



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

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО И КОРРЕКЦИОННОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
КАФЕДРА ТЕОРИИ, МЕТОДИКИ И МЕНЕДЖМЕНТА НАЧАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ

**Превенция буллинга у младших школьников во внеурочной
деятельности**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.04.01 Педагогическое образование**

**Направленность программы магистратуры
«Педагогика и методика начального образования»
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:

82,62 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

« 16 » января 2026 г.

зав. кафедрой ТПиМНО

Волчегорская Евгения Юрьевна

Выполнила:

Студентка группы ЗФ-321-214-2-1

Кулинич Анастасия Павловна

Научный руководитель:

канд. пед. наук, доцент

Жукова Марина Владимировна

Челябинск

2026

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. Теоретические аспекты превенции буллинга у младших школьников во внеурочной деятельности.....	9
1.1. Особенности буллинга в младшем школьном возрасте.....	9
1.2 Возможности внеурочной деятельности в процессе превенции буллинга.....	23
Выводы по главе 1.....	32
ГЛАВА 2. Экспериментальная работа по превенции буллинга у младших школьников во внеурочной деятельности.....	34
2.1. Условия протекания эксперимента. Характеристика используемых методик.....	34
2.2 Программа внеурочной деятельности, направленная на превенцию буллинга младших школьников «Образ».....	38
Выводы по главе 2.....	43
ГЛАВА 3. АНАЛИЗ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	44
3.1 Анализ результатов констатирующего этапа экспериментальной работы.....	44
3.2 Анализ результатов контрольного этапа экспериментальной работы.....	49
Выводы по главе 3.....	53
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	54
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	56
Приложение.....	61

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время проблема психологической безопасности в образовании активно обсуждается. Одна из самых важных проблем, с которой могут столкнуться младшие школьники это проблема проявления жестокости, агрессии и насилия среди сверстников, а так же буллинга.

Согласно данным Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ), более трети россиян хорошо знакомы с понятием буллинга. Каждый четвертый опрошенный ответил, что сам сталкивался с травлей в школе, а каждый пятый рассказал о травле его детей или внуков. В 89% случаев буллинг исходил от других учеников. О травле со стороны учителей опрошенные говорили реже — в 31% случаев.

Проявление буллинга в образовательных условиях становится острой проблемой не только по всему миру, но и в России набирает свои обороты. Всё чаще наблюдается травля между учеником и учителем, учеником и учеником. Данной проблеме не уделяется должного внимания, её стараются скрыть.

Самыми известными зарубежными исследованиями в вопросе буллинга являются: Д. Олвеус, А. Пикас, П. Хайнеманн, В. Бесаг, Д. Лэйн. Проблему проявления буллинга в школе описывали: Е. Роланд, К. Дьюкс, Д. Олвеус.

Проблема буллинга в детских коллективах рассматривалась не только зарубежными исследователями, но и нашими отечественными. Так отечественные исследователя, которые изучали и описывали феномен буллинга, были: как В. Р. Петросянц, А. А. Бочавер, С. В. Кравцова.

Наибольший вклад в исследованиях буллинга и агрессии в начальной школе внесли такие отечественные ученые как И. А. Александрова, Т. О. Арчакова, И. А. Баева, И. А. Кузьмин, Д. А. Леонтьев, Т. В. Наливайко и др.

Вопросы исследования психологических характеристик младших школьников способствующих развитию у них девиантного (аффективного) поведения рассмотрены в работах Г. С. Абрамовой, О. Н.

Безруковой, К. Р. Брагиной, Б. С. Волкова, М. В. Жуковой, М. Левешовой, Е. В. Фроловой и др.

Не смотря на значительное количество исследований, посвященных проблеме буллинга в начальной школе, их по-прежнему не хватает.

Таким образом, проблема профилактики буллинга у младших школьников во внеурочной деятельности, учитывая свою специфику, а также малое количество методических материалов, имеет несомненную актуальность, большую педагогическую необходимость и практическую значимость. Всё это говорит о необходимости проведения во внеурочной деятельности работы по превенции буллинга у младших школьников.

Противоречие исследования: между необходимостью превенции буллинга у младших школьников и недостаточным использованием для этого потенциала внеурочной деятельности.

Возникает противоречие между социальным заказом общества на ученика способного разрешать конфликтные вопросы мирным способом, умеющего излагать свою точку зрения без агрессии, принимающего людей такими, какие они есть, несклонных к насилию и недостаточным методическим обеспечением по превенции буллинга в начальной школе.

Проблема исследования: каково содержание программы внеурочной деятельности по превенции буллинга у младших школьников.

Цель исследования: изучение теоретических и практических аспектов превенции буллинга у младших школьников во внеурочной деятельности с целью разработки соответствующей программы внеурочной деятельности по профилактике данного явления и экспериментальным путем проверить её результативность.

Объект исследования: буллинг у младших школьников

Предмет исследования: превенция буллинга в начальной школе во внеурочной деятельности.

Гипотеза исследования: если в учебно-воспитательный процесс начальной школы внедрить программу по превенции буллинга, то уровень предрасположенности младших школьников к буллингу понизится.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть особенности буллинга в младшей школе.
2. Изучить возможности внеурочной деятельности в процессе превенции буллинга в начальной школе.
3. Внедрить и экспериментальным путем проверить результативность программы внеурочной деятельности по превенции буллинга у младших школьников.

Методологическая основа исследования:

~ Личностно-ориентированный подход (В. В. Сериков, И. С. Якиманская, В. А. Сухомлинский), позволивший определить, с учетом личностных характеристик младшего школьника возможность разработки основных направлений профилактической работы;

~ Системно - деятельностный подход (Л. С. Выготский, Л. В. Занков, А. Р. Лурия), поможет раскрыть в понимании всесторонности явления буллинга и его как социально-психологического феномена в современном обществе. Способствует выявлению возможности формирования способностей и качеств личности в различных сферах деятельности.

~ Аксиологический подход (В. А. Сластёнин, А. А. Реан, С. И. Маслов, Т. А. Маслова), развитие ценностных ориентаций младших школьников;

Практическая значимость исследования позволяет использовать полученные результаты эмпирического исследования в работе психологов и педагогов начальной школы в образовательных организациях.

База исследования: наше исследование проходило на базе МАОУ ОЦ г. Челябинска. В исследовании принимали участие учащиеся третьих классов в количестве 50 человек.

Этапы исследования:

~ на первом этапе нами изучалась психолого-педагогическая литература по теме исследования, анализировались основные понятия, формулировались основные методологические положения, разрабатывалась методика проведения экспериментальной работы, подбирались методический инструментарий;

~ на втором этапе мы проводили констатирующий эксперимент, обрабатывали и анализировали полученные данные;

~ на третьем этапе внедрялась программа «Образ» проводился контрольный этап экспериментальной работы, формулировались общие выводы, проводилось оформление результатов и т.д.

Методы исследования:

~ теоретические: анализ психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования;

~ эмпирические: эксперимент, тестирование;

~ методы обработки и интерпретации результатов.

Апробация исследования:

~ путем публикации результатов исследования:

1. Кулинич А. П. «Взаимодействие с родителями в процессе превенции проявлений травли у младших школьников» /А. П. Кулинич// «Педагогический компас». Новогодний выпуск №52 -электронный сетевой журнал. Главный редактор Ю.Т. Николаев УДК 37.0 ББК74.00ISSN 2587-8581 Челябинск, 2024.

2. Кулинич А.П. «Возможности проекта «Орлята России» как средство профилактики социальных отклонений» /А. П. Кулинич// Образование без границ: проблемы, решения, перспективы: материалы I Международной научно-практической конференции : в 2-х частях / под ред.Б.А.Артеменко, Е.Б. Быстрой, В.С. Васильевой, И.В. Колосовой, Н.В. Пац,И.А. Селиверстовой. – Челябинск: АБРИС, 2025-Ч.2-561 с.

~ путем выступления на конференциях:

1. I Всероссийская научно-практическая конференция для студентов «Программа «Орлята России»: траектория развития социальной активности в начальной школе»; 18.04.2025

2. II Всероссийская научно-практическая конференция для студентов «Программа «Орлята России»: траектория развития воспитательной работы в начальной школе»; 20.11.2024г. г.Челябинск, УЮрГГПУ.

3. I Международная научно-практическая конференция «Образование без границ: проблемы, решения, перспективы».21.05.2025г. г.Челябинск, УЮрГГПУ.

~
путем выступления на педагогическом совете школы (25.04.2024; 6.11.2025)

Структура работы: Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения. Во введении отражена актуальность исследуемой темы и прописан научный аппарат работы, включающий цель, задачи, гипотезу, объект, предмет, практическую значимость, методы и методики и др. В первой главе рассматривается теоретический аспект проблемы агрессии и агрессивного поведения, проблемы феномена буллинга, причин его возникновения и способов профилактики и психокоррекции на основании анализа отечественных и зарубежных источников литературы. Вторая глава содержит описания эмпирического исследования, проведенного в одной из школ города Челябинск, анализ и интерпретацию полученных результатов. В заключении отражены основные выводы исследования и полученные результаты. В списке литературы представлены источники, используемые в ходе выполнения работы. В приложении представлены сводные таблицы по результатам отдельных методик.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРЕВЕНЦИИ БУЛЛИНГА У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1. Особенности буллинга в младшем школьном возрасте

Явление жестокого обращения, которое проявляется как физически, так и словесно, существует с начала развития человеческой цивилизации. Травля, будучи формой преднамеренного и систематического агрессивного поведения, направленного на причинение физического, эмоционального или социального вреда жертве, представляет собой вид насилия, проявление агрессии. Эта форма подавления и угнетения была характерна для всех эпох истории человечества.

Термин «буллинг» впервые появился благодаря английскому журналисту Эндрю Адамсу в начале 1990-х годов. Само слово «буллинг» (bullying) произошло от английского «bully», означающего хулигана, задиристого грубияна или насильника. Буллинг представляет собой форму запугивания, физического либо психологического давления, целью которого является создание чувства страха у жертвы и её подчинение агрессору [2].

Сам термин «буллинг» берет свое начало от английского слова "bullying", которое означает запугивание или травлю. Этот феномен наблюдается в различных социальных средах, таких как школы, рабочие коллективы, армейские подразделения и прочие общественные структуры. Школьная форма буллинга получила специальное название - «школьный буллинг». Несмотря на широкое распространение, серьезное изучение проблемы буллинга началось сравнительно недавно, примерно в конце XX столетия. Советско-российский исследователь И.С. Кон определяет буллинг как умышленные действия, направленные на подавление личности путем запугивания, насилия или психологического террора, приводящие к состоянию страха и подчиненности [4]. Согласно мнению норвежского ученого Дан Ольвеуса, буллинг характеризуется намеренным, многократно

повторяющимся агрессивным поведением, характеризующимся значительным дисбалансом в силе или статусе между участниками конфликта [5]. Российский психолог С. В. Кривцова утверждает, что буллинг – это форма агрессии некоторых детей в адрес других, сопровождаемая устойчивым нарушением баланса сил и постоянным характером проявлений. Она подчеркивает два ключевых элемента буллинга: нарушение равенства сил и периодичность действий [5].

Данное явление проявляется многообразно: оно включает не только физическую агрессию, но также и психологическое давление. Последний вид агрессии встречается гораздо чаще, поскольку открытое физическое насилие быстро пресекается взрослыми, такими как педагоги и родители, тогда как психологические издевательства часто остаются незамеченными длительное время [10].

В контексте терминологического оформления предмета исследования необходимо отметить следующее. На сегодняшний день в нормативном поле образования существует тенденция отказа от термина «буллинг» (Приказ от 09.10.2024 № 704 «О внесении изменений в некоторые приказы 5 Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ...»). Педагогам рекомендовано применять для описания явления, традиционно обозначаемого в международной научной литературе термином «буллинг» (англ. bullying), альтернативные выражения: «психологическое насилие», «систематическое унижение чести и достоинства», «издевательства», «преследование». Такая норма действует исключительно в сфере нормативных документов и общего образовательного процесса. Однако научный подход требует сохранения прежнего термина «буллинг», поскольку его исключение разрушило бы преемственность с обширным научным наследием, сформированным многолетними исследованиями в области психологии. Для нашего психологического анализа ключевым аспектом выступает именно использование традиционного термина «буллинг» и связанного с ним

устойчивого понятия «буллинг-структура», которые отражают устоявшуюся академическую традицию и позволяют поддерживать непрерывность исследований [8].

Ученые выделяют три основных подхода, в которых рассматривается процесс буллинга. Подходы отличаются друг от друга целями психологического воздействия, ориентированного на прекращение буллинга внутри класса. Представим их в таблице 1.

Таблица 1 – Подходы к изучению буллинга

Подход	Особенности
Диспозициональный	Акцент делается на личностных характеристиках участников травли, внутренних факторах, обуславливающих склонность индивида становиться объектом агрессии либо инициатором насилия
Темпоральный	Исследует неравномерное распределение факторов риска на разных этапах жизненного цикла, выделяя периоды повышенной чувствительности к событиям жизни, в ходе переживания которых увеличивается восприимчивость человека к негативному влиянию и вероятность принятия им роли агрессора или жертвы буллинга
Контекстуальный	Указывает на значимость влияния окружающей среды, группового климата и структурных процессов сообщества, подчеркивая, что преобладающим методом коммуникации среди членов группы становится взаимодействие, основанное на дисбалансе власти. Этот контекст активизирует индивидуальные предрасположенности и превращает потенциальные риски буллинга в реальную проблему

Термин «моббинг» был предложен Т. Хайнеманом в 1973 году, однако первыми научными исследованиями этого феномена занялся шведский специалист в области психологии и медицины Х. Лейман в начале 1980-х годов (его труды были опубликованы позже, в 1990-е). Лейман определил моббинг как систематический психологический террор, выражающийся в регулярном проявлении недоброжелательного и аморального отношения

одного или группы лиц к другому человеку, преимущественно индивидуальному объекту нападок. Стоит отметить, что само явление моббинга имеет долгую историю, запечатленную ещё в русской литературе XIX века, например, в повести Н. В. Гоголя «Шинель», где ярко изображаются издевательства младших служащих над скромным чиновником Акакием Башмачкиным. Современное общество также обращает внимание на проблему моббинга, примером чему служит советский фильм «Чучело»[40].

Обычно объектами буллинга становятся эмоционально ранимые и застенчивые дети, которые не способны эффективно противостоять негативному поведению сверстников. Даже физически сильные ученики или отличники, пользующиеся расположением учителей, могут подвергнуться травле. Причина выбора жертвы зачастую случайна и обусловлена наличием любого заметного признака, позволяющего приклеить обидный ярлык. Основные черты потенциальных жертв включают нерешительность, недостаток уверенности в себе и неумения отстаивать собственную точку зрения. Особенно подвержены риску дети, пытающиеся внешне игнорировать негативные высказывания и насмешки, несмотря на то, что их переживания очевидны окружающим по мимике и выражению лица. Последствия школьной травли заключаются в разрушении самооценки ребёнка и снижении уровня уверенности в своих возможностях [9; 2].

Характерной чертой буллинга выступает значительное превосходство силы нападающей стороны, ведь обычно нападение направлено на одного ребенка, воспринимаемого окружающими как слабого в каком-либо аспекте. Такое неравенство ведет к серьезным психологическим травмам у пострадавшего. Следствием буллинга становится широкий спектр негативных последствий: от утраты веры в собственные способности и качества характера до проблем со сном и концентрацией внимания. Ощущение социальной изоляции и одиночества провоцирует развитие депрессии. Учебная активность значительно ухудшается, доходя порой до полного отказа посещать школьные занятия [1; 14].

