


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Журавушка» Управления по опеке и попечительству Администрации городского округа город Уфа Республики Башкортостан

Рекомендована  
Методическим советом  
Протокол №5 от 14.09.2017 г.

Утверждена  
Педагогическим советом  
Протокол №1 от 18.09.2017 г.  
Директор  Н.В.Казбан



**Дополнительная общеобразовательная программа групповых занятий по профилактике буллинга «Я и мы»**

Направленность: просветительско-профилактическая  
Категория: средний школьный возраст  
Срок реализации: 3 месяца  
Составители:  
социальный педагог Кагирова А.Ф.

Уфа-2017

## 1. Пояснительная записка

Современные социально-экономические и социокультурные условия воздействуют на поведение подрастающего поколения далеко неоднозначно, нередко способствуют формированию и развитию агрессивных форм поведения подростков, что приводит к возрастанию уровня жестокости, конфликтности в школьной среде. Одной из форм конфликтного взаимодействия является буллинг (травля, преследование), которое в настоящее время получает все большее распространение, вызывая большую тревогу как педагогов, так и родителей.

Буллинг (bullying, от англ. Bully – хулиган, драчун, задира, грубиян) обозначает запугивание, физический или психологический террор, направленный на то, чтобы вызвать у другого страх и, тем самым, подчинить его себе.

Данное явление отличается остротой и длительностью последствий, проявляющихся у всех его участников. Буллинг в школьной среде негативно отражается на психологическом, физическом, эмоциональном, социальном развитии личности ребенка.

Огромную проблему являет собой буллинг в подростковой среде, так как растущие дети имеют определенные особенности характера. На этом этапе часто закладывается жизненная программа, ведь единожды усвоив позицию «жертвы» либо «агрессора», подросток будет следовать ей всю жизнь.

Основными причинами возникновения буллинга в школьной среде могут стать как индивидуальные факторы (агрессия, виктимность, конформность подростков), так и групповые (антисоциальная групповая деятельность, несформированное ценностно-ориентационное единство группы, отсутствие самоопределения личности в группе у ее участников, неблагоприятный социально-психологический климат группы).

С целью предупреждения буллинга составлена просветительско-профилактическая общеобразовательная программа «Я и мы». Программа предусматривает формирование у подростков умения строить взаимоотношения с окружающими на основе сотрудничества и взаимопонимания, готовности принять других людей, их взгляды, привычки.

**Цель программы:** формирование социально одобряемых форм поведения, основанных на общечеловеческих ценностях, профилактика буллинга, конфликтов в межличностных отношениях подростков в школьной среде.

**Задачи:** оптимизировать межличностные отношения в классном коллективе; формировать и развивать навыки позитивного

доброжелательного общения со сверстниками, конструктивного реагирования в конфликте, развивать толерантность, эмпатию во взаимоотношениях.

**Ожидаемые результаты:** повышение у детей мотивации к изменению самосознания и поведения; умение конструктивно взаимодействовать с одноклассниками; минимизация буллинга в классном коллективе.

Программа составлена с учетом психологических, возрастных особенностей развития детей среднего школьного возраста (6-7 класс), состоит из 10 занятий. Занятия проводятся по запросу образовательных организаций Калининского района ГО г. Уфа 1 раз в неделю со всем классом. Продолжительность каждого занятия - 45 минут. Содержание занятий может изменяться и дополняться в зависимости от индивидуальных особенностей участников группы, но в пределах поставленных целей и задач данного занятия. В течение учебного года программа может быть реализована несколько раз с разными классами, в разных образовательных организациях.

## 2. Учебно-тематический план, содержание дополнительной общеобразовательной программы

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Краткое содержание занятия с указанием формы, используемых приемов и методов
1.	<b>Занятие 1</b> <b>Тема:</b> «Что такое конфликт?»	45 мин	1. Вступительная беседа 2. Упражнение «Ассоциации» 3. Упражнение «Снежинки» 4. Упражнение «Рисунок вдвоем» 5. Тест «Умеете ли вы держать себя в руках в конфликтных ситуациях» 6. Групповая работа «Алфавит эмоций» 7. Упражнение «Ответ с улыбкой» 8. Рефлексия
2.	<b>Занятие 2</b> <b>Тема:</b> «Взаимный шанс»	45 мин	1. Упражнение «Дайте мне сказать» 2. Обсуждение выполненного задания 3. Упражнение «Ассоциации» 4. Обсуждение групповой работы 5. Упражнение «Самый-самый» 6. Рефлексия

