоже на них равняюсь.
12. Когда меня ругают, я испытываю чувство гнева:
- а) да;
  - б) нет;
  - в) иногда;
  - г) часто.
13. В нашем классе есть несколько ребят, которых все боятся:
- а) да, они всех унижают, а иногда и бьют;
  - б) нет, у нас таких нет;
  - в) я и сам из их числа — меня все боятся;
  - г) конечно, так и должно быть, это нормально.
14. Мне бы хотелось учиться в другом классе или школе:
- а) да, мне не нравится наш коллектив;
  - б) нет, меня все устраивает;
  - в) иногда, после ссоры с одноклассниками;
  - г) нет, а вдруг там будет хуже.
15. Мне кажется, что с помощью силы можно решить любую проблему:
- а) да это самый действенный способ;
  - б) нет, лучше решать «мирным» путем;
  - в) иногда без этого не обойтись;
  - г) все зависит от обстоятельств и от людей.
16. В моем классе есть один (несколько) человек, с которыми никто не дружит
- а) да и мне их жаль;
  - б) нет, мы все дружим;
  - в) да, но они этого заслуживают;
  - г) я сам из их числа.

17. Мне кажется, что в нашем классе часто обзывают, высмеивают, обижают:
- а) да, постоянно ссоры и драки;
  - б) нет, у нас такого не бывает;
  - в) почти нет, если не считать пару случаев;
  - г) конечно, так и должно быть.
18. Если я увижу драку между одноклассниками, то я:
- а) пройду мимо это меня не касается;
  - б) обязательно остановлюсь и посмотрю;
  - в) сниму это все на телефон, и после размещу в интернете, пусть все увидят;
  - г) попытаюсь остановить драку и выяснить в чем дело.
19. Мне кажется, что в коллективе меня недооценивают:
- а) да;
  - б) нет;
  - в) иногда;
  - г) часто.
20. По-моему, учителя в школе унижают и оскорбляют учащихся:
- а) да;
  - б) нет;
  - в) иногда;
  - г) часто.
21. Если бы мой класс был на корабле, я бы стал:
- а) капитаном;
  - б) помощником капитана;
  - в) обычным матросом;
  - г) юнгой.
22. Если у человека изъяны во внешности (бородавки, косоглазие, ожирение и др.):
- а) это повод для насмешек;

- б) я с таким не буду общаться;
  - в) меня это не беспокоит, буду общаться;
  - г) не буду общаться, чтобы не уронить свою репутацию.
23. Если при мне кто-то подвергается насмешкам:
- а) я буду поступать так же как все;
  - б) встану на его защиту;
  - в) один из первых стану смеяться над ним;
  - г) ничего делать не буду, меня это не касается.
24. Я часто огорчаюсь, когда не пользуюсь успехом в классе:
- а) да, для меня это очень важно;
  - б) нет-мне все равно;
  - в) я всегда пользуюсь успехом;
  - г) нет, я никогда не был успешен в классе.
25. Я нуждаюсь в поддержке одноклассников:
- а) да;
  - б) нет;
  - в) иногда;
  - г) часто

## Приложение Б

### PedsQL™ Pediatric Quality of Life Inventory Версия 4.0

Опросник для детей в возрасте от 8 до 12 лет

#### Инструкция

На следующей странице находится список ситуаций, которые могли представлять для тебя проблемы в жизни. Пожалуйста, скажи нам, насколько каждая из этих ситуаций представляла для тебя проблему в течение последнего месяца, отмечая кружком:

- 0 если это никогда не представляло для тебя проблему;
- 1 если это почти никогда не представляло для тебя проблему;
- 2 если это иногда представляло для тебя проблему;
- 3 если это часто представляло для тебя проблему;
- 4 если это почти всегда представляло для тебя проблему

Здесь нет правильных или неправильных ответов

Если ты не понимаешь вопроса, пожалуйста, обратись за помощью

Фамилия, имя \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

Таблица Б. 1 –Отметь, насколько это было трудным для тебя в течение последнего месяца

1. Мое здоровье и уровень активности		Никогда	Почти никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
1.	Мне было трудно пройти пешком более одной остановки	0	1	2	3	4
2.	Мне было трудно бегать	0	1	2	3	4
3.	Мне было трудно заниматься спортом и делать зарядку	0	1	2	3	4
4.	Мне было трудно поднимать тяжелые вещи	0	1	2	3	4
5.	Мне было трудно самостоятельно принимать ванну или душ	0	1	2	3	4
6.	Мне было трудно выполнять обязанности по дому	0	1	2	3	4
7.	Я чувствовал(а) боль	0	1	2	3	4
8.	У меня было мало энергии	0	1	2	3	4