Статистически доказано, что инициаторами буллинга чаще выступают мальчики, нежели девочки. Популяризация подобного поведения среди друзей укрепляет убеждение участников в положительной реакции окружения на подобные поступки. Гендерные различия в склонности к буллингу объясняются скорее спецификой культурных норм, принятых среди мальчиков, нежели врожденной предрасположенностью к агрессии. По мере взросления нормы подростковой среды претерпевают изменения. Например, в кругу малышей физические проявления агрессии ведут к потере популярности и социального одобрения. Напротив, у старших школьников сила и агрессивность ассоциируются с высоким статусом среди ровесников своего пола, а впоследствии и среди девушек [8; 3]. Есть отличия и в предпочтениях относительно объектов нападения: мальчики склонны обижать как учеников своего класса, так и представителей других классов, включая обоих полов, но чаще объектом становятся одноклассницы. Такие предпочтения могут быть обусловлены желанием установить контроль над знакомыми людьми и стремлением продемонстрировать власть вне зависимости от степени близости отношений с жертвой. Следовательно, разница в выборе жертв отчасти объясняется различной степенью доминирования разных видов целенаправленной агрессии [9].

Для младших школьников характерны следующие формы проявления агрессии: трудности самоконтроля, частые конфликты и споры с окружающими, отказ слушаться взрослых, перекладывание вины на окружающих в случае ошибок, проявление злобных чувств, раздражения, подозрительности и завистливости. Факторы появления детской агрессии условно подразделяются на две категории: внешние и внутренние. К внешним причинам относятся условия воспитания в семье, взаимодействие со сверстниками, подражание героям кинофильмов и вымышленным персонажам. Среди внутренних факторов выделяются психоэмоциональный дискомфорт, низкая самооценка, повышенная тревожность, недостаточное умение управлять собственными эмоциями и действиями,

неудовлетворённость собственной персоной и стремление обратить на себя внимание взрослых [12].

Феномен буллинга широко распространён в образовательной среде, хотя изначально данное понятие появилось в исследованиях, посвящённых взрослым коллективам [13]. Одной из главных особенностей буллинга является его структурированность, включающая три основных компонента: жертву, инициатора (агрессора или преследователя) и наблюдателей. Подчеркнём, что буллинг негативно сказывается на каждом участнике процесса. Бездействие свидетелей, наблюдающих происходящее, также оказывает деструктивное влияние, способствуя усугублению состояния жертвы, снижению её самооценки и формированию долгосрочных психологических последствий [7].

Кроме того, школьники стремятся самостоятельно справляться с возникающими проблемами внутри своей возрастной группы, редко обращаясь за поддержкой к взрослым. Образование подобных микросоциумов нередко усиливает агрессивные наклонности ребят, создавая ощущение принадлежности, защищённости и психологической комфортности. Это обстоятельство может привести к исчезновению страха перед наказанием, желанию повысить собственный статус в группе и подтвердить собственное значение. Уже в начальной школе уровень жестокости и интенсивность актов травли начинают стремительно возрастать. Отдельные дети с затруднениями в коммуникации формируют виртуальные сообщества, придумывая себе фантастических товарищей. Такими друзьями могут становиться персонажи книг, мультфильмов или компьютерных игр, необязательно обладающие позитивными качествами. Впоследствии подобное восприятие мира способно усиливать жесткость поведения ребёнка [24].

Исследования показывают, что успешность образовательного процесса и качество взаимоотношений в классе находятся в тесной взаимосвязи, оказывая взаимное положительное влияние друг на друга. Атмосфера дружбы и взаимопонимания снижает напряженность межличностных взаимодействий,

минимизирует возникновение конфликтов и создает благоприятные условия для продуктивной учебной деятельности. Статус, занимаемый ребенком в иерархии буллинга, не является фиксированным и может меняться в зависимости от обстоятельств. Как отметил ряд ученых, формирование позиций участников буллинга обусловлено внутренними факторами, влияющими на скорость принятия той или иной роли. Участники буллинга обладают специфическими личностными чертами и моделями поведения, что подчеркивал в своих работах О. Л. Глазман [7]. Согласно исследованию, проведенному специалистами Е.А. Макаровой и А.В. Осадчей, необходимо рассматривать буллинг комплексно, учитывая разнообразные факторы, а не сводить его исключительно к простому противостоянию «преследователя и жертвы» [15].

По словам О. Л. Глазмана, для глубокого понимания индивидуальных психологических особенностей участников буллинга необходимо исследовать их социальные роли и позиции, формируя так называемую «буллинг-структуру» [11]. Данная концепция была разработана Е. Роландом и далее подробно раскрыта Д. Лейном, представляющим буллинг как сложную социальную систему, состоящую из трех ключевых элементов: обидчиков (агрессоров), их жертв и наблюдателей (свидетелей).

Другую структуру описания ролей в рамках буллинга предложил сам О. Л. Глазман, выделяя пять категорий участников:

1. Характеристики буллеров (инициаторов).

Дети, активно выступающие в роли буллеров, демонстрируют особые личностные и поведенческие признаки:

- они считают, что демонстрация превосходства над одноклассниками помогает быстрее достигать поставленных целей;
- обладают импульсивностью и плохо контролируют свои эмоции;
- испытывают дефицит эмпатии, неспособны чувствовать чужую боль,
- стремятся завоевать популярность среди сверстников;

- преисполнены чувством превосходства над теми, кого выбирают в качестве жертв;

- часто конфликтуют с взрослыми, включая педагогов и родителей.

Хотя буллеры склонны применять силу и провокационные методы воздействия, большинство из них осознают неэффективность подобных подходов и испытывают разочарование, сталкиваясь с пассивностью и отсутствием сопротивления со стороны жертв. Последние, испытывая социальную изоляцию и недостаток поддержки, предпочитают избегать открытых столкновений, полагая, что таким образом смогут сохранить хрупкую стабильность положения в коллективе.

Инициаторы буллинга отличаются высоким уровнем общительности и популярностью среди сверстников. Их круг общения состоит преимущественно из тех, кто поддерживает их поведение и ценности. Вместе с тем они оказывают сильное влияние на остальных членов группы, стимулируя их участие в актах травли. Обычно лидерство принадлежит одному-двум наиболее активным участникам, которые задают тон всему процессу.

Основные мотивы, которыми руководствуются буллеры, включают:

- потребность в признании и одобрении со стороны сверстников;
- получение удовольствия от демонстрации власти и подавления других;
- материальное вознаграждение (например, вымогательство вещей или денег);

- повышение личного авторитета и укрепление своего места в социальной иерархии.

Таким образом, буллеры действуют осознанно, преследуя конкретные цели, такие как повышение своего престижа, получение материальных благ или удовлетворение потребности в контроле над ситуацией.

2. Помощники.

Участники этой категории характеризуются сильной зависимостью от мнения и поведения основного инициатора буллинга (буллера). Их

деятельность направлена на поддержку и подражание действиям лидера, причем они охотно участвуют в непосредственных актах агрессии, препятствуют свободному передвижению жертвы и всячески укрепляют доминирующую позицию буллера. Тем не менее, сами помощники не пользуются большим уважением среди сверстников и, поддерживая буллера, не приобретают значительного авторитета в коллективе.

Наиболее частыми причинами участия в роли помощника являются:

- страх потерять дружбу и расположение буллера,
- боязнь самим оказаться в положении жертвы;
- желание соответствовать ожиданиям большинства сверстников;
- отсутствие развитых способностей к эмпатии и пониманию страданий других,
- восприятие акта травли как развлечения или способа поднять настроение;
- отсутствующая собственная позиция и самостоятельность в принятии решений;
- воспитание в условиях семейного неблагополучия, особенно недостаток внимания и заботы со стороны отца.

Эти факторы создают почву для формирования особого типа детей, готовых поддерживать агрессивные тенденции и брать на себя вспомогательную роль в буллинге.

3. Защитники

Защитники занимают особое место в школьных группах, обладая высоким социальным статусом и влиянием среди сверстников. Им свойственна высокая самооценка и доброжелательное отношение к окружающим. Эти качества позволяют защитникам проявлять эмпатию и понимание по отношению к жертвам буллинга, помогать им и выступать посредниками в разрешении конфликтов.

Благодаря своему авторитету и поддержке других учеников, защитники способны создавать атмосферу справедливости и безопасности в коллективе,

противодействуя актам агрессии и обеспечивая защиту для наиболее уязвимых членов группы.

4. Жертвы

Жертвы буллинга представляют собой группу детей, находящихся на периферии социальной структуры класса. Им присущ низкий социальный статус, ограниченный круг общения и изолированное положение среди сверстников. Из-за замкнутости, стеснительности и низкого уровня самооценки они легко становятся объектами издевательств и подвергаются постоянной атаке со стороны буллеров.

Причины попадания в категорию жертв могут включать:

- замкнутый и тихий характер,
- низкая самооценка и неуверенность в себе,
- депрессивные настроения и мысли о суициде,
- недостаточная поддержка со стороны близких и родных,
- жизнь в неблагоприятных семейных условиях,
- принятие факта своей неполноценности и нежелание бороться с несправедливостью.

Факторы риска, повышающие вероятность стать жертвой буллинга:

- физические особенности внешности, привлекающие повышенное внимание;
- проблемы со здоровьем, ведущие к пропускам занятий,
- трудности в защите собственных границ и права на личное пространство;
- нежелание вступать в контакт с незнакомцами и недоверчивость к новым людям;
- принадлежность к этническим меньшинствам или иностранным гражданам;
- небрежность в уходе за своим внешним видом или чрезмерная ухоженность;

- отсутствие современных гаджетов или, напротив, владение самыми дорогими устройствами;

- высокая одаренность в одной из областей знания, выделяющая их среди сверстников.

Жертвы буллинга нуждаются в особой заботе и внимании со стороны педагогов и родителей, так как длительная травля способна нанести серьезный ущерб их психическому здоровью и социализации.

5. Наблюдатели (свидетели)

Наблюдатели составляют самую многочисленную группу участников буллинга. Многие из них испытывают искреннее сочувствие к жертве, но боятся вмешиваться, опасаясь возможных последствий для самих себя. Действия зрителей оказывают существенное влияние на дальнейшее развитие ситуации: простое согласие с происходящим воспринимается как поощрение агрессии, в то время как любое активное сопротивление может изменить ситуацию коренным образом.

Среди характеристик наблюдателей выделяют:

- страх открыто выразить недовольство действиями буллеров;
- разочарование и стыд за собственное бездействие;
- сложность выбора между лояльностью к группе и потребностью оказать помощь жертве;
- противоречивые чувства, возникающие вследствие осознания ответственности за происходящее.

Современные исследователи указывают на ключевые мотивы, лежащие в основе детской жестокости:

- привлечь внимание сверстников,
- достичь желаемого результата,
- занять лидирующее положение,
- осуществлять защиту или мстить,
- подчеркнуть собственное превосходство за счёт унижения других.

Таким образом, каждый участник буллинга играет определенную роль, что формирует общую картину динамики межличностных отношений в данном процессе.

Возраст младших школьников называют вершиной детства, охватывающей период от шести-семилетнего возраста до девяти-десяти лет. Ключевыми аспектами развития в этот период являются:

- стремление привлекать внимание сверстников и завоевывать признание,
- выделение собственных преимуществ за счет ограничения достоинства других детей,
- превосходство и достижение значимых результатов любыми средствами,
- укрепление личной важности и авторитета в коллективе,
- реализация защитных механизмов и реализация чувства мести.

Агрессивное поведение в начальной школе распространено среди многих учеников, однако степень его проявления варьируется. Некоторые дети демонстрируют большую склонность к агрессии, чем другие.

Особенности проявления агрессии у младших школьников:

- широко распространены физические способы выражения агрессии, такие как толчки, удары, укусы и щипки;
- воровство предметов происходит открыто, часто прямо на глазах владельца,
- ложь также является распространенным инструментом манипуляции и достижения целей;
- словесная агрессия в начальной школе встречается реже, однако с развитием речи начинающие задиры постепенно осваивают искусство словесных оскорблений, превращаясь в мастеров вербальной атаки [20].

Различия полов могут оказывать влияние на проявления буллинга в начальной школе. Мальчики склонны демонстрировать буллинг чаще, нежели девочки. Направленность прямого буллинга мальчиков преимущественно

ориентирована на сверстников своего пола или других учеников. В этот период мальчишки зачастую прибегают к относительно грубым формам взаимодействия внутри своей возрастной группы. Девочки же, напротив, нередко становятся инициаторами преследования, обращая внимание на эмоциональные формы давления.

Кроме того, тенденции буллинга у младшекласников иногда сочетаются с признаками виктимизации. Согласно мнению специалиста Елены Леонидовны Поляковой, пережитые ранее эпизоды буллинга способны трансформироваться в склонность самого пострадавшего впоследствии проявлять аналогичные действия по отношению к другим детям [18].

Что касается поведения жертвы, оно способно сохраняться весь период начального обучения. Чем сильнее выражены структура и иерархичность взаимоотношений внутри коллектива, тем стабильнее становится позиция ребенка-жертвы. Перевод из начальных классов в средние классы способен ослаблять признаки виктимного поведения, однако смена окружения оказывает значительное воздействие на адаптацию ученика к новым социальным условиям и межличностным отношениям.

Гендерные различия в проявлении буллинга в младшем школьном возрасте предполагают, что мальчики чаще прибегают к подобным формам поведения, чем девочки. Агрессия мальчиков чаще направлена непосредственно на сверстников, причем объекты буллинга могут быть как мальчиками, так и девочками. Девочки также могут инициировать буллинг, однако делают это реже и обычно косвенными способами.

Важно отметить, что дети, ранее ставшие жертвами буллинга, могут сами начать проявлять аналогичные модели поведения. Как полагает Е. Л. Полякова, если ребенок подвергался преследованиям со стороны других детей, он может перенять опыт и самому начинать практиковать буллинг [19].

Поведение жертвы может сохраняться на протяжении всего периода начального обучения. Чем сильнее структурирована система отношений в классе, тем стабильнее сохраняется положение жертвы. Переход из младшей

школы в среднюю может ослабить проявления виктимного поведения, так как ребенку предстоит адаптироваться к новому коллективу и строить новые взаимоотношения [21; 32].

Таким образом, виктимное поведение ребенка является динамичным процессом, зависящим от изменений в социальной среде и индивидуальной адаптации ребенка к новым условиям.

Проблематика буллинга приобретает особую значимость в младшем школьном возрасте, поскольку именно в этот период происходят значительные перемены в образе жизни ребенка. Появляются новые социальные роли, повышаются требования, формируется новый тип активности – учебная деятельность. Все это создает основу для возникновения ситуаций буллинга.

Можно утверждать, что проявления буллинга в младшем школьном возрасте закономерны и зависят от целого комплекса факторов:

- личное отношение ребенка к агрессии и насилию,
- тенденции поведения ребенка-жертвы,
- нарушения в поведении самого ребенка, провоцирующие агрессию,
- оценка и реакция окружающих на случаи буллинга.

Таким образом, особенность взаимодействия младших школьников заключается в том, что основным кругом общения являются сверстники, находящиеся в одном образовательном учреждении. Большинство контактов происходит в пределах класса, где формируются отношения и складываются стереотипы поведения, определяющие динамику буллинга [29].

Таким образом, буллинг как особая форма агрессивного поведения в младшей школе несет значительные отрицательные последствия для каждого участника конфликта. В данном параграфе мы подробно изучили психологические черты, присущие различным ролям в процессе буллинга, происходящего в стенах учебных заведений. Регулярные проявления насилия негативно сказываются на формировании личности ребенка, ставя под угрозу его эмоциональное благополучие и социальную адаптацию. Поэтому

проблема систематической агрессии в школах приобретает особую значимость, требуя пристального внимания педагогов, родителей и психологов.

1.2 Возможности внеурочной деятельности в процессе превенции буллинга.

В соответствии с единой образовательной программой внеурочная деятельность - это занятия, проводимые в формах, отличных от урочных (кружки, секции, проекты, экскурсии), направленные на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов, дополняющие основную программу, развивающие творческие способности, социальные навыки и помогающие гармоничному развитию ребенка вне классной комнаты. Она является обязательной частью образовательного процесса в соответствии с ФГОС и выполняется в свободное от уроков время, охватывая разные направления: спортивно-оздоровительное, духовно-нравственное, общекультурное, интеллектуальное и социальное.

Основная цель внеклассных мероприятий заключается в формировании всесторонней личности ученика, развитии его творческого потенциала, социальных компетенций и обеспечении гармоничного личностного роста за пределами учебной аудитории.