3.	<b>Занятие 3</b> <b>Тема:</b> «Как научиться жить без драк»	45 мин	1. Групповая работа с элементами мозгового штурма по теме занятия 2. Игра «Цвет моего настроения» 4. Игра «Друг» 5. Упражнение «Трудное решение» 6. Упражнение «Импровизация» 7. Рефлексия
4.	<b>Занятие 4</b> <b>Тема:</b> «Шесть шагов к миру»	45 мин	1. Мини-лекция «Буллинг в школе» 2. Упражнение-разминка «Встреча на узком мостике» 3. Обсуждение упражнения 4. Игра «Коробочка с предложениями» 5. Рефлексия
5.	<b>Занятие 5</b> <b>Тема:</b> «Ценить других...»	45 мин	1. Вступительное слово 2. Просмотр и обсуждение мультфильма «Helium», режиссер Tom Kuzivat, 2005г. 3. Упражнение «Этюды» 4. Упражнение «Ярлыки» 5. Упражнение «Отношение к миру» 6. Рефлексия
6.	<b>Занятие 6</b> <b>Тема:</b> «Мы без агрессии...»	45 мин	1. Мини-лекция «Агрессия» 2. Упражнение «Агрессивное поведение» 3. Упражнения «Доброта», «Ты мне нравишься» 4. Упражнение «Хочу сказать хорошее и приятное другому человеку» 6. Рефлексия
7.	<b>Занятие 7</b> <b>Тема:</b> «Твое будущее зависит от тебя»	45 мин	1. Просмотр отрывка фильма «Потапов, к доске» режиссера А. Орлова 2. Обсуждение фильма, дискуссия по вопросам; 3. Упражнение «Планирование своего будущего» 3. Выводы 4. Заключительное слово 5. Рефлексия
8.	<b>Занятие 8</b> <b>Тема:</b> «Учимся жить без агрессии»	45 мин	1. Вступительное слово 2. Упражнение - задание «Пара противоположности» 3. Упражнение «Любовь и злость» 4. Упражнения «Уникальность», «Я не такой, как все, и все мы разные» 5. Упражнение «Я тебя понимаю» 6. Рефлексия

9.	<b>Занятие 9</b> <b>Тема:</b> «Дружный класс»	45мин	1.Вводная беседа 2.Просмотр мультипликационного фильма «Крошка Енот» 3. Обсуждение мультфильма 4. Совместная разработка правил дружного класса 5.Упражнение «Безвредные» 6.Рефлексия
10	<b>Занятие 10.</b> <b>Тема:</b> «Общаемся без конфликтов»	45 мин	1.Мини-лекция по теме «Общаемся без конфликтов» 2.Упражнение «Дискуссия 3. Упражнение «Люди становятся одиноки, если вместо мостов они возводят стены» 4.Упражнение «Уникальность» 5.Подведение итогов 6.Рефлексия

### 3.Список литературы

- 1.Градусова Г.И. Взаимный шанс //Классное руководство – 2014, №12.
1. Кривцова С.В. Буллинг в школе VS сплочение равнодушных.- М.: ФИРО 2011, 94с.
2. Хухлаев О. Не такой, как все. // Школьный психолог. – 2008, №3.
3. Кон И.С. Что такое буллинг, как с ним бороться? [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.sexology.narod.ru/info18.html>. (дата обращения: 06.06.2016)
4. Методические рекомендации по предотвращению буллинга (травли среди сверстников) в детских коллективах /сост. А.Е. Довиденко и др. – Екатеринбург: «Семья детям», 2014, 29с.
5. Предотвращение насилия в образовательных учреждениях. Методическое пособие для педагогических работников /Л.А. Глазырина, М.А. Костенко; под ред. Т.А. Епояна. - М.: БЭСТ-принт, 2015, 144 с.
6. Школа без насилия. Методическое пособие /под ред. Н.Ю. Синягиной, Т.Ю. Райфшнайдер. М.: АНО «Цнпро», 2015, 150с.
7. Андрияхина Н.В. Семинар тренинг «Толерантность учителя»//Классный руководитель//. – 2006. - № 4, 34с.
- 8.Воробьева, К. Детская агрессивность как следствие деструктивного семейного воспитания / К. Воробьева // Воспитание школьников. - 2008. - № 7, 56с.
9. Мальцева, О. А. Профилактика жестокости и агрессивности в подростковой среде и способы ее преодоления / О. А. Мальцева // Тюменский государственный университет - 2009. - № 7. - 51-54с.

10. Андрияхина Н.В. Семинар тренинг «Толерантность учителя»//Классный руководитель//. – 2006. - № 4, 34с.
11. Битянова М., Вачков И. Встречи во Вселенной. Игра на развитие толерантности старшеклассников // Школьный психолог. – 2002, №4.
12. Шалагиновой.К.С. Теоретико-методические основы деятельности педагога - психолога по предотвращению буллинга в школах. Изд-во «ГРИФ и К», -2014.- 237с.