## Продолжение Приложения Б

### Продолжение таблицы Б.1

II. Мои ощущения		Никогда	Почти никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
1.	Мне бывало страшно	0	1	2	3	4
2.	Мне бывало грустно	0	1	2	3	4
3.	Я был (а) разозлен (а) чем-либо	0	1	2	3	4
4.	Я плохо спал (а)	0	1	2	3	4
5.	Я переживал(а) о том, что со мной	0	1	2	3	4

III. Как я общаюсь с другими		Никогда	Почти никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
1.	Мне было трудно ладить с другими детьми	0	1	2	3	4
2.	Другие дети не хотели со мной дружить	0	1	2	3	4
3.	Другие дети дразнили меня	0	1	2	3	4
4.	Я не мог(ла) делать то, что умеют мои ровесники	0	1	2	3	4
5.	Мне было трудно, играя с другими детьми, чувствовать себя наравне с ними	0	1	2	3	4

IV. О школе		Никогда	Почти никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
1.	Мне было трудно сосредоточиться на уроке	0	1	2	3	4
2.	Я был (а) забывчив(а)	0	1	2	3	4
3.	Мне было трудно делать школьные задания	0	1	2	3	4
4.	Я пропускал (а) школу, потому, что плохо себя чувствовал(а)	0	1	2	3	4
5.	Я пропускал (а) школу, потому, что надо было ехать к врачу или	0	1	2	3	4

## ПРИЛОЖЕНИЕ В

### Анкета для диагностики

Таблица В. 1 - Многомерная шкала виктимизации сверстников

	Никогда	Один раз	Больше, чем один раз
Ударить меня			
Пытался втянуть меня в неприятности с друзьями			
Обзывали меня			
Взял что-то мое без разрешения			
Пинали меня			
Пытался настроить друзей против меня			
Смеялись надо мной из-за моей внешности			
Пытались сломать что-то мое			
Мне больно физически в некотором роде			
Отказались говорить со мной			
Потешались надо мной по какой-то причине			
Украли что-то у меня			
Избили меня			
Заставил других людей не говорить со мной			
Ругался на меня			
Умышленно повредил часть моего имущества (личные вещи)			



## ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Таблица Г.1 – Показатели Буллинга и качества жизни у младших школьников

ФИО	Буллинг					Качество жизни				
	ФВ	СВ	ВМ	АС	Общее	ФБ	ЭБ	СБ	ШБ	Общее
Лилия С.	4	6	2	2	14	100	90	100	95	96.7
Анастасия Г.	7	6	5	4	22	60.7	35	55	125	68.1
Айназ С.	0	1	1	2	4	87.5	80	85	90	85.8
Илья Г.	1	2	4	6	13	78.1	90	80	65	78.2
Софья Б.	0	0	0	0	0	78.1	50	90	75	71.7
Артём Я.	0	0	0	1	1	87.5	90	100	85	88.05
Богдан С.	1	1	1	4	7	96.8	95	100	100	97.8
Мария П.	4	5	8	2	19	40.6	45	70	65	53.2
Арина Г.	3	2	4	2	11	90.6	85	90	60	80.4
Вика Х.	0	3	0	2	5	87.5	95	100	85	91.3
Данил Г.	3	1	3	4	11	93.7	55	85	65	77.18
Игорь К.	8	1	3	3	15	96.8	85	75	80	85.8
Бехруз А.	1	4	2	1	8	78.1	65	75	60	70.6
Артур П.	3	1	0	0	4	71.8	45	55	55	58.7
Денис Р.	2	2	4	0	8	96.8	65	20	95	72.8
Владислав Я.	0	0	4	2	6	84.3	55	65	65	69.57
Яна М.	2	3	4	1	10	81.2	55	55	45	61.9
Софья Е.	1	3	4	4	12	62.5	40	60	70	58.7
Марк П.	4	2	8	4	18	90.6	45	45	75	67.1
Елизавета К.	2	4	2	1	9	81.2	20	90	70	67.4
Олег С.	1	0	2	0	3	68.7	60	95	75	73.9