Основные задачи внеурочной деятельности заключаются в следующем:

- предоставление детям возможности свободно выбирать сферу увлечений и развивать собственные таланты, знакомясь с ценностями национальной культуры и традициями народа;

- Создание пространства для продуктивного взаимодействия учеников друг с другом как внутри школы, так и за ее пределами, поощряя инициативность, ответственность, умение сотрудничать и проявлять инициативу в реальной жизни;

- поддержка успешной адаптации младшего школьника к школьной среде, уменьшение нагрузки на учебе и улучшение качества отдыха и досуга;

- стимуляция интереса к творчеству, развитие креативных способностей и формирование позитивного отношения к знаниям [38].

Для успешного внедрения внеурочной деятельности образовательные учреждения обязаны соблюдать определенные принципы: создавать комфортные условия для адаптации каждого учащегося, поддерживать благоприятную атмосферу для его индивидуального развития, учитывая специфику возрастных особенностей детей. Организация форм внеурочной деятельности осуществляется самостоятельно школами и должна соответствовать пожеланиям самих учеников и их семей. Занятия могут проводиться в разнообразных формах: посещение музеев и экскурсий, участие в научных конференциях, спортивных соревнованиях, конкурсах, олимпиадах, проектных работах, поисковых исследованиях и общественных практиках.

Таким образом, внеурочная работа младших школьников способствует формированию культурного кругозора, морально-нравственного сознания, дисциплинированности и умения делать осознанный нравственный выбор.

Эффективное использование возможностей внеурочной деятельности для предотвращения буллинга среди младших школьников требует комплексного подхода, включающего три основных уровня профилактической работы: первичную, вторичную и третичную профилактику. Ключевую роль играет именно первичная профилактика, ориентированная на весь контингент учащихся начальных классов и осуществляемая на уровне всей школы [42; 44; 45].

Первичная профилактика включает активное вовлечение младших школьников во внеурочную деятельность, что обеспечивает своевременное выявление факторов риска возникновения агрессивного поведения и снижает вероятность конфликтных ситуаций. Как подчеркивает специалист в области психологии образования Елена Александровна Селиванова, перенаправляя агрессивную энергию в конструктивное русло, можно существенно уменьшить частоту эмоциональных всплесков и способствовать успехам детей в различных сферах деятельности [20]. Например, организация спортивной

деятельности позволит ребятам безопасным способом выразить накопившуюся агрессию, поскольку многие виды спорта требуют определенного уровня соревновательной страсти («спортивной злости»), способствующей достижению побед.

Кроме того, особое внимание должно уделяться усилению духовного воспитания школьников, так как именно базовые ценности формируют основу социально приемлемых моделей поведения. Интеллектуальные и культурные направления внеурочной деятельности помогают ученикам находить новые жизненные смыслы и расширять горизонты познания. Креативная активность также оказывает положительное влияние, выполняя терапевтическую функцию, снижающую уровень стресса и напряжения.

Наконец, важную роль играет информационно-просветительская составляющая профилактической работы, которую проводят специалисты социальной сферы и педагоги-психологи образовательных учреждений. Они занимаются распространением правовых знаний и психологической компетенции среди участников педагогического процесса, повышая общую осведомленность педагогов, родителей и детей относительно природы буллинга и эффективных способов его предупреждения.

Проблематика профилактики буллинга в начальной школе остается актуальной и сложной задачей, решение которой требует совместных усилий педагогов, психологов и родителей. Несмотря на стремление исключить любые проявления травли, важно осознавать, что полностью избежать случаев притеснения в школьных стенах практически невозможно. Однако систематическое объединение профессиональных ресурсов способно значительно минимизировать подобные инциденты [29; 37].

Реагирование школьного сообщества на факты насилия представляет собой ключевой фактор эффективности профилактических мер. Без адекватной реакции конфликты могут усугубляться, становясь угрозой здоровью и благополучию учеников. Именно поэтому важна целенаправленная деятельность по предупреждению буллинга, включая

проведение специальных классных часов, направленных на формирование уважения и толерантности среди учащихся. Такие уроки позволяют обсудить важность эмпатии, сочувствия и понимания чувств окружающих, создавая пространство для осмысления детьми собственных поступков и действий одноклассников.

Особое значение имеют тренинговые занятия, нацеленные на укрепление единства класса, развитие навыков межличностного взаимодействия, формирования эмпатического восприятия и коммуникативных способностей. Подобные меры способствуют воспитанию доброжелательного отношения друг к другу, уменьшению числа негативных проявлений среди ребят.

Однако главная задача - признание существования проблемы буллинга. Часто педагоги игнорируют очевидные признаки враждебных взаимоотношений среди учеников, надеясь, что дети смогут разобраться самостоятельно. Иногда взрослые боятся открыто говорить о конфликтах, ожидая внешнего давления извне, чаще всего со стороны родителей пострадавших детей. Следовательно, крайне важно инициировать беседы и дискуссии на тему буллинга заранее, предотвращая эскалацию напряженности [29].

Проведенный нами анализ научной литературы позволил выявить эффективные стратегии борьбы с буллингом в школах:

- информирование школьников, преподавателей и родителей о природе буллинга, консультации по вопросам разрешения конфликта и возможных юридических последствий для обидчиков,

- разработка и внедрение единых правил поведения в школе, включающих механизмы превенции и противодействия буллингу с обязательным привлечением родительской общественности,

- проведение практических занятий, направленных на обучение детей эффективным методам коммуникации, разрешение споров, а также развитие

эмоционального интеллекта, позволяющего распознавать и управлять собственными эмоциями и чувствами других людей.

Только последовательная реализация указанных подходов способна создать безопасную среду, обеспечивающую каждому ребенку комфортное пребывание в учебном заведении [28].

Предупреждение травли в школе имеет огромное значение и начинается с правильного подхода взрослых к этому вопросу. Важнейшим элементом является разработка программы внеурочной деятельности, направленной на профилактику буллинга среди младших школьников. Основные направления работы включают:

- снижение уровня агрессивности и тревожности у младших школьников;
- повышение самооценки путем создания ситуаций успеха;
- развитие эмпатии и коммуникативных навыков;
- оптимизацию межличностных взаимодействий и повышение сплочённости класса (использование парной и групповой работы, проведение игр на командообразование) [22].

Современная школа часто недостаточно внимания уделяет дисциплинам эстетического характера, важным для развития эмоциональной сферы ребенка. Тем не менее, как подчёркивает психолог А. Г. Долгова, существуют рекомендации по проведению специализированных тренингов, целью которых являются:

1. Обеспечение чувства защищённости.
2. Формирование позитивного самовосприятия.
3. Совершенствование навыков общения.
4. Развитие способности разрешать и предотвращать конфликты.

Педагог Н. С. Бобровникова выделяет следующую структуру занятий:

1. Вводная часть – разминка, создающая дружелюбную обстановку и способствующая сближению участников.

2. Основной этап – практические задания и интерактивные упражнения, раскрывающие тему урока.

3. Рефлексия – финальная стадия, где учащиеся делятся своими ощущениями и впечатлениями.

Рассмотрим ключевые методы профилактики буллинга в начальной школе посредством внеурочной деятельности:

1. Метод убеждения

Данный метод формирует моральные представления и нормы, принятые обществом. Ученики учатся оценивать своё поведение и поступки других, развивая уважение к правилам общественной жизни.

2. Метод разъяснений

Учителя помогают ученикам понять причины важности соблюдения тех или иных правил поведения. Наглядное моделирование ситуаций помогает выработать правильные модели поведения и укрепляет понимание правил.

3. Метод внушения

Этот подход стимулирует раскрытие внутреннего потенциала ребёнка, убеждая его в собственной значимости и способности поступать верно в любых обстоятельствах. Основывается на доверительных отношениях и поддержке взрослого.

4. Этическая беседа

Этический диалог нацелен на формирование понятий о добре и зле, основываясь на анализе конкретных примеров из жизни, художественной литературы или кинофильмов. Беседа предполагает наличие чётко сформулированной идеи, связь с повседневной жизнью детей и учитывает их индивидуальные особенности [26; 34].

Применение перечисленных методов способствует эффективному формированию необходимых моральных ориентиров и этических принципов у младших школьников, играя ключевую роль в профилактике буллинга.

Образовательные учреждения самостоятельно определяют направления и продолжительность внеурочной деятельности, содержание же формируемых

занятий согласуется с предпочтениями самих учащихся и их законных представителей. Организации активно используют возможности учреждений дополнительного образования, культурных центров и спортивных секций для расширения спектра предоставляемых услуг.

Продолжительность внеурочных занятий варьируется в зависимости от возрастной категории детей и типа выбранной деятельности. Главная цель внеурочного обучения состоит в достижении ключевых целей основной образовательной программы, причем приоритет отдаётся личным качествам и метапредметным результатам. Таким образом, основное назначение внеурочной деятельности — не получение новых знаний, а приобретение практических навыков, эмоций, принятия решений и способность выражать собственную позицию.

Разработанная С. Н. Бегидовой и Ш. А. Хабаху технология профилактики буллинга в школе базируется на многоступенчатой методологии, обеспечивающей последовательное преодоление препятствий в межличностных отношениях учащихся, развитие их коммуникативной компетентности, повышение уровня сплочённости классного коллектива и минимизацию условий, провоцирующих возникновение агрессивного поведения и травли [16].

И. О. Зиновьева подчёркивает важность комплексного подхода к предупреждению и исправлению проблем буллинга, утверждая, что меры противодействия должны учитывать не только личные особенности отдельных учеников, но также и влияние самой группы. Для предотвращения формирования буллинг-структур или нейтрализации существующих негативных факторов необходимо формировать позитивные модели коллективных взаимоотношений, характеризующиеся взаимной ответственностью, поддержкой и добрым отношением друг к другу. Это позволит создать здоровую атмосферу сотрудничества и снизить риск проявления агрессивного поведения в школьном коллективе [23].

Основную группу методик, применяемых в превенции буллинга, составляют вербальные способы воздействия. Их ключевое преимущество состоит в способности оперативно передавать значительный объем сведений за короткий срок. Эти методики разнообразны по формату реализации, однако их объединяют общим инструментом воздействия - словом.

При организации бесед или лекций рекомендуется выбирать тематики, раскрывающие сущность феномена буллинга, его характерные черты и возможные негативные последствия. Например, занятие под названием «Буллинг - игра с печальным финалом» позволяет ученикам осознать всю серьезность последствий подобного поведения, тогда как тема «Есть ли буллинг среди нас?» стимулирует школьников задуматься о своей роли в коллективе. Тема «Не отворачиваясь от правды» привлекает внимание младших школьников к важности озвучивания проблемы буллинга и информированности о последствиях пассивного отношения к нему.

Помимо информирования младших школьников непосредственно о понятии буллинга, важной частью превенции является решение сопутствующих вопросов: снижение агрессивности, воспитание чувства сопереживания и терпимости, укрепление единства класса. Примеры соответствующих направлений обсуждений включают занятия типа «Все разные-все равные», «Разнообразие характеров», «Секрет настоящей дружбы» и прочие аналогичные темы [49].

Психологический тренинг - это методика, использующая игровое воспроизведение психогенных ситуаций для повышения психологической грамотности и развития определенных психологических характеристик, умений и компетенций у индивидуумов, принимающих участие в процессе как активные участники или наблюдатели. Основная задача психологического тренинга заключается в улучшении реалистичности самовосприятия и эффективности поведения.

Психологический тренинг может стать эффективным методом превенции буллинга у младших школьников, который позволит в интересной

форме актуализировать проблему. Тренинг может включать в себя элементы лекции, беседы, викторины, различные упражнения, творческие задания, игровые элементы.

Еще одним эффективным методом превенции буллинга является арт-терапия, определяемая наукой как направление психотерапевтической практики и психологической коррекции, основанное на терапевтическом воздействии искусства и творческих практик. Методы арт-терапии обладают универсальностью и позволяют решать широкий спектр задач, включая превенцию буллинга в образовательных учреждениях [36].

Библиотерапия представляет собой специализированное направление арт-терапевтических техник, используемое в рамках профилактики буллинга и основанное на терапевтическом эффекте литературы. Основные техники библиотерапии включают совместные чтения, глубокий анализ текста, пересказ произведения, переработку сюжета («переписывание»), создание собственного продолжения истории («дописывание»), сочинительство собственных произведений, постановку сцен и проведение дискуссий. Эффективными дидактическими материалами служат художественные произведения, такие как «Чучело» Владимира Железникова, «Верочка» Александра Богословского, «Убить мымру» Игоря Корниенко, а также «Калечина-Малечина» Елены Некрасовой.

Школа после уроков превращается в творческое пространство, где каждый ребёнок может раскрыть свои личные увлечения, интересы и собственное «Я». Возможность самостоятельного выбора создаёт свободу самовыражения и самоопределения. Чтобы привлечь интерес учеников к внеурочным занятиям, необходимо создать такую атмосферу, при которой школа станет местом, куда хочется возвращаться снова и снова. Это позволит превратить внеурочное время в полноценное пространство воспитания и образования, обогащающее жизнь детей новыми возможностями и переживаниями [43].

Проанализировав отечественный и зарубежный опыт, мы исследовали эффективные методы предотвращения и коррекции буллинга, выявив ключевые подходы к решению этой сложной социальной проблемы.

Создание программы внеурочной деятельности, направленной на превенцию буллинга с использованием словесных методов (лекции, беседы), психологического тренинга, разных направлений арт-терапии и педагогической поддержки способно снизить риск развития буллинга среди младших школьников.

Несмотря на растущую потребность современного общества в воспитании детей, обладающих навыками мирного разрешения конфликтов и конструктивного общения, уровень методического оснащения учителей для реализации профилактических мероприятий остается недостаточно высоким.

Выводы по главе 1

Подводя итоги, отметим важнейшие положения, сформулированные в ходе изучения литературы:

Существует разрыв между ожиданиями общества, требующего воспитания учащихся, владеющих навыками бесконфликтного общения, и нехваткой соответствующих методик для эффективной работы педагогов.

Буллинг характеризуется устойчивостью насильственных действий одних детей против других, сопровождается дисбалансом силы и повторяемостью ситуаций агрессии.

Только комплексный подход позволяет успешно противодействовать проявлениям буллинга, обеспечивая безопасность детской среды.

Требуется углубленное изучение теории буллинга применительно к начальной школе, разработка специализированных программ внеурочной деятельности, направленных на профилактику агрессивного поведения.

Таким образом, наша работа подтверждает важность продолжения научных изысканий в области превенции буллинга, подчеркивая острую

необходимость внедрения инновационных подходов в педагогический процесс.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ПРЕВЕНЦИИ БУЛЛИНГА У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

2.1. Условия протекания эксперимента. Характеристика используемых методик.

В экспериментальной работе по изучению буллинга у младших школьников приняли участие учащиеся 3 классов в количестве 50 человек. Работа проводилась на базе одной из школ города Челябинск.

Цель эксперимента: выявить наличие проявлений буллинг-позиции у младших школьников.

Задачи экспериментальной работы:

1. Подобрать диагностические методики для выявления буллинг-позиции младшего школьника.
2. Провести изучение буллинг-позиции среди учащихся начальной школы и проанализировать полученные результаты.
3. Разработать и внедрить программу внеурочной деятельности по превенции буллинга у младших школьников

Гипотеза исследования заключается в следующем: ключевыми причинами появления буллинга среди младших школьников выступают коллективные условия, такие как несформированность общих ценностей и ориентационных установок в группе, негативный социально-психологический микроклимат, слабая внутренняя согласованность коллектива и трудности самоидентификации личности внутри сообщества, а также личные качества отдельных индивидов, включая агрессивное девиантное поведение и подверженность виктимизации. Исходя из этого предположения, программа внеурочной деятельности, нацеленная на устранение поведенческих отклонений, повышение уровня взаимоподдержки и формирования общей

системы ценностей в коллективе, способна существенно снизить частоту проявлений буллинга в учебной среде.

Этапы исследования: На первом этапе была изучена психолого-педагогическая литература по проблеме исследования, подбирались диагностические методики. На втором этапе было выбрано место проведения, сформирована экспериментальная группа по формальному признаку (параллель 3 классов) экспериментальная группа обучающихся и был проведен эксперимент.

Экспериментальная работа включала три этапа:

1. Констатирующий этап эксперимента – проводятся контрольные тесты с целью выявления исходного уровня буллинг-позиции младшего школьника 3 класса.

2. Формирующий этап - разрабатывается программа внеурочной деятельности по превенции буллинга младших школьников, включающий в себя упражнения и игры.

3. Контрольный этап - проводятся контрольные испытания. Осуществляется анализ результатов практической деятельности.

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

Для оценки текущего состояния проблем буллинга в каждой классной группе на первом этапе эксперимента осуществлялась диагностика учащихся, выявляя распространённость и специфику проявлений буллинга. Полученная информация послужила основой для адаптации специализированной психокоррекционной программы внеурочной деятельности, применяемой на втором этапе, направленной на предупреждение случаев буллинга посредством комплекса педагогических мер. Дополнительно проводился цикл просветительских занятий с участием преподавателей и родителей учащихся, посвящённых пониманию механизмов школьной травли и созданию условий для поддержки пострадавших детей.

Третий этап («контрольный») предполагал проведение повторного тестирования учащихся, сопоставление результатов двух этапов и последующую интерпретацию динамики изменения показателей буллинга в группах.

Исследование начиналось с предварительного собеседования с учениками начальных классов, после которого участникам были предложены анкеты и тесты, отобранные на основе обзора актуальной научно-методической литературы.

Первое направление заключалось в изучении понимания младшими школьниками сути явления буллинга, используя специально разработанные методики диагностики буллинга. Второе направление сосредоточилось на исследовании индивидуальных характеристик и социальных ролей участников травли, для чего использовалась методика диагностики буллинговых позиций, созданная А. Г. Норкиной. По словам исследователя О. Л. Глазмана, важно учитывать позицию, которую занимает личность в структуре буллинга, определяющую её роль в происходящих событиях.

Методика Норкиной включает серию вопросов, позволяющих выявить степень вовлечённости ребёнка в процессы буллинга, включая возможные случаи насилия как со стороны одноклассников, так и педагогов.

Цель методики: определение ролей и позиций, занимаемых детьми в ситуации буллинга. Обучающимся предлагается ответить на 25 вопросов, выбрав одно из 4 утверждений, близко школьнику. Три вопроса (13,17,20) при анализе позволяют узнать о наличии буллинга в классе (со стороны учеников и со стороны педагогов). Интерпретация полученных результатов позволяет ответить на вопрос о наличии буллинга в классе и распределить обучающихся на 5 групп: инициаторов, помощников инициаторов, защитников жертв, жертв и наблюдателей.

Помимо неё, для повышения точности диагностики использовался «Опросник «Буллинг» (автор – Д. Олвеус)

Основная цель первичной диагностики заключается в выявлении распространённости и особенностей проявления буллинга в образовательной среде посредством анкетирования учащихся начальных классов.

Участникам исследования предлагалось заполнить опросник, состоящий из 13 вопросов, касающихся опыта участия в ситуациях буллинга. Каждый пункт анкеты содержал пять возможных вариантов ответа, отражающих частоту случаев буллинга:

- никогда не было,
- было раз или два,
- бывает иногда,
- бывает раз в неделю,
- бывает несколько раз в неделю.

Анализ ответов проводился по двум направлениям:

1. Проявления буллинга в коллективе

- Активный буллинг: Вопросы №1, 3, 5, 6 касаются ситуаций, когда ребёнок выступает инициатором негативных действий.

- Косвенный активный буллинг: Вопросы №8, 9, 12 направлены на выявление скрытых форм агрессии, таких как распространение слухов или игнорирование.

2. Подверженность буллингу отдельных участников

- Прямая виктимизация: Вопросы №7, 10, 11, 13 фиксируют случаи непосредственного физического или вербального воздействия.

- Косвенная виктимизация: Повторяются вопросы №8, 9, 12, оценивающие ситуации непрямого давления.

Для каждого показателя рассчитывался общий балл путём суммирования баллов по соответствующим вопросам. Итоговая шкала оценки варьировалась от 0 до 4, где были выделены три степени выраженности:

- слабо выражен (0–1 балл),
- умеренно выражен (2 балла),
- ярко выражен (3–4 балла).

Таким образом, первичное обследование позволило выявить количественный уровень распространения буллинга и определить группы риска среди учащихся начальной школы.

2.2 Программа внеурочной деятельности, направленная на превенцию буллинга младших школьников «Образ».

Агрессия сверстников, известная как «буллинг», представляет собой одну из ключевых угроз здоровью и благополучию учащихся в образовательных учреждениях. Распространенность этого явления стремительно возрастает, становясь причиной роста суицидального поведения, обострения конфликтных ситуаций и увеличения уровня насилия как в детском сообществе, так и в самой школе. Помимо этого, буллинг негативно сказывается на академической успеваемости, вызывая стойкие эмоциональные расстройства и неврозы у пострадавших, приводя к глубоким социальным и психологическим травмам.

Современная ситуация накладывает повышенные обязательства на образовательные учреждения по обеспечению качественной среды обучения, свободной от проявлений буллинга. Решение этой задачи направлено на сохранение психоэмоционального здоровья учащихся, обеспечение комфортных условий для интеллектуального и нравственного развития, а также создание условий для качественного образования и воспитания

В результате возникает повышенная востребованность мероприятий, направленных на развитие толерантности, навыков конструктивного общения и профилактики агрессивного поведения. Эффективность таких мероприятий гарантирует поддержание высокого уровня физического, психологического и социального здоровья воспитанников, что создает фундамент для успешной учебы и гармоничного личностного развития.

Цель программы: формирование у младших школьников культуры уважения, взаимопонимания и толерантности, способствующих

предупреждению буллинга и созданию благоприятного социально-психологического климата в школьном коллективе.

Задачи программы:

1. Повышение уровня осведомлённости детей о понятии буллинга, причинах его возникновения и последствиях для всех участников конфликта.
2. Развитие коммуникативных навыков и умения конструктивно разрешать конфликты.
3. Формирование эмоциональной устойчивости и способности распознавать агрессивные проявления поведения сверстников.
4. Воспитание чувства эмпатии и ответственности за поведение окружающих.
5. Создание условий для формирования позитивного отношения к одноклассникам и дружеских взаимоотношений.
6. Мониторинг эффективности проводимых мероприятий и регулярная оценка результатов воспитания доброжелательного взаимодействия учеников.

Разработанная программа внеурочной деятельности рассчитана на календарный год, включает занятий (1 занятие в неделю).

Форма проведения групповая. Продолжительность каждого занятия 45 минут.

Структура занятия: Приветствие, беседа, упражнения с элементами тренинга, рефлексия.

Таблица 2 - Тематический план внеурочной деятельности «Образ».

№	Тема занятия	Содержание занятий
1	Что такое дружба?	Упражнение «Знакомство» Упражнение «Синоним»

Продолжение таблицы 2

№	Тема занятия	Содержание занятий
2	Поговорим	Упражнение «Приветствие» Упражнение «Чем мы отличаемся друг от друга» - «Чем мы похожи друг на друга». Упражнение «Забота»
3	Я-личность	Упражнение «Я-это» Упражнение «Каракули» Упражнение «Мое имя ласково»
4	Волшебники добрых поступков.	Упражнение «Я -это ты» Упражнение «Коллективное» Упражнение «Подбери ассоциацию»
5	Интересная ситуация	Упражнение ««Театр ситуации»» Упражнение «Ярлыки» Упражнение «Стена впечатлений»
6	Тревога или спокойствие	Упражнение « Благодарность» Упражнение «Подарок» Упражнение «огонь-лед»
7	Злость или радость	Упражнение «Улыбка» Библиотерапия. Прием Сочинение Упражнение «Маркеры» Упражнения «На прощание»
8	Конфликт или мир	Упражнение «Молекулы» Упражнение «Мозговой штурм» Упражнение «Запретное число»
9	Единство	Упражнение «Хоровод» Упражнение ««Реакции взрослого»» Упражнение «Ладонка»
10	Откуда берется агрессия?	Упражнение ««Карта сигналов»» Упражнение «Вы меня узнаете» Упражнение «Дракон, самурай, принцесса»
11	Поднимемся вместе против зла.	Упражнение «Поезд» Упражнение «Копилка достижений» Упражнение «Зато Я»

Продолжение таблицы 2

№	Тема занятия	Содержание занятий
12	Учимся прощать и просить прощения.	Упражнение «Комплименты» Упражнение «Паутинка» Упражнение «Подари сердечко»
13	Начну с себя	Упражнение «Угадай кто» Упражнение «Объявление в газету» Упражнение « По кругу»
14	Ценность поддержки друзей.	Упражнение «Подари улыбку» Упражнение ««Письмо себе в трудный день»» Упражнение «Каким был этот день»
15	Внутри нас	Упражнение «Свеча» Упражнение «Мой внутренний мир» Упражнение «Подарок»
16	Я — уникальный!	Упражнение «Кто Я? Какой Я?» Упражнение «Звездочка» Упражнение «Джунгли»
17	Уверенный Я	Упражнение «Эхо» Упражнение «Горячий стул» Упражнение «Пожатие рук»
18	Выразив чувства	Упражнение «Нарисуй, злость» Упражнение «Чучело, прости меня» Упражнение «Автобусная остановка»
19	Сказочные герои и конфликты.	Упражнение «Енот» Упражнение «4 вопроса-4 рисунка» Упражнение «Радуга мнений»
20	Отстаивание себя	Упражнение«Неоконченные предложения» Упражнение «Откажись» Упражнение «Гадание на именах»
21	Мои-одноклассники	Упражнение «Волна» Упражнение «Интервью» Упражнение «График»
22	Мой класс	Упражнение « Слова» Упражнение «Эмоциональный телефон»

Продолжение таблицы 2

№	Тема занятия	Содержание занятий
23	Сотрудничество	Упражнение «Пальчики» Упражнение «Мне бы хотелось» Упражнение «Ящерицы»
24	«Буллинг — игра с печальным финалом»	Упражнение «Клубок» Упражнение ««Портрет миротворца» Упражнение «Дом»
25	Есть ли буллинг среди нас	Упражнение «Качество на букву» Упражнение «А вы обо мне не знали?» Упражнение «
26	Не отворачиваясь от правды	Упражнение ««Рецепт хорошего дня» Упражнение ««Хорошие и плохие поступки» Упражнение « Уникальная походка»
27	Найди выход	Упражнение «Делай раз» Упражнение «Средство выхода» Упражнение « Аплодисменты»
28	Вместе весело шагать	Упражнение «Хорошее событие» Упражнение «Мостик»
29	Я умею понимать другого	Упражнение «Все как один» Упражнение ««Необитаемый остров» Упражнение «
30	Действовать сообща	Упражнение «Найди пару» Упражнение ««Хочешь изменить мир – начни с себя» Упражнение «Отражение»
31	Взаимопомощь в классе	Упражнение « Построение» Упражнение «Мы в классе будем жить по-новому» Упражнение «Передай дальше»
32	Школьные трудности	Упражнение «Порадуй соседей» Упражнение «Школа зверей» Упражнение «Дважды два»

Окончание таблицы 2

№	Тема занятия	Содержание занятий
33	День принятия решений.	Упражнение «Помоги другу» Упражнение «Письмо в будущее» Упражнение «Впечатление»
34	Заключительное	Диагностика

Выводы по главе 2

Проведённое первичное обследование позволило объективно оценить масштабы распространения буллинга среди учащихся начальной школы и выделить группы повышенного риска. Представленные данные подтверждают наличие существенных признаков буллинга, выражающегося в открытой агрессии и явной виктимизации отдельных школьников, хотя общая ситуация пока находится в пределах нормы и не достигла критического уровня.

Диагностика позволила выявить индивидуальные особенности проявления буллинга среди учащихся начальной школы, описать структуру буллинг-взаимодействий и зафиксировать начальный уровень выраженности различных компонентов буллинга.

Полученные результаты подтверждают необходимость углублённого изучения буллинг-динамики и разработки адресных профилактических мероприятий.

Разработана и внедрена программа внеурочной деятельности, нацеленная на предупреждение буллинга. Эта программа включала серию уроков и интерактивных занятий, направленных на развитие навыков общения, эмпатии и умение противостоять агрессивному поведению

Это создаёт основу для оптимизации образовательного процесса, улучшает качество психологической поддержки учащихся и формирует здоровую социальную среду, способствующую полноценному развитию личности

ГЛАВА 3. АНАЛИЗ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ

3.1 Анализ результатов констатирующего этапа экспериментальной работы

Первичная диагностика проводилась с целью выявления распространенности и характера буллинга в данных классах.

Методика Норкиной основана на групповом тестировании и анализе социальных связей внутри класса. Она включает ряд заданий, направленных на изучение межличностных отношений и восприятия участниками группы себя и других членов коллектива.

Результатом применения метода становится построение структурированной модели, отображающей социальные связи и динамику внутри группы. Эта структура представлена графически и позволяет наглядно увидеть распределение ролей и уровни вовлеченности в процессы буллинга.

На рисунке 1 и 2 представлены результаты первичной диагностики по методике на выявление «Буллинг-структуры» (автор – Е.Г. Норкина) в экспериментальной и контрольной группе



Рисунок 1 – Результаты первичной диагностики в экспериментальной группе

Доли по категориям: наблюдатель — 8 (34,8%), защитник — 5 (21,7%), жертва — 4 (17,4%), инициатор — 3 (13,0%), помощник — 3 (13,0%).

Буллинг-структура 3Б класса (первичная диагностика)

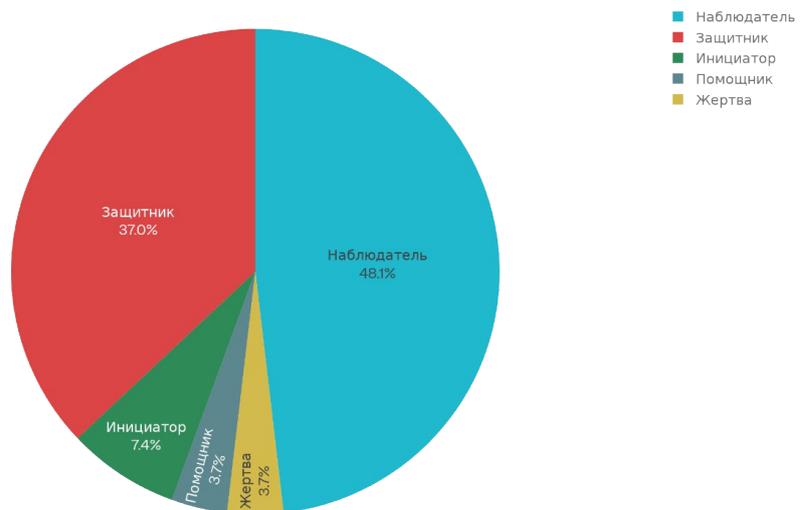


Рисунок 2 – Результаты первичной диагностики 3 «Б»

Доли по категориям: наблюдатель — 13 (48,2%), защитник — 10 (37,0%), инициатор — 2 (7,4%), помощник — 1 (3,7%), жертва — 1 (3,7%).

Проведённая диагностика показала, что наибольшая доля учащихся в экспериментальной группе (около 34 %) занимают позицию наблюдателей в ситуации буллинга. Это означает, что они остаются пассивными свидетелями происходящего, не предпринимая активных шагов ни для поддержки жертвы, ни для противодействия агрессору. Работа с данной группой должна включать мероприятия, направленные на формирование уверенности в себе и самостоятельности. Важно развивать способность высказываться и защищать собственную точку зрения, повышать личную ответственность за происходящее вокруг. В частности, полезным будет проведение дискуссий и обсуждений, стимулирующих осознание последствий пассивности и принятие решений в пользу защиты пострадавших.

Исследования показали, что группа учащихся, занимающая активную защитническую позицию в случаях буллинга, составляет примерно четверть всей выборки (21%). Исходя из проведенного анализа, важно подчеркнуть значимость включения защитников в программу профилактики буллинга. Их

активная позиция и готовность выступать посредниками между сторонами конфликта делают их незаменимым ресурсом для учителей и наставников. Необходимо создавать условия для усиления роли защитников, поддерживая их инициативы и укрепляя чувство личной ответственности за благополучие всего класса.

Анализируя результаты проведённой диагностики, мы выявили, что роль жертвы принимает примерно пятая часть исследованных учащихся (17% или 4 человека). Эта группа нуждается в особенном внимании и помощи взрослых. Важнейшие направления работы включают:

- поддержку и укрепление самооценки, обучение позитивному восприятию собственной личности,
- развитие навыков уверенного поведения и эффективной коммуникации,
- психолого-педагогическую работу по формированию положительного образа «я» и повышению статуса в глазах одноклассников.

Группа учащихся, выступающих инициаторами буллинга, составляет незначительную долю изучаемого контингента (13%, или 3 человека). Несмотря на малочисленность, данная категория заслуживает пристального внимания ввиду их ключевой роли в формировании и развитии буллинг-поведения. Данная группа обладает значительным влиянием на процесс формирования общественного мнения в классе. Поэтому важнейшей задачей является разработка специальных программ и методик, направленных на изменение установок и поведения инициаторов. Возможные направления работы включают:

1. Повышение уровня осознания последствий буллинга и его разрушительных эффектов.
2. Развитие эмпатии и чувств сопереживания другим людям.
3. Укрепление позитивных качеств, альтернативных агрессивному поведению.

Согласно нашим данным, группу помощников представляют 13% учащихся (3 человека). Проблематика, связанная с поведением помощников, подчеркивает необходимость работы по развитию эмпатии и укреплению позитивных социальных ценностей. Рекомендуется организовать специальные занятия и беседы, направленные на разъяснение недопустимости агрессивных реакций и формирование конструктивной модели поведения в коллективе. Особое внимание должно уделяться индивидуальным консультациям, помогающим скорректировать восприятие собственных возможностей и научиться эффективному общению с ровесниками.

Применение методики Норкиной дало интересные результаты относительно динамики развития буллинга в исследуемых классах. Основные наблюдения:

- выделены чёткие подгруппы младших школьников, выполняющих определённые роли: агрессоров, жертв и наблюдателей;
- обнаружено существование скрытого лидерства, оказывающего значительное влияние на возникновение конфликтов;
- определён высокий уровень социальной тревожности среди большинства испытуемых, что усиливает вероятность буллинга;

полученные данные предоставляют ценную информацию для дальнейших исследований и практических рекомендаций по превенции буллинга.

Проведённый анализ показал, что среди исследуемой группы учащихся наблюдаются отдельные признаки буллинга, исходящие исключительно от сверстников. Примечательно, что в нашем исследовании учащиеся не отмечали фактов буллинга со стороны учителей.

Различные типы буллинга требуют разного подхода к вмешательству и профилактике. Так, прямым активным буллингом целесообразно заниматься сразу после выявления факта, используя административные методы и образовательные мероприятия. Что касается косвенного активного буллинга, усилия должны быть сосредоточены на повышении уровня

информированности учащихся о негативных последствиях таких действий и улучшении качества мониторинга поведенческих паттернов.

1. Среднее значение показателей по активному буллингу составило 8% что свидетельствует о наличии эпизодических случаев инициирования агрессивного поведения среди опрошенных.

2. Средняя частота проявлений косвенного активного буллинга оказалась ниже (5%) и характеризуется редкими случаями сплетен или изоляции сверстника.

3. Показатели прямой виктимизации зафиксированы на уровне 18% демонстрируя присутствие частичных эпизодов физической или словесной атаки.

4. Частота косвенной виктимизации составила около 13% обозначив редкие инциденты непрямого воздействия на ученика.

Эти результаты подтверждают наличие достаточно выраженных признаков буллинга в обследованной группе учащихся, особенно в области активной агрессии и непосредственной жертвы, хотя общее состояние пока не достигает критической отметки. Таким образом, полученные данные позволяют сделать вывод о необходимости дальнейшего углубленного изучения и разработки эффективных профилактических мер.

На основе полученных данных была составлена программа, направленная на превенцию буллинга младших школьников (Приложение В).

Программа содержит описание методик и игр, целью которых является формирование и закрепление у подрастающего поколения духовности и общечеловеческих нравственных принципов.

Пособие предназначено для всех категорий педагогов, социальных работников, педагогов - организаторов, аниматоров, вожатых и т. д., работающих с учащимися начальной школы.

3.2 Анализ результатов контрольного этапа экспериментальной работы

По завершении цикла внеурочной деятельности нацеленной на профилактику буллинга, нами было проведено повторное исследование. Оно осуществлялось с использованием ранее апробированных методик:

- Методика «Буллинг-структура» (Е.Г. Норкина),
- Опросник «Буллинг» (Д. Олвеус).

Сравнение результатов первичной и повторной диагностики показало значительные положительные сдвиги в восприятии и поведении младших школьников.

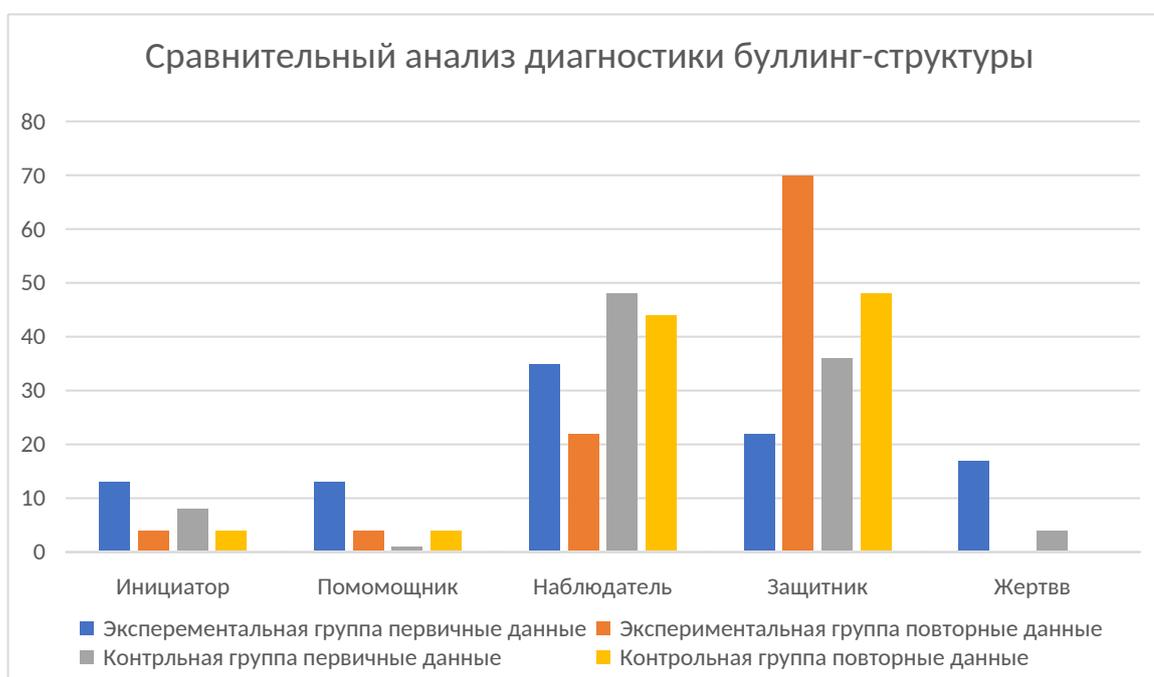


Рисунок 3 – Сравнительный анализ буллинг-структуры

Проведённое сравнение результатов первичной и повторной диагностики буллинг-структуры выявило существенные изменения в распределении ролей среди подростков. Основные выводы:

Значительный рост числа защитников: После реализации программы количество учащихся, стремящихся защитить пострадавших, увеличилось практически втрое (с 5 до 16 человек). Это свидетельствует о росте солидарности и готовности помогать попавшим в сложную ситуацию.

Снижение количества жертв: Количественное уменьшение числа детей, находящихся в положении жертвы, подтверждает эффективность реализованного курса занятий. Дети начали чувствовать себя увереннее и смогли преодолеть страхи перед агрессорами.

Резкое сокращение числа инициаторов: Уже после первой диагностики эта группа имела небольшие размеры, а после завершения программы сократилась ещё больше (до 1 человека). Такое изменение обусловлено развитием новых социальных компетенций и увеличением чувствительности к чувствам других.

Редукция числа наблюдателей: Если изначально треть группы оставалась пассивным свидетелем буллинга, то после прохождения курса их количество снизилось до 22%. Это говорит о том, что младшие школьники начали воспринимать борьбу с буллингом как свою обязанность.

Минимизация роли помощников: Раньше данную роль исполняли трое, после программы остался лишь один представитель. Вероятно, это связано с изменением установки на солидарность и неподдержку актов агрессии.

Таким образом, представленные данные убедительно свидетельствуют о положительных изменениях в буллинг-структуре исследуемого класса. Эти изменения обусловлены успешным проведением серии занятий и упражнений, формирующих новые модели поведения и отношение к насилию. Увеличилось количество диалогов между учащимися на перемене, свидетельствующее о растущем доверии и желании поддерживать контакты. Вместо привычного равнодушия или ухода от проблем ученики начали вмешиваться в мелкие столкновения, пытаясь примирить стороны. Это свидетельствует о выработанном чувстве гражданской ответственности и стремлении к сохранению спокойствия в классе.

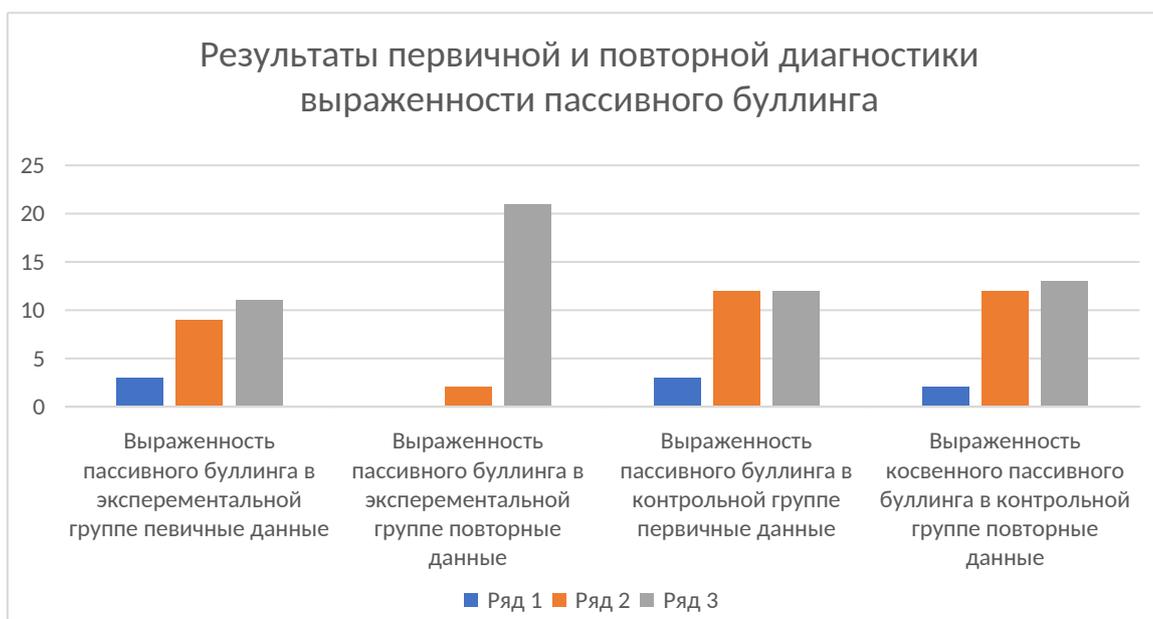
На рисунке 4 представлены результаты первичной и повторной диагностики проявлений прямого активного буллинга в группе по опроснику «Буллинг» (автор – Д. Олвеус).



Рисунок 4 – Результаты первичной и повторной диагностики проявления активного буллинга

Изначально ярко выраженными показателями обладало 8% учащихся, после проведения профилактических мероприятий таких проявлений обнаружено не было. Это свидетельствует о существенном прогрессе в устранении наиболее острых форм агрессии. Оставшиеся 13% учащихся сохранили умеренный уровень агрессии, однако даже этот показатель улучшился качественно, поскольку прежние ярко выраженные участники переместились в данную категорию. Подавляющее большинство младших школьников (79 %) оказались отнесены к категории с минимальным уровнем агрессии, что подтверждает успехи проведенных мероприятий.

Проведённая вторичная диагностика выявила заметные позитивные изменения в структуре косвенного активного буллинга среди младших школьников. Основные выводы основаны на следующем сравнении результатов:



**Рисунок 5 – Результаты первичной и повторной диагностики
выраженности пассивного буллинга**

Первоначально 17 % относились к группе с ярко выраженным показателем косвенного буллинга, после проведения программы таких проявлений не отмечено вовсе. Это отражает эффективное устранение наиболее серьезных форм косвенного прессинга.

Начальная численность группы с умеренным уровнем косвенного буллинга составляла 17% (4 человека), к моменту повторной диагностики она сократилась до 4% (1 человек). Такая динамика указывает на стабильность положительных изменений.

Почти все респонденты (95%) перешли в категорию со слабо выраженным признаком буллинга, что обеспечивает оптимальные условия для нормального сосуществования в коллективе.

Полностью исчезли такие формы проявления буллинга, как бойкоты, создание коалиций и игнорирование отдельных членов группы. Этому способствует усиление навыков эмпатии и повышение социальной компетенции младших школьников.

Первоначальные измерения фиксировали наличие слабой прямой виктимизации у части учащихся, тогда как после программы большая часть 92% показали минимальный уровень выраженности признака. Это

свидетельствует о полном искоренении явных форм угнетения среди учащихся. Класс стал более безопасным местом для каждого ученика, отсутствует опасность подвергнуться серьезным актам агрессии или дискриминации. Общая атмосфера стала более комфортной и дружелюбной.

Выводы по главе 3

Таким образом, проделанные мероприятия привели к радикальному изменению картины пассивного буллинга, создав предпосылки для гармоничного и продуктивного сосуществования младших школьников в классе. В дальнейшем необходимо закрепить достигнутые результаты и предпринять шаги по полной ликвидации даже минимальных проявлений виктимизации

Проведённые мероприятия позволили достичь значительных успехов в сокращении уровня косвенного буллинга. Вместе с тем сохраняются минимальные проявления средней тяжести, что требует дальнейшего мониторинга и проработки отдельных случаев. В целом наблюдается устойчивая позитивная динамика, подтверждающая правильность избранного пути превенции буллинга.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исследование осведомлённости младших школьников относительно феномена буллинга и выявление характерных позиций участников буллинговых процессов было проведено на выборке из 50 учащегося третьих общеобразовательной школы г. Челябинска. Анализ полученных данных позволил сформулировать ряд частных выводов, значимых для дальнейшего научного осмысления проблемы буллинга среди обучающихся начальной ступени образования.

Анализ результатов показал, что около половины респондентов указали на опыт переживания виктимизации в школьной среде. Исследуя структуру ролей, занимаемых участниками буллинг-процессов, установлено следующее распределение: в третьем классе где проводился курс внеурочной деятельности наиболее часто фиксируется позиция защитника, тогда как позиция помощника представлена минимально; в другом же третьем классе преобладающей становится роль инициатора актов буллинга, в то время как позиция помощника остаётся практически не востребованной.

Полученные данные свидетельствуют о необходимости комплексного педагогического вмешательства, направленного на снижение частоты проявлений буллинга путём реализации специально разработанных программ профилактики. Подобные программы призваны создавать благоприятные условия для укрепления социально-психологического климата в школьных группах, стимулирования продуктивных коммуникаций и предупреждения деструктивного поведения среди несовершеннолетних учащихся.

В ходе подготовки магистерской диссертации было выполнено научное исследование на тему: «Профилактика буллинга у младших школьников во внеурочной деятельности».

Актуальность изучения проблемы насилия в образовательной среде обусловлена отсутствием унифицированных профилактических мероприятий

и комплексной программы превенции буллинга в современных психологических исследованиях.

Буллинг представляет собой устойчивое явление, характеризующееся формированием ролевых позиций участников («жертва», «агрессор», «наблюдатель»), каждая из которых оказывает негативное воздействие на личностное развитие ребенка. Проведение соответствующих профилактических и коррекционных мер способствует предотвращению проявлений агрессии и улучшению социально-психологического климата внутри классного коллектива.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Александров, И. А. Психология агрессии и профилактики буллинга / И. А. Александров // Научный вестник МГСУ. – 2023. – № 3. – С. 112–123.
2. Алексеева, И. М., Андреева, Т. А. Социально-психологические аспекты буллинга в начальной школе / И. М. Алексеева, Т. А. Андреева. – Москва : Просвещение, 2022. – 240 с.
3. Артёмова, Н. В. Практика профилактики буллинга у младших школьников / Н. В. Артёмова [и др.] // Педагогика XXI века : сборник статей Всероссийской научно-практической конференции. – Екатеринбург, 2023. – С. 143–151.
4. Байкальцева, О. Ю. Буллинг и агрессия в современной школе / О. Ю. Байкальцева. – Санкт-Петербург : Изд-во СПбГУ, 2021. – 180 с.
5. Богдановская, И. А. Буллинг в школе: современные технологии профилактики / И. А. Богдановская [и др.]. – Москва : Академия, 2023. – 320 с.
6. Богомолов, А. Е. Проблема буллинга в современном образовательном пространстве / А. Е. Богомолов // Вестник Московского университета. – 2022. – № 2. – С. 45–56.
7. Василевский, В. А. Межличностные взаимоотношения и буллинг в начальной школе / В. А. Василевский. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2022. – 280 с.
8. Виноградова, А. С. Профилактика буллинга средствами внеурочной деятельности / А. С. Виноградова. – Уфа : Башкирский государственный университет, 2021. – 190 с.
9. Волчков, А. В. Исследование особенностей буллинга в младшем школьном возрасте / А. В. Волчков // Социальная педагогика. – 2023. – № 4. – С. 67–78.
10. Гаврилова, И. Н. Современные подходы к профилактике буллинга / И. Н. Гаврилова. – Иркутск : ИрГТУ, 2022. – 250 с.

11. Горшкова, Е. Н. Причины и следствия буллинга в школе / Е. Н. Горшкова. – Саратов : Издательство Саратовского государственного университета, 2021. – 210 с.
12. Григорьева, Л. В. Методы профилактики буллинга в образовательной среде / Л. В. Григорьева. – Ярославль : ЯГПУ, 2022. – 170 с.
13. Гусарова, А. А. Буллинг и возрастные особенности младших школьников / А. А. Гусарова. – Воронеж : ИП Кирсанов, 2023. – 200 с.
14. Демидова, Т. Н. Опыт работы по профилактике буллинга в начальной школе / Т. Н. Демидова. – Самара : Самарский государственный университет, 2022. – 230 с.
15. Доброхотова, Е. Ф. Психолого-педагогические основы профилактики буллинга / Е. Ф. Доброхотова. – Новосибирск : Сибирский федеральный университет, 2021. – 260 с.
16. Егоров, И. А. Детская психология и проблема буллинга / И. А. Егоров. – Пермь : Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, 2022. – 220 с.
17. Захаров, В. В. Комплексная профилактика буллинга в образовательных учреждениях / В. В. Захаров [и др.]. – Краснодар : Кубанский государственный университет, 2023. – 270 с.
18. Иванов, С. И. Использование игровых технологий в профилактике буллинга / С. И. Иванов. – Барнаул : Алтайский государственный университет, 2022. – 190 с.
19. Иванова, Н. Н. Эмпирическое исследование буллинга в младших классах / Н. Н. Иванова. – Тюмень : Тюменский государственный университет, 2021. – 230 с.
20. Казаринова, Е. А. Индивидуальные особенности младших школьников и их связь с буллингом / Е. А. Казаринова [и др.]. – Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2022. – 240 с.

21. Калашникова, Т. Н. Актуальные проблемы профилактики буллинга / Т. Н. Калашникова. – Курск : Юго-Западный государственный университет, 2023. – 210 с.
22. Каргина, В. А. Профилактика буллинга средствами внеурочной деятельности / В. А. Каргина. – Белгород : БелГУ, 2022. – 260 с.
23. Ковалёва, И. В. Проблемы буллинга в дошкольном и начальном звене / И. В. Ковалёва. – Владивосток : Дальневосточный федеральный университет, 2021. – 200 с.
24. Краснова, О. А. Возрастные особенности проявления буллинга / О. А. Краснова. – Волгоград : ВолгГМУ, 2022. – 220 с.
25. Лапшина, Н. А. Игровая терапия как средство профилактики буллинга / Н. А. Лапшина. – Томск : Томский государственный университет, 2023. – 250 с.
26. Леонова, Е. С. Диагностика и профилактика буллинга в образовательной среде / Е. С. Леонова. – Омск : Омский государственный технический университет, 2022. – 240 с.
27. Лисицина, О. А. Психологические аспекты буллинга в младшем школьном возрасте / О. А. Лисицина. – Пенза : Пензенский государственный университет, 2021. – 200 с.
28. Михайлова, И. А. Методы диагностики и профилактики буллинга / И. А. Михайлова. – Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2022. – 230 с.
29. Назарова, И. А. Предупреждение буллинга среди младших школьников / И. А. Назарова. – Нижний Новгород : Нижегородский государственный университет имени Н. И. Лобачевского, 2023. – 260 с.
30. Никитина, Е. А. Буллинг в начальной школе: теоретические и прикладные аспекты / Е. А. Никитина. – Архангельск : Северный Арктический федеральный университет, 2021. – 210 с.
31. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.10.2024 № 704 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства

просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования» (зарегистрирован 11.02.2025 № 81220; опубликован 12.02.2025). – URL: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202502120007> (дата обращения: 30.01.2026).

32. Панфилова, А. Н. Дифференцированный подход к профилактике буллинга / А. Н. Панфилова [и др.]. – Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2022. – 270 с.

33. Петров, А. А. Технология диагностики и профилактики буллинга / А. А. Петров. – Хабаровск : Тихоокеанский государственный университет, 2023. – 250 с.

34. Прокопьев, В. В. Экспериментальные исследования буллинга в школе / В. В. Прокопьев. – Ульяновск : Ульяновский государственный университет, 2022. – 220 с.

35. Романова, И. А. Социально-психологические факторы буллинга / И. А. Романова. – Кемерово : КемГУ, 2021. – 230 с.

36. Рубинштейн, С. А. Профилактика буллинга методами арт-терапии / С. А. Рубинштейн. – Тверь : Тверской государственный университет, 2022. – 240 с.

37. Сергеева, А. И. Применение метода театральной терапии в профилактике буллинга / А. И. Сергеева. – Тамбов : Тамбовский государственный университет, 2023. – 260 с.

38. Соловьёв, В. В. Типология буллинга и её профилактика / В. В. Соловьёв [и др.]. – Петрозаводск : ПетрГУ, 2022. – 250 с.

39. Сорокин, В. А. Авторитет учителя и профилактика буллинга / В. А. Сорокин. – Магадан : Северо-Восточный государственный университет, 2021. – 210 с.

40. Степанова, Е. А. Влияние семьи на проявления буллинга / Е. А. Степанова. – Саранск : Мордовский государственный университет, 2023. – 270 с.
41. Терёхина, И. Н. Новые подходы к диагностике и профилактике буллинга / И. Н. Терёхина. – Калининград : Балтийский федеральный университет, 2021. – 220 с.
42. Турова, Е. А. Пути профилактики буллинга в образовательной среде / Е. А. Турова. – Мурманск : Мурманский арктический государственный университет, 2022. – 230 с.
43. Устинова, Л. А. Профессиональные компетенции педагога в профилактике буллинга / Л. А. Устинова. – Ижевск : Удмуртский государственный университет, 2023. – 240 с.
44. Федорова, М. А. Международные стандарты профилактики буллинга / М. А. Федорова. – Сочи : Российский университет дружбы народов, 2021. – 250 с.
45. Филатова, А. Н. Современные технологии профилактики буллинга / А. Н. Филатова. – Якутск : Северо-Восточный федеральный университет, 2022. – 260 с.
46. Холодова, Н. А. Анализ и интерпретация результатов экспериментальной работы по профилактике буллинга / Н. А. Холодова. – Махачкала : Дагестанский государственный университет, 2023. – 270 с.
47. Чугунова, О. А. Влияние цифровой среды на проявления буллинга / О. А. Чугунова [и др.]. – Брянск : Брянский государственный университет, 2021. – 220 с.
48. Щербаков, И. В. История исследования буллинга в отечественной науке / И. В. Щербаков. – Липецк : Липецкий государственный педагогический университет, 2022. – 230 с.
49. Юрченко, Н. В. Стратегии работы с семьей в профилактике буллинга / Н. В. Юрченко. – Киров : Вятский государственный университет, 2023. – 240 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Методика на выявление «буллинг-структуры» (норкина е.г.)

Цель: определение ролей и позиций, занимаемых в буллинге. Данный тест состоит из 25 вопросов, три из которых позволяют узнать о наличии насилия в классе, как со стороны учеников, так и педагогов.

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 происходят акты насилия (обзывания, насмешки, обидные жесты или действия):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 педагоги 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.

Таблица 3 – Шкала баллов

№	Инициатор	Помощник	Защитник	Жертва	Наблюдатель
1	А	Б	А	Б	Г
2	Г	А	Б	В	Б
3	Г	Г	Б	А	В
4	В	Г	В	Б	В
5	В	Б	А	А	Г
6	А	Б	Г	Г	Г
7	Б	В	Б	А	В
8	Г	В	Б	Г	А
9	Б	В	А	В	Г
10	Б	Г	Б	В	А
11	А	В	А	Б	Б
12	А	Г	В	В	Б
13					
14	Б	Б	В	Г	А
15	Г	А	Б	В	Г
16	Б	В	А	Г	В
17					
18	Б	В	Г	А	Б
19	Б	А	Б	Г	В
20					
21	А	Б	А	Г	В
22	Г	А	В	В	Г
23	А	В	Б	Г	А
24	В	А	Б	Г	Б
25	В	Г	Б	В	А

За каждый совпавший ответ по отдельной шкале начисляется по баллу.

Шкала баллов представлена в таблице 3. Ответы на вопросы 13, 17 и 20 позволяет узнать о наличии насилия в классе, как со стороны учеников, так и педагогов. Таким образом, данная методика дает возможность педагогу социальному или педагогу-психологу определить «буллинг-структуру» в классе, для дальнейшей работы по профилактике школьного буллинга.

Опросник Д. Олвеуса «Буллинг»

Цель: Выявление распространенности и специфики буллинга в образовательной среде.

Описание: Измеряет два отдельных аспекта: проявления буллинга и подверженность ему.

Прямой активный буллинг – проявления физической (умышленные толчки, удары, пинки, побои, нанесение иных телесных повреждений, кража

или порча вещей, обидные жесты) и вербальной (оскорбления, угрозы, запугивание) агрессии;

Косвенный активный буллинг – проявления изоляции (социальной депривации): сплетни, заговоры, бойкоты, игнорирование просьб;

Прямой пассивный буллинг (виктимизация) – подверженность физической и вербальной агрессии;

Косвенная виктимизация (косвенный пассивный буллинг) – подверженность социальной депривации.

Предлагались варианты ответа, за которые потом присваивались баллы:

- никогда не было – 0 баллов;
- было раз или два – 1 балл;
- бывает иногда – 2 балла;
- бывает раз в неделю – 3 балла;
- бывает несколько раз в неделю – 4 балла.

Ключ к опроснику:

- активный буллинг (проявление агрессии):
1, 3, 5, 6 – прямой буллинг, а 2 и 4 – косвенный буллинг;
- для выявления виктимизации (пассивный буллинг, т.е. подверженность агрессии): 7, 10, 11, 13 – прямая виктимизация, а 8, 9, 12 – косвенная виктимизация

Обработка результата:

Полученные баллы группируются в соответствии с ключом и подсчитывается количество баллов по каждой шкале. Сумма баллов делится на количество вопросов в данной шкале.

Показатель выраженности проявлений активного и пассивного буллинга колеблется в диапазоне от 0 до 4:

- 0 - 1 балл – показатель слабо выражен;
- более 1 балла- менее 3 баллов – умеренно выражен (эпизодически);
- 3 - 4 балла – ярко выражен (регулярно, систематически)

Инструкция: Внимательно прочитайте утверждения, выберите вариант ответа и отметьте его любым знаком:

Таблица 4 – Тестовый шаблон

	Никогда не было	Было раз или два	Бывает иногда	Бывает раз в неделю	Бывает несколько раз в неделю
1. я кого-то обозвал					
2. я с кем-то специально не разговаривал					
3. я нанес кому-то физический вред, например, толкнул или ударил					
4. я распространял о ком-то сплетни.					
5. я угрожал					
6. я украл или испортил чьи-то вещи					
7. меня обзывали					
8. обо мне распространяли сплетни					

Продолжение таблицы 4

	Никогда не было	Было раз или два	Бывает иногда	Бывает раз в неделю	Бывает несколько раз в неделю
9. никто не хочет сидеть со мной или проводить свободное время					
9. никто не хочет сидеть со мной или проводить свободное время					
10. у меня украли вещи					
11. мне нанесли физический вред (ударили, толкнули)					
12. никто не говорит со мной					
13. мне угрожали					

Результаты первичной диагностики буллинга

Таблица 5 – Результаты первичной диагностики буллинг-структуры 3А класса по методике на выявление «Буллинг-структуры»

Испытуемый	Количество совпавших баллов	Буллинг-структура
1	6	Инициатор
2	12	Наблюдатель
3	6	Жертва
4	11	Наблюдатель
5	7	Наблюдатель
6	9	Защитник
7	9	Наблюдатель
8	8	Инициатор
9	14	Жертва
10	14	Защитник
11	12	Наблюдатель
12	13	Защитник
13	6	Наблюдатель
14	9	Помощник
15	8	Помощник
16	6	Жертва
17	10	Инициатор
18	11	Жертва
19	10	Защитник
20	12	Защитник
21	8	Помощник
22	12	Наблюдатель
23	12	Наблюдатель

Таблица 6 – Результаты первичной диагностики буллинг-структуры 3 Б класса по методике на выявление «Буллинг-структуры»

Испытуемый	Количество совпавших баллов	Буллинг-структура
1	11	Наблюдатель

Продолжение таблицы 6

Испытуемый	Количество совпавших баллов	Буллинг-структура
2	8	Инициатор
3	12	Наблюдатель
4	12	Наблюдатель
5	7	Наблюдатель
6	15	Защитник
7	8	Наблюдатель
8	10	Наблюдатель
9	9	Инициатор
10	9	Защитник
11	11	Защитник
12	13	Защитник
13	8	Наблюдатель
14	10	Защитник
15	11	Наблюдатель
16	14	Защитник
17	13	Наблюдатель
18	15	Защитник
19	8	Наблюдатель
20	7	Наблюдатель
21	13	Защитник
22	10	Помощник
23	8	Жертва
24	9	Наблюдатель
25	7	Наблюдатель
26	14	Защитник
27	8	Защитник

Таблица 7 - Результаты первичной диагностики в 3А классе по опроснику «Буллинг» (автор – Д. Олвеус)

Испытуемый	Выраженность прямого активного буллинга	Выраженность косвенного активного буллинга	Выраженность Прямого пассивного буллинга	Выраженность Косвенного пассивного буллинга
1	Яркая	Умеренная	Яркая	Слабая
2	Слабая	Слабая	Слабая	Умеренная
3	Слабая	Слабая	Слабая	Умеренная
4	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
5	Слабая	Слабая	Слабая	Умеренная
6	Умеренная	Умеренная	Слабая	Слабая
7	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
8	Слабая	Слабая	Яркая	Яркая
9	Слабая	Умеренная	Слабая	Слабая
10	Умеренная	Умеренная	Слабая	Умеренная
11	Слабая	Слабая	Умеренная	Умеренная
12	Слабая	Умеренная	Яркая	Умеренная
13	Слабая	Умеренная	Слабая	Яркая
14	Умеренная	Слабая	Слабая	Умеренная
15	Слабая	Слабая	Умеренная	Умеренная
16	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
17	Яркая	Яркая	Слабая	Яркая
18	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
19	Умеренная	Умеренная	Слабая	Слабая
20	Слабая	Умеренная	Умеренная	Слабая
21	Слабая	Умеренная	Яркая	Слабая
22	Умеренная	Слабая	Слабая	Слабая
23	Слабая	Слабая	Умеренная	Умеренная

Таблица 8 - Результаты первичной диагностики в 3Б классе по опроснику «Буллинг» (автор – Д. Олвеус)

Испытуемый	Выраженность прямого активного буллинга	Выраженность косвенного активного буллинга	Выраженность Прямого пассивного буллинга	Выраженность Косвенного пассивного буллинга
1	Умеренная	Слабая	Умеренная	Умеренная
2	Умеренная	Умеренная	Умеренная	Яркая
3	Слабая	Умеренная	Слабая	Слабая
4	Яркая	Умеренная	Умеренная	Умеренная
5	Слабая	Слабая	Яркая	Умеренная
6	Слабая	Яркая	Слабая	Умеренная
7	Слабая	Слабая	Умеренная	Слабая
8	Слабая	Слабая	Умеренная	Умеренная
9	Слабая	Слабая	Умеренная	Яркая
10	Умеренная	Слабая	Слабая	Слабая
11	Слабая	Слабая	Умеренная	Умеренная
12	Умеренная	Умеренная	Умеренная	Слабая
13	Умеренная	Слабая	Слабая	Умеренная
14	Яркая	Умеренная	Слабая	Умеренная
15	Слабая	Умеренная	Умеренная	Слабая
16	Умеренная	Умеренная	Умеренная	Яркая
17	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
18	Умеренная	Яркая	Слабая	Слабая
19	Умеренная	Слабая	Умеренная	Слабая
20	Яркая	Слабая	Слабая	Слабая
21	Слабая	Слабая	Умеренная	Слабая
22	Умеренная	Слабая	Умеренная	Умеренная
23	Слабая	Слабая	Яркая	Умеренная
24	Умеренная	Умеренная	Слабая	Умеренная
25	Умеренная	Умеренная	Умеренная	Слабая
26	Умеренная	Умеренная	Слабая	Слабая
27	Слабая	Слабая	Умеренная	Умеренная

Рабочая программа курса внеурочной деятельности(id 9786871) образ

Для обучающихся 3 классов

Пояснительная записка

Общая характеристика курса внеурочной деятельности "образ"

Программа внеурочной деятельности, направленная на превенцию буллинга младших школьников «Образ»

Агрессия сверстников, известная как «буллинг», представляет собой одну из ключевых угроз здоровью и благополучию учащихся в образовательных учреждениях. Распространенность этого явления стремительно возрастает, становясь причиной роста суицидального поведения, обострения конфликтных ситуаций и увеличения уровня насилия как в детском сообществе, так и в самой школе. Помимо этого, буллинг негативно сказывается на академической успеваемости, вызывая стойкие эмоциональные расстройства и неврозы у пострадавших, приводя к глубоким социальным и психологическим травмам.

Современная ситуация накладывает повышенные обязательства на образовательные учреждения по обеспечению качественной среды обучения, свободной от проявлений буллинга. Решение этой задачи направлено на сохранение психоэмоционального здоровья учащихся, обеспечение комфортных условий для интеллектуального и нравственного развития, а также создание условий для качественного образования и воспитания

В результате возникает повышенная востребованность мероприятий, направленных на развитие толерантности, навыков конструктивного общения и профилактики агрессивного поведения. Эффективность таких мероприятий гарантирует поддержание высокого уровня физического, психологического и социального здоровья воспитанников, что создает фундамент для успешной учебы и гармоничного личностного развития.

Цели изучения курса внеурочной деятельности "образ"

Цель программы : Формирование у младших школьников культуры уважения, взаимопонимания и толерантности, способствующих предупреждению буллинга и созданию благоприятного социально-психологического климата в школьном коллективе.

Задачи программы:

1. Повышение уровня осведомлённости детей о понятии буллинга, причинах его возникновения и последствиях для всех участников конфликта.
2. Развитие коммуникативных навыков и умения конструктивно разрешать конфликты.
3. Формирование эмоциональной устойчивости и способности распознавать агрессивные проявления поведения сверстников.
4. Воспитание чувства эмпатии и ответственности за поведение окружающих.
5. Создание условий для формирования позитивного отношения к одноклассникам и дружеских взаимоотношений.
6. Мониторинг эффективности проводимых мероприятий и регулярная оценка результатов воспитания доброжелательного взаимодействия учеников.

Место курса внеурочной деятельности в образовательной программе

Программа рассчитана на 34 (тридцать четыре) академических часа в течение одного учебного года. Программа реализуется в виде курса внеурочной деятельности и предназначена для проведения занятий с обучающимися 3-х классов.

Формы проведения занятий курса внеурочной деятельности.

Форма проведения групповая. Продолжительность каждого занятия 45 минут.

Структура занятия: Приветствие, основное содержание занятия, Рефлексия.

Вводная часть включает в себя ритуал приветствия, установление контакта с аудиторией, введение обучающихся в тему занятия. Реализуется

в форме подводящего или побуждающего диалога, или проведения какого-либо упражнения.

Основная часть занятия предполагает освещение вопросов буллинга как явления, его проявлений, последствий, наводит обучающихся на рассуждения по данной теме. Каждое занятие по-новому раскрывает проблему буллинга, способствуя повышению осведомленности обучающихся, формированию негативного отношения к явлению буллинга, желанию искоренить его. Включает в себя упражнения на сплочение коллектива, расширение способов конструктивного взаимодействия младших школьников в конфликтных ситуациях, коммуникативной культуры класса. А также упражнения, направленные на профилактику агрессивного поведения, развитие ценностного отношения друг к другу, развитие способности понимать и принимать особенности других, развитие эмпатии, развитие позитивного восприятия себя и окружающих. Заключительная часть занятия – рефлексивная. Реализуется в форме выполнения какого-либо упражнения, либо вербальной рефлексии. Рефлексия направлена на осмысление настоящего занятия и формирование положительного настроения на момент его завершения.

Особенности работы педагога по программе. На каждом этапе своей работы школьник вправе рассчитывать на помощь педагога. А педагог должен быть готов такую помощь оказать. Делать это нужно крайне деликатно: не подменяя своим трудом труд ребенка, не лишая его самостоятельности, не гонясь за результатом ради результата. Данный курс носит практико-ориентированный и личностноориентированный характер. Обсуждение большинства тем с обучающимися ведется на основе их личного опыта, их особенностей. Педагогу очень важно учитывать личностные особенности, внимательно относиться к индивидуальности каждого обучающегося. В том случае, если возникает риск психологической травматизации, конфликта, неготовности обучающегося к рефлексии следует изменить подход к обсуждению темы, сделать его более абстрактным и не

оказывать давления на обучающегося. То же самое в полной мере относится ко всем практическим упражнениям, используемым в курсе.

Планируемые образовательные результаты

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижений младшими школьниками, следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

Личностные результаты

~ Готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; неприятие любых форм экстремизма и дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи

~ Осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к исследованию истории и культуры Российской Федерации, своего края, народов России

~ Ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора, возникающих в процессе реализации проектов или исследований; осознание важности морально-этических принципов в деятельности исследователя; готовность оценивать свое поведение и поступки (и поступки других) с позиции нравственных и правовых норм с учетом последствий; свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства

~ Формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия: умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других; умение управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии; признание своего права на ошибку и такого же права другого человека

~ Освоение социального опыта и основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста; освоение норм и правил общественного поведения и форм социальной жизни в группах и сообществах (включая семью и группы, сформированные по профессиональной деятельности), а также в рамках взаимодействия с людьми из другой культурной среды

~ Способность к формированию новых знаний: умение формулировать свои идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях (в том числе ранее не известных); осознание дефицитов собственных знаний и компетентностей; планирование своего развития; умение оценивать свои действия с учетом влияния на окружающую среду

Метапредметные результаты

В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:

~ Выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений); устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии анализа

~ Выявлять дефициты информации (данных), необходимых для решения поставленной задачи

~ Выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов

~ Делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии; формулировать гипотезы о взаимосвязях

~ Самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи; формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации/объекта; аргументировать свою позицию и мнение

~ Прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов и событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях; выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах

~ В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:

~ Воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения

~ Выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах

~ Распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков

~ Знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты; вести переговоры

~ Понимать намерения других; проявлять уважительное отношение к собеседнику; корректно формулировать возражения

~ В ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения

~ Сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога; обнаруживать различие и сходство позиций

~ В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями и совместной деятельностью:

~ Понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы; обосновывать необходимость групповых форм взаимодействия

~ Принимать цель совместной деятельности и коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат

~ Обобщать мнения нескольких людей; проявлять готовность руководить, выполнять поручения и подчиняться

~ Планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей участников), распределять задачи между членами команды

~ Участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, «мозговые штурмы» и др.)

~ Выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать действия с другими членами команды

~ Оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия

~ Сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды; разделять сферу ответственности; быть готовым к предоставлению отчета перед группой

~ Выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях; делать выбор и брать ответственность за решение

~ Владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии

~ Давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения

~ Учитывать контекст и предвидеть трудности при решении учебной задачи; адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам

~ Объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности; оценивать приобретенный опыт; находить позитивное в произошедшей ситуации

~ Вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок и возникших трудностей

~ Оценивать соответствие результата цели и условиям

~ Различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других; выявлять и анализировать причины эмоций

~ Ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого; регулировать способ выражения эмоций

~ Осознанно относиться к другому человеку и его мнению; признавать свое право на ошибку и такое же право другого

- Принимать себя и других, не осуждая

Предметные результаты

~ Извлечение информации из различных источников, ее осмысление и оперирование ею; свободное пользование лингвистическими словарями и справочной литературой, в том числе информационно-справочными системами в электронной форме

~ Осуществление выбора языковых средств для создания устного или письменного высказывания в соответствии с коммуникативным замыслом

~ Обогащение словарного запаса, расширение объема используемых в речи грамматических языковых средств для свободного выражения мыслей и чувств в соответствии с ситуацией и сферой общения; осознанное расширение речевой практики

~ Владение основными нормами современного русского литературного языка

~ Освоение и применение системы знаний о социальных свойствах человека и особенностях взаимодействия людей; о характерных чертах общества; о содержании и значении социальных норм, регулирующих общественные отношения (включая правовые нормы)

~ Умение классифицировать по разным признакам социальные объекты, явления, процессы, относящиеся к сферам общественной жизни; выделять их существенные признаки, элементы и основные функции

~ Умение сравнивать деятельность людей и социальные объекты/явления/процессы в различных сферах общественной жизни (в том числе устанавливать основания для сравнения); сравнивать их элементы и основные функции

~ Умение устанавливать и объяснять взаимосвязи социальных объектов, явлений и процессов в различных сферах общественной жизни, их элементов и основных функций (включая взаимодействия общества и природы, человека и общества, сфер общественной жизни, гражданина и государства)

~ Умение анализировать, обобщать, систематизировать, конкретизировать и критически оценивать социальную информацию (включая экономико-статистическую) из адаптированных источников и публикаций СМИ; соотносить ее с собственными знаниями о моральном и правовом регулировании поведения человека и личным социальным опытом

~ Умение формулировать выводы, подкрепляя их аргументами

~ Приобретение опыта использования полученных знаний в практической проектной деятельности

3 КЛАСС

Таблица 9 – Поурочное планирование

п/п	№ Наименование разделов и тем программы	Количес- тво часов	Основное содержание
1	Что такое дружба?	1	Создание благоприятного психологического климата. Установление контакта с детьми, выявление уровня сплоченности группы. Упражнение «Приветствие». Типы приветствий. Варианты рукопожатий. Необычное приветствие в парах. Упражнение «Знакомство». Знакомство в группе по кругу. Рассказы детей о себе. Обсуждение результатов упражнения. Введение правил. Правило добровольности. Правило конфиденциальности. Правило уважения друг к другу. Примеры правил. Обсуждение правил. Беседа о буллинге. Упражнение «Синоним». Традиции группы. Ритуал завершения занятия.

			Подведение итогов занятия.
2	Поговори м	1	Повтор правил поведения в группе. Упражнение «Приветствие»Беседа. Познакомить детей с понятием буллинг. Закрепление умения отличать буллинг от конфликта.Профилактика.Упражнение «Чем мы отличаемся друг от друга» - «Чем мы похожи друг на друга». Обсуждение результатов упражнения Упражнение «Забота» Ритуал завершения занятия. Подведение итогов занятия.
3	Я- личность	1	Побуждение исследования собственной личности, своего эмоционального состояния, развитие творческого воображения. Положительные качества. Упражнение «Я-это» Упражнение «Каракули»Обсуждение результатов упражнения.Упражнение «Мое имя ласково»Подведение итогов занятия.
4	Волшебники добрых поступков.	1	Развитие уверенности себе. Упражнение «Я -это ты» Упражнение «Коллективное» Упражнение «Подбери ассоциацию» Подведение итогов занятия.
5	Интересная ситуация.	1	Развитие навыков выхода из неблагоприятных ситуаций. Упражнение ««Театр ситуации». Упражнение «Ярлыки» .Упражнение «Стена впечатлений»Подведение итогов занятия.

6	Тревога или спокойствие.	1	<p>Понятия поведения, мыслей, эмоций и различий в их выражении; выражение своих чувств и эмоций (вербально и невербально); распознавание чувств других людей. Упражнение « Благодарность». Чувства еще называют «эмоциями». Чувства — это то, как мы переживаем разные события. «Ощущение» чувств в теле. Ярость, страх или счастье. Упражнение «Подарок» Составляющие чувства: в теле, в голове. Многоликость чувств. Упражнение «огонь-лед» Подведение итогов занятия.</p>
7	Злость или радость.	1	<p>Умение выражать свою радость; знакомство с различной степенью интенсивности радости; актуализация знаний о способах создания хорошего настроения. Изображение радости лицом и телом. Радость как эмоциональное состояние, которое возникает, когда все в нашей жизни ладится, наши желания выполняются. Радость и гордость. Чувства, сопутствующие радости. Удовольствие, восторг, ликование. Как доставить чувство радости другому. Как распознать чувство радости у другого. Внешние признаки чувства радости. Гнев и его проявления. Положительные формы проявления гнева. Способы справляться с гневом. Гнев как телесное ощущение. Злость. Злость на лице, внешние проявления злости. Злость как телесное ощущение. Раздражение,</p>

			<p>ярость, злорада, недовольство, возмущение, бешенство. Злость как полезная эмоция. Опасности злости и гнева. Способы справляться с собственным гневом. Гнев у другого, как его распознать. Упражнение «Улыбка» Библиотерапия. Прием Сочинение Упражнение «Маркеры» Упражнения «На прощание» Подведение итогов занятия.</p>
8	Конфликт или мир	1	<p>Развитие позитивного отношения к процессу сотрудничества. Упражнение «Молекулы» Упражнение «Мозговой штурм» Упражнение «Запретное число» Создание условий для осознания собственных психологических особенностей</p>
9	Единство.	1	<p>Формирование у обучающихся умения слышать других, обращать внимание на проблемы класса, не отмалчиваться, не поддаваться мнению большинства; развитие умения видеть и прекращать буллинг в условиях межличностного общения; создание условий для конструктивизации отношений в классе. Упражнение «Хоровод» Упражнение ««Реакции взрослого» Упражнение «Ладонка»</p>
10	Откуда берется агрессия?	1	<p>Знакомство с эмоцией страха, ее внешними проявлениями; реакция на детские страхи; введение способов справиться со страхами. Страх как эмоциональное состояние, появляющееся при возможном ущербе</p>

			<p>для жизненного благополучия, реальной или воображаемой опасности, грозящей человеку. Страх, тревога, беспокойство. Испуг, ужас, боязнь, трепет, жуть, опасение. Внешние признаки страха. Страх в теле. Как можно избавиться от страха. Способы работы Упражнение «Карта сигналов» Упражнение «Вы меня узнаете» Упражнение «Дракон, самурай, принцесса» со своими страхами. Признаки страха у другого.</p>
11	<p>Поднимемся вместе против зла.</p>	1	<p>Развитие критического мышления. Что такое ответственность. Ответственность за свое поведение. Ответственность за конкретные поступки. Ответственность за вещи. Ответственность за других людей. Ответственность как характеристика взрослости. Доля ответственности в общем деле. Избегание ответственности. Гиперответственность. Передача ответственности. Делегирование ответственности. Уход от ответственности. Упражнение «Поезд» Упражнение «Копилка достижений» Упражнение «Зато Я» Подведение итогов занятия.</p>
12	<p>Учимся прощать и просить прощения.</p>	1	<p>Эмпатия. Понимание других людей. Формирование умения выразить свое сочувствии другому человеку. Сочувствие как реакция на расстройство другого. Способы выражения сочувствия. Переживания за другого и сопереживание. Ощущение чувства</p>

			<p>другого. Способы увидеть чувства другого, распознавание чужих чувств. Телесные ощущения при сочувствии. Упражнение «Комплименты» Упражнение «Паутинка» Упражнение «Подари сердечко» Подведение итогов занятия.</p>
13	Начну с себя.	1	<p>Кто я такой. Мои личностные особенности. Формирование умения ценить свои особенности. Самооценка. Развитие позитивной самооценки. Как я выражаю свои эмоции. Мое поведение в разных ситуациях. Мои слабые и сильные стороны. Мои навыки и умения. Моя внешность. Мое отношение к другим. Мои достоинства и недостатки. Упражнение «Угадай кто» Упражнение «Объявление в газету» Упражнение «По кругу»</p>
14	Ценность поддержки друзей.	1	<p>Относительность в оценке чувств, навык распознавать и изменять свое эмоциональное состояние. Идентификация чувств. Интенсивность чувств. Настроение как эмоциональное состояние. Настроение как набор чувств. Преобладающие чувства. Сиюминутное настроение. Фоновое настроение как привычное эмоциональное состояние. Способы распознавания настроения и ведущих чувств. Мое настроение в телесных ощущениях. Работа с собственным настроением. Настроение другого. Способы распознавать настроение другого. Выражение лица,</p>

			<p>тембр голоса как показатели настроения.</p> <p>Упражнение «Подари улыбку»</p> <p>Упражнение ««Письмо себе в трудный день»</p> <p>Обсуждение результатов упражнения. Упражнение «Каким был этот день»</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>
15	Внутри нас	1	<p>Желания: что это такое? Желания как отражение потребностей. Способы выражать свои желания без ущерба для других. Вербальные способы выражения желаний. Невербальные способы выражения желаний. Разные сферы моих желаний. Что я люблю? Что я хочу знать? Чему я хочу научиться? Что меня пугает? Что для меня самое увлекательное? От чего я хочу избавиться? Упражнение «Свеча» Упражнение «Мой внутренний мир». Обсуждение результатов упражнения. Упражнение «Подарок»</p>
16	Я — уникальный!	1	<p>Выявление личностных особенностей; формирование умения ценить свои особенности; повышение самооценки. Описание самого себя. Положительные и отрицательные стороны. Автопортрет. Я как совокупность внутреннего и внешнего. Мой характер. Моя внешность. Моё поведение. Мои черты. Мои знания, мои навыки. Что я умею. Как я отношусь сам к себе. Как ко мне относятся мои товарищи. Упражнение «Кто Я? Какой Я?» Упражнение «Звездочка» Упражнение «Джунгли»</p> <p>Подведение итогов занятия.</p>

17	Уверенный Я	1	<p>Уверенность в себе. Самооценка: какая она бывает. Высокая самооценка. Низкая самооценка. Эгоизм. Альтруизм. Желание помочь другому. Умение говорить и слушать других. Совместная работа. С кем приятно и неприятно делать что-то вместе и почему. Что делать, чтобы с тобой было приятно и комфортно работать и общаться. Навыки позитивного и конструктивного общения. Compliments. Забота об отношениях и совместной деятельности. Упражнение «Эхо». Упражнение «Горячий стул» Обсуждение результатов упражнения. Упражнение «Пожатие рук»</p>
18	Выразив чувства.	1	<p>Развитие навыков выражения чувств. Формирование представления о различиях в проявлении мыслей, чувств и поведения; развитие способности выражать свои чувства и эмоции, а также распознавать чувства других людей. Что такое мысли, что такое чувства. Поведение как способ выражения себя, своих желаний и потребностей. Вербальные и невербальные способы выражения чувств. Поведение наедине с самим собой. Поведение с другими людьми. Упражнение «Нарисуй, злость» Упражнение «Чучело, прости меня» Упражнение «Автобусная остановка» Подведение итогов занятия.</p>
19	Сказочные герои и	1	<p>Что такое эмоции. Переживания человека как отражение внешних и</p>

	конфликты.		внутренних стимулов, ситуаций, событий для человека. Наше отношение к происходящему вокруг и к самому себе. Эмоция как исходная причина поступка. Восприятие эмоций. Мое эмоциональное состояние. Эмоциональное состояние партнера по общению. Какие бывают эмоции. Польза отрицательных эмоций. Упражнение «Енот». Упражнение «4 вопроса-4 рисунка». Обсуждение результатов упражнения. Упражнение «Радуга мнений» Подведение итогов занятия.
20	Отстаивание себя	1	Конфликт. Конфликт как столкновение противоположных интересов, взглядов, целей и потребностей. Эмоциональное состояние в момент конфликта. Виды конфликтов. Стадии конфликта. Стратегии выхода из конфликта. «Я – высказывания». Чувства в конфликте. Компромисс. Обоюдный проигрыш. Обоюдный выигрыш. Упражнение «Неоконченные предложения» Упражнение «Откажись» Упражнение «Гадание на именах» Подведение итогов занятия.
21	Мои-одноклассники	1	Проблемы: что это такое. Личные проблемы и общие проблемы. Просьбы о помощи. Когда можно и не стоит просить помощь. Проблемы между людьми. Переговоры как способ решения проблем. Эмоциональное состояние в момент появления проблемы. Конструктивные и не конструктивные

			<p>способы решения проблем. Уход от проблемы. Совместное решение проблем. Совместная работа, объединение для решения проблемы, взаимопомощь. Упражнение «Волна». Упражнение «Интервью». Упражнение «График» Подведение итогов занятия.</p>
22	Мой класс	1	<p>Почему человек не может жить один. Взаимодействие с другими: зачем оно нужно. Чем нам полезны люди вокруг нас. Чем мы можем быть полезны людям вокруг. Почему важно соблюдать баланс между своими и чужими потребностями. Потребности другого: как их распознать. Внимание к состоянию и целям другого. Что мы можем делать вместе и что не стоит делать вместе. Личные занятия и общие занятия. Упражнение « Слова» Упражнение «Эмоциональный телефон» Упражнение «Дождик» Подведение итогов занятия.</p>
23	Сотрудничество.	1	<p>Общение как процесс развития контактов между людьми, порождаемый потребностями совместной деятельности. Интерес к другому человеку. Умение вести разговор, поддержать беседу, разрешать сложные ситуации без ссор. Помощь и поддержка. Проблемы в общении. Способы получения информации. Закрытые и открытые вопросы. Трудности общения с родителями. Трудности общения с учителями. Трудности общения со</p>

			<p>сверстниками. Упражнение «Пальчики» Упражнение «Мне бы хотелось» Обсуждение результатов упражнения. Упражнение «Ящерицы»</p>
24	«Буллинг — игра с печальным финалом»	1	<p>Что такое просьба. Что такое требование. Развитие умения осознавать и высказывать свои пожелания окружающим (взрослым и сверстникам). Отказ. Формирование умения реагировать на отказ. Вежливая просьба. Признаки вежливой просьбы. Когда уместна просьба, а когда требование. Личные границы, защита личных границ. Умение говорить «нет» . Упражнение «Клубок». Упражнение ««Портрет миротворца» Упражнение «Дом» Подведение итогов занятия.</p>
25	Есть ли буллинг среди нас.	1	<p>Распознавание своих собственных эмоций. Распознавание эмоций партнера по общению. Каналы воспроизведения эмоций. Контроль чрезмерного проявления эмоций. Обучение способам совладания с проявлениями гнева; формирование навыков конструктивного выражения своих эмоций. Способы саморегуляции. Релаксация. Антистресс. Ресурсное состояние. Консультации для школьников по вопросу определения проблем в сфере своей личности, своих эмоций, взаимодействия с другими, которую они хотели бы попытаться решить. Упражнение «Качество на букву» .Упражнение «А вы обо мне не знали?» Подведение итогов занятия.</p>

26	Не отворачиваясь от правды	1	<p>Уверенность как качество личности. Представление о том, что такое уверенность. Навыки уверенного поведения. Уверенное, неуверенное и агрессивное поведение. Умение определять и выражать свои желания и потребность. Компоненты уверенной просьбы или отказа. Уверенность в словах. Уверенность в жестах, мимике, позе. Нахальство, агрессия. Неуверенность как пренебрежение своими желаниями и потребностями. Что такое критика. Конструктивная и неконструктивная критика. Справедливая, несправедливая, унижающая и замаскированная критика. Цели критики. Обратная связь в совместной деятельности. Правильное отношение к критике. Чувства возникающие при критике. Реакция на критику, эмоции, чувства, слова. Упражнение ««Рецепт хорошего дня»» Упражнение ««Хорошие и плохие поступки»» Обсуждение результатов упражнения. Упражнение « Уникальная походка»»</p>
27	Найди выход.	1	<p>Снижение уровня тревожности. Гнев и его проявления. Положительные формы проявления гнева. Способы справляться с гневом. Гнев как телесное ощущение. Злость. Злость на лице, внешние проявления злости. Злость как телесное ощущение. Раздражение, ярость, злоба, недовольство,</p>

			<p>возмущение, бешенство. Злость как полезная эмоция. Опасности злости и гнева. Способы справляться с собственным гневом. Гнев у другого, как его распознать. Упражнение «Делай раз» Упражнение «Средство выхода» Упражнение «Аплодисменты» Подведение итогов занятия.</p>
28	Вместе весело шагать	1	<p>Сопереживание. Внимательное отношение к собеседнику. Учет особенностей другого. Такие же и другие. Особенности внешности. Особенности мировоззрения. Религии, особенности национальностей. Уважение к другому. Терпимость к проявлениям Другого. Понимание и сочувствие. Общечеловеческие ценности. Общее и особенное в людях. Сотрудничество для достижения общего результата. Упражнение «Хорошее событие». Упражнение «Мостик»</p>
29	Я умею понимать другого.	1	<p>Упражнение «Все как один» Развитие навыков конструктивного решения конфликтов Упражнение ««Необитаемый остров». Обсуждение результатов упражнения. Я умею понимать другого</p>
30	Действовать сообща.	1	<p>Упражнение «Найди пару» Упражнение ««Хочешь изменить мир – начни с себя» Упражнение «Отражение» Подведение итогов занятия.</p>
31	Взаимопомощь в классе.	1	<p>Развитие эмпатии и толерантного отношения к окружающим. Упражнение</p>

			« Построение»Упражнение «Мы в классе будем жить по-новому»Обсуждение результатов упражнения. Упражнение «Передай дальше»
32	Школьные трудности	1	Снижение уровня тревожности. Упражнение «Порадуй соседей» Упражнение «Школа зверей». Обсуждение результатов упражнения.Упражнение «Дважды два»Подведение итогов занятия.
33	День принятия решений.	1	Навыки сотрудничества в малой группе; формирование опыта совместного принятия решений. Активный и пассивный стиль общения. Партнерство. Упражнение «Помоги другу»Упражнение «Письмо в будущее»Упражнение «Впечатление»
34	Заключительно е	1	Подведение итогов занятий. Диагностика.Подведение итогов курса, групповая рефлексия. Чему я научился? Какие качества приобрел. Что во мне изменилось?
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

Таблица 10 - Результаты повторной диагностики буллинг структуры 3 А класса по методике на выявление «Буллинг-структуры»

Испытуемый	Количество совпавших баллов	Буллинг-структура
1	11	Защитник
2	7	Наблюдатель
3	9	Наблюдатель
4	12	Защитник

5	8	Наблюдатель
6	11	Защитник
7	13	Защитник
8	7	Инициатор
9	11	Защитник
10	9	Защитник
11	7	Наблюдатель
12	9	Защитник
13	11	Защитник
14	7	Помощник
15	8	Защитник
16	10	Защитник
17	9	Защитник
18	8	Наблюдатель
19	11	Защитник
20	12	Защитник
21	15	Защитник
22	11	Защитник
23	12	Защитник

Таблица 11 - Результаты повторной диагностики буллинг структуры 3 Б класса по методике на выявление «Буллинг-структуры»

Испытуемый	Количество совпавших баллов	Буллинг-структура
1	9	Наблюдатель
2	7	Инициатор
3	11	Наблюдатель
4	12	Наблюдатель
5	8	Наблюдатель
6	14	Защитник
7	11	Защитник
8	7	Наблюдатель
9	11	Защитник
10	15	Защитник

11	14	Защитник
12	15	Защитник
13	9	Наблюдатель
14	10	Защитник
15	11	Наблюдатель
16	14	Защитник
17	10	Наблюдатель
18	15	Защитник
19	7	Наблюдатель
20	8	Наблюдатель
21	12	Защитник
22	10	Помощник
23	10	Наблюдатель
24	13	Защитник
25	8	Наблюдатель
26	11	Защитник
27	10	Защитник

Таблица 12 - Результаты повторной диагностики в 3А классе по опроснику «Буллинг» (автор – Д. Олвеус)

Испытуемый	Выраженность прямого активного буллинга	Выраженность косвенного активного буллинга	Выраженность Прямого пассивного буллинга	Выраженность Косвенного пассивного буллинга
1	Умеренная	Умеренная	Слабая	Слабая
2	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
3	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
4	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
5	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
6	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
7	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
8	Слабая	Слабая	Умеренная	Слабая

9	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
10	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
11	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
12	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
13	Слабая	Слабая	Слабая	Умеренная
14	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
15	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
16	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
17	Умеренная	Слабая	Слабая	Умеренная
18	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
19	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
20	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
21	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
22	Умеренная	Слабая	Слабая	Слабая
23	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая

Таблица 13 - Результаты повторной диагностики в 3Б классе по опроснику «Буллинг» (автор – Д. Олвеус)

Испытуемый	Выраженность прямого активного буллинга	Выраженность косвенного активного буллинга	Выраженность прямого пассивного буллинга	Выраженность косвенного пассивного буллинга
1	Умеренная	Слабая	Умеренная	Умеренная
2	Умеренная	Умеренная	Слабая	Яркая
3	Слабая	Умеренная	Слабая	Слабая
4	Умеренная	Умеренная	Умеренная	Умеренная
5	Слабая	Слабая	Яркая	Умеренная
6	Слабая	Яркая	Слабая	Умеренная
7	Слабая	Слабая	Умеренная	Слабая
8	Слабая	Слабая	Умеренная	Умеренная
9	Слабая	Слабая	Умеренная	Яркая
10	Умеренная	Слабая	Слабая	Слабая

11	Слабая	Слабая	Умеренная	Умеренная
12	Яркая	Умеренная	Умеренная	Слабая
13	Умеренная	Слабая	Слабая	Умеренная
14	Яркая	Умеренная	Слабая	Умеренная
15	Слабая	Слабая	Умеренная	Слабая
16	Умеренная	Умеренная	Слабая	Умеренная
17	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
18	Умеренная	Умеренная	Слабая	Слабая
19	Слабая	Слабая	Умеренная	Слабая
20	Умеренная	Слабая	Слабая	Слабая
21	Слабая	Слабая	Умеренная	Слабая
22	Умеренная	Слабая	Умеренная	Умеренная
23	Слабая	Слабая	Яркая	Умеренная
24	Умеренная	Умеренная	Слабая	Умеренная
25	Умеренная	Умеренная	Умеренная	Слабая
26	Слабая	Слабая	Слабая	Слабая
27	Слабая	Слабая	Умеренная	Слабая